

**ZELENI**

**GLAS**

Glasilo kulturnega društva  
Zelena hiša \* ISSN 1408-9799  
Cena 1 SIT \* izhaja mesečno  
Letnik 2 \* 2005 \* April \* 99

**V tej številki preberite:**

\* **Klepetalnica:**  
**Vas lahko okregam?**

\* **Obraz meseca:**  
**dekle, ki oživlja lutke**

\* **Mojca Mavrič -**  
**telovadka s srcem**

\* **Poznate svoje maščobe?**

\* **Kaj delajo taborniki,**  
**sokoli in skala?**

\* **Četrty dan je vaš**  
**gost že illegalec**

\* **Vse skrivnosti**  
**borznega poslovanja**

**APRILA**  
**JE VAŠ DEŽNIK**  
**LAHKO TUDI SONČNIK.**  
**ALI PA NAJ Z NEBA RAJE**  
**PADA DENAR?**

**Medvešek Pušnik**



Borzno posredniška hiša d.d.

**Birokrat**

ANDERSEN

Microsoft

**program za celovito  
vodenje poslovanja**

# Birokrat

**za Microsoft Windows**

kupcem do 30. 6.  
zagotavljamo brezplačno  
nadgradnjo programa z  
podporo Davka na dodano  
vrednost - DDV, ter  
kompatibilnost  
z letom 2000

**Že za  
139.000 tolarjev**  
prometni davek je že vračunan



Birokrat za Windows odlikuje sodobna 32 bitna tehnologija z možnostjo povezovanja s paketoma Microsoft Office in Small Business Server, sposobnost povezave do petih uporabnikov v mreži, ter povezave v celovit globalni sistem poslovno-informacijske tehnologije za napredno in učinkovito vodenje poslovanja, kar vam omogoča, da si uredite poslovanje na najbolj enostaven in učinkovit način, za katerega boste porabili veliko manj vašega dragocenega časa.

Obiščite nas na internetu na naslovu [www.andersen.si](http://www.andersen.si)

e-mail: [andersen@andersen.si](mailto:andersen@andersen.si)

ANDERSEN d.o.o.

Tesovnikova 35

Tel: 061/168-36-81

Fax: 061/168-66-84



## SPROSTITIV ob hladnih večerih

Nedavno se je na področju stanovanjske opreme pojavila svetovna novost - GRELNE SLIKE.

Ko so se naši predniki vračali z lova, so se pomirili in odpočili ob ognju v votlini, katere stene so krasile preproste podobe iz narave. Ob odsevu ognjenih plamenov so liki izžarevali vsakdanjo stvarnost na pomirjujoč in hkrati vzpodbuden način.

Tudi moderni stanovalci se lahko v svojih bivališčih vrnejo k naravi, pomirijo in sprostitjo na različne načine, ki jih ponuja sodobna bivalna kultura, katere najnovejši dosežek so grelne slike.

Notranji nemir, strah, dvomi, zaskrbljenost, jeza in drugi občutki skoraj vsak dan negativno vplivajo na naše zdravje in počutje. Najbolj preprosto se jih lahko znebimo, če si v stanovanju pripravimo "kotiček sprostitve", za kar potrebujemo

grelno sliko. Obesimo jo na steno, nasproti namestiti prikladen naslonjač. Ko sedemo, nam pogled na sliko priključ v zavest neomejen mir, ki vlada ob lepem vremenu med morjem in nebom ter globoko negibnost zvezdne noči. Doživimo popolno sproščenost, ki jo omogočita sijaj in toplota narave prek slikovnih motivov, v katere se nezaznavno vživimo. Po četrturni sprostitvi se rešimo utrujenosti celega dneva.



**THERMAL  
MOIST  
HYDRO LIPOSOME-GEL**

V samo 4 tednih  
33% več vlage  
za vašo kožo.

Thermal Moist Hydro Liposome-Gel daje vaši koži natančno to kar potrebujete: vlago in vitalnost. Ta lahka, nemastna nega s koncentriranimi vlažilnimi sestavinami in termalno vodo iz Baden-Badna, ohranja vaš mladostni videz. Vaša koža je videti sveža in sijoče lepa.

**SANS  
SOUICIS  
BADEN-BADEN**

Novost v vaši Drogeriji na Rojčevi ulici!

ESKLEZIVNI ZASTOPNIK:  
**DROGERIJA d.d.**  
Ul. Milana Nagova 12, Ljubljana

## Klepetalnica

### Vas lahko okregam?

Razen pravih rešitev križanke ni na naš naslov ta mesec prišlo niti eno samo samcato pismo, s katerim bi opozorili na karkoli v vašem okolju. Pravzaprav bi se dalo iz tega razbrati, da se imamo v našem delu mesta odlično: smo brez problemov, brez lepih ali grdih dogodkov, brez...

Zakaj potem kljub temu po raznih vogalih šlišim šušljanje o tem in onem?

Z Zelenim glasom imate priložnost, da sami storite nekaj za svoje okolje, da stopite v stik s svojo okolico, da sprožite javno vprašanje ali pa opozorite na kakšen negativen oziroma pozitiven primer. Vsiljivih reklamnih glasil ste že naveličani, VAŠEGA informativnega glasila pa ne sprejmete kot možnosti, prek katere bi se lahko izrazili.

OK, prav, ostajamo informativno glasilo brez privednika VAŠE; naše poslanstvo tako ostaja le v tem, da vas obveščamo o prireditvah, različnih dogodkih, raznovrstnih ponudbah, raznih dejavnostih, srečanjih... No, seveda, če imate kakšno sporočilo za svojo okolico, vam vsekakor še naprej ostajamo na razpolago. "Hrabri" so vedno dobrodošli.

Kot govori "glas ulice" - marsikdaj edini pravi glas - ste Zeleni glas kot obveščevalno in informativno glasilo že kar sprejeli za svojega in upoštevanja vrednega. Hej, saj nas nenazadnje dobite v 10 tisoč gospodinjstvih. Nekaj pozitivnega vpliva našega pisanja smo namreč že zasledili. Na primer v samem centru Most "so se smeti že odstranile", prevrnjeni reklamni pano pa

je našel lastnika in odšel opravljat svoje poslanstvo.

Pa se vrnimo k informacijam: Društvo

Zelena jama se je na občnem zboru 27. marca 1999 soglasno preimenovala v Turistično društvo Zelena jama. Kljub formalni spremembi imena pa se bodo v društvu še naprej trudili izboljšati naš lokalni utrip, še naprej pa bodo tudi ostali organizator prireditev in športno kulturnih dejavnosti.

Tako si lahko s Turističnim društvom Zelena jama organizirate nepozabno doživetje letenja z balonom, v društvu pa vam pomagajo organizirati tudi druge avanture: kolesarske, pohodne, planinske ali turistične izlete doma in v tujini. Zato naprošajo vse, ki bi jih zanimala organizacija ali vodenje takih izletov, da se zglasijo v Turističnem društvu Zelena jama, telefon 142 27 80.

Že ta mesec pa se lahko pridružite izletu "jeklenih kolesarjev" in 24. aprila v dobri družbi odkolesarite na otok Krk. Povratek je organiziran 26. aprila, prijavite pa se lahko seveda na telefonski številki 142 27 80.

Turistično društvo Zelena jama je tudi glavni organizator krajevnega praznika, ki bo v začetku junija. Prosimo vse zainteresirane gostince, da posredujejo svoje pisne ponudbe za opravljanje gostinskih storitev na tem že tradicionalnem družabnem srečanju. Med prispelimi ponudbami bomo izbrali najugodnejšega ponudnika, vse pa o naši izbiri pisno obvestili.

Vabljeni tudi vsi, ki želite aktivno sodelovati pri organizaciji našega krajevnega praznika.



