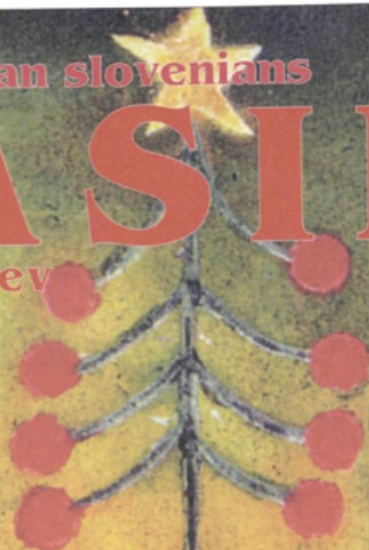


|| 480210

the voice of canadian slovenians

GLASILO

kanadskih slovencev



Letnik 6 številki 11 in 12 november / december 2002

KORJIC
29123456700
2002



*Vseslovenski kulturni odbor, Glas kanadskih Slovencev
in uredništvo GLASILA Kanadskih Slovencev
želi članom, naročnikom in vsem rojakom
vesele Božične praznike in srečno Novo leto 2003*

Uvodne besede

V zadnjih dveh izdajah Glasila smo objavili dva članka: "Hydro broke faith with people of Ontario" in "Tale of Hydro-One-Gate continues". Namenoma sta bila napisana v angleščini in poslana ontarijskemu Premieru Ernie Eves. Nepričakovano je bil njegov odziv na javno mnenje hiter in pozitiven. Obljubil je vsem prebivalcem Ontarija, da bo vrnil denar za pretirano visoke stroške elektrike in zagotovil, da bo od 11. novembra, 2002 naprej cena elektrike ostala pri 4.3 cents per kwh. Ni pa popolnoma pojasnil, kdo in kako bo plačan primanjkljaj. Bralce bo verjetno zanimal članek o Hydru v tej številki, ki je napisan v angleščini in bo tudi poslan premieru Evesu. Pri Glasilu se ne moremo širokoustiti, da smo z objavo člankov o privatizaciji Hydra prisilili premiera Evesa, da se je odločil proti privatizaciji "Ontario One" in da bo delno vrnil potrošnikom pretirane stroške elektrike, vendar smo ponosni, da smo bili eni od prvih, ki so to zahtevali.

Zadnje leto in pol je Glasilo namerno objavljalo mnenja o spravi (dr. France Habjan, dr. Anton Jamnik, dr. Janez Drnovšek, dr. Peter Urbanc) v upanju in želji, da se bo našel kompromis sprejemljiv večini Slovencev. Dosedaj je znan samo en primer v tej smeri, ko je predsednik Milan Kučan na dan pokojnih, brez besed, položil venec v Teharjih na grobišče že po vojni umorjenih neoboroženih vojakov, civilistov in otrok. Upajmo da bo končno nova Ropova vlada po desetih letih v naslednjem zasedanju uradno priznala največji bratomorni zločin v zgodovini slovenskega naroda. Istočasno pa pričakujemo, da bo z ustrezno zakonodajo tudi popravila pretekle krivice brez ustvarjanja novih in mrtvim povrnila pieteto, kot so to že napravili povsod po Evropi.

Kot so opazili tudi tuji mediji, je Drnovškova vlada v zadnjih desetih letih razprodala tujcem svoja najuspešnejša podjetja. Tuji lastniki že

kontrolirajo približno 4.5% slovenskih podjetij, ki zaposlujejo okoli 12% domačih delavcev in predstavljajo eno tretjino slovenskega mednarodnega trga - ne da bi plačali svoj delež davkov. Sedaj švicarski Novartis prevzema tudi večino delnic Leka, ki bo tako za vedno izbrisan iz Ljubljanske Borze. S tem bo peščica delničarjev postala bogata in vse to bo prineslo Sloveniji veliko gmotne škode. Seveda tudi vstop v Evropsko Unijo in Nato - če bo Slovenija uspešna - bo zahteval še dodatne stroške o katerih vlada molči.

Izvolitev Drnovška za predsednika pomeni, da je s tem zgubil ne samo svojo politično moč in avtoriteto, ampak tudi predsedstvo vladne stranke LDS, kateri preti notranja nesloga. Čeprav Barbara Brezigar ni bila izvoljena za predsednico Slovenije je vsaj dokazala, da desnica postaja nova politična moč in dala zadnjim volitvam demokratično legitimnost. Predsedniku Drnovšku čestitamo k njegovi relativno tesni zmagi, ki se pa ne da primerjati z volitvami v predsedstvo SFRJ, ko je Janez Drnovšek zares presenetljivo porazil Marka Bulca. Vendar pa bo ostal medijem naslednjih pet let odprta tarča kritizma posledic njegovih desetletnih vladnih odločb.

Vsekakor pa je bila letos slovenska skupnost v Kanadi, kakor tudi diplomatski kor v Ottawi, prijetno presenečena nad našo novo veleposlanico Veroniko Stabej, ki je osvojila srca vseh naših rojakov, ki so jo imeli priliko srečati. Kot diplomatska dvojezična osebnost v Ottawi "blesti s svojimi nastopi" in celo "zasenčuje" svoja dva predhodnika. To je popolnoma nasprotno članku v Delu, kjer jo je Saša Vidmajer 20/12/2001 žaljivo predstavila slovenski in diplomatski skupnosti (do sedaj brez vsakega opravičila!).

Uredništvo Glasila želi vsem bralcem in bralkam vesel Božič in srečno Novo Leto 2003!

GLASILO

Ustanovljeno — Established in 1996
www.vsko.com

GLASILO KANADSKIH SLOVENCEV
Izdaja — Published by
Vseslovenski Kulturni Odbor
All Slovenian Cultural Committee
770 Browns Line, Toronto, ON
M8W 3W2, Canada

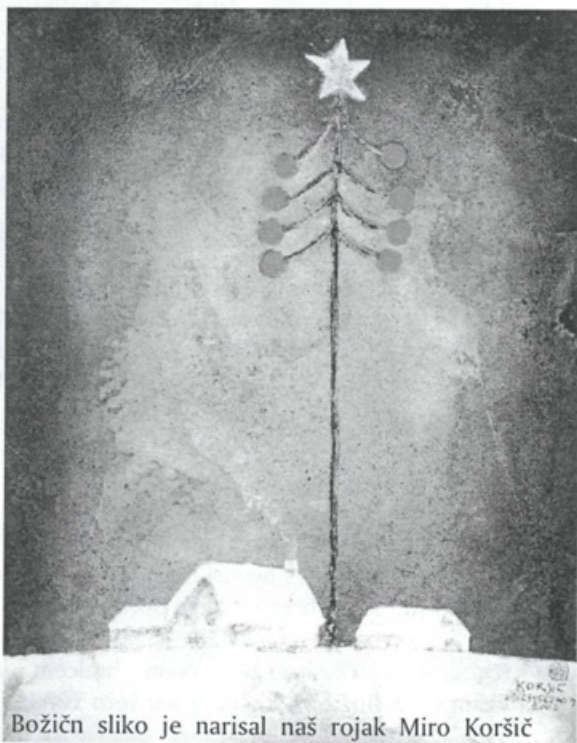
President Florjan Markun
Tel: 905-465-1392
Fax: 465-1624
E-mail: mfm67@aol.com

Urednik: Leander Škof
Tehnični sourednik: Frank Brence

Sodelavke:
Anica Resnik, Milena Soršak, Tjaša Škof

Letna naročnina
Kanada: \$25.00, ZDA: \$30.00 US, Evropa: \$40.00
US, Drugod: \$60.00 US

Address your comments to: Frank Brence
94 Glenholme Drive, Toronto ON M1C 3X5
Tel: 416-281-6794 Fax: 416-281-4287
E-mail: fbrence@aol.com



Božičn sliko je narisal naš rojak Miro Koršič

Iz vsebine

3. Uvodne besede
5. Božično in novoletno voščilo
6. Slovenska veleposlanica Veronika Stabej blesti v Ottawi
7. Še enkrat!
9. Naše življenje
11. + Blaž Potočnik
12. + Ivan Jan, lazarist
13. Novice in zanimivosti v kronološkem redu
15. Kanadski Slovenski Kongres
16. Kje domovina si?
17. Prva slovenska tekmovalna jadrnica
18. Kako nas vidijo
19. Praprebivalstvo na tleh Srednje Evrope
20. The "World Famous" Lippizzaner Stallions
22. Slovenia Credit Union - 46th Annual General Meeting
24. Ontario Hydro
25. Šport — Matt Stajan makes the Canadian national junior hockey team — Nogometaši iz Toronta na gostovanju v Sloveniji
26. Zdravje — Exercise and Cancer
30. Prireditve v letu 2003 — Humor

Božično in novoletno voščilo



Spoštovani rojaki, dragi prijatelji,

Bliža se konec leta 2002 in v tem času pričakovanja Božiča in Novega leta vam želim napisati nekaj vrstic.

Najprej vam želim voščiti lepe praznike in uspehov polno leto. To priliko bi rada izkoristila, da skupaj vsaj bežno pregledamo nekatere dogodke tega leta, ki so bili pomembni za Slovenijo in hkrati za vse nas, njene državljane in tudi za tiste, ki so morda še bolj oddaljeni, a vsaj še čutijo in spremljajo Slovenijo na njeni uspešni poti v prihodnost.

V Kanado sem prispela 2. avgusta letos. Poleg drugih diplomatskih nalog, ki jih opravljam v Ottawi, se zavedam, da je moja naloga vzdrževati tudi stike z vsemi sodržavljanji, ki živite v Kanadi in tudi s tistimi, ki ste bili rojeni že tukaj, a ste še povezani z domovino vaših staršev, babic in dedkov.

V tem razmeroma kratkem času sem se uspela srečati z mnogimi od vas, upam pa, da se bom srečala prav z vsemi rojaki, še posebej s tistimi, ki živite v bolj oddaljenih provincah in mestih. V prihodnjih letih si želim plodnega sodelovanja z vsemi, ki se zavzemajo za skupno delo v dobro naše domovine in tudi slovenske skupnosti v Kanadi.

V zadnjih letih dosega Slovenija izredne uspehe na mnogih področjih doma in v svetovnem merilu. Naj se na tem mestu omejim le na nekatere dogodke, ki so zaznamovali to leto in katerih posledice bodo zaznamovale našo prihodnost.

Novembra letos je bila Slovenija na vrhu NATO v Pragi uradno povabljen, da se pridruži obrambni zvezi NATO. Ta dolgo pričakovani trenutek, ki je bil eden temeljnih ciljev naše zunanje politike, je rezultat naporenega ter uspešnega dela vlade in mnogih posameznikov, ki so bili vpleteni v ta proces.

Drugi naš cilj, polnopravno članstvo v Evropski uniji, se nam že toliko približal, da upamo na uspešen zaključek tega procesa do konca letošnjega leta.

