

Vzajemnost

LETNIK 51

MAREC 2025 / 3,00 €



Za volanom
tudi po osemdesetem

DR. ANDREJA RIHTER

Premalo poudarjamo,
da govorimo svoj jezik



Kultura je prostor svobodnega in neobremenjenega duha

Dr. Andreja Rihter je predsednica Kulturno-turističnega združenja Pot pisateljic. Poleg tega je članica Sveta zaupnikov Univerze na Primorskem, ki povezuje akademski in raziskovalni svet z gospodarstvom in občinami. Dvakrat je bila direktorica Muzeja novejšje zgodovine Celje, leta 2000 je vstopila v politiko in postala ministrica za kulturo. Predvsem pa je direktorica Foruma slovanskih kultur (FSK), ustanove, v kateri razmišljajo, kako povezati 300 milijonov Slovanov in jih predstavljati svetu, ker so zanimivi in imajo tudi neslovanskim okoljem kaj ponuditi in pokazati. Pogovarjali sva se o delovanju foruma v teh dvajsetih letih in nekaterih svežih projektih.

Kako bi ga za začetek predstavili, kaj je namen Foruma slovanskih kultur?

Forum slovanskih kultur je mednarodna neprofitna ustanova, ki deluje v javnem interesu. Ideja zanj se je porodila v kulturnih krogih v začetku 21. stoletja. Uradno je ustanova nastala leta 2004, danes pa povezuje več kot 300 milijonov Slovanov v trinajstih slovanskih državah: Belorusiji, Bolgariji, Bosni in Hercegovini, Češki republiki, Črni gori, Hrvaški, Severni Makedoniji, Poljski, Ruski federaciji, Slovaški, Srbiji, Ukrajini in Sloveniji. Osnovni namen delovanja je povezati slovanski kulturni prostor in ga narediti bolj prisotnega v sodobnem globalnem družbenem kontekstu. Forum slovanskih kultur torej povezuje in predstavlja slovansko kulturo, znanost in umetnost, njen ustvarjalni naboj in dediščino.

Sedež foruma je v secesijski Vili Zlatica, ki jo je zgradil znameniti ljubljanski župan Ivan Hribar.

Da, in to je zelo primerno, ker je navezoval stike s Slovani, zlasti s Čehi. Vila je kulturni spomenik, v njej je stalna razstava *Ivan Hribar in ljubljansko meščanstvo*, ki je poklon županu in njegovi hčerki dr. Zlati Hribar, po kateri je vila dobila ime. Poleg tega pa se v njej dogaja še veliko zanimivega, od literarnih dogodkov do dramskih predstav. Pred njo stoji kip ljubljanskega župana, delo akademskega kiparja Stojana

Batiča. Vila očara vse obiskovalce. Prvo nadstropje je namenjeno predstavitvi življenja Ivana Hribarja in tedanjega meščanstva. Prenovljeni prostori nekdanjega domovanja družine Hribar so v celoti opremljeni z izvornim pohištvo. Stopimo lahko v kuhinjo in kopalnico, belo dekliško spalnico z garderobno sobo, v kateri se poklanjamo spominu na Hribarjevo hčer. Jedilnica z mizo s popolnim meščanskim pogrinjkom ter sprejemnica, opremljena s klubskima mizicama, naslanjači, secesijskimi vitrinami, kadilskim priborom, zastori in razkošnimi preprogami, pričata o meščanski bivalni kulturi izpred sto let.

Del razstave je tudi zaklonišče ali *bunker*, ki ga je dal Ivan Hribar zgraditi leto pred začetkom druge svetovne vojne. Tu je še čudovit vrt, primeren za manjše kulturne dogodke, od glasbenih do literarnih večerov. V vili smo pripravili že gledališko predstavo *V agoniji*, nastala je po drami Miroslava Krležje, igrata Polona Juh in Saša Tabaković. Predstavo so zelo pohvalili, zato jo bomo prikazovali tudi letos, čakalna vrsta pa je že zdaj dolga, ker si lahko predstavo ogleda le dvajset obiskovalcev naenkrat. Omogočamo tudi ogled muzejske zbirke z vodstvom, in sicer vsak petek od 15. do 18. ure in soboto od 14. do 18. ure, vendar je potrebna predhodna najava, ker lahko naenkrat sprejmemo le manjšo skupino obiskovalcev, zanimanje za ogled pa je veliko.

