



Освит

БРОЈ 25 • 2019.

Социотерапијски клуб лечених алкохоличара
Института за ментално здравље, Београд
“Палмотићева”





Издавач часописа:

Социотерапијски клуб лечених алкохоличара
“Палмотићева”
Института за ментално здравље,
Милана Кашанина 3, Београд

ОСВИТ – број 25 – мај 2019. године
Часопис за интерну употребу

Главни и одговорни уредници:

Др сци. Снежана Филиповић, социјални радник
Слађана Милошевић, специјални педагог

Уредник часописа:

Владимир Поповић

**Лектура и коректура текста, уређење
фотографија :**

Ратко и Јелена Гајгер

Технички уредник:

Вук Ђелић

Уређивачки одбор:

Владимир Поповић
Момир Антић
Марко Ђелић

Штампа:

Удружење дистрофичара Београда
УДБ Група д.о.о.

САДРЖАЈ

страница

Уводна реч уредника.....	3
Са прошлогодишње скупштине Састанак Клуба у Кошутњаку.....	4
Извештај о раду Извршног одбора, Извештај о раду Секције за прихват нових пацијената.....	5
Извештај о раду Културно-информативне секције	6
Излет на Авалу, Извештај о раду Планинарске секције.....	7
Извештај о међукупским активностима од маја 2018. до маја 2019. године, Чај на Калемегдану.....	8
Извештај о спортским активностима од маја 2018. до маја 2019. године, Сусрет са новосадским клубовима.....	9
Мотивацija, Чему служи субота.....	10
Ослобођење и крај Великог рата.....	11
Амазонија – царство разноликости.....	12
Активности Клуба објективом.....	14
Активности Клуба објективом (наставак).....	15
Сирмијум.....	16
Како смо појели хлеб и маст.....	18
Улога кућног љубимца (пса) у терапији.....	20
Летњи излет на Аду – моји утисци.....	21
Улога шаха у лечењу алкохолизма.....	22
Временска прогноза.....	24
Глечери	26
Дечија Нова година 2019.....	28

Уводна реч уредника**Клуб и лист заједно**

Ове године је по 25. пут изашао годишњак нашег клуба „Освิต”, који је пред вама, са свим оним што је у протеклих годину дана радио Социотерапијски клуб лечених алкохоличара „Палмотићева”, због чега постоји и како остварује своју улогу.

Клуб је од маја 2018. до маја 2019. године радио у пунијем саставу и обиму активности својих секција и Извршног одбора него претходних годину дана. У условима значајне промене састава целокупног чланства Клуба, обновљен је рад Секције за прихват нових чланова (пацијената), Културно-информационивна и, посебно, Планиарска секција су допуњене, а у међуклупским активностима и то учешћима на скupштинама других клубова лечених алкохоличара, иако још није обновљена посебна секција, били смо много активнији.

Настојали смо, такође, да, схватајући проблеме и отпоре, присним, топлим приступом, што више контаката остваримо са свим члановима Клуба и то не само преко секција него и непосредно.

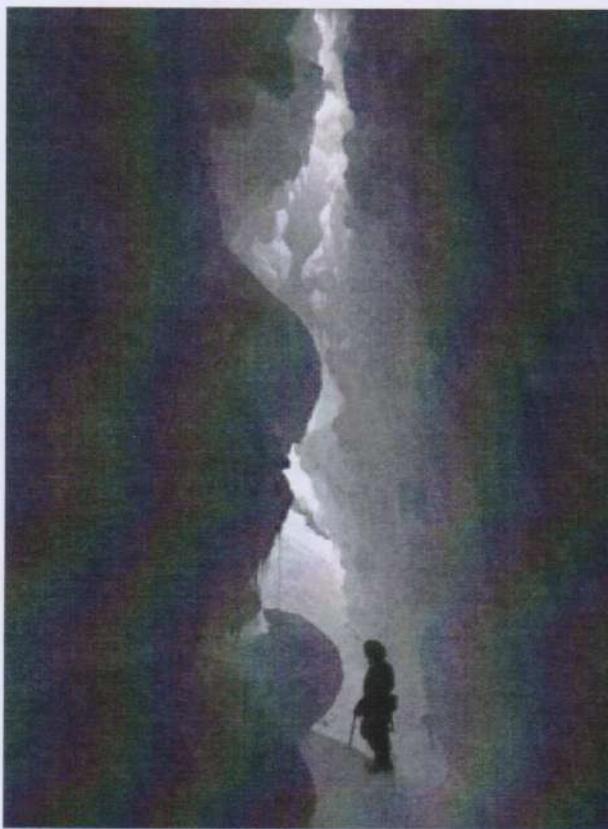
Као резултат свега тога, све активности приказане на следећим страницама - самосталне централне теме, Дечја Нова година, Годишња скupштина, излети, посете изложбама и групне централне теме на састанцима Клуба, својим квалитетом потврђују могућности и способности њихових аутора, организатора и учесника и њихово напредовање у лечењу од алкохолизма.

Социотерапијски клуб као социотерапијска заједница има за сврху што веће повезивање својих чланова, ради савладавања отпора у лечењу, развијања комуникације, квалитетног организовања својих активности, преузимања одговорности за преузете обавезе, активирања здравих мотива и самопотврђивања својих способности у многим областима живота.

Управо због тога „Освит“ има улогу да, описујући активности Клуба, укаже и подучи на које све начине члан Клуба може да се покрене, покаже и докаже на путу здравог начина живота.

Надамо се да ћете и овом броју „Освит“-а то пронаћи.

Владимир Поповић



Са прошлогодишње Скупштине

Прошле године, 19. маја 2018, одржана је 55. Годишње скупштина Социотерапијског клуба лечених алкохоличара „Палмотићева”, којој су, поред чланова Клуба, присуствовали представници Института за ментално здравље, девет клубова лечених алкохоличара и представник Телекома Србија а.д.

Извештај о раду Клуба у протеклих годину дана од претходне Годишње скупштине, припремио је и поднео Владимира Поповић, члан Извршног одбора Клуба, пошто га је Извршни одбор претходно усвојио, уз сагласност терапеута Клуба. Он је указао на прекретницу и нова искушења пред којима се Клуб нашао претходне године. Веома отежани услови рада Клуба манифестиовали су се знатним смањењем броја активних чланова, активним деловањем само 3 од укупно 6 секција и практичним радом само два члана Извршног одбора у највећем делу годишњег периода. Међутим и у таквим условима Клуб је, захваљујући залагању и упорности најактивнијих чланова и терапеута, организовано остваривао своју улогу, мада у мањем обиму него раније, с обзиром на број активних чланова и могућности.

Поред детаљног приказа рада Клуба, напоменуто је да су у јануару и марта 2018. године одржане две централне теме, на укупно четири састанка Клуба, на којима су изношена мишљења свих чланова Клуба у погледу функционисању Клуба у будућем периоду, пре свега ради што већег активирања чланова. Изнета интересовања и предлози почели су да се реализују.

Посебан осврт у Извештају односио се на премијулог члана Клуба Дејана Јанића, у чију спомен и част ће се међуклупски стонотенички турнир који организује СТКЛА „Палмотићева”, убудуће звати „Меморијал Дејан Јанић“.

Као признање за Дејанову човечност, упорност и успех у уборби против алкохолизма, уз безрезервну подршку његове сестре и сараднице Биљане Живковић, одлучено је да централна тема 55. Скупштине Клуба буде управо његова самостална централна тема „Личне добити током рада у секцијама“, коју је прочитao Драган Трнинић, члан Извршног одбора Клуба.

Дејан је у својој централној теми отворено, једнствено и јасно износио своја искуства из рада у Спортској секцији и Секцији за међуклупске активности, из Извршног одбора, припреме самосталних централних тема које је излагао на састанцима Клуба и активног учешћа у припреми и реализацији Годишње скупштине Клуба и Дечје Нове године. Истакао је да није смео да разочара, Биљану, као ни пријатеље које је стекао током лечења, а закључио је да успех у лечењу могу постићи само они који су упорни, доследни и поштени у свом односу према лечењу. Уз упозорење свим неактивним члановима Клуба да тако неће стићи нигде – поручио им је: ЗАТО, ПОКРЕНИТЕ СЕ!

На почетку дискусије, Биљана Живковић, сестра и сарадница премијулог Дејана Јанића, поздравила је госте Скупштине и захвалила се Извршном одбору на сећању и одавању признања њеном брату. Истичући његову несебичност, као и жељу за напредовањем у лечењу, она се захвалила и Дејановим лекарима, др Нарциси Достанић и др Александру Репцу, на стручној помоћи.

