

odnosu. Če postavimo normalno razvitega človeka, da ravno sedi na stolu z vodoravno sedežno desko, tako da se s hrbtom dotika deščice, ki je pravokotno postavljena na sedež in na kateri so označeni centimetri, moremo s pomočjo ravne deščice (ravnala), ki ga prislonimo na teme, dognati točno sedežno višino dotičnega individua. Ako to številko dvignemo na tretjo potenco, dobimo številko, ki z neznatnimi variantami izraža deseterkratno težino telesa. Ali, če potegnemo tretji koren iz deseterkratne težine telesa, dobimo sedežno višino osebe. Če vzamemo za znak sedežno višino kratko sv, a za deseterkratno težino telesa dt, tedaj je:

$$dt = sv^3 \text{ ali } \sqrt[3]{dt} = sv$$

To znači, da je pri popolnoma normalno razvitem človeku vrednost ulomka:

$$\frac{\sqrt[3]{dt}}{sv} = 1 \text{ ali } 100\%$$

Prof. Pirquet je to vzel kot indeks prehranjenosti ter je rekel: oseba, pri kateri z računanjem dobimo na osnovi zgornje formule 100, ta ima 100 pelidisov (edinic prehrane) in je normalno hranjena.

Kadar pri računanju dobimo več kot 100 pelidisov, tedaj je prehranjenost nad normalno, če dobimo manjše število kot 100 pelidisov, tedaj je prehranjenost slaba, t. j. pod normalno. Na ta način je bilo ustvarjeno objektivno merilo za ocenjevanje prehranjenosti. Čim višja je številka, boljše je stopnja prehranjenosti, čim manjša je, slabša je stopnja prehranjenosti.

Če torej hočemo, da v našem primeru dožemo prehranjenost šolskih otrok, nam je za to potreben lehen meter, nekoliko večji pravokotni trikotnik, raven stol in decimalna tehtnica. Otroci naj pred merjenjem odložijo vse odvisne kose obleke in obutve in naj na sebi obdržijo samo najpotrebnejše. Otrok naj ravno sede na stol, k hrbtu mu prislonimo meter, tako da se začetni centimeter nahaja na sedežu. Tedaj vzamemo pravokotni trikotnik, eno kateto prislonimo na meter ter ga spuščamo po metru, dokler se druga kateta ne dotakne otrokovega temena. Nato na metru prečitamo sedežno višino. Otroci se pri merjenju ne smejo držati zgrbljeno. Potem, ko smo na tak način zmerili sedežno višino, še vse otroke stehamo. Rezultate si sproti beležimo.

Pelidise, t. j. stopnjo prehranjenosti, izračunamo na podlagi prej navedene formule:

$$\text{število pelidisov} = \sqrt[3]{\frac{10 \text{ kratna teža}}{\text{sedežna višina}}} \times 100$$

Poedinsko izračunavanje števila pelidisov bi bilo veliko delo. Zato je prof. Pirquet naredil specialno logaritmisko računalno, s katerim se to izračuna na mehanski način v nekaj trenutkih. Ker stane to računalno nekaj stotin dinarjev, ga ni mogoče vsakomur nabaviti. Zato je dr. Pirquet izdelal tudi tabele, v katerih je iz možnih sedežnih višin in pripadajočih jim možnih težin vnaprej izračunal pelidise. Na podlagi tabele se more za praktično uporabo povsem točno izračunati pelidise posameznice. Navajamo iz teh tabel samo oni del, ki se nanaša na otroke, ki hodijo v ljudsko šolo. (Glej tabelo na koncu članka!)

Postopek je sledeč: Recimo, da ima n. pr. neki otrok sedežno višino 64 cm, teže 25,30 kg. Tedaj najprej poiščemo v prvi koloni številke, tam

kjer piše »sedežna višina«, število 64. Sedaj pomikamo prst vodoravno do številke, ki je najbližja številki 25,30. Vidimo, da je to številka 25,00. Podaljšamo sedaj od te številke s prstom po tej koloni številke navzgor do zgornje vrste, ki označuje število pripadajočih pelidisov, pa bomo videli, da ima ta otrok stopnjo prehranjenosti, ki znaša 99 pelidisov. Za pravilno čitanje pelidisov iz te tabele moramo vedeti, da odgovarja številki 25,00 stopnja prehranjenosti 98,5 pelidisa, sledeči številki na desno v isti vrsti 25,80 kg stopnja prehranjenosti 99,5 pelidisa, zato se vse teže, ki so med 25,00 in 25,80 kg, jemljejo kot da jim pripada 99 pelidisov kot stopnja prehranjenosti. Otrok, ki je pri isti višini težak 28,80 kg, ima torej že 100 pelidisov.

