



glasnik

GLASILO DELOVNIH LJUDI ŽIVILSKEGA KOMBINATA ŽITO

št. 6

JUNIJ

Izdaja živilski kombinat
ŽITO — 61000 Ljubljana
Šmartinska 154

»ŽITO« LJUBLJANA
n. sol. o.
Šmartinska 154

TOZD MLINI LJUBLJANA
n. sub. o.

TOZD PEKARNA
LJUBLJANA n. sub. o.

TOZD ŠUMI LJUBLJANA
n. sub. o.

TOZD MALOPRODAJA
n. sub. o.

TOZD IMPERIAL KRŠKO
n. sub. o.

TOZD PEKARNA IN
SLAŠČIČARNA
DOLENJSKA n. sub. o.

TOZD TRIGLAV LESCE
n. sub. o.

TOZD GORENJKA LESCE
n. sub. o.

TOZD PEKARNA KRANJ
n. sub. o.

DSSS

Urejuje uredniški odbor

Odgovorni urednik:
Janez Slovenc

Uredništvo: Živilski
kombinat ŽITO,
Šmartinska 154
Tel. 41-673, int. 32

Za delavce kombinata je

glasnik

brezplačen

Tisk: Tiskarna Ljubljana
Ljubljana, Tržaška 42

Na podlagi 7. točke prvega odstavka 36. člena zakona o obdavčevanju proizvodov in storitev v prometu (Uradni list SFRJ, št. 33-316/72) daje sekretariat za informacije v izvršnem svetu skupščine SR Slovenije na vlogo Živilskega kombinata ŽITO, Ljubljana mnenje, da šteje glasilo »GLASNIK« med proizvode iz 7. točke prvega odstavka 36. člena zakona o obdavčevanju proizvodov in storitev v prometu, za katere se ne plačuje temeljni davek od prometa proizvodov.

Leta borbe in zmag

Ker letos praznujemo veliko obletnic Zveze Komunistov Slovenije in nasploh vsega članstva, posebno pa našega sekretarja tov. TITA, smo se zbrali obenem, da osvežimo spomin na prehojeno pot naših dolgoletnih članov Zveze komunistov. Vsi vemo, da ravno letos mineva 40 let ustanovnega kongresa KPS na ČEBINAH, nadalje 40 let od prihoda tov. TITA na čelo naše partije in obenem enega dragih jubilejev 85-letnice njegovega rojstnega dneva. Zato je tudi prav, da spregovorimo nekaj besed danes na tej svečani seji naše osnovne organizacije ZK.

V času oktobrske revolucije in vračanja naših ljudi po končani prvi svetovni vojni domov, se je začela prebujati delavska zavest. Z ustanavljanjem KPJ in njenim delovanjem se je buržoazija ustrašila za svoj obstoj in oblast. Da bi to zatrla je takratni kralj Aleksander proglasil 6. januar 1929 leta za tako imenovano šestojanuarsko diktaturo. To je bila posledica takratnega družbenopolitičnega razvoja države in rezultat ocene, da se politika državnega uniformizma ne more več uspešno sprovajati na parlamentarnih osnovah. Uvajanje šestojanuarske monarhistične diktature je pomenilo, da je takratni režim napovedal vojno KPJ in celotnemu naprednemu gibanju.

Med to gonjo so se razna vodstva meščanskih partij pasivizirala, edino KPJ in SKOJ sta začela neizprosno boj proti diktaturi.

Diktatura ni mogla uničiti partije, pač pa je oslabila njeno delovanje. Komunisti, ki so se vračali iz ječ so začeli obnavljati partijske celice. Pri nas v Sloveniji so se lotili obnavljanja partije tovariši Edvard Kardelj in Boris Kidrič. Leta 1932 so ustanovili pokrajinski komite KPJ za Slovenijo. Partija je bila vse glasnejša, začela je zbirati okrog sebe delavski razred in v tej smeri je njena dejavnost z vsakim dnem naraščala in se krepila. Leto 1934 je bilo pomembno za razvoj KP in komunističnega preobrata nasploh v Jugoslaviji. Tega leta se je vrnil iz ječe tovariš TITO, okrog njega pa so se zbrali vsi pošteni in pravilno usmerjeni komunisti, katerim je bila jasna orientacija, edinstvena smer in pot v vodstvu KPJ.

Proti koncu 1934. leta je bila v Ljubljani IV. državna konferenca, katera je potrdila pravilno smer konference v Goričanah. Na tej konferenci je bil sprejet sklep o ustanovitvi komunistične partije Slovenije, Hrvaške in v »bližnji prihodnosti« še KP Makedonije.

Od te četrte konference so minila 3 leta boja slovenskih komunistov v revolucionarni aktivizaciji. Tega leta se je vrnil tov. KARDELJ v domovino in začel uresničevati sklepe četrte konference KPJ o ustanavljanju KP Slovenije. V tem času je tov. Kardelj poklical tov. Miha Marinka in mu predlagal, da najde skrivno mesto v Trboveljskem revirju za sklic ustanovnega kongresa KP Slovenije. Končno sta se oba sporazumela za ČEBINE.

V noči med 17. in 18. aprilom 1937. leta se je zbralo enajst delegatov partijskih organizacij Slovenije. V zvezi s tem se je postavljalo vprašanje ali ustanovni kongres bo ali ne. Odločeno je bilo, da se ta zgodovinski zbor izvede. Tovariš Kardelj je podal poročilo o delu partijskih organizacij na Slovenskem in o razmerah v svetu v luči naraščajočega Hitlerjevega nacizma in fašizma.

Obenem je kongres enoglasno sprejel manifest, ki ga je podal tov. Kardelj. Ta dokument, čigar okvire so izdelali tov. TITO in tov. KARDELJ je jasno kazal na razmere v deželi in v svetu, kazal je na avantgardno vlogo delavskega razreda v teh usodnih dneh za slovensko ljudstvo. Eno od glavnih poglavij tega manifesta je, kjer se govori o bodočnosti slovenskega naroda in njegovega obstoja v svobodni skupnosti bratskih narodov Jugoslavije v obliki zvezne demokratične države.



4. JULIJ - DAN BORCA

Letošnji dan borca bomo proslavili slovesno — tako kot vsako leto — a letos še posebno z velikim zborom brigad in mladine v Beli krajini. Tega dne se borci spominjamo težkih, a slavnih dni, tistih časov, ko smo bili Slovenci obsojeni na smrt. Ves svet je trepetal pred grozečim barbarskim fašističnim vojnim strojem. Evropske države so se druga za drugo predajale in prepuščale ljudstvo in imetje na milost in nemilost fašističnim okupatorjem.

Tudi jugoslovanska vlada in kralj sta pobegnila iz države in prepustila deželo in narode okupatorju. Ljudi sta prevzemala obup in razočaranje. Toda sovražstvo do okupatorja in domačih izdajalcev je bilo preveliko, da bi mirno sprejeli okupacijo. Vse politične stranke v bivši Jugoslaviji so bile kompromitirane, le KPJ je bila sposobna, da povede narode v boj proti okupatorju. Tako je prišlo do zgodovinske seje CK KPJ. 4. julija 1941 je bila v hiši pokojnega Vladimira Ribnikarja na Dedinju seja politbiroja KPJ, na kateri je bilo sklenjeno, da se takoj začnejo formirati partizanski odredi za boj proti okupatorju in ustanovljen je bil glavni štab za Srbijo. V V proglasu CK je pisalo: »... vi, ki ječite pod okupatorsko peto, vi vsi, ki ljubite svobodo, ki nočete fašističnega suženjstva — vedite, da je prišla ura boja za vašo osvoboditev izpod fašističnega jarma... Vaše mesto je v prvih bojnih vrstah delavskega razreda, ki se bije za svojo in vašo resnično svobodo in neodvisnost...«

Tako je postal 4. julij zgodovinski dan in je posvečen borcem za svobodo in neodvisnost. Borci se na ta dan spominjamo neprestanih bojev, neprespanih noči, lakote, mraza, dolgih pohodov, bojev za orožje in municijo, padlih tovarišev, ranjencev, ki so v težkih bolečinah umirali brez zadostnih zdravil. V trpljenju in junaštvu borcev sta se skovala tovarštvo in bratstvo med narodi. Tako kot v najtežjih časih, so borci ves povojni čas v prvih vrstah graditeljev naše socialistične domovine.

Skupaj z vsemi naprednimi ljudmi in mladino so borci čvrsto odločeni čuvati pridobitve naše revolucije.

Letošnji 4. julij pa naj bo še posebno svečan, saj proslavljamo jubilej prvega državljana, borca in heroja tovariša Tita. Vse misli in želje nas vseh ob 4. juliju so gotovo — mir in bratstvo med narodi, za srečno bodočnost.

FRANC TAURER-PLAHUN

POROČILO SLUŽBE INFORMIRANJA

Dosedanji samoupravni sistem je bil v bistvu zasnovan pred leti in kasneje prilagojen novim amandmajem k Ustavi in vse pogostejšim integracijam. Pred ustanovitvijo TOZD in podpisom samoupravnega sporazuma je temeljil na 18 delovnih enotah, ki štejejo od 8 do 240 zaposlenih, z organizirano notranjo samoupravno strukturo. Vsaka delovna enota ima svoj delavski svet in pet komisij. V okviru kombinata pa obstaja DS, PO in 9 komisij s statutom kolektivnih izvršilnih organov. Pravice in dolžnosti posameznih organov so določene v statutih in drugih splošnih aktih. V delu samoupravnih organov je vključenih 650 delavcev.

Omenjena raven samoupravljanja, njegova struktura in organizacija so zahtevale ustrezen način informiranja, ki je bil organiziran na pobudo družbenopolitičnih organizacij in ostalih dejavnikov. Ta naj bi pravočasno posredoval delo samoupravnih organov, povezoval delo med njimi, strokovnimi službami in družbenopolitičnimi organizacijami z razpravami, kritičnimi spisi o odločanju in sklepanju o vseh pomembnih vprašanjih, ki so vezane na kombinat, delovne enote in posameznika. Družbenopolitične organizacije so težile, da je treba vsakega posameznika seznaniti z delom samoupravnih organov. Vsak naj bi bil z oceno in razpravo posegal v vsa dogajanja, zlasti na zborih delovnih ljudi in skrbel, da bi bili sklepi tudi uresničeni.

V zadnjih letih je postalo jasno, da so bili z rastjo kombinata delavski svet kombinata kot tudi poslovni odbor in komisije pri delavskem svetu vedno bolj odmaknjeni od vse večjega kolektiva in da se je tako vse bolj uveljavljala posredna oblika samoupravljanja, medtem ko je bila funkcija zasedanj svetov delovnih enot kot tudi zborov delovnih ljudi vse bolj le informativna. Potreba po večji decentralizaciji upravljanja in drugačnem formuliranju upravljanja ter vodenja je vsekakor obstajala, ko so bili sprejeti delavski amandmaji oziroma objavljeni osnutki novih ustav.

Izgradnje novega samoupravnega sistema smo se lotili programsko. V proces oblikovanja novih odnosov smo vključili kar največ delavcev, s tem da smo organizirali komisije v delovnih enotah in osrednjo delegatsko skupino, ki je ob pomoči strokovnih služb pripravila predloga samo-

(Nadaljevanje na 3. str.)