Слободан Продановић, из СТКЛА „ВМА“ Београд, нагласио је да је СТКЛА „Палмотићева“, као један од ветерана у овој области, упркос проблемима које има, а имају га и други КЛА, наставио са својим програмом рада. Напоменуо је да је из искуства његовог клуба и других клубова лечених алкохоличара, наменско давање терапијских задатака пациентима и њиховим сарадницима према склоностима, полазна тачка за укључивање у активности и развијање одговорности.

Прим. др Ивица Младеновић, начелник Клинике за болести зависности, при којој је СТКЛА „Палмотићева“,

похвалио је рад Клуба, организацију Годишње скупштине и избор централне теме Скупштине. Говорећи о 55-годишњици постојања Клуба као значајном јубилеју, он је изнео да је овај најстарији социотерапијски клуб лечених алкохоличара у земљи често био огледни за друге клубове лечених алкохоличара, којима се на присуству на Скупштини захвалио. Нагласио је да ће се са својим сарадницима ангажовати на питању како да Клуб у будуће ради још квалитетније.

Златко Вујин, главни техничар Одељења за специјалистичко-консултативне прегледе Клинике за одрасле, рекао је да са Скупштине носи утисак традиције Клинике за болести зависности и Клуба, који годинама нуде квалитетан приступ у лечењу, при чему су за поштовање сви доктори, терапеути и медицинске сестре.

Закључујући радни део Годишње скупштине, Владимир Поповић се, као водитељ, захвалио на учешћу на Скупштини и великом одзиву клубова, на дискусијама и подршци. Он је изнео уверење да је реално очекивати ће Клуб и у наредном периоду наставити свој успешан рад и то у пуном саставу секција и Извршног одбора, са већим непосредним укључивањем чланова Клуба у активности и у већем обиму активности и још квалитетније.

После завршетка радног дела Скупштине, гости и чланови Клуба наставили су дружење, које је протекло у пријатној атмосferи, пријатељском разговору и размени мишљења, уз послужење које су припремили чланови Клуба.

Бранкица Петровић-Поповић

Састанак Клуба у Кошутњаку

Састанак Клуба у природи (Кошутњаку) саставни је део Годишње скупштине клуба и одржава се у недељу трећег викенда у мају. С обзиром на значај и број учесника у реализацији по правилу учествују све активне секције Клуба, или највећи део организације и планирања припада Планинарској секцији, имајући у виду да су излети један од њених основних задатака. Како је мој стаж у Клубу са прекидима петнаест година, сећам се великих састанака са више од педесет учесника и бројних активности које је сада тешко спровести. Такође, био сам од почетка рада у Клубу члан Планинарске секције, па тако и са различitim задужењима.

Трајање састанка у природи је око седам сати. По усвојеном плану и подељеним задужењима, прво на место састанка долазе задужени за обележавање терена. Настоји се да то буду чланови који су најближи Кошутњаку, јер је то популарно излетиште врло посећено у мају па треба поранији да би се резервисало најбоље место. Са њима долазе и чланови са опремом за ручак и спортским реквизитима преузетим из магацина Клуба дан раније. Некада је та опрема подразумевала да се роштиљ припрема на лицу места. Главнина учесника је долазила такозваном пешачком туром односно успоном на Кошутњак од подвожњака. Предстојећи састанак у природи ће и ове године бити другачије планиран, јер због лоших саобраћајних веза до места окупљања није остварива ова пешачка тура. По доласку на место састанка учесници после краћег одмора и освежења приступају спортским активностима. Тада део у оквиру укупног плана су осмишљавали и организовали чланови Спортске секције. Надам се да ће се чланови Клуба пријавити за овај значајан део излета, иако Спортска секција тренутно не ради. Од активности вреди навести следеће:

Пикадо, обарање конзерви, фудбал, фризби, натезање конопа, скок у даль из места, бацање камена с рамена, шах.

Време за ручак је после спортских активности и подразумева роштиљ, салату, хлеб и сокове. Након ручка и кратког одмора следе друштвене игре:

Асоцијације и Не љути се човече

На крају следи распремање терена и завршетак излета.

Момир Антић

Извештај о раду Извршног одбора

Извршни одбор је највиши орган одлучивања и управљања у СТКЛА «Палмотићева», те су задаци који стоје пред сваким чланом Извршног одбора озбиљни и веома одговорни. Основни циљеви које треба да остварује Извршни одбор Клуба су: одржавање континуитета квалитетног функционисања Клуба у целини и сваке његове секције понаособ и стварање услова за укључење што већег броја чланова Клуба у клупске активности, чиме се обезбеђује квалитет лечења учесника. Извршни одбор представља Клуб, утврђује предлоге програма рада Клуба, одговоран је за планирање и реализацију свих клупских активности на начин предвиђен правилима терапије, уз терапеуте Клуба председава редовним састанцима Клуба, разматра информације, предлоге, планове, извештаје и друге материјале које припремају секције Клуба и налаже секцијама спровођење одређених активности.

Овај уводни део извештаја има циљ да приближи пре свега млађим члановима клуба улогу Извршног одбора. Извршни одбор своје циљеве и задатке остварује кроз три врсте састанака: редовне који се одржавају сваког четвртка, пре састанка Клуба, са почетком у 16:45 часова, ванредне који се одржавају једанпут месечно ради потврде централних тема за наредни месец и посебне ванредне за припрему Дечије Нове године и годишње скупштине Клуба.

У периоду мај 2018. – мај 2019. Извршни одбор су чинили Марко Ђелић, у име секције за прихват нових пацијената, Владимира Поповића, координатор Културно - информативне секције и Момира Антића, координатор Планиарске секције. Марко Ђелић је члан Извршног одбора од Скупштине Клуба 2018., Владимира Поповића од 2017. и Момира Антића од априла 2018. године, када је изабран за координатора Планиарске секције.

Извршни одбор је одржао педесет редовних састанака, дванаест ванредних месечних састанака и једанаест осталих ванредних састанака. Иако са различитим животним и терапијским искуством, Извршни одбор је деловао хомогено, а одлуке доносио једногласно.

Трудили смо се да садржај централних тема Клуба буде разноврstan, као и да буде што више тема са више учесника. Примери таквих тема су квизови Колико се познајемо, Занимљива математика, Асоцијације, као и традиционални Квиз из области познавања болести алкохолизма и опште културе. Такође, на добар пријем чланова Клуба нашли су радионице за и против са темама "Друштвене мреже - корист и штета" и "Држање опасних паса - да или не".

Допринос међуклупској сарадњи дали смо кроз заједнички излет са новосадским клубовима који су нам 2018. године били гости. Ти излети садрже културно - историјски део, спортско - рекреативне активности, као и ручак. Овога пута нам време није било савезник али нас то није омело. Више о том дружењу у посебном прилогу. Осим тога, учествовали смо на скупштинама клубова и међуклупским шаховским турнирима, а организовали смо и наш турнир.

Момир Антић

Извештај о раду Секције за прихват нових пацијената

Секција за прихват нових пацијената је социотерапијска група отвореног типа која већ има дугу традицију. Основана је маја 1994. год. у оквиру Социотерапијског клуба лечених алкохоличара при Институту за ментално здравље у Палмотићевој улици.

Секција је обавезна за све пациенте дневне болнице, као и за пациенте психоедукативног програма и одржава се сваког четвртка након састанка Клуба.

ЦИЉЕВИ СЕКЦИЈЕ:

ПОМАГАЊЕ новим пациентима у превазилажењу отпора и страхова и помоћ у решавању терапијских задатака

ПОДРШКА пациентима у јачању мотивације за лечењем

ПОДРШКА у напредовању и промени ка новом, здравом стилу и начину живота

МОТИВИСАЊЕ и анимирање пацијената да по завршетку интензивне фазе лечења активно учествују у раду Клуба и његових секција.

Како су нам полазници Секције пациенти одмах по приступању на лечење - главни задатак Секције је да их охрабримо и смањимо страхове и отпоре који су на почетку лечења најчешће и највећи. Главна тема састанака Секције је: "Млађи пациенти питају старије" - где се на састанку кроз отворен разговор, кроз призму личног искуства бавимо темама које их највише оптерећују или разговарамо о терапијским задацима добијеним током недеље. Најчешће теме су: Отпори и кризе у лечењу, активна апстиненција, јавна признања, итд.

