

PISMA BRALCEV

V Javni tribuni, glasilo SZDL občine Ljubljana Šiška, ste v 10. številki 25. 12. 1987 objavili notico s fotografijo »PREBIVALCI STANEŽIČ SO DOBILI NOVO AVTOBUSNO POSTAJALIŠČE«. Vendar naj kar v začetku pribijemo, da prebivalci Stanežič, ki to postajališče uporabljamo, s takšnim urejanjem prometne povezave z mestom, nismo zadovoljni. Mimoidoči potnik, ki se ozira proti Stanežičam dobi vtis o idiličnem položaju vasi pod hribom z gozdom in nedaleč od mesta. Toda resnična podoba in pogoji za življenje so popolnoma drugačni. To je kraj, kjer so prebivalci odrezani od sveta in prepuščeni sami sebi na poti v službo, šolo, trgovino. Za mlajše šolarje je sicer poskrbljeno, toda večina pešaki ali se vozi s kolesom do avtobusa št. 1. Na postajališču št. 15, je treba pogostokrat neskončno dolgo čakati v mrazu in dežju. Kaj to pomeni za tistega, ki zamudi šolo, službo, vlak, letalo... ni treba posebej poudarjati. Krajani smo upali, ko bo cesta zgrajena, da bo v vas pripeljal avtobus št. 1. Toda medtem je bila zgrajena nova postaja za progo 15 ob glavni cesti. Lokacija novega postajališča ni dobra. Poleg tega, da je precej oddaljena od vasi je tudi nevarna, kajti na ravnem delu ceste, kljub omejitvi hitrosti, avtomobilisti vozijo zelo hitro. Za nepredvidneža je lahko tudi usodna. Pot do vasi vodi preko samotnega polja, kjer so pozamezniki zlasti v večernih urah izpostavljeni nevarnosti napada. Ko sprašujemo Integralovce, za podaljšanje proge št. 1 do Stanežič, so nam odgovorili, da bi se za to morala zavzeti krajevna skupnost, ki se pri Integralu še ni. Prepričani smo, da bi bilo mogoče z dogovarjanjem problem rešiti. V decembru je pisalo v DELU, o tem, da bo INTEGRAL podaljšal nekatere proge in uvedel celo nove. Zakaj ne bi bila ena izmed njih tudi do Stanežič. Menimo, da bi bilo možno skrajšati progo št. 11 tako, da bi avtobus iz Zaloga obračal namesto za Bežigradom na Trgu osvoboditve. Prav bi bilo, če bi avtobus do Stanežič vozil pogosteje v konicah, zjutraj in popoldne, nato pa v večjih presledkih. Pri tem bi uredili postajališče še za Guncle in vas Dvor.

Z namenom, da bi vas prepričali o aktualnosti ureditve vprašanja prometne povezave Stanežič z mestom, vas vabimo, da obiščete našo vas z mestnim avtobusom v dežju ali snegu in boste spoznali kakšnem trpljenju in izgubi časa smo izpostavljeni. KS vodi pač svojo politiko o tem vprašanju, s katero se krajani popolnoma ne strinjamo. Postajališče št. 15 za nas res ni rešitev.

Krajani Stanežič

PREBERITE!

Človekovo okolje

V že uveljavljeni zbirki Tehniške založbe Slovenije KAKO DELUJE?, kjer so bila doslej predstavljena tako tehnična področja kot človeško telo, je izšlo delo, ki pomeni opazno izpolnitev vrzeli v naši ekološki literaturi. Knjiga je prevedena iz nemškega izvirnika, vendar je dodano tudi nekaj sestavkov domačih strokovnjakov, ki pojasnjujejo naše probleme s tega področja.

Za razliko od nekaterih prejšnjih del, ki so se v jedro problema z družboslovnimi analizami in zaključki, je pričujoča izdaja zasnovana na naravoslovno-tehnoloških izhodiščih. Vseokoli pa je razvidno, da tak pristop avtorjev ne ovira pri vključevanju načel humane ekologije, ki upošteva vpliv okolja na razvoj človeka in družbe.

Na zelo pregleden, z obilico ilustracij podprt način, so razgrnjeni podatki o sestavinah zemeljske površine, opisan je nastanek posameznih naravnih pojavov, posebej pa se zaustavimo pri živem okolju. V osrednjem delu vzemo za probleme pri urejanju prostora, kako poteka onesnaževanje in čiščenje ozračja in vode, katere so nevarne snovi v okolju, kaj je s hrupom, kakšna je nevarnost sevanja itn.

