



v zraku

KULINARIKA

destinacija **Montreal** – košček Evrope sredi Severne Amerike

filmska platna **Neverjetni Spider-Man 2**

glasbeni izbor **Pearl Jam**



AFRODITA
COSMETICS

NOVO MEN

NEGA PO MOŠKO

z **MEN FIT FORMULO***

PARABEN
PARAFFIN
SILICONE
FREE

- blago razkuži in pomiri kožo po britju,
- zavira nastanek mozoljčkov,
- obnovi zalogo vlage,
- ustvarja zaščito pred prezgodnjim staranjem,
- gladi gubice,
- se hitro vpija in ne maši por,
- ne pušča mastnega sijaja - mat effect.



*Popolnoma prilagojena potrebam sodobnega moškega.



www.kozmetika-afrodita.com



NEGA PO MOŠKO



Mmm ... diši po hamburgerjih

Roko na srce, v Ameriki je možno v ameriške sanje spremeniti še tako nenavadno in preprosto jed, pa čeprav njen izvor prihaja iz neravno bližnjega kraja, ampak s čisto drugega konca sveta. Okusna kulinarčna legenda, ki so jo poprej izpopolnjevali in dopolnjevali od ravníc srednje Azije preko Evrope, je na koncu vendarle uspela z nemškimi izseljenci iz pristanišča Hamburg prepluti tudi Atlantski ocean in priromati v mesto, ki še danes slovi po najboljših burgerjih na svetu. In kaj je tisto, kar naredi hamburger tako dober, da si življenja brez njega enostavno ne moremo več predstavljati? V prvi vrsti prav gotovo rahla sladkoba, ki jo občutiš ob prvem ugrizu in te taisti trenutek zasvoji ter tvojim brbončicam vzbudi željo po nadaljnjem raziskovanju tistega, kar se skriva pod mehkim, rahlo opečenim, klobukom bombetke. Spominjam se svojega "prvega", ko smo se v višjem razredu osnovne šole mudili v Ljubljani zaradi ogleda nekega muzeja, pa so pritekli in hiteli omenjati ime lokala na Čopovi, v katerega moramo stopiti. In začela se je nova era, ki se je

skrivala za izrazom globalni svet. Čeprav je od tega minilo že več kot dve desetletji, se dogodka in okusa spominjam, kot bi bilo včeraj. Še prej naj pripomnim, da danes ni več tako, sloviti brand je dobil svojo konkurenco, ki ga skuša oziroma ga je, to boste presojali sami, preseгла v velikem slogu. Vsak poizkuša malo drugače ali z dodatki narediti svojevrsten burger, ki bi ga izstrelil med zvezde prepoznavnosti tako za lokalce kot tudi za popotnike iz nam tujih dežel. A osnova ostaja enaka. Opečena bombetka s sočnim, na žaru pečenim mesom, s hrustljivo čebulo, mehko solato ali opečenimi kumaricami, na vrhu pa topljen sir, majoneza, gorčica in kečap. A kulinarčni presežek se skriva v detajlih, ki pa jih kuharji nikakor ne želijo razkriti in raje zase zadržijo skrite poglede in nasmeh, ki ga dopolnjuje dejstvo, da je njegov burger, medtem ko si sami oblizujemo prste do neskončnosti, ustvarjen do popolnosti. Sama sicer nisem ravno vegetarijanka, rada pa prisegam na hrano brez mesa, zato naj vam namignem, da lahko odličen burger pripravite tudi sami doma z bučkini ali sojinimi polpeti, v opečeno bombetko pa lahko dodate omako iz popečene karamelizirane čebule, paradižnika in ananasa z dodanim

ravno toliko rožmarina, da ne preglasi ostalih sestavin, na vrh še košček topljenega sira ali smetane ter zeleno solato in doma narejeno majonezo, povrhu pa potresite s sezamom, s semeni chia ali z zdrobljeno pistacijo. Zapomnite si, da bo burger sočen, morate paziti na uravnoteženost sestavin in, kar je glavno, da je narejen z ljubeznijo. Ker pa je naše vzdušje že v slogu odštevanja dnevov do poletja, ko bomo morali smukniti v kopalke, smo za vas zopet pripravili tekaško akademijo, kjer se bomo pod taktirko strokovnjakov naučili, kako vzljubiti tek, predvsem pa ne pozabite, da se dan začne z zdravim zajtrkom._



Helena Peterlin
Odgovorna urednica



Vsakdo prepozna omamni vonj po sveže pripravljenem burgerju, ki v trenutku vznemiri borbončice in jih prepričuje, naj se podajo v svet sladnih okusov.

© Marko Delbello Ocepek





Na naslovnici
C & A
www.c-and-a.com

Letnik 10, številka 6.

Naslednja številka izide 12. maja 2014.

Mestne revije, d. o. o.

Šmartinska cesta 106, 1000 Ljubljana

Tel.: (01) 60 05 575

Fax.: (01) 60 05 579

E-mail: info@citymagazine.si

Direktorica: Janja Prijatelj — 041 788 889 —

janja.prijatelj@citymagazine.si

Odgovorna urednica: Helena Peterlin — 040 474 008 —

helena.peterlin@citymagazine.si

Oglasno trženje:

Jana Glumac — 040 414 128 — jana.glumac@citymagazine.si

Nada Janša — 040 414 129 — nada.jansa@citymagazine.si

Bibijana Medved — 040 474 006 — bibijana.medved@citymagazine.si

Uredništvo: Liza Cvetkovič, Neja Činkole, Špela Dobnikar,

Jasmina Dvoršek, Vanja Hočevar, Valentina Jarc,

Nejc Kovačič, Tina Lagler, Alja Lah, Anja Mrevije,

Nina V. Orlić, Sara Rotter

Fotografija: Ana Če, Matevž Maček

Lektura: Marjeta Klevže

Prelom: Biro Stara Ljubljana, d. o. o.

Distribucija: Aleksandar Marković — 040 474 009 —

saso.markovic@citymagazine.si

Tisk: Set, d. o. o., Vevška cesta 52, Ljubljana

Layout: samourai.fr

Naklada: 70.000 izvodov

V uredništvu ne odgovarjamo za spremembe v programu

priredivetv po zaključku redakcije. Nenaročeni gradiv in

materialov (besedila, fotografije) ne vračamo.



08 - reportaža

© Marko Belbeno Osepek



27 - filmska platna

© Veleburs



28 - glasba

© Privolbus

v zraku

06 - dan za ...

08 - reportaža

Trend: Ko zadiši po
slastnem burgerju

10 - buzz buzz

Recept za kulinarično
druženje na prostem

12 - dom

Uživanje na prostem

14 - destinacija

Montreal – košček Evrope
sredi Severne Amerike

16 - trend

Z zajtrkom aktivno v nov dan

utrip mesta

19 - lokali in kulinarika
Paradižnik LUŠT

22 - moda

Samosvoja

23 - svet po moško

V naravo na zabavo

24 - otroci

Stil v svetu naših malčkov

kulturni izbor

27 - filmska platna

Filmska poslastica:
Neverjetni Spider-Man 2

28 - glasba

Rock: Pearl Jam

29 - odri in razstave
Gledališče: Nekaj sporočil
za vesolje

promo

30 - pssst



Roularta
Media Group

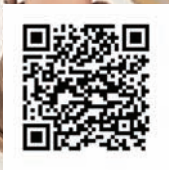


CITY MAGAZINE

Brezplačno revija za sodoben življenjski slog

SODELUJ V NAGRADNI IGRI IN
OSVOJI URO S2H ZA MERJENJE
TELESNE AKTIVNOSTI! VEČ NA
CITYMAGAZINE.SI!





Google play



App Store

s.Oliver



Dogajanje v naslednjih tednih. Izbor edinstvenih dogodkov, ki jih gotovo ne bomo zamudili.

Besedilo: Špela Dobnikar

**SRE-
DA**
23/04

literatura



Noč knjige

Na svetovni dan knjige se bo letos pri nas prvič odvila še Noč knjige. Gre za mednarodni dogodek, ki podpira in slavi knjigo ter branje kot temeljna gradnika družbe. Po vsej Sloveniji se bo na ta dan odvijalo preko 250 različnih dogodkov. Od jutra pa do poznega večera bo glavna beseda pripadla knjigi v številnih knjigarnah, knjižnicah, kavarnah, po šolah, muzejih in še kje. Noč ima svojo moč, pravijo. Če je tako, bodo na Noč knjige zgodbe še bolj žive in knjige še bolj fascinantne...

Ob 18. uri, različne lokacije po Sloveniji, nocknjige.si

**NE-
DEL-
JA**
04/05

šport



Wings for Life World Run 2014

Prav posebno tekaško tekmovanje, ki se zgodi na isti dan ob isti uri po vsem svetu, in sicer se vsi udeleženci razbežijo, komur uspe najdlje "bežati", postane svetovni zmagovalec. Gre za precej noro, adrenalinsko in avanturistično tekmovanje – 35 lokacij, pet koninentov in na tisoče tekačev so le nekatere številke, ki spremljajo ta podvig, namenjen tako amaterjem kot poklicnim športnikom. Prav ob isti uri se bo štartalo po vsem svetu, od Tokia do Londona, misija teka pa je po vsem svetu enaka – vsakdo, ki se teka udeleži, izrazi podporo fundaciji Wings for Life in prispeva k iskanju zdravila za poškodbe hrbtenjače...

Ob 12. uri, Kongresni trg, Ljubljana, www.wingsforlifeworldrun.com/sl

**SRE-
DA**
07/05

šport



Tekaška akademija

Vse začetnike in ljubitelje teka tudi letos vabimo, da se nam pridružite in skupaj z nami tečete enkrat tedensko pod strokovnim vodstvom izkušenih Salomonovih trenerjev Anice Živko in Klemna Dolenca. Da bomo lažje premagovali tiste prve kilometre, bo za dodatno energijo poskrbelo Zlato polje z bogato izbiro Crispy žit in Sport mšliljev, za osvežitev pa uradna voda Tekaske akademije Jana Sport. Cena udeležbe: 15 evrov...

Ob 17. uri, Park Tivoli, Ljubljana, prijave na citymagazine.si/tekaska2014

**SRE-
DA**
07/05

navtika



19. Internautica

Največji slovenski sejmski navtični projekt, ki privablja vse ljubitelje navtike, tudi letos prinaša trende, novosti in zanimivosti v portoroško Marino. Odličen razlog za obisk Obale, kjer v majskih dneh že skorajda diši po poletju. Internautica vsako leto privabi veliko strokovne javnosti, kupcev, ljubiteljev navtike in pomembnih imen iz sveta ladjedelništva. Razstavnim programom se pridružijo številne prireditve, strokovna srečanja, športni in družabni dogodki...

Do 11. maja, Marina Portorož, www.internautica.net

**ČETR-
TEK**
08/05

urbano



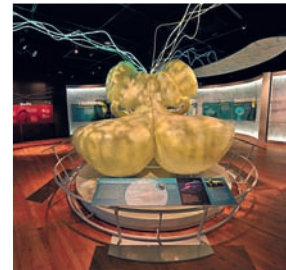
Mobilna razstava Woodbox

Na mednarodno turnejo se je odpravila lesena škatla Woodbox, ki jo bo pot pripeljala tudi v Ljubljano. V njej bo na ogled razstava, katere osrednja točka je v prihodnost usmerjena urbana gradnja. Leseni paviljon, ki spominja na ladijski zabojnik, je od marca na poti po evropskih mestih. Vedno ga postavijo v mestno središče, kjer opozarja na potencial v prihodnost usmerjene lesene arhitekture v Evropi. V okviru razstave se med drugim odvijajo tudi WoodDays dogodki, ki se s predavanji in predstavitvami najboljših praks posvečajo možnostim lesa kot gradbenega materiala na urbanem področju.

Do 21. maja, Mestni trg, Ljubljana, www.wooddays.eu/en/ljubljana

**ČETR-
TEK**
15/05

razstava



Možgani – zgodba od znotraj

V Ljubljano prihaja svetovna razstava Ameriškega naravoslovnega muzeja iz New Yorka: Možgani – zgodba od znotraj. Poučna, sodobna, interaktivna razstava za vse generacije nam približa, kako možgani delujejo, čutijo, čustvujejo, razmišljajo in se spreminjajo. Razstava se opira na raziskave in tehnologijo 21. stoletja ter nas seznanja z najnovejšimi odkritji nevroznanosti. S pomočjo interaktivnih prikazov, ugank, slik možganov in dognanih modelov lahko raziskujemo občutke, čustva, misli, razvoj možganov in celo njihovo prihodnost...

Do 24. avgusta, Gospodarsko razstavišče, Dunajska cesta 18, Ljubljana, www.brains.si

za VIKEND

PETEK
25/04

Sejem vinilnih plošč
Sejem za vse ljubitelje vinilk, kjer se družijo vsi ljubitelji analognega zvoka. Tu se zberejo zbiralci in tu lahko kupujemo in menjamo dolgo iskane gramofonske plošče. Mestna knjižnica Kranj, Gregorčičeva 1, Kranj

Festival za tretje življenjsko obdobje

Festival za tretje življenjsko obdobje je prostor povezovanja, izmenjave idej in ustvarjanja, ki je posvečen aktivnemu staranju, izboljšanju kakovosti življenja starejših in povezovanju generacij. Do 27. aprila, Ledna dvorana, Tabor, Koresova ulica 7, Maribor, www.f3zo.si/maribor

SOBOTA
26/04

Solinarski praznik
Praznik sv. Jurija ponazarja nov začetek pridobivanja soli, ob tem dogodku pa se vsako leto v Piranu zgodi še Solinarski praznik. Do 27. aprila, Piran in Sečoveljske soline

TVOJA OČALA.
TVOJ STIL.

SUPER POPUSTI ZA MLADE

HOOP
ob sredah v
MOOP

MED 17.00 IN 19.00h

NATAŠA, ŠTUDENTKA PREDŠOLSKE VZGOJE

Hoop v Moop srede so party dnevi **OČAL** izbranih znamk (Dolce Gabbana, Tommy Hilfiger, Marc by Marc Jacobs, Persol, Prada, RayBan in Vogue) s posebnimi **POPUSTI**. **VSAKO SREDO MED 17.00 IN 19.00 URO.**

Optika MOOP Morela,
Dalmatinova 2, Ljubljana
www.morela.si


MOOP | *Morela*

KO ZADIŠI PO SLASTNEM BURGERJU

Besedilo: Tina Lagler

Vsakdo prepozna omamni vonj po sveže pripravljenem burgerju, ki v trenutku vznemiri borbončice in jih prepričuje, naj se podajo v svet slastnih okusov. Povsem preprosto ga je pripraviti in še bolj enostavno vanj ugrizniti, toda za tem majhnim sendvičem stoji velika zgodba, v kateri uživajo tudi najbolj izbirčni jedci.