Konec tega leta je zaznamoval še en pomemben dogodek: predsedniške volitve. 1. decembra 2002 smo v drugem krogu izvolili novega predsednika Republike dr. Janeza Drnovška. Predsednik Drnovšek bo v decembru za naslednjih pet let na čelu naše države. Zamenjal bo dosedanjega predsednika Milana Kučana.

Še bi lahko naštevala, a naj bo dovolj. Strinjali se boste z menoj, spoštovani rojaki, da naša mlada država dosega velike uspehe. V tem mozaiku uspehov in različnih prispevkov je zagotovo tudi vaš dragocen prispevek. Tudi vi ste del tega uspeha in zato vam gre vse priznanje.

V imenu vseh sodelavcev na veleposlaništvu Republike Slovenije vam želim vesele božične praznike in srečno novo leto.

Veronika Stabej
veleposlanica

Slovenska veleposlanica Veronika Stabej blesti v Ottawi

(Ljubljanske novice, 9. December 2002)

MONTREAL/KANADA - Minulo soboto, 7. decembra, je svoje poglede pred kanadskimi TV gledalci, na televiziji CPAC, skupaj z veleposlanikom Avstrije in Češke predstavila tudi slovenska veleposlanica Veronika Stabej.

Veleposlanica Stabejeva se je skupaj z veleposlanikom Wendelinom Etmayerjem (Avstrija) in Vladimirjem Kotzyjem (Češka) predstavila v posebni oddaji "The Diplomatic World".

Razgovor je tekel predvsem o tem, kako Slovenija vidi svoje povabilo k Natu, kakšni so odnosi med povabljenimi članicami in tudi o tem, kako Slovenija vidi svoje sodelovanje z Kanado.

Voditelj oddaje je sodelujoče vprašal, zakaj sploh Nato, saj sedaj ne obstaja sovražnik, kot je bila to nekoč Rusija; še več pa ga je zanimalo, kaj je tista protiutež, ki utemeljuje vlogo Nata tudi v prihodnje?

Avstrijski veleposlanik Etmayer je v svojem odgovoru postavil tezo, da se je Nato prelevil iz vojaške organizacije v politično, ki diktira članicam, koliko denarja naj porabijo iz državnega proračuna za obrambo države ob dejstvu, da bo vojska nove in stare članice Nata kar nekaj stala.

Drugačnega mnenja sta bila veleposlanika Češke in Slovenije, ki sta poudarjala potrebo po zaščiti varovanja miru, kar je eno od pomembnih zadev za razvoj neke države.

Drugi del oddaje pa je bil namenjen odnosom Slovenije, Avstrije in Češke v povezavi s Kanado. Ob tem je vredno omeniti, da je na področju gospodarskih povezovanj najbolj aktivna Avstrija, ki v Kanado izvozi za kar 700 milijonov dolarjev svojega blaga in ima v Kanadi 60 podjetij; še več, Avstrija ima v Kanadi svoje posebno gospodarsko predstavništvo, katerega namen je vzpodbujati turistično dejavnost in predstavljati kulturo ter turistično ponudbo potencialnim kupcem.

V bistveno slabšem odnosu - vsaj kar zadeva gospodarska gibanja - pa je Slovenija, ki v to veliko državo izvozi borih 21 milijonov dolarjev svojega blaga, kar je daleč pod ravno medsebojnih odnosov med državama, ki so odlični.

Stabejeva je povedala, da pričakuje boljše gospodarsko sodelovanje med državama. Ob tem pa je poudarila, da bi bilo morda sodelovanje boljše med državama, če bi Kanada v Sloveniji odprla svoje veleposlaništvo.

Kanadski TV gledalci pa so od slovenske veleposlanice lahko izvedeli tudi iz prve roke, kako so se iztekle nedavne predsedniške volitve z eno besedo, slovenska veleposlanica je v oddaji spet dvignila razpoznavnost Slovenije v Kanadi na višjo raven.

Tako je dokazala, da je večča komuniciranja na ravni pravega diplomata, kar je za nas Slovence v Kanadi zelo pomembno. Predstavnica slovenske države, veleposlanica Veronika Stabej je v svojem nastopu v oddaji Diplomatic World dokazala, da zna predstaviti slovenske poglede, še več, vredno je omeniti, da je naša veleposlanica tako večča angleškega jezika, da je v nekaterih pogledih zasenčila celo svojega kolega.

Morda bodo tovrstni nastopi spodbudili tudi odgovorne v slovenski prestolnici, da se zavedo, kako velika priložnost za poslovne stike in odnose je Kanada. Prave korake za to, da odpira vrata, prav gotovo dela slovenska veleposlanica Stabejeva, ki s svojimi nastopi po našem mnenju v Ottawi blesti.

Vladimir Urbanc, Montreal

Še enkrat!

Roman TRAVAR, C.M. Kaplan

Še enkrat se svet spominja rojstva našega blagoslovljenega Odrešenika.

“V istem kraju so pastirji prenočevali na prostem in čez noč stražili pri svoji čredi. Gospodov angel je stopil k njim in Gospodova slava jih je obsijala. Zelo so se prestrašili. Angel pa jim je rekel: 'Ne bojte se! Glejte, oznanjam vam veliko veselje, ki bo za vse ljudstvo. Danes se vam je v Davidovem mestu rodil Odrešenik, ki je Mesija, Gospod. To vam bo v znamenje: našli boste dete, povito in položeno v jaslji.' In nenadoma je bila pri angelu množica nebeške vojske, ki je hvalila Boga in govorila:

'Slava Bogu na višavah in na zemlji mir ljudem, ki so mu po volji.'“



Ko so angeli šli od njih v nebo, so pastirji govorili drug drugemu: 'Pojdimo torej v Betlehem in pogledjmo to, kar se je zgodilo in kar nam je sporočil Gospod!' Hitro so odšli tja in našli Marijo, Jožefa in dete, položeno v jaslji. Ko so to videli, so povedali o besedi, ki jim je bila rečena o tem otroku. In vsi, ki so slišali, so se začudili temu, kar so jim povedali pastirji« (Lk 2,8-18).

Že smo pred koncem leta 2002, drugega leta v tretjem tisočletju. Pred nami so božični prazniki in za njimi novo leto. Oziramo se v preteklost, da bi lahko načrtovali prihodnost. Spominjamo se vseh lepih dogodkov in trenutkov, ki smo jih preživeli. Hkrati pa se v našem spominu pojavljajo spomini na neljube dogodke, ki nam povzročajo skrbi ali celo strah. Še vedno čutimo posledice tragičnega dogodka v lanskem septembru v Združenih državah Amerike, ki so dodobra pognali strah v kosti. Ni več kraja, kjer bi se počutili popolnoma varne pred nevarnostjo nasilja ali pretečega terorizma. Človeštvo si na začetkih tretjega tisočletja postavlja vprašanje, kako vzdrževati svetovni mir in sožitje.

Mnogo kristjanov je ob teh dogodkih prešinila misel na popolni konec. Zatekali so se k molitvi in k Bogu. Prošnja za mir je bila na ustnicah vseh, ne le kristjanov.

S takšnimi in podobnimi mislimi stojimo pred letošnjim praznovanjem Božiča-Gospodovega rojstva. Toda, kakor je angel pomiril Betlehemske pastirje, tudi nam govori: »Ne bojte se! Glejte, oznanjam vam veliko veselje, ki bo za vse ljudstvo. Danes se vam je v Davidovem mestu rodil Odrešenik, ki je Mesija, Gospod.«

'Veliko veselje', ki ga je angel oznanil pastirjem pred 2000 leti na betlehemskih poljanah, je tudi za naš čas vesela novica. Odrešenik, ki je Božji Sin, se je rodil v preprostih jaslih iz Device Marije. Ni se rodil v razkošju, ampak v uboštvu pastirskega raja. Toda v tem uboštvu je vsem prinesel upanje in mir. Kajti ob njegovem rojstvu so množice angelov prepevale in hvalile Boga: »Slava Bogu na višavah in na zemlji mir ljudem, ki so mu po volji«. Tega notranjega miru so prvi bili deležni prav ti

pastirji, ki so bili najnižje na socialni lestvici tedanje družbe. Bog namreč ne gleda na zunanost, ampak mu je všeč vsak, ki je preprostega in čistega srca.

Še enkrat nam je dano, da se v miru spominjamo Jezusovega rojstva in v upanju na srečanje z novorojenim obhajamo božične praznike.

Rojstvo Božjega Sina pred dva tisoč leti je eden izmed največjih dokazov Božje ljubezni do nas. Bog se je ponižal in na grešno zemljo poslal svojega Sina, da bi nas osvobodil suženjstva greha. Že v jaslih je razodeval božje kraljestvo, ki se je približalo. To so doživeli pastirji, ki so po naročilu angela odhiteli k jaslim in slavili ter častili Boga. Kako nepopisno je moralo biti veselje tistih, ki so prihiteli k sveti družini, kajti vsi so bili napolnjeni z Božjim mirom in upanjem, ki ga je prinesel novorojeni.

Dva tisoč let se človeštvo veseli in raduje ob božičnem dogodku prepevajoč božično

hvalnico. Od Očeta poslan se je ponižal in sprejel naše človeško telo. Prišel je skromen in ubog med skromne in uboge ljudi. Takšen vsako leto prihaja tudi med nas in nam prinaša oznanilo miru. Vabi nas k jaslicam, da ga pozdravimo in počastimo.

Beseda, ki je človek postala in se naselila med ljudmi, svojih ne zapušča. Še naprej ostaja v človeških srcih in nas povezuje na najrazličnejše načine, po veri in ljubezni, po svetopisemski besedi in sveti maši, po skrivnosti in občestvu Cerkve. Z obhajanjem božičnega dogodka smo usmerjeni v prihodnost in z veseljem pričakujemo tisto, kar nam Božič napoveduje in zagotavlja: naše odrešenje in večno življenje.

Še enkrat se svet spominja rojstva našega blagoslovljenega Odrešenika. Še enkrat razmišljamo o Betlehemu in prosimo za mir na Zemlji. Naj Vam ta blagoslovljeni božični čas prinese mnogo veselja in posebnih navdihov, ki naj trajajo skozi vso novo leto.

Drage naročnice in cenjeni naročniki!

Bliža se konec leta 2002 in večini naročnikom poteče naročnina.

Poleg vašega naslova na kuverti je naznačen datum 2002-12, kar pomeni, da vaša naročnina poteče decembra 2002.

Če se s tem datumom strinjate vas prosimo, da nam nakažete novo letno naročnino (ki je za Kanado \$25.00 in za ZDA \$30.00). Če pa so naši podatki primanjkljivi prosimo, da pokličete Franka Brenceta na 416-281-6794 da se podatki uredi.



Vesele Božične praznike in sreče polno
Novo Leto 2003
Želi vsem Slovenkam in Slovencem
v Ontariju in drugod
Generalni častni konzul
Jože Slobodnik

NAŠE ŽIVLJENJE

Anica Resnik

V najkrajših dneh v letu, ko včasih pod sivim nebom že v popoldanskih urah temne sence začno objemati zemljo, ko v jasnih dneh nizko po južni nebesni strani sonce spremlja naše poti, obrnemo zadnje strani koledarja za leto 2002.