Za dlje časa se, po pričakovanju, zadržimo pri odstranjevanju in odlaganju odpadkov: od tistih v gospodinjstvih (kjer ima posebno vlogo predsortiranje: zabojniki za steklo, papir, plastiko...), pa vse tja do atomskih (za katere pri nas složno tudi na republiški ravni nemočno vzdihujemo: joj, kam bi del? - ne da bi si mogli pomagati z že preizkušenim nasvetom iz balade: tja, kjer si vzel!). Tudi v razdelku, ki se posveča odnosom med energijo in okoljem, se spet zaletimo v »posebne probleme jedrske energije«.

Na razpolago so podatki o zavarovanih živalskih vrstah (sem ne spadata samo jež in divji petelin, ampak med drugimi tudi kobilica vrste Saga pedo), Triglavskem narodnem parku, zastrupljanju Save in Rena, zdravljenu Bodenskega in Blejskega jezera, izgledih Severnega morja in severnega Jadrana. Prav tako obnovimo znanje o osnovah alternativnega kmetovanja, kaj pomenijo antibiotiki v prehrani živali in kakšne so posledice kemičnega varstva rastlin.

V knjigi je vse polno zanimivosti; med drugim vzemo tudi to, da ne izumira samo podalpsko pleme, ampak tudi kit.

Avtorji na vsak način dokazujejo, da niso nobeni črnogledi

preroki takšnih in drugačnih propadanj, saj se v veliki meri posvečajo prav iskanju mogočih rešitev tudi iz brezizhodnih položajev. Lahko bi rekli, da jih zanima predvsem kako deluje - dokler seveda deluje. Ponuja se vtis, da bi lahko bila ta knjiga eden od pripomočkov za opismenjevanje tistih občanov, ki so prepričani, kako so edini ekološki problem v njihovi bližini in daljni okolici saje iz sosedovega dimnika, vse drugo pa »se eni tipi nekaj grejo«. Mogoče potem ne bo več tako mimogrede »poplajen« samoprispevek, imenovan ekološki, ki pa je bil že kar zasnovan samomorilsko (če se samo spomnimo ustrovalnih plakatov; v kolikor se niso hoteli volivci s tistim PROTI znebiti oblasti, vsaj mestne...).

S pomočjo take literature nam bo bližji tudi volilni program enega od kandidatov za člana predsedstva, Dušana Pluta (glej Teles, 25. 2. 88). Verjetno se bo še kdo odločil za smer ekološkega, ki vključuje ravnovesje, celostno kvaliteto življenja, človeka vreden in naravi prilagojen materialni standard (lesene kolibe s svečami samo po želji). Prej bo pač treba opraviti tisti znameniti premik v glavah, kjer se vedno vihrajo plahote s tonami in kilometri napredka!

Lahko bi sklenili, da smo na knjižnem trgu dobili delo, ki bi ga morali imeti doma na tisti polici, kamor postavljamo zdravstvene vodnike, kuharice, atlase, slovarje, priročnike za popavila, ročna dela, sajenje in kar je še take literature, ki naj nam bo pri roki, ko iščemo ta ali oni podatek za odgovore na številna vprašanja, ob kateri se spotikamo vsak dan.

Albin Buttolo

VIDEO STUDIO
FILIP

snemanja porok, rojstnih dnevo, koncertov,
skratka vse kar si Vi zaželite
PRESNEVANJE VIDEO KASET
tel (061) 576-890

10 uspešnih let komornega moškega zbora LEK

Ko smo se odločili, da bomo začeli predstavljati kulturna društva in skupine, ki delujejo v naši občini, smo bili v dilemi, katero društvo oziroma skupino naj predstavimo najprej. Odločili smo se z Komorni moški zbor Lek, za kar je več razlogov. Lekovci praznujejo letos deseto obletnico, poleg tega pa so med vokalnimi skupinami, ki jih je v naši občini največ, po kvaliteti in zavzetem delu gotovo na samem vrhu. S svojo kvaliteto se potrjujejo tudi v mestnem in republiškem merilu, kjer konkurenca ni ravno majhna, in so zaželen gost na revijah pevskih zborov drugih občin in prominentni predstavniki naše občine na raznih prireditvah, kjer se

Komorni moški zbor Lek so ustanovili leta 1978 najprej kot oktet, že naslednje leto pa se je iz okteta razvil najprej 12 članski, nato pa že 19 članski zbor. Danes v zboru poje 24 pevcev, stalno pa sodelujeta tudi dve solistki. Prvih pet let je zbor vodil zborovodja Milan Terček, od leta 1983 pa ga vodi dirigent Janez Močnik. Uspehov in nastopov Komornega moškega zbora Lek ne bomo podrobno naštevati, ker jih je bilo preveč. Zbor redno sodeluje na Srečanjih pevskih zborov občine Ljubljana Šiška, pa tudi na Srečanjih zborov domačjske občine (zbor ima namreč vaje v Mengšu, kjer ima DO Lek svoj TOŽD, in iz tega okolja je tudi največ pevcev).