Други део активности Секције за прихват је активност на Клубу, што кроз централне теме као што су „Асоцијације“ и „Представљања Секције“, што кроз самосталне централне теме носилаца Секције. А друго: Како су везе са бившим и садашњим полазnicima и даље јаке, трудимо се да утичемо личним примером а и разговором са њима, да се и сами ангажују, што на Клубу, што у секцијама. Срећемо их и на излетима које организују Планиарска или Културно-информативна секција и у размени искустава помажемо једни другима!

Носиоци Секције су: Љубица Цмелић, Божо Цмелић, Вук Ђелић и Марко Ђелић.

Марко Ђелић

Извештај о раду Културно-информативне секције

Културно - информативна секција је и у годишњем периоду од прологодишње Скупштине, маја 2018. године до маја 2019. године и овогодишње Скупштине, реализовала своје основне циљеве:

- реактивирање интересовања у културно-информационој области из периода пре болести алкохолизма
- активирање нових интересовања
- рехабилитација и ресоцијализација кроз стварање могућности за испољавање инвентивности и креативности.

Главна активност чланова Секције у протеклом периоду испољила се кроз припрему и излагање самосталних централних тема на састанцима Клуба, осмишљавање, припрему и реализацију дечје новогодишње представе и припрему и реализацију годишње скупштине Клуба.

По оцени Извршног одбора, врло успешно су реализоване све изложене самосталне централне теме у организацији Културно-информационе секције и то:

- 19.07.2018. „Деспот Стефан Лазаревић“ - Ратко Гајгер
 26.07.2018. „Како смо појели хлеб и масти“ -
 - Бранкица Петровић-Поповић
 02.08.2018. „Зашто сам хтео да будем правник“ -
 - Владимир Поповић
 27.09.2018. „Деспот Ђурађ Бранковић“ - Ратко Гајгер
 01.11.2018. „Ослобођење и крај Великог рата“ -
 - Владимир Поповић
 06.12.2018. „Чудеса Рио де Жанеира“ - Младен Ђирић
 17.01.2019. „Однос Србије и Бразила кроз историју“ - Младен Ђирић
 21.02.2019. „Амазонија: царство разноликости“ -
 - Младен Ђирић
 28.02.2019. „Новинарство“ - Ратко Гајгер
 25.04.2019. „Временска прогноза“ - Ратко Гајгер

Такође посебно значајан допринос Културно-информационе секције огледа се у иницирању, припреми и реализацији Дечје Нове године за децу и унуке чланова Клуба, која је у овом периоду била под знаком питања због малог броја пријављене деце, а ипак је успешно одржана 27.12.2018. године. Новогодишњу представу је, као и ранијих година, сама Секција осмислила, а реализовала уз активно учешће глумаца, чланова Клуба који нису чланови Секције. Аутор и редитељ овогодишње представе „Морски Деда Мраз“, као и претходне четири године, била је Бранкица Петровић-Поповић. Деда Мраза је тумачио Чедомир Инђић, Госпођу Мраз Ана Зарић, Делфина Ивана Лакић, а Галеба Марија Стефановић. Кости-ме је креирала и камеру водила Јелена Гајгер, за фотографију је био задужен Момир Антић, а за тон и музику Владимир Поповић.

Успешна је била и реализација прошлогодишње, 55. Годишње скупштине Клуба и издавање 24. броја годишњака „Освіт“, а у јеку је припрема поменуте годишње активности ове године, пред 56. Годишњу скупштину и издавање

25. броја „Освіт“-а. Посебну улогу из Културно-информационе секције имали су и имају Владимир Поповић, као координатор прошлогодишње и заменик координатора овогодишње скупштине и уредник овогодишњег броја „Освіт“-а, Ратко Гајгер, као лектор и коректор текстуалних прилога и уредник ликовних прилога у „Освіт“-у и Момир Антић, као координатор овогодишње скупштине.

Поред самосталних централних тема Секција је успешно организовала и друге, групне централне теме на састанцима Клуба, са значајном улогом у активирању већег броја чланова Клуба, едукацији и терапијском деловању:

- Квиз из области познавања болести алкохолизма и опште културе (07.06. и 08.11.2018 – питања припремио Владимир Поповић),
- Представљање Секције (09.08.2018 – Владимир Поповић и Звездана Михајловски),
- Квиз „Занимљива математика“ (27.09.2018. и 11.04.2019 – питања припремио Владимир Поповић) и
- Драматизација текста (16.08.2018. – текстове припремили и читали Владимир Поповић и Момир Антић, од 10.2018. – текстове припремила Јелена Гајгер, а читала и Звездана Михајловски и 18.04.2019. – текстове припремили и читали Момир Антић и Младен Ђирић),
- а у реализацији централне теме „Шта сам постигао у 2018. години“ 10.01.2019, коју је организовао Извршни одбор, учествовао је и Ратко Гајгер са излагањем о мотивацији.

Најзад, Секција је реализовала и:

- 07.07.2018. посету изложбама „Скулптура самоуких визионара Србије“ и „Поздравите магату“ у Дому Војске Србије,
- 04.11.2018. шетњу са стручним вођењем „Трагом истакнутих војсковођа и хероја Првог светског рата сахрањених на Новом гробљу у Београду“,
- 15.12.2018. посету изложби „Пази, отровно!“ у Галерији Природњачког музеја у Београду. Нажалост, у овим активностима је учествовало укупно свега 11 чланова Клуба, углавном из Секције.

Културно-информационе секција је тако и у протеклом годишњем периоду дала свој пуни допринос укупном раду Клуба и активном лечењу чланова Секције и Клуба у целини. Секција је одржала укупно 12 месечних, редовних, састанака, а радила је у следећем саставу: Владимир Поповић (координатор), Ратко Гајгер (председник), Бранкица Петровић-Поповић (записничар), Јелена Гајгер, Момир Антић, Звездана Михајловски и Младен Ђирић (од 29. новембра 2018. године).

Владимир Поповић

Излет на Авалу

Иако нисмо чланови Планинске секције, често смо на излетима са њима, од Винче па ево до Авале - излета организованог 31. априла 2019. године. Излети су и до сад били „пун погодак”, где смо уз шетњу и различите обиласке видели нешто ново и у разговору коментарисали виђено.

Овај излет је био врхунац добре организације и студиозне припреме. Екипа од 13, да кажем, планинара различитих година и различите физичке спреме, уз адекватан темпо извела је на Авалу и спустила се са ње, а да целим путем ни једну примедбу нисмо чули.

„Пут од хиљаду миља почиње првим кораком“ - (Лао Це, кинески филозоф, 4. век п.н.е.).

Наш први корак почиње у поднојжју Авале и крећемо се источном страном према Космају. За темпо је задужена породица Инђић, где се Ружица и Чеда Инђић смењују један на челу а други на зацељу и где је, опет не случајно, Чеда искусан планиндар који је освајао и Монблан. Ружица је повела на планинарење и „звезду“, главну личност једне од централних тема - „Улога кућног љубимца у лечењу“ - теријера Арија. Ари је једно весело биће, које је уживало у шетњи колико и ми. Весело трчкарајући поред колоне и уживајући у понуђеном изазову, Ари је био маскота експедиције. Чеда држи темпо, ни пребрзо ни препсро, да група буде на кораку, на окупу, уз занимљиве и живе разговоре који се воде уз пут. Темпо је такав да се узовољно напора одморишта појављују баш кад треба!

За логистику и за одморишта су задужени Пешићи. Одморишта су посебна прича! Одређене су паузе баш кад треба за топле напитке, кафу на одморишту и поготово чај. Чай је један еликсир од аутохтоних биљака који сами праве Милосавка и Ђорђе, а који окрепљује и душу и тело!

Прво одмориште је било на пола пута до Споменика совјетским генералима. Петнаестак минута паузе уз 13топле напитке. Наставак шетње до Споменика совјетским генералима, где је пауза - прича о Споменику - сликање! Кретање и финиш до испод Споменика незнаном јунаку, где је пауза за ручак. На паузи за ручак, која је у сенци настрешнице „печурке“, износи се на сто све што је спремљено за тај дан. Ова пауза је и најдужа. Обилазак монументалног Споменика незнаном јунаку и силазак према Авалском торњу.

„Наша највећа снага није да никад не паднемо, већ да сваки пут кад паднемо - устанемо!“ (Конфуције, 551. п.н.е.).

Целим путем нико није пао, па смо били весели при силаску. Са врха Авале идемо према обновљеном Торњу. И поред страха од висине код једног планинара, на наговор групе нико није одустао од изласка на видиковач на 122. метру, одакле је велицанствен поглед!

