

ŠTEVILKA 4 DECEMBER 2022

TÀBOR

tema meseca

VDIH,
IZDIH



TABORNIKI

⋮ Igrivo naprej ⋮ Skupščina 2022

Odgovorna urednica

Metoda Zalar

Glavna urednica

Iva Štefanija Slosar

Urednica fotografije

Mariša Ratajec

Urednica ilustracij

Jovana Đukić

Oblikovanje

Maša Pušnik

Lektoriranje

Urša Terčon in Dajana Trifunović

Ožji sodelavci

Mark Baltič, Darja Čadež, Urša Dimič, Tina Jerman, Matej Kelemen, Maja Kramar, Gašper Kristanec, Alja Ločičnik, Tina Mervic, Lea Morano, Rok Pandel, Darja Petrič, Primož Pungartnik, Maša Pušnik, Manca Mirka Slosar, Lana Stanojevič, Tina Stepišnik, Zala Škrabelj, Jasna Vinder

Fotografija na naslovnici

Domen Hauko

Fotografija na zadnji strani

Žiga Debevc

Naslov uredništva

revija.tabor@taborniki.si

Izdajatelj

Zveza tabornikov Slovenije
Einspielerjeva 6, Ljubljana

Tisk

Schwarz print d.o.o., Ljubljana

Naklada

6800

Revija Tabor prejmejo vsi člani Zveze tabornikov Slovenije s poravnano letno članarino. Članarina in prejemanje revije sta vezana na koledarsko leto (januar–december).

Poštšina plačana pri pošti 1102 Ljubljana. Revija je vpisana v razvid medijev Ministrstva za kulturo RS pod zaporedno številko 792.

ISSN 0492-1127

Dejavnosti ZTS sofinancirajo:



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA OBRAMBO
UPRAVA REPUBLIKE SLOVENIJE
ZA ZAŠČITO IN REŠEVANJE



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT
URAD REPUBLIKE SLOVENIJE ZA MLADINO



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE,
ZNANOST IN ŠPORT

4 **Dogajalo se je**
Aktualne novice iz rodov

6 **Slišim, vidim, vodim**
A si že dala na Instagram?

8 **Medvedki in čebelice**
Vdih, izdih

12 **Gozdovniki in gozdovnice**
Čuječnost

16 **V divjino**
Hoja po snegu s krpljami

20 **Strani organizacije**
Starešinska razmišljanja o prihodnosti

22 **Reportaža**
Oglašanje s finančne skupščine: Iz zakulisja

Čeprav smo taborniki najraje v naravi, če je le mogoče tudi brez telefonov in drugih elektronskih naprav, se moramo včasih tudi uvesti za mizo in se pogovoriti. Za delovanje taborniške organizacije ni pomemben le kvaliteten program, ampak tudi razporejanje finančnih sredstev. Razporeditev pa je odvisna od tega, kaj kot organizacija prepoznavamo kot prioriteto, čemu je treba dati čim več finančne podpore in katere stvari lahko počakajo na drugo leto. V rubriki *Reportaža* predstavljamo letošnjo finančno skupščino. Pri spevek je morda na prvi pogled manj zanimiv za običajnega tabornika, a če želiš, ti lahko ponudi vpogled v ozadje delovanja slovenske taborniške organizacije.

25 **Intervju**
Prostovoljstvo kot način življenja

29 **PP strani**
Nenasilno sporazumevanje

33 **Vsemu bomo kos**
Igrivo naprej

Med šolskim letom vodniki vedno znova poslušamo prošnje otrok za dodatnih deset minut igre. Včasih popustimo, drugi pa se nam zdi, da bi bilo bolje iti na konkretno delo. Kaj igra sploh pomeni in kako vpliva na človeka v otroštvu, mladosti in odrasli dobi? Preveri v rubriki *Vsemu bomo kos*, ki jo tokrat posvečamo spontani in načrtovani igri.

39 **Razvedrilo**
Knjigožer in filmoljub / Strip / Rumene strani



Še zadnjič letos

Besedilo: Iva Štefanija Slosar, glavna urednica, fotografija: Pija Šarko.



Upam, da prebiraš to revijo, medtem ko sediš udobno doma, srkaš topel čaj ali kakav ali vodo z limono, če ti paše, in se veseliš kratkega oddiha in praznovanja novega leta. Bilo je naporno, kajne? Zaslužiš si oddih. Ampak kaj, ko bo januar in z njim pričakovanja drugih in nas samih, da nekaj spremenimo, izboljšamo, razvijemo tu, še preden se bomo dobro naspali.

Kaj bo prineslo novo leto, ne vemo. Nemara smo se v zadnjih letih naučili prav to, da razpleta stvari ni vedno mogoče predvideti, čeprav smo v nekaj vložili mnogo časa in truda. To seveda ne pomeni, da ni nič več pomembno in da se nam nič ne splača delati. Morda boste tudi zato v tokratni številki našli vsebine, ki se osredotočajo na tematike, ki niso ozko taborniške. Dihalne vaje? Vaje, ki se ti pomagajo osredotočiti na svoje telo, prepoznati svoje počutje? O tem lahko berete na MČ in GG straneh, v resnici pa so vsebine primerne za vsakega izmed nas, ne glede na starost in vrsto pritiska. Ne, globok vdih še ne reši težave, se nam pomaga osredotočiti na spoprijemanje z njo.

Potem pa sta tu še članka o nenasilni komunikaciji in pomenu igre pri mladih in starih. Temi na prvi pogled nista tako praktični kot načrt za izdelavo pionirskega objekta, ki ga je vedno super imeti pri sebi, v resnici pa sta področji še kako vpleteni v taborniški in "običajni" vsakdan. Pogosto smo izpostavljeni delu v skupini in pri tabornikih to neredko celo določa končni rezultat našega dela, zato se je vredno vsake toliko spomniti zakonitosti komunikacije, v kateri se bodo vse strani počutile sprejete in varne. Namesto slabi volji se bomo posvetili izvedbi načrta. In na koncu je tu še igra. Ne nujno tista igra, s katero bomo hitreje usvojili določeno znanje, se naučili tega ali onega. Pomembno je, da se igramo tudi "kar tako", da ni vsaka igra neposredno vzgojna in didaktična, da ni usmerjena v določen cilj, ampak da je cilj, če že mora biti, igra sama.

In nemara je prihajajoče leto priložnost, da si privoščimo biti tudi neproduktivni, da nam je dolgčas, da nekaj počnemo brez računice, kaj nam bo to prineslo, ampak ker nas veseli ali pa morda zato, ker nam je za potencialni uspeh in izkupiček popolnoma vseeno. Včasih je dobro imeti velike načrte in nulo rezultata in včasih iz nule načrta nastanejo veliki rezultati (ampak samo včasih, zelo redko v resnici, zato si ne obetajmo preveč).

*Avtorji revije Tabor vam želimo srečno in zdravo v novem letu.
Na nove prigode, prijatelje, druženje in ustvarjanje skupnosti!*

DOGAJALO SE JE



Tako je Rod kraških viharnikov otvoril sezono mačkovanja.



Rod Pusti grad se je družil z lokalnim društvom gasilcev.



66-ji Močvirskih tulpanov so se odpravili na jesenovanje v Žago pri Kočevskem rogu.



Rod srebrna reka Radlje ob Dravi je že dvanajestič izvedel taborniške stojnice upanja.



66-ji Rodu Bičkova skala so obiskali praznični Zagreb.



Najnovejši člani PP družine Rašiskega rodu so se zabavali na biljardu.

Avtorji in avtorice fotografij od zgoraj levo proti spodaj desno: Rod kraških viharikov Postojna, Rod Pusti grad Šoštanj, Rod Sergeja Mašere Piran, Rod Močvirski tulipani Ljubljana, Rod II. grupe odredov Celje, Rod srebrna reka Radlje ob Dravi, Rod Bičkova skala Ljubljana, Rašiški rod, Rod skalnih taborov Domžale, Rod gorjanskih tabornikov Novo mesto, Rod XI. SNOUB Maribor.



Sršenasti šmorenčki iz piranskega rodu so sodelovali v akciji »Božiček za en dan«.



MČji iz Rodu skalnih taborov Domžale so se sprehodili do izviru Kamniške Bistrice.



MČji Rodu II. Grupe odredov pa so izdelovali božične okraske.



Tudi Rod gorjanskih tabornikov je sodeloval na ZNOT-u.



Takole so fotografu pomagale najstarejše grčice Rodu XI. SNOUB Maribor.



Medtem pa so njihovi mlajši kolegi gradili iglu.



A si že dala na Instagram?

Besedilo: Manca Cimerman, fotografije: RLA Grosuplje.

Tabornike lahko že dolgo spremljamo tudi izven narave, našega primarnega okolja. Na ravni zveze in lokalnih društev smo vse bolj prisotni na socialnih omrežjih. Eden izmed rodov, ki z rednimi objavami osrečuje svoje člane, njihove starše in druge, je Rod Louisa Adamiča Grosuplje. V nadaljevanju preberite, kako izkušnjo vodenja socialnih omrežji, izzive in dobre prave "taborništva na Instagramu" opisuje rodova propagandistka.

KDO SE SKRIVA ZA RODOVIM PROFILOM

Naš rod lahko najdete na Facebooku – Rod Louis Adamič Grosuplje, na Instagramu – grosupeljski.taborniki in na naši spletni strani – grosupeljski.taborniki.si. Glavno vlogo pri tem imam jaz, Manca Cimerman, rodova propagandistka. Naloga te funkcije je skrbeti za neprestano komunikacijo s starši članov našega rodu in širšo javnostjo. Skrbim predvsem za profila na Facebooku in Instagramu. Za objavljanje je zadolžena še Antėja Ratajec, ki skrbi za zanimive vsebine na spletni strani.

Zaradi lažje organizacije drugi člani rodu nimajo dostopa za objavljanje vsebin, tako da sva midve vezni člen med

dogajanjem v živo in objavo na spletu. Objavljanje vsebin se zdi morda preprosto, a zahteva svoj čas in stalno učenje skozi izkušnje, zato je pomembno, da za to področje skrbi specifična oseba oziroma funkcija in ne "vsi po malem".

KOMU SO OBJAVE NAMENJENE

Primarna publika so bili vedno starši naših članov. Vsaka akcija prinaša ogromno spominov in novega znanja, ker pa se otrokom neprestano na polno "dogaja", lahko velikokrat izpustijo kakšno informacijo, ki bi si jo starši želeli ohraniti v spominu. Z objavami omogočimo, da jim posredujemo čim več zanimivih podrobnosti. Na začetku smo kot uraden rodov profil uporabljali samo Facebook,

ki je namenjen splošnim informacijam, prihajajočim akcijam, galerijam fotografij preteklih akcij itd. Kasneje smo ustvarili še profil na Instagramu. Sledilci našega profila na tem socialnem omrežju so poleg staršev tudi mlajše generacije, drugi rodovi in njihovi člani. Instagram zato zajema bolj zanimive vsebine in predvsem lepe spomine. S tem želimo prikazati, kako zabavno je biti tabornik in da ni vse le "preživetje v naravi, brez elektrike in vode 14 dni". Pred kratkim smo se odločili še za spletno stran, ki prikazuje bolj uradno plat našega rodu. Osredotoča se na našo predstavitev in najpomembnejše informacije.

BOLJ KOT POPOLN IZGLED STA POMEMBNA VSEBINA IN VTIS

Na začetku sem imela cilj ustvariti vizualno rdečo nit in enotnost pri objavah, vendar sem hitro spoznala, da je to pri tako barvni paleti dogodkov izredno težko. Če želiš, da bi starši in vsi ostali izkusili kar se da podobno izkušnjo, se ne smeš preveč obremenjevati, kaj in kako si objavil pred tem, temveč poskusiš poustvariti duh dogajanja. Seveda sčasoma ustvariš svoj sistem in ugotoviš, kakšen tip objavljanja ti najbolj ustreza. Enotne podobe se je lažje držati na akcijah, kadar npr. objavljam vsakodnevne taborne storyje na Instagramu. A to vzame ogromno časa. Vsak si želi, da story izgleda kar se da ekstra, da zajame čim več, da izgleda lepo, da kaj pametnega zraven piše in v primeru, da ti še signal in internet nista naklonjena, imaš lahko ogromno dela in problemov za nekaj sekund vsebine.

Za ustvarjanje storyjev je dovolj dober telefon z boljšo kamero. Za stalne objave pa se poskušam držati pravila in objavljam fotografije, narejene izključno s fotoaparatom. Izžarevajo veliko več kot fotografija, narejena s telefonom, pa še bolj carska izgleda.

PANDEMIJA JE BILA IZZIV, KI SMO SE GA ODLOČILI IZKORISTITI

Vpliv na razvoj naše prisotnosti na družbenih omrežjih je imela tudi pandemija, a na srečo samo na dober način. V času korone smo vse akcije prestavili v virtualen svet, kar pa

nas ni ustavilo pri objavljanju vsebin. Nasprotno, bili smo še bolj aktivni. V tem času smo razširili komunikacijsko ekipo, v kateri je začelo sodelovati več deklet. Pripravljale smo vsebine "Rasti z RLA", v kateri smo z različnimi idejami želele izzivalne okoliščine spremeniti v kvaliteten dan. Vsak ponedeljek smo sproščali misli z Neži, vsako sredo smo migali z Roso, vsak petek kuhali s Katko in se vsak vikend učili s Čini. Pripravili smo tudi nekaj idej za pustni teden in v rodu organizirali akcijo "Lov za naklad", ki je trajala 14 dni. Z njo smo želeli spodbuditi gibanje v naravi za celotno družino. Vsak dan so se tako lahko naši člani in drugi odpravili na iskanje lokacij, za katere so dobili namige preko fotografij ali uganak na različnih socialnih omrežjih. Na vsaki lokaciji jih je čakala zanimiva naloga, na koncu akcije pa tudi zaklad.