Hamburger prihaja iz Hamburga, od koder so ga v Ameriko prinesli nemški priseljenci, tam pa so ga vzeli za svojega.

© Thinkstock

DPred davnimi časi so za devetimi gorami in devetimi vodami po ravninah srednje Azije jezдили neustrašni vojščaki, pripravljeni na boj, toda vselej zelo lačni. Rekli so jim Tatarji in ker med ježo niso imeli časa za postanek, so svojo lakoto potešili kar med potjo in si postregli s surovim govejim mesom, ki so ga hranili pod sedlom, da se je fino zmeščalo in tako še bolj prileglo. Toda to je le legenda, ki pojasnjuje nastanek tatarskega bifitka, prav tu pa se začne tudi zgodba o danes najbolj priljubljeni hitri jedi – burgerju, ki je pravzaprav veliko več kot le popečena pleskavica med dvema kruhovima bombicama. Ko so Tatarji odjezdili svojo pot, so v 19. stoletju preizkuševalci meso spekli in mu dodali čebulo, nato pa so nemški izseljenci iz nemškega pristaniškega mesta Hamburg jed, imenovano **Hamburg Style Beef**, prenesli čez lužo, kjer so jo Američani kaj hitro vzeli za svojo. Od tod po svetu krožijo različne zgodbe, ki govorijo o nadaljnji zgodovini hamburgerja. Prvega naj bi leta 1900 postregel Louis Lassen na svoji majhni stojnici, imenovani **Louis' Lunch** v Connecticutu, ki še danes slovi kot prodajalna enih izmed najboljših burgerjev na svetu.

Od slavnih velikanov hitre prehrane do prefinjenih gostilnic

Ljudje so ga vzljubili zelo hitro, v čimer so tudi nadobudni gostinci in poslovneži videli zlato jamo. **McDonalds** in **Burger King** sta svojo pot začela v sredini 20. stoletja in se v samem vrhu proizvajalcev burgerjev obdržala vse do danes, toda vse več je tudi manjših gostilnic, kjer kuharji zelo dobro vedo, kako na preprost, a prefinjen način pripraviti sijajen hamburger. Na Švedskem je Jon Widegren, ki je po potovanju po Ameriki, kjer je v 38 dneh preizkusil 64 burgerjev, prav lani odprl **Flippin' Burgers**. Widegren najraje postreže z dvojnimi čedar burgerjem s kremastim sirom, čebulicami in jalapeno čiliji. Na drugem koncu sveta, na Tajskem, kjer pravzaprav ne bi nikoli pomislili na burger, sredi Bangkoka stoji **Hyde & Seek Gastro Bar**, ki slovi po izvrstnem **Yankee Burgerju** s sočno, 170 gramov težko wagyu govedino s karamelizirano šalotko in sirom Roquefort, ki se bohoti v kruhovi bombici s parmezanom. Medtem pa v New Yorku kulinarični poznavalci priporočajo **Black Iron Burger** in hišno specialiteto – dvojni burger s hrenovim čedarjem in karamelizirano popečeno čebulo. Še berete ali že lačni tečete po svoj burger?

Eksotični okusi burgerjev tudi pri nas

Preden se napotite po najboljšega, naj vam na pladnju ponudimo vsaj izbiro, s katero se lahko ponaša naša majhna dežela. **Hot' Horse** ponuja svoj slavni in ogromni **Horse burger** z ravno

prav začinjeno pleskavico, žrebičkovim zrezkom ali trakci, ki jim v mehki bombici priložimo še dodatke po svojem okusu. Tisti, ki ljubimo eksotiko, bomo navdušeni nad omamnim burgerjem z na oglju pečenim piščancem, mariniranim v Terriyaki omaki, za prste obliznit' pa je tudi **Special Wagyu Burger**, ki nam ga sredi prestolnice postrežejo v **Tokyo pikniku**. Nedaleč od piknikovanja ob Ljubljani lahko v "burgerski kulinariki" uživamo tudi v **TaBaru** ob slastnem **TaBurgerju** in v **Centralni postaji**, kjer zadiši po hrustljavih kruhovih bombicah s sezamom, nadevanih s piščančjim ali govejim mesom, čebulico, paradižnikom in solato, zraven pa dobimo še skodelico gorčice. In seveda sta tu še omamna **Hood Burger** in **Cube Burger**. Bohotita se vsak na svojem koncu Ljubljane in lakotnike vabita pod svojo streho, izpod katere diši po skrbno pripravljenih burgerjih, na eni strani s polnovrednim okusom Hoodega *steaka*, k čemur se nič ne prileže bolj kot enkratni hrustljav krompirček. Na drugi strani Cube ponosno postreže z dišečim *roastbeefom* s tartufl v popečeni polnozrnatci *ciabatti*, obloženi z namazom iz tartufov, svežo rukolo in slastnim sirom *brie*.

Z domačega žara

Če imamo vsaj nekaj časa, lahko sami zavihamo rokave in na vrtu za hišo pripravimo mini žar hamburgerje, po katerih si bodo prste obliznili tudi prijatelji, ki jih ne smemo pozabiti povabiti. Mletemu mesu dodamo sol, poper, *curry*, peteršilj, na drobno sesekljan česen, jajce in drobtine. Vse skupaj dobro pregnetemo in oblikujemo v polpete. Z njimi hitro na žar – ko zadiši po pečenem, položimo na eno stran pleskavice topljen sir, nato z njo naravnost v prej popečeno bombetko. Dodamo pinjole, list solate, paradižnik, popečene bučke in čebulico, po želji prilijemo z omako in postrežemo. Dober tek!_



Hot' Horse ponuja svoj slavni in ogromni Horse burger z ravno prav začinjeno pleskavico, žrebičkovim zrezkom ali trakci in mehki bombici.

2

Besed ob hrustanju Cheese Burgerja v Centralni postaji ni treba izgubljati, saj se s krompirčkom izvrstno prileže kot popoldansko kosilo.

© Marko Delbello Ocepek

3

V samem osrčju naše prestolnice lahko na prekrasen sončen dan pod senčniki Tokyo Piknika prigriznemo na pogled precej majhen, toda božanski in nasiten burger.

© Asja Pogačar

4

Slasten Hood Burger sta ustvarila Til Pleterški in Klemen Ptičak, ki obožujeta kuhanje in peko hamburgerjev.

© Mitja Kobal

ZANIMIVOSTI

McDonalds vsako sekundo proda več kot 75 hamburgerjev. Doslej naj bi jih pripravili več kot 300 milijard.



Beseda *cheesburger* (sirov burger) je bila prvič uporabljena decembra leta 1941 v trgovini v kalifornijskem Burbanku.

Če bi v vrsto postavili hamburgerje, ki jih pojedjo Američani, bi Zemljo obkrožili kar 32-krat.

Leta 2007 so v Denny's Beer Barrel Pubu v Clearfieldu v Pennsylvaniji postavili rekord največjega burgerja, ki je tehtal skoraj 56 kilogramov.

Nadražji burger, ki so ga v dobrodelne namene prodali za dobrih 7.000 evrov, je vseboval wagyu govedino, tartufe in 24-karatne zlate lističe. Najbolj posebne so bile rezine španske iberske šunke. Črni iberski prašiči imajo zapovedano dieto, sestavljeno samo iz želoda, kar daje mesu slasten okus po zemlji.

INFOMAT

www.louislunch.com
www.mcdonalds.com
www.bk.com
flippinburgers.se
www.hydeandseek.com
www.blackironburger.com
www.hot-horse.si
www.tokyopiknik.com
www.tabar.si
www.centralnapostaja.com
www.facebook.com/hoodburgerljubljana
www.cubeburger.si



Recept za kulinarično druženje na prostem

Besedilo: Vanja Hočevar

V toplih dneh bomo uživali v kulinaričnih dogodkih na prostem.



16. maj Food revolution day

Petek, 16. maj, je letos rezerviran za Food revolution day, za katerim idejno stoji Jamie Oliver. Gre za dan, ko po celem svetu društva in prostovoljci, ki posvečajo svoj čas poslanstvu Food Revolution Jamieja Oliverja, organizirajo dogodke, ki podpirajo zdravo prehrano ter boljše izobrazbo na področju prehranjevanja. Letošnji dogodki bodo posvečeni otrokom, spoznavanju kuharskih vrlin ter učenju, kako pridelamo zdravo hrano...
www.foodrevolutionday.com

festival Ljubljanski festival piva

Letošnji Ljubljanski festival piva, že tretji po vrsti, se bo odvijal 14. junija. Festival, ki ga organizirajo društvo Golding, Patrick's Irish pub in Gas Station bar, želi približati kulturo pitja piva vsem ljubiteljem, gostincem in uvoznikom ter podpreti slovensko pivovarstvo. Festival ponuja okušanje več kot 50 različnih vrst piva, ker pa je festival prvenstveno namenjen kulturnemu pitju in spoznavanju piva, pivo strežejo v steklenih kozarcih v manjših količinah in omogočijo neposreden dostop do brezplačne vode...
14. junija, www.facebook.com/LjubljanskiFestivalPiva

projekt Odprta kuhna

Odprta kuhna je edinstvena tržnica sveže pripravljenih dobrot, ki gostincem, restavracijam, kmečkim turizmom in samostojnim kuharskim mojstrom od spomladi pa do oktobra daje priložnost ponudbe in predstavitve svojih jedi ter hkrati promocijo njihovih gostinskih destinacij. Na Pogačarjevem trgu se tako mešajo opojne vonjave tako domače kuhinje kot mednarodnih specialitet. Pestro kulinarično ponudbo so letos dopolnili še s programom za najmlajše, ki jih ob petkih med 10. in 16. uro lahko prepustimo skrbno organiziranim delavnicam pod vodstvom družinskega centra Mala ulica...
Vsak petek med 8. in 19. uro, Pogačarjev trg, Ljubljana, odprtakuhna.si



kult Hodok (Lepa žoga)

Sedaj že kultne srede v Lepi Žogi in Hodoki so se začeli, tako kot najboljše stvari, čisto spontano. Ko je po neki prireditvi ostalo veliko hrenovk, jih je bilo potrebno porabiti. Prvotni krog odjemalcev hrenovk, prijatelj, se je hitro širil in tako so dandanes srede obvezno rezervirane za slastne malice - Hodoke z vsemi mogočimi dodatki. Od 10. do 14. ure vabljeni na prijetno malico na piknik sredi Šiške...
Lepa Žoga, Celovška 43, Ljubljana, www.dobravilapizzeria.si

all you can eat Kulinarični večeri

Preteklo soboto so na vrtu Hostla Celica otvorili pomladno sezono *all-you-can-eat* večerov, ki se bodo odvijali vsako soboto, od 18.30 do 21. ure, od maja dalje pa večkrat na teden. Kulinarični večeri bodo dišali po žaru, po različnih vrstah mesa in zelenjave ter prilogh (krompirjeva, porova solata...). Druženje ob omamnem vonju bo našo denarnico stanjšalo za 5,90 evra na osebo. Dober tek...
Zavod Šouhostel - Hostel Celica, Metelkova 8, Ljubljana, Slovenija
www.hostelcelica.com



dogodek Wine Jam prvič v prestolnici

Mednarodni vinski dogodek z vrhunsko glasbeno zasedbo - Wine Jam bo letos prvič potekal tudi v Ljubljani. 9. maja od 17. ure dalje se bodo Križanke prelevile v vinsko vas s 100 mednarodnimi vrhunskimi vinarji in enologi. Namen dogodka je grajenje vinske kulture, spodbujanje odgovornega pitja vina in približevanje kakovostnega vina urbani publiki. Poleg okušanja vin bodo na dogodku v ospredju tudi glasba in vidni glasbeniki jazz-funk zvrsti. V večernih urah se bo živahni dan zaključil s dvournim koncertom glasbenikov Janeza Bončine Benča, Mika Sponze, Uroša Periča, Nine Strnad, Primož Grašič kvarteta in drugih...
9. maja ob 17. uri, Križanke, Ljubljana, www.wine-jam.com



Chefu Draganu Marjanoviču in slaščičarju Gregu Rodetu se bo pridružil vrhunski kuharski mojster Igor Jagodica iz restavracije Strelec, Kaval Group. Igorja odlikujejo velika domiselnost, razdelanost, množica okusov in barv. Tokrat bomo imeli priložnost, da skupaj pripravimo eno izmed njegovih številnih kulinaričnih mojstrov in ga povprašamo tudi za kakšen kuharski nasvet.

Torek, 13. maj ob 17. uri

Več info in prijave:

citymagazine.si/gostovanje-igorja-jagodica

Razstavní salon BSH Hišni aparati

(aktivna kuhinja Siemens),

Litostrojska 48, Ljubljana

Cena udeležbe = 25 evrov



METEOR ZABAVE



16. | 5.
MODRIJANI
AKORDI
LIDIJA BAČIČ

17. | 5.
SEVERINA
IVAN ZAK

18. | 5.
DRUŽINSKI DAN
PIKINA DEŽELA
RIBIČ PEPE
ČUKI

PARKIRIŠČE PRED PLANETOM TUŠ CELJE

Prodajna mesta vstopnic najdete na: www.planet-tus.si



Pripravila: Vanja Hočevar

Uživanje na prostem

Otvoritev vrtno zabave je za nami. Veselimo se prihajajoče sezone piknikov in zabav na prostem.



vrtna zabava
Naslonjač serije Party Paola Navone.
cena: 745,16 evra.
www.crateandbarrel.com



udobno
Blazina H & M, cena: 7,95 evra.
www.hm.com



dober tek
Set pekočih omak Modern Gourmet.
cena: 8,95 evra.
1001dar.si



simpatičen akcent
Set osmih papirnatih kozarcev
Crate & Barrel, cena: 3,02 evra.
www.crateandbarrel.com



za vsak piknik
Plastični sod za pijačo Rice.
cena: 42,90 evra.
www.rice.dk



prijetno ohlajeno
Vedro za led,
cena: 22,97 evra.
www.crateandbarrel.com



sladko
Čokoladni iPad za male in velike navdušence nad tehniko in čokolado.
cena: 9,90 evra.
Čokoladnice Cukrček,
www.benedict.si



dekoracija
Kovinska lanterna Gottgöra,
cena: od 9,99 do 19,99 evra.
www.ikea.com



posebna postrežba
Pladenj Hauki, Marimekko.
cena: 43,25 evra.
www.huset-shop.com



vonj po pomladi
Slekljeni kozarci in vrči za vodo Fantasy Sagaform, cena za set 4 kozarcev: 14,95 evra; cena vrča za vodo: 19,95 evra.
1001dar.si



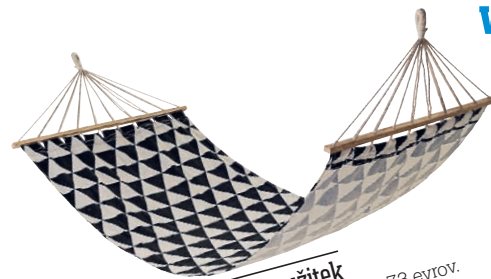
namesto zobotrebevc
Party paličice Koziol,
cena: 7,65 evra.
veselahisa.si



že diši
3-delni set pribora za žar z ročajji iz bambusa Sagaform,
cena: 36,95 evra.
1001dar.si



ljubko
Leseni pribor Rice,
cena: 7,90 evra.
www.rice.dk



popoln užitek
Viseča mreža Bloomingville, cena: 73 evrov.
www.bloomingville.com



naj uspeva
Kanglica za zalivanje rož Bloomingville,
cena: 36 evrov.
www.bloomingville.com



vedno pri roki
Predpasnik Finlayson Kesäkuu,
cena: 24 evrov.
www.formadoma.eu



dekor v kuhinji
Kuhinjska krpa H & M,
cena: 14,95 evra.
www.hm.com



Okusni recepti od mam, za mame.