Силазак смо започели и завршили западном страном Авале до пред поднојжа планине и до извора Савинац. Код овог извора, у „дебелој“ хладовини дубоко у шуми је последње одмориште пред растанак. На овом одморишту смо сумирали утиске, задовољни пређеном маршрутом од 16km!

Мој најјачи утисак је компактност групе, подела одговорности и то да је група као један изашла на крај свим изазовима у освајању планине. Овакав излет је препорука за све, а поготово за оне који су скоро изашли из интезивне фазе лечења, јер је ово, чини ми се, један од најбољих начина за комбинацију напора, разговора и размену искустава са паметним људима, који ће вам помоћи да истрајете у намери да будете здрави.

Марко Ђелић

Извештај о раду Планинске секције

Основна активност Планинске секције је организација излета и дружења у природи за чланове Клуба и чланове њихових породица. Радом у Секцији чланови Планинске секције раде на себи и променама које су неопходне у циљу изградње модела здравог функционисања, како у породици тако и у широј друштвеној средини. Посебно треба истаћи да активности Планинске секције, које су већим делом ван просторија Клуба, омогућавају отклањање последица болести, посебно породичних последица и последица на децу.

Рад Секције је заснован на тимском раду њених чланова уз високи ниво терапијског понашања. Организацији излета приступа се одговорно. Пре израде плана излета, претходе припремне активности. Оне обухватају избор локације и прикупљање података о интересантним догађајима везаним за дату локацију. Тек након тога се ради извиднице и приступа се изради детаљног плана излета. Намера нам је да ови излети поред рекреативног имају и едукативни значај. Обиласком културно- историјских споменика, којима наша земља обилује, ми обнављамо стара сазнања и стичемо нова.

У протеклом периоду мај 2018 – мај 2019. године, Планинска секција се значајно кадровски појачала приступањем нових, млађих чланова, који су активни и већина и поред обавеза редовно учествује у активностима, како у Клубу тако и на излетима. То нам је омогућило да држимо темпо од једне активности (излета или шетње) месечно. То су биле следеће: "Састанак клуба у природи" у организацији Извршног одбора 20.05. 2018. са нашим члановима, "Дружење са новосадским клубовима" 17.06. 2018. године такође у организацији Извршног одбора са значајним учешћем Звездане Михајловски и породице Пешић, "Излет АДА" 26.07. 2018., чији су организатори били Звездана Михајловски и Момир Антић, "Обилазак археолошког налазишта у Винчи" 26.08.2018, који су организовали породица Пешић и Момир Антић, "Излет Авала" 23.09.2018. у организацији породице Инђић и Момира Антића, "Шетња Гардош" 28.10. 2018. у организацији Ружице Инђић и Звездане Михајловски, "Чај на Калемегдану" другог јануара 2019. у организацији породице Инђић и Момира Антића, "Шетња око језера на Ади" 24.02. 2019, коју су организовали породица Пешић и Момир Антић и поново "Излет на Авалу" 31.03.2019. са новим учесницима и у организацији породица Инђић и Пешић.

Осим тога чланови Секције су одржали и неколико централних тема на Клубу:

- „Стари град Ужице“ - Момир Антић 23.08.2018.
- „Мој Златибор“ - Момир Антић 13.09.2018.
- „Земун“ - 22.11.2018, заједничка централна тема Звездане Михајловски и Ружице Инђић
- „Улога шаха у лечењу алкохолизма“ - Момир Антић 07.02.2019.
- „Улога кућног љубимца у лечењу“ - Ружица Инђић 14.03.2019.

О неким од наведених активности и неке од тема можете прочитати и у посебним прилозима у листу.

Садашњи стални чланови Планинске секције су: Звездана Михајловски, Душица Лакић, Ивана Лакић, Стојан Крантић, Момир Антић, Бранка Тодоровић, Ленче Станојковић, Миодраг Станојковић, Ђорђе Пешић, Милосавка Радош, Татјана Јовичић, Јелена Стевановић, Ружица Инђић, Чедомир Инђић и Наталија Недељков.

На крају желим да позовем све чланове клуба који желе да савесно раде на свом лечењу, да се придрже раду Планинске секције. Само активном радом ћемо успети да ублажимо и отклонимо последице које је ова опака болест оставила на нас и наше породице.

Момир Антић

Извештај о међуклупским активностима од маја 2018. до маја 2019. године

Секција за међуклупску сарадњу је осмишљена ради одржавања контаката са другим клубовима лечених алкохоличара у Србији, праћења рада и ангажовања у активностима и организацији других клубова. Секција редовно извештава Извршни одбор о својим активностима и позива представнике других клубова ради заједничких активности и размене искустава.

Секција за међуклупску сарадњу ни у овом периоду (мај 2018. – мај 2019.) није имала своје чланове, тако да су чланови Извршног одбора Владимир Поповић, Момир Антић и Марко Ђелић и члан Секције за прихват нових пацијената Вук Ђелић, својим радом одржавали међуклупске активности учествујући на годишњим скупштинама других клубова лечених алкохоличара.

Почео бих хронолошки са Клубом успешних лечених алкохоличара „Здрав Живот“ из Београда, који је 9. јуна прошле године обележио 20 година рада Клуба, па скодно томе нису много издавани резултати претходне године, већ свеукупан рад Клуба. Пре почетка радног дела Скупштине одата је пошта преминулим члановима Клуба, а затим је уручена честитка проф. Седмаку, после његовог предавања.

Затим прелазимо на Клуб лечених алкохоличара „ЛАВ“ из Ваљева, који је 16. јуна прошле године одржао 29. Годишњу скупштину, што значи да је основан 29.02.1989. и представља један од старијих клубова. Гости Скупштине добили су захвалнице и по премерак листа Клуба „Глас Лава“ са интересантним садржајем и темама.

У суботу 27.10.2018. смо сви заједно (чланови Извршног одбора и ја) присуствовали Годишњој скупштини клуба лечених алкохоличара „Горњачка“ из Београда. Одржана је у просторијама Специјалне болнице за болести зависности у Драјзеровој, која је и матична установа Клуба. Клуб „Горњачка“ је међу најстаријим клубовима у Србији и основан је један месец након нашег клуба. Поред извештаја, прочитана су и два припремљена рада пацијената.

Клуб лечених алкохоличара „Грабвица“ из Новог Сада је 1. децембра 2018. године одржао своју јубиларну 50. годишњу скупштину, којој је присуствовао само један наш члан ИО, Момир Антић. Напомињем да сва три новосадска клуба („Дунав“, „Младост“ и „Грабвица“) деле исте просторије и имају договорен распоред састанака. Клуб је основан 1968. као први у Војводини и трећи у Србији (после нашег клуба и „Горњачке“). Тема Скупштине је била „Значај клуба у процесу лечења од алкохолизма“ а наш представник Момир је поред осталих учествовао у дискусији, износећи лична искуства.

СТКЛА „ВМА“, у суботу 08.12.2018. је одржао 41. годишњу скупштину. Скоро свака ставка дневног реда је пропраћена занимљивим музичним извођењем. Тема Скупштине је била „Алкохолизам и наркоманија у руралним срединама“ др Игора Радуловића, психијатра Војномедицинске академије. У дискусији се, између осталих представника клубова, укључио и наш представник и члан ИО Владимир Поповић, који је похвалио Скупштину и дао конструктиван коментар на тему.

У суботу 15.12.2018. члан Извршног одбора Момир Антић је, поново сам, као представник Социотерапијског клуба лечених алкохоличара „Палмотићева“, отпутовао у Нови Сад на 31. Годишњу скупштину Клуба апстинената „Младост“. Извештај о раду Клуба и план рада су били прецизни, концизни и врло кратки. То је надокнађено изузетним предавањем др Снежане Недић, које је трајало скоро сат, на тему „Алкохолизам и органи за варење“.

Клуб лечених алкохоличара „Земун“ је одржао своју годишњу скупштину у суботу 23.02.2019. Имао сам част да, поред два члана Извршног одбора, Момира Антића и Владимира Поповића, присуствујем њиховој 35. годишњој скупштини, која је протекла у пријатној атмосferи. У излагању годишњег извештаја Клуба сазнали смо да се у КЛА „Земун“ плаћа месечна чланарина. На тему „Повезаност насујут зависности“ Милана Јанковића, дипл.психолога, поред представника нашег клуба Владимира Поповића, укључили су се у дискусију сви присутни представници клубова.

У суботу 06.04.2019. сам, заједно са члановима Извршног одбора Момиром Антићем и Марком Ђелићем и нашим терапеутом дипл.спец. педагогом Слађаном Милошевићем, имао част да присуствујем 45. Годишњој скупштини Клуба апстинената и анти-

алкохоличара „Скела“. На предавање др Седмака, које је пропрано великом аплаузом, у дискусију се укључио велики број представника клубова, укључујући и Момира Антића, који је у име нашег клуба похвалио рад Скупштине и дао конструктиван коментар на предавање.