Kako poteka delo v forumu?

Ustanovo vodi uprava, imamo programski svet, ki se vsako leto sestane, pogovorimo se o tem, kaj bodo naše prioritete za prihodnje delo. Dogovorili smo se, da bo ponovno delovala skupina za dediščino, ker je ta za nas zelo pomembna. Imamo uredniški odbor za knjige, a ne le za izdajanje, ampak tudi za sodelovanje na knjižnih sejmih. Pripravljamo festival slovanske književnosti, ki poteka vsako leto dvakrat v Vili Zlatica. Letos se bomo prvič srečali junija, potem pa še na koncu leta.

Ali vojna med Rusko federacijo in Ukrajino vpliva na delovanje vaše ustanove?

Čeprav FSK ni politična organizacija, smo se žal morali podrediti zahtevam Evropske unije, ker je pač večina držav naših članic tudi del EU. Zato smo morali prekiniti kulturne stike z Rusko federacijo, tudi z Belorusijo nimamo več stikov. Hudo nam je, da se dogaja vojna med slovanskima narodoma, in želimo si, da bi se čim prej končala.

Nazadnje ste zasnovali literarno pot, imenovano *Ljubkina pot*.

Ali vas veseli, da se je ta projekt s svojim poudarkom na literarni dediščini in pomenu pisateljic Goriškega vključil v vizijo Evropske prestolnice kulture Nova Gorica - Gorica 2025 in postal del uradnega programa?

Seveda, ker je kulturno-turistična pot posvečena pesnici Ljubki Šorli



Premalo poudarjamo,
da govorimo svoj jezik

Z mislimi lahko izboljšamo počutje in privabimo želeno

Z leti se lahko bolj opiramo na bogastvo izkušenj in spoznanj, do katerih smo se dokopali. Ravno tako pa je lahko dejstvo, da je številka ob praznovanju rojstnega dne vse višja, razlog za obupovanje ob spominih, kaj vse smo v preteklih letih lahko in česa zdaj več ne moremo.

Zato je ključno, skozi kakšna očala gledamo na svet – ali smo osredotočeni na to, kaj vse še lahko ali česa vsega ne zmoremo več? Zato pravimo, da z leti sicer pridobimo bogate življenjske izkušnje in modrost, a hkrati se lahko najdemo pred izzivi, kako ohranjati notranjo srečo in zadovoljstvo. Ena izmed močnih tehnik, ki lahko pripomore k boljšemu počutju, je *vizualizacija*. To pomeni, da si v mislih predstavljamo, kako se nekaj, kar si želimo, že dogaja. Bolj ko si slikovito predstavljamo želeno, močnejša čustva ob tem doživljamo. Pravimo, da na tak način dvigujemo svojo vibracijo in smo z ustvarjenim občutkom zadovoljstva pravi magnet za to, da se nam prijetne spremembe zares zgodijo.

Vizualizacija je tehnika, ki jo mnogi avtorji osebnostne rasti, med njimi tudi priznana motivacijska govornica Ana Bučević, opisujejo kot ključ do srečnejšega in uspešnejšega življenja. Gre za to, da si v mislih slikovito predstavljamo določeni dogodek, cilj ali občutek, ki ga želimo doživeti. Znanstvene raziskave ka-

žejo, da naše misli vplivajo na naše čustveno stanje in celo na naše fizično zdravje. Ko si predstavljamo nekaj lepega, se v telesu sproščajo hormoni sreče, kot sta serotonin in dopamin, kar pozitivno vpliva na naše počutje. Poleg tega vizualizacija aktivira dele naših možganov, ki so odgovorni za učenje in oblikovanje novih navad, kar pomeni, da se naš um pripravlja na uresničitev želja.

Kako poteka vizualizacija

Rek pravi, da *vaja dela mojstra, če mojster dela vajo*, zato je pomembno, da to preprosto tehniko, imenovano vizualizacija, izvajamo vsak dan. Pri tem si lahko pomagamo z nekaj preprostimi koraki:

- **Poiščemo miren prostor.** Izberemo trenutek v dnevu, ko nas nihče ne bo motil. Lahko zapremo oči in se udobno namestimo. Osredotočimo se na dihanje in pozabimo na dogodke celotnega dneva.