Novi Philips Multicooker: Okusna hrana, enostavna priprava.

Različne predjedi, juhe, zrezki, zelenjava in sladice. Vse le z dotikom na gumb. Pripravo pestrih obrokov za vso družino lahko zdaj prepustite vašemu novemu prijatelju v kuhinji.

Preizkusite naše recepte na www.philips.si/cooker



PHILIPS



HP Deskjet Ink Advantage

Do 2x več strani za isto ceno.*

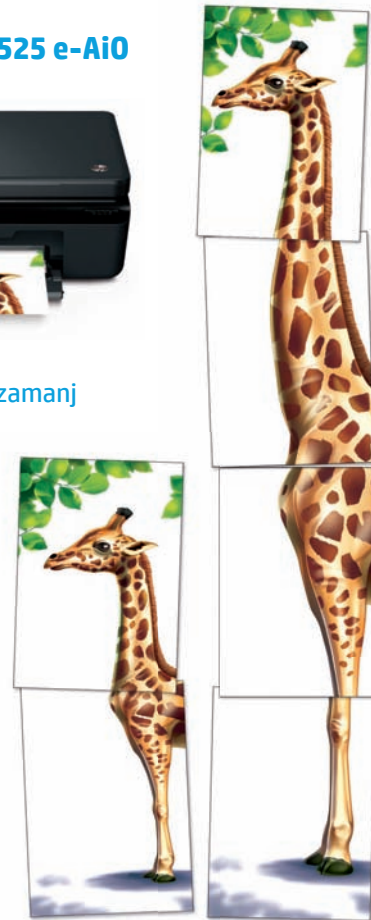
Dvakrat več strani. Dvakrat več veselja.

S pomočjo HP Deskjet Ink Advantage vse-v-enem tiskalnika lahko enostavno kopirate, skenirate in tiskate - brezžično in v največji kakovosti. In ker so HP Ink Advantage črnila tako poceni, lahko natisnete vse, kar potrebujete, brez dodatnega razmišljanja. Začnite varčevati danes.

HP Deskjet Ink Advantage 5525 e-AiO



Več informacij:
www.hp.com/si/veczamanj



* Glede na tiskanje z drugimi kartušami HP Deskjet. Izračun temelji na primerjavi nazivnega števila natisnjenih strani, ki jih je objavilo podjetje HP, za HP364/HP178 s HP655 in HP301/HP122 s HP650 ter priporočenih maloprodajnih cen. Dejanske cene so lahko drugačne. Dejansko število natisnjenih strani je odvisno od posameznega tiskalnika, natisnjenih slik in drugih dejavnikov. Za več informacij obiščite hp.com/go/learnaboutsplies. Izidi za ostale kartuše so lahko drugačni.

© 2014 Avtorske pravice Hewlett-Packard Development Company, L.P.

ŠPORT TV

SP V HOKEJU 1. DIVIZIJE
S SLOVENSKO REPREZENTANCO

20.4. – 26.4.2014
EKSKLUZIVNO NA ŠPORT TV!



SLO

SP HOKEJ
KOREJA

SOCHI



Šport TV - ASPN d.o.o., Viharjev podhod 4, 1000 Ljubljana



Montreal – košček Evrope sredi Severne Amerike

Besedilo: Jasmina Dvoršek, fotografije: Montreal Tourisme, Cirque de Soleil

Obisk Montreala je vedno čaroben, je kot korak v evropsko mesto, kjer se prijatelji poljubljajo na lice in uživajo v kavarnah ter dobrih restavracijah. To dokazuje tudi statistika, saj Montrealčani za hrano porabijo več kot desetino gospodinjanskega proračuna, kar je več kot prebivalci ostalih delov Kanade. Zaradi visoke kakovosti življenja in veselja do življenja ali, kot ga prebivalci največjega francosko govorečega mesta v Severni Ameriki imenujejo, *joie de vivre* je bil leta po raziskavi Lonely Planeta drugo najbolj srečno mesto na svetu!



Eno najbolj srečnih mest leži na reki Svetega Lovrenca.

primer zlitja modernega dizajna s starejšo arhitekturo, prav tako tudi bližnji montreal-ski Kongresni center z večbarvno fasado, ki odseva svetlobo znotraj in zunaj stavbe. Ne smemo pa pozabiti niti Place Ville Marie, večnamenskega kompleksa, ki vsebuje pet nebotičnikov s pisarnami in nakupovalni center, ki je bil prva faza montrealskega nakupovalnega podzemnega mesta, ki se danes razteza na kar 32 kilometrih. Tudi Kanadski center za arhitekturo je čudovita mešanica sodobne zgradbe in meščanske hiše iz 19. stoletja. A Montreal "živi" v soseskah s čudovitimi železnimi zunanjimi stopnicami, s svojo večkulturnostjo in kulturnimi detajli, ki sobivajo na reki Svetega Lovrenca.

Quartier International:

www.qimtl.qc.ca

Place Marie Ville:

www.placevillemarie.com

Kanadski center za arhitekturo:

www.cca.qc.ca

NAMIG

Potep po mestu ...



Kanadčani so nosilci olimpijskega zlata v hokeju na ledu, zato je muzej montrealskega hokejskega kluba zelo priljubljena turistična točka.

Montreal je idealno mesto za družinski obisk. Kompaktnost in dejstvo, da je eno najbolj pešcem prijaznih mest na svetu, sta le dva od vzrokov za obisk z otroki. V mestnem središču nam Muzej Grévin ponuja priložnost slikanja z zvezdami oziroma njihovimi



UNESCO je Montreal kot prvi urbani center v Severni Ameriki imenoval za mesto dizajna.

ARHITEKTURA

Mesto oblikovanja

Montreal leži na skoraj petsto kvadratnih kilometrov velikem otoku sredi reke Svetega Lovrenca, kar mu daje edinstveno umeščenost v naravo. Čeprav je mesto večinsko francosko govoreče, večina, približno 1,6 milijona prebivalcev, Montreala govori vsaj še angleško, približno 20 odstotkov pa jih govori še tretji jezik. Morda je prav ta mešanica kultur in jezikov odločilna za neverjetno kreativno energijo mesta, ki jo je prepoznal celo UNESCO in Montreal kot prvi urbani center v Severni Ameriki imenoval za mesto dizajna. Najnovejši dragulj urbanega oblikovanja je Quartier International, spoj starega in novega z drznimi nebotičniki, ki se dvigajo ob zgodovinskih stavbah, zaščitene kot zgodovinska ar-

hitekturna dediščina. Svetovni trgovinski center je odličen

hitekturna dediščina. Svetovni trgovinski center je odličen



Place Jacques-Cartier je eno od najbolj znanih območij v starem delu Montreala.



Del največjega kompleksa muzejev v Kanadi je tudi Biodôme, ki je posvečen živalskem svetu.

voščeni dvojniki. Je kaj boljšega od zavisti sošolcev ob pogledu na fotografijo z Justinom Bieberjem? Navdušenci nad hokejem morajo obiskati Montréal Canadiens Hall of Fame, tempelj slave, posvečen hokejskemu klubu Montréal Canadiens, ki je bil ustanovljen davnega leta 1909.

Space for Life (Prostor za življenje) je največji skupek muzejev znanosti v Kanadi, vključuje pa Botanični vrt (flora), Biodôme (favna), Insectarium (žuželke) in povsem nov Planetarium (vesolje), ki otroke zabavajo, obenem pa jih seznanjajo s pomembnimi ugotovitvami o naravi. Otroci pa ne zdržijo prav dolgo v zaprtih prostorih, zato ogromno zelenih površin v mestu skrbi, da bodo nadobudneži ob koncu dneva izčrpani od tekanja.

Muzej Gervin:
www.grevin-montreal.com
Montréal Canadiens Hall of Fame:
www.hall.canadiens.com
espacepourlavie.ca

... in še nekaj aktivnosti

Hrib Mount Royal, ki se dviga skoraj v središču mesta, Parc La fontaine, kjer ob umetnih jezerih lahko poleti opazujemo ptice, pozimi pa se spremenijo v drsališča, gledališče na prostem Théâtre de Verdure in bistro Espace La Fontaine, kjer se lahko oskrbimo s prigrizki za piknik, je le nekaj idej za preživljanje časa v naravi. Obsežen park obkroža tudi olimpijski stadion v predelu Hochelaga-Maisonneuve oziroma ljubkovalno kar "HoMa".

Eden najlepših pogledov na mesto se odpira z razglednega stolpa Montréal Tower, vse leto pa olimpijski park Esplanade Financière Sun Life ponuja program športnih in kulturnih prireditvev, ki bodo navdušile malčke in najstnike. Letalski šovi, tekmovanja v skateboardingu, teniške prireditve in ogromno drsališče pozimi so razlogi, da je prostor, na katerem so med olimpijskimi igrami leta 1976 podeljevali odličja, vedno poln. Če želimo videti, kje so se začeli kaliti nekateri od olimpijskih prvakov v hokeju na ledu, se napotimo v Le 1000 De La Gauchetière, prekrasno pokrito drsališče, na katerem lahko pokažemo



Razgledni stolp in glavni stadion v Olimpijskem parku.

svoje drsalne sposobnosti. Tisti, ki so bolj kot nad drsanjem navdušeni nad video igrkami, si bodo dali duška med eliminiranjem sovražnikov v labirintu v petih nadstropjih, imenovanem Laser Quest, kjer se lahko sami ali v družbi borijo proti zlikovcem. **Olimpijski park:**
www.parcolympique.qc.ca
Le 1000 De La Gauchetière:
www.le1000.com
Laser Quest: www.laserquest.com

NAKUPOVANJE

Sladko in čarobno

Kanadčani imajo radi sladkarije. V prodajalni Canadian Maple Delights na ulici Saint-Paul East se bomo lahko sladkali brez strahu pred nezdramilimi sladkorji, saj svojo specialiteto – javorjev sirup – uporabljajo celo za sladkanje

kave in čaja. Za več informacij o znamenitem sladilu pa lahko obiščemo Muzej javorjevega sirupa na istem naslovu. Med



Trgovina, ki je posvečena dobrotam z javorjevim sirupom.

spoznavanjem starega Montreala bodo otroci najbolj navdušeni nad obiskom Plush Factory, butikom plišastih igračk, kjer si bodo lahko oblikovali in izdelali lastnega medvedka iz Montreala. Iz Montreala prihajajo tudi lutke Raplapla, ki jih je začela ustvarjati modna oblikovalka Erica Perrot. Ko je rodila dva otroka, je namesto modnih oblačil začela izdelovati lutke iz blaga, imenovane Raplapla, ki so obnorele otroke po vsem svetu. Kadarkoli obiščemo Montreal, ima Božiček odprto svojo delavnico božičnih okrasov v prodajalni Noël Éternel. Obisk delavnice je obisk čarobne dežele, za mlade in mlade po srcu.

Canadian Maple Delights:
www.mapedelights.com
Plush Factory, 503 Place d'Armes
Lutke iz blaga Raplapla:
www.raplapla.com
Noël Éternel: www.noeeleternel.com

KULINARIKA

Slaščičarski mojstri za en dan

Zaradi velikega števila odličnih restavracij in kot center francoske kuhinje na drugi strani Atlantika se je Montreal uvrstil med 15 mest, ki tvorijo mrežo World Good Food Cities Network. Več kot 6.000 restavracij bo zadovoljilo tudi najbolj zahtevne okuse z vsega sveta.

Najmlajši obiskovalci Montreala pa bodo prav gotovo najbolj navdušeni nad obiskom slaščičarne Maison Christian Faure. Družina si je za svoj moto vzela stavek pisatelja Antoina de Saint-Exupérya: Naredi življenje sanjsko in sanje realnost. V starem mestnem delu se lahko sladkamo z nebeško dobrimi slaščicami, ki jih izdeluje ekipa slaščičarjev s prestižnimi naslovi Meilleurs Ouvriers de France. Organizirajo tudi tečaje priprave sladice, vsake toliko pa iz mladih obiskovalcev naredijo mlade slaščičarske mojstre, saj pripravljajo tečaje za najmlajše, imenovane Little Bakers (Mladi peki). Otroci od šestega leta naprej se lahko v družbi mojstrov peke in staršev naučijo osnov



Učenje priprave sladice pri slaščičarskih mojstrih.

priprave sladkih dobrot. 11. maja bodo pripravljali čokoladno torto za mame, 31. maja se bodo učili priprave tortic *cupcakes*, 15. junija pa bodo za očke izdelovali *macrone* z različnimi posipi. **Maison Christian Faure:**
www.maisonchristianfaure.ca



Cirque de Soleil bo ob svoji obletnici predstavil nov spektakel Kurios.