V manifestu so bili najprej zapisani in nakazani cilji in način, kako to izpeljati, kar citiram: »Najnaprednejši in najzavednejši ljudje v slovenskem ljudstvu so svestni, da je v teh težavnih dneh za slovensko ljudstvo samo ena pot: potrebno je prenehati s politikantstvom in medsebojnim obtoževanjem v demokratičnih vrstah. Združiti se morajo vse sile, katerim je pri srcu usoda slovenskega ljudstva« in nadalje »ustanovitev KP Slovenije bo pospeševala rast našega kadra in jo bo tesneje povezovala s slovenskim narodom. Naši komunisti morajo ravno zato, ker so dobri internacionalisti, biti dobri Slovenci. Poznati morajo svoj narod, prav tako tudi njegovo preteklost in narodnostne posebnosti, ker bodo le na tak način povezani z ljudskimi množicami. Istočasno pa morajo vedeti, da je bratsko sodelovanje s komunisti in vsemi antifašisti drugih jugoslovanskih narodov nepogrešljivo jamstvo za zmago.«

Na kraju je bil tako izvoljen 9-članski Centralni komite Slovenije in 3 kandidati. Za prvega sekretarja CK KP Slovenije je bil izvoljen Franc LESKOŠEK-Luka.

Ustanovni kongres KPS je zapisan v zgodovini slovenskega naroda kot eno največjih dejanj v njegovem tisočletnem razvoju. Pomenil je začetek nove dobe, ki je leta 1945 z ostalimi narodi in narodnostmi izvojevala v štiriletni krvavi vojni svobodo in izšla z tisočletnega hlapčevanja, ustanovila je OSVOBODILNO FRONTO in partizansko vojsko, pognala okupatorja in domače izdajalce. Z zmago v vsej Jugoslaviji je ustvarjena samoupravna socialistična Slovenija v trdni celoti Titove Socialistične Federativne Republike Jugoslavije. Istega leta 17. avgusta 1937 je prišel na čelo naše partije tov. TITO. V tem času je KPJ preživljala eno največjih svojih kriz. Izbit je konflikt s Kominternom in nastala je nevarnost od frakcionaških in grupaških bojov, z namenom, da se prenesejo razprtije v partijo in preobrat v deželi in to v trenutku, ko nam je bila potrebna največja enotnost. Tovariš TITO je sprejel borbo in z najnaprednejšimi silami v Partiji in gibanju izšel kot zmagovalec. Med tem časom se je tov. TITO boril za priznanje naše partije pri kominterni, pošiljal pisma, poročila in telegrame sekretarju IK (izvršnega komiteja) kominterne in tov. Dimitrovu s prizadevanjem, da se že enkrat za vselej reši vprašanje KPJ.

Takšna vztrajna Titova borba in dokazovanja so privedla kominterno do tega, da je 5. januarja 1939 priznala KPJ in je tov. TITU-Valterju, kakor so TITA v kominterni imenovali — dal mandat, da je še naprej vodja KPJ, sedaj kot sekretar.

Od takrat so se dogodki vrstili izredno hitro. TITO je podal razglas vsem komunistom Jugoslavije, sledili so posveti in posvetovanja, fašizem je bil prisoten tudi pri nas, partija se je pripravljala za osvobodilni boj. Nato je prišel 6. april 1941, zatem napad na Sovjetsko zvezo. V tem usodnem času je edino partija ostala zvesta ljudstvu. Z razglasom je pozvala Jugoslovanske narode na vstajo. Začela se je porajati nova Jugoslavija in to v času ene največjih nacionalnih katastrof, ki je doletela naše narode. Tukaj na naših tleh se je od vse zasužnjene Evrope najprej dvignil upor — vstaja, katera je prerasla v osvobodilni boj naših narodov in narodnosti. Ko je TITO pozval vse napredne sile v boj, izhajajoč, da se moramo opreti na svoje lastne sile, ne pa čakati, da nas nekdo osvobodi, je TITO že avgusta 1941 dejal: »Kdo nam bo prinesel svobodo, če se zanj sami ne bomo borili?« In mi smo se sami borili! Zmagalo je ljudstvo v revoluciji s partijo in tov. TITOM na čelu.

Zato je zmaga naše revolucije neločljivo povezana z obstojem in vlogo KPJ, njeno usposabljanje pa je neločljivo povezano s TITOVIM delom.

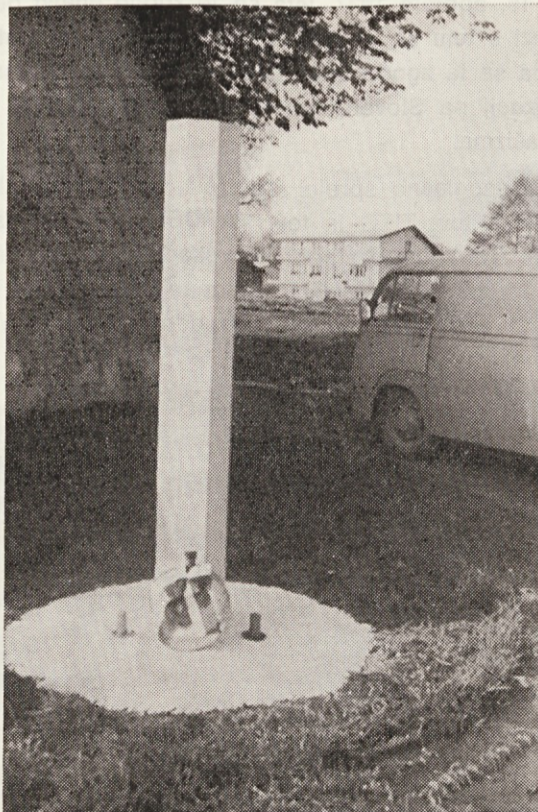
Tovarišice in tovariši, lahko smo ponosni na preteklo 40-letno pot ZKS, na našega sekretarja ZKJ tov. TITA in našo revolucijo. Lahko smo zares ponosni, da smo člani tako čvrste in enotne partije, katera ni nikoli klonila in se vdala.

Zato mi na kraju dovolite, da vam v imenu vseh naših komunistov naše OO ZK zaželim ob jubilejih: 40-letnice ustanovnega kongresa KPS na Čebinah, prihoda tov. TITA na čelo partije in njegovega 85. rojstnega dne, da bi nas vodil še naprej v zmage in izgradnjo naše samoupravne socialistične domovine.

NAJ ŽIVI ZK, NAJ ŽIVI NAŠ DRAGI TOVARIŠ TITO!



Med delom ...



Veliko lepše ...

Prireditev v Bistri



Med prireditvijo

V okviru letošnjih proslav: ob 40-letnici prihoda tov. Tita na čelo Komunistične partije Jugoslavije in njegovega 85. rojstnega dneva, je naša sindikalna organizacija — Pekarna priredila proslavo ob našem mlinu v Bistri. Povabili smo vse delavce, kakor tudi upokojence. Iz Ljubljane smo odšli v soboto, 21. maja, ob 12. uri s Trga revolucije. Trije avtobusi so nas odpeljali v Bistvo, kjer je bilo že vse pripravljeno. Prostor je bil lepo okrašen z zastavami in Titovo sliko, pa tudi vreme se je pridružilo slavnostnemu razpoloženju.

Tov. Rudi Cedilnik, ki je napovedal program, je prepustil mikrofon predsedniku sindikata, tov. Zenanu, ki je opisal Titovo življenjsko in revolucionarno pot, uspehe, ki smo jih pod njegovim vodstvom dosegli.

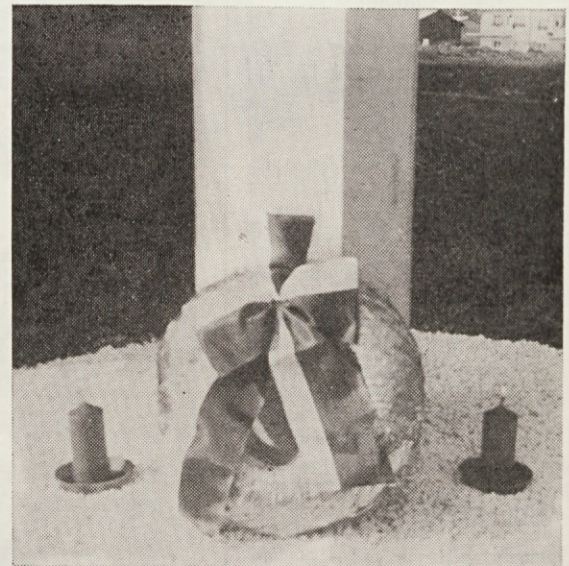
Nato je bil na vrsti kulturni program, ki so ga izvajali mladinci in mladinke, ter pevski zbor, ki je zapel več pesmi. Vsem izvajalcem smo se zahvalili s prisrčnim aplavzom.

Po končani proslavi smo imeli piknik. Ob hrani in pijači so nam fantje zaigrali vesele in poskočne melodije, tako da smo se zavrteli kar po dvorišču. Tudi zapeli smo, bolj ali manj ubrano, vendar iz srca.

Kar prekmalu so se avtobusi vrnili po nas in nas dobro razpoložene odpeljali v Ljubljano. Vsem prirediteljem in nastopajočim se najlepše zahvaljujemo za čudovito popoldne in kličemo: Titova misel — naša misel!

Stana Gorišek

Naša mladina pri urejanju spomenikov NOV



Končni izdelek ...

(Nadaljevanje z 2. str.)

upravnega sporazuma. Kljub hotenjem posameznikov in celotnega kolektiva smo potrebovali določen čas za spoznanje, da gre za proces, ki se ga ne da speljati v enem mesecu in da gre za določitev in sprejetje pravil obnašanja v prihodnosti in ne za enkratno oblikovanje odnosov v kombinatu.

V skoraj enoletnem obdobju smo oblikovali devet temeljnih organizacij združenega dela in delovno skupnost Skupnih služb ter podpisali samoupravni sporazum o združitvi TOZD v kombinat ter sprejeli statute temeljnih organizacij združenega dela in samoupravne sporazume o medsebojnih razmerjih TOZD in DSSS.

Samoupravni sporazum o združevanju TOZD v Živilski kombinat ŽITO je osnovni akt, kjer so podana načela samoupravnega urejanja razmerij med TOZD v kombinatu. S podpisom tega dogovora pa nikakor še niso uveljavljena vsa načela, ki jih prinašajo amandmaji oziroma osnutki ustav. Glede na izdelavo in sprejem statuta TOZD pa bo potrebno organizacijsko izvesti reorganizacijo samoupravljanja v TOZD. Z razčlenitvijo razmestitve zaposlenih bo potrebno organizirati informacijsko samoupravne skupine kot izhodišče informacijskega sistema, ki je pogoj za vključevanje delavcev v samoupravljanje. Dosedanji sistem predstavnikov v samoupravnih organih delovnih enot ni temeljil na takšnem sistemu in je imel zato vrsto pomanjkljivosti.

Nadalje bo potrebno še poglobiti delo, to je usposabljanje in izobraževanje delavcev samoupravljalcev za razumevanje informacij, za upoštevanje le-teh in za aktivno vključevanje v upravljanje na tej osnovi. Samo tako bodo lahko preprečili koncentracijo samoupravnega odločanja v ožjih skupinah in hkrati preprečili nastajanje tehnirokratskih struktur. To so naloge, ki jih morajo reševati celotni družbenopolitični aktivni TOZD in samoupravni organi.

Veliko aktivnost zaposlenih delavcev v organih upravljanja kaže podatek, da je v Svetu delegatov, delavskih svetih TOZD, Svetih delovnih enot in v kolektivno izvršilnih organih vključenih 850 delavcev od skupno 2000 zaposlenih.