Propagandist je lahko vsak, ki ima malo boljši telefon, smisel za vsebino in voljo. Največji izziv je gotovo čas, saj ga potrebuješ veliko, da so vsebine kar se da dobre. Najboljša stvar pri vsem tem pa je definitivno ta, da si ves čas v središču dogajanja in nikoli ničesar ne zamudiš.



VDIH, IZDIH

Besedilo: Maja Kramar, ilustracije: Darja Petrič.

Članek bo potovanje po telesu, gibanju, trenutku, čutilih, čustvih, mislih in sočutju. Vse to nam bo pomagalo, da se bomo znali umiriti, zadihati in obvladati svoja čustva.

Moje telo

Prijetno se namesti in če želiš, zapri oči. Kako se počutiš? Ti je toplo ali te zebe? Te kaj boli? Se počutiš utrujeno, sproščeno, napeto?

Nato na glas ali po tiho reci: "Čutim svoje telo".

Sledi potovanje po celem telesu: "Potujem in imenujem". Zaveš se vsakega dela telesa (leva in desna noga, leva in desna roka, hrbet, glava, obraz, vrat in ramena), pri vsakem delu se vprašaj, kaj počneš s tem delom telesa in kaj čutiš (napetost, mrzlo/hladno, lahko/težko). Nato si reci: "Čutim svojo desno nogo". Nato preidi na drugi del telesa.

Pobarvaj dele telesa z barvami, ki si jih v vsakem delu telesa občutil/-a, in jih poimenuj.



Več takšnih vaj za telo najdeš v knjigi Andreje Vukmir Brenčič *Moje telo*.
Domžale: Družinski in terapevtski center Pogled 2019.

VODNIKI

Da bodo sestanki potekali bolj umirjeno, lahko začnete sestanek s kratko dihalno vajo. Izbira vaj je res velika. Na večdnevni akciji lahko otrokom med počitkom, kot oddih med gozdnimi šolami ali ko se greste kopat, pripravite kakšno sprostitveno aktivnost. Otroci naj se uležejo na blazino, medtem jih vi vodite preko sprostitve. Lahko si pomagata tudi z meditacijskimi pravljičami in pripravite celo pravljično jogo.

STARŠI

Priporočljivo je, da vaje, ki jih najdete v članku in omenjenih knjigah, izvajate skupaj s svojimi otroki. Tako se boste še bolj povezali in otrokom bo lažje, če jih boste vodili preko vaj in vprašanj, ki jih vaje zastavljajo. Kakšno vajo lahko izvedete tudi tako, da se z otrokom usedete in se z vzravnanim hrbtom naslonite drug na drugega ter skupaj dihate.

Dihanje

Dihanja se pogosto ne zavedamo, čeprav brez dihanja ne bi preživel.

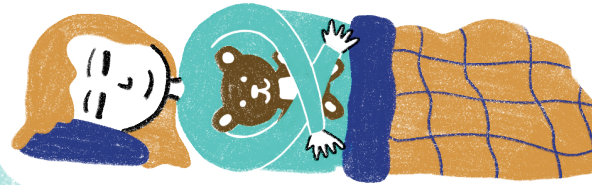
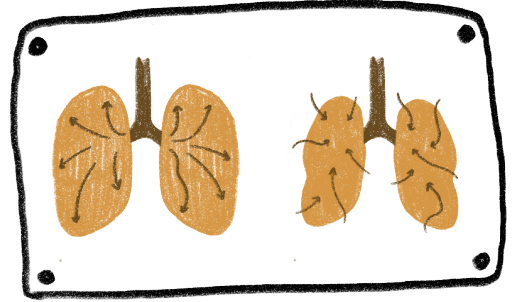
Dihanje je sestavljeno iz vdiha in izdiha. Ko delamo stvari, je naše dihanje nezavedno. Vendar je zelo dobro, če se v dnevu včasih ustavimo in z naredimo kakšno vajo zavednega dihanja.

DIHANJE S TREBUHOM

Zjutraj, ko si še v postelji in ti družbo gotovo dela kakšna plišasta igračka, si jo položi na trebuh. Opazuj, kaj se z njo dogaja, ko počasi vdihneš in nato počasi izdihneš.

Več takšnih vaj najdeš v knjigi Andreje Vukmir Brenčič *Diham*. Domžale: Družinski in terapevtski center Pogled, 2018.

Na tabli označi, katera pljuča prikazujejo, ko zrak vdihnemo, in katera, ko zrak izdihnemo.



Dihalne vaje za vsako priložnost

Ne glede na položaj se vedno lahko ustavimo in nekajkrat globoko zadihamo. Takrat se bomo počutili bolje in znali v danem položaju mirneje odreagirati. V nadaljevanju bodo v članku predstavljene različne dihalne vaje, ki ti bodo pomagale, da se umiriš, osredotočiš, sprostiš ...

Se počutiš, kot da imaš preveč energije in ne moreš biti pri miru? Ta naloga ti bo pomagala umiriti telo. Ponoviš jo lahko, kolikokrat želiš. Med izvajanjem zapreš oči.

VROČA ČOKOLADA

V rokah držiš svojo najljubšo skodelico in v njej je slastna vroča čokolada. Ker je prevroča, da bi jo kar popil, jo moraš popihati, da se ohladi. Dvigni skodelico k obrazu, naredi dolg vdih in poooooasi izdihuj vanjo. Ponovi, dokler se vroča čokolada ne ohladi, nato naredi požirek in reci: "Mmmmm". Ta mmm naj bo dolg, kolikor zmoreš v enem dihu. Ponovi še enkrat. Dooooolg vdih in dooolg mmmmm.



Kako se počutiš? Te je vaja umirila?



Naslednja vaja bo tvoje možgane naučila, kako se zbrati in osredotočiti na nalogo.

KJE JE TVOJ DIH

Usedi se z vzravnanim hrbtom, malo stresi svoje telo, nato obmiruj. Naredi dolg vdih in izpusti ves zrak iz telesa. Nadaljuj z dolgimi vdihom in izdihom.

Kje v telesu čutiš zrak? V mislih si pri vdihu predstavlja zrak, kako pride v tvoje telo in po njem potuje, dokler ne odide iz telesa.

Še nekajkrat vdihni in izdihni. Zrak še vedno čutiš na istem mestu kot prej?

Za konec naredi še en dolg vdih in na koncu izdihni ves zrak.

Kako se zdaj počutiš? To nalogo lahko narediš vedno, ko se lotiš kakšne naloge in se moraš dobro osredotočiti.

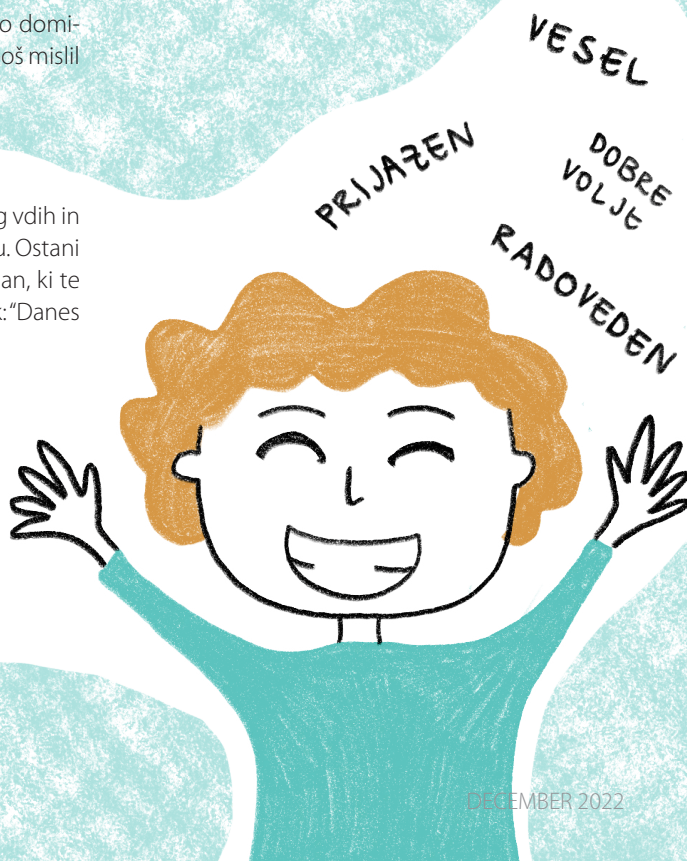
Naslednja vaja je odlična telovadba za našo domišljijo. Pomagala ti bo, da boš prijazen in da boš mislil tudi na druge.

DANES BOM ...

Ta vaja je odlična za dobro jutro. Naredi dolg vdih in z izdihom izpusti ves zrak, ki ga imaš v telesu. Ostani pri miru. Zamisli si, kako bi želel preživeti dan, ki te čaka. Izberi besedo, ki bo nadaljevala stavek: "Danes bom ...".

Morda želiš danes biti: prijazen, prijateljski, vesel, radodaren, vljuđen, potrpežljiv, dobre volje? Naj bo beseda, ki ti je zares všeč.

Besedo si zapomni in se po najboljših močeh potruži, da jo boš uresničil.



Naslednja vaja te bo prebudila in napolnila z energijo.

PREBUDI SVOJ OBRAZ

1. Naredi globok vdih in iztisni z izdihom ves zrak iz telesa.
2. Široko odpri oči in jih zapri. Ponovi trikrat.
3. Z obrvmi pomigaj gor in dol.
4. Dihaj in pomigaj z nosom kot zajček.

5. Karseda široko odpri usta in s spodnjo čeljustjo pomigaj naprej in nazaj.

6. I ztegni jezik, kolikor daleč moreš!

7. Celo glavo sukaj v vse smeri!

8. Obmiruj s celim telesom.

9. Naredi globok vdih in z izdihom iztisni ves zrak iz telesa.

Kako se zdaj počutiš?
Imaš več energije?

Ta vaja ti bo pomagala, ko bodo v tebi slaba občutja.

ODPIHNI SLABO VOLJO

Najprej sedi vzravnano, ko se umiriš, naredi dolg vdih in dolg izdih.

Zdaj naredi karseda siten izraz (namršči se). Si danes jezen, žalosten, te je mogoče strah? Naredi obraz, ki predstavlja, kako se počutiš. Zdaj pa globoko zajemi sapo in odpihni vse slabe občutke in sprosti obraz.

Ko si to naredil, se usedi še bolj vzravnano in če se počutiš bolje, se malo nasmehni. Vajo ponovi tolikokrat, da odpihneš slabe občutke. Na koncu naredi še en dolg vdih in z izdihom izpusti ves zrak iz telesa.



Tema članka je čuječnost. "Študije medicine in nevroznanosti dokazujejo, da je čuječnost osnovna spretnost za fizično in mentalno zdravje. Podpira in izboljšuje učenje, čustveno inteligentnost in splošno počutje v življenju." (Po knjigi: Eline, Snel. Sedeti mirno kot žaba: vaje čuječnosti za otroke (in njihove starše). Celje, Zavod Gaia planet, 2019)

Kako se zdaj počutiš? Ti je uspelo odpihniti slabe občutke?

Te in več podobnih vaj najdeš v knjigi: Willey, Kira. Dihaj kot medved: 30 trenutkov čuječnosti za otroke – da bodo kjerkoli in kadarkoli umirjeni in zbrani. Brežice, Primus, 2021

Čuječnost

Besedilo: Maja Kramar, ilustracije: Jovana Đukić.

Živimo v časih, ko divjamo iz ene aktivnost na drugo. Stres je postal nekaj vsakdanjega. Hitrost sprememb, impulzi, informacije in količina zahtev se ves čas večajo. Vedno se nam mudi, čas zapravljamo na mobilnih telefonih in veliko je elementov, ki odvrčajo našo pozornost od nas in drugih. Članek te bo popeljal skozi aktivnosti, ki ti lahko pomagajo pri uravnavanju stresa.

STRES

Občutimo ga, ko neki položaj predstavlja potencialno grožnjo in menimo, da mu ne bomo kos. Stres nam lahko povzročajo zunanji (okolica) ali notranji (misli, čustva, občutki) dejavniki. Stres je do neke mere po-

zitiven in na nas vpliva motivirajoče, saj nas aktivira. Če tega ni, nam kaj hitro postane dolgčas. A če je negativnega stresa preveč, ima ta lahko posledice na naše zdravje in odnose.

VAJA: Za prvo vajo te vabim, da o sebi napišeš deset pozitivnih lastnosti. Vzemi si čas in seznam izpolni do zadnje lastnosti.

★ MOJIH 10 POZITIVNIH
LASTNOSTI ★

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

9.

10.

Kako si se počutil ob izpolnjevanju seznama?

Se ti je kje zataknilo?

Bodi hvaležen za te lastnosti in jih neguj še naprej!

