

PIKINE NOGAVIČKE

24. Pikin festival

Velenje

Petek, 27. september 2013

št. 6

Dan borilnih veščin

Včeraj smo spoznavali borilne veščine. Ste vedeli, da lahko to skupino športov imenujemo tudi umetnost bojevanja? Večina borilnih veščin izvira iz Azije, so pa uveljavljene po celem svetu. Na Pikinem festivalu so se nam predstavili športniki iz Taekwon-do kluba Skala Velenje.

AIKIDO

Ni tekmovalna niti agresivna borilna veščina. S to vadbo, ki zahteva psihično in fizično delo, izpolnjujemo sebe. Človek, ki trenira aikido, pridobi na samozavesti, okrepi mišice in telo. Pri treningu sta pomembna red in disciplina.

JUDO

Judo je zelo zanimiv šport, pri katerem izvajamo različne tehnike na zelo neboleč način. Čeprav se nam mogoče zdi, da gre za nasilen šport, so nam judoisti zatrdili, da ni. S treningi juda pridobimo koncentracijo, disciplino, spoštovanje do samega sebe in do drugih. Ko začnemo trenirati, moramo najprej premagati strah pred padci.

TAEKWON-DO

Je borilna veščina, ki prihaja iz Južne Koreje. V osnovi gre za neoboroženi boj samoobrambe. Taekwondoiste smo vprašali, kako bi Piko naučili to borilno veščino. Najprej bi jo naučili pravilne drže pesti ter pravilne hoje naprej in nazaj (glede tehnike). Nato bi ji dali rokavice, zaščitno obleko in bi jo spustili na tatamije (blazine, na katerih se borijo taekwondoisti). Potem pa bi ji fantje že dovolili borbo.



»Nad taekwondojem me je navdušil bratranec. Treniram štirikrat na teden. Najbolj mi je v spominu ostalo lansko evropsko prvenstvo, na katerem smo se imeli odlično. Osvojil sem drugo mesto in sem zelo ponosen na ta trenutek.«

Nejc, 13 let

»Mene pa je navdušil Nejc. Po mesecu dni sem šel z njim na trening, ugotovil sem, da je to zelo zabavno in začel tudi sam trenirati. Najtežje se je bilo naučiti vzdrževanja kondicije in potek form.«

Domen, 13 let

Dobili smo nov vodomet

Pika je otvorila vodomet na Velenjskem jezeru. Gre za novo pridobitev mesta, ki jo je postavil Premogovnik Velenje. V preteklih letih je na malem turističnem jezeru že stal vodomet, a je Premogovnik Velenje zaradi sanacije tega območja jezero zasul. Kot nadomestek za pretekli vodomet so postavili novega, ki je nameščen 20 metrov od obale. Najvišji curek brizga kar 16 m visoko! Vodomet je še posebej zanimiv v večernih urah, ko se stemni, saj ga osvetljujejo večbarvni žarometi v barvah MO Velenje.

»Premogovnik Velenje – kot družbeno odgovorno in okolju prijazno podjetje – je postavil novi vodomet na Velenjskem jezeru, ki je v zadnjih nekaj letih postalo zelo privlačno za turiste. Želimo, da bi tako privabili še več ljudi. Namenoma smo izbrali Pikin festival za čas otvoritve, saj smo želeli na hudomušen način predati njegov namen.«

Tadeja Jegrišnik,
vodja Službe za odnose z javnostmi
Skupine PV



Cel svet na ogled!

Ste že kdaj oblekli pravi eskimski plašč ali napisali svoje ime v egipčanskih hieroglifih? Je vaš odgovor ne? Če je tako, obvezno obiščite Pikin svet v malem, kjer se boste spoznali z najrazličnejšimi kulturami in običaji. Na ogled je tudi zanimiva maketa sveta, kjer so predstavljene tradicionalne arhitekture vsake celine.