100 pelidisov kot normalna stopnja prehranjenosti velja za odrasle ljudi, dočim velja za otroke v razvoju, kot so to učenci ljudske šole, sledeča klasifikacija:

pod 90 pelidisov — slabo hranjeni otroci,
90—94,5 pelidisov — dobro hranjeni otroci,
nad 94,5 pelidisov — zelo dobro hranjeni otroci.

S pomočjo navedene tabele in s poznavanjem sedežne višine in teže svojih učencev bodo tovariši lahko točno in objektivno ugotovili stopnjo prehranjenosti svojih šolarjev in s tem dali neobičajno vreden prispevek k spoznavanju prilik, v katerih živi in v katerih se razvija naš šolski otrok. Zaradi načina gospodarstva v naših vaseh, posebno pa v naših pasivnih krajih, ni stopnja prehranjenosti skozi leto vedno enaka. Na jesen, ko je tudi v pasivnih krajih nekaj hrane, bo prehranjenost povolnejša. Najslabša bo spomladi, pred prihodom zelene hrane, torej v mesecih marca in aprila. Zato bi bilo treba ta merjenja izvesti vsaj dvakrat. Sedaj in v začetku šolskega leta.

Preostaja nam še, da damo tovarišem

Sedežna višina		Tablica prehranjenosti v penislin																							
		Število pelidsov:																							
		80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103
Teža otrok v kilogramih																									
56	9,15	9,50	9,83	10,2	10,6	10,9	11,4	11,7	12,2	12,6	13,0	13,4	13,9	14,3	14,8	15,3	15,7	16,2	16,8	17,3	17,9	18,4	18,9		
57	9,65	10,0	10,4	10,8	11,1	11,5	11,9	12,4	12,8	13,2	13,7	14,2	14,6	15,1	15,6	16,1	16,6	17,1	17,7	18,2	18,8	19,4	20,0		
58	10,2	10,5	10,9	11,3	11,7	12,1	12,6	13,0	13,5	13,9	14,4	14,9	15,4	15,9	16,4	16,9	17,5	18,0	18,6	19,2	19,8	20,4	21,0		
59	10,7	11,1	11,5	11,9	12,4	12,8	13,2	13,7	14,2	14,7	15,2	15,7	16,2	16,7	17,3	17,8	18,4	19,0	19,6	20,2	20,9	21,5	22,2		
60	11,2	11,6	12,1	12,6	13,0	13,4	13,9	14,4	14,9	15,4	15,9	16,5	17,1	17,6	18,2	18,8	19,3	20,0	20,6	21,2	22,0	22,6	23,3		
61	11,8	12,2	12,7	13,2	13,7	14,1	14,6	15,2	15,7	16,2	16,8	17,3	17,9	18,5	19,1	19,7	20,3	21,0	21,7	22,4	23,1	23,7	24,4		
62	12,4	12,9	13,3	13,8	14,3	14,8	15,4	15,9	16,5	17,1	17,6	18,2	18,8	19,4	20,0	20,7	21,4	22,1	22,8	23,4	24,2	24,9	25,7		
63	13,0	13,5	14,0	14,5	15,0	15,6	16,1	16,7	17,3	17,9	18,5	19,1	19,7	20,4	21,0	21,7	22,4	23,2	23,8	24,6	25,4	26,2	27,0		
64	13,6	14,2	14,7	15,2	15,8	16,3	16,9	17,5	18,1	18,8	19,4	20,0	20,7	21,4	22,1	22,8	23,5	24,3	25,0	25,8	26,6	27,4	28,2		
65	14,3	14,8	15,4	16,0	16,5	17,1	17,7	18,3	19,0	19,7	20,3	21,0	21,7	22,4	23,1	23,9	24,6	25,4	26,2	27,0	27,9	28,8	29,6		
66	15,0	15,5	16,1	16,7	17,3	17,9	18,5	19,2	19,9	20,6	21,2	21,9	22,7	23,4	24,2	25,0	25,7	26,6	27,4	28,2	29,2	30,0	31,0		
67	15,7	16,2	16,8	17,5	18,1	18,7	19,4	20,1	20,8	21,5	22,2	23,0	23,7	24,5	25,3	26,1	26,9	27,8	28,6	29,5	30,6	31,4	32,4		
68	16,4	17,0	17,6	18,3	18,9	19,6	20,3	21,0	21,7	22,5	23,2	24,0	24,8	25,6	26,4	27,3	28,2	29,1	30,0	30,9	32,0	32,9	33,8		
69	17,1	17,7	18,4	19,1	19,8	20,5	21,2	22,0	22,7	23,5	24,2	25,0	25,9	26,7	27,6	28,5	29,4	30,4	31,3	32,3	33,4	34,4	35,4		
70	17,9	18,5	19,2	19,9	20,6	21,4	22,1	22,9	23,7	24,5	25,3	26,2	27,0	27,9	28,8	29,8	30,7	31,6	32,7	33,8	34,8	35,8	37,0		
71	18,6	19,3	20,0	20,8	21,5	22,3	23,1	23,9	24,7	25,6	26,4	27,3	28,2	29,1	30,1	31,1	32,1	33,1	34,1	35,2	36,4	37,4	38,6		
72	19,4	20,2	20,9	21,7	22,4	23,2	24,1	25,0	25,8	26,6	27,6	28,5	29,4	30,4	31,4	32,4	33,5	34,5	35,6	36,7	38,0	39,0	40,3		
73	20,7	21,0	21,8	22,6	23,4	24,3	25,1	26,0	26,9	27,8	28,8	29,8	30,7	31,7	32,8	33,8	34,9	36,0	37,0	38,2	39,5	40,7	42,0		
74	21,1	21,9	22,7	23,6	24,4	25,3	26,2	27,1	28,0	29,0	30,0	31,0	32,0	33,0	34,1	35,2	36,3	37,4	38,6	39,8	41,1	42,4	43,7		
75	22,0	22,8	23,6	24,5	25,4	26,3	27,2	28,2	29,2	30,2	31,2	32,3	33,2	34,3	35,5	36,6	37,8	39,0	40,1	41,4	42,8	44,1	45,4		
76	22,8	23,7	24,6	25,5	26,4	27,4	28,4	29,4	30,3	31,3	32,4	33,5	34,6	35,7	36,9	38,2	39,3	40,5	41,7	43,0	44,5	45,9	47,3		
77	23,8	24,7	25,6	26,5	27,5	28,4	29,5	30,6	31,6	32,6	33,8	34,8	36,0	37,2	38,4	39,6	40,9	42,7	43,5	44,8	46,4	47,7	49,2		
78	24,7	25,6	26,6	27,6	28,6	29,6	30,7	31,8	32,8	33,9	35,0	36,2	37,4	38,6	40,0	41,1	42,5	43,9	45,2	46,6	48,2	49,6	51,0		
79	25,6	26,6	27,6	28,7	29,7	30,8	31,8	33,0	34,0	35,2	36,4	37,7	38,8	40,1	41,5	42,8	44,1	45,5	46,9	48,4	50,0	51,5	53,1		
80	26,6	27,6	28,7	29,8	30,8	31,9	33,1	34,2	35,4	36,6	37,9	39,0	40,4	41,7	43,0	44,5	45,9	47,3	48,7	50,2	52,0	53,6	55,1		

