

Predstavitev novih naložb

Sprostitutveni center in igrišče za golf

V Krkinih termah v Šmarjeških Toplicah smo sredi septembra na slavnostni otvoritvi javnosti predstavili dve novi pridobitvi – hotel Vitarium s sprostitutvenim centrom v Šmarjeških Toplicah, za katerega smo v Termah Krka pridobili tudi sredstva Evropske unije, in igrišče za golf na Otočcu. V zadnjih letih smo v naših enotah beležili visoko zasedenost kapacitet, kar je bil ključni razlog za vlaganje v nove hotelske in infrastrukturne objekte. Posebno pozornost smo namenili sprostitutvenim programom, doseženi prodajni rezultati pa že potrjujejo pravilnost sprejetih odločitev. Gre torej za pridobitvi, ki bosta kakovostno in bogato nadgradili turistično ponudbo Dolenjske.

Terme Šmarješke Toplice

Investicija v Šmarjeških Toplicah v višini 2,4 milijarde tolarjev je obsegala izgradnjo novega hotela Vitarium, obnovitev hotela Toplice (75 sob in hodnikov), klimatizacijo hotelov in izgradnjo novega zunanjskega bazena (ki je povezan z notranjim termalnim bazenom). Obnovili smo streho nad bazenom, ob hotelu zgradili novo cesto, termalno vrtino, obnovili cevovod in toplotne črpalke. Prenovili smo pritličje celotnega hotelskega kompleksa z recepcijo in hotelskim barom, gostom pa je ob novem bazenu na voljo tudi zunanji bar in več masažnih bazenov. Z novo pridobitvijo se je v Termah Šmarješke Toplice pokazala potreba po novih delovnih mestih, zato smo zaposlili 16 novih sodelavcev.

V okviru omenjene investicije je najpomembnejša pridobitev center Vitarium Spa&Clinique. Novi programi, ki so individualno prilagojeni in temeljijo na naravnih postopkih z merljivimi učinki, so namenjeni krepitvi zdravja in psihofizičnih sposobnosti ter premagovanju težav, ki dandanes najpogosteje otežujejo življenje sodobnega človeka (stres,

prevelika teža, prezgodnje staranje, nezadovoljstvo z zunanjim videzom ...). Programe izvajamo na 1000 m² sodobno in prijetno opremljenih prostorov, med njimi so center za vrhunsko nego obraza, telesa in las, sproščujoče sobe za izvajanje raznovrstnih masaž in sprostitutvenih tehnik, bogato opremljena telovadnica, udobna sprejemnica z biobarom in studio za višinsko vadbo.

V hotelu Vitarium je 72 sob visoke kategorije (****superior), prostornih, klimatiziranih, z dostopom do interneta, satelitsko TV, mini barom in sefom, enajst luksuznih suit (40 m²) oziroma apartmajev (50 m²), najzahtevnejšim gostom pa je na voljo tudi predsedniški apartma (100 m²).

V sklopu centra Vitarium Spa&Clinique se nahaja tudi Vitarium Aqua, obnovljen kompleks savn, kopeli in wellness storitev, pri katerih uporabljamo zdravilno termalno vodo.

Golf na Otočcu

V dveh letih je na rahlo hribovitem terenu nastalo eno najdaljših igrišč v Sloveniji s tekmovalno dolžino 3038 metrov, 26 peščenimi in 2 vodnima ovirama. Igrišče z devetimi polji je bilo za igralce odprto že v prvi polovici letošnjega julija in se razprostira na 26 hektarjih. Večinska lastnica igrišča, ki leži ob reki Krki in v neposredni bližini gradov Otočec in Struga, je družba Terme Krka. Projektanta sta bila priznana strokovnjaka Howard Swan iz Velike Britanije in Slovenec Peter Škofic.

Razgibanost igrišča ponuja igralcu čudovit razgled po čistinah v objemu dreves in jezerc. Zaradi lepega okolja in kakovostne podlage, ki omogoča dobro vzdrževanje, namerava družba Terme Krka tu zgraditi še devet dodatnih polj ter klubsko hišo z restavracijo, garderobami, sprejemnico in trgovino.

A. Z.



Prejemnik priznanja menedžer leta 2006 Jože Colarič

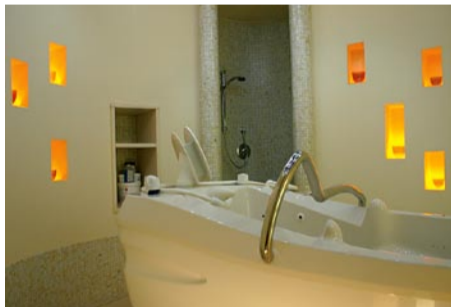


Združenje Manager je za menedžerja leta 2006 imenovalo Jožeta Colariča, predsednika uprave in generalnega direktorja Krke. Kristalno kokco mu je 5. oktobra 2006 na slovesnosti v Mariboru izročil predsednik združenja Franjo Bobinac.

Kot so v utemeljitvi nagrade zapisali Colaričevi stanovski kolegi, pod njegovim vodstvom Krka nadaljuje odlične poslovne trende iz preteklosti: celotni prihodki so lani zrasli za 17 odstotkov, čisti dobiček pa kar za 49 odstotkov. Tudi letošnje polletne številke kažejo, da se Krkin zagon ne zmanjšuje, saj so v primerjavi z lanskim polletjem prodajo povečali za četrtno, dobiček pa za 23 odstotkov. Vseskozi se povečuje tudi dodana vrednost na zaposlenega, več kot polovi-

ca zaposlenih pa ima najmanj visokošolsko diplomu. Dobremu poslovanju sledi tudi rast Krkine delnice.

Združenje Manager že od leta 1991 podeljuje priznanje menedžer leta vodilnim menedžerkam in menedžerjem za doseganje izjemnih poslovnih dosežkov in izboljšav v podjetju, ki ga vodijo. S tem Združenje Manager pomembno prispeva k uveljavljanju menedžerskega poklica v Sloveniji, pa tudi širše.



Poslovni rezultati



Krka nadaljuje z uspešno prodajo

Skupina Krka, ki jo poleg delniške družbe Krka sestavlja še 13 družb v tujini in skupina Terme Krka, je v prvih devetih mesecih letošnjega leta prodala za 120 milijard SIT izdelkov in storitev. K 23-odstotni rasti glede na enako obdobje lani je največ prispevala prodaja zdravil na recept na tržišča vzhodne Evrope.

Prodaja skupine je za 15 milijard SIT oziroma za 14 % večja od prodaje družbe Krka. Na večjo prodajo skupine je vplivala predvsem prodaja odvisnih družb na Poljskem, Hrvaškem in v Ruski federaciji ter prodaja skupine Terme Krka. Zdraviliškoturistične storitve, katerih rast je bila 13-odstotna, so v prodaji dosegle 5 milijard SIT in predstavljajo 4-odstotni delež v skupni prodaji.

