

# Varčno izpopolnjevanje

**Že vrsto let organizirajo Zveze za telesno kulturo posameznih občin seminarje za svoje strokovne sodelavce, ki delujejo v raznih delovnih sredinah. Letos bo tak seminar v Kranjski gori in bo združen za vse ljubljanske občine.**

Osnovna naloga seminarja je posredovati udeležencem novosti na področju telesne kulture, organizacijskih prijemov in izmenjati izkušnje s sodelavci seminarja. Seznanijo se z osnovami športnega treniranja, z novimi športnimi oblikami, pravili, organizacijo tekmovanja. Šolo smučanja ponovijo in se nauče novosti, saj velja pravilo, da mora vsakdo, ki bo organiziral in vodil tečaj smučanja, še pred začetkom tečaja ponoviti staro in se naučiti novo. Iz tega sledi logična posledica delitve seminarja na praktični in teoretični del.

Program tečaja je pester ne le zaradi ljudi različnih profilov znanja in delovnega okolja, temveč tudi zato, ker optimalno izkorišča športne objekte, ki so na voljo v Kranjski gori, na primer smučišča, tekaške proge, kegljišča, plavalni bazen, telovadnica v osnov-

ni šoli, drsališče in zadostno število predavalnic, ki jih tako organiziran seminar ne more pogrešati. Pestra paleta znanj, ki jih na seminarju posredujejo, mora zadovoljiti učitelje telesne vzgoje, ki so mentorji dela šolskih športnih društev in vodijo šolo smučanja v okviru šole v naravi. Isto velja za vzgojiteljice, ki vodijo telesnovzgojno dejavnost najmlajših v VVZ in izvajajo športne dejavnosti značke prve stopnje. Poleg drugega morajo vzgojiteljice obvladati tudi drsanje, smučanje, plavanje in še kaj, kar se v vzgojiteljski šoli niso dovolj naučile. Organizatorji športne rekreacije v OZD in KS so amaterski delavci, ki jih v telesni kulturi ne moremo pogrešati, v praksi pa se srečujemo z vrsto problemov. Na seminarju bodo dobili osnovo za njihovo reševanje, med pogovori za okroglo mi-

zo pa bodo skušali svoje težave zadovoljivo rešiti.

Sistemske urejeno delo na seminarjih v preteklih letih se že kaže v pridobivanju vedno novih prijateljev športne rekreacije in novih kvalitet na področju dejavnosti ŠSD. S tem sodi delo v selekcijah športnih panog in krožkov. Uspeh telesnovzgojne dejavnosti v VVZ pa je nesporen, če vemo, da imajo prvošolčki v naši občini za seboj šolo plavanja in smučanja in niso več začetniki na tem področju.

Vsako leto se je seminarja udeležilo med 170 in 230 udeležencev. Letos, v času stabilizacijskega ravnanja, je organizator izbral termin med 16. in 19. decembrom, ko so storitve v Kranjski gori predsezonske in zato znatno nižje. V tridnevem seminarju sta všteti tudi sobota in nedelja, da bi optimalno zmanjšali izostanek iz dela.

Rok za prijave je 3. december. Prijave pošljite na naslov: ZTKO mesta Ljubljane, Celovška 25, 61107 Ljubljana.

B. ŽUGELJ



Tudi letos se bodo vzgojiteljice VVZ učile smučanja, le da tokrat v Kranjski gori. Lani so se zbrale na Kravcu (na sliki) in nekaj dni pozneje so že samostojno učile smučati svoje male varovance. Foto: B. Ž.

## KLUB ZDRAVLJENIH ALKOHOLIKOV

# Prijateljstvo utrjuje voljo

Alkoholizem je velika nadloga naše družbe, zato je vsako zdravljenje dobrodošlo, zlasti če je uspešno. K temu pripomorejo tudi klubi zdravljenih alkoholikov, o katerih zadnje čase sicer ni veliko slišati, a jih je vrsta, ki naprej tiho, a dejavno živijo v zadoščenju nekdanjih bolnikov alkoholikov in njihovih družin. Med uspešne klube lahko štejemo tudi klub Stara Ljubljana z dvajsetimi člani, ki se sestaja enkrat tedensko v prostorih Centra za socialno delo občine

Center na Resljevi cesti. Osem let ga je vodila socialna delavka Zdenka Bevc, ki je zdaj koterapevtka zdravnika Janeza Klobučarja.

»Naš klub ni velik, zato pa se med seboj dobro poznamo in lahko več časa posvetimo posameznikom, kar je sila pomembno za tiste, ki so morda po značaju labilnejši,« je pogovor načela Zdenka Bevc.