STARŠI

Otroci in mladostniki veliko časa preživijo za ekrani in so vsesplošno obremenjeni z obveznostmi. Hkrati pa doživljajo spremembe hormonov, telesa, pričakanj do sebe in družbe, razvijajo se jim možgani in želja po vključenosti v družbo raste. Dejavnosti čuječnosti pomagajo, da ostanejo osredotočeni na to, kar se dejansko dogaja, prepoznajo in se soočajo s svojimi čustvi ter stresnimi položaji.

Aktivnosti so primerne tudi za vas. Lahko se prav s katero od naštetih aktivnosti povežete s svojim otrokom.

ČUJEČNOST

Stresorjev ne moremo nadzirati, lahko pa nadzorujemo naš odziv na doživljanje. Ta je odvisen od prepričanj o sebi in našo zmožnostjo soočenja s trenutnim položajem. Čuječnost nam pomaga na več ravneh:

- zavedanje telesa,
- zavedanje misli, prepričanj in presojanja,
- upravljanje s čustvi,
- ohranjanje osredotočenosti, koncentracije,
- miru v stresnih položajev,
- izboljšanje delovnega spomina,
- izboljšanje odnosa do sebe in drugih ...

Za nami je nekaj teorije. Če te tema zanima, si lahko več o njej prebereš v omenjenih knjigah. Zdaj pa k praktičnim vajam.

AKTIVNOSTI ČUJEČNOSTI ZA CEL DAN

DOBRO JUTRO ☀

Narediš lahko eno vajo ali več. Lahko vsak dan isto ali vsak dan drugo. Kot se ti zahoče.



1. Dobro se pretegni in si nekajkrat na glas povej potrditev.

Potrditve oz. pozitivne trditve so izreki, h katerim stremimo. Opisujejo, kaj želimo postati ali česa si želimo za določen dan. Potrditve so lahko vsak dan iste ali drugačne.

NALOGA: Napiši potrditev, ki misliš, da bi ti pomagala, da se v dan podaš srečno in pogumno. Vzorec potrditve: "Sprejemam se takšnega, kot sem. Ljubljen sem. Pripravljen na nov dan. Zaslužim si to."

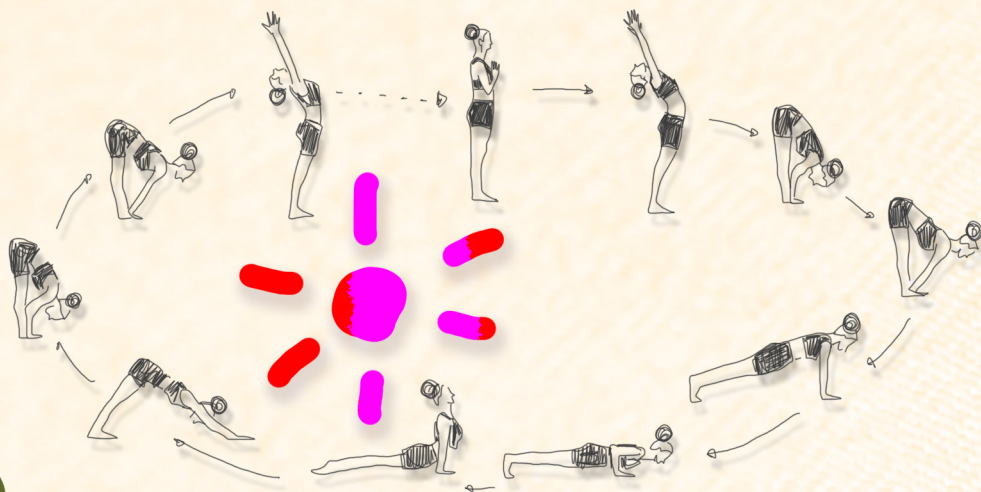
Potrditve izgovarjaš vedno v sedanjiku. Tako se na pozitiven način osredotočaš na sedanjost.

Knjige, uporabljene v članku. Tu najdeš še več informacij in ogromno vaj:

- Yan. MYR. Prva pomembna knjiga za velike in male otroke. Ormož: Topmoods, 2018.
- Belinda. Campbell. Bodite pozitivni in srečni. Tržič: Učila International, 2020.
- Belinda. Campbell. Sprostite in odklopite se. Tržič: Učila International, 2020.
- Arlene. K. Unger. Sreča: 50 vaj čuječnosti in sproščanja, da bomo vsak dan dobre volje. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2018.
- Arlene. K. Unger. Pogum: 50 vaj čuječnosti in sproščanja za krepitev samozavesti. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2020.
- Robert. Križaj. Čuječnost: trening za obvladovanje stresa in polno prisotnost v življenju. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2019



2. Da dobro raztegneš svoje telo, lahko narediš **"Pozdrav soncu"**. Zaporedje desetih telesnih položajev, ki tekoče prehajajo iz enega na drugo. Je odličen način, da telo ohraniš v zdravi formi.



3. Ko si umiješ zobe in se gledaš v ogledalo, naredi vsaj tri različne grimase (z obrazom se pači). Na koncu stresi celo telo.

4. Preden odideš skozi vhodna vrata, si reci: "Verjamem vase".

ČEZ DAN ♥

1. Ko hodiš proti šoli, se nasmejni vsakemu, ki ti gre naproti. Ljudje se v večini primerov nasmehejo nazaj. Videl boš, da se avtomatsko počutiš bolje.

2. Preden stopiš v šolo ali med odmorom poglej v nebo. Ni važno, ali je modro ali sivo, že njegova veličina nas čustveno poživi.

3. Ko med dnevom začutiš, da nisi več zbran, si lahko z vajo **"Opičja pamet"** pomagaš, da se zopet osredotočiš:

1. Zapri oči in mirno dihaj. V mislih si prikliči trop razigranih opic, ki zganjajo norčije, skačejo z veje na vejo in so zelo glasne.

2. Tvoja naloga je, da ob teh mislih ostaneš miren. Nisi ena izmed opic. Nimaš moči nad njimi, ampak jih le opazuješ. Mirno dihaj in počakaj, da podoba opic zamre.

3. S to podobo si pomagaj, kadar se ti v misli prikradejo neprijetne misli ali si samo nemiren. Vedno počakaj, da podoba opic zamre.



4.

Ko prideš domov, pojej lahko kosilo in si privošči **"Mačji dremež"**:

- **Zlekni se, kjer ti je udobno.**
- **Zatisni oči in dihanje umiri v nežno predenje.**
- **Posnemaj mačko, ki si privošči popoldanski spanec.**
- **Čez nekaj minut odpri oči, se pretegni in videl boš, kako sproščen si postal. (Med napornimi dejavnostmi, ko vaje ne uspeš izvesti, si v mislih ustvari ta umirjeni občutek.)**



5.

Lahko poskusiš tudi dihalno vajo **"Vesela čebela"**. Vdihni skozi nos, na rahlo zatisni ušesa in pripri usta. Izdihni skozi nos in v grlu ustvarite zvok "bzzzzz" ali "mmmm".

6.

V dnevu bodi vsaj 30 minut fizično aktiven, ni važno, kako. Tudi gospodinska opravila ali vrtnarjenje je lahko zelo aktivno. Ali pa pleši, pojdi na sprehod ali tek, se preizkusi v različnih vadbah ...

ZA KONEC DNEVA ☆

1.

Odpiši slab dan. Naredi seznam vseh stvari, ki so ti povzročile stres (budilka ni zvonila, zaspal sem, pozabil domačo nalogo, ni bilo časa za malico, na testu se nisem dobro odrezal ...).

Seznam si preberi naglas. Priznaj si, da so se zgodile. Zdaj pa vsako stvar odpiši tako, da globoko vdihneš in s počasnim izdihom besedo prečrtaš. Naj te z vsakim izdihom stresni položaji dneva zapuščajo in tvoj spanec bo lažji.

Tak seznam naredi vsak dan ali vsaj takrat, ko je za tabo težek dan.

STVARI, KI SO ME DANES
IZTIRILE!!!

2.

Najmanj eno uro pred spanjem telefon nastavi na letalski način. V tem času preberi kakšno knjigo ali pa si zapiši občutke dneva. Ko stvari zapišemo, jih pogosto uvidimo v drugi luči. Če jih še na glas preberemo, včasih najdemo tudi rešitev za težavo.

3.

Ulezi se in globoko dihaj. Ta dihalna vaja je za pomiritev živcev in te ponese v krepčilni spanec. Na internetu lahko poiščeš vodeno meditacijo ali si le predvajaš mirno glasbo. Nekajkrat globoko vdihni. Nato začni šteti v mislih. Ob koncu vdiha izdihu dodaj še eno številko. Če si v prvem vdihu preštel do dve, se potruj, da bo izdihal trajal toliko, da boš preštel do tri. Nadaljuj, dokler ne čutiš, da te spanec vabi v svet sanj.

IN LAHKO NOČ

VODNIKI

V članku najdete kar nekaj vaj, ki lahko pridejo prav tudi vam. Vodova srečanja in vse vaše obveznosti znajo biti stresne, zato si lahko mogoče pomagata s katero od vaj. Včasih pozabimo, da so tudi člani

podvrženi veliko zahtevam in pričakovanjem, zato si lahko med programom skupaj privoščite krajšo vodeno meditacijo ali raztezne vaje. Vedno, ko lahko, izvajajte aktivnosti zunaj, že to je veliko.

Hoja po snegu s krpljami

Besedilo in fotografije: Matej Kelemen.



Zimski čas je že za ovinkom, s tem pa zimovanja in aktivnosti na snegu, ki jih težko izvajamo ob drugih priložnostih. Kljub nizkim temperaturam in snegu lahko tudi ta čas preživimo v naravi in si ga popestrimo z obilico aktivnosti. Si vedel/a, da imajo Eskimi več kot petdeset besed za poimenovanje različnih vrst snega? Mogoče se lahko z vodom naučite, kako rečejo sveže zapadlemu snegu ali snegu, ki je zelo suh. Lahko uporabite "pukaangajuq" in izdelate iglu ali utrdbe in imate vojno s kepami. Sneg lahko popestri mnoge taborniške aktivnosti, pri nekaterih pa nam predstavlja tudi oviro. Gaženje skozi gozd, do kolen v snegu med iskanjem primerne lokacije za vodov kotiček se verjetno ne sliši preveč mikavno. Z nekaj znanja in veščinami bivanja v naravi pa si tudi takšno nalogo lahko olajšamo. Se sprašuješ kako? Odgovor so krplje.

KAJ SO KRPLJE?

Krplje so pripomoček za hojo po neutrjenem snegu. Delujejo kot povečan podplat in s tem razporedijo našo težo po večji površini, zato se naša stopala in noge ne ugreznejo v sneg. Na čevlji so pri prstih pritrjene s trakom ali vrvo tako, da omogočajo prosto dviganje pete. Podobno kot pri smučeh smučarskih tekačev.

Najbolj učinkovite so ob uporabi na snegu s skorjo. To pomeni, da se je prvih nekaj centimetrov snega že sprijelo in rahlo zmrznilo, a plast ni dovolj debela, da bi držala našo celotno težo. Takrat lahko s krpljami dobesedno hodimo po vrhu snega, skoraj brez ugrezanja. Pri čisto novozapadlem snegu ali puhastem nesprijetem snegu pa se bomo tudi s krpljami ugrezali, vendar bistveno manj, kot če bi hodili brez njih.

IZDELAVA

Krplje lahko izdelamo na več načinov. Tradicionalni načini izdelave vključujejo upognjene lesene loke in v konico povezane palice. Podoben način bom

predstavil v nadaljevanju. Kljub temu da ima vsak način izdelave svoje prednosti in slabosti sem se tokrat odločil kriterij enostavnosti izdelave postaviti pred najvišjo možno učinkovitostjo. Krplje, pri katerih je potrebno upogibati palice za izdelavo loka, so lahko zelo zahtevne za izdelavo in v zimskem času, ko les ni tako prožen, še toliko večji izziv. Moja želja pa ni, da bi te neuspeli poizkusi odvrnili od izvedbe tega projekta. Pa se lotimo izdelave.

Ker je postopek izdelave popolnoma enak za levo in desno krpljo, je tukaj postopek opisan samo za eno. Za drugo postopek samo ponovi.

POTREBSČINE IN MATERIAL

Za izdelavo krpelj boš potreboval/a **nož, žago in vrv**. Poleg teh pripomočkov pa boš moral/a nabrati tudi nekaj palic, ki so čim bolj ravne. Priporočam, da poiščeš lesko, saj velikokrat raste zelo ravno in se hitro obnovi, tako da z nabiranjem palic ne boš naredil/a veliko škodo v naravi. Poskušaj le, da nabereš palice iz več različnih grmov.



 pet palic dolžine 1,5–2 m in debeline okrog 2 cm v premeru

 nož

 dve palici dolgi okrog 25 cm in debeline okrog 3 cm v premeru

 žaga

 vrv

1 Najprej moraš palice vzporedno povezati med sabo, tako da bo med vsako palico še nekaj centimetrov vrvi. Palice povežeš med sabo na debelejših koncih, saj bo tako več teže pri končani krplji zadaj. To bo pomembno zaradi hoje s krpljami, ki jo bom opisal na koncu. Torej, vzemi daljši kos vrvi in na sredini naredi vrzni voz. Tega natakni na prvo palico, potem pa začni vezati ambulantne vozle enega nad drugim. Tako boš naredil/a serijo vozlov, ki bodo poskrbeli za tistih nekaj centimetrov razmaka med palicama. Koliko vozlov moraš narediti, je odvisno od debeline vrvi, naj pa bo med palicama od 2 do 3 cm prostora. Ko dosežeš ta razmak, dodaj drugo palico, vrvi ovij dvakrat okoli palice in znova začni vezati ambulantne vozle. Ta postopek ponavljaj, dokler niso povezane vse palice. Tako tvoriš zadnji del krplje.



