

TELESNA KULTURA • ŠPORT • REKREACIJA • TELESNA KULTURA • ŠPORT • REKREACIJA • TELESNA KULTURA

● VALVASORJEV DOM POD STOLOM

**Cilj športnega dne**

»Hura, športni dan bomo imeli!« se je razlegalo po šoli. Tistega dne smo se ob 6.30 zbrali na železniški postaji. Vsi smo bili veselo razpoloženi, naši nahrbtniki pa so kar pokali od dobrot. Vožnja je minila, kot bi mignil. Izstopili smo v Žirovnici. Zagrizli smo se v hrib. Pot se je vzpenjala in tudi najbolj zagnani so umiroli korake. Končno — jezero. Ustavili smo se in začeli prazniti svoje zaloge v nahrbtnikih. Krave in konji so se nam sprva bližali, a kmalu smo postali zažalostni in umaknili so se. A tudi mi smo pobrali svoje že pol prazne nahrbtnike in se odpravili naprej. Ob spremljavi pesmi smo hitro prispeli do Valvasorjevega doma. Dve uri počitka in sprostitve, pa smo že morali v dolino.

Tokrat je šlo seveda lažje in šele tedaj smo imeli čas za občudovanje prelepe narave. Kmalu smo bili v Žirovnici in še hitreje v Ljubljani.

KARMEN OGULIN, novinarsko-literarni krožek OŠ Jožeta Moškriča

**Najemnine šolskih telovadnic**

Občinski komite za družbene dejavnosti je na zadnji svoji seji 19. septembra obravnaval in sprejel enotne cene za najemnine šolskih telovadnic v občini.

Pobudo za to so dali ravnatelji osnovnih šol zaradi problemov, ki so nastajali pri oddajanju telovadnic v uporabo športnim društvom, krajevnim skupnostim, delovnim organizacijam in drugim. Strokovna služba komiteja je pripravila metodologijo za izračun cene, šole pa so na podlagi te metodologije izračunale vsaka svojo ceno. Na sestanku z ravnatelji je bilo nato dogovorjeno, da oblikujejo enotne, povprečne cene za male, srednje in velike telovadnice. V manjših telovadnicah so stroški namreč relativno precej višji kot v velikih.

Na seji komiteja so bile tako za letos potrjene naslednje enotne cene za uro uporabe objekta:

— za male telovadnice (do

200 kv.m) 1,629 din za kvadratni meter površine,  
— za srednje telovadnice (201 do 350 kv.m) 1,227 din za kvadratni meter površine in  
— za velike telovadnice (nad 351 kv.m) 0,935 din za kvadratni meter površine.

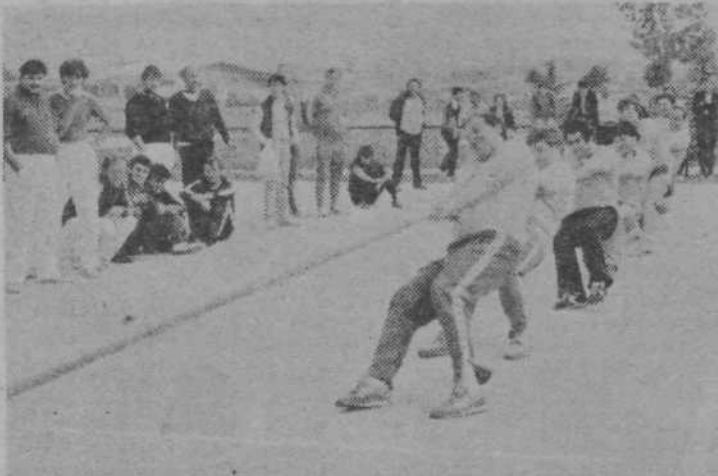
Teh cen se so dolžni držati vsi, ki oddajajo oziroma najemajo telovadnice, skleniti pa bi morali tudi pogodbe oziroma samoupravne sporazume o uporabi telovadnice.

Vsako leto se bodo najemnine povečevale skladno s planirano oziroma dogovorjeno rastjo stroškov.