# ZELENI GLAS

## ZELENI GLAS

je glasilo turističnega društva Zelena jama. Zeleni glas je mesečnik in pokriva območje krajevnih skupnosti Zelena jama, Savsko naselje, Moste, Dušan Kveder-Tomaž in Jože Moškrič/Jarše. Izdajatelj: Društvo Zelena jama, Perčeva 22, Ljubljana

Za izdajatelja: Boris Pirc

Založnik: Connecta reklamna agencija d.o.o., Dunajska 21, Ljubljana

Uredništvo: Perčeva 22, telefon (061) 142 51 41

Naslov za prispevke: Zeleni glas,

p. p. 3521, 1001 Ljubljana

Glavna urednica: Maja Dovžan

Urednik - novinar: Vlado Kadunec

Lektorica: Maja Lihtentalner

Križanka: Jože Petelin

Oblikovanje: Connecta reklamna

agencija d.o.o., Ljubljana

Tiska: Imprint International

Naklada: 10.000 izvodov

Glasilo Zeleni glas se po mnenju

Ministrstva za kulturo RS, izdanem pod

št. 415-1111/98 dne 10.9.1998,

prišteva med proizvode, za katere se

plačuje 5% prometni davek.

Cena: 1 SIT

Vse pravice pridržane. Nepodpisanih pisem oziroma prispevkov ne objavljamo in pisem ne vračamo.

## POKROVITELJI REVIEJE ZELENI GLAS

### TRGOVINA Z ORODJI IN AVTOMOBILSKIMI DELI

IGOR ŠTURBEJ, GSM: 041/617 620

ZALOŠKA 167, 1000 LJ - SLO VIDE PREGARČEVE 14  
TEL./FAX: (061) 140 05 94 TEL./FAX: (061) 140 11 06



### Optika Terbežnik

Rojčeva 26  
1110 Ljubljana - Moste  
telefon 061 445 433



optika  
terbežnik

Na voljo smo  
vam vsak  
delavnik razen  
sobote od 8. do  
12. ure in od  
15. do 18. ure.  
Dobrodošli!

"Najkreativnejše ideje pridejo,  
ko na projekt pogledamo  
z druge strani."

VAŠE IDEJE: **CONNECTA**  
E - BOJNE: **connecta@zofona**  
NIPNIJE: (061) 05 20 20  
ISTARJE: (061) 1333 024  
ISTARJE: (061) 1350 041  
DUNAJSKA 21 1000 LJUBLJANA  
KONJANIČNA ULICA 4100

**CONNECTA**



SPROSTITEV Z ZVOKOM

IRS

## RAČUNALNIŠKI CENTER CEPIN, Partizanska 23, Lj. - Moste Tel., fax (061) 447-693 ali 061 -612-569

KOMISIJSKA PRODAJA, PRENOVA STARIH RAČUNALNIKOV

### DELOVNI ČAS:

PONEDELJEK - ČETRTEK OD 8. DO 18. URE  
PETEK OD 8. DO 15. URE; ODMOR OD 12. DO 13. URE

### PO ZELO UGODNI CENI

#### VAM NUDIMO:

Celeron 333A, 32MB RAM,  
3.2 GB disk, ATI 8MB AGP,  
FDD, CD-ROM Teac 32x,  
zvočna k., ohišje AT,  
za samo 80.000SIT  
in  
INTEL PII 350, ABIT BH6  
64MB RAM, 10.1 GB disk,  
ATI Xpert98 8MB AGP, FDD,  
CD-ROM Teac 32x, ohišje ATX  
za samo 128.140SIT

DIMM 32MB/64MB PC100	7.800/14.470
Proc. Celeron 333A/366A	14.370/19.950
Osn.pl. BX PII AT + SB16	12.850
Disk 3.2 GB / 10.1GB	21.990/33.480
ATI 8MB AGP	6.520
ATI TV tuner int.	13.810
Ohišje ATX MIDI tower	6.660
CD-ROM 32x Teac	8.280
CD-RW Mitsumi 4802	43.000
Zvočniki 80W Teac, aktivni	2.000
Monitor 15" Classic TCO95	27.610
HP DeskJet 695C	29.520
Umax Astra 1220P/1220U	16.180/20.560
Kamera Kodak DC 210plus	92.370

Cene so brez 5% prometnega davka.

# S CERTIFIKATI POŠTENO IN STROKOVNO



Ko smo pred meseci nekateri med krajani dobili v roke ličen majhen prospekt, tiskan na prijetnem rumenkastem papirju, smo lahko prebrali tudi naslednje:

*Žametni zvenket zlatnikov dopolnjuje šelestenje svežih bankovcev v razkošnem ambientu lesa in bleščečega marmorja; opojni vonj udobnih, aristokratskih usnjenih naslanjačev se prepleta z dišečim dimom najiminentnejših cigar v rokah mož v prestižnih modrih oblekah, ki vrtijo po rokah ključice sijajnih mercedesov..., približno tako si ljudje običajno še vedno predstavljajo borzno posredniške hiše.*

Pa je to res? No, za izdajatelja, ki je tako ironično zapisal tisto, kar po njegovem mnenju in izkušnjah običajni ljudje razmišljamo, lahko rečemo, da nikakor ne drži. Bogdan Pušnik je predsednik uprave borzno posredniške hiše Medvešek Pušnik. Izobraženi mladi mož in vrhunski strokovnjak za finance je resda ponavadi v temnih oblekah, ki ga naredijo zelo resnega, pa se zato toliko raje nasmeje in se pošali.

Pušnik takole komentira gornji citat: "V službi nosim največkrat res modro obleko, vozim pa se z mazdo. Pri nas ne posedamo po naslanjačih in se ne ogledujemo v marmorju, pač pa večino delavnika presedimo pred računalniki, ko za naše stranke opravljamo posle in jim svetujemo pri odločitvah."

In tako tudi je, v kar smo se prepričali, ko smo borzno posredniško hišo tudi obiskali.

V več sobah sedijo pred ekrani borzni posredniki. Časi, ko je začela poslovati ljubljanska borza in so se borzni posredniki srečevali "na parketu", torej v živo, in so se gledali v oči ter se ocenjevali, kaj kdo ponuja in za kakšno ceno, so za vedno minili. Dandanašnji se je poslovanje tudi že tako razvilo in razširilo, da se posredniki med seboj le naključno poznajo, z izjemo

pionirjev na borzi, seveda. Ko takole zrejo v zaslone, komentira dogajanje na zaslonu zdaj ta, zdaj oni.

"Se splača?" pravi nekdo. "Ne, počakaj še eno uro, da pade," pravi drugi.

"Hej, "tapata" delnica raste!"

"Seveda, včeraj so imeli skupščino delničarjev in razkrili lanski dobiček."

"Trgovska hiša "tapaona" spet raste!"

"Ne bo dolgo, v polletju so imeli iz poslovanja izgubo," pribije nekdo drugi.

Drugi člani kolektiva brskajo po dokumentih, časopisih, revijah, telefonirajo, skratka zbirajo informacije o dogajanjih in delajo analize. Predsednik uprave hiti od sestanka na sestanek ali tudi sam posluje pred zaslonom. V sejni sobi se zbirajo investitorji. To so ljudje, ki svoja privarčevana sredstva zaupajo v upravljanje strokovnjakom hiše.

Borzno posredniška hiša Medvešek Pušnik je bila ustanovljena leta 1992 kot Mibex port-folio. Sedež je dobila v lastnih prostorih v Gradisovi poslovni stavbi na ulici Gradnikove brigade 11/IV, v Novih Jaršah in še danes deluje na isti lokaciji.

Kot nam pove že ime, so bili med ustanovitelji predvsem dve družini: brata



Medvešek in brata Pušnik. Večina delnic je ostala v rokah ustanoviteljev.

Na začetku, v prvem letu poslovanja, je dosegla bph Medvešek Pušnik 2 odstotni tržni delež prometa med posameznimi borznimi hišami, v naslednjem ga je že podvojila. Lani je bila nekaj mesecev po opravljenem prometu celo druga med nebančnimi borznimi hišami, leto pa je končala zelo uspešno. Optimistične napovedi se uresničujejo tudi letos.

Jure Klepec, analitik v borzno posredniški

hiši Medvešek Pušnik, pravi:

"Zadovoljni smo z deležem delnic PIDov in drugih certifikatnih delnic, ki jih odkupimo. Vsakdo mora za to odpreti račun in ceneje kot pri nas ni nikjer. V dveh dneh po opravljeni prodaji ima dosedanji lastnik žcertifikatnih' delnic že denar na svojem računu. Prav tako vsak prodajalec pred prodajo natančno izve, koliko znašajo stroški b.p. hiše."