... z brezplačnim avtobusnim prevozom
v Terme Krka in nazaj

Veseli avtobusi

v Terme Dolenjske Toplice

Vsebina programa:

- namestitev v dvoposteljni sobi hotela Vital**** ali Kristal****
- 7 polpenzionov
- v času bivanja 1x pregled pri zdravniku
- vsak dan jutranja hidrogimnastika
- 1x bioenergetska soba (25 min)
- neomejeno kopanje v termalnih bazenih v hotelu in v Wellness centru Balnea
- spoznavna večerja z zabavo
- 1x predavanje z zdravstveno vsebino
- pohod po bližnji topliški okolici, kulturne in družabne prireditve

Hotel Vital ali Kristal	7 dni / polpenzion	
Cena programa	71.264 SIT	297,38 EUR

Severna Primorska: 12. 11. - 19. 11. 2006

Informacije o postajah, točnih odhodih avtobusov in rezervacije:

☎ 07 39 19 400, booking.dolenjske@terme-krka.si



v Terme Šmarješke Toplice

Vsebina programa:

- 7 polpenzionov
- pregled pri zdravniku
- vsakodnevna jutranja hidrogimnastika ali vodna aerobika
- neomejeno kopanje v termalnih bazenih
- 2x predavanje z zdravstveno vsebino
- možnost izbire med različnimi jedilniki
- svečana večerja s tradicionalnimi dolenjskimi jedmi
- tečaj pripravljanja kuharskih dobrot
- sobotni ples, družabni in kulturni program

Hotel Toplice	7 dni / polpenzion	
Cena programa	71.264 SIT	297,38 EUR

Gorenjska, Ljubljana: 29. 10. - 5. 11. 2006

Severna Primorska: 10.12. - 17.12.2006

Informacije o postajah, točnih odhodih avtobusov in rezervacije:

☎ 07 38 43 500, booking.smarjeske@terme-krka.si



v Talasu Strunjan

Vsebina programa:

- 7 polpenzionov
- jutranja skupinska telovadba v bazenu
- 1x dnevno turška, finska in infrardeča savna
- kopanje v pokritem bazenu z ogrevano morsko vodo
- 2x tedensko glasba za ples in bogat animacijski in rekreacijski program

Hotel Laguna	7 dni / polpenzion	
Cena programa	45.570 SIT	190,16 EUR

Ljubljana: 21. 10. - 28. 10. 2006, Dolenjska: 26.11. - 3.12.2006,

Gorenjska: 3.12. - 10.12.2006, Štajerska: 10.12. - 17.12.2006,

Primorska: 17.12. - 24.12.2006

Informacije o postajah, točnih odhodih avtobusov in rezervacije:

☎ 05 67 64 100, booking.strunjan@terme-krka.si



Navedene cene veljajo na osebo v dvoposteljni sobi. Turistična taksa in zavarovanje nista vključena v ceno. Doplačila za enoposteljno sobo in polni penzion. Cene že vključujejo zgornje meje popustov, nanje ni več dodatnih popustov.

Jesenski oddih v Termah Dolenjske Toplice (28.10. - 27.12.2006)

- 5 ali 7 polpenzionov
- kopanje v bazenih s termalno vodo v hotelu in v Wellness centru Balnea
- vsak dan Aqua Fit
- 1x vstop v Oazo
- pregled pri zdravniku (pri 7-dnevem paketu)
- jutranja gimnastika pod strokovnim vodstvom
- 1 žeton za solarij
- petkovo nočno kopanje v Wellness centru Balnea
- PACE vadba v hotelu
- sobotni ples z živo glasbo in bogat animacijski program (pohodi, izleti, predavanja)
- 10 % popusta na zdravstvene storitve v zdravilišču (razen masaž) ter 10 % popusta na individualne storitve v Wellness centru Balnea (od ponedeljka do petka)

Cena paketa	5 dni		7 dni	
	SIT	EUR	SIT	EUR
	56.558	236,01	79.182	330,42

☎ 07 39 19 400, booking.dolenjske@terme-krka.si
www.terme-krka.si

Jesenski oddih v Termah Šmarješke Toplice (28.10. - 27.12.2006)

- 5 ali 7 polpenzionov
- neomejeno kopanje v notranjih in zunanjih bazenih s termalno vodo
- 1x brezplačen vstop v Vitarium Aqua
- REKREATIVNE STORITVE: vodeni sprehodi, vsak dan vodna aerobika, učna ura nordijske hoje
- sobotni ples z ansamblom v zdraviliški restavraciji
- kulturne in družabne prireditve, kuharske delavnice, koncerti
- 10 % popusta na zdravstvene storitve v zdravilišču (razen masaž)

Cena paketa	5 dni		7 dni	
	SIT	EUR	SIT	EUR
	56.558	236,01	79.182	330,42

Ugodna ponudba od 2. do 5.11.2006: 3-dnevni oddih v hotelu Toplice
že od 35.721 SIT / 149,06 EUR

☎ 07/ 38 43 400, booking.smarjeske@terme-krka.si
www.terme-krka.si

Ta prelepi božični čas ... v Talasu Strunjan

- 3 polpenzioni v Hotelu Laguna
- sprehod do Pirana in ogled jaslic
- peka piškotov, krašenje božičnega drevesca in sprehod z baklami do morja
- božična večerja ob zvokih božičnih pesmi
- obisk polnočnice v strunjanski cerkvi
- bogat božični zajtrk
- božično nočno kopanje v soju sveč
- kopanje v bazenu z ogrevano morsko vodo
- uporaba savn enkrat dnevno

Cena 3-dnevnega paketa (od 23. do 26.12.2006)	SIT	EUR
		27.900

☎ 05/ 67 64 100, booking.strunjan@terme-krka.si
www.terme-krka.si

Vitalni. Zdravi. Ponosni nase.

Obvladajmo stres



Stres je odziv telesa na obremenitve, ovire, zahteve, pa tudi na pozitivne dogodke v življenju, kot so poroka, rojstvo, potovanja. Odraža se na čustvenem, fizičnem in duhovnem nivoju, v oblikah, ki so zdravju in počutju lahko nevarne. Če se z njim pravočasno ne soočimo, lahko pusti trajne negativne posledice na našem zdravju. Ker se različni ljudje na isti dražljaj različno odzivamo, je potrebno za prepoznavanje vseh oblik in izvorov stresa poglobljeno znanje in pomoč terapevtov.

V programu StressFree, ki ga izvajamo v centru Vitarium Spa&Clinique v Termah Šmarješke Toplice, se posameznik nauči stres prepoznati in najti vzroke zanj, se nanj pravilno odzvati, ga usmerjati in obvladovati. Osvoji tudi relaksacijske tehnike ter se sprosti s sprostitvenimi in negovalnimi tretmaji in telesno aktivnostjo. Da ostane vitalen, zdrav in ponosen nase, pripravljen, da se spopade z nezdravimi navadami in razvadami in da se sooči s fizičnim stanjem in omejitvami svojega telesa, se očisti in prenovi.

Program vsebuje:

1. Analiza stanja

- psihološka obravnava, pace test (analiza stresa)

2. Tretmaji

- kromoterapije z glasbo, stone terapija, pace biofeedback treningi pravilnega vodenja stresa, celične biostimulacije

3. Sprostitev in nega

- relax masažne kopeli, antistress kopeli, relax masaže, nega las z masažo in oblikovanje pričeske

4. Telesne aktivnosti

- pace ali kardiokros v naravi, Qi Gong, stretching

5. Izobraževanje

- izobraževanje o sproščanju in gibanju



Terme Šmarješke Toplice
Tel.: 07/ 38 43 438
E-pošta: vitarium@terme-krka.si



Akcija

Hujšanje za zdravje in lepši videz

Tri mesece je potekala akcija hujšanja, ki so jo v sodelovanju s časopisom Dolenjski list organizirale Terme Šmarješke Toplice. Žreb je določil šest bralcev Dolenjskega lista, ki so se vključili v program hujšanja in v tem obdobju dosegli izjemne rezultate.