predstavljajo najboljši dosežki na glasbeno - vokalnem področju. Seveda s svojo kvaliteto in zavzetostjo potrjujejo še nekaj: da je mogoča uspešna povezava kulture z gospodarstvom (v tem primeru z DO Lek), pri čemer nima korist samo kultura, ampak tudi in predvsem gospodarstvo. Komorni moški zbor Lek svojega sponzorje in donatorje natureč povsod kjer nastopa predstavlja na najzlahtnejši in najdostojnejši način. To pa je najmanj vsiljiva in hkrati najboljša reklama za DO Lek.

Ob 100-letnici
MARIJE
KIMOVEC

Delegacija, v kateri so bili predsednik občinske konference SZDL, predsednik zbora krajevnih skupnosti občinske skupščine, sekretar OO ZZB NOV in dve tovarišici iz KS Bukovica-Sinkov turn, so 10. 3. 1988 obiskali Marijo KIMOVEC, ki je 11. 3. slavila stoti rojstni dan.

Čestitali smo ji ob visokem jubileju in ji poklonili šopek cvetja.

Milan Pirker

ZDRAVSTVENI KOTICEK

ODGOVOR NA PISMO BRALKE

O spanju in motnjah spanja pri majhnih otrocih

V naš mentalno higienski oddelk je prišlo prvo pismo. Bralka Jasna sprašuje naslednje: Ima 10 mesečnega sina, ki bo šel maja meseca v jasli. V pismu sprašuje, kako to najmanj boleče izpeljati in kako se obnašati, če bo otrok hudo jokal. Nadalje jo skrbi kako bo z otrokovimi copati v vrtcu, ker se nenehno sezuva. Še eno vprašanje ima bralka Jasna: deček se zbujda 3 do 4 krat v eni noči. Včasih ji uspe pomiriti ga, če ga malo poziba, če mu da dudo ali če popije malo čaja. V pismu tudi piše, da je v pogovoru z drugimi materami izvedela, da nekateri nimajo nobenih težav, njihovi otroci spijo celo noč, medtem ko imajo druge matere podobne težave s spanjem svojih otrok.

V pismu so torej tri vprašanja, na vsa tri zaradi pomanjkanja prostora ne bomo mogli odgovoriti v današnji številki. Odgovorili bomo na drugi dve vprašanji, prilagoditvene težave otroka ob vstopu v vrtce pa bomo opisali v naslednji številki Tribune. Danes bi napisali nekaj več o spanju in težavah v zvezi s tem.

Začeli bi z individualnimi razlikami med otroki, ki veljajo tudi za spanje in kar je ugotovila že tudi naša bralka. Nekateri otroci hitro zaspijo, drugi potrebujejo dalj časa, da se umirijo, nekateri imajo trdno spanje, medtem ko so drugi bolj občutljivi na zunanje dražljaje in se hitro zbujajo, nekateri spijo nemirno, drugi spijo mirni. Kljub tem velikim razlikam pa veljajo določene zakonitosti za vse otroke, zlasti za spanje ponoči.

Otroci kot tudi odrasli spijo ponoči v ponavljajočih se fazah trdnega in rahlega spanja. Te faze se z razvojem in rastjo otroka združujejo, tako da so pri odraslem človeku običajno 4, medtem ko se v spanju novorojenčka zvrsti okoli 8 faz. Pomembno je vedeti, da je v času med dvema fazama trdnega spanja otrok v nekakšnem »polbudnem« stanju. Nekateri starši pravijo, da se prične otrok sredi noči igrati, kar je seveda veliko manj moteče kot če prične stokati, se premetavati ali celo jokati. Dokler otrok stoka, se premetava ali celo igra je bolje ne storiti ničesar, da se otrok ne predrami, če pa prične jokati, je bolje, če ga čimprej potolažimo, da se povsem ne prebudi zaradi svojega lastnega joka. Najbolje je, če ga z rahlim trepljanjem, božanjem ali dudo poskušamo pomiriti, če drugače ne gre tudi s čajem. Nikar ga ne vzemimo iz njegove postelje. Ni torej nujno, da ima otrok ponoči težave, da je lačen, da ga boli trebusek, lahko gre za normalno bolj ali manj budno stanje med dvema fazama trdnega spanja.

Nekaj velja zagotovo: majhen otrok, še posebno dojenček, spi natančno toliko, kolikor spanja potrebuje. Zato se nikar ne ukvarjajte s tem, da morda spi čez dan preveč. Seveda pa naj gre vedno spat, kadar je zares zaspan in ne da »dremucka« v kakš-

nem naračju. Tako naj se otrok že kmalu nauči, da je povsem buden ali da trdno spi. Uporabili smo izraz nauči, kajti tudi spati se mora otroka naučiti.