Ni treba, da se obiskovalec odloči za prodajo certifikatnih delnic: v hiši mu prav radi tudi svetujejo, kaj naj počne z njimi, v kaj naj investira, kdaj naj jih proda in podobno. Nasveti so seveda brezplačni.

Kot smo že rekli, se ukvarja bph tudi z upravljanjem premoženja. To pomeni, da lahko vsakdo, ki ima prihranjena določena sredstva, denimo, da skuša prihraniti za nov avto, pa zbere šele polovico, zaupa ta sredstva v upravljanje bph Medvešek Pušnik. Ne bo izjema, saj je ta hiša v naši soseski največja hiša za upravljanje premoženja, kot temu pravijo.

Bojan Jean je še posebej zadolžen za take investitorje.

"Vsako stranko obravnavamo posebej. Pogodbo sklenemo za čas, ki mu ustreza in za višino sredstev, ki jo zmore", pravi Bojan Jean.

"Pa se s tem vlagatelj odpoveduje sredstvom za določen rok?"

"Sploh ne! Če se mu pokaže potreba po likvidnih sredstvih, po gotovini, mu delno ali v celoti v dveh dneh zamenjamo izbrane vrednostne papirje v gotovino."

"Kolikšno nagrado pa lahko pričakuje vlagatelj?"

"Že dve leti se lahko pohvalimo, da naši vlagatelji dosežejo pri zelo varnih naložbah donos DEM + 15%, pri nekoliko bolj pogumnih pa še več."

Bph Medvešek Pušnik boste zlahka našli, če pri Intersparu BTC zavijete v nasprotno smer in se mimo Emone podate do konca ulice. Vsakomur, ki jih obišče ali zgolj pokliče po telefonu, so na razpolago izkušeni strokovnjaki, ki svoje delo jemljejo resno in odgovorno. Enostavno vam bodo predstavili tudi na videz zapletene borzne operacije, predvsem pa želijo vsakomur dati strokoven in pošten nasvet. Stalne stranke imajo tudi stalne borzne posrednike in med njimi se sčasoma spletejo trdni mostovi zaupanja.

"Če bi želeli karkoli izvedeti v zvezi s prodajo vrednostnih papirjev ali morda, kaj se dogaja s PIDi, pooblaščenimi družbami za upravljanje, bomo veseli Vašega klica ali obiska," še vabi predsednik uprave B. Pušnik.

Borzno posredniška hiša Medvešek Pušnik ima svoje prostore na Ul. Gradnikove br. 11 v Ljubljani (zavijete nasproti Interspara BTC), telefonska številka 14 14 078, številka faksa 14 14 079, spletna stran pa <http://www.medvesekpusnik.si>.

Vito Komac

**Sonja Kononenko -  
tista, ki oživilja lutke.**

**ZGOVORNA GOVORICA MOLKA**

Šele ko sem odhajal od Sonje Kononenko, sem dojel, na koga me spominja.

Kljub temu da je že v srednjih letih, iz njenih oči in izraza veje tista človeška toplina, ki sem jo poznal od pred dvema letoma umrle igralka, pesnice in pisateljice Berte Bojetu. Sicer pa ni čudno, obe je povezovala žareča ljubezen do gledališča, do lutk, Berta pa je bila v Lutkovnem gledališču tudi Sonjina mentorica.

Lutke so Sonjo navdušile, že ko je bila stara osem let. V Pionirskem domu je sodelovala v lutkarskem krožku, ki ga je vodil slovenski pisatelj Lojze Kovačič. Gledališče jo je med odrasčanjem tako prevzelo, da se je sklenila, zapisati se mu. Vpisala se je na igralsko akademijo - seveda smer lutkarstvo - vendar pa takrat - tako pa je tudi danes - za to gledališko zvrst še ni bilo posluha.

"Brez veze sem se, potem ko so me na AGRFT zavrnili, vpisala na Filozofsko fakulteto, a sem po dveh letih nehala, ko se mi je dokončno potrdilo tisto - brez veze. Namreč, nisem hotela študirati nečesa, kar me ni zanimalo. Prepustila sem svoji notranjosti," pravi danes Sonja. Nadaljevanje je bilo precej jasno. Lutk ni nikoli pozabila, tudi med "študijem" ne. Stalno se je gibala med lutkarji in se nekako prerinila v Lutkovno gledališče. V roke jo je vzela Berta Bojetu in še kdo od starejših izkušenih lutkarskih mačkov... Dokončno se je izučila obrti.

"Zakaj lutke v mojem življenju, sem se nenehno spraševala, ko sem odrasčala. Zdaj vem: govorijo brez (odvečnih) besed, z gibi telesa ali njegovimi deli. Spoznanje me je tako navdušilo, da sem v sodelovanju s šolo za gluhoneme za Bežigradom odprla lutkarsko delavnico za prizadete otroke. Uspeh je bil presenetljiv tako zame kot za šolske pedagoge. Eden od otrok je celo spregovoril, veliko pa se jih je

odprlo iz svojega sveta tišine in začeli so tvornejše sodelovali v okolju, katerega del so bili, a jim je bil vseeno tuj. Seveda, končno so imeli v gibanju lutk, v njim znani govoric molka, popolno povratno informacijo iz okolja, ki je živelo neko drugo - zvočno - življenje. Ta povratna informacija - končno nekaj oprijemljivega, konkretnega in razumljivega - jim je omogočila logično razmišljanje, to pa lažje vključevanje v življenje", je Sonja med najinim pogovorom premelevala svoje izkušnje.

Od ljubljanskega lutkarskega življenja se je Sonja ločila le za šest let, ko jo je ljubezen odnesla v Italijo. Tudi tu se je občasno ukvarjala z lutkarskimi delavnicami, kolikor pač sta ji to dopuščala majhna otroka. Sicer pa je ostala zaprisežena moščanka. Ločitev jo je prinesla nazaj v Moste in Lutkovno gledališče, kjer ustvarja tudi danes.

Nekega dne je v judo krožek, ki ga organizira društvo Interes, peljala svoja sinova, ko je srečala starega sošolca Borisa, ki vodi dejavnosti društva. Beseda je dala besedo in danes imamo dvakrat tedensko tudi v naši občini, na Pokopališki 35, v Gimnastičnem društvu Zelena jama ob "Grafični šoli", svoj lutkarski krožek. (Informacije: društvo Interes, tel: 142 51 41.)

"Rada bi, da otroci, ki se dolgočasijo na cesti, pridejo v naš krožek in spoznajo, kakšen prijatelj je lahko lutka, kakšne dogodivščine lahko z njo doživite, in kakšno domišljijo lahko vzbujajo. Prijatelj, ki te nikoli ne zapusti. Skupaj jih izdelujemo iz različnih materialov - otroci lahko svoje stvaritve odnesejo domov, prirejamo predstave po šolah, večkrat pa gremo tudi v lutkarski tabor, na primer na morje ali kam drugam", vabi Sonja Kononenko, lutkar, igralec - animator, oziroma tista, ki zna lutki vdihniti življenje. Že ve, kaj govori. (vk)

**Zveza prijateljev mladine**

ZVEZA PRIJATELJEV MLADINE MOSTE,  
Proletarska 1, tel.: 061447 272

**Zdravo, sproščeno in zabavno  
preživljanje prostega časa.**

*Dragi starši in otroci, v vaše domove prihajamo s počitniškim programom za zdravo, sproščeno in zabavno preživljanje prostega časa. Predstavljamo vam počitniške programe in dejavnosti, katerih namen je združevati otroke in mladostnike, jih zabavati in krepiti njihovo zdravje.*

**NAŠI PROGRAMI:**

- LETOVANJE OTROK in ZDRAVSTVENO LETOVANJE V POČITNIŠKIH DOMOVH OB MORJU IN PLANINAH
- LETOVANJE DRUŽIN
- USTVARJALNE DELAVNICE
- RAZISKOVALNI TABORI
- MEDNARODNE IZMENJAVE OTROK (Italija, Avstrija)
- POČITNIŠKO VARSTVO IN SKRAJŠANI POČITNIŠKI PROGRAMI V LJUBLJANI

**KRANJSKA GORA**

V Kekčevi deželi, v Triglavskem narodnem parku, stoji idilična "Vila". Okoli hiše se razprostira naravni park z nameščenimi igrali, lesenimi klopmi, mizicami in fontano. Od Kranjske Gore je oddaljena 3 km, obdaja pa jo povsem neokrnjena narava. Žživeti z naravo' je izhodišče za razvijanje dejavnosti, ki sproščajo otroke. Otrokom organiziramo številne aktivnosti v alpskem prostoru, ki jim krepijo psihofizično kondicijo, jih sproščajo in jim dajejo nova znanja in spoznanja.