2 Sedaj boš navezal/a eno od dveh prečnih palic, ki bosta služili za podporo in privezovanje stopala na krpljo. To bo zadnja prečka, kamor boš na krpljo položil/a peto stopala. Prečko postavi nekje na polovico dolžine palic; bolje, da je za kakšnih 10 cm bližje sprednjemu delu (proč od z vrvjo povezanega dela iz 1. koraka). To prečko priveži s kvadratno ali diagonalno vezavo na dve zunanji palici. Na vmesne palice pa jo lahko dodatno privežeš z nekaj ovoji vrvi ali vrznimi vozli, da bo celotna struktura imela večjo trdnost.



3 Sedaj moraš privezati še sprednjo prečko, kamor boš na krplo položil/a sprednji del stopala. Da določiš, kam postaviti prečko, je najbolje, da krplo položiš na tla in s peto stopiš na zadnjo prečko. Zdaj prednjo prečko namesti pod stopalo, tako da stojiš na prečki z delom stopala takoj za prsti. Ko poskušaš stopiti na prste, se ti mora stopalo lepo prevrniti preko prednje prečke. Sedaj sprednjo prečko naveži tako kot zadnjo v 2. koraku.



4 Krplja je skoraj končana. Za konec moraš samo še združiti nepovezane vrhe palic in jih zavezati v šop. Povežeš lahko vse palice naenkrat, vendar ti bo lažje, če najprej povežeš skupaj sredinske tri palice z vrznim vozlom, potem pa zunanji dve upogneš in ju nad šopom treh zvežeš skupaj. Tako, krpja je končana.

PRITRJEVANJE KRPLJE NA ČEVLJ

Zdaj imaš svoji krpji in se verjetno sprašuješ, kako pa si zdaj to pritrdim na noge? Način privezovanja krpelj na noge je morda nekoliko zapleten, vendar ti ga bom poskušal čim bolj razložiti in s pomočjo slik boš gotovo hitro osvojil/a to veščino. Krplo na nogo pritrdiš samo pri prstih, saj mora peta biti prosta, da omogoča lažjo hojo. Za pritrdjevanje uporabi vrv, debelo vsaj 4 mm. Biti mora dovolj močna, da jo lahko lepo zategneš. Za vsako nogo potrebuješ dober meter vrvi.

1 Okrog sprednje prečke moraš ustvariti zanko, v katero boš ujel/a prste čevlja. To zanko narediš tako, da vrv prepoloviš in potem iz prednje strani nazaj napelješ konca vrvi pod prečko med prvim in zadnjim razmakom palic. Nato konca vrvi napelješ nazaj skozi zanko, kot bi hotel/a narediti kavbojski vozel, vendar ga ne zategneš.





2 Sedaj stopi na krpljo in namesti zanko okrog prstov čevlja. Kar se da močno zategni zanko, saj je to edini del, ki bo tvoj čevljev držal na svojem mestu na krplji.



3 Konca vrvi drži zategnjena in ju še enkrat prekrizaj preko sprednjega dela čevlja, nato pa ovij okoli noge nad gležnjem. Zaveži konca vrvi z mašnico, kot bi si zavezoval/a vezalke na čevljih.

HOJA S KRPLJAMI

Ko imaš krplje pravilno pritrjene, lahko poskusiš z njimi hoditi. Tehnika hoje s krpljami se nekoliko razlikuje od običajne in se je moraš privaditi. V začetku bodo gibi nenaravni in togi, vendar bo z vajo hoja s krpljami sčasoma postala domača. Pri hoji si pomagaj z naslednjimi nasveti:

Ko dvigneš nogo, se mora krplja poševno dvigniti, tako da zadnji del krplje ostane na tleh. To bo pomagalo pri hoji, saj bo krplja drsela po snegu in ne boš dvigal/a celotne teže krplje ob vsakem koraku.

Tvoj razkorak in hoja morata biti nekoliko širša od običajne, da si ne pohodiš krpelj na notranjem delu med nogami.

Ko zavijaš, skrajšaj korake in postopoma obračaj krplje v želeno smer. Izogibaj se velikim korakom in spremembi smeri v enem koraku, saj se lahko hitro zapleteš med krplji.

Za lažjo hojo in pomoč pri ravnotežju si pomagaj s palicami v rokah.

Tako, zdaj imaš vse potrebno za zimsko potikanje po neutrjenem snegu. Če se sneg kljub hoji s krpljami preveč ugreza, lahko poskusiš med palice v krpljah vplesti smrekove veje. S tem boš dodatno povečal/a površino, vendar pa bo to še bolj oviralo hojo. Odpravi se v naravo in preizkusi hojo s krpljami, tako boš najbolje ugotovil/a kako in kdaj uporabiti krplje.

VODNIKI

Izdelava krpelj je lahko dobra aktivnost za vajo vozlov in vezav, saj na koncu dobimo materialen rezultat v obliki izdelka in ne le kup vozlov, ki jih je potrebno razdreti.

Starešinska razmišljanja o prihodnosti

Besedilo: Jasna Vinder, starešina ZTS.

Počasi končujemo leto 2022, s tem pa tudi pestro taborniško leto, ki nam je prineslo mnogotere novosti, izzive in dogodivščine. Življenje se počasi vrača na stare tirnice, čeprav te stavke pišem v enotedenski izolaciji zaradi koronavirusa. Skoraj smo že pozabili, kako stresni sta bili zadnji dve leti, kljub temu da je bila družbena travma precejšnja in se nam je zdelo, da nikoli več ne bo, kot je bilo. Tako smo tudi taborniki to leto zaključili v skoraj normalnih razmerah, rodovi so začeli normalno izvajati vodenja srečanja, organizirali so letna taborjenja in ostale aktivnosti, spet so se vrnila taborniška tekmovanja in državne akcije.

Letošnje leto je prineslo tudi nekaj novosti na področju naše organizacije. Na marčevski skupščini smo namreč potrdili Vizijo 2030 in nov Statut ZTS, s tem pa med drugim dobili nove smernice glede ustanovitve novega resorja v Izvršnem odboru na področju dela s prostovoljci in Strateškega sveta ZTS. Prav tako smo v skladu z novim statutom novembra izvedli prvo jesensko finančno skupščino, ki nam bo pomagala nekoliko razdeliti ustaljen vzorec delovanja ZTS. Po novem bomo namreč na marčevski skupščini odgovarjali na vprašanja, zakaj in kaj, na jesenski pa, kako in s čim.

Več o finančni skupščini si lahko prebereš v rubriki *Reportaža*.

Z letom 2023 vstopamo v zadnje polno leto mandata zdajšnjega Izvršnega odbora ZTS, ki bo svoje delo zaključil s skupščino marca 2024. Dela je še precej, načrtov še več in vedno znova nas preveva tisti neugodni občutek, da nismo naredili zadosti. Zato se je pač fino vsake toliko malo zazreti nazaj in ugotoviti, da smo naredili vse, kar je v naši moči in dali vse



od sebe. Dva člana IO sta na študiju v tujini, kar nam trenutno še dodatno otežuje delo. Na *zoomu* in *teamsih* pač ni enako, to lahko potrdite vsi, ki ste skoraj eno šolsko leto preživel na računalnikih.



Vendar vseeno vstopamo v novo leto z optimizmom, zagonom in idejo, da nam je bila organizacija zaupana za tri leta in bomo v tem duhu tudi nadaljevali s svojim delom.



sljanja



Fotografija: Mariša Ratajčec

Razvoj dela s prostovoljci je področje, ki nam jo v srži narekuje Svetovna skavtska organizacija (WOSM), katere del smo. Skrb za prostovoljce je namreč dejavnost, za katero so na najširšem globalnem nivoju ugotovili, da v organizacijo prinaša stabilnost, moč, nov veter in kvalitetno delo. Precej dolgo smo se ukvarjali s Programom za mlade, ki je dobro zapisan, pretehtan in tudi v praksi dobro sprejet. Vendar moramo imeti tudi nekoga, ki bo program za mlade izvajal, ga ponesel v rodove in se z njim ukvarjal. Te osebe niso samoumevne niti jih ni neskončno veliko, predvsem so ti prostovoljci posamezniki, ki se pogosto še iščejo v svojem lastnem življenju, kaj šele, da bi nanje prenesli vso skrb za prihodnost organizacije, tako na lokalnem kot na državnem nivoju. Zato je zelo pomembno, da kot organizacija tudi prostovoljce vodimo, za njih skrbimo, jim nudimo podporo in izobraževanja

ter poskrbimo, da se v svoji vlogi počutijo dobro in opolnomočeno. Le na tak način bomo prostovoljce zadržali v organizaciji z dobrimi izkušnjami in srečnimi zgodbami brez grenkega priokusa, da stvari niso bile dobro in kvalitetno narejene in da bi jih lahko nekdo drugi naredil bolje. Na nivoju WOSM-a je bil na tem področju že narejen korak naprej. Nastala je platforma za pomoč prostovoljcem Scoutship, ki je primerna za vsakogar, tako za tiste, ki se v rodu ukvarjajo s prostovoljci kot za prostovoljce.

Platforma Scoutship, dostopna na strani <https://scoutship.scout.org/> ponuja od inspiracije, mreženja, orodij za delo in dobrih praks do literature in izobraževanj v obliki webinarjev ter e-učenja, namenjenega prostovoljcem.

S sprejetjem Vizije 2030 smo se letos začeli ukvarjati tudi s tem, kako vizijo do določenega časa uresničiti. V ta namen je bil ustanovljen Strateški svet ZTS, trenutno sestavljen iz 12 članov in mene kot starešine. Pri svojem delu se bo Strateški svet osredotočal predvsem na ključne kazalnike uspešnosti, s katerimi bomo preverjali, ali smo vizijo 2030 dosegli. Obstajajo trije nivoji, na katerih moramo delati, in sicer kakovostno delo s člani (rodovi) in prostovoljci (ZTS), razvijanje taborniškega gibanja, ki mora biti skupno, in vrednote. Na tem mestu seveda prežijo tudi nevarnosti. Kako sestaviti strategijo, da jo bodo za svojo vzeli tudi rodovi? Kako komunicirati Vizijo 2030, da bo postala del našega taborniškega zavedanja in bomo imeli vsi motivacijo, da jo uresničimo? Kakšne spremembe bodo v organizacijo prinesli na novo postavljeni strateški cilji in ali se bomo pripravljali spopasti z njimi?

Torej, dela in načrtov je veliko in upam, da se bomo lahko čez čas ozrli nazaj in zadovoljno gledali na sadove svojega dela. Osebnostno se vsega skupaj zelo veselim. Naj to popotnico za leto 2023 zaključim z besedami taborniškega prijatelja Uroša, ki je napisal takole: **“Skavtstvo je večje od mene, je večje od vseh nas. Pa vendar brez nas ne bi obstajalo. Imamo jasno začrtane cilje. Sledile so jim generacije pred nami. Sledimo jim tudi mi. Potrudimo se in vzgajamo tiste, katerim predajamo organizacijo, v pravem, edinem pravem, skavtskem duhu.”**

Oglašanje s finančne skupščine: Iz zakulisja

Besedilo: Tina Jerman, fotografije: arhiv ZTS.

Taborniki cele Slovenije skupaj sodelujemo v Zvezi tabornikov Slovenije, katere člani so naši rodovi. Da je delovanje Zveze čimbolj pravično, odločitve sprejemamo skupaj, na dogodku, ki mu pravimo Skupščina. Na skupščini vsak rod predstavljata dva njegova člana, navadno sta to načelnik in starešina rodu, ki imata na Skupščini tudi pravico glasovanja – na Skupščini tistim s pravico glasovanja pravimo delegati.

NO, PA ZAČNIMO

V četrtek, 24. 11. 2022, se je prek spletne platforme Zoom odvila 42. Skupščina Zveze tabornikov Slovenije, ki je bila namenjena obravnavi finančnega dela Skupščinske tematike. Kot delegatka sem se Skupščin začela udeleževati že leta 2016, letos pa sem imela prvič priložnost pogledati v zakulisje dogajanja, saj sem na Skupščini sodelovala kot članica delovnega predsedstva.

Delovno predsedstvo – verifikacijska komisija, Izvršni odbor, Taborniška stro-

kovna služba ter IT podpora smo se dobili v živo, v sejni sobi na Einspielerjevi 6. Spletna vrata Skupščine so se odprla ob 17.00, toda sklepčni smo bili



še le okoli 17.20 (nabralo se nas je okoli 75) in šele takrat smo zares začeli. Uvodoma nas je z nagovorom pozdravila načelnica ZTS Jasna Vinder, nato pa smo dogodek uradno otvorili še s taborniško himno.