- **Predstavljamo si želeno situacijo.** V mislih si jasno naslikamo situacijo, ki jo želimo doživeti. Čim bolj podrobneje si predstavljamo prizo-

re, zvoke, občutke.

- **Občutimo veselje, kot da je želja že uresničena.** Ključ je v tem, da se v mislih vživimo v občutek sreče, ki bi ga doživeli, če bi bila naša želja že izpolnjena.

- **Ponavljamo vizualizacijo vsak dan.** Redna vizualizacija pomaga utrditi pozitivno miselno naravnost in izboljša razpoloženje.

Tisti, ki si težko predstavljate nekaj, kar se še ni zgodilo, si lahko pomagate tako, da si pred oči prikličete pretekle prijetne dogodke. Tudi na ta način boste pri sebi izzvali radostno razpoloženje, ki predstavlja ključ do več možnosti ponovitve prijetnih dogodkov. Ko se namreč počutimo srečne in zadovoljne, postanemo bolj odprti za nove priložnosti, pozitivne izkušnje in zelene spremembe. Ljudje okoli nas zaznajo našo energijo in pogosto se nam zgodi, da začnemo privabljati ravno tisto, kar si želimo.

Marsikateri, ki so preizkusili to metodo, poročajo, da se jim je izboljšalo počutje, zmanjšal stres in so postali bolj optimistični. Ko se že vnaprej počutimo tako, kot da imamo želeno, si pomagamo, da se to lažje in hitreje uresniči.

Če smo iskreni, si pogosto na podlagi preteklih izkušenj oblikujemo scenarije, polne strahu in neprijetnih občutkov. S tem si ne pomagamo, ampak si le poslabšamo razpoloženje, postanemo bolj zagrenjeni, razdražljivi ali pasivni opazovalci svojega življenja. Z vizualizacijo pa si z dvigom razpoloženja ustvarjamo življenje čim bolj po svojih željah. Zakaj ne bi poskusili?

dr. Sabina Jurič Šenk, psihologinja



FOTO: BRANKO BREČKO



Tradicionalne jedi preprečujejo pomladansko utrujenost

Narava bo vsak čas ozelenela. Zelena je barva klorofila, ki obarva liste. Če vemo, da nam narava vedno dá, kar tedaj potrebujemo, potem so klorofil in grenčine spomladi kot nalašč za razstrupljanje in čiščenje našega organizma. Najprej ozelenijo divje grenke rastline: regrat, krompirjevka, cikorija, rman, trpotec, beluši, koprive, marjetice, trobentice in druge pomladne cvetlice.

Skupna značilnost vseh grenčin je, da spodbujajo izločanje prebavnih sokov želodca in trebušne slinavke. Poveča se peristaltika ali ritmično gibanje črevesja, a čas delovanja prebavnih sokov se ne skrajša, zato je prebava hrane temeljitejša. Grenčine okrepijo čiščenje telesa vseh strupenih snovi iz jeter in pospešijo izločanje žolča za lažjo prebavo maščob. Uravnajo nastajanje seča, s čimer čistijo ledvice, odplavljajo sečno kislino iz sklepov in preprečujejo protin oziroma putiko. Grenčine tudi čistijo kri ter pomagajo srcu in krvnim žilam. Vse to pa pomaga telesu, da dela s polno močjo in ni nikoli utrujeno.

Poleg grenčin je za spomladanske rastline značilen svetlozelen *klorofil*. Po kemični sestavi je podoben hemoglobinu v krvi, le da je železo v krvi pri klorofilu zamenjano z magnezijem. Klorofil ima torej zelo podobno vlogo kot hemoglobin in ga zato tudi krepi. Klorofil posredno prinaša kisik v telo in ga razstruplja ter regenerira. V zelenih listih ga je največ spomladi, kmalu potem ko rastline ozelenijo.