J. K.



Takile prvi nogometni koraki pa najbrž niso zadnji. (Slika KH)



● Ljubljanski Emona Merkur zmagovalec

Več kot tisoč športnikov ljubljanskega ozida Emona se je udeležilo jubilejnih X. letnih športnih iger Emone, ki so bile 1. in 2. oktobra na igriščih športnega parka Bonifika v Kopru. Pomerili so se v dvanajstih disciplinah — od šaha in streljanja do teka in malega nogometa. Ekipni zmagovalci (med 23 ekipami) je postal Merkur Ljubljana.

Prihodnje letne športne igre delavcev ozida Emona bodo v Čupriji (SR Srbija) junija prihodnje leto, gostitelj pa bo Emonina delovna organizacija Angropromet Čuprija.

Z. G.

**Čičev memorial**

Že dvajset let zaporedoma poteka taborniško tekmovanje — Čičev memorial. Prireja ga Zmajev odred. Letos smo se ga udeležili tudi taborniki Jarskega odreda. Nanj smo se pripravljali ves teden v različnih panogah.

Napočil je petek, dan odhoda. Na Prulah je bil v osnovni šoli zbor vseh ekip. Pripravili smo si ležišča in odšli na topografski test, od tam pa na vrisovanje kontrolnih točk na karto. Naslednje jutro smo zgodaj odšli na vlak. A pričelo je močno deževati. Vlak je sopihal proti Žalni, kjer je bil start. Takoj po izstopu v Žalno smo odšli na pot, čeprav dež ni hotel prenehati. Že na prvi kontrolni točki smo bili premočeni do kože. Tam smo pisali test iz življenja v naravi. Pot nas je nato vodila po gozdu do naslednjih kontrol. V vasi Mala Račna smo domala obupani pomislili, da se vrnemo v Ljubljano. Vendar je kmalu prenehalo deževati in potem smo do cilja na Mali Ilovi gori hitro prispeli ter se preoblekli v suhe obleke.

A tekmovanje se še ni končalo. Čakal nas je prehod minskega polja, iskanje ranjenca in postavljanje ognjišča. Te naloge smo dobro opravili in odšli na senik prenočevati.

V nedeljo pa je sijalo sonce. Čez dobro uro smo že bili na pohodu. Pot

nas je vodila do Muljave. Ustavili smo se pri izviru Krke, kjer smo se ohladili. Na cilj smo prispeli prvi, kmalu nato so za nami prišle še druge ekipe in skupaj smo odšli do Ivančne gorice. Tam je bila razglasitev rezultatov. Bili smo prvi, a tudi druge naše ekipe so se dobro uvrstile: na drugo, tretje in peto mesto.

JANJA LAH  
8. c OŠ Jožeta Moškriča

**Mladina gradi PST**

Mlada generacija Slovenije želi tudi danes — ali danes se bolj — prispevati k razvoju samoupravljanja in še posebej neposredno in konkretno krepiti in bogatiti materialno osnovo samoupravljanja. S svojim angažiranjem in vključevanjem v širše družbene akcije želi prispevati h gradnji objektov, ki so osnova za gospodarski, družbeni in kulturni ter socialni razvoj okolja, v katerem živi in dela.

Mladinske delovne akcije so ena najbolj množičnih dejavnosti ZSMS (mednje sodijo tudi lokalne delovne akcije). Prav uspehi in neuspehi na tem področju najbolj jasno odsevajo akcijsko sposobnost mladinske organizacije v posameznih okoljih.

Tovariš Tito je 1. aprila 1976 dejal: »Na mladinske delovne akcije se ne sme gledati samo s stališča materialnih učinkov, marveč je treba imeti vseeleji pred očmi njihov vsestranski in neprecenljivi pomen za mlado generacijo in našo deželo v celoti.«

Vztrajati moramo, da postanejo delovne akcije in s tem mladinsko prostovoljno delo del celotnega družbenega dogajanja pri nas. Prav tako moramo težiti k temu, da se na mladinskih delovnih akcijah uveljavijo samoupravljanje kot osnovni družbenoekonomski odnos.