Kandidati so trikrat tedensko vadili na različnih orodjih, seveda pa so spremenili tudi način prehranjevanja, v kar jih je vpeljala nutricionistka Janja Strašek. Za kandidate so bili to trije meseci korenitih sprememb, za tiste, ki so jih vodili skozi program hujšanja, pa so bili to trije meseci izzivov, saj je bilo na očeh javnosti tudi njihovo delo. »Spoznali smo, da je možno ob spremljavi medijev izgubiti še več kilogramov, saj so rezultati pri naših kandidatih zares odlični,« je povedal Tomaž Kocjan in ugotovitev utemeljil

s podatkom, da v njihovem programu hujšanja ženske izgubijo v enem tednu povprečno od 2 do 3 kilograme telesne teže, moški pa od 2,5 do 4 kilograme. To velja za goste, ki se udeležijo programa hujšanja in tudi bivajo v hotelu, hkrati pa imajo tudi več dodatnih terapij.

Niso pa pomembni le kilograme, ampak tudi odstotek izgubljene telesne maščobe. V skupini so dosegali njeno zmanjšanje v razponu od 4,5 do nekaj nad 8 odstotki. To pa pomeni kakovostno hujšanje in zares izjemen rezultat. Povečana mišična masa, zmanjšana teža in predvsem nov življenjski stil so bile tako glavne odlike akcije Dolenjskega lista in Term Šmarješke Toplice.

Lidija Jež (Dolenjski list)



Ob zaključku akcije: skrajno desno Janja Strašek in levo Tomaž Kocjan, ki sta s skupino vse tri mesece tesno sodelovala, zadaj direktor Krkinih term v Šmarjeških Toplicah Gorazd Šošter, tedanja direktorica Dolenjskega lista Branka Videtič in vodja marketinga Dolenjskega lista Živa Šošter, spredaj pa pet članov skupine, ki niso le shujšali, ampak spremenili tudi svoj življenjski slog – hrana bo odslej drugačna, dnevno pa bo na vrsti tudi gibanje.

Po kuharske skrivnosti v Dolenjske Toplice

(ponudba za skupine najmanj 6 oseb)

Program od nedelje do petka:

- nastanitev v dvoposteljni sobi (Vital**** ali Kristal****)
- 2 polpenziona
- kopanje v termalnih bazenih
- jutranja hidrogimnastika pod strokovnim vodstvom
- bogat animacijski program
- KUHARSKE DELAVNICE z različnimi kuharskimi tematikami

Cena 2-dnevnega paketa

SIT	EUR
23.668	98,76

Cena 1-dnevnega paketa (kopanje, kuharska delavnica in kosilo):
5.400 SIT / 22,53 EUR

☎ 07 39 19 400, booking.dolenjske@terme-krka.si
www.terme-krka.si

Če ste v zadregi, kaj podariti prijatelju - podarite vstopnico do zdravja in boljšega počutja!

TERME KRKA

Vrednostne darilne bone Term Krka, ki jih lahko vaš obdarovanec po želji izkoristi v Termah Dolenjske ali Šmarješke Toplice, v Talasu Strunjan, Hotelih Otočec ali v Hotelu Krka v Novem mestu, lahko naročite tudi v vseh enotah Pošte Slovenija ali na telefonski številki 080 1410 in jih pošljete skupaj s telegramom.

Več informacij: 07 373 19 43



Vrelci zdravja
TERME KRKA



Terapije z grozdom v Termah Krka

Že iz antičnih časov je znano, da grozdje in vino odganjata starost, pomagata ohranjati zdravje in lepoto. Znane so tudi različne terapije z grozdom za odpravljanje odvečnih kilogramov, izboljšanje počutja in še bi lahko naštevali. V zadnjih petnajstih letih pa so se biološko aktivne snovi grozda in vina začele uporabljati tudi v kozmetiki.

V Termah Krka smo razvili programe, ki smo jih poimenovali Vino Vitarium (v centru Vitarium Spa&Clinique v Termah

Šmarješke Toplice) in Vino Bonum (v Wellness centru Balnea v Termah Dolenjske Toplice). Pri terapijah in negah uporabljamo kakovostne surovine, pridobljene iz grozda, ki poleg mineralov (K, Ca, Mg), vitaminov in koencima Q10 vsebujejo tudi zelo pomembne polifenole (katehini, resveratrol, flavonoidi, antocianidini ...), ki delujejo kot močni antioksidanti oziroma lovilci prostih radikalov. Nahajajo se predvsem v peškah in lupinah rdečih grozdnih jagod. V nekaterih sortah grozda je koncentracija polifenolov večja kot v drugih, zato v naših programih uporabljamo grozdje z zelo močno koncentracijo omenjenih snovi. Grozdje pridobivamo iz ekološkega vinograda, ki se obdeluje z biodinamičnimi metodami. Po trgatvi predelamo tropine, in sicer tako, da jih sušimo po posebni metodi, ki zagotavlja ohranitev dragocenih snovi. Analize, izdelane na Kmetijskem inštitutu, dokazujejo izredno veliko vsebnost polifenolov v naših tropinah. Tako predelane tropine uporabljamo pri negah in v prehrani, za nege pa uporabljamo tudi olje grozdnih pešk.

Terapije in nege z grozdom so raznolike in bogate, lahko pa jih tudi prilagajamo željam in potrebam naših gostov. Ti lahko izbirajo med pilingi, oblogami, savnanjem z oblogo, aroma masažo, masažo s snopki ali masažno kopeljo. Programi so prijetni in sproščujoči. Koža je po negi nahranjena, mehka, sijoča, počutje pa prerojeno.

Goste navdušujejo tudi kulinarčne posebnosti iz tropin in grozda: na poseben način pripravljen čaj, ki je prava antioksidativna injekcija, pa kruhki, piškoti in seveda, po želji, tudi rdeče vino.

Nada Milač in Jana K. Petrovič

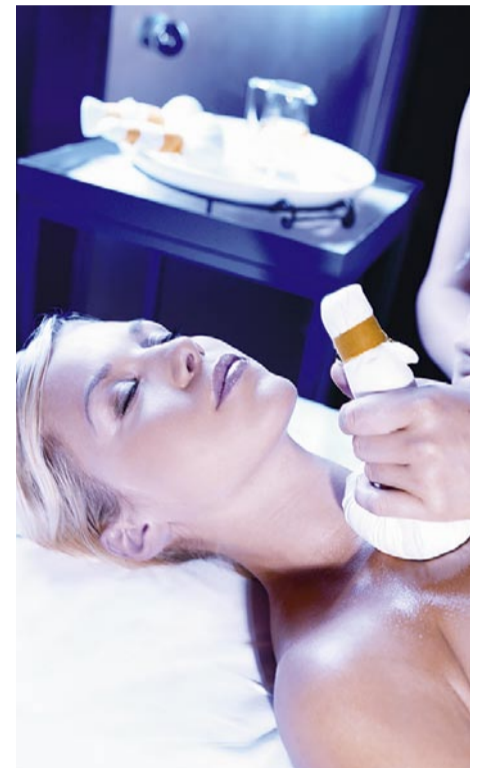


Vino Bonum enodnevni program za dušo in telo

- Laguna (kapanje in whirlpool)
- Oaza (finska savna, turška kopel, japonska kopel, tropski vrt, Zen soba, nudistična terasa)
- piling (20 min)
- obloga (30 min)
- masaža s snopki tropin (50 min)
- rozinov čaj

Cena programa: 19.500 SIT / 81,37 EUR

☎ 07/ 39 19 400, booking.dolenjske@terme-krka.si
www.terme-krka.si



Vino Vitarium enodnevni program za dušo in telo

Blagodejno delovanje termalne vode, savne, sprostilne kopeli, masaže, obloge in pilingi. V pomirjajočem okolju, ob zvokih nežne glasbe in ob prefinjenih aromah, ki ustvarjajo idealne pogoje za popolno sprostitev, boljše počutje, obnavljanje telesne energije in regeneracijo telesa in duha ...