Procesa zastrupljanja in razstrupljanja telesa sta del normalnega življenja in potekata sočasno. Zato ne občutimo težav, če mehanizma delujeta usklajeno. Pri pretiravanju z nezdravimi snovmi in nezdravim ravnanjem se toksini v telesu kopičijo hitreje, kot jih telo lahko izloči. Zastrupljamo se lahko celo s povsem zdravo hrano, če je uživamo preveč, če je enolična, pomanjkljiva in ne dobimo vseh snovi za delovanje telesa. Zastrupljajo tudi razvade: ka-



Regrat malo drugače - v zloženci

jenje, preveč alkohola, ponočevanje in posledično pomanjkanje spanja, nekatera zdravila ter stres. Toksini sčasoma okvarijo imunski sistem, živčevje, mišice in sklepe ter porušijo hormonsko ravnotežje. Industrijsko predelana hrana je pomanjkljiva in neuravnotežena, zato se strupi hitreje nabirajo, kot nam jih uspe odvajati. Svoje prispeva zimski čas, ker smo manj v naravi, več je praznikov in prenehanja.

Pomladne rastline za izboljšanje delovanja telesa

Koprive so divje rastline z značajem. Obstaja več vrst in prav vse so zdravilne, a najpogosteje imamo v mislih veliko koprivo. V njej je pekoča snov, ki ni mravljinčna kislina, marveč histamin z acetilholinom. Vsebuje do sedem odstotkov *beljakovin* ter večino vseh pomembnih

mineralov in vitaminov. Med minerali je zlasti veliko *železa*; tu so še kalij, natrij, magnezij, silicij, fosfor, mangan, baker ter redki minerali bor, titan in nikelj. Med vitamini izstopajo *vitamin C*, ki ga je več kot v limonah, vitamin K, vitamini skupine B in betakaroten kot predstopnja vitamina A. V njih so še drugi karotenoidi in flavonoidi, ki delujejo kot močni antioksidanti, ter več vrst organskih kislin. V koprivah je encim *sekretin*, ki spodbuja delovanje trebušne slinavke in posredno znižuje krvni sladkor. Koprive so odlične zoper pomladansko utrujenost in osteoporozo. Ker odvajajo sečno kislino, blažijo težave s putiko. Pospešujejo tudi odvajanje blata ter pomagajo izločiti odpadne snovi iz organizma in posledično pri boleznih sečil, vnetju ledvic in ledvičnih kamnih. V



S kitaro med ljudmi

Morje in Izola, kjer Marjetka Popovski živi, sijeta iz njene osebnosti – v morju plava ne glede na letni čas, že 25 let redno prepeva v hotelu Delfin, poleti pa kar na plaži. Že pri treh letih je na svojem prvem nastopu začutila slast ob navdušenem občinstvu in na tem valu je zajadrala v življenje. Pela je tudi kot fizioterapevtka in tako stanovalcem v domu starejših pomagala premagovati bolečine. V Izoli sva se srečali na hladen, deževen dan, ki ga je Marjetka, novopečena upokojenka, razsvetlila s svojo pozitivno energijo.



Marjetka z očetom Hristom in mamo Zofijo

Marjetki in njenemu štiri leta mlajšemu bratu Petru je bila glasba položena v zibelko. Mama Zofija izhaja iz vasice Rut v Baški grapi, njeni predniki pa so tja že pred davnimi leti prišli iz Tirolske. Oče Hristo, ki je po rodu Grk, pa je živel v Makedoniji. Mlada vzgojiteljica Zofija in mizar Hristo sta se spoznala na vlaku v Beogradu in čez nekaj let sta stopila na skupno življenjsko pot. Zofija je dobila prvo delovno mesto v vasi Sv. Peter nad Sečovljami. Za vaščane je bila najprej forešta (tujka), toda s strokovnim delom in prijaznim odnosom je navdušila otroke, z njimi pa so jo vzljubili vsi krajanji. Po petih letih je bila premeščena v izolski vrtec, kjer so jo kasneje imenovali za strokovno pedagoško vodjo. Hristo pa je človek številnih talentov; bil je zaposlen v lesni industriji, nekaj let tudi v Nemčiji, nato si je kupil svoj kamion, po upokojitvi pa se je posvečal kmetijstvu in ročni obdelavi lesa. Si je pa želel postati dramski igralec in glasbenik.