Mladi mesta Ljubljana smo se zaobljubili, da bomo s prizadevnim prostovoljnim delom zgradili družbeni objekt in spomenik narodnoosvobodilnega boja, ki bo obeležje najtežjih dni med NOB Pot spominov in tovarištva. Ta je poleg svoje zgodovinske in revolucionarne vsebine lahko preizkusni kamen za mladinsko prostovoljno delo. Mladi se ob tem spomeniku zavedamo, da lahko naše delo mnogo prispeva h krepitvi zgodovinskega vedenja o naši revolucionarni preteklosti, hkrati pa moramo prav ob graditvi te poti dokazati pomembnost in nujnost krepitve mladinskega prostovoljnega dela.

V. P.

● ZVEZA TELESNOKULTURNIH ORGANIZACIJ LJUBLJANA MOSTE-POLJE IN NOGOMETNO DRUŠTVO SLOVAN RAZPISUJETA POD POKROVITELJSTVOM LJUBLJANSKEGA DNEVNICA IX. ZIMSKI TURNIR V MALEM NOGOMETU ZA LETO 1983

**RAZPIS**

»A« skupina — do 32 let in mlajši

Pravico nastopa imajo ekipe aktivnih in rekreativnih skupin, v katerih lahko igrajo tudi igralci, starejši od 32 let.

»B« skupina — nad 32 let

Pravico nastopa imajo skupine, katerih so igralci starejši od 32 let (vključno letnik 1951), s tem da lahko v skupini igra en igralec, mlajši od 32 let.

Igralni čas in kraj: ob sredah in petkih od 14.45 do 17. ure ter vsako soboto in nedeljo od 7.30 do 22. ure v športni dvorani Kodeljevo (Koblarjeva ul. 34).

Zadnji rok prijave je petek, 21. oktobra, do 13. ure. Kasnejših prijavnice ne bomo upoštevali. Ob prijavi mora biti poimenski spisec nastopajočih igralcev za ekipo in letnik rojstva. Za eno ekipo je lahko prijavljenih največ 15 igralcev. Posamezni igralec lahko nastopa v celotnem turnirju samo za eno ekipo.

Telefonskih prijavnice ne sprejemamo! Žrebanje bo v četrtek, 27. oktobra, ob 10. uri v sejni sobi športne dvorane Kodeljevo, Koblarjeva 34.

Predviden začetek turnirja: v drugi polovici novembra. Ob prijavi je potrebno vplačati prijavnino v znesku 1.500 din (tisočpetsto din) za vsako ekipo.

Prijavnino lahko poravnate osebno vsak dan od 7.30 do 14. ure in ob ponedeljkih do 16. ure v prostorih ZTKO Ljubljana Moste-Polje, Koblarjeva 34 (dvorana Kodeljevo, I. nadstropje, nasproti fakultete za telesno kulturo) ali nakažete na žiro račun ZTKO Ljubljana Moste-Polje: 50103-678-38477 za zimski turnir.

Po pošti poslani prijavnice bomo upoštevali samo tedaj, če bo priložena fotokopija potrčila o vplačani prijavnini.

Ekipe, ki ne bodo poravnale prijavnine do 21. oktobra, ne bodo vključene v tekmovanje.

Podrobne informacije dobite po telefonu št. 448-132.

● Tekmovanja v balinanju — končna lestvica I. in II. trimske lige

I. LIGA						
1. Kemična	11	8	2	1	213:145	18
2. ZRMK	11	6	4	1	234:176	16
3. Slovan	11	5	6	1	204:149	16
4. Kodeljevo	11	6	4	1	158:115	16
5. Saturnus	11	6	4	1	196:158	16
6. Indos	11	6	2	3	198:157	14
7. Izolirka	11	4	2	5	144:154	10
8. Cestno podjetje	11	3	3	5	160:197	9
9. Obrt. zdr. Moste I	11	4	0	7	152:180	8
10. Gradis OGP	11	2	2	7	89:143	6
11. Obrt. zdr. Moste II	11	1	1	9	70:143	3
12. Lokomotiva	11	0	0	11	53:154	0

II. LIGA						
1. Milica Moste	10	6	4	0	198:126	16
2. 3 NT	10	4	4	2	137:140	12
3. Kom. podj.	10	3	5	2	157:161	11
4. ŠD Strmec	10	2	6	2	150:142	10
5. BSK Zalog	9	3	3	3	135:144	9
6. Sloga	9	0	0	9	0:64	0

Zadnji dve uvrščeni ekipe v I. ligi gresta v II. ligo, prvi dve iz II. lige pa se uvrstila v I. ligo za tekmovalno sezono 1984.