Volitve v Svete delovnih enot, v delavske svete TOZD in v svet delegatov kombinata ter v kolegijsko izvršilne organe so bile izvršene v decembru 1973 in v januarju 1974 v skladu z v določbami zakona o konstituiranju organizacij združenega dela. Za člane Sveta delegatov, člane delavskih svetov TOZD in člane svetov delovnih enot ter člane kolegijsko izvršilnih organov je določena 2-letna mandatna doba.

Poročilo o gibanju proizvodnje za pet mesecev leta 1977

Letni plan proizvodnje za TOZD Šumi je 5.051.000 kg.

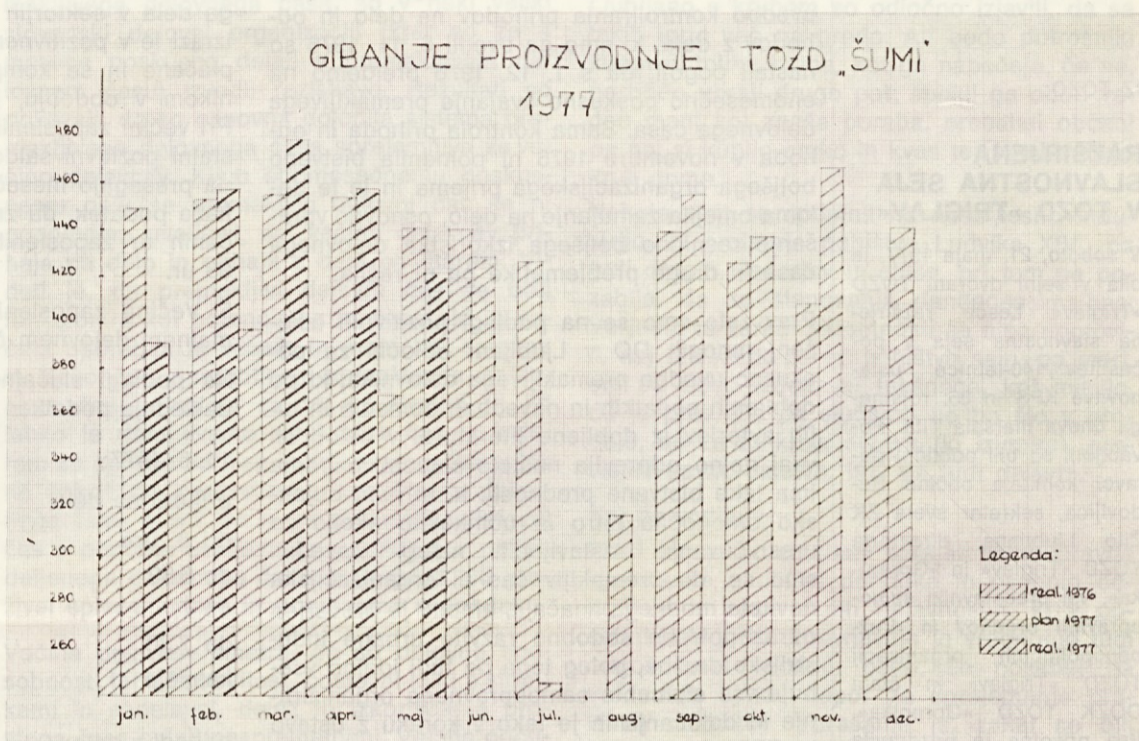
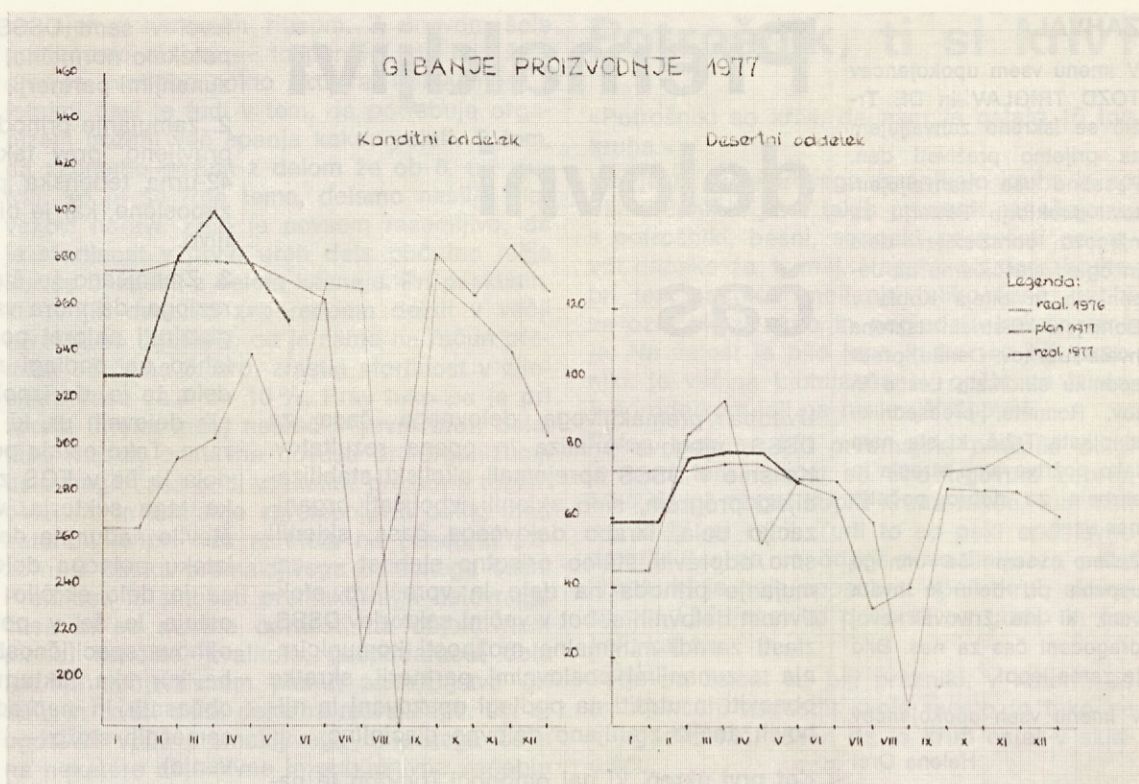
V prvih petih mesecih letošnjega leta smo realizirali 2.208.236 kg, to je 43,7 %.

Primerjalno z lanskoletno realizacijo za pet mesecev, smo realizirali le 1.860.113 kg, to je le 35,8 % z ozirom na letni plan 1976.

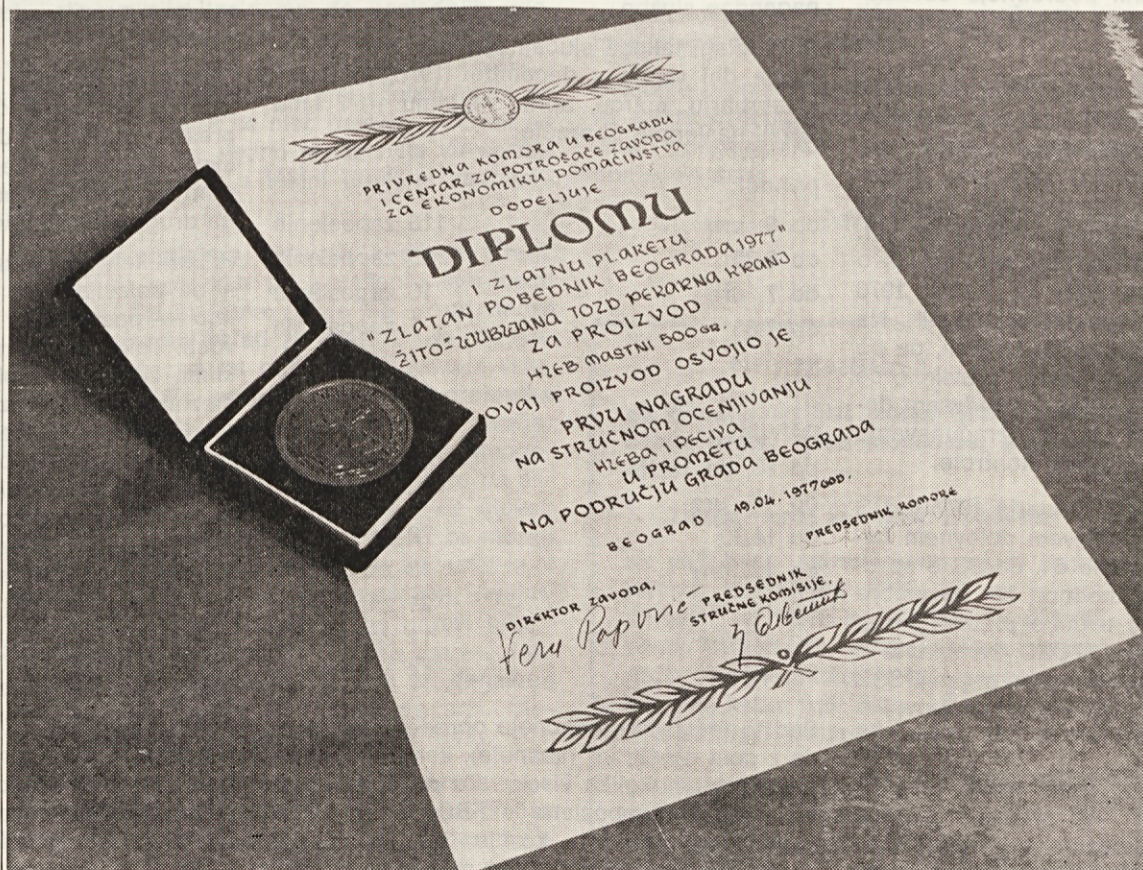
Čeprav se srečujemo z zelo razgibano proizvodno problematiko, to so predvsem strojni zastoji, izpadi zaradi sirupa, pomanjkanja embalaže, včasih tudi surovin, so kljub temu dani vsi pogoji, da realiziramo letni plan, kar je brez dvoma naš zaželeni cilj. Lahko navedemo tudi to, da tako izredne prodaje naših artiklov, kot je v letošnjem letu, že dolgo ne pomnimo in pri tem gre brez dvoma zasluga tudi naši prodajni službi.

Tako lahko rečemo, da hodita naša proizvodnja in prodaja v koraku in da se bomo v mesecu juniju prav potrudili (delali bomo vse sobote), da bomo sploh lahko ustvarili primerno zalogo naših artiklov v času remonta od 1 do 23. julija, da ne bo prišlo do večjih izpadov. Posebno smo zadovoljni, da imamo take artikle, kot sta Herba in Visoki C, ki predstavljata skoraj 50 % mesečne realizacije. Želeli pa bi se še nadalje razvijati v smeri razvoja, kar nam bi omogočilo nove artikle, ki bi bili kvalitetni in iskani na tržišču. Zato bomo vložili vse sile v to, da bomo čimveč in kvalitetnejše proizvajali, s tem pa dosegli večjo produktivnost, ter na ta način skušali obdržati prodajo na nivoju, kot je bila v prvih petih mesecih.

Sonja Štergelj



Žitov kruh (pekarna Kranj) – zlati zmagovalec Beograda



V organizaciji Privredne komore Beograda, Centra za potrošnike in Mestne kmetijsko-gozdarske in vodnogospodarske inšpekcije mesta je bilo 6. in 7. aprila ocenjevanje kvalitete kruha in peciva.

Po Pravilniku je bilo jemanje vzorcev in njih označevanje anonimno. Iz maloprodaje je bilo vzeto 82 vzorcev vseh vrst kruhov. Pred ocenjevanjem kvalitete kruha strokovne komisije in točkovanjem, je bila paralelno v dveh laboratorijih opravljena kemična analiza.