Pika potuje je nov mednarodni sklop festivala, ki ga Pika prireja v sodelovanju z domačimi in tujimi umetniki ter prostovoljci iz tujine. Ko pridete na obisk, se sprehodite skozi spoznavno-ustvarjalni poligon, kjer je predstavljenih sedem svetovnih celin. Najprej na carini dobite Pikin potni list, kamor narišete svoj avtoportret, potem pa se začne potovanje po svetu! Na vsaki celini preko delavnic in pogovorov z animatorji spoznate njeno kulturo, tipična oblačila, tradicije ... Na Antarktiki ulovite ribico, v Severni Ameriki dobite pravo indijansko poslikavo, v Aziji si izdelate svoj lampijonček ... No, vseh skrivnosti pa vam ne bomo izdali. Pridite mimo, pa boste videli in izvedeli čisto vse!

“Za Piko Nogavičko sem slišala že prej, vendar njene zgodbe nisem poznala. V Novi Zelandiji nimamo nič podobnega kot je ta festival. Vesela sem, da sem del te ekipe. Otroci so navdušeni in vsi so tako smešno oblečeni, res je super!”

Mandy Klose iz Nove Zelandije, prostovoljka

“Iskala sem delo v Sloveniji in takoj, ko sem izvedela za ta festival, sem želela sodelovati. Sedaj širim informacije v Italijo, saj si želim, da bi tudi pri nas organizirali kaj podobnega.”

Denise Della Valle iz Italije, prostovoljka



Pikina joga

»Danes se bom sproščala!« je rekla Pika Nogavička in obiskala jogo v Knjižni četrti. Predstavljal si je, kako leži na mehkih blazinah, je čalpinke, se sonči in uživa. Hitro je ugotovila, da je joga nekaj popolnoma drugega, a se je nad njo vseeno navdušila. Kaj pa si ti predstavljaš pod besedo »joga«?

Joga je duhovno urjenje, ki izvira iz Indije. Pravzaprav gre za telesno in duševno uravnovešenost, kar dosežemo z dihalnimi vajami in pravilnimi telesnimi položaji. Za izvajanje joge potrebujemo sebe, ne drsečo podlogo in udobna oblačila. Če bi mlade Pikice in Pikoti želeli doma izvajati jogo, si morajo zapomniti, da je vedno potrebno poslušati



svoje telo. Pri jogi je namreč najbolj pomembno, da smo v udobnem položaju in da nas nič ne boli.

V Knjižni četrti izmenjaje izvajajo otroško jogo in pravljično jogo. Vsak dan eno. Pri otroški jogi se preko asan in različnih zgodb spreminjamo v različne živali, junake ... Lahko se spremenimo v karkoli, odvisno od trenutka in razpoloženja otrok. Pri pravljični jogi pa knjižničarka najprej prebere pravljično, nato pa se skozi igro asan otroci spremenijo v like iz pravljičice. Veš, kaj je asana? To je udoben in stabilen položaj v jogi.

Lepo vabljeni na »joganje« in sproščanje.

Pikin recept dneva

Mošnjički s koromačem v listnatem testu

Mmmmm ... Kaj tako slastno diši iz Pikine kuhinje? Danes Pikin kuhar Danilo Ivanuša pripravlja slastno kosilo. Naredili bomo mošnjičke s koromačem, jih zavili v listnato testo, spekli in pojedli. Se vam že cedijo sline?

Potrebujemo:

0,5 kg listnatega testa,
koromač,
200 g sir gauda,
timijan,
sol,
drobnjak.



Priprava:

Listnato testo razvaljamo na 3 mm debeline. Izrežemo kvadratke velikosti 5 cm in jih nadevamo z na kocke narezanim koromačem. Dodamo še nariban sir, timijan in solimo po želji. Vogalčke stisnemo skupaj in zapremo v mošnjiček. Da se nam lažje sprimejo, jih lahko namočimo s par kapljicami vode ali pa premažemo z jajcem. Popečemo v pečici do zlato rumene barve (275 °C, 10 minut). Ko so pečeni, jih dekoriramo z drobnjakovo pentljo, ki jo lično zavijemo na vrh mošnjička. Serviramo tople ali hladne kot samostojno jed, lahko pa jih postrežemo s poljubno omako. Dober tek!