Najprej smo, kot vsakič, izvolili delovno predsedstvo, verifikacijsko komisijo, zapisničarko ter overovatelja zapisnika. Sprejeli smo delovni red in Poslovnik o

rabe ali nasilja ter opisuje ukrepe za izpolnitev naše zaveze. Vsak izmed načelnikov komisij nam je predstavil načrte svojih komisij za leto 2023 ter stroške, povezane s temi načrti.

Nato nam je Matjaž Švegelj predstavil prenos poslovanja na Taborniški center Bohinj z namenom optimizacije poslovanja ter možnosti prijav na raz-

zne razpise. Poudaril je, da lastništvo nepremičnin ostaja v lasti ZTS ter da je d.o.o. zgolj najemnik teh prostorov. Vse pomembne odločitve in stroške nad 20.000 evrov še vedno sprejema skupščina. Prenos poslovanja področja 13 – Taborniški center Bohinj ter zaposlitev vodje taborniškega centra iz ZTS na Taborniški center Bohinj, d.o.o. je skupščina v obliki sklepa tudi potrdila.



delu 42. Skupščine ter poročilo verifikacijske komisije, ki je ugotovila najvišje možno število glasov in našo sklepčnost. S tem smo zaključili formalni del in začeli s predstavitvami IO-ja.

DELOVANJE ZTS SKOZI FINANČNE OČI

Predstavljen nam je bil vsebinski načrt za prihajajoče leto 2023 skozi makro finančni pogled, ki je zaobjel tudi prihodke in odhodke ZTS ter saldo – razliko med potrjenimi prihodki in minimalnimi odhodki za delovanje, ki je znašal 85.950 evrov. Ta dodatna sredstva so se porazdelila med revijo Tabor, Skladi, plačami zaposlenih na Zvezi, med komisije KVIZ, KOJA in KOPR, Taborniški center Bohinj, Vikend za prostovoljce, delo na razpisih ter Strategijo 2030. Izvedeli smo, da se je v letu 2022 rezerviralo 15.000 evrov, ki bodo v naslednjem letu namenjeni za KVIZ, KOPR in pripravo dokumenta Varni smo. Ta dokument je prilagojena različica mednarodnega dokumenta *Safe from Harm* in pokriva skupna načela na področju zaščite pred kakršnokoli obliko zlo-

Po predstavitvi finančnega načrta za leto 2023 ter poslovnega načrta za leto 2024 je sledila še razprava. Izpostavljena so bila vprašanja glede preobremenjenosti zaposlenih v Taborniški strokovni službi, sodelovanja z IT ekipo in udeležbe članov ZTS na vseevropskem izobraževalnem dogodku *The Academy*.

Glasovalno delo smo zaključili z glasovanjem za zadnje tri sklepe ter potrdili vsebinski in finančni načrt ZTS za leto 2023, finančni načrt za leto 2024 ter strateški načrt po mandatnih usmeritvah. Skupščina je naložila IO ZTS, da: 1) skrbno spremlja gibanje prihodkov in v primeru njihove manjše realizacije poskrbi za ustrezno zmanjšanje stroškov, 2) skrbno spremlja gibanje prihodkov in odhodkov na posamezni postavki ter v primeru odstopanj ustrezno uskladi postavke v finančnem načrtu ZTS v skladu s sprejetim programom ZTS in programskimi smernicami ZTS in 3) skrbi za razvoj finančnih virov in v primeru večje realizacije od predvidene ali pozitivnega odziva iz novih virov vključi, prerazporedi ali doda

v finančni načrt stroške in prihodke projektov, ki bodo odobreni, ali dodatne stroške in prihodke aktivnosti iz programa ZTS, ki ga je potrdila Skupščina ZTS.

Skupščina je potrdila tudi investicijo za nakup ter vgradnjo nove toplotne črpalke v Gozdni šoli v predvideni skupni vrednosti 15.000 evrov namesto sredstev za rezervacijo v varčevalni sklad za projekt 1301 – Načrtovanje razvoj investicije iz presežkov leta 2022 in potrdila še sprostitev sredstev iz rezervacije varčevalnega sklada za projekt 1301 – Načrtovanje razvoj investicije iz leta 2021 za izdelavo vkopa vodovoda in elektrovida za potrebe ureditve osnovne infrastrukture tabornih prostorov v Laškem Rovtu v skupni vrednosti okoliroma 20.000 evrov.

VSAK LAHKO SODELUJE NA SVOJ NAČIN

Po dveh urah in pol poglobljanja v finance smo letošnjo Skupščino zaključili z vabilom navzočih k sodelovanju pri soorganizaciji Republiškega orientacijskega tekmovanja 2023, delovni skupini na področju dela s prostovoljci, delovni skupini na področju dela z območji, delovni skupini na področju izdelave dokumenta ZTS Varni smo, pomoči Civilni zaščiti. Prav tako smo prisotne spodbudili tudi k razmisleku o kandidaturi na prihodnjih volitvah ZTS ter o kandidaturi za vodjo Zleta 2025.

Moja prva izkušnja iz zakulisja me je navdala z občutkom skupnosti, ki ga težko najdeš drugje kot med taborniki. Vsem, ki so bili z mano zbrani v tisti sejni sobi, je mar za našo skupno stvar in so si pripravljeni znova in znova prizadevati za nov in boljši rezultat od prejšnjega. In ko sem se ozrla po Zoom sestanku, so me na ekranu čakali obrazi prav enako zagrethi prostovoljcev. Težko se znajdeš med boljšimi ljudmi in za to sem vsak dan hvaležna.

Tokratna reportaža je res polna števil in raznih čudnih nazivov za ljudi in skupine, ki sodelujejo pri delovanju naše zveze. Ne skrbi, nihče ne začne svoje taborniške poti s poznavanjem celotne strukture naše Zveze. Vse to znanje se nabere sčasoma. Na tej Skupščini smo se v bistvu ukvarjali s tem, da ima Zveza dovolj denarja in kako naj ga pravilno razdeli – tako da bo dovolj za vse naše pustolovščine.

ŽELIŠ SODELOVATI PRI DELOVANJU ZTS?

Glede na področje zanimanja se javi na navedene e-naslove.

ROT / kandidatura za vodjo Zleta
program@taborniki.si

delovna skupina s področja dela s prostovoljci / delovna skupina na področju dela z območji / pomoč pri Civilni zaščiti nacelnik@taborniki.si

delovna skupina na področju izdelave dokumenta Varni smo
program@taborniki.si ali nacelnik@taborniki.si

kandidatura na volitvah ZTS
Izvršni odbor ZTS na tajnik@taborniki.si

S L O V A R Č E K

IO izvršni odbor ali skupina ljudi na čelu ZTS, sestavljen iz starešine ZTS, načelnika ZTS ter načelnikov posameznih komisij, ki so odgovorne vsaka za svoje področje (KOJA, KOPR, KVIZ in Komisija za mednarodno dejavnost)

TSS taborniška strokovna služba ali tisti taborniški strokovnjaki, ki poklicno delajo na ZTS

KOJA komisija za odnose z javnostmi

KOPR komisija za program

KVIZ komisija za vzgojo in izobraževanje



Prostovoljstvo kot način življenja



Z Rokom Šaričem se je pogovarjala Lea Morano. Fotografije: osebni arhiv Roka Šariča.

Taborniško organizacijo Slovenije kot največjo nacionalno mladinsko organizacijo tvori pestra družina posameznikov in posameznic. Vse nas zaznamuje taborniški duh, združuje nas tako prostovoljstvo kot želja po ustvarjanju boljšega sveta, a vendarle vseeno vsak izmed nas piše lastno zgodbo. O tem smo se lahko prepričali tudi ob branju avtobiografskih zgodb 70 tabornikov in tabornic, vključenih v projekt 70 zgodb za 70 let ZTS, ki se postopoma bliža svojemu koncu. V pogovoru nam je vodja projekta, Rok Šarič, član Rodu svobodnega Kamnitnika Škofja Loka, končno razodel tudi svojo zgodbo, zaznamovano s prostovoljstvom, aktivnim delovanjem na številnih področjih in srčno pripadnostjo taborništvu.

NA KATERIH PODROČJIH DELOVANJA TABORNIŠKE ORGANIZACIJE SI TRENUTNO AKTIVEN?

V domačem rodu sem šesto leto vodnik voda, ki me spremlja od začetka moje vodniške poti. Vmes sem bil nekaj časa tudi starešina MČ družine, trenutno pa druge funkcije v rodu ne opravljam. V rodu vsako leto vodim tudi dobrodelno zbiralno akcijo prazničnih daril Škrat za en dan, s čimer se ravno v tem času poglobljeno ukvarjam.

Od opravljenega vodniškega tečaja sem skoraj vsako leto in z velikim veseljem tudi mentor na vodniškem tečaju GOOT, ki se odvija konec poletja v Marindolu. To je ena izmed najljubših stvari, ki jih delam pri tabornikih, saj je Marindol nekaj res posebnega. Tam poleg mentoriranja po navadi predavam o temah s področja načrtovanja taborniških aktivnosti in zgodovine tabornišтва.

Na ravni ZTS pa sem član Komisije za odnose z javnostmi (KOJA), kjer se zadnje dobro leto ukvarjam z urednikovanjem 70 zgodb za 70 let ZTS. Kot član KOJA sem se pred kratkim udeležil Evropskega skavtskega komunikacijskega foruma na Dunaju in izobraževalnega dogodka *The Academy*, ki je potekal blizu Vilne v Litvi. Nedolgo nazaj pa sem kot predsednik delovnega predsedstva vodil tudi 42. Skupščino ZTS.

ZNOTRAJ TABORNIŠKIH VRST SI SE NAM NAJBOLJ VTISNIL V SPOMIN PRAV KOT VODJA PROJEKTA 70 ZGODB ZA 70 LET OB OBLETNICI ZTS. SI ZADOVOLJEN S KONČNIM REZULTATOM?

S projektom smo praktično na koncu – vse zgodbe so pripravljene, le nekaj zadnjih moramo še objaviti. Ko me je Neža (načelnica KOJA) povabila k vodenju projekta, si seveda nisem predstavljal, kako bo celotna stvar potekala, a me je ravno to pritegnilo, saj smo projekt oblikovali sami skupaj z uredniki.

Tako da moja odločitev, da prevzamem vodenje projekta, ni bila osnovana na podrobni informiranosti (ker niti ni mogla biti), a se mi zdi, da ko delo ocenjujem zdaj, skoraj na koncu projekta, vidim, kako veliko stvar smo izvedli, in upam, da smo zainteresiranim res slikovito prikazali, kako raznobarven je svet tabornišтва. Glede na to, da smo piscem dali uredniki do neke mere proste roke, so me zgodbe

vedno znova navduševale. Moja najljubša je, če sem malce pristranski, zgodba o Milošu Mioviću.

Ob koncu projekta bi se tudi tukaj rad zahvalil trem izjemnim tabornikom, mojim sourednikom, to so Urška Gjeršek, Nina Kapelj Lukman in Domen Hako, in strokovni podpori s strani Neže, Metode, Maše, Urše, Urške, Mojce in še koga.



Pri usklajevanju in postavljanju
prioritet pa mi pomaga, kar je
enkrat rekla Eva Bolha, nekdanja
načelnica ZTS – okolje zapus-
tim, ko mi vrača manj, kot jaz
prispevam okolju.



SAM PA NISI AKTIVEN LE NA TABORNI- ŠKEM PODROČJU SVOJEGA ŽIVLJENJA. ZAPOSLEJUJEJO TE TUDI RAZNO RAZNI PROJEKTI, PREDVSEM ZNOTRAJ LO- KALNE SKUPNOSTI IN NA POLITIČNEM PODROČJU. KAJ TE SPODBUDI K ORGA- NIZACIJI DOLOČENEGA PROJEKTA?

V letošnjem študijskem letu sem se na povabilo prijateljice Nike nekoliko bolj angažiral na področju osveščanja o lokalnih volitvah in vladavini prava. Zdi se mi zelo pomembno, da s(m)o ljudje seznanjeni z dogajanjem okrog nas, čeprav se nam kdaj zdi, da gre za zapletene ali težko razumljive teme, s katerimi naj se ukvarjajo le tisti, ki so za to strokovno podkovani. Tak primer so volitve – prepričan sem, da če ljudje razumejo, kako se njihov glas pretvori v podporo izvoljenega predstavnika, ki jih bo predstavljal, lahko tudi bolj motivirani odidejo na volitve (in ostanejo angažirani tudi po volitvah!).

Vendarle pa se mi zdi, da so projekti, namenjeni ozaveščanju, zgolj osnova. S svojim mnenjem ali govorom težje spremeniš svet, s svojim zgledom lažje. Nenazadnje, taborniki smo za akcijo! Zato so mi najbolj pri srcu projekti, kakršen je Škrat za en dan, ki ga pripravljamo škofjeloški taborniki in

študentje. Zbiramo darila za otroke in starostnike v tiskih, ki jih potem predamo organizacijam iz lokalnega okolja, tej pa jih dostavijo obdarjencem.

VSE SVOJE PODVIGE IZVAJAŠ V PROSTOVOLJSKEM DUHU IN TAKO MORDA NITI NE PRESENEČA, DA SI BIL IZBRAN ZA NAJ PROSTOVOLJCA LETA 2020 V OBČINI ŠKOFJA LOKA. V ČEM VIDIŠ POMEN PROSTOVOLJSTVA?