ZANIMIVOST

Cirkus v mestu

V Montrealu se prebivalci veliko smejejo, zato velja za srečno mesto, da jim je še lepše, si organizirajo festival smeha in prav zato ni čudno, da so si ga za svoj sedež izbrale slavite cirkuške hiše, kot so Cirque du Soleil, Les 7 doigts de la main in Cirque Éloize. Tudi Narodna cirkuška šola do- muje v Montrealu, festival



Od 4. do 13. julija bo v Montrealu potekal cirkuški festival.

Montréal Complètement Cirque pa je vsakoletni festival, ki služi kot odskočna deska mladim umetnikom. Največjo slavo med cirkuškimi hišami si je pridobil Cirque du Soleil, ki je bil osnovan leta 1984 v Quebecu, danes pa je le na sedežu podjetja (ki po vsem svetu zaposluje 5.000 ljudi) v Montrealu zaposlenih več kot 2.000 umetnikov, scenografov, kostumografov in ostalih snovalcev sanjskih scenskih mojstrov. Slovenci smo lahko ponosni na Alana Hranitelja, kostumografa predstave Zarkana, ki jo več kot 70 nastopajočih izvaja v Las Vegasu. Letos Cirque du Soleil praznuje 30. obletnico, ta pomembni jubilej pa bodo obeležili s predstavo Kurios, ki bo na odru gostila 1.300 umetnikov iz petdesetih držav. Premiera bo 24. aprila prav v Montrealu, julija se bo predstava preselila v Quebec, avgusta pa v Toronto.

Cirkuški festival: www.montreal-completementcirque.com
Cirque du Soleil:
www.cirquedusoleil.com



Z zajtrkom aktivno v nov dan

Besedilo: Valentina Jarc

S svežino prvih pomladnih dni smo odvrgli težka oblačila, ki so nas grela preko najhladnejših zimskih mesecev, in z lahkotnim korakom stopili v toplejšo sezono. V pričakovanju poletja se spremembe dogajajo tudi na krožniku, kopalna sezona je namreč vedno bližje, toplina pomladnih dni pa kliče po lahkem in zdravem. Za optimalno počutje med meseci, ko hitro pride do pomladne utrujenosti, se je potrebno držati nekaj enostavnih pravil, ki bodo v naše življenje prinesla odlično psihično in tudi fizično počutje.

DPravilo številka ena je vsekakor, da nikakor ne izpustimo zdravega polnovrednega zajtrka, ki je vendarle vedno bil in vedno bo najpomembnejši obrok dneva. Ker "prazna vreča ne stoji pokonci", preskočimo vsak, še tako prepričljiv izgovor in zjutraj vendarle posezimo po lahkem in zdravem. **L**e tako bomo v svoje telo vnesli dovolj energije za optimalno koncentracijo pri delu, boljšo učinkovitost in kakovosten trening. Spanje je čas, ko telo zaceli svoje rane in se pripravi na nov dan, poln izzivov in veselih trenutkov. V kolikor preskočimo zajtrk, bo pričelo delovati "na rezervu" in kot energijski vir iz zjemno hitrostjo porabljati mišice in ne maščobnega tkiva, kot bi si morda nekateri želeli. Mišična masa, ki je glavni porabnik kalorij tako v mirovanju kot med telesno aktivnostjo, je vitalnega pomena za naše dobro počutje in mladosten izgled. V kolikor telo stradamo, se naš metabolizem upočasni, saj se telo zaradi bojazni po nadaljevanju nizkega vnosa prilagodi, in sicer tako, da zniža svojo dnevno porabo. Z izpuščenim zajtrkom torej ne pridobimo popolnoma nič, izgubimo pa mišice, česar si vsekakor ne želimo. V kolikor menimo, da za zajtrk nimamo časa, si ga pripravimo že zvečer.

"Prekonočni" müsliji

"Prekonočni" müsliji so idealen zajtrk. Od zdaj naprej lahko pozabimo na raztresena jutra in pričnemo dan z že pripravljenim zdravim zajtrkom. Za okusne müslije, pri katerih lahko na kuhanje kar lepo pozabimo, potrebujemo jogurt, žličko medu, malo vaniljevega ekstrakta, riževo in

mandljevo mleko, skodelico müslija, sadje in oreščke. Vse sestavine z izjemo svežega sadja stresemo v našo najljubšo skledico. Dobro premešamo in položimo v hladilnik. Zjutraj na "kašo", ki se je čez noč okusno zmečala, stresemo še nekaj svežega sadja in že lahko uživamo v prijetnem okusu. Z receptom se lahko seveda vsakič znova malce poigramo, saj lahko dodamo tudi kokosovo moko, sadni jogurt, semena chia, cimet in celo zmrznjeno sadje, ki čez noč spusti okusen sok.

Kosmiče lahko obogatimo s svežim sadjem in jogurtom.



Pozabimo na raztresena jutra in pričnemo dan z že pripravljenim zajtrkom.



Če zjutraj nismo lačni ...

... smo po vsej verjetnosti zvečer pred spanjem pojedli prevelik obrok. Pazimo torej, da zjutraj pojemo več kot zvečer. Energijo vendarle potrebujemo skozi dan, kajne? Ne maramo hrane, ki jo običajno povezujemo z zajtrkom? Enostavno, izberimo nekaj drugega. Namesto žitaric oziroma kosmičev, ki našemu telesu nudijo potrebne kompleksne ogljikove hidrate, vitamine in minerale, ki telo napolnijo z energijo, ki jo potrebujejo naše mišice in možgani, ter zadostijo našim potrebam po vlakninah, magneziju in še kako potrebnih vitaminih družine B, lahko pripravimo kaj drugega kot zgolj običajno mešanico sadja, müslija in jogurta. Večer prej iz kosmičev pripravimo jabolčni narastek, zelenjavne polpetke ali pa improviziramo s pripravo zelenjavne pite, katere hrustljivo testo sestoji pretežno iz kosmičev. Tudi dieta naj ne bo izgovor za preskakovanje obrokov, predvsem zajtrka, saj s tem, ko telo zjutraj pustimo stradati, negativno vplivamo na svoje počutje, zdravje in telesno težo. V kolikor nam ni popolnoma jasno, zakaj so za zajtrk najboljša izbira ravno žitarice, pa pokukajmo v njihov popolni svet.

Preklopimo na zdravje z uricami S2H, ki merijo telesno aktivnost.



Zakaj žitarice?

Žitarice ne izpraznijo naše denarnice, za pripravo vzamejo le nekaj minut, njihovo shranjevanje je izjemno preprosto, rok trajanja skoraj neskončen. Bogate so s kompleksnimi ogljikovimi hidrati, ki telesu zagotavljajo energijo, ki traja in traja. Prav tako so prava zakladnica vitaminov in mineralov, ki v kombinaciji z mlekom in jogurtom, ki pridata kalcij, ter sadjem, ki poleg vseh ostalih dobrin doda tudi ogromno vedno potrebnega vitamina C, postanejo "super" zajtrk, ki nadomesti vitamine in minerale, ki jih drugače vsebuje ena multivitaminska tableta.

Pri izbiri kosmičev bodimo pozorni na sestavine. Ob neskončni izbiri raznobarnih škatel, ki kar kličejo po naši pozornosti, se namreč hitro zmedemo in posežemo po prvi, ki obljublja največ. Včasih je najbolje izbrati preproste, dolgočasne kosmiče, brez dodanih sladkorjev in barvil. Pri tem pazimo, da bo naša porcija vsebovala vsaj tri grame vlaknin, ki pomagajo ublažiti lakoto, saj se presnavljajo počasi in dolgotrajno. Za boljše izbiro veljajo tudi polnozrnatni in polnovredni kosmiči, saj vsebujejo žitno lupinicco, ki kar poka od vsebnosti železa in vitaminov skupine B, ki jih drugače lahko prejmemo le z uživanjem mesa. S pravilno izbranim in redno zaužitim zajtrkom svojemu telesu zagotovimo energijo za uspešno soočanje z naporom v službi, šoli in pri športnih dejavnostih. Prav tako se uspešno izognemo najpogostejšim kroničnim boleznim – boleznim srca in ožilja – ki tarejo vedno več posameznikov. Med najpogostejše dejavnike tveganja zanje sodi previsok holesterol, povišanju le-tega se lahko uspešno izognemo z izbiro pravilne prehrane. Med živila, ki ga celo znižujejo, vsekakor sodijo žitarice brez dodanega sladkorja, ki s ščepcem domišljije dobijo prekrasne oblike in omanen okus. Dodajmo jim sladko banano, barvite gozdne sadeže, omanno mandljevo mleko, žgečkljiv cimet, zapeljiv ekstrakt vanilije in hrustljave oreščke. Izbiro kosmičev si

bomo vsekakor olajšali, če bomo posegli po kosmičih Zlato polje. Med njihovo ponudbo namreč najdemo tudi Sport müsli brez dodanega sladkorja, ki zagotavlja vrhunski zajtrk, "kot se šika". Mešanica rahlih polnozrnatih kosmičev, semen in kar 35 odstotkov suhega sadja tvori odlične naravne sestavine za začetek uspešnega dneva. Izdelek je novost med izdelki Sport müslijev, saj je brez dodanih sladkorjev ter vsebuje le naravno prisotne sladkorje, ki gredo predvsem na račun suhega sadja. Izdelek vsebuje tudi visoko vsebnost prehranskih vlaknin, zato je odličen za zajtrk in malico, z nekaj domišljije pa lahko iz njega pripravimo tudi okusno večerjo._

INFOMAT

Ne pozabimo, da zdrava prehrana ni dovolj, če ne poskrbimo tudi za zdravo gibanje, šport in rekreacijo. S2H.si je inovativen program, ki ljudi spodbuja h gibanju. Poleg tega, da poskrbimo za svoje zdravje, pridobivamo tudi točke, ki jih pozneje zamenjamo za nagrade. Za sodelovanje pri gibanju udeleženci potrebujemo posebno uro S2H, ki beleži gibanje. Uporabniki si, po nakupu ure, na spletni strani www.s2h.si ustvarimo svoj osebni profil, kjer beležimo zbrane točke in izbiramo nagrade. Za S2H urice pa se lahko potegujemo tudi v nagradni igri in si pritečemo 30-odstotni popust na Sport müsli in Crispy žita v Žitovih trgovinah po Sloveniji. Vse, kar moramo storiti, je da odgovorimo na nagradno vprašanje na spletni strani citymagazine.si. Vsak teden bomo izžrebali deset nagrajencev, ki bodo prejeli S2H uro, s katero lahko izmerimo telesno aktivnost. Še en razlog več, da aktiviramo sebe, družino, prijatelje, sodelavce in postanemo ambasadorji filozofije zdrav duha v zdravem telesu, je prijava na Tekaško akademijo v ljubljanskem Parku Tivoli 7. maja, katere glavni sponzor je Zlato polje z bogato izbiro Crispy žit in Sport müslijev. Prijavite se lahko na citymagazine.si/tekaska2014.

Žita za zajtrk Zlato polje

Brez dodanega sladkorja za aktiven začetek dneva

Novost med Sport müsliji je nov, sadni okus, brez dodanega sladkorja. Mešanica izjemno rahlih polnozrnatih kosmičev ovsca, rži, pšenice in koruze so dodana bučna in sončnična semena ter kar 35 % suhega sadja. Sadni Sport müsli brez dodanega sladkorja vsebuje le naravno prisotni sladkor, predvsem iz suhega sadja. Odlikuje ga tudi visoka vsebnost prehranskih vlaknin, zato je odličen za zajtrk in malico.



NAJBOLJŠE RAZMERJE MED
CENO IN KAKOVOSTJO ZA CRISPY
IN SPORT MÜSLI ZLATO POLJE



www.zlatopolje.si



Čokoladni atelje Dobnik

Veselite se pomladi s pomladanskimi bonbonierami iz Čokoladnega ateljeja Dobnik. Odlični sveži okusi, kot so gozdni sadeži z rožmarinom, limeta, pistacija, pomaranča ali mogoče ingver s temno čokolado v privlačni dizajnerski embalaži. V vseh trgovinah Čokoladnega ateljeja Dobnik in na www.cokoladniatelje.si •

Ljubljana: Trg Republike 1 (pasaža Maximarketa) • 01 42 53 141
Maribor: Pobreška cesta 18 (Europark Maribor) • 02 74 90 561
Celje: Mariborska 100 (City Center Celje) • 03 54 13 520
Zalec: Slandrov trg 1 • 03 710 3106

info@cokoladniatelje.si • www.cokoladniatelje.si



irman

SKRIVNOSTI

Z nakupom Ray-Ban očal do novega kolesa

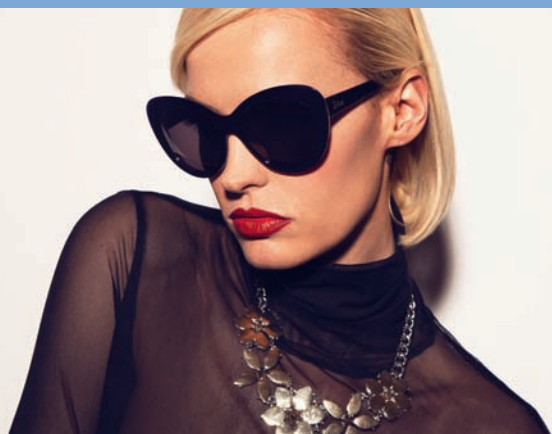
Očesni center Irman v Ljubljani

Pričakujemo vas v novem Očesnem centru Irman, ki združuje novi poslovni enoti Optike Irman in Očesne ordinacije Irman.

- Širok izbor očal, kontaktnih leč in ostalih optičnih pripomočkov
- Odlično razmerje med kvaliteto in ceno
- Pregled vida pri priznanemu oftalmologu dr. Irmanu
- Predoperativni pregledi za operacije oči •

Očesni center Irman | Štišova ulica 9 | 1000 Ljubljana
Optika Irman 051 288 014 www.optikairman.si
Očesna ordinacija Irman 041 724 995 www.irman.si

mestne skrivnosti



Tjaša Kokalj si je v Optiki Sentina izbrala sončna očala Dior

Optika Sentina

Bogata izbira sončnih in korekcijskih očal priznanih blagovnih znamk, razstavljenih preko 3000 modelov vseh cenovnih razredov.

Vsakodnevni optometrijski pregledi vida.