»Se to pozna pri rezultatih?«  
»Zadnji dve leti se lahko pohvalimo, da smo posebej uspešni, saj ni člana, ki bi ubral stara pota. Imamo odličnega terapevta Janeza Klobučarja, ki je s svojim znanjem in izkušnjami, zlasti pa voljo do dela, dvignil raven naših sestankov. Vrstijo se tudi zanimiva predavanja, ne le z zdravstvenega področja.«

»Kaj je tista vez, ki člane drži skupaj?«

»Skupinska terapija je veliko pomagala, da člani držijo skupaj. Gre za sproščene, odkrite pogovore o različnih težavah, tudi osebnih. Vsak lahko pove, kaj ga teži in se tako znebi bremena, ki mu leži na duši. Tako se razvijajo prijateljstva, strpnost, razumevanje. To posameznikom kuje voljo, da jih kozarček spet ne zamika.«

»Za zdravljenega alkoholika je dovolj, da zvrne silce žganja in že se mu prižge zelena luč v ponovno izgubljenost. Če se tedaj zaveda, da so v klubu prijatelji, ki ga imajo radi in jim ni vseeno, kaj se z njim dogaja, mu bo misel nanje

zadržala usodni korak. Vsakemu, ki je kdaj spodrsnil in ga potem ni bilo v klub, so prijatelji sledili in ga spet potegnili medse. Ni se lahko vzdržati alkohola potem, ko ti je to bila življenjska navada oziroma razvada, ki se je sprévrгла v bolezen,« je razložila koterapevtka Zdenka Bevc.

»Kdo so ljudje v klubu?«

»Različnega spola, različne starosti, različnih poklicev. Moram povedati, da sta dva zdravljenega alkoholika med zdravljenjem končala višjo šolo, eden fakulteto, dva osnovno šolo. Še naprej hodijo v klub in vlivajo voljo drug drugemu. Smo prava družina v velikem: hodimo na izlete, pomagamo drug drugemu, če je treba, skratka, počnemo vse, da bi zdravljeni alkoholiki trezno in urejeno živeli.«

S klubom sodelujejo tudi zakonci oziroma svojci zdravljenih alkoholikov, saj strokovnjaki pravijo, da so tudi ti v nekem smislu bolni, saj so dolga leta živeli z alkoholikom, se pravi nezdravo. Tudi ti so potrebni rehabilitacije, podpore, razumevanja.

»Dolgo že delate, da ne rečem živite s klubom, česa pogrešate?«

»Sodelovanja med klubi. Vsak dela in se prebija po svoje, mislim, da bi SZDL pri tem lahko kaj storila. Še nekaj me teži: to, da ni mladih terapevtov, saj smo starejši že izpeti, utrujeni. Želimo si mladih moči. Delo je resda naporno, a poplačano, četudi samo nekaj alkoholikov iztrgamo iz brezna alkoholne pogube.«

A. A.

## REKREACIJSKE SKUPINE

# Trdi športni boji

Vsak ponedeljek in četrtek se srečajo ekipe košarkarjev iz ozdov in KS v telovadnici TVD Partizan Tabor, v košarki. Potem ko je organizator odstranil iz tekmovanja ekipe Radia Ljubljane in Iskre-avtomatike, ker nista redno prihajali, je postalo tekmovanje prijetnejše in tudi dosti bolj resno.

**Stolpec prve skupine po sedmih kolih igre:**

CEO	7	7	0	270:200	14
RSNZ	6	6	0	265:174	12
LB	6	5	1	224:154	10
ŠD Pravniki	7	5	2	186:138	10
ŠD Poljane	7	4	3	195:195	8
KDU	6	3	3	191:160	6
INTERTRADE	6	3	3	216:206	6
SLIVA	7	2	5	201:238	4
SPIZ	7	1	6	122:196	2
SCT	6	0	6	83:132	0

**Tudi odbojkašice v rekreacijski ligi se približujejo koncu jesenskega dela tekmovanja.**

**Stanje lestvice po nepopolnem devetem kolu tekmovanja**

ZO PTT	8	7	1	14: 3	14
IBE	8	7	1	14: 5	14
LB	9	7	2	15: 4	14
Partizan. Moste	9	6	3	14: 6	12
N. DOM I.	8	3	5	7:10	6
ISKRA COMM.	8	3	5	7:11	6
STATISTIKA	8	3	5	6:10	6
ŠD Pravniki	7	2	5	5:11	4
N. DOM II.	6	1	5	2:10	2

**Lestvica odbojkarjev:**

KASKADERJI	8	8	0	16:11	16
LB	7	7	0	14: 0	14
PTT	8	5	3	11: 7	10
N. DOM I.	7	5	2	10: 6	10
KS MURGLE	6	4	2	8: 4	8
MK	7	3	4	7: 8	6
N. DOM II.	5	3	2	6: 4	6
ISKRA PPC	9	3	6	8:12	6
ŠCTP	7	1	6	2:12	2
KARTONAŽNA	8	0	8	0:16	0