Клуб „Дунав“ Нови Сад је 11.05.‘19. на својој 23. годишњој скупштини обележио и 26 година постојања. Председавајући Дарко Јанковић је оценио да је одзов клубова добар, али да је ипак очекивао долазак више клубова из Београда. Скупштина је прошла успешно и на крају, као што то и обично бива на годишњим скупштинама клубова лечених алкохоличара, уследило је дружење уз ручак.

То био све за сада што се тиче међуклупских активности, а ми очекујемо представнике клубова на нашој годишњој скупштини, како би им узвратили гостопримство на најбољи начин.

Вук Ђелић

Чај на Калемегдану

„Чај на Калемегдану“ је традиционална активност Клуба која се у парку Калемегдан одржава последњих двадесет година, колико ја памтим, а чуо сам од старијих чланова и знатно дуже, с тим што је претходна локација била на Авали. Иако је то активност Клуба, организацију скоро искључиво преузимају чланови Планинарске секције. Датум одржавања је другог јануара, а почетак у једанаест часова пре подне састанком учесника испред Уметничког павиљона "Цвијета Зузорић". За све време мог рада у Клубу није се догодило да буде одложена, без обзира на временске прилике. Ова чињеница говори о великом значају оваквог сусрета.

Изабрани датум симболично значи нови почетак, а значајно је да чланови Клуба једни другима честитају Нову годину, након честитања током дочека у породици. Такође, за оне чланове који су у време болести проблем имали управо у току разних слава и славља, ова активност помаже одржавању здравог стила живота. На „Чај на Калемегдану“ долазе и чланови Клуба који дуго година нису активни и увек без изузетка питају како смо и шта има ново. Након честитања обилази се парк и упознајемо се са објектима поред којих пролазимо. Причу о објектима је пожељно да припремају и излажу чланови Културно-информативне секције. Ова штетња углавном траје око један сат, а траса се према алтернативном плану прилагођава временским (не)приликама. Завршетак је традиционално код Диздареве куле, односно Народне опсерваторије астрономског друштва "Руђер Бошковић", с обзиром на погодно место за освежење и окрепљење као и дружење. Освежење и окрепљење подразумева чај, а понекад, када је Дечија Нова година сасвим близу календарске и преостале слане и слатке прилоге. Иначе, ђаконије припремају организатори или задужени чланови Клуба.

Ни ова година није била изузетак. Определили смо се за класичну туру обиласка Споменика захвалности Француској, Фонтане Рибар, Музичког павиљона, Великог степеништа, Гробнице народних хероја, Краљ капије, Великог или Римског бунара, Дамад Али-пашионог турбета, зграде Завода за заштиту споменика културе града Београда, Макете замка Деспота Стефана Лазаревића, Чесме Мехмед паше Соколовића и Спомен плоче одбране од Турске. О сваком од објекта је припремљен краћи текст, осим за Споменик захвалности Француској који је постављен пре нешто више од 88 година и о коме сам нашао подужији текст историчарке Зорице Јанковић, кустоса Историјског музеја Србије. Учествовало је укупно тринаест чланова од тога четврто старијих. Нажалост, време је било најнеповољније могуће, дувао је врло јак и хладан ветар. Није нам покварио расположење, али смо ипак скратили дружење на крају да неком не би пресео почетак Нove године.

Момир Антић



Сусрет са новосадским клубовима

Традиционално, у јуну, већ низ година, одржава се дружење и заједнички излет са новосадским клубовима лечених алкохоличара. Тако смо и прошле године, уз обострано задовољство имали прилику да обиђемо два споменика културе и природе: Ботаничку башту и Музеј Јована Цвијића.

Гости смо сачекали у просторијама Клуба, а затим се по утврђеном плану упутили у Ботаничку башту, где смо уз стручно вођење уживали у овом споменику природе. Башта је на садашњем месту од 1890. године, на некадашњем имању Милана Обреновића. Имање је поклонио граду, тј. Високој школи, са жељом да носи име Јевремовац, у знак сећања на његовог деду Јеврему Обреновићу, који је био поштовалац науке.

У башти се налази око 1000 биљних врста. Обишли смо стаклену башту која се састоји из два дела спојена централном куполом и простира на 500 квадратних метара. Конструкција стакленика је израђена у Дрездену. Упознали смо многе биљне врсте, од биљака са наших простора до разних тропских врста и егзотичног цвећа.

Јапански врт, који је донација владе Јапана, обилује необичним и дивним врстама попут јапанске трешње.



У Музеју Јована Цвијића

Након лепе шетње кроз башту, пуни утисака да се налазимо у прелепом великом парку пуном дрећа и птица, а не у центру града, упутили смо се у Музеј, породичну кућу Јована Цвијића, великог српског научника и географа. Кућа је сазидана 1905. године, а 1963. је проглашена спомеником културе. Јединствена је по унутрашњој декорацији, јер је изграђена у националном стилу. У кући се налазе Цвијићеви рукописи, књиге, преписке, фотографије, географске карте, атласи, као и лични предмети. Уз стручно вођење имали смо прилику да се вратимо у прошлост и чујемо о Цвијићевом проучавању земљишта Србије и Балканског полуострва, као и да се упознамо са његовим научним радом.

Након обиласка Музеја кренули смо ка дворишту Института за ментално здравље, где смо послужили ручак нашим гостима. Уз поподневну кафу уследио је разговор и размена искустава у активностима клубова. Гости су изразили своје задовољство посетом и позвали нас на дружење у Новом Саду.

Лично, провела сам један диван, незабораван дан, са драгим људима и увидела да свака активност у Клубу доприноси истрајности у лечењу, као и лепшем и здравијем начину живљења.

Звездана Михајловски

Извештај о спортским активностима од маја 2018. до маја 2019. године

И ове године као и претходне, извештај о спортским активностима је јединствен, уместо као ранијих година одвојено о спорту и шаху у Клубу, а није ни о Спортској секцији, јер Секција не ради.

Сврха бављења спортом је пре свега побољшање здравља. Бављење шахом има различите мотиве у лечењу алкохолизма, пре свега вежбе стрпења, бржег размишљања и комбиновања, као и толеранције.

Спортски део активности је редовно играње стоног тениса једанпут недељно у спортској рекреативном центру „Шумице“ и то недељом од девет часова пре подне. Време играња зависи од броја учесника којих је било најмање два а највише пет и то углавном старијих чланова клуба. Изузетак је интерни квалификациони турнир који је одржан 30. септембра ради избора екипа за наш планирани Меморијал „Дејан Јанић“, на коме је учествовало 6 чланова. Нажалост, изабрани чланови екипе су планирали да само играју за Клуб, док их редовно учешће сваке недеље и активирање Спортске секције не занима. Потребно је повећати број учесника у наредном периоду.

У протеклом периоду је и број клубова који имају спремне екипе за стони тенис био толико мали да смо морали да прво одложимо, а потом откажемо Меморијал. Надам се да ће у наредном периоду бити могуће одржати Меморијал „Дејан Јанић“.

Што се шаховских активности тиче, наше две екипе учествовале су 26.01.2019. године на 36. бразилотезном турниру у организацији клуба „Земун“. Ове године, због изузетно лошег времена учествовала су само три клуба, па је турнир игран двокружно са укупно пет двочланских екипа, клуб домаћин и наш клуб по две екипе и клуб „Скела“. Наша екипа у саставу Драган Пеган и Слободан Митровић освојила је прво место, а Драган Пеган је био играч са највише победа на турниру. Мени ће овај турнир остати у посебном сећању због мог активног учешћа. Посебан прилог о томе у делу одобраних централних тема.

Следећи турнир је одржан 04.03.2019. у организацији клуба ВМА од 15-17 часова. И овај турнир је одржан са мањим бројем учесника, јер је померен на радни дан и у радно време уз штупо образљење организатора. На овом турниру смо имали једну екипу и то у ослањеном саставу (без најачег играча) па смо заузели тек четврто место.

Међутим, на Меморијалном турниру "Светлана Јовановић" у Ваљеву 20. априла, који је игран као појединачни због малог броја екипа (свега три), наш представник Слободан Митровић је освојио прво место са осам победа из девет партија, диплому и шаховски информатор, док је Драган Пеган освојио пето место у конкуренцији десет играча.