Oktober...november ..december...

Prelestvo jesenske pokrajine je božji dar vsem potnikom po kanadskih poteh...Muskoka, dežela jezer, romantičnih gozdov, tihih vasic in modernih letovišč, je čudovita v jesenski lepoti. Člani in prijatelji Slovenskega doma in Krekove banke so 19. oktobra uživali vse to, ko so obiskali sejem v Bali t.i. Cranberry festival in se odpočili v poletnem domu Jožeta Cestnika, upravnika Krekove banke.

Članice in prijatelji društva Vztrajnost so se na svojem izletu v oktobru pravtako veselili lepote in posebnosti Muskoke. 29. oktobra se je ista skupina povzpela v kulturne sfere gledališča v Stratfordu. Opereta musical My Fair Lady je bila ena letošnjih predstav na originalnem odru klasičnega gledališča Stratford Festival, ki praznuje letos petdeset let obstoja. Ta kulturna ustanova je največja na ameriškem kontinentu in ena največjih v angleško govorečem svetu.

Starostni dom Lipa je trdna slovenska ustanova. Pridne roke in dobro srce dajejo domu odlično mesto in oceno v torontskem okolju. Kmalu - 15. januarja 2003 bo slovesno odprta nova, dodatna stavba za nove stanovalce. Še bodo potrebne dobrodelne akcije, valkatoni, banketi, bazarji itd. Dobri ljudje slišijo razumejo in pomagajo... Tako je bil nad vse uspešen bazar, ki so ga 27. oktobra pripravile članice Kluba upokojenk. Banket 2. novembra s tradicijskim

žrebanjem je spet sijajno uspel. Predsednik Darko Medved se je pristrčno zahvalil tristo udeležencem, organizaterju žrebanja, Francu Brencetu in vsem sodelavcem za ta izredni večer. Prijetne melodije orkestra Tonija Ferkota (Veseli Pomurci) so mlade in stare vabile na ples...In življenje teče naprej...

3. novembra smo z obiskom grobov na torontskih pokopališčih počastili spomin naših pokojnih domačih, prijateljev in znancev, ki počivajo v domači ali tujih zemljah. V župnijskih cerkvah v Torontu smo v oktobru vpisovali njihova imena v Knjigo življenja in darovali za svete maše za njihov večni mir in Vstajenje v novo življenje.

10. novembra smo volili novega predsednika slovenske države. Statistike kažejo in domoljubni člani slovenske torontske skupnosti ugotavljajo, da večji del upravičenih slovenskih volilcev v Torontu in okolici ni izkazal svoje državljske pravice in narodne zavesti. Enako se je ponovilo 1. decembra.

V dvorani Brezmadežne je 17. novembra dramski odsek kluba Lipa Park iz St. Catharines zabaval Torontčane z veseloigro Trije tički. Vkljub slabemu vremenu in prvemu snegu, ki je zasul mesto, je lepa družba okrog 150 oseb preživela par zadovoljnih ur pri odlični predstavi stare podeželske zgodbe v Sloveniji. Voditeljica Francka Seljak je iz igralcev ustvarila prave komične značaje, ki so nas zabavali in z živo igro potegnili v svoje dogodivščine. Svetla scena in gladko tekoča govorica igralcev je visok dar slovenski kulturi v Kanadi. Dramski skupini, ki je sedaj edina delujoča skupina te vrste v Kanadi, pohvala in zahvala v pričakovanju novih

gledaliških predstav. Hvala tudi ge. Nadi Čemas, ki je pripravila vse potrebno za obisk in predstavo skupine Lipa Park v Torontu.

V soboto 7. decembra so članice Vztrajnosti, vedno željne novih doživetij, vedrili pamet in srce, spet romale čez mejo k Fatimski Mariji v bližini Buffala in obiskale veličastno katedralo Lady of Victory v Lakawanni, kjer so prisostvovala sveti maši, ki jo je opravil č. g. Roman Travar.

7. decembra je društvo Slovenski dom priredilo običajni zimski banket v dvorani pri Mariji Pomagaj. Okrog dvesto članov in prijateljev enega najstarejših slovenskih društev v Torontu je ob veselih melodijah orkestra Veseli Pomurci po okusni večerji, ki jo je pripravila Minka, preživljalo družabni večer.

Za Božičnico v Domu Lipa so se 9. decembra spet zbrali starejši. Ob pesmi, božičnem branju in opoldanski južini so nadaljevali pot prijateljstva in skupnega dela za skupno zadevo, kakor so v teh dneh priredili že prostovoljci in prostovoljne delavke skupaj z upavo in uslužbenci.

December... Miklavž prihaja... za sovjetskim dedkom Mrazom, za dobrohotnim ameriškim Santa Clausem... iz daljnih snežnih poti po

Sloveniji in tradicionalni krščanski Evropi... k slovenskim družinam v Torontu. Tiho cingljajo zvončki, neslišno prihaja v spremstvu belih angelov... in joj, strah... še Lucifer se s težko verigo oglašča... In dobri škof se sklanja k otrokom, želi slišati njihove molitve k angelu varuhu, k Mariji in Oče naš...kako je šola in pridnost doma... Vse to smo doživljali spet letos ob obisku sv. Miklavža pri Brezmadežni in Mariji Pomagaj. Hvala prirediteljem Sonji Kus, Mojci Končan-Dimpario, učiteljicam Slovenske šole pri Brezmadežni za krasno mladinsko predstavo, Cirilu Pleško za vlogo sv. Miklavža, družini Andreja in Anice Stražar pri Mariji Pomagaj za nadaljevanje te ljudske tradicije.

Adventni čas pričakovanja... Bog prihaja... Božič... ne v blišču trgovin, veselic in dragocenih daril, ne samo v svetlih lučkah božičnega drevesca in jaslic v naših hišah... prihaja k nam, da nam umiri in osreči srce.. in napolni z veseljem, da je Jezus rojen na svet za vse ljudi dobre volje.

V naših cerkvah nas bo za tak Božič pripravljali v dneh duhovne obnove č. g. Ivan Albreht, psiholog in profesor na gimnaziji v Vipavi. Pripravimo svoja srca za Njegov prihod! In srečno bo naše Novo leto...

Blagoslovljene Božične praznike ter srečno, zdravo in zadovoljno novo leto Victoria Sklad

*Hvala za sodelovanje v preteklem letu. Naj vam Božje Dete povrne.
Organizacija more uspešno služiti svojemu namenu le, če se bomo nanjo
obračali v potrebah in jo podpirali.*

Za informacije pokličite Darjo Slobodnik 416-247-1082 ali Mileno Soršak 905-276-7258



+ Blaž Potočnik

Anica Resnik

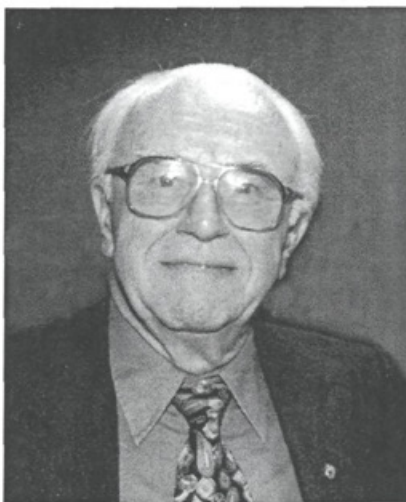
V Torontu smo na praznik Vseh svetnikov spremljali našega prijatelja in kulturnega delavca Blaža na zadnji zemski poti v tihi grob na Gori miru v Mississaugi.

Huda bolezen mu je v kratkem času uničila življensko moč. 29. oktobra je v domači hiši sredi ljubljene družine zaprl trudne oči in odšel k Bogu po plačilo za vse, kar je na zemlji storil za Njegovo slavo in torontsko slovensko skupnost.

Pogrebna maša v cerkvi Brezmadežne je bila v znamenju slovesnega žalovanja ob izgubi moža, ki je od mladostnih let do smrti ves svoj prosti čas daroval za druge. Čez šeststo ljudi je napolnilo cerkev. Čč. gg. Ivan Plazar, Tone Zrnec in Jože Plevnik so ob zborovskem petju vodili liturgijo pogrebnih obredov. G. Tone Zrnec je v homiliji prikazal pokojnika kot vernega, Bogu vdanega delavca za vzgojo slovenske mladine, kulturno, narodno resnico in pravico. Za pogrebščino v cerkveni dvorani je ostalo okrog tristo ljudi, da z žalujočo družino delijo zadnje ure slovesa in spomine na pokojnega Blaža.

V soboto 16. novembra so učiteljice in učenci Slovenske šole sodelovali pri spominski maši. Spet je bila cerkev polna v znamenje solidarnosti, zahvale in spominov učencev na svojega učitelja in prijatelja.

V prvem letu nove slovenske župnije Brezmadežne leta 1961 je Blaž Potočnik skupaj s kaplanom č. g. Francem Sodjem začel s sobotno slovensko šolo kot učitelj in po smrti (prvega) ravnatelja Franceta Cerarja postal priljubljen



Blaž Potočnik

ravnatelj do zadnje svoje bolezni.

Leta 1962 se je na pobudo č. g. Franca Sodje pri Brezmadežni začela zbirati skavtska mladina. Spet je Blaž, kot prvi skavtski mojster dolgo let pripravljaj mladino za zdravo življensko pot.

Njegovo mesto v cerkvenem zboru je zdaj prazno. Kot solist baritona je prepeval na nešteti porokah, prijateljskih srečanjih, ob žalostnih izgubah prijateljev in znancev. Za kratek čas je vodil mladinski zbor. Organiziral je Miklavževanja, bil sam dobri

Miklavž, sestanke, spominska romanja v Midland i.t.d...

Pomembno je njegovo delo za večkratna srečanja torontskih Slovencev s kanadskim majorjem Pavlom Barrèjem, ki je v maju 1945 kot oficir britanske vojne postojanke v Celovcu ustavil vrnitev šest tisočev Slovenskih beguncev iz Vetrinja v Slovenijo in srečanja z grofom Nikolajem Tolstojem, pranečakom ruskega pisatelja Leona Tolstoja. Nikolaj Tolstoj je napisal zgodovinske knjige o dogajanjih v Evropi koncem druge svetovne vojne in usodi slovenskih domobrancev. Blaž je našel čas za dobrodelnost in podporo slovenskim ustanovam v Sloveniji in Argentini, pa tudi čas za družabnost v domači dvorani. Vedno mladostno razpoložen in prijazen se je ob razumevajoči in dobri ženi Angelci razdajal širni slovenski družini.

Blaž Potočnik je bil 11. oktobra 1925 rojen v Ljubljani v družini očeta Mihaela in matere Frančiške. Po dovršeni klasični gimnaziji se je

pridružil ljubljanskim domobrancem in maja 1945 delil usodo tisočev Slovencev na poti v begunstvo z upanjem na vrnitev in boljšo bodočnost slovenskega naroda.