Sam se v življenju poskušam držati načela, da če ima človek več, kot potrebuje, je bolje da zgradi daljšo mizo, ne višje ograje. Pa naj bo to več znanja, energije, časa ali materialnih dobrin. In to je prostovoljstvo zame – deljenje izkušenj, znanja in sposobnosti z drugimi.

Prostovoljci so in smo včasih najhitrejši korektiv družbenih sprememb, spet drugač pa smo njihova gonilna sila. Taborniki kot največja slovenska mladinska organizacija bistveno prispevamo k razvoju angažiranih posameznikov, ki so in bodo v prihodnosti "prostovoljili". Tako me izredno veseli, da tudi sam kot vodnik prispevam k vzgoji v tej smeri.

KAKO SAM PRI SEBI DOLOČAŠ PRIORITETE IN ODLOČAŠ O TEM, ČEMU BOŠ NAMENIL SVOJ ČAS?

Težko in absolutno mi ne uspe vedno. Trudim se, da ostaja delo za fakulteto na prvem mestu, potem pa svoj čas namenjam odprtim stvarim, ki me najbolj veselijo. Pri usklajevanju in postavljanju prioritet pa mi pomaga, kar je enkrat rekla Eva Bolha, nekdanja načelnica ZTS – okolje zapustim, ko mi vrača (v najširšem pomenu besede, seveda) manj, kot jaz prispevam okolju.



Fotografija: Monika Zupin

KAKO TE JE TABORNIŠTVO OPREMILO ZA ŽIVLJENJE IN KAKO TI ZNANJE, PRIDOBLJENO PRI TABORNIKI, OMOGOČA IZVRŠEVANJE LASTNIH CILJEV TER IZVEDBO ZADANIH PROJEKTOV?

Taborniki ti, ko si še razmeroma mlad, dajo priložnost, da se preizkusiš v stvareh, s katerimi se sicer ne bi ukvarjal. Še več, to lahko počneš v varnem okolju, pod mentorstvom tabornikov z iz-

kušnjami. Če ne bi bil tabornik, ali bi pri teh letih vodil projekt, kakršen je 70 zgodb za 70 let? Verjetno ne bi. Ali bi kot starešina MČ pri 18 letih skupaj z načelnikom Erazmom in skupino mladih organiziral taborjenje za okrog 100 ljudi? Kje pa. Kdaj bi se spoznal z večšinami, kot so vodenje skupine, predajanje znanja na alternativne načine in projektno delo? V praksi brez dvoma kasneje. Taborniki so za mlade predvsem priložnost, da se naučijo stvari, ki

bi se jih sicer pozneje (ali pa sploh ne!) in da razvijejo večšine, ki jih potem lahko prenesejo v svoja druga udejstvovanja. Tudi sam se izzivov izven področja taborništva lotim tako, da se vprašam: "Kako pa bi to naredili pri tabornikih?"

KAJ BI SVETOVAL TABORNIKOM, KI IMAJO ŽELJE IN CILJE, VENDAR SE NE POČUTIJO USPOSABLJENI ALI PA JIM PRIMANJKUJE MOTIVACIJE ZA URESNIČITEV LASTNE VIZIJE?

Strinjam se, da je včasih težko najti okolje, ki ti najbolj ustreza za delo, razvoj ali učenje. Vendarle pa to ne sme biti ovira za to, da se ne uveljavimo in

razvijemo svojih talentov. Tudi pri tabornikih. Naša, neke bolj, neke manj izrazita hierarhična organiziranost in postopno prelaganje odgovornosti na mlade, posamezniku omogočita, da se vedno lahko obrne na neko starejšo ali bolj izkušeno osebo, ki je pri tabornikih zato, da mladim nudi podporo, nasvete in usmeritve. Na voljo so načelniki, PP coachi, mentorji na izobraževalnih tečajih. Moj nasvet je, da taborniki te povezave in možnosti izkoristite, ko jih potrebujete. Usposobljenost pa je po mojem mnenju počasen proces, ki ni in ne sme biti ovira, da se lotevamo novih stvari. Želje in cilji so tukaj zato, da jih uresničimo in s tem sledimo viziji taborništva – ustvarjati boljši svet okrog sebe.



Fotografija: MUNLawS

BI DELIL SVOJE NAČRTE ZA PRIHODNOST, SO NA OBZORJU ŽE NOVI PROJEKTI?

V decembru se ukvarjam predvsem z akcijo Škrat za en dan, po praznikih pa sledi mnogo projektov, ki slišijo na ime izpitno obdobje. Kakorkoli, spomladi, sem prepričan, bo veliko novih priložnosti. V prvi vrsti si želim uspešno končati študij, se odpra-

viti na izmenjavo Erasmus plus ali drugo obliko študija v tujini, nato pa tudi opraviti magisterij ali LL.M študij (enoletni pravniški študij, ki se osredotoča na ožje pravno področje ali panogo). Želim si še naprej ostati tabornik, vodnik, dokler člani mojega voda ne postanejo sami vodniki, mentor na vodniškem tečaju in aktiven na ravni zveze.

Nenasilno sporazumevanje



Besedilo: Mark Baltič, fotografija: Mariša Ratajec.

Se pogosto kregaš ure in ure, pa še vedno s sogovornikom ne prilezeta na isti breg? Imaš občutek, da ljudem poskušaš nekaj dopovedati, pa te noben ne razume? Se ti včasih zdi, da s sogovorniki kar ne najdeš skupnega jezika? No, potem je mogoče nenasilno sporazumevanje (NNS, angleško *non-violent communication*) prava stvar zate!



KAJ JE NNS?

Gre za metodo, kako na učinkovit način predati sporočilo drugim ljudem, pri čemer želiš sebe polno izraziti, hkrati pa doseči, da te druga stran dejansko razume. Zapisal jo je psiholog dr. M. B. Rosenberg in z njo uspešno spravil plemena, ki so se stoletja napadala. Kasneje je z isto metodo učil ljudi različnih kultur medsebojnega razumevanja, starše pa, kako se pogovarjati s svojimi najstniškimi otroki. Če se ti zdi, da se s starši ne sporazumevate najboljše, morda tu dobiš kakšen koristen napotek.

ZAKAJ UPORABLJATI NNS?

Ker je to ljudem prirojena metoda komunikacije. Nasilnega sporazumevanja smo se naučili v zgodovini, ko so se nekateri posamezniki razglasili za poglavarje/kralje/carje in je bilo potrebno jasno razmejiti "kdo je gospodar in kdo podložnik". Vzorci take komunikacije ostajajo še danes v večini pogovorov, ki jih doživljamo. Sicer je kvaliteta življenja močno povezana z odnosi, ki jih imamo. In odnosi temeljijo na komunikaciji. Uporabno in fajn!

KAKO UPORABLJATI NNS?

NNS sestavljajo štirje koraki: opazanje, čustva, potrebe, prošnja. Ni slišati tako težko, kajne? Je pa to večšina in kot pri vsaki ostali veččini lahko tudi to obvladamo le z vajo. Ampak najprej si oglejmo eno konkretno situacijo ter dva odziva nanjo.

Situacija: kosilo na taborjenju

Bine po kosilu ravno pomije posodo v pomi-valnici in se odpravlja proti svojemu šotoru. Ko gre mimo kuhinje, sliši, kako Miha skupini poslušalcev govori nekaj o Binetu. Binetu za-vre, hitro se obrne in odmaršira proti kuhinji. Dramatično vstopi in iz njega kar letijo besede. "Kaj me opravljaš?!" navrže Mihi. "Vedno mo-raš nekoga vleči po zobeh, ker nisi za nič dru-gega dober." Miha presenečen gleda v Bineta in ne najde besed. Bine nadaljuje: "Si tak stra-hopetec, da si mi ne upaš v fris povedati, kar si misliš?!" Za zaključek pa mu še zabrusi: "Nikoli več me ne opravlja za mojim hrbtom!"

Verjetno si lahko predstavljate, kaj bi se izcimilo iz primera, če bi se Bine lotil Mihe na tak način. Prišlo bi do veliko slabe volje, Bine bi verjetno bil malo ponosen nase, zelo verjetno pa bi se o soočenju veliko govorilo – in Bine ne bi bil vedno zraven. Če povzamemo po Binetovo, bi ga še več ljudi "opra-vljalo".

Kakšno pot pa bi Bine lahko ubral? Sledil bi štirim korakom nenasilnega sporazumevanja.

OPAZOVANJE VS. INTERPRETACIJA

Pomislimo, kaj je zares Bine opazil. Kako je vedel, da govorijo o njem? Verjetno, ker je zaslišal med pogo-vorom omembo svojega imena. In to je to. Več ni slišal, vse ostalo je bila njegova interpretacija. Samo iz omembe Binetovega imena je nemogoče skle-pati, da ga je nekdo opravljal. Zato bi bilo bolje, če bi Mihi najprej povedal svoje opazanje, na primer: "Ko sem se sprehajal mimo kuhinje, sem slišal, da si omenil moje ime."

Pri opazovanju je zelo pomembno, da smo čim bolj objektivni. Dogodek poskušamo opisati, kot bi ga opazoval neobremenjeni vesoljec, ki se slučaj-no vozi mimo Zemlje. Tako ne uporabljamo besed vedno, znova in znova, pogosto, ampak poskušā-

mo biti čim bolj točni. Namesto da pričnemo z "Na vsakem vrednotenju načenjaš temo o kopanju," lahko povemo: "Na zadnjih dveh sestankih si naslo-vil temo o kopanju."

ČUSTVA VS. ŠAKAL

Šakal se v žargonu nenasilne komunikacije reče tistemu glasu, ki začne rohniti po naši glavi. To je tisti glas, ki pretirava, v ospredje daje slabe stvari o ostalih, krivi druge (ali nas) in na koncu bolj ko ne priliva olje na ogenj. Ko je Bine rekel: "Vedno moraš

Koraki nenasilne komunikacije	Primer nenasilne komunikacije
OPAZOVANJE	Ko sem se sprehajal mimo kuhinje, sem slišal, da si omenil moje ime.
ČUSTVA	Zaskrbelo me je, da sem naredil kaj narobe.
POTREBA	Za dobro delovanje na taborjenju rabim tvojo podporo in ti zaupati, da me boš na napake opozoril, da jih lahko odpravim.
PROŠNJA	V prihodnje te prosim, da se o zadevah, ki se tičejo mene, najprej pogovoriš z menoj.

nekoga vleči po zobeh, ker nisi za nič drugega dober," je na glas izrekel besede, ki mu jih je napihnil njegov šakal. Kdaj pa se pojavi? Navadno takrat, ko doživljamo neprijetna čustva.

Če želiš osvežiti spomin o čustvih, te vabim, da si ogledaš članek 'Svet čustev', ki ga najdeš v oktobrski številki (2022) revije Tabor pod rubriko Vsemu bomo kos.

Za nenasilno komunikacijo pa je pomembno, da znaš čustva prepoznati in jih nato izraziti. Bine je očitno v tem primeru bil prizadet in bi to lahko ubesedil kot: "Zaskrbelo me je, da sem naredil kaj narobe." Čustvo, ki ga je doživljal, je bilo zaskrbljenost. Vsi čustvujemo in prav je, da lahko svoja občutja delimo z drugimi. Na ta način se lahko polno izrazimo.

POTREBE VS. STRATEGIJA

Kaj pa je Bine zares potreboval oz. še bolje, katera njegova potreba ni bila izpolnjena? Ker ga je

te sogovorec razume, mu moraš predstaviti svoje potrebe. Le takrat bo lahko razumel zgodbo s tvoje strani.

PROŠNJA VS. ZAHTEVA

Na koncu pa je potrebno še povedati, kako si želimo, da se sogovorec vede v prihodnje, da bo izpolnil našo potrebo. Tega ne moremo zahtevati od nikogar (samo pomisli, kako se odzoveš, če starši nekaj zahtevajo od tebe ...). Dobronamereno povabilo ali prošnja se bolje obrestujeta. Kaj potem sogovornik naredi, pa je tako ali tako odvisno od njega. Bine bi tako lahko zaključil z: "V prihodnje te prosim, da se o zadevah, ki se tičejo mene, najprej pogovoriš z menoj."

Še ena pomembna razlika med pravkar napisano prošnjo ter Binetovim zaključkom "Nikoli več me ne opravljaj za hrbtom!" je ta, da v prošnji pove-mo, česa si želimo, da nekdo naredi. In ne, česa si ne želimo. Prejemnik Binetovega sporočila torej ni prejel predloga, kakšno vedenje je sprejemljivo. Le poskusi MČ-ju, ki se uči veslati kanu, govoriti samo "Ne tako veslati!" Kako bo potem ugotovil, kako se pravilno vesla?

POVZETEK

V tabeli na sredini strani si oglej razliko med obema načinoma predaje sporočila.

VAJA DELA MOJSTRA, ČE MOJSTER DELA VAJO

Štiri korake nenasilnega sporazumevanja bi sedaj lahko znali že kot pesmico: opazovanje, čustva, potrebe, prošnja. Ko razumemo, kaj vsak korak pomeni, se lahko lotimo pilit to novo veščino. Tukaj boš našel/našla vajo za treniranje prvega koraka. Če se želiš poglobiti v to temo, pa te vabim, da si ogledaš Učbenik za coache PP [1].

Na naslednji strani obkroži stavke, ki izražajo opazovanje in ne interpretacije. Za tiste, ki izražajo interpretacijo, najdi ustrezno zamenjavo, da bo opisano le opazovanje.