Ми смо организовали турнир 16. марта 2019., на коме су учествовали представници клубова „Лав“ Ваљево, ВМА, „Скела“, „Земун“, док су наш клуб представљаје две екипе. У оштрој конкуренцији екипе "ВМА" и наша "Палмотићева 2" су освојиле највише по 11 поена, али је победничка диплома додељена екипи "ВМА" због бољег скора у међусобном дуелу. Иван Вајагић из екипе "Лав" је такође добио диплому и то за најбољи појединачни резултат - пет победа и поена из шест партија.

Момир Антић



У првом плану шаховски дуел наше екипе и "Лава"

Мотивација

Бранкица Петровић -Поповић нам је кроз централне теме причала на себи својствен начин, увек надахнуто па и емотивно. Ја причам о мојном Дунаву са тврђавама на његовим обалама, а Бранкица ми одговара причом о питомој Сави која му хита у загрљај. Ја причам о зидовима који раздавају људе а она узвраћа причом о капијама које омогућавају пролаз у други свет, па ту прибегне алегорији како је њен Владимир нашао излаз из понора пакла алкохолизма и вратио се нормалном животу.

Не умемо сви да пишемо као Бранкица, да направимо причу од хлеба и масти, али то се од нас ни не очекује. Циљ игре је да повратимо способност комуникације са особама у окружењу, самопоуздање, смелост да станемо пред педесетак људи и кажемо им шта имамо. Ја трему не признајем. По дефиницији трема је страх од наступа пред групом људи, али зашто би се ви бојали да пред људима са којима овде сваког четвртка седите својим речима испричате своју причу. Сигуран сам да свако од вас има нешто што жели да подели са нама и да чује од нас шта ми имамо да кажемо о оном што смо чули. А избор теме уопште није велики проблем јер оне су свуда око нас. Најбољије је да за почетак испричате нешто о ономе чиме се бавите јер ту сте на најсигурнијем терену. Слушали смо како се копа руда, како се праве мостови, како се фарбају аутомобили али и како се рестаурирају ствари и како се гаји парадајз и паприка и како се дресирају службени пси.

Кад спремате тему, говорите само о оном што знате јер ћете после излагања моћи да одговорите на питања којима се тражи неко додатно објашњење или, пак, аргументовано да побијете супротна мишљења оних који, из неких својих разлога, желе да наметну свој став или чак злурадом омаловаже ваш труд. Нажалост, бројни су ови други а на још већу жалост најчешће изостаје било какав коментар, бар овде на састанку. Коментари се чују тек после на степеништу или на улицама испред Института. О томе шта се тада чује срамота ме је и да говорим.

Податке који вам недостају најћићете у литератури или на друштвеним мрежама, али ту морате да будете врло опрезни јер не смете да превидите да су мреже широко доступне и да свако може да „окачи“ шта год му падне на памет. По искуствима стручњака, тек око 90 % информација добијених са мрежа су тачне, па тако и од користи. Употребите их, пустите машти на вољу и дајте да вас чујемо, на нашу и вашу корист.

Ја сам саставио један кратак текст о баналној теми да бих показао од чега све може да се направи пита.

Чему служи субота

Питајте то било ког нашег човека и, као из топа, добићете одговор: „За купање“. Зашто баш субота? Ако

поразмислите дубље (од воде у кориту), почећете логичним редом - од средине. Среда је, логично, у средини седмице-недеље. Пре среде долазе уторак, понедељак и недеља а после среде четврти дан - четвртак, па пети - петак и онда одједном не шестак него субота. Откуд она ту? Отпет ћемо логично да размишљамо.

За почетак занемарићемо Кинезе, Инке и сличне нама тада непознате цивилизације. У средсредићемо се на наш део света, на Средоземље јер смо баш МИ богомдана да живимо у сред Земље. Е сад, који нас је Бог (или богови) дао, то је питање на које је протеком времена даван еластичан одговор. Говорећи о времену, тада живући људи осетили су потребу да га по својој мери устроје. Пошто је наша планета, као што смо одувек знали, центар свега што се око њега окреће, један окрет Сунца од свитања до свитања проглашен је за дан а период од уштапа до уштапа Месеца рачунат је за годину. Тако је Метузалем проживео 964 (месечеве) године, што кад се подели са 12 испадне тек нешто мало преко разумних савремених 80 година.

Многобошки су месеце посвећивали неком од својих богова, као на пример Јанусу, Фебу, Марсу и слично док су неки римски императори, сматрајући се полубоговима, неким месецима давали своја имена, као Јулије и Август. После је та мода из различних разлога замрла па су рачунајући од Мартовских ида задржали редне бројеве и седми месец остале септембар па редом до десетог децембра.

Монотеисти се нису петљали око месеца, прихватили су да их има 12 од ида до ида и то је сада била година, али која по реду? За Јевреје требало је бројати од кад је Јехова створио свет, Латини су рачунали од подизања града Рима, за хришћане је пресудно било рођење Исуса а за муслимане прелазак Мухамеда из Меке у Медину. Узгред ћу још да напоменем да сви монотеисти имају неке своје подгрупе или секте за које верују да су баш оне ортодоксне, тј. православне и за своје уверење буквално крваво се боре. Што се тиче календара, већина оних који себе убрајају у православне рачунају време по јулијанском календару, мада су Римљани хришћане радо разапињали на крст, док католици (па и протестанти који не признају римског папу) упражњавају грегоријански календар, који је измислио један од папа који је столовао баш у Риму.

А сада бих се вратио данима у недељи. Среда је, као што само име казује, у средини седмице, онда, као што име казује, четвртак па петак и онда, сасвим нелогично, субота или на ту аномалију брзо ћу се вратити јер сад почињемо да се вртимо у круг. Пре среде је беззначајни уторак, пре уторка понедељак који нормално долази по недељи. А недеља је недеља јер се тог дана не дела - не ради. Али тако не мисле суботари, како зову католике адVENTисте, а то су они који верују у скори Исусов повратак, адVENT, па тај долазак унапред празнују, тј. не раде. Само тај „шабат“ постоји још у Старом завету где су Јевреји записали да је Јехова шест дана стварао свет а седмог дана се одмарao па се и они одмарaju на шабат - у суботу. Мужамеданци су много тога преузели од хришћана као и ови од мојсијеваца али не и овај детаљ па се они одмарaju у петак - „турски светац“.

И какве све то везе има са купањем у суботу? Једино чега могу да се присетим је да и међу алкохоличарима постоје „секте“ које се опијају само суботом да би се недељом трезниле и у понедељак испрани одлазили на посао. У току тих припрема, у суботу се, после, окупaju и можда их због тога зову „мокра браћа“.

Ратко Гајгер

Ослобођење и крај Великог рата

На данашњи дан пре једног века био је петак, 1. новембар 1918. године, 10:30 часова. Иван Живаљевић, командант Коњичког ескадрона Дунавске дивизије у саставу 1. српске армије, зауставио је ескадрон код Официрског дома, на углу Његошеве и Улице Краља Милана и послao извештај команди: "Ушли смо у Београд". Убрзо, ескадрон је избио на Кalemегдан. Последњи делови непријатељских трупа напустили су Београд у 13:00 часова.

Београд је поново био слободан! Два дана касније ослобођена је и цела Србија, а 11. новембра коначно су престала ратна дејства на свим фронтовима Првог светског рата, до тада највећег рата у историји.

Улице Београда у рушевинама и пепелу. Регент Александар Кађорђевић, главно-командујући, ушао је у ослобођени Београд тек 9. новембра. До тада још нису биле рашичишћене ни централне улице спаљеног и порушеног града, нији оспособљене покидане телефонске линије.

Шта се све дешавало у главама преживелих? Шта су све ти људи претрпели претходних година рата? Великог рата, који је почeo управо овде, бомбардовањем Београда пре четири године, три месеца и четири дана? Ко је све остао заувек на том путу незaborава (или заборава)?

Био је то епилог у завршници ратних операција на Балкану, која је почела пробојем Солунског фронта 15 - 21. септембра 1918. и трајала месец и по. Фуриозну офанзиву српске војске, брзином напредовања 11 километара дневно, извеле су 1. и 2. српска армија, са француским, британским и италијанским јединицама, наспрот 11. немачкој армији, која је разбијена код Ниша 12. октобра и 1. бугарској армији, чија су дејства престала капитулацијом Бугарске 29. септембра.

Српске снаге су у завршне борбе за ослобођење Београда и Србије преšле 22. октобра, када је непријатељ, проценујући свој totalno ослабљен положај, већ започео одступање на целом фронту. Следећих дана, у незадрживом гоњењу, у коме последњих дана готово више и није било додира са непријатељем који се повлачио, ослобођени су, један за другим, Јагодина, Крагујевац, Пожаревац, Сmederevo, Велико Граđиште и коначно 1. новембра Београд.