**TERMINI**

1. izmena: od 24.04. do 01.05.
2. izmena: od 28.06. do 08.07.
3. izmena: od 08.07. do 18.07.
4. izmena: od 18.07. do 28.07.
5. izmena: od 08.08. do 18.08.

**ZAMBRATIJA**

Vabimo vas v Zambratijo, majhno obmorsko letovišče v Istri blizu Savudrije. V lepem parku med drevjem, ki v vročem poletju daje hladno senco, stoji počitniški dom za otroke s 138 ležišči. Ob domu so tudi otroška športna igrišča. Dom ima lastno urejeno plažo. V domu je zagotovljena medicinska oskrba (medicinska sestra).

1. izmena: od 08.07. do 18.07.
2. izmena: od 18.07. do 28.07.
3. izmena: od 28.07. do 07.08.
4. izmena: od 07.08. do 17.08.
5. izmena: od 17.08. do 27.08.

**CENA:** Za obe gornji letovanji so cene enake: zdravstveno letovanje - 1.850,00 SIT na dan (v ceno je vključen osnovni program); letovanje otrok - 3.700,00 SIT na dan (v ceno je vključen osnovni program).

O poletnih počitniških programih, ki jih prirejamo v Ljubljani pa v prihodnji številki.

## PORTRET SLOVENSKE NAJBOLJŠE GIMNASTIČARKE



**MOJCA MAVRIČ**

**ČLANICA GIMNAS-  
TIČNEGA DRUŠTVA  
ZELENA JAMA**

**tel.:061 140 24 80**



MOJCA MAVRIČ je stara 18 let in je že od leta 1993 najuspešnejša tekmovalka v slovenski športni gimnastiki.

Na svojo športno pot je stopila v zgodnjih otroških letih v Gimnastičnem društvu Zelena jama. Pod budnim očesom očeta, priznanega slovenskega trenerja ženske športne gimnastike je stopala po poti svoje mame, večkratne državne prvakinja v športni gimnastiki.

V letu 1990 je prvič osvojila naslov takrat republiške prvakinja v kategoriji pionirk. Po tem uspehu pa skoraj ni bilo tekmovanja, na katerem ne bi osvojila vsaj enega odličja.

Največje uspehe v mednarodni areni je MOJCA MAVRIČ dosegla:

- na Olimpijskih dnevih mladih Angliji, kjer

je bila v konkurenci devetdesetih tekmovalk odlična 11. z vajo na parterju ter 17. v mnogoboju;

- na Sredozemskih igrah v Bariju v Italiji s sedmim mestom v mnogoboju, na bradlji in parterju;

- na Svetovnem prvenstvu 1997 v Švici, kjer je samo za 19 tisočink točke zgrešila finale mnogoboja;

- na Evropskem prvenstvu v St. Petersburgu v Rusiji 1998, kjer se je uvrstila v finale mnogoboja in zasedla 17. mesto ter 14. mesto na parterju.

MOJCA MAVRIČ je naslov najuspešnejše tekmovalke v ženski športni gimnastiki za leto 1998 osvojila z odličnimi rezultati na naslednji tekmovanjih:

- Državno prvenstvo 1998 - 1. mesto v mnogoboju in na vseh štirih orodjih

- Pokal Slovenije 1998 - 1. mesto v mnogoboju in na vseh štirih orodjih

- Evropsko prvenstvo 1998 - 17. mesto v mnogoboju in 14. mesto na parterju

- Srednje evropski pokal - 3. mesto - ekipno

- Mednarodni turnir Trnava - 3. mesto v mnogoboju in 3. mesto na parterju

Po osvojitvi tega naslova je izjavila: "Biti najboljši v Sloveniji kar nekaj pomeni. Toda najpomembnejši so seveda dobri nastopi na velikih tekmovanjih. Sedaj se pripravljam za nastop na Svetovnem prvenstvu na Kitajskem. Bila sem v majhni krizi, toda do oktobra bom popolnoma pripravljena. Tihi cilj je seveda nastop na Olimpijskih igrah v Sydneyju v Avstraliji leta 2000."

Za dosego tega cilja pa čaka MOJCO še veliko treninga, tudi dvakrat dnevno. Velik problem pa predstavljajo tudi finančna sredstva, saj je pridobivanje sponzorjev zelo težko. Upamo, da se bo tudi v naši okolici našla kakšna delovna organizacija, ki bi bila pripravljena finančno pomagati MOJCI MAVRIČ pri uresničitvi njenih ciljev. (m)

**A SREDIŠČA KULTURE**

## Kulturni hram Moste PROGRAM ZA APRIL



KULTURNI HRAM MOSTE

### MOJE GLEDALIŠČE - GLEDALIŠKA DEJAVNOST

15.4., ob 20. uri - S. Makarovič:  
TETA MAGDA. ABONMA I

Gostuje Prešernovo gledališče  
Kranj.

16.4., ob 20. uri - TETA MAGDA.  
ABONMA II

Gostuje Prešernovo gledališče  
Kranj.

22.4., ob 20. uri - M. Gavran: MOŽ  
MOJE ŽENE. Izven.

23.4., ob 20. uri - Tone Partljič:  
ČISTILKA MARIJA - monodrama

komedija. Igra Mojca Partljič, režija:  
Vito Taufer.

### GLASBENO - PLESNA DEJAVNOST

20.4., ob 18. 30. - Nastop Srednje  
baletne šole - izrazni ples.

21.4., ob 18. 30. - Nastop Srednje  
baletne šole - izrazni ples.

### LIKOVNA DEJAVNOST - JELOVŠKOV LIKOVNI SALON

07.04., ob 18. uri - OTVORITEV  
RAZSTAVE KIPARSKIH DEL

LOJZETA ČAMPE.

## AKTUALNO

### Spomladanska akcija

## "ČISTA IN ZELENA LJUBLJANA"

V našem mestu v okviru splošne akcije pomladanskega urejanja okolja od 28. marca do 15. maja poteka akcija z delovnim naslovom "Čista in zelena Ljubljana".

Za odvoz odpadnega materiala je v tem času neprekinjeno, vsak dan razen nedelje, od 7.00 do 16.00 ure organizirana stalna dežurna ekipa s kamioni in delavci.

Dežurna ekipa ukrepa osebno na poziv udeležencev akcije, odvoz odpadnega materiala pa lahko naročite tudi na telefonski številki 177 96 12 - treba je le sporočiti lokacijo nabranega

odpadnega materiala,  
**pripravljenega** za odvoz.

Za udeležence očiščevalnih akcij so zagotovljene plastične vrečke in rokavice za enkratno uporabo, ki jih lahko nosilci očiščevalnih akcij dobijo na sedežu JP SNAGA, Povšetova 6, Ljubljana (pri vratarju).

Za uspešno izvedeno akcijo spomladanskega čiščenja okolja pričakujejo sodelovanje vseh meščanov, turističnih društev, ribiških družin, zelenih, ekoloških društev, krajevnih skupnosti, skratka vseh, ki lahko pomagajo pri urejanju svojega okolja.



### Knjižnica Jožeta Mazovca, Zaloška 61

V četrtek, 22. aprila, bo ob 19. uri v čitalnici knjižnice literarno glasbeni recital, posvečen pesnici Lili Novy. Recital sta pripravila dramska igralka Lenča Ferenčak in glasbenik in avtor glasbe Lado Jakša.

## Dogaja se na Skalci v Novih Jaršah

Za nami je že mnogo lepih in prijetnih trenutkov, ki smo jih skupaj z mladimi preživeli v zimskem času. Prav radi se spominjamo prijetnih dni preživetih na Uskovnici, pa smučanja na Zatniku in prijetnega počitniškega programa na Busu veselja. Sneg nas ni presenetil, pač pa nam polepšal dneve.