- piling z grozdom (1x)
- aromamasaža z grozdnim oljem (1x)
- center savn (2x 3 ure)
- kapanje v termalnih bazenih

Cena programa: 18.720 SIT / 78,12 EUR

☎ 07/ 38 43 400, booking.smarjeske@terme-krka.si
www.terme-krka.si

Hotel Krka - seminarji



Velika dvorana Novo mesto s 100 do 120 sedeži, dva mala salona Kapitelj in Rotovž z 20 do 25 sedeži ter tri dvorane z 8, 10 in 16 sedeži so pripravljene za izvedbo seminarjev, konferenc, družabnih srečanj, poslovnih sestankov ali skupščin. Vsi prostori so opremljeni s sodobno multimedijško opremo.

Hotel je v centru Novega mesta in je idealno izhodišče za izlete v bližnjo okolico. Gostje hotela imajo brezplačno kovanje v Termah Šmarješke Toplice in v Wellness centru Balnea v Termah Dolenjske Toplice.

☎ 07/ 39 42 100, booking.hotel.krka@terme-krka.si

www.terme-krka.si



Knjižice V SKRBI ZA VAŠE ZDRAVJE

lahko dobite pri vašem izbranem zdravniku ali pa jih poiščete na Krkini spletni strani www.krka.si/zdravje.

Več informacij o visokem krvnem tlaku in ostalih nevarnostih za srce in žilje dobite na spletni strani www.ezdravje.com/srce.

FITOVAL® – učinkovita formula za zdrave lase



FITOVAL® aktivna nega poškodovanih las



FITOVAL, šampon za krepitev las in lasnih korenin
Blag in nevtralen zeliščni pripravek, ki lase okrepi in zaščiti pred škodljivimi zunanjimi vplivi in pred izsušitvijo. Preprečuje cepljenje konic, lasem pa daje voljnost in sijaj. Ima nevtralen pH in ne draži lasišča.

Priporočamo ga:

- pri poškodovanih, tankih in oslabeledih laseh
- za krepitev las in lasnih korenin
- za preventivno nego neproblematičnih las

FITOVAL, kapsule
Biološka prehrana za problematično in poškodovano lasišče. Prek krvnega obtoka oskrbujejo lasne korenine s snovmi, potrebnimi za rast in obnavljanje lasišča. Lase krepijo, izboljšujejo njihovo strukturo, pospešujejo obnavljanje in preprečujejo čezmerno izpadanje.

Priporočamo jih:

- pri pomanjkanju bistvenih bioloških snovi zaradi neprimerne prehrane
- pri motnjah v rasti in obnavljanju las
- za krepitev tankih, krhkih in oslabeledih las



Šampon za krepitev las in lasnih korenin **FITOVAL** + kapsule **FITOVAL**

FITOVAL® aktivna nega proti izpadanju las



FITOVAL plus, šampon
Energjski koktejl iz učinkovitih naravnih sestavin, ki celicam lasnih korenin zagotavljajo dodaten vir energije za hitrejšo obnavljanje in rast las. Je blag in primeren za vse tipe las.

Šampon in losjon priporočamo:

- pri čezmernem izpadanju las
- za odpravljanje motenj v rasti in obnavljanju las
- za večjo gostoto in boljši splošni videz las

FITOVAL plus, losjon
Učinkovito dopolnjuje aktivno nego, saj poveča delovanje šampona. Patentirana formula proti izpadanju las je kombinacija treh rastlinskih učinkovin, ki dokazano delujejo proti izpadanju las: eskulina, ksimeinske in lavrinske kisline.



FITOVAL, kapsule
Koncentrirana biološka prehrana in idealno dopolnilo šamponu in losjonu Fitoval plus pri čezmernem izpadanju las in pri oslabeledih laseh.



Šampon **FITOVAL plus** + losjon **FITOVAL plus** + kapsule **FITOVAL**

FITOVAL® aktivna nega proti prhljaju

NOVO



FITOVAL, dermatološki šampon proti prhljaju
Zasnovan je na sinergijskem učinku aktivnih naravnih sestavin in izvlečkov zdravilnih rastlin, ki delujejo na glavne vzroke nastanka prhljaja. Hkrati odpravljajo neprijetne spremljajoče pojave, kot so luskanje, srbenje in vnetje lasišča.

Šampon in losjon proti prhljaju priporočamo:

- pri prhljaju vseh stopenj, tudi pri trdovratnem prhljaju
- pri srbečem in vnetem lasišču
- za hitro in učinkovito odpravljanje prhljaja
- za vse tipe las

FITOVAL, dermatološki losjon proti prhljaju
Učinkovito dopolnjuje aktivno nego, saj poveča delovanje šampona, še posebej pri trdovratnem prhljaju. Izbrana koncentracija aktivnih naravnih sestavin odpravlja prhljaj in preprečuje njegov nastanek. Učinkovit je pri mastnih, suhih in normalnih laseh.



Šampon proti prhljaju **FITOVAL** + losjon proti prhljaju **FITOVAL**

»Vse več ljudi ima težave z lasmi in lasiščem. Najpogosteje gre za prhljaj, izpadanje las ter za mastne in poškodovane lase. Problematici lasje potrebujejo celostno nego, ki odpravlja vzroke in preprečuje posledice. Izdelki Fitoval jo zagotavljajo, zato jih svojim bolnikom priporočam kot dopolnilno nego.«

prim. **Boris Kralj**, dr. med., specialist dermatovenerolog, flebolog



FITOVAL® Učinkovitost izdelkov je dermatološko dokazana.



www.krka.si

Iskrice



27. september v Dolenjskih Toplicah

27. september, svetovni dan turizma, smo letos praznovali tudi v Termah Dolenjske Toplice. V informativnih kotičkih smo obiskovalcem in gostom posredovali pomembne in zanimive informacije o naših termah, lahko pa so si tudi ogledali sprostitevni center Balnea.

Slogan letošnjega turističnega praznika "TURIZEM BOGATI" smo udeležili z dnevom odprtih vrat in turističnim sejmom domače obrti topliške doline, kjer je goste k stojnicam privabljal muzikant s »frajtonarico«. Svojo dejavnost je na našem dvorišču predstavil tudi krajevni vrtec, otroci pa so gostom zapeli, zaplesali in zaigrali igrice, ki so jih poznali že njihovi stari starši. M.H.