## Rekreacijska liga v namiznem tenisu

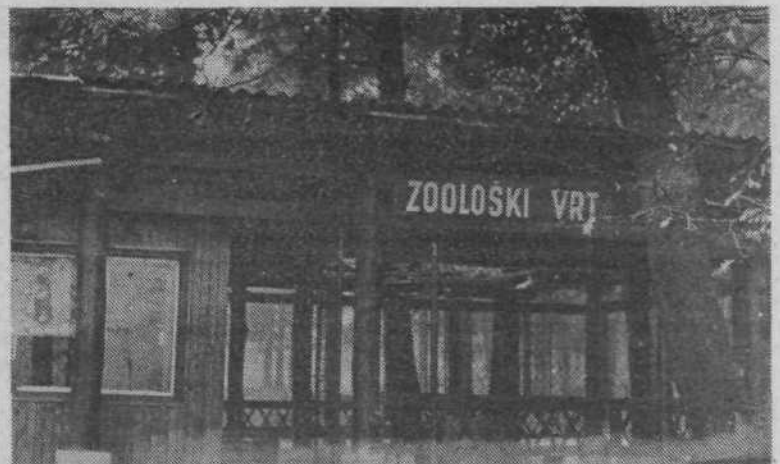
Tekmovanje je na Kodeljevem vsak četrtek med 18. in 22. uro. Sodeluje 15 ekip po pet igralcev, od tega tri ženske ekipe. Organizatorji so nekoliko presenečeni nad slabo udeležbo, vendar so s takim načinom rekreacije šele začeli, nekaj pa je prispevala tudi energetska kriza. Tekmovanje se bo nadaljevalo prihodnje leto spomladi, jesenski del pa bo končan v novembru.

## Seminar za smučarke začetnice

VVZ naše občine že vrsto let prirejajo zimovanje otrok z učenjem smučanja. Učiteljev smučanja za to starostno stopnjo nam močno primanjkuje. Zato so sklenili naučiti smučati vzgojiteljice, da bodo, tako kot v plavanju in drsanju, same prevzele to delo. Enotedenski seminar bo v Kranjski gori. Prijave sprejemajo na ZTKO Ljubljana Center, Zarnikova 3, do 26. novembra.

## Živ-žav v Tivoliju

Vsako drugo soboto v novembru in decembru je v mali dvorani v Tivoliju živahno. Otroci iz naših vrtcev vadijo aktivnosti iz programa Športne značke I. Otroci VVZ A. Ziherl in Prul so te aktivnosti že uspešno opravili.



Ni bencina, ni avtobusov - morda bi rešitev lahko ponudil kar živalski vrt - s kamelami?

(BREZ)BENCINSKA VPRAŠANJA

# Kako v živalski vrt?

Čeprav ljubljanski živalski vrt ni tako urejen, kot bi si želeli, smo lahko ponosni, da ga imamo. Po drugi strani pa nam je vsem nekam od rok, zlasti zdaj, ko nam je gorivo postalo dragoceno in se ne moremo več prepeljavati po mili volji kot poprej. Tako marsikdo rajši ostane doma, kakor da bi popeljal otroke v živalski vrt, kajti tja ne vozi nobeno javno prevozno sredstvo in z najbližjega postajališča mestnega avtobusa je 20 do 25 minut peš. Vsako mesto ima mestni avtobus, ki vozi do živalskega vrta, le Ljubljana ga ne premore.

Ljubljanski urbanistični zavod, zavod za razvoj Ljubljane in Integral zdaj razmišljajo, kaj storiti: ali naj bi ta avtobus imel le turistični značaj in bi tja vozil občasno, ali naj bi to bila redna linija, ki bi povezovala, denimo, železniško postajo z živalskim vrtom ali pa naj bi odprlo novo krožno linijo, ki bi povezovala Vič s Šiško in hkrati rešila še živalski vrt. O tem so imeli že vrsto sestankov, a dogovora nobenega. Bojda so občani Rožne doline proti, niso pa proti desetnam in desetnam avtobusov, ki vozijo šolsko mladino do živalskega vrta, da ne govorimo o preštevilnih avtomobilih, ki prav zavoljo pomanjkljivega javnega prevoza vozijo po Večni poti in ki tudi ustvarjajo hrup in onesnažujejo zrak.

Naj bo karkoli, potrebe narekujejo, da končno dobimo avtobus do živalskega vrta, še lepše bi bilo, ko bi dobili za nameček še povezavo med Vičem in Šiško. Več ljudi bi to sprejelo z zadovoljstvom kot z godrnjanjem.

A. A.

## DOGOVORI

Gradišče 10, p. p. 191 - Telefon 214-296, 223-510 in 223-509 - Izhaja štiri-najstrednevo - Naklada 16.500 izvodov

Izdajateljski svet:

Lojze Cepuš - predsednik, Srečo Čož - podpredsednik, člani: Ivo Bogataj, Franc Boštjančič, Tanja Keršmanc, Miro Kokolj, Stanka Marin, Franc Možina, Andrej Mlinar, Ksenija Preželj, dr. Marko Polič, Ida Rebolj, Milan Slomnik in Meta Verbič

Ureja uredniški odbor:

Srečo Čož, Vito Komac, Dragica Kremser, Bojan Lubej, Jože Pirc, Janko Rednak, Anka Strukelj, Rudi Žavbi, Brane Žugelj, Niko Isajević (odgovorni urednik), Lučka Špat (urednica), Matija Čož (tehnični urednik)

Rokopisov ne vračamo. Tisk: CGP »Delo«, Likozarjeva 1