Kontaktne leče Sentina; dnevne, mesečne in 14 dnevne 19,80 EUR

Večnamensko sredstvo za kontaktne leče Sentina 360 ml 6,90 EUR •

Optika Sentina Citypark Ljubljana
Ljubljana1@sentina.si
tel: 01/320 60 55



Legendarni pub Cutty Sark

Zgodovina Cutty-ja je zelo razgibana in divja, saj se je v našem pubu dogodila že marsikatera divja fešta. Cutty Sark je zanimiv, klasično pubovski in s pristnim lesenim angleškim šankom opremljen pub v središču mesta. Ne zaradi dizajna, ampak zaradi vsega piva, ki je bilo že prelito po njem in tudi vpito vanj, z leti pa le še pridobiva na svoji pristnosti. Na vrtu, v senčki ali sončku, si lahko v dopoldanskem času privoščite tople in osvežilne napitke, v popoldanskem času pa seveda vabljeni na pester izbor piv in whiskijev. Odpiralni čas: pon.-sob. od 09.00 do 01.00, ned. in prazniki od 12.00 do 01.00 •

Knafļjev prehod 1, 1000 Ljubljana
051 686 209, 08 / 385 91 44
www.cuttysarkpub.si



Besedilo: City Magazine

zdravo

Smoothiji, ki preženejo spomladansko utrujenost

V življenju je le malo stvari tako zdravih in okusnih, kot je lahko zvrhan kozarec naravnega *smoothija*. Ta iz nas izvabi le najboljše, saj nas učinkovito nahrani in okrepi, z njegovo pomočjo pa tudi bolje izgledamo. Naši lasje, nohti in koža bodo z rednim uživanjem zdravih napitkov namreč kar zasijali od zdravja. *Smoothie* je idealna izbira za vse, ki želimo živeti še bolj zdravo, vnesti v telo optimalno količino bogatih hranilnih snovi in pospešiti svoj metabolizem. Nekaj slastnih in preprostih receptov za pomladne *smoothije*, ki bodo z našega urnika zagotovo pregnali prve znake spomladanske utrujenosti, smo zbrali na naši spletni strani. **Recepte najdemo na citymagazine.si/spomladanski-smoothie**



prigrizek



Okusni zdravi kruhki

To pomlad obrnimo nov list in iz svoje prehrane črtajmo vse, kar škodi našemu zdravju, dobremu počutju in optimalnemu izgledu. Vendarle se ne odpovejmo okusnim kruhkoma ali sendvičem, saj lahko le z nekaj pametnimi spremembami iz nezdravega prigrizka napravimo zdrav obrok. Na žalost si sendviče velikokrat predstavljamo zgolj kot bel kruh ali žemljo, obteženo z nezdravimi maslom, majonezo, sirom in predelanimi salamami. Zatorej namesto belega kruha v svoj jedilnik vnesimo polnozrnatega, nezdrave namaze in sestavine pa zamenjajmo z okusnim avokadovim namazom, redkvico ali paradižnikom. Že ta kombinacija predstavlja okusen in zdrav zajtrk, ki nam bo dal ogromno energije vse do kosila.

Več na citymagazine.si/zdravi-kruhki

namig

Kaše in mak iz lokalne pridelave

Včasih je na trgovskih policah težko najti pristne domače izdelke, kot so ajdova in prosena kaša ali pa mak, ki je ena izmed glavnih sestavin prekmurske gibanice. Skupina Panvita je rešila to dilemo in na tržišče poslala lokalno pridelano ajdovo kašo, proseno kašo in mak iz programa vrtnin in sadja, v katerem so že prisotni tudi drugi slovenski izdelki, kot so sladke jagode, šparglji, paprika, mladi česen in sladka koruza.

www.ave.si, www.panvita.si



lokalno

Paradižnik LUŠT iz integrirane pridelave

Sveži, sočni, okusni, zdravi paradižniki iz Prekmurja.



integrirani

Le kdo nima rad sočnih in osvežujočih rdečih paradižnikov, v katere v teh toplih mesecih z užitek ugriznemo ali pa si jih pripravimo na kakšen poseben način? Če so zrastle na naših tleh, pa se nam "zaluštajo" še toliko bolj. Tretje leto že teče, odkar so v Prekmurju, v naravni mešanici šote in kokosovih vlaken, posadili drobcena semena, iz katerih zdaj rastejo sveži, sočni, okusni in zdravi paradižniki LUŠT. Posebnost zgodbe je način integrirane pridelave, ki paradižnikom LUŠT omogoča rast in obiranje tudi v zimskem času, saj

pri ogrevanju sodelujejo z naravo. Ob rastlinjaku se namreč nahaja velik ogrevalni potencial – geotermalna vrtina. Zgodba o LUŠTu je skoraj taka, kot bi jo brali v osnovnošolski slikanici. Paradižnike oprahujejo čisto pravi čmrlji, s katerimi si paradižniki delijo prostor v rastlinjaku in so živ dokaz, da pri pridelavi ne uporabljajo strupenih škropiv, saj bi v nasprotnem primeru čmrlji poginili. Če bi rastline ali plodove kljub temu napadli škodljivci, bi na naraven način z njimi opravili plenilci, ki prebijajo pod isto streho, pod katero se v laguni zbira

tudi deževnica, s katero nato redno zalivajo paradižnike. Ko ti zrastejo v rajске sadeže, je čas za ročno obiranje, s čimer zagotovijo, da so obrani le tisti, ki so na rastlini dozoreli, kar jim daje visoko vsebnost likopena, naravnega oksidanta. Dišeč in zdrav slovenski paradižnik LUŠT bomo prepoznali po njegovi polni rdeči barvi ter po sočnem in polnem okusu. Za trenutek si bomo drznili pomisliti, da smo ga nabrali na domačem vrtu, čeprav smo ga v resnici vzeli iz prepoznavnega črnega zabojčka LUŠT. **lust.si**



Ker "LUŠTni" paradižnik dozori na rastlini in ne med transportom, ima odličen okus.



Evropski kmetijski sklad za razvoj podeželja: Evropa investira v podeželje

V ŽIVLJENJU NI NIČ SLUČAJNO



Jana VODA S SPOROČILOM

Vsakič, ko vzameš v roko stekleničko Jane, pride njeno sporočilo z razlogom k tebi. In zato poišči tudi ti tiste besede, ki te bodo premaknile.

www.vodassporocilom.com

OGLASNA VSEBINA

Za pripravo sladkih dobrot so ljubiteljem slaščic že več kot stoletje na voljo številni izdelki Manner. Več na www.manner.si, v rubriki "Kuhajmo z Mannerjem".

Besedilo: City Magazine

recept

Hitra sreča

Sestavine: napolitanke Manner, maline, borovnice, čokoladni ali vaniljev puding, limetina lupina
Priprava: Napolitanke Manner prerežemo na polovico in jih damo v kozarec. Puding, maline in borovnice zmešamo z limetinim sokom in naribano lupino ter namažemo na napolitanke, nato položimo spet plast napolitank in plast pudinga. In še na svet – okrasimo z malinami, limetino lupino in meto._



recept



Princeskina torta

Sestavine: biskvitni keksi Manner, maline ali jagode, smetana za stepanje, listi želatine, limonina lupina
Priprava: Okrogli tortni model obložimo z biskvitnimi keksi Manner, rob naredimo s prezanimi biskvitnimi keksi. Roza kremo zmešamo iz jagod ali malin (ki jih čez vse leto dobimo tudi globoko zamrznjene), stepene smetane in želatine. Začinimo z naribano limonino lupino in vlijemo v tortni model. Za nekaj ur postavimo na hladno. Dekoriramo z jagodami, malinami in užjitimi dekorativnimi biseri. Za pripravo lahko uporabimo tudi dietne ali otroške biskvitne kekse._

recept

Parfait z Mozart kroglicami



Za parfait: 360 ml vode, 180 g sladkorja, 12 rumenjakov, 297 g Victor Schmidt Mozartovih kroglic, 100 g kuverture Manner z belo čokolado, 4 cl kakovovega likerja, 2 cl domačega ruma, lupini 2 pomaranč, 500 ml sladke smetane, 100 g naribane jedilne čokolade Manner

Za omako iz črnega

ribeza: 300 g črnega ribeza, 75 g sladkorja, 2 cl likerja iz črnega ribeza, sok polovice limone, 5 cl vode, 150 g robidnic

Priprava: Za parfait najprej zavremo vodo s sladkorjem in pustimo, da se ohladi. Dodamo rumenjake in na vodni kopelji stepamo zmes, dokler ne nastane kremasta. Pustimo, da se ohladi. Raztopimo Mozartove kroglice in kuverturo ter skupaj z likerjem, naribanima lupinama dveh pomaranč ter rumom vmešamo v že prej pripravljeno zmes z rumenjaki. Sladko smetano poltrdo stepemo in z

Mannerjevo naribano čokolado vmešamo v zmes. Zmes vlijemo v model za srnin hrbet, ki smo ga obložili s prozorno folijo. Zamrznemo. Za omako zavremo črni ribez skupaj s preostalimi sestavinami. Zmes zmeljemo s paličnim mešalnikom in precedimo skozi cedilo ter pustimo, da se ohladi.

Serviranje: z žlico damo omako na eno stran krožnika ter nanjo položimo cele robidnice. Parfait prevrnemo iz modela in ga s segretim nožem narežemo na 3 cm debele rezine. Rezino položimo na drugo stran krožnika. Parfait lahko okrasimo z naribano čokolado Manner._

recept

Čokoladna figa

Sestavine: sveže fige, sir mascarpone, jedilna čokolada Manner
Priprava: 2/3 raztopljene jedilne čokolade Manner zmešamo z 1/3 sira mascarpone. Figo prerežemo na štiri dele in jo napolnimo s čokoladno kremo. Posujemo s svežo naribano lupino limete.



recept

Roza kroglica

Sestavine: biskvitni keksi Manner (zmleti v drobtine), sveže maline, malinov sok, limonin sok, čokoladni obliv Manner
Priprava: biskvitne kekse Manner v posodi zdrobimo v drobtine in jih zmešamo z malinami (ki smo jih pred tem zmečkali) ter malinovim in limoninim sokom. Iz nastale zmesi oblikujemo majhno kroglico. Prelijemo s segretim čokoladnim prelivom Manner. Dekoriramo z malino ali z zrncom granatnega jabolka.





Samosvoja

Besedilo: Valentina Jarc in Vanja Hočevar

Pomlad se je razcvetela in z njo so prilezli na plano drznejše, opaznejše barve in vzorci, ki nam bodo modno obarvali tople mesece.



športno Atraktivna trajnostna oblačila

Stella McCartney v novem sodelovanju z Adidasom nadaljuje svojo strastno zavezanost skrbi za okolje, ki se razkriva v novi kolekciji s trajnostnimi izdelki. Te poleg precizne estetike in vrhunske funkcionalnosti družijo tudi uporabljene napredne tehnologije, katerih postopki izdelave oblačil omogočajo čim manjšo porabo materiala, uporabljeno je suho barvanje, kot surovini pa se najpogosteje koristita organski bombaž in tencel – biorazgradljiva tkanina, narejena iz celuloznih vlaken. Namen nove kolekcije je, da navdihne novo generacijo okoljsko osveščenih športnikov.

Intersport, Šubičeva 2, Ljubljana,
www.intersport.si, www.stellamccartney.com

lahkotno Od pastelov do udarnih barv

Aktualna, pomladno-poletna kolekcija Superdry ponuja na eni strani nežne pastelne kombinacije, poskrbi pa tudi za bolj drzne stajlinge z močnimi, vpadljivimi barvami ter *vintage* grafičnimi potiski. Družbo najbolj atraktivnim kosom dela posodobljena kolekcija jeansa, ki je vedno na dosegu roke. Moška kolekcija posveča pozornost prefinjenemu krojenju, najboljšim materialom ter dramatičnim detajlom. Ključna kosa tople sezone sta usnjena jakna Ryan ter bermuda kratke hlače v vrsti intenzivnih poletnih barv, ki so kot nalašč za dan ob bazenu.

Forma F+, Ameriška 8, Ljubljana, www.superdry.com



unikatno Usnjen objem

Unikatne zapestnice Mayolina so igriv, eleganten, edinstveni usnjen modni dodatek, ki objema zapestja moških in žensk. V kombinaciji z dragocenimi materiali usnje prevzame prefinjenost, saj je obogateno s 14-karatnim rumenim, belim in rdečim zlatom, z vdelenimi cirkoni ali poldragimi kamni in dodanimi biseri. Vsaka zapestnica je plod bogate družinske tradicije družine Rangus, kjer mojstri z odliko oblikujejo usnje, ki je sinonim za trajnost, trdnost in odličnost.

www.mayolina.com



trend Zaljubljene v rožnato

Spomladi smo zaljubljeni v pasteles, še posebno radi pa se ljubimkamo z rožnato. Toplo sonce, prebujena narava in ljubezen v zraku so vsekakor zadostni razlogi, da bomo spomladi na svoja stopala nataknila nekaj rožnatega in tako v toplejšo sezono zakorakale še bolj zaljubljeno in zasanjano. Pudrasto roza trenutno obožuje tudi modni svet, ki jo je za letošnjo pomlad "preselil" z oblačil na obutev in modne dodatke.

citymagazine.si/zaljubljene-v-roznato



© Steven Klein

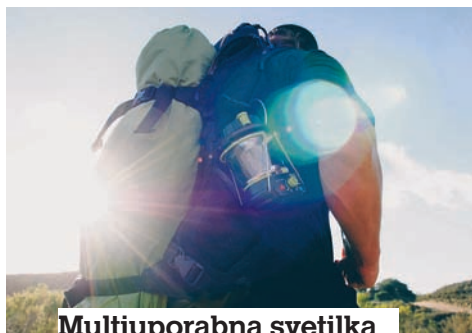
sodelovanje Za H & M bo oblikoval Alexander Wang

H & M je med glasbenim festivalom Coachella v Palm Springsu v ZDA naznanil, da bo naslednji oblikovalec, s katerim bodo sodelovali, slaviti Alexander Wang. Blagovna znamka, ki deluje od leta 2007 in nosi enako ime kot sam umetnik, se je odločno uveljavila z nenehnim razvijanjem in inspirativnim napovedovanjem modnih trendov. Wangova čutnost je odraz kontrastov, saj oblikovalec vrhunske meša uglajenost in nepopolnost. Njegove kreacije, bolj kot izumetničenost, izžarevajo občutek sproščenosti. Od 6. novembra letos bodo oblačila in modni dodatki za ženske in moške s podpisom Alexander Wang za H & M na voljo v prodajalnah H & M po vsem svetu. Komaj čakamo, da v svoje roke dobimo čudovito oblikovane modne kose, ki izžarevajo umetnikov pogled na najnovejši življenjski slog, ki združuje urbanost, funkcionalnost, prečiščenost in nosljivost.