Praznik kakija v Strunjanu

Kaj menite, kakšne barve je Strunjan? Oranžne! Vsaj v tem času, ko turistično društvo Solinar pripravlja največjo zabavo, kar jo je "božji sadež", kot se kakiju drugače reče, kdaj videl ...

Kaki je k nam prišel z Daljnega vzhoda. Drevo z zdravilnimi sadeži, ki vsebujejo okrog 15 odstotkov sladkorja ter vitamine A, B in C, so v Evropo prinesli okoli leta 1870, v Slovensko primorje in Istro pa v letih pred prvo svetovno vojno. Sadeži so zreli sredi jeseni, ko se zmehčajo in jih je mogoče jesti z žličko. Pridela se jih lahko skoraj popolnoma biološko, saj dreves ne napadajo škodljivci in jih zato ni potrebno škropiti s kemičnimi pripravki.

Praznik kakija bo letos 9., 10. in 11. novembra. Na velikem peščenem parkirišču ob Talasu Strunjan se bo dogajalo marsikaj. Vabljeni! N.V.

Humanitarni turnir golfa

Na novem igrišču za golf na Otočcu je 29. septembra potekal turnir, na katerem so golfske palice vihteli številni ljubitelji golfa. Hkrati je potekala tudi humanitarna akcija za pediatrični oddelek Splošne bolnišnice Novo mesto. Sredstva je lahko prispeval vsak udeleženec turnirja, nekaj je prispevala tudi Krka. Otoško igrišče je matično igrišče Golf kluba Grad Otočec Novo mesto, ki ga vodi Peter Miklavčič. Klub je bil ustanovljen leta 1999 in ima danes 200 članov. A.Z.

V SKRBI ZA VAŠE ZDRAVJE

Možja 2. september 2005. Novo mesto, izdajatelj: KRKA

Motnje razpoloženja

Nашa gostja:
prof. dr. **Martina Žmuc Tomori**,
dr. med., spec. psih.

Kaj moramo vedeti
o zdravljenju proti depresiji?

Prepoznamo depresijo
vprašalnik za odkrivanje depresije

Revija V skrbi za vaše zdravje Motnje razpoloženja

Vas zanima, kako prepoznati depresijo in kako si pomagati? Preberite drugo številko revije V skrbi za vaše zdravje, v kateri govorimo o motnjah razpoloženja. Depresija in ostale motnje razpoloženja niso bolezni moderne dobe, poznali so jih že v času faraonov.

Posledice motenj razpoloženja se ne odražajo le v človekovem čustvovanju, ampak lahko vplivajo na uspeh v njegovem osebnem življenju in celo poslab-

šujejo potek telesnih bolezni. Kljub možnim resnim posledicam teh motenj pa je pretiran strah odveč. Med vsemi psihičnimi motnjami so namreč prav motnje razpoloženja tiste, ki jih najuspešneje zdravimo.

Revija vam je na voljo v vseh lekarnah, čakalnicah družinskih zdravnikov, Krkinih zdraviliščih in na Krkini spletni strani www.krka.si/revija.

Stara znanca Otočca Zakonca Rumpf

Otočec, izjemen po svoji legi, domačnosti in gostoljubju, privablja v svoje hotele mnogo stalnih gostov. Izjemno srečna in zadovoljna se že več kot 40 let vsako leto vračata tudi zakonca Rumpf – gospod in gospa iz okolice Münchna.

Gospod Hans Rumpf, nekoč profesor matematike na visoki strokovni šoli v Münchnu, se rad spominja vseh potovanj in počitnic, ki sta jih s soprogo Irmo preživela na Otočcu in njegovi bližnji in širši okolici: »Za Otočec mi je povedal prijatelj iz vojnih dni, s katerim sva že prej večkrat razmišljala, da morava enkrat v miru obiskati kraje, kjer sva bila med vojno. Z družino smo prvič bivali na Otočcu, ko so tu stali le moteli - to je moralo biti v letih 1964/65. Hodili smo se kopat v Šmarješke in Dolenjske Toplice, spoznavali smo okolico. Vsi smo bili zadovoljni, namestitev je bila bolj skromna, vendar mi nismo potrebovali razkošja. Ne maram hotelov, kjer je treba nositi kravato. Otočec je kraj za ljudi, ki ne poznajo dolgočasja, ki jih zanima vse in ki hodijo po svetu z odprtimi očmi!«

V pogovoru z živahnima in prijetnima zakoncema Rumpf, ki izžarevata neverjeten optimizem, se človek zamisli, občuduje njuno poznavanje naših krajev in znamenitosti ...

»Zanima naju vse – kultura, zgodovina, narava, ljudje ... Bila sva že v mnogih krajih. V bližnjih Pleterjih sva spoznala patra Lanuina, s katerim sva se z lahkoto pogovarjala, saj izvrstno govori nemško. Tudi v Šentjerneju, pri Majzljju, sva se dostikrat ustavila, pa na banko hodiva tja,« nam je povedal gospod Rumpf, ki pozna celo odpiralni čas banke, saj po stari navadi najraje zamenja denar in plačuje z gotovino v tolarjih. Hudo mušno je pripomnil, da mora še hitro na banko, saj naslednji dan odhajata nazaj v Nemčijo ...

Kljub letom se na Otočec še vedno pripeljeta z avtom. Pravita pa, da obstajajo tudi druge možnosti prevoza – za čas, ko ne bosta mogla več sama na pot z lastnim avtom. Pripeljala ju bo hčerka, seznanjena sta pa tudi z avtobusnimi povezavami med Münchnom in Zagrebom.

»Kostanjeviška jama je prelepa,« zatrjujeta. »Poznava tudi Postojnsko jamo, saj je tako velika in bogata in znamenita, ampak že preveč »obljudena«. Midva raje iščeva drobne zanimivosti, ki jih je veliko povsod okoli nas, le videti jih je



treba. Bila sva v Črmošnjicah, v Kočevskem Rogu, v Beli krajini, opazujeva kraške pojave, o katerih smo se učili le v šoli – kraške doline, Cerkljsko jezero, ponikalnice. Sevnica, Podsreda, Rogaška Slatina, Mokrice, Čatež – vse poznavata. V zdravilišču Rogaška Slatina je bila žena kar nekajkrat na zdravljenju. Čatež pa nama ni preveč všeč, to je industrija,« je še dodal gospod Rumpf.