Od 82 vrst kruha jih je bilo eliminirano 27 vzorcev (32,93 %). Eliminirani vzorci so vzeti iz prometa. Postopek prodajaln, ki prodajajo kruh, ki nima niti osnovnih higienskih minimumov, je vreden vsega obsojanja.

Izdelki, ki so dobili prehodno oceno so razvrščeni takole:

- oceno »zadovoljivo« je dobilo 13 vzorcev — 15,85 %;
- III. kvaliteta je obsegla 26 vzorcev — 31,71 %;
- II. mesto — 11 vzorcev — 13,41 %;
- diplomu za kvaliteto je dobil samo en vzorec ali 1,21 %;
- najvišji plasma, »Zlati zmagovalec Beograda v letu 1977« je dodeljen 4 vrstam kruha, ali 4,88 %.

Komisija, ki je ocenjevala kruh, ni imela lahkega dela. Po skupni oceni laboratorijskih raziskav in ocen degustatorjev, pa je dodelila najvišji naslov za ŽITOV mastni, 500 g kruh (TOZD pekarna Kranj).

To je velik uspeh kolektiva, ki letos praznuje 10-letnico priključitve Živilskemu kombinatu Žito in 31-letnico obstoja. Doseči tako priznanje, je največja nagrada in priznanje kolektivu in njegovim delavcem — pekom. Upajmo, da ta nagrada oziroma priznanje ni zadnje, in da se bodo Kranjčani trudili, da obdržijo renome, ki so si ga pridrali, za vse ostale pa, vzpodbuda.

Še enkrat — iskrene čestitke Kranjčanom!

ZAHVALA

V imenu vsem upokojencev TOZD TRIGLAV in DE Tržič se iskreno zahvaljujem za prijetno preživeti dan. Posebno se zahvaljujem tov. direktorju Pintarju za njegovo obrazložitev dela in ogled slaščičarne na Jesenicah in bifeja Kobla v Bohinjski Bistrici. Iskrena hvala tudi tov. Danilu, predsedniku sindikata Lesce in tov. Romanu, predsedniku sindikata Tržič, ki sta nam tako požrtvovalno stregla in skrbeli za dobro počutje nas vseh.

Želimo vsem še mnogo uspeha pri delu in hvala vam, ki ste žrtvovali svoj dragoceni čas za nas. Bilo je zares lepo!

V imenu vseh upokojencev
Helena Orel

IZ TOZD:

RAZŠIRJENA SLAVNOSTNA SEJA V TOZD »TRIGLAV«

V soboto, 21. maja 1977, je bila v sejni dvorani TOZD »Triglav« Lesce razširjena slavnostna seja v počastitev 40-letnice ustanovitve KPS in 85. rojstnega dneva maršala Tita. Povabljeni so bili politični delavci komiteja občine Radovljica, sekretar sveta ZK Žito Ljubljana, direktorja TOZD »Triglav« in »Gorenjka«, vsi predstavniki samoupravnih organov in družbenopolitičnih organizacij TOZD »Triglav« in člani OOK TOZD »Gorenjka«. Vse prisotne je pozdravila sekretarka OO ZK TOZD »Triglav«, tov. Kisovec Tatjana, nato pa spregovorila. V kulturnem programu, ki je sledil, so nastopili pevci ŽITA iz Ljubljane, ki so zapeli nekaj lepih pesmi. Program so popestrili tudi deklamatorji — pionirji iz Osnovne šole Fr. Saleški Finžgar iz Lesc.

Sledila je zakuska v »Ukanču« v Bohinju, kjer je udeležence pričakala enolončnica na partizanski način.

Brigita Žagar

ZAMAN

Nekoč je živel mož, ki se je pisal NEVERJETNO. Ko je čutil, da se mu bliža zadnja ura, je poklical ženo in jo zaprosil:

»Vse življenje sem trpel zaradi svojega imena in vsi so se iz mene norčevali. Zato mi vsaj na grob ne napiši imena.«

Ko je umrl, je žena dala vklesati v spominsko ploščo tele besede:

»Tu počiva mož, ki je bil vse življenje zvest svoji ženi.«

Ljudje, ki so hodili mimo in čitali napis, so se spogledovali in govorili »To je pa NEVERJETNO!«

Premakljivi delovni čas

Uvedba premakljivega delovnega časa za DSSS, njegova analiza in ocena rezultatov. Ko smo v DSSS sprejemali akcijski stabilizacijski program, smo sklenili izboljšati organizacijo dela, izrabo delovnega časa, sklenili smo odpraviti stalno prisotno slabost — zamujanje prihoda na delo in vprašljivo efektivnost delovnih sobot v večini sektorjev DSSS, zlasti zaradi minimalne možnosti komuniciranja z zunanjimi poslovnimi partnerji, skratka obnoviti in utrditi na podlagi opazovanj in njihovih analiz zrahljano delovno disciplino.

Kot prvi ukrep, ki naj omogoči izvedbo te naloge je bila nabava kontrolne žigosne ure. Z uvedbo kontroliranja prihodov na delo in odhodov z dela, ki smo ga uvedli 6. 11. 1976 so nastali pogoji, da s 1. 12. 1976 preidemo na enomesečno poskusno uvajanje premakljivega delovnega časa. Sama kontrola prihoda in odhoda v novembru 1976 ni pomenila bistveno boljšega organizacijskega prijema in je le deloma omejila zamujanje na delo, osnovno vprašanje resnično boljšega izkoristka delovnega časa in druge problematike pa ni rešila.

Prav zato smo se na podlagi pozitivnih izkušenj mnogih DO v Ljubljani odločili za poskusno uvedbo premakljivega delovnika, ki po dobljenih podatkih in navedbah domačih in tujih avtorjev iz dobljene literature, v celoti ali vsaj delno odpravlja našete slabosti oziroma ima take bistvene prednosti, ki bi nam dejansko omogočile hitro in učinkovito akcijo za uresničevanje zastavljenih nalog. Zavedali smo se, da premakljiv čas ni organizacijska noviteta modnega značaja, ampak je preverjen odraz potrebe sodobne razvite urbane industrijske družbe, poleg tega pa tudi idejno vsebuje vse elemente samoupravnega organiziranja in odločanja in je tako v koraku z ustavo in ZZD zlasti, ker pomeni tudi določeno humanizacijo dela. Na podlagi rezultatov po šestmesečnem obdobju lahko trdimo, da so se z uvedbo premakljivega delovnika uresničila predvidevanja in da pomeni uvedba takega delovnika povsem novo kvaliteto predvsem v organizaciji dela, v polnejšem izkoristku delovnega časa, obenem pa pomeni tudi boljše psihično počutje za delavca, nudi mu možnost za boljšo izrabo njegovega prostega časa, kar ponovno pogojuje večjo delovno zmogljivost. V predlogu za uvedbo premakljivega delovnega časa v DSSS, ko smo sklepali o njegovem sprejemu, so bili podrobneje obrazloženi vsi navedeni pozitivni aspekti tega delovnika.

6. 7. 1976 je DS DSSS sprejel sklep o nabavi kontrolne ure z namenom kontrole prihodov na delo in kasnejšo perspektivo uvedbe premakljivega delovnika. 6. 11. 1976 smo dejansko uvedli kontrolo prihodov na delo in odhodov z dela. Na zboru delovnih ljudi 28. 11. 1976 je bil z večino glasov sprejet pravilnik o premakljivem delovnem času in 1. 12. 1976 smo poskusno uvedli premakljiv delovnik. Na zboru delovnih ljudi smo takrat sklenili, da po preteku treh mesecev korigiramo pravilnik, če bi se v praksi pokazala slabost, predvsem določila tehnične narave, to je izračunavanja kartic in njihove vsakodnevne kontrole.

Na seji DS DSSS meseca januarja 1977 je DS potrdil pravilnik o premakljivem delovnem času ter tako izpolnil določilo 54. čl. SS o spremembi delovnika. Predhodno, že novembra 1976 so bile o namenu uvedbe premakljivega delovnika obveščene vse TOZD kombinata s prošnjo, da obvestijo samoupravni organ DSSS o svojem stališču do uvedbe takega delovnika v DSSS.

Po prvih šestih mesecih lahko izluščimo naslednje bistvene ugotovitve:

1. funkcionalnost posameznih služb DSSS ni bila ogrožena in je komuniciranje med sode-

lavci v sami DSSS in med DSSS in TOZD potekalo normalno, prav tako komuniciranje z zunanjimi partnerji,

2. zamujanje prihoda na delo je praktično odpravljeno, prav tako je garantirana obvezna 42-urna tedenska prisotnost na delu za vse zaposlene, kar je bilo prej bolj ali manj vprašljivo.

3. Zmanjšano je število nadur iz preprostega razloga, da mora vsak delavec izpolniti in registrirati najprej polni delovni čas, da se mu lahko na podlagi naloga prizna še nadurno delo, to je, da izpolni mesečno normo obveznih delovnih ur, ki mora biti v celoti registrirano. Tako ostaja pereče vprašanje nadurnega dela le še v FGS zaradi poznane problematike tega sektorja, vendar je tudi tu skrčeno število nadur na dejansko opravljeno delo po izteku polnega delovnika. V ostalih sektorjih se je delo skrčilo (nadurno) na minimum in ostaja le še v posameznih oddelkih zaradi njihove specifičnosti (vratarsko čuvajska služba, kurirska, faktorni oddelki in pri določenih, občasnih in nepredvidenih obremenitvah posameznih služb — varstvo pri delu, izobraževanje).

4. Večina povečanega, nepredvidenega obsega dela v sektorjih DSSS (z izjemo FGS), se izrazi le v pozitivnem saldu ur. Te ure pa niso plačane in se kompenzirajo s krajšim delovnikom v obdobju, ko je obseg dela manjši. Pri večini zaposlenih se kaže težnja, da imajo stalni pozitivni saldo delovnih ur, kar pomeni, da presegajo mesečno delovno obveznost. To kaže podatek, da znaša pozitivni saldo neplačanih ur zaposlenih 282 ur, negativni pa le 93 ur.

5. Večina zaposlenih prihaja na delo v normalnem delovnem času, to je od 6. do 14.30.

Na podlagi slučajnega vzorčenja smo dobili naslednje podatke:

16. 5. 1977:

prihodi na delo	
do 6. ure	106 zaposlenih
do 6.30	45 zaposlenih
do 7. ure	19 zaposlenih
do 7.30	5 zaposlenih
kasneje	3 zaposleni

odhodi z dela:

do 13.45	10 zaposlenih
do 14. ure	18 zaposlenih
do 14.30	91 zaposlenih
do 15. ure	32 zaposlenih
do 16. ure	18 zaposlenih
do 17. ure	6 zaposlenih
kasneje	3 zaposleni

Omenjeno vzorčenje je obsegalo vse sektorje DSSS razen servisnih delavnic, dela RC, dela splošnega sektorja (snažilke, vratarji) in propagandne službe.