Na zabavo v naravo

Besedilo: City Magazine

Lepi sončni dnevi kar vabijo ven, v naravo. In zakaj ne bi sončnih dni izkoristili za kampiranje, ujete trenutke v hribih, gozdu in ob vodi in zakaj se ne bi naučili loviti rib in muharjenja?

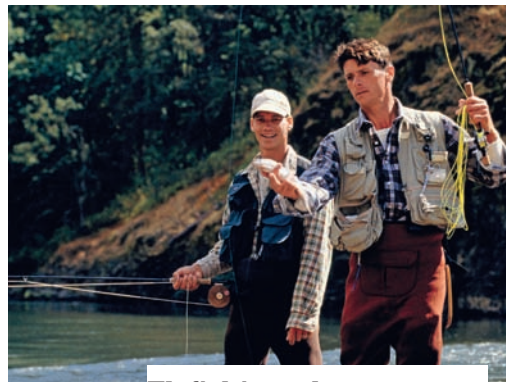


Multiuporabna svetilka Lighthouse 250 za vsakega popotnika (cena: okoli 60 evrov)

Ne glede na to, kam se dandanes odpravimo, zagotovo vzamemo s seboj tudi mobilni telefon in še kaj. Če se odpravljamo na kampiranje, pa se na vrhu seznama nujnih stvari pojavi tudi vir svetlobe. Vendar pa v naravi ne bomo našli električnega priključka za mobilni telefon ali luč. Majhna svetilka Lighthouse 250 podjetja Goal Zero bo odpravila vse naše težave, ki se pojavijo pri iskanju vira napajanja. Svetilka Lighthouse 250 nam zagotovi svetlobo LED-lučk z močjo 250 lumnov, tako da ne bomo v temi iskali poti do šotora, ko taborni ogenj le ugasne. Napaja se s pomočjo vgrajene litij-ionske baterije z močjo 4400 mAh, ki jo lahko napolnimo preko USB-priključka, solarnih celic ali z vrtljivo ročico. Ob polni moči nam bo majhna svetilka Lighthouse 250 svetlobo zagotavljala celih 48 ur, z njeno pomočjo pa lahko napolnimo še baterijo našega mobilnega telefona, prenosne tablice ali iPad-a, GPS-naprave, digitalnega fotoaparata ali katere koli druge naprave, ki se polni prek USB-priključka. Če smo zagrizeni popotnik, pohodnik ali pa le radi zbiramo stvari za svoj set preživetja, je ta majhna svetilka prav gotovo nujen preživetveni pripomoček. www.goalzero.com

Nikon 1 V3, lepotec z izboljšavami

Napredovanje v videu še nikoli ni bilo tako hitro in kakovostno, kot se to dogaja zadnja leta. Veliki "tech-magnatorji" gredo vsak dan še korak dlje z neverjetnimi izboljšavami. Tokrat je v ospredju novi Nikon 1 V3, brezrcalni fotoaparat, ki prinaša predvsem veliko veselja na snemalno področje. Brez težav se lahko pobaha kot prvi brezrcalni fotoaparat, ki lahko snema počasne posnetke, in sicer s 120 sličicami na sekundo v resoluciji 1280 x 270, če pa se malce poigramo, skok v morje posnamemo s 400 ali celo 1.200 sličicami na sekundo, vendar v nižji resoluciji. Malce skepticizma ne škodi in če se sprašujemo, kako tresoč bo videti posnetek, ko ga bomo prenesli na računalnik, je Nikon temu novemu članu fotodružine dodal še elektronski stabilizator. Čeprav je velik poudarek na video izboljšavi, pa so se pri njegovih specifikacijah tehniki osredotočili predvsem na fotografiranje, saj nam je le-to omogočeno pri ločljivosti 18,4 milijonov slikovnih točk, hkrati pa nam ponuja še možnost snemanja in fotografiranja v formatu RAW ali JPEG. www.nikon.com



Flyfishingodec – coaching muharjenja

Reka. Rečni tok. Zvok laksa, ki šviga mimo naših ušes. Da, za muharjenje gre. In tudi mi se lahko le-tega naučimo. *Coaching* muharjenja nam obljublja nepozabno doživetje ter izkušnjo, ki nam bo ostala v spominu vse življenje. Pridobili si bomo znanje, ki se prenaša iz generacije v generacijo. Tako bomo deležni predstavitev osnov muharjenja in potrebne opreme, pokazali nam bodo tehniko muharškega meta, nam predstavili taktiko in s tem podali vse, kar je potrebno, da sami ujamemo ribo. Muharjenje izvajajo večinoma na Kamniški Bistrici, lahko pa se dogovorimo tudi za obisk drugih rek, kot so Kolpa, Krka, Idrija, Soča... V ponudbo je vključena vsa oprema in pribor za muharjenje ter dnevna ribiška dovolilnica. Muharjenje je več kot le ribolov. Gre za preizkušanje naše vztrajnosti, za iskanje ravnovesja. Preživete ure ob vodi nas sprostito in umirijo ter nam pomagajo vzpostaviti stik z naravo. Cena *coachinga*: od 60 do 150 evrov na osebo. Pri večjem številu prijavljenih oseb je ponudba še ugodnejša. www.flyfishingodec.com www.facebook.com/Flyfishingodec

100 vrstic

Kampiranje še nikoli ni bilo tako udobno



Končno se je nekdo spomnil oblikovati šotor z vgrajeno napihljivo blazino. Tako ne bomo več imeli izgovorov za taborjenje v objemu narave. Udobje je namreč eden večjih razlogov, zakaj se ne odločamo za preživljanje počitnic na prostem. Šotor Aesent je zasnoval Dan Robertson z namenom, da korenito spremeni izkušnjo kampiranja. Patentiran šotor ima vgrajeno 15-centimetrsko zračno blazino, ki se napihne v nekaj minutah. Izdelana je iz kakovostnega materiala, tako da lahko vzdrži tudi najbolj grob skalnat teren. Ogrodje šotora postavimo preprosto s pomočjo standardnih upogljivih palic, sam šotor pa sprejme štiri osebe. Šotor Aesent nas zagotovo ne bo pustil na cedilu, ko bomo želeli preživeti mirno noč na nevernih tleh. Projekt je do sredine aprila zbiral podporo na spletni strani Kickstarter, cena pa naj bi se gibala okrog 200 evrov. www.aesent.com

moški namig

Meggings

Urbana moška moda se že nekaj let obrača k vedno bolj drznim kosom oblačil, kot so na primer moške tunike, izredno kratke hlače in seveda pajkice. Ameriški oblikovalski dvojec Adam Freck in Andrew Volk sta trend oprijetega jeansa popeljala še korak dlje. Ustvarila sta takoimenovane "meggings" - oprijete pajkice za moške. Več na citymagazine.si/meggings!



Stil v svetu naših malčkov

Besedilo: Špela Dobnikar

Ker je pomemben tudi stil in ne le namen, na pomlad pozdravljamo šik starševske *gadgets* z veliko domišljije, "stajliš" otroške dodatke in zanimive dogodke, kjer se zbirajo ideje.

Bleep Bleeps – zabavni in "stajliš" gadgeti za starše.



Bleep Bleeps, mali prijatelji za starše

Za idejo družine malih prijateljev, izdelkov iz kolekcije Bleep Bleeps, stoji oblikovalec Tom Evans, ki je, ko je tudi sam postal očka, pričel pogrešati zanimive starševske dodatke. Tako je popolnoma sterilnim vsakdanjim predmetom pričel

risati oči in nasmeh, da so postali bolj družini prijazni. Od tedaj Tom Evans razvija vrsto starševskih pripomočkov, ki na videz izgledajo kot prisrčne igrače. Prvi prototip iz kolekcije, ki je nastal, je bil digitalni termometer Tony Tempa. Ker gre za povsem sveže ideje, trenutno lahko naročimo le

otroški senzor gibanja Sammy Screamer. Svojo podobo sicer dobiva tudi tester nosečnosti in še cel kup pripomočkov, ki jih lahko pričakujemo v novi preobleki. Če smo do sedaj te male, nujno potrebne pripomočke skrivali v omarah, jih sedaj lahko postavimo vsem na ogled. Marsikomu bodo s svojo simpatično podobo polepšali dan. Ker ima vedno več stvari v našem življenju potencial, da se poveže z našimi pametnimi telefoni, je bila to seveda logična pot pri razvoju te kolekcije. Vse naprave Bleep Bleeps se torej prek aplikacije povezujejo s pametnim telefonom in staršem sporočajo informacije. Oblikovalec Tom Evans je v tej kolekciji povezal starševstvo, nepogrešljive naprave in čudovit dizajn. bleepbleeps.com

Sons + Daughters, očala za male nadobudneže

Optična kvaliteta, dizajn, ki vidi v prihodnost, in klasični šik so lastnosti Sons + Daughters Eyewear. V sončnih očalih, ki so namenjena zgolj in samo otrokom, so združeni tako stil kot tudi varnost in pa kakovostna zaščita. Gre torej za očala, ki varujejo oči naših malčkov s stilom. In kako "kul" je šele to, da je prav vsak okvir narejen ročno? Za idejo stoji kanadska naveza – modna stilistka Shiva Shabani in



Sončna očala Sons + Daughters za šik pogled.

umetniški direktor Calvin Yu. Kot pravita, jemljeta inspiracijo od ikon preteklosti in z njo ustvarjata ikone prihodnosti. Z letošnjo sončno sezono vstopata v svoje tretje leto delovanja s tretjo kolekcijo, ki pa je v tem času dosegla že sto dvajset trgovin v 28 državah. Njena posebnost je, da ne sledita trendom, morda pa jih zaradi svojega mišljenja ustvarjata. Pravita, da je najboljša kakovost ravno klasična brezčasnost, pa tudi če gre za male nadobudneže. Cena: okoli 60 evrov. wearesonsanddaughters.com

Otroški bazar že tretjič vabi v Maribor

Otroški bazar, največji dogodek za družine v Sloveniji, že tretje leto zapored prihaja tudi v mariborsko Ledno dvorano. Otroški bazar je mesto družinskih doživetij,



Otroški bazar je mesto družinskih doživetij.

ki se je iz Ljubljane pred tremi leti razširil tudi v štajersko prestolnico.

Izobraževalnosejemska prirediteljica na enem kraju zbere družine iz različnih koncev Slovenije in jim ponuja prostor, kjer se lahko skupaj udeležijo različnih dogodkov, si ogledajo predstave, spoznajo novosti, se družijo, izobražujejo in informirajo. Staršem Otroški bazar predstavi otroške izdelke in storitve, načine preživljanja prostega časa, obšolske dejavnosti in ideje za družinske počitnice. Zanimive aktivnosti pa čakajo tudi malčke, od ustvarjalnih in eko delavnic do igralnih kotičkov in športnih aktivnosti. www.otroskibazar.si

agenda

PETEK 25/04 Pravljičarija

Tokrat se Pravljičarija seli v Afriko. Pravljičarico bo prebrala Violeta Tomič, manjkal ne bo niti Palček Znalček. Pravljičarica je namenjena vsem očkom, po njej pa sledi še delavnica, na kateri bomo izdelali "super" darilca za očke.

Ob 17. uri, Pionirski dom – Center za kulturo mladih, Vilharjeva cesta 11, Ljubljana. Vstop je prost. www.pionirski-dom.si

TOREK 29/04 Počitniške delavnice

V Muzeju pošte in telekomunikacij v Polhovem Gradcu bodo potekale delavnice za otroke, na katerih bomo barvali pobarvanke, izdelovali poštni rog in štampljke, dogajalo pa se bo še marsikaj zanimivega.

Do 2. maja, Muzej pošte in telekomunikacij, Polhov gradec 61, Polhov Gradec. Cena vstopnic: od 0,50 do 1,50 evra. www.tms.si

ČETRTEK 08/05 Romana, otroci in pošast Pozabaaa

Romana Kranjčan se poslavlja od svojega najmlajšega občinstva v velikem slogu – s predstavo Romana, otroci in pošast Pozabaaa. Ta ne le združuje njene največje glasbene uspešnice, temveč gre za pravi mozaik nostalgije, čustev in pristnega otroškega veselja. Predstava, v kateri se zrcali četrto stoletje, ki ga je Romana posvetila otrokom. Ob 18. uri, Linhartova dvorana Cankarjevega doma, Prešernova cesta 10, Ljubljana. Cena vstopnic: 8 evrov. www.cd-cc.si

OGLASNA VSEBINA

Lesene igrače za vse starosti
 Kakovost, razgibanost, tradicija in inovativnost najbolje označujejo široko paleto lesenih igrač in ostalih izdelkov, ki jih ponujajo v trgovinah Baby Center. Poudarek je na naravnih materialih, ki malčku dajejo občutek varnosti in topline. Preostalo ponudbo lesenih igrač si lahko ogledamo na www.babycenter.si/



v višave
 Lesena gugalnica Woody.
 Cena: 19,99 evra.



guganje za dva
 Dvojna lesena gugalnica Natura.
 Cena: 129,99 evra.



čevljički
 Vezanje čevlja Woody.
 Cena: 6,99 evra.



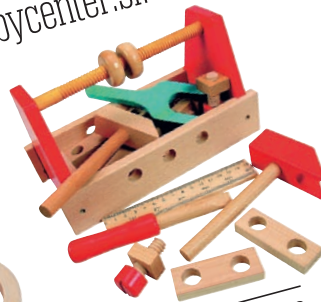
naj se igra začne
 Labirint Sea Turtle Hape.
 Cena: 20,99 evra.



hitri poganjalček
 Leseno kolo – poganjalec Woody. Redna cena: 59,99 evra, akcijska cena: 49,99 evra in klubska cena: 44,99 evra.*



za dojenčke
 Popotuljica Hape.
 Cena: od 5,49 evra naprej.



mojster za vse
 Set orodja Woody. Cena: 13,99 evra.



prva gredica
 Malo vrtno orodje Woody.
 Cena: 7,99 evra.



pomoč na vrtu
 Orodje za delo na vrtu Androni. Različni modeli in velikosti. Cena: od 2,79 evra naprej.



knjige
 Lesena knjigica Kmetija Hape.
 Cena: 8,49 evra.



samokolnica
 Lesena samokolnica Woody.
 Redna cena: 19,99 evra, akcijska cena: 13,99 evra in klubska cena: 12,99 evra.*



igra na domačem vrtu
 Lesen peskovnik s pokrivalom Woody. Redna cena: 59,99 evra, akcijska cena: 52,99 evra in klubska cena: 49,99 evra.*



moja hiša
 Lesena vrtna hišica Exit.
 Redna cena: 249,99 evra, akcijska cena: 219,99 evra in klubska cena: 209,99 evra.*



indijanci
 Lesen indijanski šotor Tipi s toboganom Exit.
 Redna cena: 399,99 evra, akcijska cena: 369,99 evra in klubska cena: 359,99 evra.*



na kmetiji je lepo
 Kmetija Zložljivi in pojdi Woody.
 Redna cena: 44,99 evra, akcijska cena: 31,49 evra.*



OGLASNA VSEBINA

Pripravi: City Magazine

"Super" živila

Vedno bolj popularna kategorija živil, ki jo odlikuje visoka vsebnost antioksidantov, mineralov, vitaminov, esencialnih maščobnih kislin in rastlinskih beljakovin. "Super" živila lahko pripomorejo k lažšanju številnih zdravstvenih tegob. Na voljo nam je več kot 80 izdelkov različnih "super" živil.