Zgodovina prikazuje drugačno zgodbo tistih dni...

Blaž je ostal živ in čakal pravo svobodo in novo življenje v begunskem taborišču Spittal v Avstriji, kjer je preživel tri svoja mlada leta v službi taboriščnega policaja.

Tam je spoznal pridno posavsko dekle Angelco Škerlj. Kmalu po prihodu v Kanado in delu na železnici, sta se leta 1949 poročila v Torontu in ustanovila družino. Dva sinova, dve hčerki, vnuki in vnukije in žena Angelca sedaj pogrešajo ljubljenega moža, očeta in dedka.

V pesmi je kipelo njegovo srce in se odpiralo lepoti in sreči, ki naj Blaža Potočnika po sedemdesetih letih skromnega in nesebičnega življenja na zemlji objame v božjih dvoranah drugega sveta.

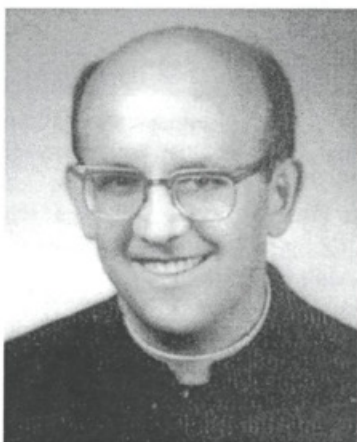
+ Ivan Jan, lazarist

V torek 10. Decembra smo se v cerkvi Brezmadežne poslovili od duhovnika Ivana Jana, ki je od l. 1966 do l. 1995 v različnih službah skrbel za duhovno življenje Slovencev v Torontu in Montrealu.

Pokojni g. Ivan je bil rojen 18. Septembra 1916 v župniji Škale - danes župnija Velenje - Sv. Martin - v vzorni kmečki družini. Zgodaj je začutil duhovniški poklic. Študiral je v Ljubljani, kjer je kot maturant vstopil v Misijonsko družbo sv. Vincencija Pavelskega in se l.

1940 za večno zaobljubil službi Bogu kot duhovnik in misijonar. 25. Junija 1944 je bil posvečen v mašnika. Zaradi vojnih razmer nihče od njegovih sorodnikov in domače družine ni mogel prisostovati njegovi prvi novi mači.

Po vojni je zapustil domovino in preko Vetrinja prišel v Rim in l. 1947 na papeški univerzi Gregoriana končal svoje študije. L. 1948 je po kratkem času v Španiji nadaljeval pot v Argentino in do l. 1966 služil kot učitelj in kaplan v argentinskih župnijah.



č.g. Ivan Jan

Od znamenite božjepotne cerkve v Lujanu so ga predstojniki poklicali v Kanado k novi župniji Brezmadežne do l. 1972 k Slovincem v Montrealu. Od l. 1976 do 1995 je opravljal duhovniško delo in pomagal sobratom v Torontu. Ko so ga začele zapuščati moči, se je naselil v starostnem domu Lipa in od tam še vedno prispeval svoje znanje.

Pokojni g. Ivan Jan je imel tih, miren značaj, vendar je bil visoko izobražen v teologiji in znanju jezikov (sedem).

Ob zadnjem slovesu v cerkvi Brezmadežne se je pokazalo, kako priljubljen je dober duhovnik. Iz Montreala so se Slovenci z avtobusom pripeljali na pogreb svojega nekdanjega župnika. V množici vernikov, Marijinih sester, sobratov lazaristov, njegovega predstojnika Zdravka Pogorelca in drugih duhovnikov je nadškof kardinal dr. Alojzij Ambrožič vodil pogrebne obrede.

Na slovenskem delu katoliškega pokopališča Assumption je duhovnik Ivan Jan v Gospodovem miru našel zadnji dom na zemlji.

Ameriška policija je koncem oktobra ujela ostrostrelca in njegovega pomagača na avtocestnem počivališču. V avtomobilu, ki je imel dve luknje v karoseriji, tako da je strelec lahko neopaženo streljal na svoje žrtve, so našli tudi ostrostrelno puško.

Z uporabo anestetičnega plina fentanil so v bliskoviti akciji ruski specialisti napadli in ubili 41 Čečenskih ugrabiteljev, preden jim je uspelo z masovno eksplozijo ubiti okoli 800 zajetih talcev v moskovskem gledališču. Umrlo pa je tudi 128 talcev. V bolnišnicah pa je ostalo okoli 180 oseb.

Svetovno znani "Ljubljanski oktet" je 28. oktobra praznoval svojo 30. letnico obstoja.

Člani slovenske himalajske odprave so sredi oktobra zavzeli 6654m težko dostopen vrh. Na povratku pa so del ekipe ustavili maoistični guerilci, ki so zahtevali \$400 po osebi za varen prehod. Končno jih je rešil poslan helikopter in so se srečno vrnili v Slovenijo.

V San Giulianu di Puglia, v osrednji Italiji, je bil močan potres, kateri je zahteval okoli 30 žrtev, večina predšolskih otrok v razrušenem razredu otroškega vrtca. Par dni kasneje, po ponovnem potresu pa so italijanske oblasti evakuirale na tisoče lokalnih prebivalcev.

Zaradi kraje obsojeni butler pokojne princese Diane, o katerem smo poročali v zadnji izdaji Glasila, je bil on nenadoma oproščen. Kraljica Elizabeta II se je nenadoma spomnila, da ji je Paul Burrell kmalu po smrti princese Diane povedal, da bo shranil nekaj njene lastnine. Mnogi se čudijo, zakaj se je kraljica spomnila na ta razgovor en dan pred njegovim pričanjem... Sedaj pa on odkriva veliko neprijetnih novic o življenju v Buckingham Palace, ki so med drugim pripravili avstralski parlament do tega, da se sprašuje o pomembnosti in vrednosti britanske monarhije. Tudi v sami Veliki Britaniji se je

povečala proti-monarhistična struja po zadnji novici o princesi Ani, ki je bila kriminalno obsojena in kaznovana preko dva tisoč dolarjev, ker je njen pes Dotti napadel in ugriznil dva dečka, stara 7 in 12 let.

Volitve v ZDA so začetkom novembra prinesle republikanski stranki in predsedniku Bushu absolutno večino tudi v senatu.

Za napad v Baliju je bila odgovorna Al Kaida, kjer je bilo ubitih 180 ljudi. To je priznal eden od storilcev pod imenom Amrozi, ki je bil lastnik kombija, ki ga je uporabil pred napadom.

Prešernovo gledališče iz Kranja je s svojim znanim režiserjem Vitom Tauferjem gostovalo na gledališkem festivalu v Cordobi in kasneje v dvorani "Slovenske hiše" v Buenos Airesu z Linhartovo "Županovo Micko". Upamo, da nas bodo obiskali kmalu tudi v Kanadi...

Kučan in Drnovšek naj bi pričala na haaškem procesu proti Slobodanu Miloševiću. Kučan se je povabilu odzval, Drnovšek pa se z raznimi izgovori obotavlja. Domnevajo, da bi bil Drnovšek malce v zadregi, če bi ga Milošević vprašal, ali je bil on tisti ki je kot predsednik SFRJ podpisal zakon o ustanovitvi koncentracijskih taborišč v Kosovu...

Preko 2,100 šahistov, njihovih spremljevalcev in novinarjev se je med 25. oktobrom in 10. novembrom zbralo na 35. šahovski Olimpijadi na Bledu. Kot pričakovano so Rusi odnesli zlato medaljo, Madžari srebrno in Armenci bronasto. Slovenski šahisti pa so končali na 40. mestu.

Predsedniku Kučanu je pred kratkim predal poverilna pisma veleposlanik iz Kanade, Ronald R. Halpin, ki pa bo obdržal sedež svoje uradne ambasade v Budimpešti.

Hrvaški policisti so 19. novembra s posesti Joška Jorasa odpeljali slovenskega državljana

Jerneja Sajeta, češ da Saje na tem naslovu ni bil prijavljen, čeprav tam biva že od 19. 10. 2002.

V klopeh Evropskega parlamenta v Strasburgu se je usedlo tudi sedem slovenskih poslancev. Skupaj z evropskimi poslanci in kolegi iz trinajstih držav kandidatki za članstvo so prvič - in to v slovenščini - spregovorili kolegom iz Unije. Za besedo se je prijavilo kar pet slovenskih poslancev.

V Pragi, kjer je bila v Nato povabljen tudi Slovenija, so 21. in 22. novembra pri prvem vrhunskem sestanku prisostvovali tudi predsednik Kučan, premier Drnovšek, zunanji minister Rupel, obrambni minister Grizold in načelnik SV brigadir Lipič. Vendar pa Slovenija ne bo postala članica Nata pred letom 2004 in šele, če bo izpolnila vse pogoje za sprejem. Članice morajo biti do tedaj tehnološko najsodobnejše opremljene, fleksibilne in sposobne hitrih posredovanj.

Evroobmočje je septembra letos beležilo zunanjetrgovinski presežek v višini 9.5 milijarde evrov, celotna Evropska unija pa samo 1.5 milijarde evrov.

Poškodovani, v Bahamas registrirani tanker "Prestige" je ob obali severno-zahodne Španije sredi novembra začel puščati nafto. Tanker se je prelomil in potopil skupaj s 65.000 tonami nafte. Obali grozi ekološka in ekonomska katastrofa, ki jo Španske oblasti skušajo preprečiti.

Po treh zaporednih pocenitvah bencina in naftnih derivatov so se cene v Sloveniji 9. decembra zvišale za 5 tolarjev po litru.

14. decembra se je v mariborski dvorani Tabor pod pokroviteljstvom "Plesne zveze Slovenije" zavrtilo preko 200 parov iz 14. držav za prvenstvo v raznih plesnih kategorijah.

V zadnjem tednu pred Božičem se bomo poslovili od predsednika Milana Kučana, pozdravili njegovega naslednika Janez Drnovška in dobili novo dvoletno vlado pod Antonom Ropom.

11. decembra so Gregor Golobič (LDS), Franci But (SLS), Borut Pahor (ZLSD) in Anton Rous (DeSUS) podpisali protokolarni koalicijski dogovor.

Dosedanji finančni minister Anton Rob bo novi predsednik vlade za naslednji dve leti. Kot mandator je med drugimi predlagal svojo tajnico za ministrico...

12. decembra je hrvaška vlada brez obrazložitve preložila prodajo otoka Hvara, čeprav se je državni privatizijski sklad strinjal s ponudbo Term Čatež, ki bi Hvar kupile za 74.5 milijonov kun.

13. decembra je hrvaški sabor sprejel ustavni zakon o položaju narodnih manjšin, ki zanika poslanske pravice Slovincem na Hrvaškem, katere so jim bile odvzete pred petimi leti brez obrazložitve. Hrvaški Slovenci razmišljajo o ustavni tožbi zaradi diskriminacije manjšine.