Temperamentni Hristo in njegova žena Zofija sta z družabnostjo in odprtostjo kmalu postala del izolskih zgodb. Marjetka se spomni nedeljskih izletov, piknikov, sprehodov ob Mandraču in slaščičarne Ekrem, kjer so se srečevale družine. »Ko smo imeli v gosteh sorodni-

ke iz Makedonije in Baške grape, smo imeli skupna kosila kar na plaži, saj doma ni bilo dovolj prostora za vse. Spali smo celo na tleh na blazinah, na vseh posteljah, kavčih ... Bilo je nepozabno!« Kjer je bila njihova družina, tam se je pelo, oče pa je igral na kitaro, bobne, kastanjete, orglice. Peli so na njivi, med oljkami in trtami, v sadovnjaku ... »Moj brat je postal profesionalni glasbenik – saksofonist in klarinetist ter dirigent orkestra, ki se posveča predvsem džezu. Moje veselje pa so ljudske pesmi vseh slovenskih pokrajin, še zlasti *ištrijanski* napevi. Ponosna sem na to, da pomagam ohranjati našo kulturno dediščino, saj so te pesmi, ki odražajo življenje navadnih ljudi, naš zaklad.« Sicer pa poje tudi partizanske in borbene napeve, stare božične pesmi in pesmi drugih narodov, še zlasti sevdalinke in starogradske pesmi.

Od diplomirane fizioterapevtke do fiziopevke

Po končani pedagoško-naravoslovni gimnaziji v Kopru je Marjetka najprej želela postati profesorica kemije in biologije, vendar se je zadnji trenutek premislila. Ko se je seznanila z delom fizioterapevtov v stari izolski bolnišnici, je ugotovila, da ji je namenjen prav ta poklic. Še vedno ji odmevajo besede, ki jih je slišala takrat: *Dober fizioterapevt je človek, ki pozna fiziko, kemijo in biologijo, ki je pripravljen na nova znanja in nove tehnike. Imeti mora zlate roke, ki jih zna uporabljati v pomoč pacientom, in ne nazadnje – biti mora človek z odprtim srcem in dušo.* Ja, fizioterapija ji je pisana na kožo. Po končanem študiju fizioterapije na Univerzi v Ljubljani se je nenehno izpopolnjevala in dosegla naziv mentorice in samostojne svetovalke.

Celih 38 let je delala kot fizioterapevtka, bila je več kot četrto stoletja zaposlena v Domu starejših Izola. V tem poklicu je uživala in pravi, da je bila nagrajena z vsakim napredkom, ki je stanovalcem prinesel olajšanje. »Pri terapijah so se marsikateri razgovorili in mi zaupali marsikaj, s čimer so si – poleg pomoči pri telesnih tegobah – olajšali tudi dušo.« Tudi zato jo je ta poklic dobro izoblikoval: »Pogledati v dušo, srce in telo človeka, ki potrebuje pomoč, je zahtevna naloga; potrebuješ veliko znanja in veliko empatije.« Da bi jim celostno pomagala, je ob terapijah začela prepevati. »Ko so bolniki zapeli z menoj, so lažje premagovali ovire, lažje dvignili roko, celo zaplesali ... Glasba, ki je terapija sama

Od mladih nog na odru

»Res se je na moji življenjski poti do danes nabralo veliko let in veliko raznolike glasbe, glasba mi je bila položena v zibelko. Moj oči je bil odličen trobentač, igral je v različnih ansamblih in spremljal najbolj znane pevce. In tudi jaz sem v svet glasbe prišla še rosno mlada,« nas z nasmehom popelje na njeno glasbeno pot **Romana Krajnčan**.

Hodila je v glasbeno šolo, pri šestih letih se je začela učiti igrati na klavir, ker pa se je želela spremljati pri petju, se je začela učiti še igranja na kitaro. »Kmalu sem napisala svoje prve pesmi in začela nastopati na različnih prireditvah v svojem rojstnem Tržiču. Tako se je moje delo na glasbenem področju začelo zelo zgodaj.« Po končani osnovni šoli je že zapela na festivalu *Kar znaš, to veljaš* in še na nekaterih drugih. Petnajst let je imela, ko je dobila ponudbo ansambla Sibila, in kmalu je zapela v priredbi velike svetovne uspešnice s slovenskim naslovom *Račji ples*. Kasneje je še kot gimnazijka pela v skupini 12. nadstropje, ki se je s skladbo *Anka kleptomanka* uvrstila na Slovensko popevko, hkrati pa še v Kranjskem dixieland bandu. Ko pa se je oče Marjan Ogrin odločil, da skupaj z bratom Darkom in Janezom Hvaletom zbere narodnozabavni ansambel, ki se je imenoval Rž, so k petju povabili tudi Romano, in to je bilo njeno prvo srečanje s takšno glasbo. Zelo so ji bile všeč skladbe, ki jih je za ansambel zlagal njen oče.