Pomembni so tudi pogoji za spanje, ki pripomorejo k ureditvi spanja. Zlasti so pomembni ti pogoji za spanje ponoči. Nič hudega ni, če dojenček čez dan prespi kakšen obrok v vozičku, pomembno je, da ponoči spi vedno v svoji postelji v svojem prostoru, ki naj bo miren, zatemnjen in primerno topel. Dojenček naj tudi že od vsega začetka razlikuje nočno spanje od dnevnega. Priprave na nočno spanje naj potekajo drugače kot kadar gre dojenček spat podnevi. Temeljitejšo umivanje ali celo kopanje pred spanjem, oblačenje v pižamo ali celo hranjenje v otrokovi sobi, sčasoma otroku dajejo občutek, da gre za nočno spanje.

Zdaj pa še nekaj o spanju vašega otroka. Pišete, da lepo spi do druge ure, da pa se do pete ure zjutraj nekajkrat zbudi. To, da lahko tako točno opišete njegovo spanje, pomeni, da se zbujda »urejeno«, kar kaže na določen ritem in sčasoma se bo spanje vašega otroka zagotovo uredilo.

Običajno tovrstne težave stare močno vznemirjajo, saj zaradi njih tudi sami ne morejo spati. Tako s stališča staršev presojamo te težave kot hude. Priporočamo vam, da ponoči, ko otrok mirno spi, tudi sami poskušate trdno zaspati, ne da bi s bali, da se ne boste pravi čas zbudili. Če ste ponoči močno prikrasani za spanje, poskušajte to nekoliko nadoknaditi čez dan.

Zdaj pa na kratko glede sezuvanja copatk pri vašem otroku. Kaže, da je vaš otrok v obdobju, ko so copatki zanj zelo privlačna igračka in mu je v veliko veselje in užitek sezuvati jih. Za nekaj časa se bo potrebno vključiti v njegovo igro, otrok se bo sezual, vi ga boste pa obuvali. V vrtcu pa zagotovo ne bo osamljen primer, izkušene vzgojiteljice poznajo ta pojav in vedo kako ravnati ob tem.

Tanja Plankar Grgurevič
klin. psih. spec.
otroški dispanzer
Mentalno higienski oddelk

Pišite nam!

KVIZ TEKMOVANJE KLUBOV OZN

Pomembno je sodelovati in ne le zmagati

V okviru organizacije občinske konference ZSMS deluje tudi Občinski center klubov OZN. V center je vključeno 25 mladih, predvsem osnovnošolcev in srednješolcev. Tudi v šolah delujejo klubi OZN, v katere so vključeni vsi, ki se zanimajo za politiko, mednarodna dogajanja ter organizacijo združenih narodov. Klubi so dejavni vse leto, saj pripravljajo številne okrogle mize, na katerih razpravljajo o žgočih mednarodnih problemih, o vlogi mladih v družbi, skratka o vsem, kar zanima današnjo mladino.

Vsako leto organizirajo tudi KVIZ, na katerem sodelujejo ekipe OZN iz vse Slovenije. Kviz organizira republiški center klubov OZN. V naši občini sta bila letos kar dva kviza. Prvega, občinskega, so se udeležile ekipe osnovnih šol iz skoraj vseh ljubljanskih občin. Fantje in dekleta so se izkazali v poznavanju OZN, zlasti o beguncih in brezdomcih. Rezultati so bili naslednji: iz občine Moste-Polje bodo odšli na območno tekmovanje

učenci iz osnovne šole Kette Murn, iz občine Vič-Rudnik učenci Zavoda za slepo mladino iz Občine Bežigrad ekipe OŠ Franc Ravbar in Mirana Jarca ter iz občine Šiška ekipe iz OŠ Miško Kranjec II, ter OŠ Veljko Vlahovič I.

Občinski center klubov OZN pa je organiziral tudi območni kviz tekmovanje za šole s celjskega območja. V polfinalno tekmovanje sta se uvrstili OŠ Prebold in Narodnega heroja Rajka. Seveda pa na tovrstnih tekmovanjih ni pomembno le zmagati temveč sodelovati, saj tako spoznavamo nove prijatelje, tkejo se nove vezi in utrjujejo znanje.

Prav je, da se že kot mladi vključujemo v klube OZN, saj lahko tako odraslim pokažemo, da tudi nam ni vseeno, kakšni odnosi vladajo med državami, da se po svojih močeh borimo za mir in sveto ter za enakopravnost in lepšo prihodnost vseh narodov.

Jernej Ban