Zakonca se rada kopata, predvsem v starem lesenem bazenu v Šmarjeških Toplicah. Čeprav se jima zdi tudi v Šmarjeških Toplicah prelepo in je hotel prenovljen, ne bivata tam. »Najraje prebivava tu, na Otočcu, vsi naju že poznajo, srečujeva stare znance, vedno pa se seznaniva tudi z novimi ljudmi, ki prebivajo v hotelu. Sediva na terasi Tanga in opazujeva dogajanje. Vedno se kaj dogaja, prihajajo skupine z avtobusi, tujci, najrazličnejši gostje ...«

Pravita, da je prijetno srečevati stalno osebje hotela, da je to za njiju dober znak. »Gospoda Lada z recepcije poznam še iz časov, ko je bil natak,« je povedal zgovorni gospod. »V naših letih, pa tudi ko sva prihajala sem z otrokoma, je zelo pomembno, da je blizu bolnišnica in zdravniška pomoč, če jo potrebujeva. Včeraj sem bil recimo malo predolgo v bazenu, ni mi bilo dobro, ampak prijazen receptor Gregor me je odpeljal k zdravniku in sedaj se spet kar dobro počutim.«

Zaupala sta nam še eno zanimivost – od znancev, ki sta jih spoznala v Šmarjeških Toplicah, sta v dar prejela Valvasorjevo zbirko treh knjig, na katere sta zelo ponosna. In ko sem ju ob koncu našega kramljanja še vprašala, kaj bi na Otočcu spremenila, kaj bi si še želela, sta mi odgovorila: »Nič ne bi spremenila. Nama je tako, kot je, zelo všeč. In če bo vse po sreči, drugo leto spet prideva!«

Vida Trenz

Ta prelepi božični čas ... v Hotelih Otočec

- polpenzion in namestitev v hotelu Šport****
- brezplačna uporaba fitnesa, savne in masažnega bazena
- prost vstop v bazene Wellness centra Balnea v Dolenjskih Toplicah in v bazene Term Šmarješke Toplice
- božičkov sprejem s kuhanim vinom na grajskem dvorišču
- svečana božična večerja v grajski restavraciji
- božični zajtrk v grajski restavraciji
- prost vstop v casino in diskoteko
- bon za koriščenje dodatnih gostinskih ali športno-rekreacijskih storitev

**Cena 3-dnevnega paketa
(od 23. do 26.12.2006)**

SIT	EUR
od 25.412	106,04

V ceno bivanja je vključen bon v vrednosti 3.000 SIT, ki je vnovčljiv v času bivanja.

☎ 07/ 38 48 600, booking.otocec@terme-krka.si
www.terme-krka.si

Martinovanje v Hotelih Otočec (11. – 12.11.2006)

Ko mošt postane vino, je prav, da se srečajo stari prijatelji, si sežejo v roke in nazdravijo s kozarcem rujnega ...

- 1 nočitev v dvoposteljni sobi
- zabavni program
- večerja

MARTINOV MENI

- kmečki pršut in s tunino peno nadevan jajček na motovilcu
- zvitek iz dimljenega sira z bučnim oljem
- koruzna kremna juha z zeliščnim kruhkom
- pečena Martinova račka
- junčji medaljon z grozdjem v sladkem rdečem moštu
- bučni zavitek
- pečena hruška na rdečem zelju
- kostanjeva tortica z belim ledom in mandljevim lističi

Cena: 12.022 SIT / 50,17 EUR

☎ 07/ 38 48 600, booking.otocec@terme-krka.si

www.terme-krka.si



Animatorka

Manca Kerin



Otočec je osvojil tudi njo, čeprav pod njegovim okriljem dela šele dobre tri mesece. Impulzivno, živahno, odprto, samozavestno in zabavno dekle v Hotelih Otočec skrbi za počutje gostov in jih vodi na izlete, tudi na rafting ... Skrbi za poroke oziroma poročne protokole in z bodočimi mladoporočenci usklajuje scenarije njihovega najsrečnejšega dne. Išče tudi razne podizvajalce (glasbene skupine in druge nastopajoče) in koordinira nastope v restavraciji Tango ter na gradu, kjer kot grofica sprejema goste in jim predstavlja zgodovino gradu.

Zase pravi, da je preprosta in zelo samokritična, a vedno za šalo in zabavo. Pred letošnjim poletjem je delala kot radijska in televizijska voditeljica in novinarica, učila je ples, osnovnošolce poučevala angleščino, delala kot hostesa in pomagala pri organizaciji raznih prireditev (npr. promocija Rebekine zgoščenke). Delala je tudi v turistični agenciji, že v otroštvu pa v domači gostilni, kjer, pravi v smehu, je bila deklica za vse: kuharica, natak, čistilka, likalka, po nareku očeta pa je morala tudi plesati in igrati na klavir.

Cesar se loti, dela s srcem. Po njenem mnenju je njena najslabša lastnost, da včasih prehiteva samo sebe. Tako se nekega večera po grajskem sprejemu, ko je neznansko hitela na pomemben sestanek, ni utegnila niti preobleči in je zbrane presenetila v grajskih oblačilih ...

Njeno delo je neskončno – v smislu, da se lahko vedno izpopolnjuje, postaja boljše in odkriva nove možnosti. Od nje zahteva nenehno razmišljanje, kreativnost in ogromno energije, kar ji je zelo všeč. Dopušča ji možnost improvizacije – v angleščini in hrvaščini bolj, v italijanščini in francoščini malo manj. Lahko se igra, a hkrati resno jemlje dogodke. Zato mora biti tudi sistematična, dosledna in skrajno natančna, da ji kaj ne uide.

Če bi lahko, bi se izognila preverjanju računov, iskanju plačil in izpisovanju anketnih listov. In jezi, ko jo kdo od podizvajalcev pusti na cedilo. Najraje pa izpolnjuje sanje – kot vila – in to največkrat pri porokah ... **A. Z.**

Bilobil

Za spomin in koncentracijo

Kaj je spomin?

»Včeraj sem na večerji videla tvojega moža, objetega z novo tajnico!« Koliko je možnosti, da si boste takšno informacijo zapomnili? Gotovo si jo boste zapomnili, saj gre za dražljaj, kjer je čustvena reakcija zelo močno prisotna, zato smo na tak dogodek bolj pozorni. In verjetnost, da si ga bomo zapomnili, je večja. Spomin je po definiciji sposobnost uporabljati izkušnje in je odvisen od fizioloških in čustvenih procesov, kot sta zmožnost obnavljanja zaznav in sposobnost, da vse to spravimo v pravi čas in kraj.

Ali ste vedeli ...

- da se spomin hitro gradi v prvih letih življenja, predvsem med spanjem? V zreli dobi potrebujemo več časa, da se naučimo opravil, kot so igranje klavirja, deklamiranje pesmic, igranje tenisa, smučanje ...
- da v starosti počasi prihaja do razgradnje spomina, kar je del normalnega procesa staranja?
- da je upad spomina ena najpogostejših težav bolnikov z demenco?
- da je najpogostejši vzrok demence pri mladih AIDS?
- da so študije pokazale, da so spremembe v možganih prisotne že 5–10 let preden se pokažejo prvi znaki demence? Običajno bolnik oziroma njegovi svojci prvič poiščejo zdravniško pomoč po 12 letih.

Primer gospe, pri kateri so motnje spomina že močno opazne:

Vprašanje: Ali lahko poveste današnji datum, prosim?

Odgovor: Maj 1988.

Vprašanje: Koliko ste stari?

Odgovor: 1919.

Vprašanje: Kaj ste jedli za zajtrk?

Odgovor: Kruh, krompir, polento, torto ...

Vprašanje: Se spomnite, kam ste hodili v osnovno šolo?

Odgovor: Klasična gimnazija, v razredu nas je bilo 20, 14 fantov in samo 6 deklet

V tem primeru gre za tipične odgovore dementne osebe, ki sproti pozablja nedavne dogodke, star spominski zaklad pa je skoraj nedotaknjen.

Kaj je koncentracija?

Koncentracija je zbrana pozornost. Motnje koncentracije so v razvitem svetu zaradi naraščajočega informacijskega hrupa, vedno hitrejšega tempa življenja in stalnega stresa vse pogostejše tudi med aktivno mlado populacijo. Kažejo se kot zaskrbljenost, upočasnjenost, redkobesednost, premlevanje in drugo.