Један и по месец ослобађања и победе - за четири године страдања једне државе која је, јединствено у историји, морала цела да се повуче са своје територије и да 3 године функционише у избеглиштву. Та држава се ипак, као птица феникс, дигла из пепела! А иза повратка и ослобођења, остале су победе, порази и огромне жртве - 1914. године у Церској бици преко 3.000 погинулих, на Мачковом камену 800, а у победничкој Колубарској епопеји губици српске војске чак 22.000 људи, 1915. године 360.000 умрлих од пегавог тифуса, у зиму 1915/16. у повлачењу преко Албаније остало у леду планина 75.455 војника и преко 140.000 цивила, а још 8.000 од последица умрло на острву Виду у Грчкој, 1916. у крвавим борбама на Кајмакчалану погинуло 4.438 српских војника, а 1917. године 20.000 устаника и цивила побијено у Топличком устанку.

Офанзивом за ослобођење 1918. године окончано је једно херојско доба Србије, у коме је остварена коначна победа, али је погинуло или умрло од последица рата и епидемије укупно 1.247.435 људи - 402.435 војника и 845.000 цивила, трећина становништва! Београд је у Великом рату доживео две окупације, 1914. и од 1915 - 1918. године и два ослобођења - 15. децембра 1914. и 1. новембра 1918. године. Народ се није у потпуности ни опоравио од страдања у Великом рату, а после само 23 године поново је ратни пакао „закуцао на врата“. И поново тројогодишња окупација Београда и поново ослобођење 20.октобра 1944. године. И тако у историји до сада преко 40 рушења и подизања. Последње разарање је доживео 1999. године. Историја се понавља. Да ли је увек учитељица живота?

Амазонија – царство разноликости

Амазонија је регија која је по много чему занимљива и фасцинантна. На први поглед, Амазонија делује као сасвим једнолична област, као некакво непрегледно море шума, бескрајно зеленило. Међутим, у том бескрајном зеленилу крије се огромна разноликост какве нема ни на једном другом месту на свету. У Амазонији живи највећи број биљних и животињских врста на Земљи, а за многе од њих вероватно још увек и не знамо, будући да се сваке године откривају нове. Можда је још фасцинантије то што се у овој области на сваких неколико година открије и понеко дотад непознато индијанско племе, које је претходно живело изоловано, без контакта са савременом цивилизацијом. У Амазонији живи преко 300 хиљада индијанаца груписаних у многобројне пл-менске заједнице, од којих свака чува своје обичаје, језик и културу. Они углавном живе у руралним пределима, тј. у омањим селима усред џунгле или поред Амазона, односно поред неке од његових притока. Насупрот том руралном и скоро нетакнутом свету стоји модеран урбани свет, а посебно два бразилска велеграда: Манауси Белем до Пара. Овде ћемо причати управо о тим разноликостима које красе Амазонију: о биодиверзитету, о шароликости индијанских народа и њихових култура, али и о градском животу у мегалополисима окруженим џунглом. Но, упознајмо се најпре са основним подацима о Амазонији.

Амазонија, позната и под називима Амазонска прашума, Амазонска кишна шума или Амазонска екваторијална шума, представља област која обухвата шуме које се простиру у басену реке Амазон у Јужној Америци, на око 7 милиона квадратних километара. Око 60 одсто ове области налази се у Бразилу, око 13 одсто у Перуу, а остatak у Колумбији, Венецуели, Еквадору, Боливији, Гијани, Суринаму и Француској Гвајани. Река Амазон, по којој је цела област и добила име, једна је од најдужих река на свету, са преко 6.900 километара и са преко хиљаду притока. Због тих њених карактеристика, Амазонија је област са највише слатке воде на планети - на ушћу реке Амазон у Атлантски океан, море уопште није слано чак стотинама километара од обале. Осим богатства водом, Амазонија је, пре свега, богата шумом и осталом вегетацијом, па отуда и њен надимак: Плућа света. А њен званичан назив свакако потиче из језика индијанских племена која тамо живе хиљадама година.

Амазонија се налази у појасу екваторијалне климе, која је веома топла и екстремно влажна. Температура у току године веома мало варира и креће се око тридесетог подељка Целијусове скале. Влажност ваздуха је већа него у било ком другом делу света. Количина падавина може прећи и 3.000мм годишње.

Тле у Амазонији је релативно сиромашно минералима и осталим хранљивим материјама за узгој пољопривредних култура. Зато народи који тамо живе већ миленијумима никад нису развили ратарство и сличне пољопривредне гране. Упркос тој одлици амазонског тла, већ деценијама уназад постоји тенденција сече амазонских шума, како би се ослободиле огромне површине тла да би се потом на њему развијала пољопривреда. Међутим, ако изгубимо амазонске шуме, изгубићемо плућа наше планете. Владе држава које обухватају Амазонију предузеле су неке мере усмерене на спречавање сече амазонских шума, али је јасно да те мере ни приближно нису довољне и да се још много тога мора урадити да се плућа наше планете спасу.

Амазонија, позната и под називима Амазонска прашума, Амазонска кишна шума или Амазонска екваторијална шума, представља област која обухвата шуме које се простиру у басену реке Амазон у Јужној Америци, на око 7 милиона квадратних километара. Око 60 одсто ове области налази се у Бразилу, око 13

одсто у Перуу, а остatak у Колумбији, Венецуели, Еквадору, Боливији, Гијани, Суринаму и Француској Гвајани. Река Амазон, по којој је цела област и добила име, једна је од најдужих река на свету, са преко 6.900 километара и са преко хиљаду притока. Због тих њених карактеристика, Амазонија је област са највише слатке воде на планети - на ушћу реке Амазон у Атлантски океан, море уопште није слано чак стотинама километара од обале. Осим богатства водом, Амазонија је, пре свега, богата шумом и осталом вегетацијом, па отуда и њен надимак: Плућа света. А њен званичан назив свакако потиче из језика индијанских племена која тамо живе хиљадама година.

Амазонија се налази у појасу екваторијалне климе, која је веома топла и екстремно влажна. Температура у току године веома мало варира и креће

Уништавањем амазонске прашуме не губе се само површине под дрвећем, већ много више од тога. Наиме Амазонија у себи крије највећу разноликост флоре и фауне на свету. Она је дом за око 2,5 милиона врста инсеката, десетине хиљада биљних врста, две хиљаде врста птица, три хиљаде врста риба, 428 врста водоземаца, 378 врста гмизаваца и на стотине хиљада врста бескичмењака. Међутим хиљадама биљних и животињских врста дакако има и многих које представљају праву опасност по човека. Често су такве животиње јарких боја, необичних за њихово природно окружење, као да је сама природа тиме хтела да упозори да се ради о опасним врстама. Једна од најпознатијих је жаба Dendrobates leucomelas, црно-жуће боје, која живи на дрвећу близу реке. Ова наизглед симпатична жабица ствара отров од лептира којима се храни, а затим га лучи путем коже. Код човека за кратко време може довести до атријалне фибрилације, која доводи до престанка рада срца. Још једна од најдакле познатих опасних животиња Амазоније је речна риба пирана. Она поседује велику вилицу која јој омогућава најснажнији загриз међу речним рибама. Супротно веровању људи који не живе у Амазонији, пиране не нападају људе тако често, нити њихови напади остављају озбиљне последице.

Много су нам привлачније оне врсте које нам не представљају опасност, а уз то су и пријатне за око и ухо. У амазонским шумама живи на стотине врста папагаја, различних величине, боја и осталих карактеристика. Једна од најпознатијих је арараканга, код нас позната као папагај ара. Позната је по јарким бојама и разноврсним мелодијама своје песме. Интересантно је видети како небом лети пар папагаја. Такав призор може бити веома романтичан, посебно када знамо да су ове врсте искључиво моногамне, тј. да се везују за једног партнера за читав живот.

Амазонија је и област која садржи огромну етничку и културну разноликост. Према попису из 2010. године, у бразилском делу Амазоније живело је 306 хиљада индијанаца. Они су груписани у 6 великих етнојезичких група, а свака од тих група садржи више појединачних племенских заједница. Неке од заједница су готово сасвим осавремењене и њихов начин живота подсећа на сеоски живот из било које друге области на свету. Међутим, можда су много занимљивија она индијанска племена у Амазонији која су изолована од савремене цивилизације. Зато њихови припадници и не знају за савремени начин живота и живе исто онако како су живели њихови преци хиљадама година уназад. Нека од племена су и даље на цивилизацијском ступњу каменог доба, не знају за ватру и углавном се баве сакупљањем плодова. Друга племена, пак, достигла су ступањ бронзаног доба, тако да се баве и пољопривредним пословима, а најчешће риболовом.