V zasedbi so bili trije pevci, pela je skupaj z Janezom Hvaletom in Marto Stare. Njihova oblačila so bila nekaj posebnega, v barvi žita. Veliko so nastopali, svojo glasbo predstavljali na festivalih domače glasbe. Na ptujskem festivalu so pevci prejeli glavno nagrado – Korenovo plaketo. V sedmih letih delovanja so dočakali tudi izid nekaj plošč in štirih kaset. Med njihovimi uspešnicami je na primer nepozabna *Jaka, lojtro brž*.

Ustvarjanje za otroke

In prišel je čas, ko je svoje delo na glasbenem področju začela posvečati predvsem ustvarjanju za otroke. »Ko sem spoznala svojega dragega moža, skladatelja in dirigenta Lojzeta Krajnčana, ki je bil tudi zelo nadarjen pozavnist in je končal študij glasbe v Ameriki, sva se zaljubila in se poročila. Potem je prišlo obdobje, ko sem bila nekaj časa samo mamica najinemu prvorojencu Kristijanu, in sem mu prepevala otroške pesmi. Ko naju je Lojze poslušal in videl, kako Kristijan uživa, ko mu pojem, je namignil, da bi nekaj teh pesmi posneli. Tako bi še drugim otrokom prinesli obilo veselja. In smo iz čistega veselja posneli prvo kaseto. Tedaj sem začutila, da se zelo dobro počutim v tem ustvarjanju za otroke, da se z njimi z lahkoto povežem in uživam v njihovi družbi, kmalu se je začelo nadgrajevati, stopnjevat, in to počnem še danes,« veselo pove.

Leta 1989 je posnela prvo kaseto za otroke z naslovom



FOTO: MARE VAVPOTIČ

Romana Krajnčan

Romana in Bolhobend ter izdala 16 kaset in zgoščenk za otroke, ustvarila sedem otroških glasbenih predstav in muzikalov ter knjig z notnim zapisom. Do danes je v njenem arhivu pristalo že več kot 200 otroških pesmi, ki so zbrane in dostopne na vseh digitalnih platformah. Deset let je na Radiu Kranj vodila otroško oddajo *Na vrtiljaku z Romano*, kjer so ji pri delu z otroki in zanje pustili proste roke. In ni jih bilo malo, ki so v oddajah tudi sodelovali. Pet let pa je bila urednica glasbenih strani v reviji *Ciciban*. Za odraslo občinstvo je posnela tri plošče šansonov ter imela več koncertov s svojo zasedbo.

Tudi njena sinova Kristijan in Žigan sta imela glasbo položeno v zibelko. Kristijan je danes odličen bobnar in violončelist, glasbo je dvanajst let študiral v New Yorku in na Nizozemskem. Mlajši Žigan pa se je posvetil plesu in šele v koronskem času še glasbi. »Ne le da je zelo zanimiv plesalec, ustvarjalen in ima svoj plesni izraz, je tudi odličen avtor in pevec. Tako Kristijan kot Žigan sta izvirna, imata vsak svoje načrte, zelo rada pa tudi sodelujeta in pod imenom Krajnčan Brothers/Brata Krajnčan nastopata z igranjem na čelo, petjem in plesom. Vse, česar se lotita, delata predano, s srcem ... in lahko povem, da sem zelo ponosna na oba,« pove njuna mati, ki še vedno veliko nastopa. Pred leti so jo zelo pritegnili šansoni, danes pa ima koncerte za otroke po vsej Sloveniji in zamejstvu ter priljubljeno glasbeno predstavo *Na dvorišču*, po kateri je nastala še knjiga, ki je izšla pri založbi Didakta.