Ustavni sodniki v Ljubljani so izrecno navedli, da je zdaj, ko so ugotovili, da pogodba o JE Krško ni v neskladju z ustavo, odločitev o sprejemu zakona o ratifikaciji stvar politične presoje državnega zbora. Z drugimi besedami, meddržavna pogodba s Hrvaško o JEK je ustavna.

V Københavnu so dobile EU kandidatke 1,300 milijonov evrov. Največ je dobila Poljska (eno milijardo), Slovenija pa samo 49 milijonov, kar je Janez Drnovšek ocenil, da je to več, kot je pričakoval.

Delo je 18. decembra poročalo, da se "ribiške zdrahe" v Piranskem zalivu nadaljujejo in nekaj piranskih ribičev je že prijavilo potrpane mreže. Hrvaški ribiči se verjetno ne zavedajo, kakšne težave povzročajo svoji državi v njenih prizadevanjih, da bi se v mednarodni skupnosti dokazala kot verodostojna država.

V Muzeju novejših zgodovine bo do konca februarja odprta razstava z naslovom "Od brezove metle do srebrnega krožnika", na kateri so na ogled darila ki jih je za časa predsednikovanja prejel Milan Kučan.

KANADSKI SLOVENSKI KONGRES

dr France Habjan

Odbor Kanadskega slovenskega kongresa je soglasno sklenil, da bo letni občni zbor KSK 6. aprila 2003 v prostorih župnije Brezmadežne v New Torontu. Občni zbor bo združen z edinstveno kulturno prireditvijo z naslovom "SLOVENSKA ISTRA V BESEDI, PESMI IN SLIKI". Problematiko slovenske ISTRE bo osebno pred nami razgrnil znan časninar in publicist MILAN GREGORIČ iz Pirana. Govoril bo med drugim tudi o nerešenem vprašanju slovensko hrvaške meje v Piranskem zalivu. Občni zbor bo v mali dvorani, kulturna prireditev pa v veliki župnijski dvorani. Več v prihodnji številki Glasila.

Odbor KSK je tudi sprejel sklep, da bo z Novim letom organiziral nabirko namenjeno slovenskim rojakom, ki se nameravajo vrniti v Slovenijo in se dokončno znebiti zdomstva. Tu gre predvsem za mlade slovenske družine, ki si žele ustvariti nov dom v Sloveniji. KSK se je že dogovoril o zadevi s škofom Alojzijem Uranom, ki je zadolžen od slovenske škofovske konference za izseljence. Varuh in pokrovitelj sklada bo poseben pokroviteljski odbor. Člane odbora bomo objavili v prihodnjem Glasilu. Podrobnosti o nabirki bomo objavili prihodnjič.

Svetovni slovenski kongres pripravlja v dneh od 25. do 27. junija 2003 na Bledu svetovno srečanje slovenskih znanstvenikov in raziskovalcev. Na srečanje so tokrat vabljeni tudi poslovnik, podjetniki in študenti iz sveta in domovine.

Okvirni programski načrt srečanja bo sestavljen iz uvodnih predavanj in dveh glavnih tematskih sklopov. Prvi sklop bo osredotočen na "Odpiranje slovenskih raziskalcev in razvojnih jeder v svet in njegova vloga Slovencev po svetu (Slovenija v EU-vloga

*slovenske diaspore, investicije itd), drugi tematski sklop pa bo obravnaval posebnost **Prenos raziskovalnih dosežkov v industrijo**". Svetovni slovenski kongres prijateljsko vabi slovenske razumnike in poslovnike in študente, iz sveta in domovine, da se srečanja udeležijo in da na njem tudi dejavno sodelujejo. Pripravljalni odbor želi, da bi se tokrat srečanja udeležili tudi številni slovenski rojaki iz Kanade.*

Pripravljalnemu odboru načeljujeta: dr prof. Anton Mavretič, Boston University ter dr Edvard Kopal, predsednik: Slovenska znanstvena fundacija.

KANADSKI SLOVENSKI KONGRES VOŠČI VSEM SLOVENSKIM ROJAKOM V KANADI IN PO SVETU VESEL BOŽIČ IN OBILO USPEHOV V LETU 2003.

Praznovanje v Vancouvru

V Vancouvru praznuje 80 letnico eden od stebrov slovenske skupnosti v BC, prijatelj Ivo Bergant.

Prijatelji, kolegi in kongresniki mu kličejo ob tem jubileju še mnoga zdrava in zadovoljna leta v slovenski skupnosti v Kanadi, predvsem pa mu želimo veliko zadovoljstva v krogu svoje družine.

Dragi Ivan, Bog Te živi!



DR. FRANCE PREŠEREN, * 3. DEC. 1800
prerok usode našega naroda v "Slovenščni celi"
(ob dvesto-drugi obletnici njegovega rojstva)

"Slovenec že mori Slovenca brata -
kako strašna slepota je človeka!"

"...želje, da zbudil bi Slovenščno celo,
da bi vrnili k nam se časi sreče..."

"...ko rojak prost bo vsak,
ne vrag, le sosed bo mejak!"

Kje, domovina, si?

(dr. Alojz Rebula - ponatis iz Družine)

"Slovenščna cela:" ta beseda se je mogla roditi samo v velikem srcu Franceta Prešerna. Ko jo je zapisal, tam okrog leta 1830, je mogel imeti v mislih samo tedanjo zemljepisno Slovenijo. Veliki izseljenski val, okupatorsko razkosanje, politični eksodus po drugi svetovni vojni - vsa ta tragika je šele imela priti nad Slovence. A ko bi bil Prešeren v duši videl to prihodnost, svoje "slovenščne" ne bi bil omejil na zemljepisni pojem: vanjo bi bil nedvomno vključil vse pripadnike svojega naroda, kjerkoli bi živeli. To bi bilo slovenstvo treh domovin, zemljepisne, zamejske in diasporne: ena sama vesoljna Slovenija: ena sama usoda ljubezni. Kdove, če matičnik, zamejec in zdomec ne bi imeli v "Zdravici" vsak svojo kitico ...

Kakor bi bil čutil Prešeren, tako so čutili vsi veliki Slovenci za njim. Naj spomnimo na pesnika Župančiča, na njegov zanosni klic v Dumi: "Kje, domovina, si?" Naj spomnimo na Kocbeka, na njegovo misel o vesoljni "slovenski družini".

Iz tega občutja je vzklila ideja enotnega slovenskega kulturnega prostora. Ideja, s katero komunizem ni mogel imeti kaj. Ideja, za katero se tudi kontinuitetna demokracija ni mogla ogreti. Ideja, ki ni zares zaživela niti v kulturi, najraje zagledani v svoj lastni ljubljanski popek. Ni pa ta ideja zamrla v zunanji, nadzemljepisni Sloveniji.

Zadnji čas sem prebral komaj kaj bolj tolažilnega kot uvodnik zdomskega kulturnika Marka Kremžarja v buenosaireskem Duhovnem življenju: Kaj mi pomeni Slovenija.

"... Slovenstva ne moreta vezati ne kraj bivanja ne kraj rojstva, ker je to predvsem stvar zavesti in srca. V zdomstvu ne goji slovenstva iz koristi. Slovenija je v mojih očeh postala vedno bolj prostrana in manj na ozemlje vezana stvarnost ... Nad nekdanjim ozemeljskim in zato nujno ožjim pojmovanjem Slovenije se mi je pričela oblikovati ne nova, marveč dopolnjena vizija pestre in razgibane vesoljne Slovenije brez meja ..."

Nikakor ni naključje, da je te misli zapisal kristjan v krščanskem listu. V zadnjem totalitarnem polstoletju je "slovenščno celo" dejansko čutila samo krščanska zavest in jo v Cerkvi tudi izrazila. Še danes komaj moremo govoriti o enotnem slovenskem kulturnem prostoru, lahko vsekakor govorimo o slovenskem enotnem krščanskem prostoru. O tistem matičnem, zamejskem in zdomskem slovenstvu, ki ga družijo ista vera v Kristusa in Cerkev, zavezanost istemu etosu in istim vrednotam.

Poleg narodne zavesti torej lahko povezuje "vesoljno Slovenijo," (*Vse Slovenije*) še en mogočen dejavnik: zavest pripadnosti istemu Kristusu.

PRVA SLOVENSKA TEKMOVALNA JADRNICICA

vrhunski tehnološki dosežek

(STA)

Navtični arhitekt Andrej Justin ter krmar (skipper) Mitja Kosmina sta 28. septembra v Kopru razkrila prvo v Sloveniji zgrajeno regatno jadrnico razreda "Maxi Open", ki je en centimeter krajša od 24 metrov. Krstili so jo "Maxi Jena" in predsednik Kučan je ob tej priliki pojasnil, kako važen je včasih en centimeter. Spominjal se je dogodka iz mladosti, ko ga skoraj niso hoteli sprejeti k vojakom, ker je samo 164 cm visok in za vojaško službo mora biti vsaj 165 cm visok.

Z inovativno tehnologijo so izdelovalci dosegli uspeh na področju gradnje in kakovosti trupa jadrnice ter se tako umestili v vrh jadralske tehnologije s pomočjo specializirane ladjedelnice "Meteor" v Izoli. Upajo, da bodo postali vodilni izdelovalci športnih jadrnic v Sredozemlju.

Izjemno lahka jadrnica razreda Maxi Open, tipa Key 80, je največje športno plovilo, ki so ga doslej izdelali in splovili v Sloveniji. Še nihče se nikoli ni lotil izdelave tako velike jadrnice, predvsem trupa, na tako inovativen način. Gradnja

jadrnice v ladjedelnici Meteor je potekala pol leta. Od vsega začetka uresničevanja načrtov pa je minilo leto dni. Glavni gonilni sili končanja tega projekta pa sta bila navtični arhitekt Justin in skipper Kosmina.

Uporaba računalniško krmljenih postopkov ("auto-helm"), ki so bili po doslej zbranih podatkih prvič uporabljeni pri tako obsežnem projektu, je bila zaradi unovativnosti tvegana. Računalniški postopki so omogočili, da je visoka tehnologija nadomestila večine številnih jadrnih strokovnjakov. "Moški" kalup je zamenjal lasersko razrezani in nato sestavljeni "ženski" kalup. Laminiranje trupa in palube iz karbonskih vlaken (carbon fibres) je potekalo s pomočjo inovativne programske opreme za simulacijo vbrizganja epoka smole pod vakuumsko foljo, kar je bilo prav tako prvič uporabljeno pri tako obsežnem projektu. Sodobna tehnologija je omogočila uro in pol trajajoč postopek in nato še nadaljnji mesec, potreben za neposredno nastajanje trupa jadrnice, ter zamenjala dosedanja dolgotrajni konstrukcijski postopek.



Skipper Kosmina s svojo hčerko in posadko ob krščenju "Maxi Jena".