Na podlagi takega slučajnega vzorčenja 6 delovnih dni vzeti v decembru 1976, januarja, v februarju, marcu, aprilu in maju 1977 smo dobili naslednje poprečje:

prihodi:	
do 6. ure	115 zaposlenih
do 6.30	35 zaposlenih
do 7. ure	16 zaposlenih
do 7.30	7 zaposlenih
kasneje	1 zaposlen

odhodi:

od 13. do 13.45	14 zaposlenih
do 14. ure	17 zaposlenih
do 14.30	79 zaposlenih
do 15. ure	18 zaposlenih
do 16. ure	21 zaposlenih
do 17. ure	11 zaposlenih
kasneje	14 zaposlenih

Pod to točko bi natančneje opredelili le odhode z dela po 17. uri (kasneje), ker je postavka v poprečju nekoliko visoka. Ta postavka zajema izključno zaposlene v FRS, ki so bili v navedenih mesecih, ko je bilo vzorčenje opravljeno postavljeno pred nalogo pravočas-

no izdelati bilanco in so ostajali na delu popoldne celi oddelki (obratovno, materialno, strojno knjigovodstvo in saldakonti).

6. Vzpostavljena je evidenca nad službenimi in privatnimi izhodi v vseh sektorjih. V poprečju pride dnevno 15 do 20 izhodov od katerih je poprečno 3—5 privatnih, kar pomeni, da mora zaposleni to odsotnost nadomestiti z delom. Na zadnji seji DS aprila 1977 je bilo sklenjeno, da se odhod v zobozdravstveno ambulanto v tovarno Kolinska šteje kot upravičen, plačan izhod, ker dela ambulanta le dopoldne, z njo pa imamo sklenjeno pogodbo tako, da delavci praktično nimajo druge izbire.

7. Doseženo je ažurno, točno vsakodnevno obveščanje o naravi dnevnih izostankov z dela v vseh sektorjih in tako omogočeno točno vodenje kadrovske evidence, kar omogoča morebitne zlorabe pri letnih dopustih, bolniškem staležu in drugih vrstah odsotnosti z dela.

8. Na podlagi dnevnih, tedenskih in mesečnih obračunov izpolnjevanja obveznega delovnega časa je omogočeno takojšnje reagiranje in opozarjanje posameznikov, ki obveznosti ne izpolnjujejo. Taki sicer redki posamezniki so bili primorani nadomestiti izgubljeni delovni čas z izrabo letnega dopusta, v najbolj očitnem primeru neizpolnjevanja delovne obveznosti, pa pri obračunu OD delavcu niso bile izplačane manjkajoče obvezne delovne ure (36 ur). V večini primerov je zadoščalo opozorilo, zlasti v nekaterih oddelkih FRS, kjer se je pri nekaterih delavcih pokazalo večje število nadur, medtem ko drugi niso dosegli niti obveze. Enak problem je bil rešen tudi v fakturnem oddelku.

Našteti pozitivni elementi premakljivega delovnika, predvsem garantirana obvezna prisotnost na delu in odprava zamujanja zdaleč odtehtajo nekatere pomanjkljivosti, ki so se in se še pojavljajo ter zaradi tega v globalu oba delovnika (standardni in premakljivi) glede uspešnosti nista niti primerljiva. Pomanjkljivosti so predvsem tehnične in subjektivne narave in izvirajo predvsem zaradi nepoznavanja pravilnika in včasih premajhne angažiranosti vodij posameznih služb.

Dejansko, podrobnejšo oceno stanja po uvedbi premakljivega delovnega časa bi morali podati vodje služb oziroma posamezni sektorji, ker večina kontrolnega sistema še vedno sloni v sektorju oziroma v oddelku, zlasti glede izdajanja službenih in privatnih dovolilnic, kontrole službenih izhodov in pri priznavanju dolžine službene odsotnosti.

Operativni delavci po dosednji praksi uveljavljajo že praviloma za službene izhode izven Ljubljane polnih 11 ur. Na podlagi analiz naj se v prihodnje priznava za te službene izhode pravila 8.30 ure, to je normalni delovnik, le za resnično intenzivne službene izhode izven Ljubljane naj se prizna polnih 11 ur.

Ureditev tega vprašanja mora biti enotna za vse sektorje in je zaradi tega potrebno korigirati sam pravilnik ter ga ustrezno tolmačiti po sektorjih.

Operativci, ki imajo več celodnevni službenih izhodov na tak način z lahkoto dosežejo in presežejo obvezni delovni čas, njihovo operativno delo pa je že tako ali drugače stimulirano z analitsko oceno delovnega mesta in na drug način (dnevniče).

Pri kritikah na račun premakljivega delovnika, ki se pojavljajo, se generalizirajo — posplošujejo — posamične, zgoraj našete pomanjkljivosti. Tako se izven DSSS ustvarja neugodna klima zoper tak delovnik, ne da bi se posamezniki potrudili oz. poglobili v problematiko ter tako hote ali nehote izpuščajo in spregledujejo celovito izboljšanje delovne discipline, kot organizacije dela, skratka, sklepajo nepravilno iz posameznosti na splošnost ter pretirano poudarjajo te posamezne nepravilnosti. Problem nepravilnosti pri žigosanju kartic, ki se je že pojavljal, in se predvidoma še bo, ni toliko škodljiv in nevaren, da bi mogel ogroziti regularnost premakljivega delovnega časa, ker gre več ali manj za enkratne ali priložnostne kršitve.

Ob pojavu prvih nepravilnosti ob žigosanju kartic so bili kršilci le opozorjeni, ker smo smatrali, da je v začetni fazi tak ukrep učinkovitejši kakor uvedba kršitve delovne dolžnosti.

UNIVERZA V MARIBORU
OBJAVLJA V SKLADU Z
52. ČLENOM ZAKONA O
VISOKEM ŠOLSTVU

RAZPIS ZA VPIS

NA VISOKOŠOLSKE
TEMELJNE IN DELOVNE
ORGANIZACIJE,
ZDRUŽENE V
UNIVERZO V
MARIBORU,
V ŠTUDIJSKEM LETU
1977—1978

I. SPLOŠNA PRIJAVA ZA VPIS

Vsi, ki se nameravajo vpisati na katero od šol, se morajo prijaviti vnaprej, in sicer najpozneje do **31. julija 1977**. Prijavo ponovno izpolnijo tudi kandidati, ki so se že prijavili ob predhodnem razpisu, meseca marca 1977.

Za kandidate, ki nimajo spričeval ali drugih dokazil o zahtevanem znanju, in bodo morali opravljati preizkus znanja, so posebni roki za prijavo navedeni pri posameznih šolah.

PRIJAVI ZA VPIS (tiskovina), ki jo kandidati dobijo na šolah, od 10. junija naprej pa bo v prodaji tudi v poslovalnicah Mladinske knjige, Državne založbe Slovenije in Založbe Obzorja v večjih krajih SR Slovenije, je treba priložiti:

1. Overjen prepis ali fotokopijo spričevala o končanem izpitu na srednji šoli, oziroma diplome, oziroma spričevala najvišjega uspešno opravljenega razreda šole, ki jo je kandidat nazadnje obiskoval, če nima ustrezne srednješolske izobrazbe.

2. Potrdilo o trajanju in uspehu zaposlitve, če je bil kandidat po končani šoli zaposlen.

3. Kratek življenjepis.

4. Izpisek iz rojstne matične knjige.

Prijava mora biti kolkovana z upravno takso za 2,00 din. Kandidat, ki se bo pravočasno prijavil za vpis na katerokoli visokošolsko delovno organizacijo v SR Sloveniji, se lahko jeseni vpiše na drugo organizacijo brez posebne prijave, če sicer izpolnjuje pogoje za vpis. Ob vpisu mora predložiti objavnico, ki jo izda tista visokošolska delovna organizacija, na kateri se je prijavil za vpis.

Obveznost prijav do navedenega roka velja tudi za kandidate, ki bodo delali končni izpit na srednji šoli v jesenskem roku. Ti bodo seveda priložili overjen prepis spričevala o opravljenem končnem izpitu naknadno, morajo pa k prijavi priložiti potrdilo srednje šole, da bodo opravljali končni izpit v jesenskem roku.

V nadaljnjem obdobju je potrebno izpopolnjevati organizacijske oblike, zlasti nadzor v posameznih sektorjih in odpraviti navedene slabosti z uvedbo enotnih kriterijev v vseh sektorjih. Predvsem moramo izkoristiti nove kvalitete, ki jih taka organizacijska oblika nudi, predvsem pri usmerjanju podaljšanega delavnika, ki ga lahko odredi vodja službe ob povečanem obsegu dela oziroma skrajšanju delavnika v časovnih obdobjih, ko je obseg dela manjši. Z reorganizacijo FRS se bo moral stabilizirati položaj tudi v tej službi in prav FRS bo moral polagati največjo pozornost pri razporejanju in odrejanju delovnega časa ob povečanem obsegu dela.

Omenjena analiza nudi le analizo splošnega stanja z uvedbo premakljivega delavnika oz. vpogled na izboljšanje delovne discipline in organiziranosti dela na podlagi teh splošnih podatkov, ki kažejo le na globalno izboljšanje razmer. Podrobneje pa lahko dobijo stanje, ki je nastalo, zlasti boljši izkoristek delovnega časa, večjo angažiranost zaposlenih tj. funkcionalnost v celoti, le sektorji sami predvsem vodje služb — direktorji sektorjev. Prav s te strani pričakujemo določen odgovor o uspešnosti novega delavnika. Vse dosedanje ocene in pobude so prišle s te strani, pa so bile pozitivne in vzpodbudne in so dajale le nekatere smernice odprave manjših pomanjkljivosti, predvsem tehnične narave.

Izdela: Direktor
Vodja pom. služb splošnega sektorja
Vladimir Svet Janez Slovinc

Potreben predvsem pravilen odnos da premakljivega delovnega časa

Pri organizaciji dela ne smemo pozabiti na organizacijo delovnega časa. Pri tem se srečamo z vrsto problemov: trajanje dnevnega dela, trajanje tedenskega dela, začetek dela, urnik izmenskega dela, razporeditev in čas trajanja odmorov.

Pri obravnavanju delovnega časa ne smemo pozabiti na urnik — to je predvsem na čas začetka dela posamezne izmene. V naših gospodarskih organizacijah se je uveljavil tak urnik, da začne z delom I. delovna izmena (ki je daleč najštevilnejša) že ob 6. uri zjutraj. Temu urniku je prilagojen promet, obrati družbene prehrane in celoten način življenja. Če poskušamo analizirati, zakaj smo se tako oklenili tega urnika, pridemo do naslednjih ugotovitev: velik del naših delavcev je sodil v prvo obdobje našega gospodarskega razvoja v skupino polproletarcev. Takih delavcev je še danes mnogo. Ker se niso povsem odtrgali od zemlje, ki jim še vedno predstavlja vir dodatnega dohodka, so s takim urnikom zadovoljni.

Sedaj pa pogledimo ta urnik z druge strani. Najprej se ustavimo pri vprašanju storilnosti delavcev. Če se delo začne ob 6. uri, mora večina delavcev vstati že pred 5. uro, da pridejo pravočasno na delo. Mnogi vozači vstajajo še prej. To pomeni, da je noč prekratka in da posebno mladim delavcem, ki zvečer ne hodijo zgodaj spat, manjka spanja. Mnogokrat prihajajo nespočiti na delo. Ne gre pa samo za prekratek čas spanja. Tudi če človek spi 7 ali 8 ur (v zadnjem primeru bi morali mnogi delavci v posteljo že ob 20. uri), je v zgodnjih urah za delo nerazporejen, neaktiven, lahko bi rekli, da je že po naravi nepripravljen za delo. Pregovor »Rana ura — zlata ura« je iz kmečkega življenja in za današnje življenje industrijskega delavca ne drži. Človek je tisočletja živel po naravnem ritmu.