Bio Murve,
cena za 150 g: 4,61 evra.



Bio Chia semena,
cena za 250 g: 9,90 evra.



Bio Jedilna konoplja,
cena za 200 g: 6,90 evra.

Kosmiči, žita in stročnice

Nutrislim ponuja široko izbiro zdravih žit in stročnic. Izbiramo lahko med tradicionalnimi žiti, kot sta bulgur in kuskus, ali pa posežemo po bolj eksotičnih, kot je na primer kvinoja.



**Bio rdeča in bela kvinoja,
bio kuskus in kuskus s konopljo,**
cena za 300 g: od 2,29 do 3,70 evra.

Nutrislim – prava izbira za zdravo življenje

Nutrislim ponuja odlično izbiro ekoloških, zdravih in polnovrednih živil. Pakirana so v domači ekološki proizvodnji, skladno s standardi HACCP in brez uporabe GSO. Izdelki Nutrislim nikoli ne vsebujejo dodanega sladkorja, soli, konzervansov ali česar koli, kar ne bi bilo zdravo. Primerni so za diabetike, nosečnice, športnike, vegetarijance, vegane, mlade, stare in vse, ki se želijo zdravo prehranjevati.

Müsliji in kosmiči

Recepture za müslije je pripravil in odobril svetovno znani guru zdrave prehrane Michel Montignac.



Bio müsliji in kosmiči
cena: od 2,73 do 4,66 evra.

Polnozrnat testenine

Med bogato ponudbo zdravih izdelkov bomo našli tudi polnozrnat testenine z visokim deležem vlaknin. Za okusno kosilo ali večerjo lahko izbiramo med špageti, rezanci ali svedri.



Polnozrnat testenine,
cena od 1,59 do 2,04 evra.

Zdrava sladila

Agavin sirup je naravno sladilo, pridelano iz agave tequilana. Uporablja se kot nadomestilo komercialnemu sladkorju. Ker vsebuje večino fruktoze (sadni sladkor), je zelo priljubljen pri dietah in športni prehrani. Je presen, brez primesi in nerafiniran.



Bio Agavin sirup,
cena za 370 ml: 5,41 evra.

Infomat

Police z zdravo prehrano

Izdelke Nutrislim najdemo na prodajnih policah trgovcev Mercator, Inter Spar, Spar, Leclerc, Nama, Maximarket, v specializiranih prodajalnah in lekarnah ter v spletni trgovini www.nutrislim.com.

V večjih hipermarketih so proizvodi zloženi na prodajnih stojalih Nutrislim in postavljeni na BIO oddelke, v manjših prodajalnah pa jih najdemo na rednih policah z zdravo prehrano.

Besedilo: City Magazine

filmska poslastica

.....

Akcijska domišljajska pustolovščina **Neverjetni Spider-Man 2**

The Amazing Spider-Man 2, ZDA, 2014

Režija: Marc Webb. Igrajo: Andrew Garfield, Emma Stone, Jamie Foxx, Dane DeHaan, Campbell Scott, Embeth Davidtz, Colm Feore, Paul Giamatti, Sally Field. 24. 4., Kolosej & Cineplexx



V drugem delu uspešne filmske serije se bo moral Peter Parker pod krinko superjunaka Spider-Mana znova spopasti s strašnimi zlikovci, ki se pojavljajo s še bolj naprednimi tehnologijami in neverjetnimi močmi, obenem pa bo skušal držati obljubo, ki jo je dal Gwen Stacy, da je ne bo vpletal v svoje nevarno življenje. Peter ne pozna boljšega občutka, kot je guganje med nebotičniki, uživanje v statusu junaka in preživljanje prostega časa z Gwen. Biti Spider-Man pa ima svojo ceno, namreč samo on lahko zaščiti someščane New Yorka pred nepridipravi, ki ogrožajo mesto. Ko se pojavi Electro, se mora Peter soočiti z nasprotnikom, ki je veliko močnejši od njega. Ob vrnitvi starega prijatelja, Harryja Osborna, Peter spozna, da imajo vsi njegovi sovražniki eno skupno točko: Oscorp. Podjetje, v katerem je nekoč delal Petrov oče in je povezano z izginotjem njegovih staršev. A Spider-Man v prvi vrsti najhujše boje bije v sebi: gre za konflikt med vsakdanjimi obveznostmi Petra Parkerja in izjemno odgovornostjo Spider-Mana. Film si bomo lahko ogledali tudi v 3D tehniki. _

..... Drama **Najini otroci**

À perdre la raison, Belgija, Francija, Luksemburg, Švica, 2012

Režija: Joachim Lafosse. Igrajo: Emilie Dequenne, Tahar Rahim, Niels Arestrup. 24. 4., Kinodvor



Murielle in Mounir sta strastno zaljubljena. Mounir živi z družinskim zdravnikom dr. Pingetom, ki mu že od malega zagotavlja udobno življenje. Ko se par odloči poročiti in si ustvariti lastno družino, se kmalu izkaže, kako neznosna je njuna odvisnost od

zdravnika. Murielle postane ujetnica napetega čustvenega ozračja, zadušljive ječe, ki družino nezadržno vodi na tragični rob prepada. Režiser je novico iz črne kronike brez trohice senzacionalizma spremenil v intenzivno, napeto in večplastno psihološko študijo nepredstavljive družinske tragedije. _

.....

Komična drama **Atomski z desne**

Atomski zdesna, Crna Gora, Srbija, 2014

Režija: Srđan Dragojević. Igrajo: Srđan Todorović, Tanja Ribič, Bojan Navojec, Zoran Cvijanović, Mira Stupica, Milutin Karadžić, Ana Kostovska, Branko Djurić Djuro. 24. 4., Kolosej & Cineplexx



Režiser kulturnih filmov Rane, Lepe vasi lepo gorijo in Parada tokrat predstavlja tragikomedijo, ki govori o uničevalnih posledicah "divjega" kapitalizma. Beograjecan Mladen je najuspešnejši iz ekipe tržnikov v hrvaškem počitniškem naselju. Glavni manager prodaje Metod dodeli Mladenu "nemogoča" klienta, Omarja, bivšega vojnega veterana iz Bosne, in njegovo ženo Majo. Mladen do Omarja namreč goji skrito sovraštvo, saj ve, da ga njegova žena Sonja z njim vara. Tako se začne borba med prodajalcem in kupcem, v kateri ni ovir za doseg lastnih ciljev. _

.....

Komedija **Udar ljubezni**

Love Punch, Francija, 2013

Režija: Joel Hopkins. Igrajo: Emma Thompson, Pierce Brosnan, Tuppence Middleton. 30. 4., Kolosej & Cineplexx



Richard, ločen poslovnež srednjih let, se veseli svoje upokojitve in pričetka mirnega in brezskrbnega dela življenja. Toda zadnji dan v službi doživi neprijetno presenečenje, ko izve, da sta z bivšo ženo Kate žrtvi prevare in da je izginil ves denar iz njunega pokojninskega sklada. Skupaj se za svoj ukradeni denar podata v boj s prevaranti. Pot ju vodi v Francijo, kjer se Kate porodi ideja, da bi si svojo pokojnino povrnila s krajo diamanta. V svoj načrt vpleteta še dva prijatelja, čemur sledi vrsta zabavnih zapletov in akcije. _

.....

Komedija **Sosedi**

Neighbors, ZDA, 2014

Režija: Nicholas Stoller. Igrajo: Seth Rogen, Rose Byrne, Zac Efron, Lisa Kudrow. 8. 5., Kolosej & Cineplexx



Odštekana komedija, ki govori o mladih zakoncih, ki sta ravnokar postala novopečena starša. Z majhnim dojenčkom se preselita v družinsko sosesko, kjer živita mirno življenje, dokler se v hišo zraven njihove ne preseli kopica "žurerskih" študentov. Seveda ni potrebno posebej razlagati, zakaj glasni študentje in par z majhnim otrokom nikakor niso dobra sosedska kombinacija. Seks, droge, pijančevanje in plenice nikakor ne gredo skupaj, na koncu lahko zmaga samo eden. _

NA PLATNU

"Sivolasi žigolo", v režiji Johna Turturra (2013)
"Drobižki", v režiji Helene Giraud in Thomasa Szabo (2013)
"Maščevanje v visokih petah", v režiji Nicka Cassavetes (2014)

NA KRATKO

Filmska vzgoja v kinu

V Kinodvoru bo 7. in 8. maja potekala mednarodna konferenca o pristopih k mlademu občinstvu. Filmskovzgojnih programov je v Sloveniji vse več. Odvijajo se v šolah, knjižnicah, kulturnih domovih in kinematografih. Nekateri programi filmske vzgoje spodbujajo ogled kakovostnih filmov in vzgajajo kritičen pogled, spet drugi spodbujajo predvsem ustvarjalnost mladih na področju filma.

www.kinodvor.org

6. ETNOFILM festival

V sklopu 6. ETNOFILM festivala v Rovinju bo v znamenju sodelovanja mesta z Etnografskim muzejem Istre od 22. do 24. aprila potekal mednarodni festival etnografskega dokumentarnega in kratkega filma. Izmed 22 izbranih filmov si bo moč ogledati filme iz trinajstih držav, med katerimi bo svojo noto dodala tudi Slovenija. Program, ki sledi predvsem antropološki produkciji, bodo spremljali še razna predavanja, razstave, fotografska delavnica, glasba in druge aktivnosti s področja vizualnega raziskovanja kulture, njegov cilj pa je predvsem odprti medkulturni dialog. Vse projekcije so brezplačne.

www.etnofilm.com

HIŠNI KINO

"National Velvet", v režiji Clarence Brown (1944)
"Glavna postaja", v režiji Walterja Sallesa (1998)
"C.R.A.Z.Y.", v režiji Jean-Marca Valléeja (2005)



Besedilo: Tina Lagler in Nina V. Orlić

rock

Pearl Jam bodo
stresli Trst in DunajKulturna rock
skupina
Pearl Jam.

Pisalo se je leto 1990, ko so Eddie Vedder, Jeff Ament, Stone Gossard in Mike McCready stopili skupaj in ustanovili kulturno rock skupino z imenom Pearl Jam. Njihov začetek ni bil ravno rožnat, saj so se v glasbene vode podali v času odmevnega grunge gibanja. Med tedanje priljubljene bende, kot so Alice in Chains, Soundgarden in Nirvana, so se "pearljamovci" prebili z albumom Ten. Ni bil le zvok tisti, ki je ustvarjal rdečo nit med njimi, temveč tudi besedila, ki so se dotikala tematičnih tem depresije, samomora in osamljenosti. Toda, kar ne uniči, okrepi in Pearl Jam so s svojim ledzeppelinovsko nabitim zvokom kljub številnim kritikam dobili kar lepo število oboževalcev in poslušalcev ter pomagali popularizirati grunge. Še več – preživeli so ga! Medtem ko je Nirvana zaradi smrti Kurta Cobaina pogorela, so šli Pearl Jam strumno naprej. Spletni glasbeni vodič All-

music jih je razglasil za najbolj popularno ameriško rock 'n' roll skupino 90-ih let, na radijskih postajah pa so jih označili kot najbolj vplivne moderne rockerje, pri katerih zdaj navdih črpajo drugi, mlajši bendi, kot sta Puddle of Mudd in The Strokes. Leta 1998 se je zasedbi pridružil še bobnar Matt Cameron, nekdanji član zasedbe Soundgarden, ki je leto pred tem razpadla, skupaj z njim so se ustavili tudi v naši Hali Tivoli. 14 let po ljubljanskem koncertu v nespremenjeni postavi in z desetimi albumi v svoji zbirki prihajajo fantje le streljaj čez mejo. Poleg glasbene mašinerije bodo v okviru turneje prinesli še 12 svežih "komadov" z zadnjega albuma Lightning Bolt. Le odločiti se moramo, ali bi jih raje doživeli v Trstu ali na Dunaju. Cena vstopnic: od 78,99 do 122,99 evra.

22. junija ob 21. uri, Stadio Nereo Rocco, Trst, Italija
24. junija ob 19.30, Stadthalle, Dunaj, Avstrija
www.koncerti.net

festival

MAD in Belgrade

Frivolous aka
Daniel Gardner.

festival

Druga godba

Festival Druga godba je od daljnega leta 1984 gostil številne glasbenike svetovnega formata. Lani so uvedli za slovensko prestolnico relativno nov sistem kupovanja kart, saj smo lahko kupili eno festivalsko vstopnico in z njo uživali na vseh koncertih. Tudi letos bo tako. Glavni nosilec festivalskega dogajanja bo tokrat Mulatu Astatke, oče tako imenovanega ethio-jazza, ki združuje tradicionalne etiopske prvine s funkcom, jazzom in soulom. Predstavil se nam bo Bombino, ki velja za tuareško svetovno senzacijo in novi glas Sahare. Bombinova glasba združuje tradicionalne berberske ritme z energijo rokenrola ter miroljubnimi pesmimi. Domače barve bo zastopal Magnifico. Na odru Križank se mu bo pridružil Orkester srbske vojske. Skupaj nam bodo predstavili glasbo iz filma Montevideo, Bog te video. Ustvarili bodo ozračje balkanskih narodnih napevov iz tridesetih let ter nam pripravili pravo glasbeno poslastico. Cena vstopnice: 25 evrov v predprodaji.

