

ENERGIJSKE VADBE S KATARINO

Vsak TOREK od 7.30 do 8.00

Z veseljem vas vabimo na torkovo jutranjo vadbo GIBANJE JE ŽIVLJENJE, »POZDRAV DNEVU«. Predznanje ni potrebno, potrebujete dobro voljo in pripravljenost na okrepitev svojega telesa, izboljšati gibljivost, ravnotežje in splošno počutje, da bomo bolj odporni pričakali zimo.

Pričetek: 6. september 2016 ob 7.30 na parkirišču pred trgovino Mercator
Vadba je BREZPLAČNA.

Vsak ČETRTEK od 7.30 do 8.00

Vadba z učenci prve triade OŠ dr. Ivan Prijatelj, kjer bomo nadaljevali z jutranjo vadbo na prostem in krepili telo in duha za boljšo koncentracijo, spomin, umirjenost in posledično boljše učne uspehe.

Pričetek: 8. september 2016 ob 7.30

Vadba je BREZPLAČNA.

Vsak torek od 8.00 do 9.00

Nadaljujemo z redno energijsko vadbo »DOTIK ZDRAVJA« za starejše v prostoru sejne sobe Občine Sodražica.

Pričetek: 6. september ob 8.00.

NOVO:**Vsak TOREK od 19.00 do 20.30****RAZŠIRJENA IN POGLOBLJENA VADBA****DOTIK ZDRAVJA IN NEGOVANJE ŽENSKÉ**

Pričetek: 6. september ob 19.00

Vadbe vodi Katarina ARKO. | Več informacij in prijave na tel. **051 301 772** | Veselim se srečanja z vami.



PROJEKT RJAVI MEDVED NA OŠ SODRAŽICA

PRIPRAVILI: DR. SETH WILSON, DR. IZTOK TOMAŽIČ, MATEJ BARTOL IN VESNA ORAZEM

V sklopu projekta LIFE DinAlpBear smo maja 2016 v sodelovanju z OŠ dr. Ivan Prijatelj Sodražica pripravili naravoslovni dan za učence 6. in 7. razreda.

Učenci so pridobili veliko informacij o načinih sobivanja z medvedi in preprečevanju konfliktov. Predaval jim je dr. Seth Wilson, ki ima dolgoletne izkušnje z reševanjem konfliktov med ljudmi in medvedi v ZDA (Montana). Hkrati smo izvedli praktične delavnice o velikih zvereh (ogledali smo si lobanje, odtise šap in kožuhe medveda, volka in risa) ter si na terenu ogledali različne primere reševanja konfliktov z medvedi. Učenci so si ogledali nekaj preventivnih ukrepov za preprečevanje škode, ki se jih v okviru projekta brezplačno podeljuje zainteresiranim občanom (elektromreža, medvedovarni smetnjaki in kompostniki). Imeli so tudi možnost prisluhniti domačinom, ki jim je medved povzročil škodo na sadnem drevju in ubil koze. Pred šolo smo za namen osveščanja postavili tudi medvedovarni kompostnik, ki so si ga poleg učencev, staršev in strokovnih delavcev šole lahko ogledali tudi ostali prebivalci Sodražice.

Če želimo zmanjšati konflikte z medvedi, jim preprečimo dostop do hrane človeškega izvora, kot so nezaščitene rejne živali, poljščine ali organski odpadki. S tem bomo zmanjšali pogostost zahajanja medvedov v bližino naselij.

Ker pa smo želeli poleg učencev vključiti tudi starše in druge strokovne delavce šole, smo 30. 5. pripravili krajši »dan odprtih vrat« na OŠ Sodražica. Vsi udeleženci programa so pridobili vpogled v sobivanje z medvedi, možnost pridobiti informacije o preprečevanju konfliktov in bili deležni predstavitev izdelkov s strani učencev. Naš glavni cilj vseh delov akcije so bili učenci, saj predstavljajo bodoče odrasle osebe, ki se bodo morale odločati, kako sobivati v okolju, kjer so redno prisotne velike zveri. Le z izobraževanjem jim lahko omogočimo, da pridobijo dovolj pravih informacij o medvedih in si na podlagi le-teh nato izoblikujejo svoja stališča.

Medvedi so po naravi plašne živali in se praviloma izogibajo ljudi. Kljub temu se moramo pri gibanju v območju medveda držati naslednjih pravil:

- Medvedi nimajo radi presenečenj. Opozarjajte na svojo prisotnost med obiskom območja prisotnosti medveda, še posebno pri prehodu skozi goste vegetacije.
- Imejte psa vedno na povodcu! Spuščen pes lahko razdraži medveda in ga v iskanju pomoči privede naravnost do vas.
- Nikoli se ne približujte medvedjim mladim, saj medvedka ni daleč stran. Če se bo počutila ogroženo, se bo zaradi močnega zaščitniškega nagona lahko odločila postaviti v bran svojim mladim.
- Ne približujte se medvedjemu brlogu in ne poskušajte vstopiti vanj!



- Če se znajdete v neposredni bližini medveda (ali medvedke z mladimi): obstanite, ostanite mirni in se počasi umaknite v smeri, od koder ste prišli, brez hitrih gibov in kričanja. V primeru napada se nikoli ne branite.
- Pred medvedom nikoli ne bežite in ne plezajte na drevo. Medvedi so dobri plezalci in lahko v teku dosežejo hitrost do 50 km/h. Ujamejo vas lahko v nekaj metrih, ne glede na vrsto terena.

Na koncu bi se najlepše zahvalili ravnateljici OŠ Sodražica, Majdi Kovačič Cimperman, profesorici Mojci Vesel za pomoč pri organizaciji dela in gozdarju Miranu Bartolu za vse posredovane informacije na terenu.

Več informacij o medvedih, sobivanju z njimi in projektu LIFE DinAlpBear lahko najdete v brošuri »Rjavi medved v Dinaridih in Alpah«, ki je dostopna na spletni strani projekta: <http://dinalpbear.eu>