Tudi ves mesec marec je bilo v Novih Jaršah zelo zanimivo. Najprej smo popravili *dolg* še od don Boskovega praznika. Kar lepo število mladih se je zbralo na Rakovniku, kjer ima sedež Projekt Skala in ob različnih igrah smo skupaj preživeli lep dan. Odpravili smo se tudi v Čateške toplice in se pošteno žnačofotali'. Skozi ves mesec je seveda potekala tudi redna dejavnost Busa veselja. Ves program pripravljamo skupaj z mladimi; tako idej nikoli ne zmanjka. Kogar zanima kaj več, naj se

vsak torek popoldan pridruži dogajanju na Busu veselja in bo sam na lastne oči videl, kako to izgleda.

Pa za naprej: veliko stvari nas še čaka do konca šolskega leta. Vsi težko pričakujemo 30. april, ko se bomo ponovno odpravili v Gardaland. Letos nas bo nekoliko več kot prejšnje leto. V prvi vrsti gredo tja vsi, ki so zmagali na turnirju v jeseni 99' - Kostanj v Jaršah. Prostora pa bo dovolj še za vse, ki se nam želite pridružiti.

16. maja bo turnir podoben tistemu v jeseni, in sicer v spomladanski verziji, 30. maja pa bo tradicionalni turnir *Pomlad v Jaršah*.

Šolsko leto bomo zaključili 19. junija z *igrama brez meja*. Več informacij o tej prireditvi boste še dobili.

Potem pa nas čakajo še počitnice. Tako težko pričakovane. Kam vse bi se radi podali v tistih dneh? Če z nami, potem počakajte do drugič in dobili boste še kakšno informacijo več. (TR)

## PREPREČIMO ARTEROSKLEROZO

### ZNIŽAJMO VISOK HOLESTEROL

Vse, ki jih zanima zdravljenje zvišanega holesterola v krvi, vabijo, da se udeležijo predavanj. Ta so organizirana z namenom, da se boste lahko aktivno vključili v zdravljenje svojega zvišanega holesterola in preprečevali posledice, ki jih zvišan holesterol pušča v vašem telesu.

Predavanja so vsak tretji torek v mesecu ob 17.00 uri v prostoru za zdravstveno vzgojo v ENOTI MOSTE, Prvomajska 5.

13.04.1999 - ZNIŽAJMO VISOK KRVNI TLAK

20.04.1999 - ZNIŽAJMO VISOK HOLESTEROL

Vabljeni!

Vsak petek od 8.00 do 10.00 ste vabljeni na kontrolno merjenje krvnega tlaka.

## Zimovanje Črnega Mrava na Ilovi Gori

**Taborniki Črnega Mrava iz Most (Rožičeva 1) smo se letos med zimskimi počitnicami spet odpravili na zimovanje. Nastanili smo se v nekdanji vaški šoli v Veliki Ilovi Gori pri Grosuplju. Skupaj nas je bilo okoli petintrideset, predvsem osnovnošolcev vseh starosti. Z nami je bilo tudi nekaj otrok iz bolj zapletenih družinskih okolij, ki jih načrtno vključujemo v taborništvo in so naši redni člani.**

Navdušeni smo bili, da je bilo tokratno zimovanje zares zimsko, saj je zapadlo kar nekaj snega, ki smo ga z veseljem izkoristili za sankško in keparsko zabavo. Šli smo na izlet do Janče jame in šice ob robu Radenskega polja, na orientacijski pohod po topografski karti; priredili smo si bitko v snegu in nočno sankanje ob baklah ter košarkarski turnir. Popoldne smo se ukvarjali z ustvarjanjem in skupinskimi igrami. Pripravili smo si maškarado s šaljivim tekmovalcem ter Dan invalidov, na katerem je vsak za nekaj časa poskušal živeti s kakšno telesno pomanjkljivostjo. Igrali smo se tudi igro V hiši sem skrila zaklad, priljubljena igra večera pa je bil rimšišim, ki deluje podobno kot dame in gospodi.

V poslopju nekdanje šole, ki je zdaj že precej dotrajano, smo se počutili kot novodobni Robinzoni, ki z omejeno količino orodja in opreme ustvarjajo prostor za življenje po svoji meri. Skupina srednješolcev, ki je teden prej pripravljala vse potrebno za nastanitev, se je morala na hitro priučiti raznih elektrotehničnih,

vodovodarskih in pečarskih spretnosti. Prav tako nihče ni bil varen pred fotografii, ki so beležili dogodke zimovanja in precej časa prebili v temnici.

Naše počitnikovanje smo zaključili z zares uspešnim poslovnim večerom. Otroci so na odru odigrali lepo število skečev, vsak od nas pa si je zaslužil tudi kakšno priznanje in pohvalo.

In kar je najpomembnejše: ko smo odhajali, smo začutili, da se nas je skupno bivanje dotaknilo, da so za nami zanimivi dogodki in da gremo domov bolj bogati kot, smo prišli. Kaj več bi si še lahko želeli?

Naslednjo večjo akcijo pripravljamo ob Dnevu tabornikov in Dnevu Zemlje, 22. aprilu. To bo propagandni tabor v Štepanjskem naselju (sobota, 17.4.1999), kjer bomo za dva dni postavili šotore in svojo taborniško dejavnost predstavili vsem, ki jih to zanima. Če vas zanima druženje z nami, se oglasite na Rožičevi ul. 1, kjer ima Črni Mrav svoj štab. Mito Kristan



• Štepanjsko •  
naselje, 16. - 18. 4. 1999

Propagandni tabor

Rod Črnega mrava

**Vabimo na nas propagandni tabor ob Dnevu tabornikov in Dnevu Zemlje, ki bo v soboto, 17. aprila 1999 v Štepanjskem naselju na zelenici ob končni postaji LPP št.9.**

Program:

10:00 – delavnice za otroke

16:00 – srečanje starih mravov

20:00 – družabni večer s programom



**Kako debeli smo v resnici**

V prejšnji številki smo že napisali nekaj o maščobah in krutem spoznanju, da kljub idealni postavi lahko v našem organizmu leži še vedno preveč maščob, ki so odlično gojišče raznih bolezni, kot so okvara žil in srca, visok pritisk, sladkorna bolezen in celo kakšna od oblik raka. Prišli smo do bistva problema: idealna teža ni pogoj za zdravje. V primeru hujšanja, ne samo da zbijamo kilograme, ampak tudi - oziroma predvsem odstotek maščob v našem telesu. Povezava je neločljiva: primerna teža in primerni odstotki maščob. Maščobe moramo torej nadzorovati.

Toliko kritik smo že izrekli na račun maščob, da jim le lahko zapišemo nekaj v bran. Za naše telo so kljub vsemu življenjskega pomena: kot obloga imajo zaščitno funkcijo pred zunanjimi grobimi posegi v naše telo (udarci), oblažinjajo - varujejo naše členke, omogočajo njihovo "gladko" gibanje in ščitijo organe, uravnavajo telesno temperaturo, skladiščijo vitamine in rezerve, kar nam v morebitnih izrednih razmerah omogoča preživetje.

Hej, hej, le počasi. Zaradi informacije o zaščitniški funkciji maščob ni treba pohiteti v hladilnik, češ, zdaj imam dober izgovor. Po najnovejših raziskavah naj bi prekomerna telesna teža pestila kar 37 odstotkov moških in 26 odstotkov žensk, v zadnjem času pa opažajo porast zamaščenosti, se pravi (pre)velikega deleža maščobe v organizmu, tudi pri otrocih.

Nikarte zdaj stradati! Z radikalnimi dietami ne odpravimo odvečnih kilogramov. Rezultat takega prisiljenega hujšanja je le ohlapnost mišic, in je v najboljšem primeru le trenuten. Zmanjšane telesne teže tako ni moč obdržati, posledica je nam vsem znani tako imenovani žjo-jo efekt'. Zavedati se moramo, da je edini zdravi način hujšanja zmanjševanje telesnih maščob in zdrav način življenja, to je dovolj gibanja. Pomembno je pravilno uravnavati vnos in porabo energije, sicer se ta nalaga v maščobah.