Koraki nasilne komunikacije	Primer nasilne komunikacije
INTERPRETACIJA	Kaj me opravljaš!
ŠAKAL	Vedno moraš nekoga vleči po zobeh, ker nisi za nič drugega dober.
STRATEGIJA	Si tak strahopetec, da si mi ne upaš v fris povedati, kar si misliš.
ZAHTEVA	Nikoli več me ne opravljaj za mojim hrbtom.

zaskrbelo, da je morebiti naredil kaj narobe, verjetno potrebuje zaupanje in podporo svoje ekipe. To bi lahko ubesedil na sledeč način: "Za dobro delovanje na taborjenju rabim tvojo podporo in ti zaupati, da me boš na napake opozoril, da jih lahko odpravim." Bine se je namesto tega lotil strategije, kako bo Miho ponižal, da mu bo tako vrnil milo za drago.

A tu se skriva velika skrivnost. Potrebe so univerzalne. Vsi jih imamo in vsi imamo iste! Če želiš, da



Maja se spet dere na otroke.

Sara si je grizla nohte, ko je gledala večerni program.

Ko smo vrednotili, me Jure ni vprašal za mnenje.

Moj vodnik je dober človek.

Metka je bila ta teden vedno prva v vrsti za kosilo. Taborvodja preveč dela.

Patrik je nasilen.

Luka si pogosto ne umije zob.

Robi mi je rekel, da mi kraj ne pristoji.

Ana se vedno pritožuje, ko govorim z njo.

Rešitve: povedi 2, 3, 7, 9 izražajo opazovanje.

Zdaj pa še ti. Pomisli, kdaj si se zadnjič znašel/znašla v konfliktni situaciji. Zapiši, na kakšen način bi predal/a sporočilo svojemu sogovorniku. Najprej zapiši sporočilo po metodi nenasilnega sporazumevanja, nato pa si daj še duška in dopiši korake v stilu "nasilne" komunikacije.

Koraki nenasilne komunikacije	Primer nenasilne komunikacije	Koraki nasilne komunikacije	Primer nasilne komunikacije
OPAZOVANJE		INTERPRETACIJA	
ČUSTVA		ŠAKAL	
POTREBA		STRATEGIJA	
PROŠNJA		ZAHTEVA	

POHVALA

Formulo nenasilnega sporazumevanja lahko uporabiš tudi, da nekoga pohvališ. To je najenostavnejši način, da komu podamo konstruktivno povratno informacijo o njegovem delu, stranski učinek pa je še povečan občutek zadovoljstva ter višja motivacija. Za praktični primer te bom pohvalil, da bereš ta članek. Opazil sem, da si prebral članek o nenasilnem sporazumevanju (**opažanje**). Pri tem se počutim optimističen (**čustvo**), saj si pri taborstvih želim sodelovati z ljudmi, ki se radi učijo in so odprti za preizkušanje novih načinov sporazumevanja (**potreba**). Zato te vabim, da tudi v prihodnje prebiraš revijo Tabor (**prošnja**).

PREBERI VEČ

- [1] Bitenc, V., Duvelek, S. in Krek, N. Učbenik za coach popotnikov in popotnic: z vprašanji v podporo mladim. Ljubljana: ZTS, 2018. 55–64.
- [2] Rosenberg, Marshall B. Nenasilno sporazumevanje: jezik življenja. Ljubljana: Društvo svetovalcev zaupni telefon Samaritan, 2004.
- [3] Mosenzon, Y. Chinese Minister Story. YouTube.
- [4] Mosenzon, Y. Vulnerable Honesty. TEDx Talks.



Fotografija: Katja Štraki

igrivo naprej

Besedilo: Tina Mervic.

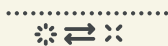
Sodobna družba vse bolj stremi k storilnosti, h konstantni akciji in popolnemu izkoristku časa, kar se kaže v organiziranih aktivnostih, ki si sledijo druga za drugo. Tekom teh aktivnosti pa se pozabi na pomembno potrebo po spontani igri, spontanem pogovoru oziroma druženju in tudi dolgčasu, ki nas marsičesa nauči oziroma spodbudi k različnim aktivnostim.

IGRA KOT POMEMBEN DEL NAŠEGA ŽIVLJENJA

Pomembno je, da se zavedamo, da sta igra in nestrukturiran prosti čas za ljudi osnovni dejavnosti, ki predvsem v času otroštva pomembno vplivata na telesni, socialni, čustveni in spoznavni razvoj. Sta naši potrebi in pravici. Kot že omenjeno, je igra posebej pomembna pri delu z MČ-ji in GG-ji, a se tudi starejši lažje vključimo v skupino in bolj sprostimo prek igre. Predstavljajte si, da pridete na srečanje, kjer nikogar ne poznate in se samo usedete na mesto, ki je še prosto. Kaj pa, če pridete na srečanje, kjer organizatorji na začetku poskrbijo za uvodno igrivo aktivnost, pri kateri se predstavite in vzpostavite stik z drugimi prisotnimi? Verjamem, da boste v drugem primeru bolje sodelovali na samem dogodku. Prav zato je pomembno, da se na igro in igrivost spominjamo skozi celotno življenje. Igra je že sama po sebi zelo nagrajujoča dejavnost in jo kot tako udeleženci tudi doživljamo. Pomembno je le, da igrivo aktivnost prilagodimo ciljni skupini glede na starost, medsebojno poznavanje in priložnost oziroma naravo dogodka.



Igra vsakemu dogodku doda
sproščenost, pestrost in
interaktivnost.



Malčki in otroci najprej spoznavajo svet okoli sebe skozi igro, nato začnejo spoznavati različne vloge in odnose v družbi. Razvojno ustreza igra je izjemna priložnost za spodbujanje samoregulacijskih in socialno-čustvenih veščin. Igra je v zgodnjih letih življenja pomembna tudi za jezikovni razvoj. Prav zato je pri načrtovanju aktivnosti za murenčke in MČ-je pomembno, da kot vodniki izbirate

in pripravljate raznovrstne igre, kot so npr. socialne igre (kjer morajo otroci medsebojno sodelovati, si pomagati), jezikovne igre (kjer skupaj sestavljate besede, se pogovarjate, iščete besedne odgovore), igre vlog (kjer izmenjujete različne vloge in se otroci lahko poistovetijo z različnimi liki). Že same taborniške večšine vas lahko spodbujajo k raznolikosti iger.



Fotografija: Mariša Ratajčec

Kasneje, starejši otroci in mladostniki skozi igro aktivneje spoznavajo sami sebe in razvijajo identiteto. Poleg socialnih iger, ki so zanje še vedno zelo aktualne, je smiselno vključiti tudi igre, ki jim omogočajo raziskovanje samih sebe (bolj reflektivno usmerjen aktivnosti). Tudi igre zaupanja in igre za spodbujanje pripadnosti skupini so v času mladostništva zelo pomembne, saj se pomen vrstnikov v mladostništvu poveča. Mladostniki lahko skozi igro odkrivajo področja, ki jih zanimajo, in ugotavljajo, čemu želijo posvetiti več časa tudi v prihodnosti.

Pri odraslih pa je verjetno najpomembnejši vidik iger ohranjanje kognitivnih veščin in vnašanje sproščenosti in igrivosti v vsakdan.

SPONTANA ALI NAČRTOVANA IGRA?

Igro v grobem delimo na spontano in na načrtovano. Spontana je tista igra pred in po vodovem srečanju, ko se člani sami zaigrajo brez dodatnih navodil, ali pa tista igra, ki jo udeleženci razvijejo sami namesto sledenja načrtovanim aktivnostim,

ki smo jih kot vodniki pripravili. Spontana igra se kaže tudi npr. na zimovanju, ko se člani prosto sanjajo, ali pa igre v vodi na taborjenju. Takrat se otroci praviloma igrajo sami od sebe ter sami izbirajo in določajo načine igranja. Načrtovana igra oziroma aktivnost so lahko konstrukcijska igra (izdelava pionirskih objektov), socialna igra (ledolomilci na začetku srečanj), igra s pravili (strateška igra, ajanje, štafete) in mnoge druge. Nekatere igre pa denimo potrebujejo rekvizite – igrače, predvideno opremo, pri drugih zadostuje že naše telo ali družba vrstnika, pri tretjih pa si igračo ali rekvizit izdelamo kar sami. Pri tabornikih se tekom taborniškega leta oziroma na daljših akcijah, kot so zimovanje in taborjenje, prepletajo vse našete vrste igre.

Vodovo srečanje je smiselno začeti s socialno igro po uvodnem zboru, če ga izvajate. Na začetku leta so to lahko igre, ki so bolj usmerjene k spoznavanju imen, lastnosti članov, tekom leta pa jih lahko nadgrajujete v igre zaupanja, povezovanja in sodelovanja. Na spletu lahko z nekaj kliki poiščete ogromno primerov takih iger. V iskalnik vpišite socialne igre ali »icebreakers« in zagotovo boste odkrili nove ideje. Starejšim članom lahko celo zadate nalogo, da za vsako srečanje nekdo pripravi oziroma prinese navodila za novo igro. Pri pripravi vodovega srečanja je smiselno, da kot vodniki razmislite, katere vsebine lahko pretvorite v obliko igre (npr. učenje topografskih znakov prek spomina s karticami). Predvsem imejte v mislih, da so otroci in mladostni-

ki večino svojega časa v šoli statični in čas za elektronskimi napravami preživijo v sedečem položaju ter da so taborniške dejavnosti odlična priložnost tudi za gibanje.

Kot načrtovalci aktivnosti moramo biti pozorni na to, da vključimo različne vrste igre in da ne pozabimo na spontano igro. S spontano igro damo otrokom in mladostnikom možnost, da se učijo vodenja, dela v skupini, razvijanja komunikacijskih veščin in ustvarjalnosti. Če so vse aktivnosti vodene s strani starejšega, bodo otroci te veščine raje prepustili njemu, kar pa bo omejilo potencial njihovega razvoja.



Pomembno je krepiti zavedanje, da je potrebno na večdnevni akcijah načrtovati tudi prosti čas oziroma udeležencem ponuditi aktivnosti po lastni izbiri.



IGRA KOT SPODBUDA RAZVOJU

Med igro otrok ali mladostnik uporablja domišljijo, ustvarja in raziskuje svet okoli sebe. Posamezniki se v skupinski igri učijo dela v skupini, pogajanja, reševanja sporov in postavljanja zase. Pri tem je igra v otroštvu pomembno socializacijsko sredstvo, saj otroka postopoma privaja na situacije v vsakodnevnem življenju. Otrok lahko skozi igro preigra vloge odraslih, ki jim v resničnem življenju še ni kos in vstopa v aktivnost z drugimi ljudmi. Obenem igra z vrstniki in odraslimi podpira tudi oblikovanje varnih in stabilnih medosebnih odnosov. Sodelovalna igra otrokom omogoča učenje iskanja načina sodelovanja v skupini, pogajanja, reševanja



Fotografija: Katja Strakl

konfliktov in postavljanja zase, hkrati pa lahko s tem, ko v skupni igri otrokom dovoljujemo, da prevzamejo nadzor, spodbujamo tudi urjenje veščin vodenja in odločanja.

ZAKAJ JE IGRA ŠE KORISTNA?

Prek velikega števila iger se spodbuja gibanje, ki pozitivno vpliva na splošno počutje in telesno pripravljenost posameznika. Igra lahko zniža nivo kortizola (stresnega hormona) v telesu, kar pomeni, da otrokom pomaga pri spoprijemanju s stresom, denimo v težavnih obdobjih (kakršno je tudi vključevanje v novo taborniško skupino).

Raznolike igre otroku ponujajo različne dražljaje. Lahko bi rekli, da igra in igranje pomembno vplivata na razvoj otrokovih možganov. Med igro prihaja do zapletene aktivacije več področij v možganih. Igra ima tako posredne kot tudi neposredne učinke na možgansko strukturo in delovanje možganov.



Fotografija: Matej Arko

Vodi namreč v spremembe na nivoju molekul, možganskih povezav in vedenja (socialno-čustvene in izvršilne funkcije), te spremembe pa spodbujajo prosocialno vedenje in učenje. Tekom igre se v možganih namreč aktivirajo specifični sistemi, ki povzročijo sproščanje nevrottransmitterja noradrenalina, ki je poznan po tem, da olajša procese učenja. To je tudi eden izmed razlogov, da si skozi igro več zapomnimo. In zakaj si ne bi na ta način olajšali pomnjenja morsejeve ali winklerjeve abecede?

NAMESTO ZAKLJUČKA

Upam, da vas je prispevek z vsemi pozitivnimi učinki spodbudil k temu, da se boste v prihajajočem letu več igrali in, če imate to možnost, tudi načrtovali več igre za posameznike okoli sebe. Če niste povsem prepričani, kako se igrati in kakšne igre pripraviti, opazujte svoje člane ali druge tabornike ter druge skupine posameznikov. Že samo opazovanje lahko ponudi veliko novih idej, kako se igrati in kakšne aktivnosti ponuditi.

VODNIKI

Tudi taborniško srečanje lahko opredelimo kot še eno organizirano aktivnost tekom tedna otroka ali mladostnika, prav zato je pomembno, da se kot vodniki zavedamo, da v srečanje vključimo tudi neorganizirane aktivnosti.