Drago Vovk

Drage bralke in bralci, mar ni škoda, da bi spomini na pretekle čase utonili v pozabo? Delite jih z nami in drugimi bralci, pobrsajte po starih albumih ali predalih, v katerih hranite stare fotografije, in nam jih pošljite na naslov: Vzajemnost, p. p. 134, 1001 Ljubljana. V zahvalo vam bomo poslali darilce.



Leta 1953 so maturantje hrastniške nižje gimnazije zapustili šolske klopi in se podali na neznane poti življenja. Ob razredniku Mirku Ostrožniku so preživljali lepe trenutke učenja, pa tudi sodelovanja in prijateljstva, se spominja **Darinka Pfeifer Gošnjak** iz Velenja, ki si želi spet srečati nekdanje sošolce.

Na fotografiji iz leta 1951 je družina Jožefe in Franca Krambergerja iz Negove. Levo v drugi vrsti stoji Ivan, imenovan tudi *dobri človek iz Negove*, ki je kandidiral za predsednika predsedstva Slovenije in je bil leta 1992 ustreljen v Jurovskem Dolu. Od številne družine so živi še Anica, Jože in **Ludvik Kramberger** iz Gornje Radgone, ki nam je poslal fotografijo v objavo.



Fotografija je nastala v Sedražu nad Laškimi okoli leta 1956. Krajan in sorodnik gospodarjema Jožetu in Mariji Golouh (spredaj v sredini) po požaru priskočili na pomoč pri postavitvi novega ostrešja na hlevu. Fotografijo hrani **Jožica Hribar** iz Ljubljane.



Šopki z domačega vrta

Skoraj ni lepšega občutka kot stopiti na vrt, odrezati cvetove, ki smo jih sami vzgajali, in jih razporediti v preprost, a čudovit svež ali trajen šopek. Mnoge cvetlice, ki jih gojimo za rezano cvetje, zahtevajo daljše obdobje rasti, zato je smiselno že zdaj razmisliti, katere vrste bomo posejali sami ali kupili sadike.

Za rezano cvetje lahko uporabimo številne rastline, ki jih že dobro poznamo. Večino je enostavno gojiti in jih lahko posadimo na cvetlično gredico ali v atraktivne velike lonce. Pri vzgoji so žlahtnitelji upoštevali obstojnost v vazi, kar zagotavlja, da lahko vrtarski navdušenci uživamo v njihovem cvetenju tako na prostem kot v notranjih prostorih.

Poletje v vazi

Dalije in sončnice. Dalije iz serije *Sincerity* se ponašajo z velikimi cvetovi, ki spominjajo na cvet lokvanja. Zaradi dolgega cvetenja, ki



Izbira rezanega cvetja je pestra.



Dalije 'Sincerity Rose Bicolour' se dolgo obdržijo v vazi.

traja od julija pa vse do oktobra, so lahko v vazi vse poletje. Če občasno z rastline odrežemo kakšen cvet, bomo spodbudili nastanek novih cvetnih nastavkov. Dalije sadimo kot gomolje ali sadike, saj iz semen potrebujejo dalj časa za rast.

Sončnice niso več le jesenska atrakcija, saj nove sorte vse bolj navdušujejo. Posebno zanimiva je grmasta sorta sončnice *Helianthus SunBelievable™ Brown Eyed Girl*, ki je na prestižnem tekmovanju RHS Chelsea Flower Show v Angliji osvojila tretje mesto za rastlino leta. Je močno rastoča sorta, ki nastavlja nove cvetove in popke vse do prve zmrzali. V eni rastni sezoni razvije kar tisoč cvetov, ki jih vse poletje

uporabljamo za sestavljanje šopkov. Temnozeleni listi v obliki majhnih srčkov, nanizanih na steblo, so dobra podlaga živo rumenim cvetovom. V kombinaciji z modro cvetočo sivko *Lavandula angustifolia 'Hidcote Blue'* je šopek poleg rumene svežine pridobil še čudovit vonj.