30. in 31. maja, Kino Šiška, Trg prekomorskih brigad 1, Križanke, Trg francoske revolucije 1 in Metelkova mesto, Ljubljana, www.drugagodba.si

Bombino
© Ron Wyman

MAD in Belgrade je nov ter izjemno svež festival v Beogradu, kjer se bo v osemindesetih urah zvrstilo več kot sto nastopajočih. Dva glavna odra, veliko manjših zabav na splavah ter ladjicah in dodatno dogajanje po celem mestu so odlični razlogi za prepričljivo zabavo. Organizatorji nam obljublajo najbolj noro in najdaljše plesno rajanje do sedaj. Poskrbeli bodo tako za ljubitelje elektronike kot hip hopa, jazza, r'n'b ... Prvič bo v Beogradu nastopila Neneh Cherry s space-jazz duom RocketNumberNine. Za elektronske zvoke bo poskrbel Dixon, za nordijsko disco elektoniko Lindström, za afriške ritme bobnar Tonny Allen, za r'n'b oboževalce bo poskrbel Kelela, za tech house zvoke velikani detroitske šole Omar S, za tako imenovano "skrečanje" in vse, kar spada zraven, pa bo poskrbel DJ Krush, zvezda založbe Ninja Tune, ter še in še. Nizozemski oblikovalec Florentijn Hofman je prav za potrebe festivala po Beogradu že postavil ogromne umetniške instalacije, med drugim tudi zajčka Rikija. Preverimo, katera "party živalca" se skriva v nas, in si privoščimo zabavo, ki nam bo narekovala hedonistični tempo tega poletja. Za vsako uho in vsako plesno nogo se bo nekaj našlo. Z malo sreče si lahko dvodnevno vstopnico pridobimo s preprostim odgovorom, če sodelujemo v nagradni igri na naši spletni strani citymagazine.si/MAD-in-Belgrade. Cena vstopnic: od 12,51 do 19,83 evra v predprodaji. 24. in 25. maja, različne lokacije, Beograd, madinbelgrade.com

LAIBACH

16 / 5 / 2014 OB 20:00
KRIŽANKE / SPECTRE

VSTOPNICE / EVENTIM / WWW.EVENTIM.SI / WWW.LAIBACH.ORG / SPECTRE.LAIBACH.ORG
WWW.FACEBOOK.COM/LAIBACH / MUTE.COM / **ŠKUC KROFOVA**

MLADINA Slovenske železnice VAL 202 Europlakat KINO ŠIŠKA

OGLASNA VSEBINA

Besedilo: Špela Dobnikar

gledališče

Nekaj sporočil za vesolje

Lum in Purl Schweitzke sta nekakšna sodobna Vladimir in Estragon, ki iščeta smisel, za kaj je vredno živeti, in tega najdeta v skupnem otroku. A na usodo ne moreta vplivati, saj je dramatik nju- no življenje že zapisal v dramsko besedilo. Tako sedita in čakata, ampak v tej igri otrok zanju žal ni predviden. Kdo jima lahko pomaga uresničiti željo? Obiščejo ju različne medijske, izmišljene ali zgo- dovinske, osebnosti. Vsaka izmed njih nosi svo- jo zgodbo in svojo bolečino - samohranilec žalu- je za svojo mrtvo hčerko Hildo, raziskovalec, politik, Kleist, ki je vstal od mrtvih ... Vsi ti liki so protago- nisti svoje lastne bolečine in niso kos nevzdržnim zakonom, ki vladajo življenju – da moramo umre- ti, da je vesolje najverjetneje samo neka strašan- ska eksplozija, brez smisla. Celo znanost, ki posku- ša kaos spraviti v red, je dosegla prav nasprotno. V igro vstopi še Vodja poteka, ki vsem tem oseb- nostim ponudi priložnost, da s posebno napravo v vesolje pošljejo kratko sporočilo. Predstava, s katero mladi nemški dramatik Wolfram Lotz zare- že v mehko tkivo smisla življenja v sodobnem svetu. Predstava, ki je igra uničevanja in grajenja, sestavljanja in ustvarjanja. Predstava, ki je Wol-



Lum in Purl Schweitzke, pritlikava pohabljenca, iščeta smisel življenja, ki ga najdeta v skupnem otroku, a na svojo usodo ne moreta vplivati.
© Peter Uhan

frama Lotza izstrelila v vesolje trenutno najbolj zanimivih dramskih piscev. Po izvorniku Einige Nachrichten an das All in v režiji Sebastijana Horvata bo predstava prvič doživela uprizoritev na slovenskem odru, in sicer na odru ljubljanske Drame. V vlogi Luma se bo predstavil Aljaž Jovanovič, v vlogi Purla pa Bojan Emeršič. Cena vstop- nic: od 9 do 22 evrov. _
25., 26., 28. in 29. aprila, 6., 7., 8., 16., 17., 30. in 31. maja ter 3. in 18. junija ob 20. uri, Slovensko narodno gleda- lišče Drama Ljubljana, Erjavčeva 1, Ljubljana, www.drama.si

stand-up komedija

The Umbilical Brothers v Ljubljani: Heaven by Storm

The Umbilical Brothers je avstralski komični duo, svetovni fenomen, z njim se predstavljata Shane Dundas and David Collins. Njune predstave defi- nirajo mimika, običajni dialog in vokalni zvočni efekti, vse pa je začinjeno z ogromno in še več humorja. Skupaj sta ustvarila šest predstav, z eno izmed njih, Heaven by Storm, prihajata v Ljubljano. V predvajani predzgodbi te predstave Shane in David na poti v gledališče umreta, nato pa se srečata z bogom, ki jima pove, da lahko le eden od njiju vstopi v nebesa. Tu pa se pred- stava šele dobro prične ... Heaven by Storm velja za legendarno uspešnico avstralskega dua in je bila med drugim nominirana za prestižno nagra- do edinburškega Fringe festivala. The Umbilical Brothers ne prihajata v Ljubljano prvič. Februar-



ja leta 2012 smo se smejali njuni predstavi Don't explain, oktobra istega leta pa sta gostovala s predstavo Speedmouse. Kot so zapisali v pred- stavitvi, "tudi tokrat si ogrejmo trebušne mišice, saj sta Shane in Dave gledališka pravila prikro- jila do te mere, da sta pomenu besede komedi- ja vdahnili povsem nove ... nebeške razsežnosti"! Predstava bo v angleščini, brez prevoda. Cena vstopnic: od 29 do 36 evrov. _
7. maja ob 20. uri, SiTi Teater BTC, Dvorana Mercurius, BTC City Ljubljana, www.sititeater.si

Shane Dundas and David Collins – The Umbilical Brothers.

100 vrstic

Še nekaj kulturnega dogajanja, ki bo pritegnilo pozornost.

premiera 22/04, 23/04 Snajper

Mini teater, Križevniška 1, Ljubljana.
Začetek: ob 20. uri. Cena vstopnic: 15 evrov.
www.mini-teater.si

Po premieri v afriški Slonokoščeni obali prihaja Snajper Mini teatra in Ivica Buljana tudi na slo- venske odrske deske. V času politične kampa- nje morata Mukli in njegova noseča prijateljica Sončica izvesti naročen umor predsedniškega kandidata, da bi zaslužila za odhod v zanju mit- ski Pariz. Kot pravi režiser Ivica Buljan, gre za "manifest generacije, željne revolucije, še bolj pa denarja, do katerega ne bo nikdar prišla, niti z ropom ali z umorom".

razstava 22/04 – 17/08 Svetloba kot barva

Muzej za arhitekturo in oblikovanje, Grad Fužine, Pot na Fužine 2, Ljubljana.
Cena vstopnic: od 1,50 do 3 evrov. www.mao.si
Razstava Svetloba kot barva: obarvana in barvna fotografija na Slovenskem od začetkov do leta 1945 ponuja prvi pregled obarvane in barvne foto- grafске produkcije na slovenskih tleh od zače- tkov 19. stoletja do leta 1945. Na razstavi bo prikazan tudi razvoj projekcijske tehnike od la- terne magike preko kinematografov in diapro- jektorjev do epidiaskopov. Del razstave prikazuje tudi primere barvnega tiska iz obravnavanega obdobja, tako razglednice kot prve barvne pos- netke, objavljene v ilustriranih revijah.

premiera 28/04, 29/04 Nisem

Gledališče Glej, Gregorčičeva 3, Ljubljana.
Cena vstopnic: od 7 do 10 evrov. www.glej.si.
Nisem je predstava, ki skozi zavedanje gleda- liške tradicije išče svoj jezik. Išče jezik neke nove generacije, naše generacije. Konceptualna zasnova Eve Nine Lampič in Simone Hamer se je pričela z Dušanom Jovanovičem. Pa ne njim osebno, temveč njim kot predstavnikom neke generacije. Če ga torej obravnavamo v tem kontekstu, se hitro lahko sprehodimo čez celo morje gledaliških ustvarjalcev, ki so za našo generacijo – pa če to hočemo ali ne – določu- joči na različnih nivojih.



Besedilo: City Magazine



bivanje **Magimixovi gospodinjski aparati v prodajalni Srebrna žlica**

Priprava zajtrka je lahko zanimivejša in preprostejša s francoskimi gospodinjskimi aparati Magimix, ki jih odlikuje stilsko dovršen in brezčasen dizajn. Kozarec naravnega soka, sveže pripravljen namaz z nasekljanimi zelišči in nikoli preveč zapečeni popečeni kruhki. Omenimo še, da je prodajalna Srebrna žlica pravi naslov za, poleg Magimixovih gospodinjskih aparatov, izbiro posode, porcelana, pribora, kozarcev in gospodinjskih pripomočkov priznanih blagovnih znamk. Srebrna žlica v skladu s svojim sloganom – Zajemite življenje – v središču Ljubljane ponuja vse lepo in novo za v kuhinjo in za na mizo. _

Srebrna žlica, Igriška ulica 3, Ljubljana,
www.srebrna-zlica.si in www.magimix.com



penina **Martini Asti**

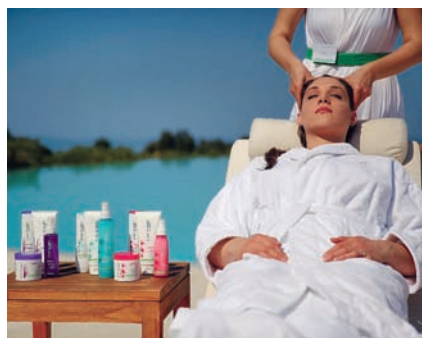
Sladka, nežna in elegantna penina Martini Asti prihaja iz regije Piemont in se ponaša z najvišjo italijansko označbo za vino – DOCG (vino s kontroliranim in garantiranim poreklom). To pomeni, da je lahko to tako znano in hvaljeno peneče se vino Martini Asti izdelano samo v Piemontu, na severovzhodu Italije, in le iz piemontskih trt. Izvrtstno se dopolnjuje z vsemi sladicami – od čudovitega peciva in tort do sladkih jedi, postreženih s svežim sladoledom. Za nežen, sladek in sadni zaključek obroka in ob vsakem druženju s prijatelji. _

www.eshop.dvc-plus.si
www.merit-international.si

novost **Kuhinjski studio Bosch Siemens**

Podjetje BSH Hišni aparati d. o. o. Nazarje je v trgovini Big Bang v ljubljanskem BTC-ju odprlo nov kuhinjski studio Bosch Siemens z aktivno kuhinjo. BSH želi z malimi ter velikimi aparati Bosch in Siemens vsem kupcem omogočiti zdrav življenjski stil. Prav iz tega razloga je bilo in je predstavljenih veliko novih, energijsko varčnih ter tehnološko dovršenih hišnih aparatov, ki pripomorejo k zdravemu življenju. _

www.bsh-group.si
www.big.bang.si



Ilepota **Pelikura, nova storitev Biolage za lase**

Profesionalna frizerska blagovna znamka Matrix je predstavila novo storitev Biolage na trgu, in sicer z imenom pelikura. Če si želimo urediti svoje nohte, bomo odšle v kozmetični salon na manikuro. Če nam je potrebna nega stopal, bomo odšle na pedikuro. V kolikor pa bi želele svojim lasem privoščiti negovalni tretma oziroma sproščujočo masažo lasišča, lahko odidemo v salon Biolage na pelikuro. Le-ta se prične s postavljanjem diagnoze las, nato se lase in lasišče očisti nečistoč, nakar se prepustimo popolni in personalizirani kombinaciji nege, ki jo Bio-Barmen prilagodi izzivom las in lasišča. S profesionalnim sušenjem in primernimi produkti Biolage se doseže dolgotrajen sijoč videz las. Vsekakor dobrodošla novost za naše lase. _

www.matrix.com
www.loreal.com

utrip **Networking party – Komuniciranje in poslovni svet**

Zabava, mreženje, mini kulinarčne dobrote, glasba, druženje, pijača, dogodek, izkušnje, ples ... In kako smo se imeli aprila? V Paviljonu na Gospodarskem razstavišču smo se spoznavali in družili ob temi komuniciranje in poslovni svet ter zaznavali priložnosti za grajenje poslovne osebnosti. Gostja večera je bila Anamarija Toth Pope, za pijačo dobrodošlice je poskrbel Martini, s kulinarčnimi prigrizki pa nas je razvajal Kaval Group. _



© Maja Poljan

7

MAJ

TEKAŠKA AKADEMIJA 2014

CITYLAJF™

KDAJ in KJE?

Treningi bodo potekali 1x tedensko (5 treningov), v parku Tivoli (LJ).
Cena udeležbe = 15 eur.

Za začetnike in vse ljubitelje teka, pripravljamo Tekaško akademijo, kjer bodo udeleženci pod profesionalnim vodstvom trenerjev spoznavali pravilne tehnike teka.

Več info in prijave:

citymagazine.si/tekaska2014



CITY MAGAZINE

S
salomon

ZLATO POLJE

Jana
NARAVNA. BENEZILNA. VODA.
NATURAL. BEUTEL. WATER.
NATURAL. BOTTLED. WATER.
© 2014 JANA

DEŽELA

POMLADNIH

NAKUPOV



7.000 EUR

Velika NAGRADNA IGRA.

Začutite pomladno energijo in zavijte v najbližji center Qlandia, kjer vas čakata privlačna ponudba in velika nagradna igra, saj bomo povrnili kar za **7.000 EUR nakupov**. Zbirajte račune in jih oddajte v žrebalno skrinjico **do 30. aprila**. Morda bo med izžrebanimi tudi vaš.

Qlandia. Dežela nakupov.



Več na www.qlandia.si

Kamnik • Maribor • Ptuj • Kranj • Nova Gorica • Novo mesto • Krško

NABRUŠEN
KOT JEZIK
BIVŠE



— ZA MOŠKE, —
NE ZA FANTE
— Od leta 1783 —