

Med sovraži gnilobo in strupe. Dajejo ga tudi na rane, ki jih celi, in na tvore, da jih preže in izčisti.

Uživajmo med v večji meri in ne samo v primerih bolezni. Lahko ga uporabljamo tudi kot sladilo namesto sladkorja. Zaradi svoje neprecenljive vrednosti zasluži v polni meri, da ga cenimo tako, kot so ga že cenili naši davni predniki.

Učite se plavati

Plavanje spada k najbolj zdravim in plemenitim vrstam športa. Pri tem delujejo skoraj vsi glavni deli telesa: roke, noge, prsi, vrat ter dihalni organi. Voda nas poživlja in okrepuje. Kako prijetno nam je po kopanju in kako lahek nam je korak! A ne samo to. Plavanje je naravnost vzgoja h krepostim. Skok v mrzlo vodo zahteva že precej poguma in odločnosti. Mahljaj za mahljajem je treba vztrajno vaditi, da se človek v začetku vzdrži vsaj kratek hip na površju. Težko gre sprva, a trdna volja kmalu premaga začetne težave. Kakšno veselje navda mladega plavca čofotača, ko se dalj časa vzdrži na površju. Doma takoj pove: »Očka, jaz znam pa plavati.« In kadar doseže nasprotni breg, se mu zdi, da je res pravi junak, ker je premagal močno reko.

Vsakdo bi se moral že kot otrok naučiti plavati. Pfidejo primeri, ko je človek primoran rešiti si življenje s plavanjem, ali pa reševati druge. Takrat je učenje prepozno.

V šolskih učnih načrtih je pri telovadbi upoštevano tudi plavanje. Prosite svoje učitelje in učiteljice, da vas nauče tega zdravega in potrebnega športa, kjer koli je to mogoče. Ti vam bodo dali še druga važna navodila o čuvanju zdravja in o spodobnem vedenju pri kopanju.

O važnosti in potrebi plavanja nam priča tudi poročilo v prihodnjem poglavju, kjer popisuje pogumna deklica, kako je rešila življenje nekemu dečku.



Preprečena nesreča.

Dne 16. maja letos sem šla zvečer domov od šmarnic. Ko pridem mimo Ljubljance ob karmeličanski cerkvi v Mostah, zaslišim vpitje otrok: »Silva, Silva! Franci bo utonil!« Ne da bi pomislila na svojo nevarnost, da lahko tvegam svoje zdravje ali pa celo življenje, ker je bila voda od dežja zelo mrzla, sem skočila v obleki in čevljih v vodo, kjer se je Franci že potapljal. Z velikim naporom sem ga privlekla k bregu, saj je bil fant že čisto omamljen. Oklenil se me je z obema rokama okrog vratu, da bi me bil skoraj zadušil. Ko sem ga privlekla na breg, so naju odpeljali vsakega na svoj dom.

Drugi dan sem pa zbolela, ker sem se prehladila v vodi. Tudi deček je zbolel. Njegovi starši so mi bili zelo hvaležni. Vsi so rekli, da bi še vsak odrasel človek ne imel takega poguma. V šoli je gospod upravitelj napisal v okrožnici lepo pohvalo, ki sem je bila zelo vesela. Banska uprava pa mi je poslala lepo denarno nagrado.

Vsega sem bila zelo vesela, najbolj pa zavesti, da sem mogla svojemu bližnjemu napraviti največjo uslugo, ki jo človek zmore.

Silva Šebenik,
učenka I. odd. višje ljud. šole,
Ljubljana-Moste.

Kako sem preživel počitnice.

Ko se na Vidov dan zapro šolska vrata, se misli vseh šolarjev igrajo z željo, da bi nekje prebili počitnice v drugačnem redu, kot poteka šolsko leto.

Tudi mene je zagrabilo tako hrepeneje. Pa se mi je tudi uresničilo. Bil sem 14 dni v Poljanah, kjer so uživali počitnice otroci ljubljanske mestne počitniške kolonije.

Bilo nas je 96. Imeli smo kar vojaški red. Vsako jutro je že ob šestih zapel šolski zvonec. V trenutku je vse oživel v sobah. Takoj smo bili vsi oblečeni in pripravljeni za umivanje. To je bilo kar v Poljansčici. Nato je bila kratka telovadba, pozdrav zastavi in jutranja molitev. Ob sedmih smo prišli * zajtrku že kar lačni. Po zajtrku smo se spravili nad postelje, ki smo jih prav lepo uredili. Tudi sobe smo morali sami pometati in pospravljati. Zdaj šele vemo, koliko dela imajo naše mamice. Ob pol devetih smo bili zopet pripravljeni za izlet. Kadar je bilo lepo vreme, smo napravili daljše izlete, sicer smo pa šli samo po vasi. Bili

smo tudi na Visokem, kjer je pokopan nekdanji ljubljanski župan in pisatelj dr. Ivan Tavčar in njegova gospa. Obiskali smo tudi Gorenjo vas, Sv. Volbenka na Bukovem vrhu, Javorje in dvakrat celo italijansko mejo, Žiri in Kapačnico. Prišedši s sprehodov, se nam je kosilo kar privilego in naenkrat so bili krožniki prazni. Za počitek naših trudnih udov je bilo odrejeno dveurno spanje.

Popoldne smo bili pri kopanju zopet vsi veseli in dobre volje. Igrali smo tudi nogomet in druge igre, da nam je popoldne kar hitro minulo. Naši želodčki so bili pa tudi že prazni in večerje se nihče ni branil. Po večerji smo šli kmalu spat.

Prehitro so minuli prekratko odmerjeni dnevi. Jaz sem moral oditi, drugi pa so ostali, vsega 25 dni.

Večkrat smo se pogovarjali o prijetnem življenju, ki nas je nečutno vodilo v pravi življenjski red.

Prepričan sem, da se bomo vsi radi spominjali lepih počitniških dni, posebno pa še onih dobrih ljudi, ki so nam jih omogočili. Marijan iz Most.

Urednikovo sporočilo

Naš najstarejši mladinski list »Vrtec« začenja 69. leto svojega obstanka. Učil in vnemal je že Vaše starše za vse lepo in dobro ter jim prinašal ure plemenitega razvedrila. To hoče tudi v bodoče: Voditi mladino na pota k Lepoti in Dobroti.

Prihodnje leto obhaja naš list lepo slovesnost — svojo 70 letnico. Zato smo častitljivemu starčku preskrbeli že letos slavnostno obleko in ga primerno pomladili. Saj je to tudi zaslužil za svoje nesebično delo v blagor mladine.

Z butarico smo ga poslali med svet. To je podoba mladosti in veselja otroških let. Pri nobenem narodu ne najdemo te navade, zato je to tudi znamenje slovenske mladine. Zgoraj pa vidite križ, znak naše vere, ki vodi in razsvetljuje naša zemeljska pota.

Urednik želi, da mu mladina v pisnih sporoča želje, ki bi jih imela v kakršni koli zadevi glede »Vrtca«. Priobčeval bo rad poročila o Vaših razveseljevanjih, težavah ter o zanimivostih krajev, kjer živite. Prav bi mu prišle tudi tozadevne slike. Pošiljajte skupna (razredna) sporočila, da prihranite pri znamkah.

Le pridno in veselo na delo!