- pri pojemanju spomina
- pri vrtoglavici in šumenju v ušesih



- za boljšo koncentracijo in pozornost pri večjih umskih naporih

Primer 40-letne gospe z motnjami koncentracije:

»Že leta delam v računovodstvu. Zadnje čase se ne morem zbrati, delam napake, pozabljam, kaj moram narediti. Včeraj me je zaradi tega klical šef, cel popoldan sem jokala ...«

Kakšna je osnovna razlika med osebo z motnjo spomina in osebo z motnjo koncentracije?

Oseba z motnjo spomina, ki ne bo poznala odgovora na vprašanje, se bo trudila to prikriti. Za osebe z motnjami koncentracije pa so tipični odgovori »ne vem«.

Nova spoznanja o izvlečku ginka

Do sedaj je o ginku veljalo, da njegovo dolgotrajno jemanje pri starejših upočasnjuje starostne spremembe, ki se kažejo predvsem kot pojemanje spomina in zmanjšana sposobnost koncentracije. Najnovejša spoznanja pa so pokazala, da višji enkratni odmerek ginka (240 mg) lahko pomaga tudi mladim. Še več, ginko v višjem odmerku poveča sposobnost koncentracije še isti dan, dve uri in pol po jutranjem odmerku.

Z Bilobilom forte lahko zmorete več in bolje

Da Krka sledi najnovejšim trendom na področju zdravljenja z zdravilno rastlino Ginkgo biloba, kaže tudi lansiranje njenega novega izdelka. Blagovno znamko Bilobil smo dopolnili z novim izdelkom **Bilobil forte**, ki se od običajnega Bilobila razlikuje po dvojnem odmerku izvlečka ginka in je namenjen zdravi, aktivni populaciji.

Bilobil forte vsebuje 80 mg standardiziranega izvlečka, pripravljenega iz listov dvokrpega ginka, ki poveča prekrvavljenost in izboljša oskrbo možganov s kisikom in glukozo. Širi žile, zboljšuje pretok krvi in preprečuje zlepljanje trombocitov. Z uravnavanjem presnove varuje celice in tkiva pred poškodbami, ki jih povzročata pomanjkanje kisika. Ker Bilobil forte zboljša prekrvitev možganov in presnovo, poveča intelektualno storilnost.

Bilobil forte je namenjen zdravi, aktivni populaciji, katerih vsakodnevne aktivnosti zahtevajo veliko koncentracije za doseganje zelenih in zahtevanih rezultatov. Bilobil forte pomaga lažje premagovati vsakodnevne umske napore, saj uredi misli, da lahko razmišljate dlje in intenzivneje.

Petra Vitezić

Iz zakladnice Dvorca Trebnik

Ameriški slamnik (Echinacea purpurea) – vir zdravja

Opis

Je trajnica, ki zraste do 1 m visoko. Listi so razporejeni v rozeto, pokončna stebela pa nosijo cvetove rdeče-lila ali bele barve. Cvet sestavlja izbočena ježica, okoli katere so v enem nizu razporejeni venčni listi. Cveti od julija do oktobra.

Zanimivosti

- Izvor imena Echinacea izhaja iz grškega izraza za ježa, saj osrednji del cvetu spominja na ježeve bodice.
- Severnoameriški Indijanci so rastlino uporabljali kot tradicionalno zdravilo proti prehladam, zobobolom, za čiščenje krvi, za zdravljenje različnih okužb, ran, zvinov in celo kot zdravilo proti kačjim pikom. Evropski priseljenci so kmalu povzeli njihova tradicionalna znanja in že leta 1842 pripravili prvi tonik za čiščenje krvi, kateremu so sledili tudi številni drugi pripravki.
- Rastlina je bila do tridesetih let 20. stoletja pomembno ameriško izvozno blago. Nato pa so jo začeli načrtno gojiti tudi v Evropi.

Uporabni deli

Nabira se cvetoče zelišče. Iz sveže nabrajanega zelišča se iztisne sok ali pa se nadzemni deli, cvetovi in korenine posušijo za različne čaje in izvlečke. V kolikor se odločite za uporabo korenin, se najbolj priporočajo korenine štiriletnih rastlin, izkopanih v jesenskem času.

Načini uporabe

Na Zahodu se je ameriški slamnik uveljavil kot najpomembnejše zelišče za:



- krepitev imunskega sistema – povečuje število belih krvnih teles, ki so naša »vojska« v boju proti različnim okužbam, in izboljšuje njihovo delovanje, kar posledično vodi do pospešenega uničevanja mikrobov,
- učinkovito deluje proti virusom gripe in herpesa, pospešuje zdravljenje pogostih okužb dihal in sečnih poti,
- njegova uporaba se priporoča takrat, ko je telo oslabilo zaradi stresa in obremenitev, po težjih operacijah in daljši izpostavljenosti soncu,
- zmanjšuje količino želodčne kisline,
- uporablja se tudi pri raznih kožnih boleznih (npr. luskavici), pomaga pri celjenju trdovratnih ran in opeklin.

Zdravilne in blagodejne lastnosti ameriškega slamnika so v Dvorcu Trebnik ujeli v več izdelkih: čaj za spodbujanje imunskega sistema, eliksir, suho zelišče v mošnjičku z ročno poslikavo, krema za nego prsi po porodu ...

Določeni izdelki Dvorca Trebnik so vam na voljo tudi v prodajalnah v sklopu Krkinih term – v Termah Dolenjske in Šmarješke Toplice in v Talasu Strunjan.



TEHNOLOŠKO INOVACIJSKI ZAVOD
DRAVINJSKE DOLINE
Grajska 4
3210 Slovenske Konjice
Tel.: 03 / 75 80 480
www.trebnik.com

Terme Šmarješke Toplice

Grozdna pogača

Ko pomislite na okuse jeseni, vonj po pečenem kostanju, grozdju in tropinah ne more uiti iz spomina. V nadaljevanju vam predstavljamo napotke za pripravo izvrstne grozdne pogače, ki jo gostom velikokrat pripravijo tudi kuharski mojstri v Termah Šmarješke Toplice.

Sestavine:

700 g grozdja sorte rumeni muškat
300 g bele moke
20 g sladkorja v prahu
1 dcl belega vina
2 jajci
pol pecilnega praška
pol limonine lupine
15 g masla



Način priprave:

Moko zmešamo s pecilnim praškom, dodamo sladkor, vino, jajca in limonino lupino. Iz testa oblikujemo hlebec, ga zavijemo v krpo in pustimo počivati 30 minut. Med tem časom operemo grozdje, ga osušimo, jagode pa prepolovimo in odstranimo pečke. Testo nato položimo v namaščen pekač in ga prekrijemo z grozdnimi jagodami. Pogačo pečemo 45 minut pri 190 °C. Ohlajeno potresemo s sladkorjem v prahu in postrežemo. Veliko veselja pri pripravi in dober tek!

Rok Kotar, vodja kuhinje



Grozdna pogača, ki jo pripravljajo v Termah Šmarješke Toplice.

Smeh je pol zdravja

“So te svečke res dobre?” je vprašal voznik mehanika, ko je prevzel svoj avtomobil. “Veste, še nikoli nisem slišal za to znamko svečk.” “Kar brez skrbi bodite!” ga je pomiril mehanik. “Te svečke so trenutno najboljše na svetu in bodo preživele tako avto kot tudi vas ... Boste vzeli še štiri rezervne, ko ste že tukaj?”