Prve tri ekipe v vsaki ligi prejmejo pokale. Njih podelitev je predvidena v decembru.

ZTKO LJUBLJANA MOSTE-POLJE  
Komisija za športno rekreacijo

ZDRAVSTVO • ZDRAVSTVO • ZDRAVSTVO • ZDRAVSTVO

**Bolnikov delež k zdravljenju**

Uporabnikom zdravstvenih storitev je dobro poznana že dokaj zakoreninjena in nepotrebna tuja »participacija«, saj posega naravnost v njihov žep. Mi pa želimo spregovoriti o povsem drugi »participaciji«, o tisti soudeležbi bolnikov, ki je nujno potrebna za uspešno zdravljenje. Bolnik namreč mora prispevati svoj delež k zdravljenju, in to z zaupanjem do zdravnika, ki si ga je izbral, s sodelovanjem pri odkrivanju bolezni in pri doslednem izvajanju navodil za zdravljenje — tako glede načina življenja kakor tudi glede uživanja zdravil v točno določenih odmerkih ter o pravem času.

Zaupanje mora biti obojestransko, bolnik mora zaupati zdravniku in obratno. Da bo bolnik lahko zaupal zdravniku, mora misliti takrat, ko si izbira »svojega zdravnika«. Presojati ga mora po njegovi strokovni plati, po njegovih strokovnih uspehih, ne pa po njegovih šibkih točkah, ki so v njegovi strokovni neosnovani radodarnosti do bolniškega dopusta in še kje drugje. Prav isto velja tudi za zdravnika. Bolniku mora zaupati ker je ta prišel k njemu po pomoč zaradi težav, ki mu grenijo življenje. Prava nesreča se lahko zgodi, če zdravnik izgubi zaupanje do bolnika.

Niso redki primeri, ko boleznini ni možno ugotoviti na prvi pogled. Zdravnik bo v takih primerih napravil program dodatnih

preiskav, bolnik pa jih bo kar se le da hitro opravil. Marsikdo bo imel ob tem pomislek — kaj pa čakalna doba! K sreči je tako, da vse preiskave niso enako življenjsko pomembne. Tiste, ki so jih strokovnjaki uvrstili med nujne, lahko bolnik opravi vsak dan, celo v nočnih urah. Še več, ista preiskava je pri neki bolezni res nujna, pri drugi pa nič ne škoduje, če jo za nekaj časa odložimo. Velja torej pravilo, naj bolnik takoj opravi tiste preiskave, kjer ni čakalne dobe, in zelo verjetno je, da bodo tudi te v marsičem pripomogle k hitrejšemu odkritju bolezni.

Ko je bolezen ugotovljena, je povsem odvisno od bolnika, če bo upošteval navodila, med katerimi so večkrat tudi takšna, ki niso pri-

jetna. Zvišan krvni tlak je bolezen, kjer je kljub jemanju zdravil zdravljenje neuspešno, če bolnik sam ne prispeva svojega deleža. Stradati mora, da bo dosegel normalno telesno težo, uživati mora manj soljeno, torej manj »okusno« hrano in še kajenje se mora povsem odpovedati. Mnogi bolniki teh navodil ne upoštevajo, ker se ne zavedajo težkih posledic, ki jih sproži zvišan krvni tlak. Enako debeli kot prej se vračajo v zdravniške ordinacije z izgovorom: »Zdravila niso prišla.« Večkrat se zdravnikom vsiljuje misel: »Škoda, ker zvišanega krvnega tlaka ne spremlja tudi bolečina.« V takem primeru bi bolniki bolj upoštevali navodila. Kar pogledamo, kako disciplinirani so bolniki z razjedo (rano) na dvanajsterniku ali pa tisti z žolčnimi kamni. Zavedajo se, da bo vsaka pregreha v dieti izzvala bolečino.

Naj sklenemo z naslednjo rešitvijo: Velikokrat redno jemanje zdravil ni vse. Primakniti je potrebno naš delež — izvajati navodila, čeprav niso prijetna. dr. MILENA VRENK-JERŠE

ŽIG (Podpis vodje ekipe)