Tako smo se spet vrnili na zadnji stavek našega prvega odstavka: maščobe je treba nadzorovati, spremljati njihovo količino v telesu.

Tisti, ki ste brali našo prejšnjo številko, že veste: po zaslugi japonskih znanstvenikov imamo zdaj tudi pri nas že prav posebno domačo tehtnico **Tanita**, ki je na zunaj povsem podobna dosedanjim tehtnicam za telesno težo. Nanjo stopimo bosonogi, aparat pa nam na osnovi tokovnih uporov,

ki jih primerja s telesno težo, ki jo naprava prav tako izmeri, hitro in natančno izračuna odstotek telesne maščobe. Naprava namreč skozi naše telo spusti nezaznavni električni tok, mišičevje, voda in deloma kosti so dober prevodnik, maščobe pa ne. Njihov upor električnemu toku se na tehtnici pokaže kot odstotek maščob, na ekrančku pa je seveda vidna tudi naša telesna teža. Torej dve funkciji v eni napravi. V Sloveniji analizator telesnih maščob **Tanita** dobite le v podjetju **MIND TRADE na Glonarjevi ulici 8 (tel: 133 93 12)**, kjer vas tudi pričakujejo z odgovori na vaša dodatna vprašanja.

Tisti, ki morda že imate analizator telesnih maščob **Tanita**, oziroma tisti, ki ga še nimate, ogledjte si tabelo o zdravih in nezdravih deležih maščob v našem telesu:

MOŠKI				ŽENSKE			
leta	dobro	srednje	slabo	leta	dobro	srednje	slabo
20-24	14.9	19.0	23.3	20-24	22.1	25.0	29.6
25-29	16.5	20.3	24.3	25-29	22.0	25.4	29.8
30-34	18.0	21.5	25.2	30-34	22.7	26.4	30.5
35-39	19.3	22.6	26.1	35-39	24.0	27.7	31.5
40-44	20.5	23.6	26.9	40-44	25.6	29.3	32.8
45-49	21.5	24.5	27.6	45-49	27.3	30.9	34.1
50-59	22.7	25.6	28.7	50-59	29.7	33.1	36.2
>60	23.2	26.2	29.3	>60	30.7	34.0	37.3

Vir: Medical Consultants Germany GmbH / Dr. med. Steutz / 11.04.1996

Da se bodo vrednosti naših maščob čim bolj približale stolpcu "dobro", je nujno treba upoštevati tudi to, da na našem jedilniku ne sme biti dnevno več kot 80 gramov maščob. Hranilne vrednosti posameznih živil so praviloma označene na njihovi embalaži, le natančno jih je treba prebrati in sešteti. Pri sirih pazite, da upoštevate delež maščobe v suhi snovi, saj je namreč v sirih kar 50 odstotkov vode.

Približni delež maščob v siru lahko izračunate tako, da prepolovite podatek o deležu maščob sira, ki stoji pred vami na vaši mizi. Paziti je treba tudi na oznake "light" - lahko - ker ni nujno, da so maščobe v teh živilih resnično zžreducirane'.

Bodite tudi pozorni na kakovost maščob: izberite nenasičene maščobne kisline, ki jih najdemo v rastlinskih maščobah (sojino, koruzno ali sončnično olje). Upoštevajte tudi dejstvo, da na primer same testenine ne redijo, njihovo prekletstvo se skriva v omakah, ki sodijo zraven.

Če boste do drugič morda že kupili "tehtnico" **Tanita**, vam bo naše naslednje poglavje še bolj razumljivo. V praksi boste namreč lahko primerjali zapisano s tem, kaj se dogaja z vami. (vk)



Informacije  
na tel. št.:  
**142 27 80**

**DRUŠTVO INTERES**

**VAJE OSMIH ZAKLADOV**

Po starodavnem kitajskem izročilu so se vaje Osmih zakladov imenovala žPa Kun Dao In', kar pomeni žkanalizirajoče vaje osmih starih uglednežev' ali žShien Jia Ba Jin Tu' - v prevodu žosem skupin vaj iz šole nesmrtnih'. Njihov izvor sega več kot 1000 let nazaj v starodavno Kitajsko, so oblika Dao In vaj (vaje zbiranja vitalne energije - razvili so jih taoistični mojstri).

Za razliko od drugih zvrsti vzhodnjaških vaj, ki se izvajajo sede ali leže, se vaje Osmih Zakladov izvajajo v stoječem položaju. So zvrst notranjih vaj (Či-kung), vendar se razlikujejo od nekaterih stilov Či-kunga, ki preveč pozornosti posvečajo določenim delom telesa ali energijskim kanalom. Vaje Osmih zakladov namreč skladno aktivirajo celo telo in dvanajst glavnih kanalov ter še osem specialnih energijskih kanalov, po katerih se pretaka Či - življenska energija, ki se pretaka v našem telesu po energijskih kanalih - meridianih - in oskrbuje vitalne organe ter tako omogoča normalno delovanje telesa kot celote. Neprekinjen tok čiči energije pomeni zdravje, dolgotrajnejše blokade v energijskih kanalih, ki nastanejo zaradi stresa, preobremenitev in ostalih nepravilnih življenjskih navad, pa so vzrok za nastanek različnih obolenj. Vsakodnevno izvajanje vaj Osmih Zakladov učinkovito odpravlja vse blokade v našem energijskem sistemu in omogoča zbiranje vitalne energije čiči.

Za izvajanje teh vaj ni potrebno imeti veliko kondicije ali fizične moči, gibi niso zapleteni, tako da jih lahko izvajajo ljudje vseh starostnih skupin. Umirjeno dihanje, uravnoteženo, neprekinjeno in koordinirano premikanje telesa z zavestno vodenimi kretnjami brez fizičnega napora omogoča relaksacijo celotnega živčnega sistema. Po treningu se počutimo prijetno spočiti in osveženi. Tak način vadbe na telesni ravni po narejenih raziskavah spodbuja dihanje (povečuje vitalno kapaciteto), delovanje srca, prebavo in delovanje notranjih organov.

Vendar se vaje Osmih zakladov ne smejo enačiti s fizično vadbo, zunanji, vidni del telesnega gibanja predstavlja samo okoli 10 - 20% koristnih učinkov, ostalih 80% učinkov je tesno povezanih z našo pozornostjo, zavestnim vodenjem kretenj s pomočjo sproščene koncentriranega uma. Kopičenje in vodenje vitalne življenske energije Či je možno samo, če sta telo in um v harmoniji.

V okviru društva Interes poteka vadba vaj Osmih zakladov že nekaj let. (I)





## IZLET V PLANICO

V soboto, 22.3.1999, smo se člani Sokolskega društva Moste, društva Interes, društva Zelena jama in Športnega društva Rudnik skupaj udeležili izleta v Planico, kjer smo si ogledali smučarske polete.

Ker smo na prizorišče prišli dovolj zgodaj, smo časovno vrzel izkoristili in se odpravili na izlet v Tamar. Ko smo se vrnili nazaj pod skakalnico, smo izvedeli da smo žal zamudili polet Norvežana Tomyja Ingebrigstna, ki je poletel kar 219,5 metra in se s tem zapisal v zgodovino smučarskih poletov v Planici. Kljub temu da je ves čas pihal veter, zaradi katerega so včasih polete morali tudi prekiniti, to za skakalce ni bila nikakršna ovira. Ti so namreč kar nekajkrat poleteli tudi čez 200 metrov. Ob takih razdaljah sem se v mislih povrnil nazaj, na sam začetek smučarskih poletov v Planici. Dandanes verjetno malokdo ve, kako so se smučarski poleti pri nas začeli, in da smo prvo večjo smučarsko skakalnico dobili leta 1928; ta pa ni stala v Planici, temveč v Bohinjju, kjer so skakalci dosegali razdalje do 50 metrov. Leta 1932 je Mednarodna smučarska federacija (FIS) izdala prva pravila in navodila o gradnji skakalnic. Tako je ing. Stanko Bloudek pod pokroviteljstvom takratne Zimskošportne zveze začel graditi skakalnico v Planici, ki je bila dokončana leta 1934. Kljub temu da je FIS ugovarjal, češ da skakalnica ne ustreza predpisanim normam varnega doskoka, je Bloudek dokazal pravilnost svojih izračunov. Že naslednje leto so Norvežani v Planici dosegli nov svetovni rekord, za takratni čas neverjetnih 99 metrov. Leto dni kasneje so skakalnico nato preuredili in povečali za skoke do 120 metrov, vendar Norvežani pri skokih niso hoteli več sodelovati. Tako je prvi človek, ki je presegel 100 metrov postal Avstrijec Sepp Bradel. FIS, kjer so glavno besedo imeli Norvežani, je skoke nato prepovedal, obenem pa postavil normo, ki je dovoljevala skoke do največ 80 metrov. Organizatorji skokov v Planici so se znašli in predlagali novo smučarsko disciplino, smučarske polete. Skoke v Planici je FIS nato začasno dovolil. Tako je leta 1941, tik pred izbruhom II. svetovne