Jadrnica je dolga centimeter manj kot 24 metrov, jambor iz karbonskih vlaken pa meri 36 metrov. Njen ugrez (draft) znaša štiri metre in pol, zaradi česar bodo zanjo pripravili poseben privez v koprski marini. Posebna prednost je lahkost jadrnice, kajti inovativna izdelava je omogočila težo jadrnice le okoli 13 ton, kar je precej manj kot tehtajo podobne jadrnice. Poleg tega ima podvodni gredelj (keel), ki je obtežen s 6-tonskim svinčnim cilindrom in se lahko premika 45 stopinj na obe strani in tako služi kot podvodno jadro. Cena tega projekta pa ostaja poslovna skrivnost.

Kako vidijo

Ljublanske Novice sobota, 2. november, 2002

TORONTO/LJUBLJANA - Dvomesečnik Glasilo kanadskih Slovencev (The Voice of Canadian Slovenians), ki ga v Torontu izdaja Vseslovenski kulturni odbor, že od vsega začetka pazljivo sledi našim objavam v rubriki "Vse Slovenije".

V svojih lanskih in letošnjih številkah sta cenjena urednika Leander Škof in Frank Brenc ponatisnila že lepo število naših zapisov, in to zmeraj s spoštljivo navedbo vira, kot se to v kulturnem svetu spodobi. Tu in tam sta pridala tudi svoje pozdravne komentarje in v njih še sama nadaljevala obravnavo tukaj načetih izseljenskih, zamejskih in drugih vseslovenskih tem.

Nam, ki za to rubriko zaenkrat pišemo iz Anglije, Kanade, Švedske in Slovenije (pričakujemo pa v doglednem času še več sodelavcev z vseh strani sveta), je to priznanje v veliko zadovoljstvo.

Verjetno smo začeli nekaj, kar smo Slovenci vsepovsod že dolgo pogrešali, in pri tem tudi ubrali pravilno pot, na kateri se zlahka srečujemo prav vsi rojaki v krogu spoštljivega dialoga in brez vsakih pregraj... Naši dosedanji sodelavci in bralci so hitro dojeli, da je naš edini namen kulturno povezovanje in medsebojno obveščanje ter vsestransko sodelovanje z našo matično domovino - in prav nič drugega.

Omenjena kanadska revija vidno potrjuje nakazano širino "Vseh Slovenij" v svoji številki za september in oktober 2002, kjer je (od skupnih 42 tiskanih strani) kar nekaj več kot osem polnih strani iz naše skupne rubrike s posebnih strani Ljubljanskih novic. Urednika sta tem objavam na pot napisala celo samostojen uvod, ki se glasi:

"Naslednje tri članke smo ponatisnili iz Ljubljanskih novic za zgled drugim slovenskim medijem v matični domovini, da je možno

komunicirati vsepovsod, kjer so Slovenci. Njihov namen ni delati volilno propagando, temveč ilustrirati možno povezavo Slovenije z nami vsemi, kar nas je v drugih domovinah. Pričakujemo pozitiven odmev in istočasno čestitamo gospodu Janezu Temlinu, odgovornemu uredniku Ljubljanskih novic, k njegovi iniciativi, ki je vredna posnemanja." Ob sklepu teh naših objav v kanadskem časopisu pa beremo na str. 27, pod poročilom o Švedskem "Lipovem listu", še poseben "Pripis uredništva Glasila", kjer pripominja urednik naslednje: "Naj dodam k zgornji komunikacijski ideji (J. Temlina) tudi naše soglasje in čestitke Ljubljanskim novicam za njihov napredek v tej smeri. Zanima nas, kdaj se bodo tudi ostali slovenski mediji in institucije začeli odzivati željam in potrebam Slovencev v diaspori. Zaenkrat imamo bolj pristranskih in samohvalnih arhivov, potrebujemo pa stičišča za sedanjost in vizijo prihodnosti za povezavo in dobrobit "Vseh Slovenij".

Obema gospodoma urednikoma se prijateljsko zahvaljujemo za njun vzpodbuden in nam nadvse dobrodošel odmev.

In še to! Seveda pohvale laskajo vsakomur, tudi nama. To pa pomeni obvezo, da nastalo krožišče "Vse Slovenije" dogradimo, da postane prava stična točka za združevanje Slovencev.

Nanj naj zavije vsak, ki zna pripeljati na to stičišče več pozitivnih kot negativnih pogledov. To nas bo še bolj združilo in povečalo našo usposobljenost, da kot narod dosežemo več.

Ivan Dolenc - Kanada in J. Tamlin

VREDNO PONATISA. NAJLEPŠA HVALA RUBRIKI "VSE SLOVENIJE" IN VSEM NJIHOVIM SODELAVCEM, SAJ IMAMO VSI ISTI CILJ: SPREMIJATI "VSE SLOVENIJE" NA USPEŠNI POTI V BODOČNOST!

Praprebivalstvo na tleh Srednje Evrope

Jože Škulj

Pod zgornjim naslovom je 28. septembra 2002 Svetovni Slovenski Kongres v Ljubljani organiziral mednarodno posveto, pri kateri se je zbralo enajst mednarodnih strokovnjakov. Med njimi je bil tudi ing. Joe Škulj iz Toronta, ki je razpravljal svojo študijo pod naslovom:

GENETSKE RAZISKAVE IN NJIHOV POMEN ZA PREUČEVANJE VENETOV

(Zaradi pomanjkanja prostora objavljamo samo povzetek njegove študije, ki se lahko dobi v celoti preko uredništva Glasila s podrobnim programom te konference).

IZVLEČEK:

- Raziskave genetskih skupin na Y-kromosomu ki je podedovan po moški strani in mtDNA ki je podedovana po ženski strani dokazujejo naslednje:
- Velika večina (85%) genetskih skupin pri Slovencih je stara vec kot 20,000 let. To dokazuje da so Slovenci genetsko star narod.
- Na severnem Balkanu je bilo eno od zatočišč med ledeno dobo. Tukaj naj bi nastala genetska mutacija M170, ki se je potem razširila in prišla med Baske in v Indijo.
- Evropa je bila poseljena po petih migracijah začeni pred 40,000 leti do danes. V zadnjih tri tisoč letih, to je, od bronaste dobe do danes so ljudje prinesli v Alpe samo 7% novih genov. To je tudi dokaz da ni bilo kakšnega večjega preseljevanja ljudstev v 6. stoletju okrog Alp.
- Slovencem so genetsko zelo blizu Skandinavci kakor tudi Čehi, Slovaki in Ukrajinci.
- Sorodnost s Skandinavci se ujema z zgodovinskimi podatki o izvoru Vandalov.
- Zgodovinske, jezikovne, topografske in genetske raziskave kažejo da so bili Veneti predniki Slovencev.

UVOD:

Študij genomov v rastlinah in živalih je sedaj zelo razširjeno in pomembno znanstveno delo. V take raziskave je vključen tudi človeški genom. Raziskava človeškega genoma že ima dosti izsledkov in bo imela še več daljnosežnih posledic. Matt Ridley v svoji knjigi *Genom* ima človeški genom za biografijo človeške rase. Tudi

Lord Colin Renfrew, znani arheolog in zgodovinar, ki zasleduje genetske raziskave je že zapisal, da na podlagi genetskih zaključkov, bodo morali zgodovinarji pisati pred-zgodovino na novo.

ZAKLJUČKI:

venetika ne zavrača Venetske Teorije, ki je teorija kontinuitete, čeprav je prišlo do spremembe jezika v obrobni območjih, temveč podpira zgodovinopisce ki imajo Venete za Slovane.

Genetske raziskave kažejo, da ni bilo veliko preseljevanj narodov, saj so sedanja ljudstva večidel na današnjih tleh že od ledene dobe.

Genetika dokazuje da so predniki Slovencev živeli na današnjem ozemlju že tisočletja in da so bili tam že pred in med ledeno dobo.

Drugače pa je z jezikovnimi spremembami, kjer je razširjenost in preobrazba jezikov pogojena s kulturnim in gospodarskim vplivom, mnogokrat seveda tudi z barbarsko nadvlado miroljubnejših ljudstev.

Relativno velik delež HG1/Eu 18 kaže na starodavno povezavo Slovencev z zahodno Evropo, ki je očitno ostala izpred zadnje poledenitve in je prisotna tudi v podobnosti slovenščine z baskovščino. To pomeni, da je sedanje slovensko ljudstvo v dobrem delu prvobitno na sedanjem ozemlju že iz časov 30,000 let pred Kristusom.

Jezikoslovni primeri in zgodovinski podatki se dobro ujemajo z genetsko sorodnostjo današnjih ljudstev v Evropi.

THE "WORLD FAMOUS" LIPIZZANER STALLIONS

Stane Kranjc

During my many visits to Slovenia, I visited the town of "LIPICA" on several occasions. Unfortunately I never had an opportunity to see The White Stallion performance. During the last part of October 2002 I noticed an advertisement in our local news paper "The Caledon Citizen" indicating that The World Famous Lipizzaners will be presenting a special presentation of "The Dancing Stallions". The event was to be held on November -2- 2002 at 2 and 7 PM at The Center for Sports in Brampton Ontario. WOW I said to myself, LIPIZZANERS performing in my region of Caledon. This is one performance I will not miss and I didn't. I contacted White Stallions Production Inc. in Florida and asked them for more information regarding the planned event. They were very kind to send me The Lipizzaner Stallions World Program, some history and a few pictures of their horses.

The White Stallions Acrobatic performance to the beat of Strauss, Mozart and other music was spectacular. Series of battle movements originally intended to be used in warfare, Equestrian Ballet dances, leaps into the air, military drill performed to music, General George S. Patton Salute and many other maneuvers and presentations captivated the audience and will be remembered forever.



A Salute to American General S. Patton was in thanks for saving The White Stallions from German SS and Russian Communist armies during the Second World War. In the United States White Stallions are well known not only because of their many performances but also by Walt Disney motion picture, "The Miracle of the White Stallions."

Training of Lipizzaners starts when they are 2 years old and it takes 8 years to teach them not only in dressage but also how to deal with crowds, applause, music, lights, and travel. White Stallions are born black or brown. They mature white within ten years. These horses keep working into their 30's then they are retired and are sent to pasture to enjoy their golden years. There are around 2,500 White Stallions around the world and at the age of 2 years they cost between 20,000 and 30,000 dollars.

The Master of Ceremonies explained each performance to help the audience understand fine points of White Stallions equestrian artistry and historical background.