Si upaš v džunglo?

Nedaleč stran od Pikine Vile Čira Čara boste našli čisto pravo pravcato džunglo. Ne manjka niti krokodil, ne pajki, kače ali ptiči. Najprej morate prečkati reko, kjer morate paziti, da vas ne ugrizne krokodil. Izmakniti se morate pajkovi mreži, da vas pajek ne ulovi in pohrusta za kosilo. Če sledite puščicam in se uspešno izogibate živalim, boste hitro na cilju.

Melita, ki bdi nad džunglo in pazi, da otroci ne postanejo pajkovo kosilo, nam je povedala, da so mladi obiskovalci navdušeni. Nekateri celo po večkrat na dan obišejo džunglo in se prebijajo skoznjo. Za marsikoga je to velik izziv. Pridejo tudi otroci, ki se živalic bojijo, saj z gledajo resnične, drugi pa vedo, da so to le igrače.

Ste pripravljeni na pustolovščino?



Umetniške četrti

Muzejska četrť

Ker je Pika tudi ljubiteljica zgodovine, se je odločila, da bo letos predstavila kar sedem različnih muzejev. V kreativnih delavnicah ustvarjajo izdelke, ki so vezani na dejavnost predstavljenega muzeja. V hiši mineralov si lahko ogledate in potipate raznorazne kamnine in minerale, preizkusite pa se lahko tudi v starih igrah. Danes je tukaj še prav poseben dan, saj imajo razstavljen prave ostanke mogočnih mamutov in druge arheološke zanimivosti, ki vas bodo zagotovo navdušile. Pridite mimo in si jih oglejte tudi vi!

»Delavnice pripravljamo tako, da so čim bolj dinamične. Vsak dan je predstavljen drug muzej in tako tudi delavnice prilagajamo in so vsak dan drugačne. Poskušamo biti čim bolj športni, na travniku vsak dan igramo stare pastirske igre. V naši četrti je predstavljena tudi hiša mineralov, kjer so na ogled različni minerali in fosili, najbolj zanimiv pa je zagotovo peskovnik v katerem so skriti minerali. Če jih otroci najdejo, jih lahko odnesejo domov.«

Blaž Verbič, Muzej Velenje



“Z borilnimi veščinami se ukvarjam za zabavo in sicer na ladji, kjer se včasih pretebam ali sabljam z gusarji. Pa kadar me kaj razjezi! Takrat večkrat brcnem v Vilo Čira Čara, potem pa se dvigne ves prah in se vila skoraj podre. Moj najljubši borilni šport je foks. Ne foks, boks! Na otoku Taka Tuka živijo domorodci, ki se derejo »hasu-hasu« ali nekaj podobnega. Ti so me malo naučili boksati.»

Pika Nogavička



Pikin izdelek dneva:

LABIRINT

Danes vam predstavljamo zelo preprost in zanimiv izdelek, ki si ga z lahkoto izdelate doma. Lahko pa obiščete Pikin festival ter pridete v Hišo ustvarjalnosti in igre, kjer si ga bomo izdelali skupaj. Gre pravzaprav za igrico, ki je zelo priljubljena med mladimi. To je labirint!

Potrebujemo:

škarje,
lepilo,
selotejp,
flumaster,
debel karton,
frnikolo,
slamice.

Izdelava:

Najprej si narišemo labirint na debel karton. Približno pol cm od roba zarezemo s škarjami. Stranice nato zavijamo in jih oblepimo s selotejpom. Izrežemo slamice po zeleni dolžini, jih nalepimo na labirint in počakamo, da se posušijo. Na eni strani napišemo »start«, na drugi strani pa »cilj«. Naš labirint je pripravljen za igro.



Teksti:

Pina Špegel
Nastja S. Naveršnik

Oblikovanje:

Pina Špegel

Fotografije:

Nastja S. Naveršnik
Ksenija Mikor
Pina Špegel