vojne, skakalec Gering iz Nemčije dosegel nov svetovni rekord, 119 metrov. Tudi naš skakalec Rudi Finžgar ni dosti zaostajal za Nemcem, ko je doskočil krepko čez 100 metrov, vendar je pri tem žal podrsal z roko. Po vojni so se tekmovanja v Planici nadaljevala, o Jožetu Šlibarju in svetovnem rekordu, ki ga je dosegel leta 1961, pa bomo pisali v naslednji številki. (m)

## SLOVENSKA SOKOLSKA ZVEZA V PRETEKLOSTI

Prvi Sokol je bil ustanovljen leta 1862 v Pragi, že takoj naslednje leto pa so takratni slovenski narodnjaki ustanovili v Ljubljani svoje sokolsko društvo, ki so ga poimenovali Južni Sokol. Takrat je bil Sokol na Češkem in tudi v Sloveniji protiutež nemškemu telovadnim društvom, ki so s svojim delovanjem širila v slovenskih deželah nemški nacionalni vpliv. Ko je leta 1867 prišlo do nekaterih neljubih izgedov, je bil Južni Sokol razpuščen, njegovo delo pa je nato nadaljeval Ljubljanski Sokol. Prva leta obstoja Sokola so bila poleg telesne vadbe, h kateri je veliko prispeval tudi Viktor Murnik, posvečena krepitvi slovenskega narodnega gibanja. Leta 1905 je bila v Ljubljani ustanovljena Slovenska sokolska zveza, v njo pa so se včlanila vsa takratna sokolska društva, ki so delovala v slovenskem etničnem prostoru. Ustanovitev Sokolske zveze je prinesla pospešeno ustanavljanje novih društev, tako da so leta 1909 zvezo reorganizirali v 8 žup (območij). V letih pred I. svetovno vojno, med 1903 do 1913, je število sokolskih društev pri nas skokovito naraslo - s 16 na 115; število članov pa se je povečalo z 2000 na okoli 6600.

Po koncu vojne, leta 1918, se je članstvo v Sokolu še bolj povečalo; leta 1922 je tako v Sloveniji bilo že 22000 članov. Po koncu II. svetovne vojne Sokolska zveza ni bila obnovljena vse do leta 1995, ko je zopet prišlo do njene ustanovitve. V tem kontekstu nedvomno velja omeniti dejstvo, da je prav pri Sokolu začel svojo športno pot tudi slovenski olimpijonec, Leon Štukelj.

## Ilegalci v mestu!

Ljudje so se vedno selili, ponavadi zaradi ekonomskih razlogov - s trebuhom za kruhom -, velikokrat pa tudi zaradi vojn, ljubezni in sovraštva. Tudi po razpadu socialističnega bloka smo nenehno priče selitvam narodov, saj je za izmučene vzhodnjake in državljane tretjega sveta "zlato" Zahod še vedno zelo mamljiv.

Vendar ima vsaka država, pa naj bo še tako bogata, svoje lastne težave, zato so zakoni o tujcih prilagojeni njenim razmeram in potrebam. Večinoma so ti zakoni za sreče iščoče neprijazni.

Tudi v Sloveniji imamo Zakon o tujcih, ki ureja to problematiko, v medijih pa vsakodnevno prebiramo o primerih, pravzaprav tragedijah, ko imajo naši policisti opravka z begunci iz držav nemirnega Balkana in drugih "eksotičnih" držav.

Seveda imajo tudi moščkanski policisti kar nekaj opravkov okoli usklajevanja te pereče problematike. Kot so nam povedali na PP Moste, mesečno spišejo okoli 50 predlogov sodniku za prekrške zaradi kršitve Zakona o tujcih, za njimi pa je ravno toliko migrantskih primerov. Največkrat gre v naši občini za primere, ko tujci ne prijavijo svojega bivališča oziroma ostanejo v naši državi dlje, kot jim dovoljuje bivalni vizum. Vsako odkritje takega "ilegalca" državo stane kar precej denarja, saj so ti ljudje ponavadi brez sredstev, poleg bivanja v prehodnem domu, sodnih stroškov, policijskega prevoza in sprenstva do naše meje - ponavadi gre tu za mejo z Madžarsko - pa moramo ilegalcem dati še žepnino v višini 50 DEM, sicer jih madžarski organi ne sprejmejo.

Na moščkanski policiji pravijo, da največ tujcev z neurejenim statusom odkrijejo ob legitimiranju po lokalih in gradbiščih, plodno pa je tudi sodelovanje z različnimi inšpekcijskimi službami (inšpektor za delo ali sanitarni inšpektorji na tržnici, ki odkrivajo na črno zaposlene delavce - tujce), pa tudi v samskih domovih se večkrat najde tujec brez urejenega statusa. Klasičnega sosedskega tožarjenja oziroma prijav skorajda ni, če pa do tega že pride, je postopek zapleten, saj mora policija pridobiti odlok za hišno preiskavo in ukrepe opravičiti z neizpodbitnimi dokazi.

Pri tem pa na policiji ponovno opozarjajo, da je treba vsako bivanje tujca (gosta iz tujine, tudi če gre za sorodnika) prijaviti v treh dneh, sicer zakon predvideva kazen od tisoč do 1500 tisoč tolarjev, ki jo določi sodnik za prekrške. (vk)

## VIDEOTEKA

### Pridite po "svoj film"!

### Krik in Armageddon

V Windsboru velja upoštevati pravilo: Ne zaupaj nikomur! Vzdušje je zadušljivo, vsakdo lahko postane žrtev, zgodi se lahko kadarkoli in kjerkoli, vsakdo lahko postane truplo. Sidney, ki mu v življenju po KRIKU 1 prav nič ne manjka, ima krasno sestanovalko in predanega fanta ter brezkrbno študentovsko življenje, začne doživljati vrsto zastrašujočih deja-vujev. Grozljivi spomini na preteklost ga ne zapustijo, vedno nova trupla pa spreminjajo vaše razpoloženje ob televizorju do nekontroliranega KRIKA... Nikar se ne

ozrite, nikar ne dvignite telefona, ne poskušajte se skriti.

Bruce Willis je v Armageddonu spet akciji. Režiser ga pošlje na ogromen meteor, ki naj bi čez 18 dni treščil na zemljo in jo zbrisal z zemljevida ozvezdja. V središče meteorja naj bi ekipa pogumnih vrgla atomsko bombo in rešila planet.

Neverjetni vizualni efekti vas skozi film skoraj pripeljejo v resničnost...



### VIDEOTEKA

BERNEKERJEVA 33

1000 LJUBLJANA

TEL.: 140 36 70 IN 041 691 638

CDW

### POSEBNA PONUDBA!

Če vam je kateri od igralcev (ali igralk) iz določenega filma še posebno všeč, se lahko v videoteki CDW tudi dogovorite, da vam izdelajo poljubno fotografijo iz videokasete oziroma filma po želji.

V videoteki CDW vam lahko s starih celuloidnih filmskih trakov (super 8, normal 8) presnamejo vaše spomine in vam jih ponudijo na sodobni video kaseti.

CDW je odprta od ponedeljka do sobote od 17. do 21 ure, v soboto do 20. ure.