Z dnevom se je začela njegova aktivnost in z mrakom je prenehala. Zato je bil pozimi čas aktivnosti kratek, poleti pa je bil ta čas mnogo daljši. Človeški organizem je še vedno

uskladen z naravnim ritmom. Z dnevom šele postanemo aktivni — to pomeni, da nas šele dnevna svetloba polno aktivira. Usklajenost z letnimi časi je tudi v tem, da potrebuje organizem pozimi več spanja kakor poleti. S tem, da začnemo pozimi z delom že ob 6. uri zjutraj, ko je še trda tema, delamo nasilje človekovi naravi. Zato je povsem razumljivo, da je storilnost v prvih urah dela občutno nižja kot če bi začeli z delom kasneje. Pri poskusih, ki so jih dve leti zaporedoma delali v večji tovarni, so ugotovili, da je samo na račun premika od 6. na 8. uro, zrastle storilnost v zimskem času za 7 do 10%. Prav tako pa je pri takem urniku manj nesreč v prvih urah dela. Med najbolj odmevne novice pri organizaciji delovnega časa sodi vsekakor prelom s togimi oblikami in uvajanje spremenljivih oblik, med katerimi je pri nas naletela na posebno pozornost oblika premakljivega delovnega časa. Prednosti in slabosti premakljivega delovnega časa bi se morale odražati na objektivnem planu: količina, kvaliteta, gospodarnost dela ipd. in subjektivnem planu: zadovoljstvo pri delu in izven dela, delovna morala ipd. Da bi ugotovili vpliv premakljivega delovnega časa na nekatere objektivne in subjektivne variable in preverili ustreznost osnovnih določil premakljivega delovnega časa, so v neki veliki slovenski delovni organizaciji (kjer so že 4 mesece poskusno delali v premakljivem delovnem času) izvedli raziskavo. Rezultati so pokazali, da so osnovna določila sistema premakljivega delovnega časa sprejemljiva za večino delavcev. Kljub štirimesečnemu poskusnemu delu se premakljivi delovni čas še ni popolnoma uveljavil, saj večina delavcev prihaja na delo in odhaja z dela po starem. Videti je, da premakljivi delovni čas še bolj funkcionira kot potencialna možnost, ki jo večina uporablja le včasih in manj kot splošna in dokončno uporabljena organizacija delovnega časa. Razlogi za to so številni in jih lahko le domnevamo: prekratek čas, v katerem se navade še niso izoblikovale, »Čakanje« na dokončno uveljavitev premakljivega delovnega časa, strah, da bi se premakljivi delovni čas s popolno uveljavitvijo sprevrgel v obliko deljenega delovnega časa, ki je pred leti preživel splošni odpor in popolnoma propadel.

Večina delavcev smatra, da so delovne sposobnosti ter učinkovitost, poslovni stiki s strankami in sodelavci, delež in izkoriščanje prostega časa ostali nespremenjeni. Večina občuti izboljšanje, domala nihče poslabšanja.

Premakljivi delovni čas — zlasti raztegljivi čas prihoda na delo — pomeni v nekem smislu prilagajanje delovnega časa biološkimi, psihološkimi in socialnim značilnostim posameznika.

To pa se odraža v: izboljšanju naspanosti in spočitosti, boljša izkoriščenost prostega časa, izboljšano splošno počutje, vse to pa na povečani delovni sposobnosti in učinkovitosti. Prednosti premakljivega delovnega časa so sicer še nejasne, vendar je to razumljivo, saj le malo delavcev izkorišča vse možnosti premakljivega delovnega časa.

Uvajanje premakljivega delovnega časa zahteva dobro organizacijo dela, navade oz. disciplino posameznikov, predvsem pa ustrezen odnos do dela.

Davidovič-Primožič Biserka

ZAHVALA

ob nenadomestljivi izgubi nepozabnega očeta, brata, strica in matere, sestre in tete:

Draga Perca in Ivanke Kogovšek

se najtopleje zahvaljujemo vsem sodelavcem Kombinata ŽITO, ki so ju pospremili na njuni zadnji poti in položili vence oziroma cvetice na njun prerani grob. Posebna zahvala tudi pevcem, govorniku, kakor tudi vsem, ki so se kakorkoli potrudili, da je bila njuna zadnja pot lepa.

V imenu vseh žalujočih: sinovi Niko, Branko, Jože, hčere Vera, Dragica, sestre, bratje in drugo sorodstvo.

Potrošnik, ti si kriv!

»Potrošniki so krivi, da nam je ostalo 15 ton kruha.«

Ker je za Silvestrovega zmanjkalo kruha in so bili občani, ki jih v takih primerih označujemo s potrošniki, besni, so peki poskušali popraviti napako za 1. maj. Napekli so gore kruha, pri tem pa niso imeli niti toliko časa, da bi se ozrli skozi okno in pogledali, kako vreme je. Na žalost je bilo lepo in ker so bili prazniki, je večina Ljubljančanov odšla na izlete, k sorodnikom, ali pa na krajši dopust.

Poleg tega so bili prvomajski prazniki dolgi in med tem časom so bile trgovine zaprte, tako da ni mogel kupiti kruha nihče, tudi tisti ne, ki bi ga rabil. Tudi to so peki enostavno prezrli. Ker pa so odprli novo linijo za peko kruha, ki je baje sposobna speči kruh skoraj za pol Ljubljane, so pritisnili na gumb in čakali, kaj bo.

Toda na žalost so bili prazniki, v katerih so Ljubljančani zapustili svoje mesto in tako se ni zgodilo nič, razen da je kruh ostal v skladišču.

Tovariši iz »Žita«, ki v glavnem preskrbujejo Ljubljano s kruhom so odločno izjavili, da se takih igrice več ne gredo. Ali bodo potrošniki kupovali toliko kruha, kot ga napečejo, če ne, pa bodo ubrali drugo pot; spekli ga bodo vedno manj kot znaša poraba, preostali občani pa naj si kupijo moko in kvas ter sami pečejo kruh doma.

Nehote sem se spomnil na našo lesno industrijo, ki proizvaja pohištvo Ludvika XIV., pa tudi drugih vladarjev in stilov, pri tem pa pozablja, da so stanovanja dandanes majhna. Verjetno le zaradi skromnosti še niso ugotovili, naj si vsakdo naredi pohištvo sam, po meri, oni pa bodo izdelovali takšnega, kot mislijo, da je prav. Če pa slučajno ne bo šlo v prodajo, bo za to kriva država (ki izumira), previsoki davki, dajatve, itd., pa tudi delavci.

Kaj pa vodilni?

Pred časom so sindikati sprejeli samoupravne sporazume o delitvi dohodka in osebnih dohodkov, v posameznih dejavnostih, ki v posebni kategoriji obravnavajo in vrednotijo tudi odgovornost vodilnih oseb, še posebej pa vrednotijo njihov napor za sprejemanje pravih odločitev. Vprašanje je, zakaj so bili sklenjeni taki samoupravni sporazumi, če pa je vendarle jasno, da so potrošniki vsega krivi; če pa ne ravno oni, pa kdo drug.

»Tovariši, toda ostalo nam je 15 ton kruha.« Ne verjamem, da je to popolnoma nekoristen proizvod, saj bi se ga še marsikje dalo uporabiti, ne samo za drobtinice, ki kot pravijo v »Žitu«, baje ne gredo v prodajo. Verjetno bo treba nekaj storiti in ne samo obtoževati potrošnikov, da niso kupili kruha. Še posebno zato ne, ker so peki občane navadili, da si morajo kruh pred prazniki preskrbeti vsaj do 12. ure, kajti drugače ga zmanjka. Žal so naredili prav v nepravem času, potem ko so potrošnike odvadili kupovati kruh, se jezijo, da ga nočejo.

Toda še bolj zaskrbljujoče je mnenje prodajalcev kruha v maloprodaji, ki so ostali s suhimi štrucami. »Prav privoščim vsakemu, da bo ostal brez kruha, če ga ne bo kupil do štirih popoldne,« je dejala neka besna prodajalka.

»Prav imate, gospa, še nikoli se ni zgodilo, da ga ne bi kupila že zjutraj,« je pritegnila nališpana »madame«.

Vprašanje pa je, ali si bo moral delavec potem, ko je končal 8-urni »siht« v tovarni, še sam peči doma kruh?

B. P.

ODGOVOR UREDNIŠTVA

P. S. Članek, je bil objavljen v Delavski enotnosti, in smo nanj tudi odgovorili. Kruha namreč napečemo toliko, kolikor ga trgovina naroči, nikakor pa ne, da bi želeli, da nam ostaja ali pa da ga zmanjkuje.

Jasno je, da se bo vsak trgovec raje izgovoril na proizvajalca, kot pa, da bi priznal; to se večkrat sliši — boljše da ga zmanjka, kot pa da ostane!

UREDNIŠTVO

Če smemo verjeti, da bo napredek na znanstvenem področju bežal s tempom zadnjih let in ne s tempom zadnjih tisočletij, potem se nam obetajo zoprti časi. Tehnika nas bo zaslužila v vseh pomenih besede in ne samo v tistih, ob katere se spotikamo danes. Seveda bo še vedno kje kaka tretjina sveta živela v srednjem veku in tretjina v starem, in če lahko sklepamo, da se značaj ljudi ne bo bistveno spremenil, potem bo za ograjo, nekaj metrov od sveta tehnike in napredka, še vedno umiralo od lakote osemdeset ljudi na minuto. Ampak mi bomo na tej strani ograje. Upajmo.

Ampak pustimo resne misli in pogledimo, kako bi 2070. leta tekel najobičajnejši ljubezenski dialog.

ONA: Na rami imaš las.
ON: Oh, včeraj sem se strigel. Saj vidiš, da je kratek.
ONA: Že, ampak nekoliko temnejši, kot so tvoji. Za vsak primer ga bom nesla v pregled.

ON (nekoliko bled): Le kaj boš imela od tega?

ONA: Oho, pulz se ti je povečal in kot vidim, se ti je temperatura zvečala na devetintrideset, pritisk pa na sto šestdeset. (Vse to odčita na uri podobni napravi, ki jo ima na roki.)

ON: Ko pa zganjaš ljubosumnost brez potrebe!

ONA: To bomo še videli, če brez potrebe. Z novim kompjuterjem, ki so ga na Cankarjevi odprli za splošno uporabo, je stvar lahka. Vržeš v odprtino takle las in dva kovača, ven pa ti pride kartica z vsemi podatki bivšega lastnika lasu, vključno spol in mere, pa še reklama za šampon. Las dobiš seveda tudi nazaj.

ON: Oslarija, česa se vsega ne spomni. Raje naj bi dali denar za otroški vrtec.

ONA: Prav mika me, da bi vključila svoj aparat za branje misli in te »prečitala«.

ON (besen): Izvolil!

ONA (zavrti neki gumb pod plaščem, nato prisluhne, od jeze pozeleni, prestrašeno zatuli in začne bežati in klicati): Policija, na pomoč, na pomoč, utopiti me hoče v žlici vode!

Pa ne samo da bomo brali misli, poleg barvne televizije bomo imeli globinske slike, mikrofone na daljavo, telefone brez žic in telefone brez telefonov, kontrolirali bomo temperament (svoj in tuj), letali z majhnimi motorji, ki jih bomo nosili v žepu, živeli od tablet, za nas bodo delali stroji in računalniki...

Mi ne bomo imeli drugega dela, kot da bomo posedali pred hišo in premišljevali, kako bi bilo lahko na svetu zanimivo, če se polovice teh iznajdb ne bi bili spomnili.