It is a well-known fact that it was in "LIPICA" Slovenia (At that time Province of Austria) that Archduke Karl of Austria in 1580 established a royal stud farm where breeding and the name of White Stallions originated. During the show there was much said about the contribution of Spanish, Austrian and other countries to The White Stallions rich history, unfortunately "LIPICA"

and Slovenia were never mentioned during the performance or in the program. It is not my intention to blame the performers of the White Stallion Production for this important omission. It is the historians that should correct this part of history. "LIPICA" is a small town in SLOVENIJA located in the hills of Karst between the town of Sezana and the Adriatic Sea. I could not find the explanation of how the name of LIPICA was changed to LIPIZZA. At the fall of Austrian Empire 1918, the town of LIPICA in the region of Primorska in Slovenia became part of Italy. The White Stallion herd was divided between Italy and Austria. During the 25 years (1918-1943) of Italian occupation of this part of Slovenia many Slovenian town and people names were changed from Slovenian to Italian. LIPICA could have been one of these towns that were changed to LIPIZZA? Based on and following the European tradition of naming the breed after its region of birth, in my opinion The White Stallions should be called LIPICANERS AND NOT LIPIZZANERS. Birthplace of the White Stallions, LIPICA town in Slovenia near the Adriatic Sea should be included in the program and in the history of The White Stallions. Their performance was a great and enjoyable experience not only for me but for everyone attending the show. It is unfortunate that Lipica and Slovenia were left out.

(Ed. note: Slovenia has demanded from EU her exclusive right to use the name "Lipicanec" for this unique horse breed, originating from the "Lipica stud farms".)



Slovenia Parishes Credit Union

46th Annual General Meeting

REPORT OF THE BOARD OF DIRECTORS



Dear Members,

On behalf of the Board of Directors, I am pleased to report to you on another successful year for our Credit Union, this being the 45th year of operation.

STRENGTH AND STABILITY

Our performance continues to show a stability of operation and controlled growth while maintaining our competitive edge. Our assets grew \$1.2 million, primarily the result of increased members' deposits and we now sit at the doorstep of \$60 million. Due to a favorable interest margin and prudent management, we were able to increase our reserve levels by \$500 thousand and we are happy to report that we have approved a \$40,000 bonus of interest to be distributed to all

member savings accounts by December 1, 2002. We were able to do this as a result of the cancellation of the life insurance savings contract. The premiums saved this year have been given back to you, the members.

PLANNING AND LEADERSHIP

As part of our ongoing responsibility during the year, the Board establishes and reviews the Credit Union's business plan and appropriate policies and procedures for the purposes of monitoring the performance of the Credit Union. Our monthly meetings with management and our annual planning sessions with staff serve to identify key strategies to keep our Credit Union strong and as your financial center of choice.

Recently we sent you a survey in order to get your feedback as to what direction you would like us to go and how we could better serve your financial needs. We appreciate your responses and the information will further assist the Board and management in their work.

FUTURE SERVICES

The advent of electronic banking has changed the way we expect to transact business. In this area, we are striving to match appropriate technology with member expectations and economic feasibility. We have begun exploring new banking systems that will incorporate Internet banking for our members. For many this will eliminate the dependency on branch locations and office hours.

Another product we are planning to add is the US. Dollar account. This might alleviate unnecessary foreign exchange costs and provide the members with a more convenient access to US. funds when traveling, making payments in US. currency and international wire transfers.



COMMUNITY INVOLVEMENT

Slovenia Credit Union continues to support and sponsor various clubs and organizations within our membership circles for the benevolent purpose of promoting our culture and heritage. In keeping with our annual tradition, the Slovenia Credit Union Award was given for the first time to co-recipients Mario and Millie Ulcar of Toronto for their longstanding and selfless contributions to the various clubs and organizations within our Slovenian community.

GRATEFUL ACKNOWLEDGMENT

We owe a large part of our success during the last year to our hardworking staff, our volunteers on the Board and the Audit committee. Most of all our past and future accomplishments as a financial co-operative are thanks to you, our loyal members, whose continuing patronage is both appreciated and the foundation of our success. We look forward to serving you for many years to come.

STAN ZOLDOS
PRESIDENT



Mario and Millie Ulcar

ONTARIO HYDRO

- After abysmal performance of "Ontario Power Generation Inc." (OPG) and questionable results from "Hydro One" - are we back to square one?

Leander Škof

"There are only two things Ontario residents really want to know about electricity: Is the price fair? Is there enough supply?"

On both questions, the Conservative government has totally botched the job. In fact, it has done such a miserable job of ensuring both fair rates for consumers and adequate supplies that it is now time to seriously consider back to square one on Hydro in this province.

Because the government has again taken full responsibility for the price of electricity, it must also take on complete responsibility for supply.

And that means relying on Ontario Hydro again as a primary instrument for guaranteeing we have as much electricity as we need.

If taxpayers have to foot so much of the bill, taxpayers should get the benefits, and that means one thing - keeping power generation in public hands."

(From Editorials in The Toronto Star, November 14 and 15, 2002)



Društvo Slovenski Dom
*želi vsem članom, sponsorjem
In Slovencem doma in drugod*

Vesele Božične praznike
In srečno Novo Leto 2003

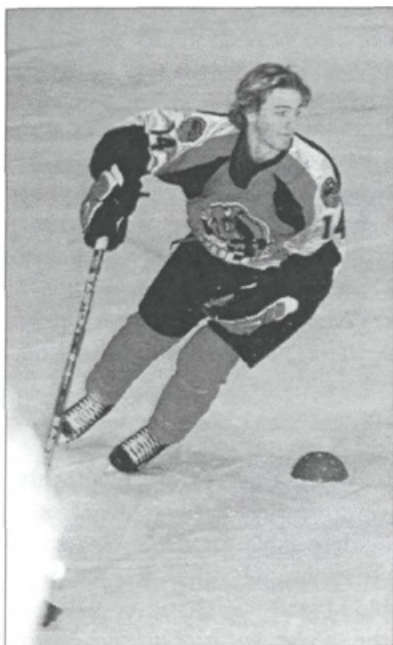
Ernie Eves did not hesitate earlier this year to force the resignation of the entire board of directors of "Hydro One" and to fire its CEO Eleanor Clitheroe. We hope he does not lack similar resolve with even the larger problem of OPG and get rid of its present board and its chairman Bill Farlinger, close friend of former premier Harris, and one of the main architects of Hydro's ill fated privatization. Eves should also fire the present CEO Ron Osborne, who collected bonuses of about \$1.3 million in the past two years for professional incompetence, as he has had more than four years to fix Pickering A nuclear station (originally pegged at \$800,000 and now estimated close to \$3 billion) while covering up for the summer-long Bruce B reactor closing from the minister of energy John Baird, who only found out after reading about it on the front page of the Toronto Star.

The free market for electricity in Ontario is now dead. The most sensible solution for the government is to devise a new publicly operated power system, similar to the old Ontario Hydro that can sell power at cost. However these costs should be clearly identified and include a separate levy for the old Hydro debt. This levy should also be clearly identified as a special tax, on which the consumers will not have to pay the unfair federal GST.

Ernie Eves' rebate policy is only a temporary solution, which will only increase the old Hydro debt, which will have to be eventually repaid by the future taxpayers of Ontario. By keeping the generation of electricity in hands of private investors will just increase the cost of electricity.

When Ontario Hydro was created early last century, the people of Ontario overwhelmingly chose public power by referendum. The choice is clear. Let the people decide now by referendum whether they want private power - for profit, or power - at cost.

Matt Stajan makes the Canadian national junior hockey team



Congratulation to Matt Stajan on making the Canadian national junior hockey team. What a birthday and Christmas present!

The world's best juniors will meet in Halifax to decide the champions of 2003. For the first time Canadian Slovenians have a representative.

Matt Stajan was born in Mississauga on December 19, 1983. In the June 2002 NHL (National Hockey League) draft, Matt was picked by Toronto Maple Leafs in the second round (57th over all). Currently he is playing in the OHL (Ontario Hockey League) for Belleville Bulls (see May & June Glasilo).

Determined to lead by example Matt hopes his hard work will continue to pay off for now, with his junior team and some day wearing the white and blue jersey of the Toronto Maple Leafs.

Now Slovenians have another reason to watch the National junior team between Dec. 26th and January 5th, 2003. I am sure that our Community wishes Matt great success during the tournament and in

his hockey career. We also wish him a Happy 19th Birthday!

Nogometaši iz Toronta na gostovanju v Sloveniji

Miro Koršič

Mladi nogometaši iz Toronta so se poleti udeležili izseljenskega turnirja ki je v finalni fazi potekal v Ljubljani. V veliko preseženje je mlada ekipa iz Toronta osvojila tretje mesto. Slovenski izseljenci iz Argentine so zasluženno osvojili prvo mesto, drugo mesto je pripadlo ekipi iz Kopra, četrto pa mladim nogometašom iz Pariza. Mladi nogometaši iz Toronta so se počutili kot doma in so s seboj prinesli nepozabne vtise. Posebna zahvala gre vsem ki so k temu pripomogli, posebno pa sponzorjem.



EXERCISE AND CANCER

More is not always better

Ciril Godec, M.D

"Flowing water never stagnates, active hinges never rust" - Chinese proverb

Today in the U.S. we have more cancer patients than does any other country in the world. Cancer is now the second leading cause of death after heart disease, and in ten years cancer mortality is projected to surpass that of heart disease. In their lifetime, half of American men and one-third of American women will develop cancer. This year approximately 1,250,000 Americans will be diagnosed with a new cancer and 550,000 will die from it.

We still do not know the precise mechanism of carcinogenesis, but available epidemiological data suggest that 30% could be attributed to smoking, 35% to unhealthy diet and obesity, only 1% to pollution, and the rest to lack of exercise and exposure to environmental factors such as the sun, radiation and other carcinogens. Thus, much of what appears to "run in the family" is in essence due to similarity in lifestyle and environment rather than heredity.

Between 1993 and 1999 cancer deaths fell by slightly more than 1% per year. In 2002 new cancer cases and deaths are up because of the age-standardized incidence rate is holding steady. The U.S. elderly population is growing. If this trend continues and if the incidence rate remains the same, by 2050 twice as many people will be diagnosed with cancer. Much of this increase will be due to almost three-fold increase in the number of people over 75 who will be diagnosed with cancer for the first time. For

instance, if we compare the cancer incidence and mortality rates between Florida and Alaska, Floridians have three times as many cancers. But when we adjust for age, the two states' age-adjusted rates are similar. These statistics however vastly underestimate the national impact of cancer. People with cancer have family and friends who share physical, emotional and financial burden of their illness.

Cancer usually starts with damage inside the cell's nucleus. When a cancer cell divides, it forms two new cells; further divisions eventually lead to a clinically detectable tumor. Tumor cells are aggressive. They invade other tissues and travel through blood and lymphatic vessels to other parts of the body. Each of us produces almost 200,000 cancer cells every day, but our immune system recognizes them and kills them before they have a chance to multiply. The main cause of cancer is the body's inability to destroy the cancerous cells. The competence of our immune system makes the difference.

The body's "chemotherapy"

Our immune system has specialized anti-cancer forces composed of white blood cell T-cells or (T-lymphocytes), which detect unusual, mostly cancer cells. They provide a natural chemotherapy within our body by producing anti-cancer substances such as interferons, interleukins and tumor-necrosis factor. Their advantage over administered chemotherapy is that they do not cause any side effects. T-cells directly attack tumor and destroy it. Thus most

early cancers never lead to a clinically detectable cancer.