## Patriarh, bomba in pripor

Gostilno Jovo pozna tudi šef srbske cerkve, patriarh Pavle. Med obiskom v Ljubljani si je pri Jovotu namreč privoščil tudi nekaj domačega prigrizka. Da je bil obed kar se da miren, so poskrbeli tudi moščanski policisti in okolico gostilne v času obiska vzeli pod drobnogled. Nikoli se ne ve, kaj se v sicer mirni Ljubljani lahko zgodi. Ne prav daleč od Jovota je znameniti bencinski servis, kjer je pred leti prišlo do strelskega obračuna med pripadniki ljubljanskega podzemlja. Eden od akterjev prvega takega javnega gangsterskega obračuna pri nas zaradi nasilniškega obnašanja (spet) sedi v priporu na Povšetovi. Mož je "prvak" še v eni stvari. Novi zakon o kazenskem postopku namreč določa, da lahko osumljenci svoje priporniške "obveznosti" opravijo na domačem naslovu, v hišnem priporu, namesto v državnem zaporu. Moščanski policisti pa so ob nadzoru ugotovili, da si je možakar vzel prost dan in odšel iz svojega stanovanja - pripora. Poročali so državni tožilci, ta pa je za neposlušneža izdala nalog za premestitev v pripor na Povšetovi. To je prvi tak primer v Sloveniji, po uveljavitvi novega zakona.

V menzi je bomba, je bilo kratko sporočilo neznanca, ki mu je očitno šla na živce prireditel Društva za ohranitev bosanske kulture v prostorih Yulona. Policisti in pirotehniki so prostore izpraznili in pregledali, našli pa niso nič. Tak poseg terja kar nekaj stroškov, ki jih preko davkov plačujemo vsi, tudi anonimni klicatelji. Sicer pa se bliža sezona bombnih sporočil, ki se ob konferencah vsujejo iz šol. Bombaši so ponavadi učenci, ki se bojijo zaključevanja ocen in si tako izborijo prost dan. A o tem drugič. (vk)

**"INTERES" je bilo pravilno geslo naše prejšnje križanke, naslednji uspešni reševalci pa prejmejo nagrade naših sponzorjev:**

KULTURNI HRAM MOSTE (nagrada dvignete na društvu Interes, tel: 142 51 41) podeljuje 2 vstopnici za eno od predstav v mesecu aprilu:

MAJČI BRATKOVIČ, Pot na Fužine 13 in ANITI BUTALA, Nussdorferjeva 11.

Center SQUASHLAND (141 91 30) podeljuje 1x tri ure igranja squasha MARKU TEKAVCU, Fabijanijeva 19.

Videoteka CDW (317 618) podeljuje 3 x vpis + izposoja kasete naslednjim izžrebancem:

SAŠO JERŠE, Kavčičeva 64,

METKA ZAGORC, Kajuhova 30,

PRIMOŽ BITENC, Perčeva 25.

Društvo INTERES (142 51 41) podeljuje 2 zgoščenki skupine 12 Nasprotje. Nagrajenki sta:

MARIJA TITA GUČEK, Belokranjska 19 in BOŽENA STIBILJ, Endliherjeva 14.

CONNECTA, reklamna agencija, (113 30 57), podeljuje 1 x letno naročnino na ČASOPES - časopis za ljubitelje živali:

MARIJA ZRIM, Bavdkova 16.

SOKOLSKO DRUŠTVO MOSTE (142

51 41), podeljuje 1 x majico društva Sokol:

IZTOKU VALIČU, Križna ul. 33.

**Geslo v križanki, ki je pred vami pa je.....???**

**Seveda ga morate odkriti sami, pravilna rešitev pa vam lahko prinese eno od naslednjih nagrad:**

KULTURNI HRAM MOSTE (142 52 41 - društvo Interes)

2 x vstopnica za eno od predstav v mesecu aprilu

Center SQUASHLAND (141 91 30)

1 x 3 ure squasha

Videoteka CDW (317 618)

3 x vpis + kaset

Društvo Interes (142 52 41)

2x CD - zgoščenki skupine 12 Nasprotje

CONNECTA, reklamna agencija (133 30 57)

1x letna naročnina na ČASOPES

SOKOLSKO DRUŠTVO MOSTE (142 27 80)

1 x majica

Dopisnice z rešitvami pošljite na naslov: ZELENi GLAS, p.p. 3521, 1001 Ljubljana.

SESTAVIL JOŽE PETELIN	OBLIKA TELES, ŽIVOT	MIZARSKO ORODJE	MESTO OB AZOVSKEM MORJU	MESEC V ŽIDOVSKEM KOLEDARJU	SRBSKA LETALSKA AGENCIJA	GLAVNI ŠTEVNIK	GLAVNO MESTO BOLIVUJE	NOBELOVEČER ZA MIR LETA 1949 (LORD BOYD)	PERGAMSKI VLADAR V STAREM VEKU, ATALOS	SIROMAK, UBOŽEC	JAPONSKO RIŽEVO ŽGANJE	
NOČNI POČITEK						6	SE VAM ZDI KRIŽANKA TEŽKA? GARANT					
VELIKI BENEŠKI SLIKAR	5						PROSTOR V TEATRU Ž. IME			10		
DRUGO IME BELGIJ. MESTA AALST		11					KOREKTURA KIKLOP, SIN URANA	2				
SLOVENSKA REKA	9					1	BARICA LETOVIŠČE OB ŽENEVSKEM JEZERU		PREMAZ ZA NOHTE ZAPOR, JEČA			
RISBA ZIIIP	KRČEVITA JEZA	ANGLEŠKA FILMSKA IGRALKA (DEBORAH)	ŽIVČNOST DRŽAVNA BLAGAJNA							BOLGARSKI LITERAT PELIN	LEToviŠČE PRI CRIKVENICI	HRVAŠKI OPERNI SKLADATELJ (KRSTO)
VZDEVEK EISEN-HOWERJA				GOZDNA ZVER ŽUŽELKA, KI PIČI		7		MESTO V NEVADI PRIPRAVA ZA PEKO				
JUNAKINJA		8					HRASTOV PLOD SIMBOL ZA PLATINO					3
MENIČNI DOLŽNIK							AKTIVA IN .....			4		
OTOK V IRSKEM MORJU							NOŽ ZA OBREZOVANJE VINSKE TRTE				12	

# emona blagovni center *vam predstavlja* emona diskont *na Šmartinski cesti 102*



- \* prvi diskont v Ljubljani in v vašem okolišu
- \* z veliko prodajno površino
- \* s pokritim parkiriščem
- \* s pestro ponudbo prehrabnega in neprehrabnega blaga
- \* z ugodnimi prodajnimi pogoji
- \* s številnimi akcijskimi prodajami izdelkov



Varčujem, v **emona diskontih** nakupujem!

**POSEBNE UGODNOSTI ZA ČLANE KLUBA E-DISKONT!**

**Pri gotovinskem plačilu in nakupu nad:**

5.000 SIT - 6% popusta  
20.000 SIT - 8% popusta  
80.000 SIT - 9% popusta



**Pri plačilu s plačilnimi karticami in nakupu nad:**

5.000 SIT - 3% popusta  
20.000 SIT - 5% popusta  
80.000 SIT - 6% popusta

Postanite član kluba E - diskont tudi vi, ker boste s tem deležni še dodatnih ugodnosti!  
(Informacije so vam na voljo na tel. št.: 061/441-579.)

## V TEM MESECU VAM PRIPOROČAMO

**diemon**<sup>®</sup>  
DEFINIRANA DIETNA HRANA **dietetika**

**DIEMON:**  
za zniževanje sladkorja v krvi

**OTROBI INSTANT:**  
za preprečevanje in zdravljenje kroničnega zaprtja

**otrobi**<sup>®</sup>  
DIETETIČNI IZDELEK **dietetika**

**enemon**<sup>®</sup>  
DEFINIRANA DIETNA HRANA **dietetika**

**ENEMON:**  
za zniževanje holesterola v krvi in zdravo hujšanje

**BRAUNEMON:**  
za hitrejšo in zanesljivejšo porjavenje kože.

**Braunemon**  
60 kapsul

# Sožitje nasprotij.



 **TOYOTA**

*moje prihodnost*

**CENTER**<sup>®</sup> pooblaščen  
prodajalec  
AVTO d.o.o. in serviser

1000 Ljubljana • Letalska c. 1  
Telefon: 061/140 12 82