Spomladanski veleslalom na Prisanku

ŽITO — tretje

REZULTATI »PRISANK 77«

Ime in priimek	Del. organiz.	I. tek	II. tek	Skupaj
C KATEGORIJA: NAD 45 LET STAROSTI				
1. Bernik Ivan	Tiki	30,38	31,72	62,10
2. Berlič Milan	Tiki	36,38	39,22	75,60
3. Kobilica Dimitrij	Saturnus	39,73	41,43	81,16
4. Lipicar Drago	Žito	40,96	42,99	83,95
5. Hvasti Franc	Tiki	42,93	44,23	87,16
6. Dečman Anton	Vevče	45,90	44,75	90,65
7. Žgajnar Jože	Vevče	40,09	53,64	93,73
8. Bekš Milan	Saturnus	45,63	80,51	126,14

B KATEGORIJA: OD 35 DO 45 LET

1. Poljanec Vito	Saturnus	30,81	32,23	63,04
2. Kralj Sašo	Saturnus	32,11	33,26	65,37
3. Pirc Jože	Žito	32,35	33,45	65,80
4. Luštrek Roman	Totra	32,43	33,77	66,20
5. Pirkmaier Andrej	Vevče	35,88	31,84	67,72
6. Ažman Franc	Žito	34,37	34,47	68,84
7. Južina Jože	Tiki	35,13	35,53	70,66
8. Bricelj Janez	Totra	35,27	36,47	71,74
9. Lenarčič Franc	Tiki	36,15	37,06	73,21
10. Bricelj Boris	Totra	39,44	39,60	79,04
11. Podboj Miloš	Saturnus	38,61	40,78	79,39
12. Škrbinek Danilo	Vevče	34,77	44,78	79,55
13. Kunšič Tone	Saturnus	41,63	42,63	84,26
14. Joželj Marija	Vevče	140,73	211,48	352,21

A KATEGORIJA: DO 35 LET

1. Kreč Martin	Saturnus	33,99	31,81	65,80
2. Humerca Janez	Žito	35,03	31,75	66,78
3. Selan Peter	Vevče	32,85	34,50	67,35
4. Švarc Miloš	Vevče	32,55	34,87	67,42
5. Novak Niko	Tiki	34,30	36,37	70,67
6. Sovinc Nuša	Saturnus	35,93	35,05	70,98
7. Trtnik Janez	Vevče	36,83	34,65	71,48
8. Bonča Andrej	Tiki	36,44	35,83	72,27
9. Kašper Peter	Tiki	37,34	37,76	75,30
10. Žagar Drago	Vevče	37,62	38,23	75,85
11. Studen Stane	Saturnus	39,49	36,48	75,97
12. Možek Boris	Vevče	40,64	38,33	78,97
13. Vilfan Vid	Vevče	43,40	40,94	84,34
14. Babnik Milena	Vevče	45,18	46,57	91,75
15. Lampič Edo	Saturnus	60,71	33,07	93,78
16. Koder Marija	Žito	39,49	56,72	96,21
17. Jakopin Brane	Tiki	37,83	58,82	96,65
18. Lorbek Vanja	Vevče	69,58	87,91	157,49
19. Denša Jani	Tiki	44,59	159,35	203,94

ODSTOPILO:

Št. 30 Fattori Vojko	Saturnus	30,73 — odstop — vrata 16
Št. 56 Kanič Uroš	Tiki	— — odstop — vrata
Št. 43 Keber Jože	Totra	74,32 — odstop — vrata 13

EKIPNA UVRSTITEV:

1. Tiki — skupni čas	203,43	(Bernik Ivan 62,10, Južina Jože 70,66, Novak Niko 70,67)
2. Saturnus — skupni čas	210,00	(Kobilica Dimitrij 81,16, Poljanec Vito 63,04, Kreč Martin 65,80)
3. Žito — skupni čas	216,53	(Lipicar Drago 83,95, Pirc Jože 65,80, Humerca Janez 66,78)
4. Vevče — skupni čas	225,72	(Dečman Anton 90,65, Pirkmaier Andrej 67,72, Selan Peter 67,35)

Ponudba iz Bovca

Ste že kdaj razmišljali, koliko pomeni za vaše zdravje čist zrak? In koliko ste do sedaj že storili za vaše boljše počutje? Prav gotovo bi bili mnogi izmed vas v dilemi, če bi vas kdo vprašal KAM? Preprosto. Bovec z okolico in dolina Trente skrivata v sebi vse tisto, kar vas bo prijetno presenetilo in na delovno mesto se boste vrnili spočiti in vedri.

Da boste lažje našli pot k nam in da boste že ob prihodu seznanjeni z našo lepo okolico, še nekaj besed o tem:

Do Bovca je možno priti preko Nove Gorice ali preko Škofje Loke in Cerknega ali preko Idrije. V poletnih mesecih, je odprta cesta preko Vršiča, tako da je možno priti v Bovec direktno iz Kranjske gore. V času, ko je cesta preko Vršiča zaprta, pa je potrebno nadaljevati pot iz Kranjske gore do Rateč nato v Italijo in preko Tarvisia in prelaza Predel v Bovec.

Bovec je prijetno majhno mesto v Gornjem Posočju (približno 2000 prebivalcev) in leži na 438 m nadmorske višine. V Bovcu je poleg običajnih trgovin še banka, pošta, knjižnica, lekarna, zobozdravstvena in zdravstvena ambulanta, nekaj manjših industrijskih podjetij kovinske, lesne in tekstilne stroke.

S svojimi naravnimi lepotami in sodobnimi hoteli ima Bovec najboljše možnosti za celoletni turizem. Bovec je tudi prijetno izhodišče za mnoge planinske ture in izlete ter sprehode v okolico:

Dolina Trente z izvrom reke Soče, Log pod Mangartom, Slap Boka, jezero Plužna, sotočje rek Koritnice in Soče. Edinstvene možnosti lova, ribolova, vedno več zanimanja pa je tudi za kajakaštvo na kristalno čisti Soči.

Ne smemo pozabiti omeniti tudi našega Kanina, edinega visokogorskega smučarskega središča v Jugoslaviji, kjer je smuka možna do konca meseca julija. Kanin pa je zanimiv tudi kot izletniška točka, kamor vas popelje gondolska žičnica, dolga 6000 m, ki premaga višino 1800 m v času 35 minut. Cene žičnice v letu 1977 znašajo: povratna karta 40 din, dnevna karta 70 din in tedenska karta 300 din sta namenjeni smučarjem. Za sindikalne izlete nudimo posebne popuste. Žičnica obratuje vsak dan, razen ponedeljka ob 8., 9., 11., 13. in 15. uri. Ob ponedeljkih opravljamo redna vzdrževalna dela žičnice in zato pelje žičnica na Kanin le ob 9. uri, s Kanina pa se vrača ob 15. uri.

Če se odločite priti na počitnice v Bovec, se lahko odločite ali za hotel Alp (120 ležišč) ali za hotel Kanin (240 ležišč). Arhitekt Lajovic, ki je projektiral hotel Kanin je dobil nagrado časopisa »Borba« za leto 1973 za najboljšo arhitektonsko rešitev — vklopitev objekta v okolje.

Mogoče boste objavili informacijo o možnostih letovanja v Bovcu.

Vsem članom sindikata, ki prinesejo s seboj izrezan naslov članka, objavljenega v tovarniškem časopisu, bomo nudili penzion v dvoposteljni sobi po ceni 195 din po osebi — turistična taksa, prijava in zavarovanje so v ceni že vključeni v hotelu Kanin in po ceni 165 din v hotelu ALP. Če biva v sobi še tretja oseba plača za polni penzion 30 din manj, otroci do 7 let starosti, ki bivajo s starši v isti sobi pa imajo 30% popusta. Sobe imajo kopalnico s straniščem.

Če koristite penzion v enem izmed naših hotelov, in želite na celodnevni izlet ali na smučanje na Kanin, lahko dobite v recepciji naših hotelov bon, ki vam omogoča koriščenje penzionskega kosila na Kaninu. V naši restavraciji Prestreljenik na višini 2202 m. Naša restavracija ima 400 sedežev.

Vsi gostje naših hotelov imajo brezplačno na razpolago bazen v hotelu Kanin (dimenzije 16 x 8 m), ki je od hotela ALP oddaljen le 50 m. Vsak dan razen ponedeljka imamo v hotelu ALP plesno glasbo, kegljišče pa obratuje dnevno od 16. do 23. ure, razen ob torkih.

V obeh hotelih imamo tudi TV aparat namenjen gostom. V primeru slabega vremena pripravimo v hotelu družabne prireditve, ples v holu ter organiziramo peš izlete v okolico.

Pričakujemo vas v dolini Soče!

ALPSKI TURISTIČNI CENTER
Bovec

ORGANIZATOR

ZMAGA
MERXA

CELJE — junij — Na IV. poletnih športnih igrah živilcev iz Slovenije je nastopilo kar 24 osnovnih organizacij iz kmetijstva, živilske in blagovne industrije. Moški so se pomerili v desetih, ženske pa v štirih športnih panogah.

Rezultati, moški — odbojka: 1. Merx, 2. Ljubljanske mlekarne, 3. Hmezad (Zalec); **streljanje:** 1. Intes (Mb), 2. Pivovarna (Laško), 3. Merx (Ce); **namizni tenis:** 1. Kolinska (Lj), 2. Etol (Ce), 3. Slovin; **kegljanje:** 1. Mlinotest (Ajd), 2. Intes, 3. Emona; **nogomet:** 1. Lj. mlekarne, 2. Intes, 3. Žito (Lj); **rokomet:** 1. Merx, 2. Intes, 3. Hmezad; **kros: 1500 m:** 1. Fructal-Alko (Ajd), 2. Mlinotest, 3. Hmezad; **posamezniki:** 1. Džinović 4:06,7, 2. Štor (oba Fructal-Alko) 4:08,4, 3. Pavlič (Hmezad) 4:11,4; **vlečenje vrvi:** 1. Union, 2. Žito, 3. Kolinska; **šah:** 1. Intes, 2. Agrokombinat (Zalec), 3. Merx; **košarka:** 1. Merx, 2. Union, 3. Fructal-Alko; **ŽENSKÉ, namizni tenis:** 1. Merx, 2. Emona, 3. Kolinska; **streljanje:** 1. Kolinska, 2. Merx, 3. Fructal-Alko; **kegljanje:** 1. Intes, 2. Mlinotest, 3. Hmezad; **kros, 800 m:** 1. Savinski magazin, 2. Merx, 3. Intes, **posameznice:** 1. Urankar (Sav. m.) 2:13,7, 2. Pan (Merx) 2:21,4, 3. Kocunik (Intes) 2:24,2.

Končni vrstni red: 1. Merx (Celje) 211 točk, 2. Intes (Maribor) 199, 3. Kolinska (Ljubljana) 182, 4. Fructal-Alko (Ajd) 161, 5. Žito (Lj) 159, 6. Mlinotest (Ajd) 153.

K. JUG

SAMSKA

— In kaj pravi tvoja žena, kadar se pozno vrneš iz gostilne?
— Saj nimam žene!
— Zakaj pa potem tako dolgo ostajaš z doma?