Sestanek učiteljske gospodinjske nadaljevalnih šol

Na podlagi poslovnika odbora učiteljske gospodinjske-nadaljevalnih šol, naslanjajoč se na § 13-2. pravilnika za gospodinjsko-nadaljevalne šole, sklicuje odbor učiteljske gospodinjske-nadaljevalnih šol

SESTANEK

voditeljic in učiteljic, dne 24. aprila 1938., v Ljubljani na šentjakovski šoli, II. nadstropje, št. 16, ob 8. uri zjutraj.

Tovarišice, vabimo vas, da se tega sestanka, kljub temu, da se bo vršil na lastne stroške, sigurno udeležite, zakaj, potrebno je, da po tolikem času skupno razpravljamo o našem delu. Treba je, da znova dokažemo, da še delamo, in sicer uspešno.

Sestanek bo celodnevni. Zanimajte se in povabite k udeležbi tovarišice, ki se za to delo zanimajo; četudi še ne poučujejo!

Splošne vesti

— Prihodnja številka »Učiteljskega tovarisa« izide zaradi velikonočnih počitnic šele v četrtek 28. aprila.

— Ekскурzija na Češkoslovaško! Sresko učiteljsko društvo Ptuj je ustanovilo ekscursijski odsek, ki je imel dne 7. aprila sejo v Sv. Marjeti nižje Ptuja. Odsek je razpravljal o ekscursiji, ki bi se vršila maja 1939. na Češkoslovaško. Na seji je bilo sklenjeno sledeče: — 1. Ekскурzija se vrši maja 1939. 2. Ekскурzije se lahko udeležijo vsi člani JUJ iz vseh banovin. 3. Prijave in prispevke v 10 mesečnih obrokih po 200 din naj se pošiljajo na Učiteljsko društvo za mesto Ptuj in ptujski šolski okraj — čekovni račun 13.193. — Točen program in pot ekscursije sledi! — Za odsek pokreta: Ekscursijski odsek učiteljskega pokreta JUJ, Ptuj.