What can we do to prevent cancer?" According to oncology group at MD Anderson Cancer Center in Houston, Texas, lifestyle changes could prevent 65 - 85% of all cancers. Among preventive tools are improved nutrition (increasing vegetables, fruits and whole grain intake, while cutting down on fats and sweets), limiting sun exposure, avoiding harmful substances such as tobacco, moderation in alcohol consumption (two glasses of red wine for men and one for women), and exercising. My emphasis in this article is mainly on exercise and its impact on cancer.

Currently more than 60% of Americans are not regularly physically active, and 25% are not active at all. Our increasingly technological society makes it very convenient to remain sedentary. However, exercise is not costly and its benefits for health are enormous. As with any other activity in our life, the dose is as important as the activity itself. A low or moderate level of physical has been proven to be associated with numerous health benefits, such as decreased coronary disease, hypertension, non-insulin-dependent diabetes, as well as cancer. Increased longevity is also associated with a moderate and steady level of physical activity.

As early as 1922, a study done in Australia indicated that men involved in physical activity suffered less cancer mortality than men who were less physically active. A later Stanford University study of 6,000 middle-aged men documented the level of exercises was the best predictor of death; more important than the presence of heart disease, diabetes, hypertension and even smoking.

How much exercise does one need? Exercise should be both aerobic (walking, jogging, or dancing) and anaerobic (weight lifting, exercising

against resistance). The standard advice from an exercise-physiologist is very simple: at least 30 to 40 minutes of brisk walking every day and weight lifting every other day. The dose is very individual: everyone should adjust it to his/her level of fitness.

Moderate exercise

The biological value of regular moderate exercise is well-documented. Studies of experimental animals showed that a moderate amount of physical activity prior to exposure to an infectious agent protected animals against infection, but very strenuous physical activity led to increased susceptibility.

In a Harvard University Alumni study on 7,148 men who burned 2,000 calories per week through exercise (about four hours of brisk walking) there was a 35% reduced cancer mortality. Those at the lowest exercise levels had a four times higher risk of premature death than did men at the highest levels. Similar studies have been published on specific reduction for prostate, endometrial and colon cancer. In one study on colon cancer it was found that a sedentary population had a 50% increase in colon cancer. Through moderate exercise, transit time in the colon is reduced and contact between fecal carcinogens and the mucosal lining of the colon is thereby decreased.

Men who practice moderate exercise have a lower rate of prostate cancer. In a study from London University College involving 7,588 men, the risk of prostate cancer was significantly reduced in men who engaged in moderately vigorous to vigorous activity. This is very likely due to a decreased level of testosterone, which promotes prostate cancer. The protective effect of physical activity was especially significant in older men.

Recently the protective level of exercise for

menopausal women was documented in the medical literature. Moderate exercise reduces the rate of reproductive cancers (breast, ovarian, uterus, cervix and vagina). The mechanism is very likely hormonal. After the menopause estrogens are synthesized from androgens in fatty tissues, and obesity is directly related to cancer risk. Leanness determines the level of estrogens in postmenopausal women. Physically active women are generally leaner than their sedentary counterparts.

Exercise tends to regulate levels of circulating hormones, not only reproductive hormones (estrogen and testosterone) but also stress hormones (cortisol and catecholamines). Another benefit of routine moderate exercise is the release of adrenaline, which causes the discharge of white cells from lymphoid organs. This mechanism is healthy following injury or surgery.

Researchers have found that regular moderate to severe exercise leads to an increase in the activity of natural killer cells (NK-cells) even at a resting state, thus enhancing the immune system and reducing infections and cancer incidence. With moderate exercise the level of phagocytes in the blood increases, leading to increased destruction of cancer cells, which protects us against infection and cancer. With aging the capacity of the immune system is diminished. Besides proper nutrition, regular exercise is the best way to prevent senescence of the immune system.

Exercise as regulator

The type, frequency, duration and intensity of exercise are all important parameters when we evaluate the impact of exercise on immunity and the proliferation of malignant cells. Moderate physical activity is very beneficial for both sexes. The cancer rate is decreased slightly more in men over 50, possibly because the

cancer rate in men is higher or perhaps there is some inherent difference in biological response to exercise between the two sexes.

There is a point of diminishing return. Too much exercise can have a deleterious effect. Extreme sport can lead to increased cancer incidence and mortality. There is a J-shaped curve relationship between physical activity and susceptibility to cancer. In other words, compared to a sedentary lifestyle, moderate physical activity enhances immune function against cancer. On the other hand excessive exercise, such as ultra marathon, suppresses the immune function for several days or weeks, thus opening a possibility for cancer cells to proliferate. As the leading sport physiologist Dr. Ken Cooper from Cooper Institute for Aerobic Research in Dallas aptly summarized: "Excessive exercise can backfire on you".

With excessive exercise immunity is adversely affected and resistance to infection and cancer is broken down. In a study of 2,300 runners participating in the 1987 Los Angeles Marathon, researchers found that one out of seven runners got sick a week after the race, a rate six times that of runners who trained but did not run the marathon. The same study showed that runners who trained more than 100 km per week doubled their odds for illness compared to those, who ran less than 32 km per week. This may explain why many elite athletes often miss the competition.

Stress hormones that are released during extreme physical activity attenuate the specific immune defense mechanism. Sore muscles after a race are consequence of broken down muscle cells that cause a sterile inflammation. Macrophages (specialized white cells) come to repair the damage, but their number is reduced after extreme exercises. This temporary suppression can cause an "open window of opportunity" for pathogens to infect the athlete

and to promote the growth of malignant cells. When the immune competence is measured before and after the race, in some athletes the level of T-cells, Macrophages and NK-cells decreased 35% below the pre-race level.

Mechanism of excess

What is the mechanism involved in decreased immune competence? During extreme exercise the number of free radicals in our body rapidly increases. Many marathon and especially ultra-marathon runners increase their oxygen consumption 10-20 times, which can lead to an increased level of free radicals. Free radicals are also produced during exercise through ischemic reperfusion: blood is shunted away from organs that are not actively involved in the process -- the liver, kidney, stomach and intestines -- causing hypoxia (lack of oxygen) in these organs. Most of the blood goes to the heart and working of skeletal muscles throughout the body. When the exercise is finished, blood rushes back into organs that were oxygen deprived. This reperfusion causes a massive release of free radicals. And the increased volume of free radicals can further diminish the athlete's immune competence, leading to decrease resistance to infection and a higher rate of cancer. The cytostatic activity of Macrophages is reduced, which in turn reduces secretion of the tumor necrosis factor. Also, a decrease in the concentration of immunoglobulins IgA and IgG in saliva as well as in nasal washings was found in extreme athletes.

Extreme athletic activity is here to stay. All around the world there are athletic events where marathoners, ultra marathoners, iron men and women competitors will continue to participate. These athletes should carefully monitor their training and be under the supervision of an exercise immunologist. They should utilize countermeasures to cope with immune suppression. They should keep their glucose

level higher than normal. An athlete should drink one liter per hour of commercial sport drink, such as Gatorade, which contains 60 gm of carbohydrates, before, during and after any exercise lasting over 90 minutes. The brain perceives this glucose level as less stressful, down-regulating the secretion of stress hormones from adrenals, which diminishes the suppression of the immune system. The entire cascade of negative events leading to susceptibility for infection or cancer could be diminished or even reversed.

Statistics tell us that there is a higher cancer rate among elite athletes than among the general population. We all know many elite athletes who have had cancer. With better understanding of exercise immunology, athletes can better cope with the danger for the immune system in extreme sports.

For the rest of us who like exercise and enjoy sport activity, exercise is one of the healthiest and cheapest means to diminish the devastating number of cancers we have in the north America.. To engage more people in exercise programs we must go beyond traditional efforts. We need a well-coordinated effort for cancer prevention through physical activity. With constant education from schools to doctors' offices, people may finally understand that being physically active is not an option but a necessity in order to enjoy a healthy and productive life.

Dr. Ciril J. Godec, chairman of urology at Long Island College Hospital, frequently contributes articles on health and medicine. He is also the co-editor of a survey by international experts on prostate cancer, soon to be published in London, G.B.



Events Calendar For 2003

Do sedaj vemo samo za te prireditve. Prosimo vsa društva in organizacije, da čim preje sporočite svoje datume za objavo.

Marec 01	Sava Klub – Spomladanski banket – The 'Triglav' band
Marec 10	Sava Klub – Materinski dan – The Golden keys
April 12	Holliday Gardens – Banket –
April 27	Holliday Gardens – Občni zbor
Maj 25	Dom Lipa – Walk-a-thon – Slovensko Letovišče
Junij 8	Holliday Gardens – Piknik –
Julij 13	Holliday Gardens – Piknik – Ensamble SKART iz Slovenije
Julij 27	Sava Klub – Piknik –
August 10	Holliday Gardens – Piknik –
August 31	Holliday Gardens – Članski piknik –
September 7	Sava Klub – Piknik –
September 14	Holliday Gardens – Vionska trgatev –
Oktober 11	Sava Klub – Oktoberfest –
Oktober 12	Sava Klub – Oktoberfest –
Oktober 18	Sava Klub – Oktoberfest – The 'Triglav' band
November 1	Holliday Gardens – Banket –
November 8	Dom Lipa – Banket -
November 15	Sava Klub – Lovski banket – Romeros
December 7	Holliday Gardens – Bočičnica –
December 31	Holliday Gardens – Silvestrovanje –
December 31	Sava Klub – Silvestrovanje - Petovio

Humor

Vozniški izpit

Ženska, ki je pravkar naredila voznški izpit, se pelje proti domu. Na telegrafskem drogu opazi delavce, ustavi in ga nahruli: *"Ste pa res reval! Tako slabo pa res ne vozim!"*

Nekaj pozitivnega

Odvetnik posluša klientko, ki se želi ločiti od moža in ga ves čas kritizira.

"Ampak, nekaj je pa le bilo pozitivnega na njemu, da ste se z njim poročila."

"Ja, je bilo, toda vse to sva do zadnjega tolarja potrošila."

Ni vedela

Mlada žena, poročena šele nekaj mesecev pri odvetniku zahteva ločitev.

"Stalno pije!" je povedala.

"Pa prej ni pil, ko sta se poročila?" vpraša odvetnik.

"Nisem vedela, da pije. Ko pa je včeraj prišel domov popolnoma trezen, sem to šele ugotovila."

Smola

Kaj je hujšega od tega, da ti žena pobere ves denar in odide?

Da denar porabi in se vrne.

Hranilnica in Posojilnica Slovenia Credit Union



Vam želi vesele Božične
praznike in srečno
Novo leto 2003

*Making his list
and checking it twice...*



*He used the reindeer
as collateral...*



*Santa had to get
a loan...*



*Making YOUR Christmas
Dreams Come True!*



***"To all our valued Members...
Wishing you all a Merry Christmas
and a very happy and prosperous
New Year."***



**KREK SLOVENIAN
CREDIT UNION LTD.**

www.krek.ca