Na taborjenju pa vodnikom ni potrebno animirati članov vsako minuto. Pomembno je le, da kot organizatorji programa ustvarite spodbudno okolje (npr. urejen taborni prostor, dostopni materiali in rekviziti), kjer bodo lahko udeleženci razvili spontano igro, da ste kot vodniki vzor in vir idej za različne igre, ki se jih lahko kasneje igrajo tudi sami ter ta pravila celo razvijajo.

PREBERI VEČ

- [1] Bergant, T. Pomen igre za otrokov razvoj. Didakta, 2022. Pridobljeno s: <https://zdaj.net/otrok/predolski-otrok/pomen-igre-za-otrokov-razvoj/>
- [2] Mauko, L. (n.d.). Otroška igra – kako se razvija in zakaj je pomembna? Pridobljeno s: <https://www.center-motus.si/otroska-igra-kako-se-razvija-in-zakaj-je-pomembna/>

Kako smo osem dni peli in delali v Švici



Besedilo: Gašper Kristanec in Urša Pirš, fotografije: udeleženci slovenskega *work partyja*.



Leto 2023 bo za KISC prav posebno leto. Center namreč praznuje 100. obletnico ustanovitve. Vrhunec vsega pa se bo odvijal poleti na 13-dnevnem taboru Kander100, kjer pričakujejo 2000 udeležencev in 200 prostovoljcev. Zaradi vseh priprav na ta velik dogodek v centru trenutno potrebujejo več prostovoljcev kot navadno. Slovenski taborniki smo konec septembra priskočili na pomoč in organizirali prvi slovenski *work party*.

O skavtskem centru Kandersteg (KISC) smo že pisali v poletni številki revije, kjer si lahko prebereš več o sistemu delovanja prostovoljcev. Center v osrčju švicarskih Alp so bile sprva le sanje Roberta Baden Powella, ki je želel ustvariti prostor, kjer uspevajo pogum, strpnost, sočutje in prijateljstvo, kjer se skavti sveta počutijo kot doma.

Vseh deset mest za prvi slovenski *work party* se je zapolnilo v le pol dneva. En, dva, tri in že je bil tu uvodni sestanek in odštevanje dni do odhoda v Švico. In ko končno pride ta dan, napolniš dva kombija s taborniki, pripraviš dobro taborniško obarvano *playlisto* in pot mine kot bi trenil – štiri pavze, fotkanje spečih potnikov, ena zaključena seminarska, nesojena pica, 750 km, deset utrujenih glasilk in 9 ur kasneje je zategnemo ročno v Kanderstegu.

Tako kot se spodobi za prave tabornike, smo v Švico prispeli ravno v času večerje, kjer nas je pričakal toplek pozdrav prostovoljcev centra. Že prvi večer smo se ob zvokih kitare družili s prostovoljci (pinkiji) in čakali na *work party* s Portugalske. Naslednji dan smo se odpravili do bližnjega slapa, od koder nas je dež pregnal v eno izmed lokalnih slaščičarn, kjer smo se pogreli ob toplem čaju in posladkali z odličnimi torticami. Za večerni program smo pripravili spoznavne igre z ostalimi prostovoljci.

Po dnevu zabave smo poprijeli za delo. Delo je bilo razdeljeno na dva sklopa, delo v hiši (*house work*) in delo na posestvu (*grounds work*). Naslednje tri dni smo preživeli ob čistilih, orodju in glasbi, saj so v centru med delom vedno prisotne tudi karaoke in ples. V hiši smo večino časa posvetili temeljitemu čiščenju. Zunanja dela so bila bolj raznovrstna, kot npr.

V Švico
sem šla brez kakršnih koli pričakovanj in po enem tednu druženja s pravzaprav neznanci v solzah odšla domov, saj sem imela občutek, kot da zapuščam svojo družino. V tem tednu sem spoznala, kako res noro je spoznat tabornike iz celega sveta in da se od prav vsakega izmed njih lahko nekaj naučiš. KISC in ljudje, s katerimi sem bila obkrožena imajo posebno mesto v mojem srcu. Hvala vsem, ki delite z mano to zgodbo.

Hana Novak, udeleženka (RSŽ-ml)

KISC
je taka pravljica za tabornike in vem, da se bom vrnila enkrat v bližnji prihodnosti. Res je, da smo se nadelali, ampak ob glasbi in dobri družbi ni nič težko narediti.

Katja Kopušar, udeleženka (RJZ)

Slovenska
odprava v Švico je bila zame prva večja internacionalna izkušnja, saj v zadnjih letih večina odprav ni bila mogoča. Z izkušnjo, ki sem jo pridobila kot članica Slovenske Work party odprave, sem spoznala enega najlepših krajev in njegovo okolico, spoznala način dela, ki ga prakticirajo v samem vrhu naše organizacije, večino prostega časa in večerov pa preživela ob prijetni družbi in kitari.

Pia Šivec, udeleženka (RMT)

Teden v
Kanderstegu
je bil eden najlepših v mojem življenju. Ob takih ljudeh, kot so prostovoljci v Centru, nikakršno opravilo ni prenaporno, vsak trenutek pa je poln s strani novih prijateljev iz celega sveta.

Miha Rus, udeleženec (RSŽ-ml)



grabljenje listov, sekanje drv, barvanje miz in polken, čiščenje žlebov in pospravljanje rož pred zimo.

V zameno za tri dni dela smo lahko v centru bivali osem dni s pokritimi stroški hrane in prenočišča. Proste dni smo izkoristili za raziskovanje Kanderstega in njegove prelepe okolice (Oeschinensee jezero, dolina Gasterntal ...). Kljub slabi vidljivosti smo lahko občudovali jezero in njegovo okolico. Ker pa slabo vreme nikoli ne ustavi pravega tabornika, se je naš Miha v jezeru tudi okopal in si privoščil malo osvežitev.

Kot po navadi je čas odhoda prišel prej kot bi si sami želeli in ob prezgodnjih jutranjih urah smo v kombija naložili še zadnje stvari, se poslovili od vseh novih prijateljev in se ob poslušanju pesmi Odhajaš našega dragega MI2 s solzami v očeh poslednjič zazrli proti s soncem obsijanem KISC-ju.

Jenny Jägerfeld: Kraljica smeha

Besedilo: Manca M. Slosar.

Knjiga govori o švedskem dekletu Sashi, ki živi z očetom. Uvodoma izvemo, da je Sasha izgubila mamo, potem ko je ta zaradi posledic depresije naredila samomor. Dekle je svojo mamo poznalo kot osebo, ki je ljudi okoli sebe spravljala v jok. Prijatelji, sorodniki in znanci so vedno poudarjali, kako zelo je Sasha podobna svoji materi. Ker se je dekle balo, da bi tudi samo začelo spravljaliti ljudi v jok, se je odločilo, da ne bo nikoli kot svoja mama.

Sasha ustvari seznam sedmih stvari, s katerimi bo postala drugačna in na ta način prežive. Verjame, da lahko le na ta način žalost izgine.

Odstrizi si vse lase.

Ne poskušaj skrbeti za karkoli živega.

Ne beri nobenih knjig.

Nosi samo živobarvna oblačila.

Ne razmišljaj preveč (najbolje sploh nič).

**Izogibaj se sprehodom.
Izogibaj se gozda.**

Postani kraljica smeha!



Sasha nas opominja, da se je pomembno boriti, najti in gojiti talent, hkrati pa prepoznavati lastna čustva in jih pokazati, se o njih pogovarjati in nenazadnje vedeti, kje in kdaj poiskati pomoč. Zgodba nagovarja vse spole in starosti, saj na čustva in dogodke, prikazane v njej, ni imun nihče. Mladinski roman je primeren predvsem za GG-je in PP-je, starejšim in staršem pa ponuja uvid v svet mladostnice, ki se bori z lastnimi strahovi. Pisateljica in psihologinja Jenny Jägerfeld v knjigi odpira stigmatizirane teme samomora,

obiskovanje psihologa in soočenja z izgubo osebe. Avtorica, ki dobro pozna področje, se teme loteva brez moraliziranja in iskanja hitrih rešitev ter ponuja predvsem veliko vprašanj, o katerih bi se bilo dobro pogovarjati tudi, če se sami nismo soočili s podobnimi dogodki.

Po knjigi je bil posnet tudi film z angleškim naslovom *Comedy Queen*. Film, ki ga je režirala režiserka Sanna Lenken in je v njem glavno vlogo zaigrala Sigrid Johnson, je v kinodvorane prišel letos.

Zgodbo si lahko tako ogledate tudi skupaj na vodovem srečanju ali pa filmski večer v družinskem krogu priredite kar doma.

Spremembe hčerinega obnašanja in odsotnost čustev, kot sta jeza in žalost, ki so pričakovana ob izgubi bližnje osebe, zaskrbijo Sashinega očeta, ki se po pomoč obrne na psihologinjo. Kmalu dobi datum za prvo srečanje z dekletom. Medtem Sasha dobi priložnost Stand Up nastopa, s katerim bi lahko obkljukala tudi sedmo točko seznama in postala kraljica smeha. Knjiga od tu naprej spremlja celotno pot uresničevanja sedmih "zapovedi" in soočenja z materino smrtjo. Kaj pa se zgodi, ko vse točke seznama izpolni?

TINKA in BOJAN

V SONČNEM ZAHODU

NAPISALA: TISA

NARISALA: ŽALA





RUM STR



Lani v tem času si na dom pre Nostradamusa Tračarja prosili, torej revijo in preveri, koliko o je uresničilo. Kot revija s tradic kuglo, zanihali nihalo, obrnili ka poklicali angele, prečesali horo metode, ki so nam omogočile n



- 1 V LETU 2023 BO SEŠTEVEK VSEH DOBRIH DEL SVETA VEČJI OD SLABIH. K DOBREMU BODO POMEMBNO PRISPEVALI TABORNIČE IN TABORNIKI.
- 2 V LETU 2023 SE BO RODILO VSAJ 30 TABORNIŠKIH OTROK. NAJVEČ JIH BO ROJENIH V ZNAMENJU LEVA, NAJMANJ PA V ZNAMENJU VODNARJA.
- 3 TABORJENJA SE BODO ODVILA Z NEKOLIKO MANJŠO UDELEŽBO.
- 4 SKUPŠČINI BOSTA VSAJ DVE.
- 5 DEBATA O BAZI ČLANSTVA NE BO ZAMRLA.
- 6 ŠKAVTSKI FUNDACIJI SE BO V LETU 2023 USPELO PREIMENOVATI V TABORNIŠKO FUNDACIJO.
- 7 POLETJE 2023 BO PRINESLO STATISTIČNO POMEMBNO POVEČANJE MEDNARODNIH TABORNIŠKIH ROMANC.
- 8 DRŽAVNEGA MNOGOBOJA SE BO UDELEŽIL ROD, KI GA ŽE DOLGO NI BILO.
- 9 ZVEZA TABORNIKOV SLOVENIJE BO ZAPOSILILA VEČ KOT ENO OSEBO.
- 10 V ORGANIZACIJI SE BODO ODPRLE NOVE RAZPRAVE, KI BI LAHKO PRIPELJALE DO ODHODA NEKATERIH.

RU MENE STRANI

Prerokuje in obrekuje: Nostradamus Tračar

... je revijo Tabor, v kateri smo
... da pogleda v leto 2022. Izbrskaj
... od osemnajstih napovedi se jih
... ijo pa smo se tudi letos zazrli v
...avno usedlino, razporedili karte,
...oskop in uporabili vse primerne
...napoved taborniškega leta 2023.



11 TABORNIŠKO BESEDO LETA 2022 – »UČINKI« –
BO ZAMENJALA BESEDA LETA 2023 – »RAZPISI«.

12 IZVEDLI BOMO MANJ OD NAČRTOVANIH
IZOBRAŽEVANJ.

13 ERAZMUS PROJEKTI BODO V SLOVENIJO
PRIPELJALI REKORDNO ŠTEVILO TUJIH
ŠKOLSTOV.

14 IZOBRAŽEVANJA ALT V LETU 2023 NE BO.

15 NA JAMBOREE V JUŽNO KOREJO BO
ODŠLO NAJVEČ SLOVENK IN SLOVENCEV
V ZGODOVINI, CELO TOLIKO, DA ODPRAVA
NE BO POTOVALA Z ISTIM LETALOM.

16 REPUBLIŠKO ORIENTACIJSKO TEKMOVANJE
BO ODPADLO, ŠE VEDNO PA BO ORGANIZI-
RANIH PRECEJ DRUGIH ORIENTACIJSKIH
TEKMOVANJ.

17 IZŠLE BODO NOVE VEŠČINE.

18 NA SVETU BO ŽIVELO HKRATI NAJVEČ LJUDI
V VSEJ ZGODOVINI.

19 NA PODROČJU PODNEBNE KRIZE V SVETOVNEM
MERILU NE BO PRIŠLO DO VEČJIH SPREMEMB.

20 DECEMBRA 2023 BOMO V REVII TĀBOR
PONOVO OBJAVILI NAPOVEDI ZA LETO 2024.

Naj se 2023 zgodi ...

**TABORNIŠTVO POMAGA
MLADIM, DA SE ZAVEDO
SVOJIH POTREB,
SPOSOBNOSTI IN
ODGOVORNOSTI DO SEBE
IN DO DRUŽBE.**

IVO ŠTAJDOHAR