† Franjo Golob. V ponedeljek, 11. aprila, je umrl v St. Jerneju na Dolenjskem tovariš Franjo Golob. Prizadetim naše iskreno sožalje.

— Tekoči račun pri Učiteljski tiskarni si lahko otvorite vsak dan. Obrnite se na poverjenika ali pišite naravnost tiskarni. Šolsko leto bo kmalu minilo in bo treba misliti na nakup knjig za prihodnje leto. Vse si boste lahko nabavili brez težav, če imate odprt tekcoči račun in urejeno odplačevanje. Na te ugodnosti opozarjamo družinske očete pa tudi vse one učitelje in učiteljice, ki si žele nabaviti knjige in druge potrebščine.

Najboljši trboveljski premog, suha bukova drva, bukove odpadke nudi trdka

„KURIVO“ družba z o. z.

Tyrševa cesta 31 Telefon 34-34

— Na občnem zboru »Branibora«, ki se je vršil v nedeljo, 10. aprila, v Ljubljani, je bila izražena posebna pohvala učiteljstvu za lansko izdatno zbirko »Pirhove«. Upamo, da bo letošnja z ozirom na izreden položaj še

Vsem čitateljem, sodelavcem in oglaševalcem

ž e l i t a

uredništvo in uprava

vesele velikonočne praznike

izdatnejša. Učiteljstvo se bo v današnjih resnih časih zavedalo velikega pomena narodno obrambnega dela in povečalo agilnost za zbiranje »Pirhove«.

Vesele velikonočne praznike



želimo vsem svojim cenjenim odjemalcem

A. & E. SKABERNÉ LJUBLJANA

— Novi zadržniki se sprejemajo vsak mesec na seji upravnega sveta in nadzorstva. Prijavite se svojemu poverjeniku ali naravnost Učiteljski tiskarni. Vsak zaveden učitelj in vsaka zavedna učiteljica bo zadržnik in odjemalec v svoji gospodarski zadrugi. — Stanovska zavest raste, novi zadržniki se vsak dan prijavljajo. Vplačevanje zadržnih deležev na obroke omogoča pristop vsakemu. Ne odlašajte! Svoji k svojim!

— Mojstrski izpit za gospodinje! Ako bi morale žene polagati mojstrski izpit v gospodinjstvu, bi se jim gotovo stavilo tudi vprašanje: kako se odpravi nesnaga iz perila. Gospodinje morajo namreč vedeti, da prode nesnaga v samo tkanino ter se udrži med vlakna, pa je treba radi tega prati samo z dobrim jednatim milom, kakor je Schichtovo

milo Jelen, ako se hoče nesnaga temeljito odstraniti. Dolgoletne skušnje tvrdke Schicht v izdelavi mila dajejo jamstvo vsaki gospodinjici, da bo ostalo njeno perilo dolgo lepo in dobro ohranjeno.

— Kupuj zase in za svoje v Knjižarni Učiteljske tiskarne v Ljubljani in njeni podružnici v Mariboru. Naročaj za šolo v Knjižarni Učiteljske tiskarne. V društvih in korporacijah, pri katerih sodeluješ, deluj na to, da naročajo vse potrebščine v Učiteljski tiskarni. Vsak zaveden učitelj bodi zadržnik pri svojih gospodarskih zadrukah, njih propagator in odjemalec. Če bi oni prav razumeli klic: Svoji k svojim, bi bila naša gospodarska moč jačja, naš ugled večji kakor je danes.

Učiteljski pravnik

—Š Vprašanje: M. V. Š.? Sme li neporočena učiteljica imeti pri sebi v šolskem stanovanju osebo, ki ji vodi gospodinjstvo in še druge člane rodbine?

Odgovor! Da, brez nadaljnje! —Š Vprašanje in odgovor: M. P. iz H.? Dodeljevanje razredov učnim osebam se vrši pri domači učiteljski konferenci, kjer uredite zadevo, ker smo uverjeni, da se bodo upoštevale Vaše želje z ozirom na družinsko stanje.

—Š Vprašanje: J. H. iz Š. Glede nadaljnega izplačevanja stanarine naj napravi tovr. upravitelj vloga na kr. bansko upravo, sklicujoč se na rešitev, tihočo se izplačila stanarine za leto 1937./38., in smo prepričani, da boste redno prejemale stanarino.

Rangna lista

Popravek.

Vuk Alojzij, učitelj z Vrhnik, je napredoval v VII. skupino 16. februarja 1933. in ne 26. februarja 1937.