Šlajer in gomfrena. Bel šlajer je nekoč krasil vsak šopek. Danes se nove sorte vračajo pod imenom *Gypsophila Muralis 'Gypsy'* ali *ciganika*, ki je na voljo v vijoličasti, rožnati in beli barvi. Bujno cvetoča rastlina s svežimi majhnimi cvetovi na kompaktno urejenem habitusu je prava paša za oči. Privlačna bo v samostojnih zasaditvah kot tudi v mešanih kombinacijah v cvetličnih

Vzdrževanje svežega rezanega cvetja

Cvetje se bo v vazi obdržalo dalj časa, če:

- Stebla z ostrim nožem odrežemo pod kotom 45°, da povečamo površino za vpijanje vode.
- Poleti menjamo vodo vsak dan ali vsaj vsak drugi dan. Vedno pomijemo vazo in nalijemo čisto vodo, da preprečimo nastajanje bakterij. Ob menjavi vode stebila ponovno odrežemo za centimeter.
- Vaze s cvetjem ne izpostavljamo neposredni sončni svetlobi.
- Nekatero rastline, kot sta sivka in statica, lahko postavimo v vazo brez vode, saj se bodo lepo posušile, ne da bi odvrgle cvetove.



Sončnice kombiniramo s sivko.

Usnjene torbe z aplikacijami in nakitom

Star pregovor pravi, da ni pomembno le imeti, pomembno je tudi znati. Znati preoblikovati staro ali oblikovati novo je med drugim tudi odlična sprostitev za dušo, ki nam in našemu okolju pričara sveže optimistične zgodbe. Občutek, da smo za malo ali skoraj nič denarja ustvarili všečen izdelek, pa je seveda neprecenljiv.

Tokrat ne bo šlo brez solidnega znanja modeliranja, krojenja in šivanja. Je pa zato še mamljivejša ideja, da sami ustvarimo unikatno torbo iz pravega usnja, kajne? Morda vas pritegne tudi dejstvo, da so vse tri lepotice izdelane z navadnim šivalnim strojem, le s šivankami za usnje in malo močnejšim sukancem.

Izpraznila sem domači predal z nekaj še celimi kosi usnja, pretežno pa kosi, ki so mi ostali od prejšnjih kreacij usnjenih kril. Tri različne kroje sem narisala in izrezala iz papirja, nato pa na njem sestavila usnjene kose. Pri vsakem šivu sem na notranji strani razprla oba dela us-

nja in ju utrdila z lepilom za usnje. Ker se lotim tovrstnih izzivov le občasno in za darila, je bilo smiselno končno podobo prilagoditi okusu in potrebi lastnic. Ob tem se je kar samo ponudilo preigravanje vprašanj in odgovorov na temo, zakaj aplikacije le na oblačila in zakaj nakit le na telo, če lahko *kitimo* tudi torbe ... Ker ženske nosimo naokrog nešteto predmetov in od torbe pričakujemo, da ima prostornino za veliko žepov, skritih in našitih, z njimi nisem skoparila. Bogatijo jih trije zunanji, en notranji in še en, skrit za zadrgo. Podložene so s satenasto podlogo, pod katero je še kompaktna medvloga, ki poskrbi, da torba *ne pade skupaj*, kadar ni do vrha polna.



Dvojni polkrožni sprednji žep z zadrgo v več različnih odtenkih črnega usnja in draperijo, ki pričara gotsko vzdušje.



Torba z dvema obrazoma – na enobarvnem so trije žepi, na drugem pa usnjena aplikacija v obliki spiral iz modrega usnja.



Torba z barvitimi usnjenimi aplikacijami mozaičnih motivov, značilnih za slikarja Gustava Klimta

Vsaka se lahko nosi na obe strani. Prva stran je nadgrajena z dvojnim žepom in gotsko draperijo (*torba 1*), usnjenimi našitimi aplikacijami z motivom spiral (*torba 2*) oziroma aplikacijami, ki so spominjajo na slike slikarja Gustava Klimta (*torba 3*). Da lahko lastnica nadene torbi osebni pečat, so dodane usnjene zanke in kovinski kaveljčki, na katere po želji obesi izbrane dekorativne kose, od brošk do bleščečih obeskov. Podrobnejši opisi izdelave na www.vlastacahzerovnik.si.

BESEDILO IN FOTOGRAFIJE:
Vlasta Cah Žerovnik