TURIZEM

Razvjen turist se zlekne v travo in modruje:
»Le zakaj mest ne gradijo raje na deželi? Tu je zrak toliko čistejši.«

NEVARNOST

Ivko je bil z očetom v kinu, kjer je gledal, kako si indijanska plemena mažejo obraz z barvami.
»Zakaj pa to delajo?« je bil radoveden.
»To je običaj pri Indijancih, kadar se pripravljajo na bojni pohod.«
Drugi dan prihiti Ivko razburjen k očetu:
»Očka, mamica se pripravljajo na bojni pohod!«

Rekreacija za zdravo telo

(Nadaljevanje iz prejšnje številke)

Tudi za ohranjanje zmogljivosti srca in ožilja izbiramo med takimi sredstvi ali tistimi športno-rekreacijskimi dejavnostmi, ki so ciklične narave in trajajo neprekinjeno najmanj 4 minute. Ta čas je seveda lahko tudi daljši, vendar je odvisen od mnogih dejavnikov. Med temi so posebno pomembni: starost, spol, zdravstveno stanje, stopnja treniranosti itd.

Med organskimi sistemi, ki prav tako odločajo o vitalnosti organizma, so tudi dihalo. Tudi za pljuča je znano, da z leti postopoma izgubljajo svojo prožnost in vitalno kapaciteto, ki se kaže v količini zraka, ki jo pljuča lahko v enem poskusu iztisnejo. Primerna in načrtna dejavnost pomeni tudi v tem primeru učinkovito sredstvo, da se funkcionalna sposobnost dihalnega sistema ne zmanjša prehitro.

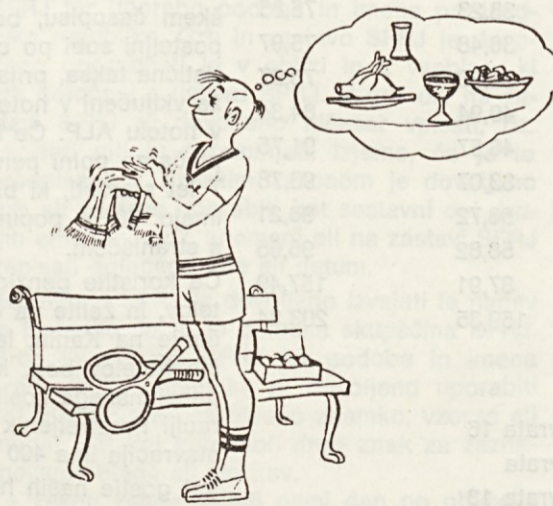
Poleg teh organskih sistemov pa so pomembni tudi drugi.

Športno-rekreacijske dejavnosti za starejše ljudi

Kot smo že omenili, pomeni načrtna rekreacijska vadba v pravem pomenu besede naspotno utež vsem doslej naštetim procesom upadanja, ki spremljajo človeka v drugi polovici življenja.

To učinkovitost so že v preteklosti spoznali številni zdravniki, higieniki, učitelji telesne kulture in drugi. Mnogi med njimi zagovarjajo mnenje, naj bi vadili vsak dan po eno uro, kar še posebno velja za obdobje življenja, o katerem govorimo. Nekateri predpisujejo posebne vaje, ki naj bi jih starejši delali dva do trikrat na teden, svoj program redne vadbe pa naj bi izpopolnili tudi z drugimi športno-rekreacijskimi dejavnostmi.

Ob tem pa strokovnjaki svarijo, naj bi se starejši ljudje (stari 50 let in več) izogibali takim gibalnim nalogam in tistim dejavnostim, pri katerih se zahteva večja hitrost izvajanja, sunkovitost, neritmičnost, močno znojenje, pospešeno delovanje srca in ožilja ter dihal itd. Vaje naj bi izvajali počasi, z vmesnimi odmori, ob primerni odmeri in intenzivnosti. Med številnimi športno-rekreacijskimi dejavnostmi moramo omeniti posebno tiste, ki precej vplivajo na boljše prilagajanje srca in ožilja, dihal itd. To so živahna peš hoja, izletništvo, planinstvo, potovalno smučanje, kolesarjenje, plava-



Koristno za organizem

nje, čolnarjenje, poleg teh pa še lov in ribolov, kegljanje, balinanje, namizni tenis ter razne igre, kot so odbojka, košarka, nogomet in druge.

Mnogi avtorji dajejo številne praktične napotke in priporočila glede navedenih dejavnosti. Kot že omenjeno, naj bi gimnastične vaje izvajali trikrat tedensko. Izbrali naj bi jih tako, da bi z njihovo uporabo vplivali na posa-

mezne mišice, mišične skupine, vezi in sklepe oziroma na ta sistem, kot celoto.

Glede vadbe, ki vsebuje gimnastične vaje, velja mnenje, naj bi izbirali vaje med tistimi, ki so namenjene krepitvi mišičja rok in ramenskega obroča, prav tako pa naj bi delali vaje za povečanje in ohranjanje gibljivosti v ramenskih sklepih.

Potrebne so tudi vaje za krepitev trebušnih in prsnih mišic ter hrbtne mišičja.

Vaje za povečanje in ohranjanje gibljivosti hrbtenice so med najpomembnejšimi.

Ob tem pa ne smemo zanemariti mišic nog in kolčnega obroča, prav tako pa skrbimo za optimalno gibljivost v ustreznih sklepih.

Ob spoznanjih, da je uspešno delo na področju športne rekreacije precej odvisno od propagande, naj povemo, da tudi starejši ljudje menijo, da skrbno pripravljena propaganda spodbuja k redni vadbi. Različni plakati, letaki, kartoni, značke, so poleg sredstev javnega obveščanja zelo učinkovita propagandna sredstva.

Koristno za organizem

Raziskave iz neposredne prakse kažejo, da je še veliko takih občanov, ki so premalo seznanjeni z vrednostmi vsakodnevnega rekreiranja. Tisti pa, ki so že tako ali drugače aktivni, si želijo primerne zdravstvenega nadzora in dobro strokovno vodstvo.

Znano je, da rekreacijska vadba ne izključuje elementa tekmovanja in da mnogi tudi želijo doživeti radosti zmage oziroma vsega tistega, kar prinaša s seboj tekmovanje. Cilji takih tekmovanj pa se bistveno razlikujejo od klasičnih tekmovanj v tej ali oni panogi, na tej ali oni ravni.

Tekmovanj si želijo tudi starejši, čeprav precej manj kot mlajši, ter moški in ženske, pri čemer so moški nekoliko bolj v ospredju. Iz povedanega je razvidno, da bi morali športni rekreaciji starejših občanov posvečati več pozornosti, kot smo jo doslej. To še posebej velja za društva Partizan in druge telesnokulturne organizacije, prav tako pa tudi za delovne organizacije, zavode, ustanove, krajevne skupnosti ali za kraje, kjer starejši občani delajo in živijo.

Pred delavci s področja športne rekreacije so torej zahtevne naloge, vendar upamo, da jih bomo s skupnimi napori tudi uspešno rešili in pripomogli, da bo športna rekreacija postala sestavni del življenja vsakega, še posebno pa starejšega občana.

V ta namen uporabljamo različna gibanja in gibe, zamahe in zasuke, klone, kroženja, dviganje trupa itd., to pa lahko v zvezi z različnimi orodji in brez orodja. Pri tem nam koristno služijo različne žoge, težke žoge, bremena, uteži, palice, kolebnice itd., prav tako pa številne naprave, orodja in rekviziti, ki so namenjeni vadbi v TRIM-kabinetu.

Upamo, da posameznikom, organizatorjem rekreacije in vsem drugim, ki se ukvarjajo s to problematiko, na osnovi dosedaj povedanega in ob uporabi ustrezne literature, ne bo težko vstaviti primernih kompleksov vaj tako za posameznike kot tudi za skupine. V okviru redne rekreacijske vadbe je treba vsak dan hoditi peš in to najmanj 3 do 5 km s pospešenim korakom.

Plavalci naj bi skozi vse leto in po možnosti tudi v zimskem bazenu. Predlog vadbene programa dalje zajema igre dvakrat tedensko, enkrat tedensko izlet peš ali s kolesom, planinarjenje ali lov, pozimi pa uporabo smučí.

Poleg tega pa strokovnjaki navajajo tudi določene metodične smernice, ki naj bi bile vodilo pri vadbi starejših. Med te prav gotovo sodi postopno ogrevanje pred vadbo ali določeno dejavnostjo, ki zahteva večjo stopnjo ogrevanja pred vadbo ali določeno dejavnostjo, ki zahteva večjo intenzivnost. Kot smo že omenili, naj bi se izogibali vajam maksimalne moči, hitrosti, hitrih reakcij, kjer bi lahko prišlo do nekaterih poškodb. Razumljivo je, da moramo izbiro dejavnosti prilagoditi spolu, starosti, zdravstvenemu stanju, stopnji prilagodljivi-

vosti posameznih organskih sistemov, počutju, ugodju ali neugodju itd. Dejavnosti ali vsakdanja vadba naj bi bila po možnosti na planem, izleti ne predolgi in ne preveč naporni. Prizadevati si je treba, da vadba teče neprekinjeno ali da je daljših večmesečnih odmorov čim manj.



Nevamo za organizem

Možnosti za dnevno, tedensko ali mesečno načrtovanje dejavnosti za starejše je zares veliko. Program lahko zajema dnevno npr. gimnastične vaje, ki jih delamo doma, v telovadnici ali TRIM-kabinetu. V enem dnevu lahko napravimo krajši izlet, drugi dan je na vrsti namizni tenis in plavanje, tretji dan odbojka ali kolesarski izlet, delo na TRIM-stezi itd. Kombinacij, ki se ponujajo, je res veliko. Zato upamo, da bosta skrbna izbira in prizadevnost organizatorjev rekreacije in drugih delavcev tudi na tem področju rodila uspeh in dosegla želeni cilj.

Nevarno za organizem

Nekaj spoznanj o športni rekreaciji starejših v naši vsakdanji praksi

Ob koncu naj navedemo še nekaj izsledkov raziskav, ki obravnavajo področje športne rekreacije starejših ljudi v našem ožjem slovenskem prostoru in ki bodo, tako upamo, v pomoč delavcem na tem torišču.

Podatek, ki ga bomo najprej navedli, sicer ne pove nič novega, pa vendar tudi zadnje raziskave potrjujejo, da je na področju športne rekreacije aktivnih še vedno precej več moških kot žensk. To velja skoraj za vsa starostna obdobja, še posebej pa za tiste posameznike, ki so prešli 40. leto starosti. To neugodno razmerje moramo čimprej popraviti v korist starejših.

Prav tako nam raziskave razkrivajo, da je redna in sistematična rekreacijska vadba vse bolj domena uslužbencev in vodilnih delavcev, mnogo manj pa delavcev, upokojencev, gospodinj in drugih. Treba pa si bo prizadevati, da bi postalo redno ukvarjanje s športno-rekreacijskimi dejavnostmi sestavni del delovnega dne občanov omenjenih poklicev, ki so sedaj preveč v ozadju.

To je neke vrste boj proti odtujevanju telesne kulture nasploh, posebno pa še v sedanjem času, ko smo se na novo organizirali in financiranje telesne kulture zakonsko utemeljili.

Mnogokrat se v praksi porajajo vprašanja o poteh in načinih, kako pridobiti ljudi za redno in načrtno rekreiranje. Analiza želja in interesov ali motivov, kot temu tudi pravimo, kažejo, da so starejši posamezniki dejavni na omenjenem področju predvsem zaradi izboljšanja in ohranjanja zdravstvenega stanja. Moški bi pri tem tudi radi pridobili in ohranili dobro psihofizično kondicijo, žene pa bi rade poleg zdravja, ki je zelo v ospredju, ohranile ustrezno telesno težo — »vitko linijo«.

Ob tem naj povemo tudi to, da si starejši ljudje želijo med rekreiranjem stikov s prijatelji in da so željni tudi razvedrila.