Župnik je potoval čez mejo v tujino. Carinik mu je pregledal prtljago in ga vprašal: “Gospod župnik, kaj pa imate tukaj v steklenici?” “Blagoslovljeno vodo,” je odgovoril župnik. Carinik mu ni verjel na besedo in je povohal vsebino. “Toda, saj je v steklenici žganje!” “Joj, za to pa nisem jaz kriv!” se je branil župnik. “Bog je verjetno spet storil čudež!”

Peter je prvič na nogometni tekmi, in vpraša prijatelja: “Kaj pa dela tisti moški tam med palicami?” “To je gol. Moški pa je vratar, ki pazi, da žoga ne prečka črte med palicami.” “In on je plačan za to, da tam stoji?” “Pa še veliko. Za to sezono je dobil sto tisoč evrov!” “Kaj? Sto tisoč evrov! So nori? Za sto evrov bi lahko z deskami zabili tisti prostor!”

Prometni policist zaustavi voznika razmazanega fička. Ko zahteva osebne dokumente voznika, le-ta pravi: “Oprostite, toda pri sebi nimam vozniškega dovoljenja, ker sem ga pozabil doma.” “Potem mi pa pokažite osebno izkaznico ali potni list,” reče policist. “Tudi te dokumente sem pozabil doma,” se opravičuje voznik. “Potem mi pa pokažite karkoli, da bom vedel, kdo ste,” se sprizajni policist. Voznik mu pokaže žepno ogledalo in reče: “To je vse, kar imam v žepu.” Policist pogleda v ogledalo in reče: “Zakaj pa nisi takoj povedal, da si policist? Med seboj si bomo pa ja zaupali, mar ne?”

Za reševalce nagradne križanke

Med tistimi, ki nam boste poslali pravilno rešeno križanko, bomo izžrebali naslednje nagrade:

- 1. nagrada:** enodnevni program VINO Bonum v Termah Dolenjske Toplice - za sprostitvev telesa in duha
- 2. nagrada:** nedeljsko kosilo za 4 osebe v restavraciji Tango na Otočcu
- 3. nagrada:** knjižna nagrada
- 4. nagrada:** promocijsko darilo Term Krka

Rešene križanke pošljite do **30. novembra 2006** na naslov: Terme Krka, d.o.o., Novo mesto, Ljubljanska 26, 8501 Novo mesto, s pripisom »Nagradna križanka«. Rešitev križanke iz prejšnje številke Vrelcev zdravja (vodoravno): KORZO, SEKS, ARISTOKRAT, TIM, OPRODA, JEAN, TATIN, KAN, OZIMNICA, PREDNA, TOREK, ZAR, TOPOST, PONAPE, ISIS, ELISA, OMAN, ČAST, LASTNIK, HI, KOSSEC, ANEMIK, ALOPATIJA, KRILLO, SIP, FIJAKAR, NIL, APATIN, RECESIJA, MATURA, DRHTLJAJ
Žreb je nagrade julijske križanke razdelil takole:

- 1. nagrada:** Lenka Benedičič, Frankovo nas. 68, 4220 Škofja Loka
- 2. nagrada:** Majda Drobež, Ježa 13, 1231 Črnuče
- 3. nagrada:** Janez Planinc, Delavska 8, 8281 Senovo
- 4. nagrada:** Marjana Zupan, Balantičeva 1, 1234 Mengeš

Vrelci zdravja

Izdaja Terme Krka, d.o.o.,
Novo mesto, Ljubljanska cesta 26,
☎ 07/373 19 22.

Časopis izhaja na dva meseca.

Glavna in odgovorna urednica:
Andreja Zidarič

Uredniški odbor: **Vladimir Petrovič,**
Nataša Novina, Renata Zorman,
Jani Kramar, Alenka Babič,
Nina Golob, Natalija Košmerl,
Albina Vrboš, Jana Kovačič Petrovič

Lektoriranje: **Tanja Burgar**

Računalniški prelom:
Grafična dejavnost, Bojan Žičkar s.p.,
Veliki Podlog, Leskovec pri Krškem

Tisk:
DELO Tisk časopisov in revij d.d.,
Ljubljana

NAGRADNA KRIŽANKA

TERME KRKA					VRELCI ZDRAVJA	RT NA SEVERU NEMČIJE	MORSKA TRAVA	TELOVADNO ORODJE	NEKD. MESTO V PALESTINI (? IN GOMORA)	TED DANSON	BIKOV GLAS	OZOBAN GROZD	PISATELJ, PISEC (slabš.)	GOROVJE NA JUGU POLOTOKA KRIM	ZASLON
Ime in priimek:					ETAŽA										
Naslov:					SPOLNO DRAŽILO										
Davčna številka:					SPLAV ZA PREVOZ ČEZ VODO					NOŽ ZA OBREZOVANJE TRT					
					LOMLJENJE, PRELOM	RUSKI SKLADATELJ (STRAVINSKI) ČASTNIK				DOHODEK OD LASTNIŠTVA NEPREMIČNIN	NEVESTINA OPREMA				
SESTAVIL: PETER UDIR	OČE, ATA	DRŽAVNA BLAGAJNA	LASTNOST OTESANEGA	DEL KROŽNICE ZELIŠČE			PREBIVALEC MEHIKE NEM FILOZOF (IMMANUEL)								
PRISTAŠ TEOZOFIJE						TOP	RAZDALJA, DO KATERE KAJ DELUJE						IZ PAPIRJA NAREJENO POKRIVALO	PUŠČAVNIK	VRSTA, LINIJA ZAPOREDJE
APOLONOVA SESTRA V GR. MITOLOGJI									PODLOŽNIK						
VZHODNO-AZIJSKA UTEŽNA ENOTA					ANGLEŠKI PISATELJ (JOSEPH) BURKEŽ							J. AMER. KUKAVICA Z GRB. KLJUNOM			
UMETNOST, SPRETNOST (lat.)				DOPRSNI KIP DRUŽABNO SREČANJE ZA PRIJATELJE						SPRIČEVALO					
VRELCI ZDRAVJA	PREDEL	LEVI PRITOK ORINOCA V VENEZUELI					USTANOVI-TELJ PAKISTANA (MOHAMMED ALI)								STOTINA JUGOSLOVANSKEGA DINARJA
VRELCI ZDRAVJA		D. PRITOK Z. MORAVE					ODPOR. GIBANJE NA CIPRU								
KOSITRAR					AM. PREDSE- DNIK (BUSH) SL. IGRALEC (BAN)								OTOOLE PETER	AM. PISATELJ (GEORGE, 1866 - 1944)	
MAŠČOBA, KI SE OBEBE OB ČREVNIH ZAKLANIH ŽIVALI						MESTO POD KAVKAZOM	EDVARD KARDELJ				ABRAHAMOVA ŽENA				IZRAIL NESTJEV
ODSTRANLJIVI DEL NAPRAVE, KI OMOGOČA NAVADNO VEČNAMEN- SKO UPORABO															PLOSKOVNI KOT
SREDOZEM- SKA KULTURNA RASTLINA															ZBIRANJE PODATKOV O DOLOČENEM VPRASAŠANJU

SLOVARČEK: ANAHORET - puščavnik APURE - levi pritok Orinoca v Venezueli CONRAD - angleški pisatelj (Joseph)