Сирмијум

Рођен сам, одрастао, живим и радим у Сремској Митровици, некадашњем Сирмијуму (Sirmium). Упознавши његову богату прошлост, читањем, слушањем од старијих људи и људи који се баве историјом Сирмијума, одлучио сам се за ову централну тему.



Остаци Царске палате

Историја

Сирмијум је почeo да се развија на ушћу Босута у Саву, на јужним обронцима Фрушке горе, у I веку наше ере. Претпоставља се да су га основали Илири. Захваљујући реци и речној пловидби, град се брзо развијао и растао. Седам владара Римског царства рођено је у самом Сирмијуму: Трајан Деције, Аурелијан, Проб, Максимијан, Хостилијан, Констанције II и Грацијан. Град је у периоду од I до IV века нове ере био седиште римских провинција: Панонија, Доња Панонија и Панонија Секунда, седиште Префектуре Илирик, повремена царска резиденција, епископски центар и моћни логор легионара који су бранили царство од упада варварских племена. Постао је престоница Римског царства 1. марта 293. године за време владавине Галерија и био је престоница неколико деценија. У IV веку помиње се као најлепши и најбогатији град Илирика.

У периоду од IV до VI века наше ере напредак Сирмијума су прекинули, тада чести, напади варвара: Гота, Хуна и Гепида. Завршни ударац развоју града задали су Авари 505. године. После њиховог разорног напада становништво је побегло, а Сирмијум запаљен, због беса освајача што нису опљачкали град колико су мисили. Становништво које није успело да се спасе, односно напусти град, масовно је закопавало, што у земљу, што у видине кућа, све своје богатство, мислећи да ће га тако сачувати за себе, за случај да се једног дана врате. На њихову жалост, то се није остварило – многи су побијени, а многи помрли од различитих болести и глади. Они који су успели да напусте град, никад се нису вратили, проводећи свој век у избе-глиштву, већина у граду Пулама.

Сирмијум је имао два моста којима је била премоћиена река Сава, на шта указују историјски извори. Мост Ad Basante (према Босни) налазио се на нешто севернијој траси од стагор понтонског моста у Сремској Митровици. Артемидин мост се налазио у близини данашњег пешачког моста који спаја центар Сремске и Мачванске Митровице. На том мосту су 304. године, због проповедања хришћанства, погубљени први епископ Сирмијума Иринеј и његов ђакон Димитрије, са многим сирмијумским мученицима. После 313. године Сирмијум постаје важан хришћански центар. До сада је на локалитету Сирмијума откривено осам ранохришћанских храмова, од којих су најпознатији они посвећени Светом Иринеју, Светом Димитрију и Светом Сиу.

У средњем веку, када је обновљен, град је постао познат као град Светог Димитрија, по коме је данашња Сремска Митровица добила име. Најстарија откринута хришћанска црква у нашој земљи (данас конзервирана у остатцима) налази се такође на локалитету некадашњег Сирмијума. Пронађени су остаци базилике Светог Димитрија из 5. века, који се налазе у самом центру Сремске Митровице и то само мали део, 10 – 15% некадашњег објекта.

Тачно на месту некадашњег сирмијумског Артемидиног моста, 1993. године подигнут је најдужи висећи пешачки мост у Европи. По једном од погубљених мученика, Светом Иринеју, мост је добио и име. Тако је и по овоме Сремска Митровица позната у Европи, па и свету.

Археолошка истраживања

Археолошким истраживањима открiven је велики део старог Сирмијума. Град је био простран, окружен бедемима и рововима унутар којих се налазила царска палата. Истраживања спровођена од средине XX века открила су делове хиподрома, као и више луксузних кућа и вила украсених фрескама и мозаицима. Видљиви су остатци јавних купатила, некрополе, хореума, трговачких и занатских центара. Данас се антички остаци великим делом налазе испод савременог града и само су делимично презентовани, колико то допушта простор археолошких ископина, које се налазе између зграда. Фреске и скулптуре које су пронађене на 74 локалитета у Сирмијуму, доказују да су их радили прворазредни уметници и декоратори, доведени по препоруци и знању из свих крајева Римске империје.

На локалитету Глац, недалеко од Сремске Митровице, налази се још неископана палата императора Максимијана Херкулија, подигнута на месту где су му родитељи радили као надничари на имању једног римског колона. Приликом изградње Хијуршког блока, пронађено је монументално Јупитерово светилиште са преко осамдесет жртвеника, што је друго по величини у Европи. Остаци Царске палате су 2008. године заштићени „ламинарним шатором“. На површини од 2.500 квадратног метра је изложен 250 квадратних подних мозаика. На многим местима мозаици су у три слоја, што говори о обнављању царске палате са сменом владара. Откопавања палате почела су 2017. године и повремено, захваљујући донацијама разних држава, на првом месту Канаде и Француске, врше се делимична и краткотрајна ископавања.

Становништво

У времену кулминације моћи града (IV век), Сирмијум је у једном тренутку имао и преко 100.000 становника, што би у данашњем времену одговарало статусу и значају Лондона.

Сирмијум је један од ретких градова, осим самог Рима, у којима су регрутовани припадници елитне преторијанске гарде, која је била лична гарда императора – цара у коју су примали најспособније, најјаче и већином из редова Германа. Њима су императори више веровали него Римљанима, због бројних сплетки, сумњивих смрти и че-



Златни новчић из Сирмијума

стих убиства императора. Тако је највећи број императора владао од неколико месеци до годину дана, а све преко тога су били ретки случајеви.

У периоду Римског царства у Сирмијуму или његовој околини рођено је десет римских императора и то седам у самом Сирмијуму, а три у околним мањим местима, а осам других је боравило у њему током своје владавине (од неколико месеци до више година), због владарских обавеза или планирања и вођења војних похода. Најмање два императора умрла су у граду од последица заразе кугом.

Римски цар - филозоф Марко Аурелије умро је у Сирмијуму, а не као што се у филмовима и добром делу историјске литературе наводи, у Виндобони (данашњи Беч). Као доказ за ту тврђњу узимају се списи римског писца Херодијана, који изричito наводи да је цар Марко Аурелије умро у Сирмијуму од куге 180. године, где је и спаљен, а пепео му је пренесен у Рим. Други писац Филострат је naveо да је град служио као полазна тачка и главни штаб у рату против Германа. Ове тврђње поткрепљује чињеница да је у тренутку смрти цар водио рат против германског племена Маркомани, које је тада насељавало територију данашње Бачке и које је у оно време било највећа опасност за Сирмијум и Римску империју. Спис који је саставио Филострат веома је значајан и као најстарији писани помен Царске палате у Сирмијуму, што не значи да она и пре тога није постојала, јер је и цар Трајан зиму 100. / 101. године засигурно провео у градској палати. За Виндобону, као за место смрти цара, нема ни један историјски доказ, осим проналaska Аурелијевих списка, мада су делови истих списка (неке врсте дневника филозофских размишљања) пронађени и у другим местима. Иако историчари једногласно напомињу да је те списе („Самоме себи”, у оригиналу „Ta eis heauton”) Аурелије писао у Сирмијуму, филмски режисери су до данас остали неумољиви. На душу им се ставља и проглашавање његовог сина Комода за злниковца, иако је био миљеник народа и владао чак 13 година. У холивудском филму „Гладијатор”, Комод је дат као да је лично убио свог оца и да је био неспособан, али охол и убица.

Ковница злата

Године 1887. биле су познате и сачуване само три златне и једна сребрна полула са ковничком ознаком града Рима. Али поменуте године дошло је до великолепног открића у месту Буџе код Брашова у Румунији. Том приликом пронађено је чак 15 златних полула са ковничким ознакама Сирмијума. Тежина полула се кретала од 327 до 524 грама, а данас се исте чувају у трезорима музеја у Лондону, Паризу, Бечу, Будимпешти и Напуљу, где су доспеле трговином антиквитетима. Све полуле биле су обележене са три печата: један је садржао имена функционера ковнице и контролора чистоће злата, други је био грб града Сирмијума (богиња Фортуна са ознаком СИРМ), а на трећем су била попрсаја тројице царева: Грацијана, Валентинијана II и Теодосија I Великог. Сирмијумске полуле одају нам и податак о количини злата која је прошла кроз сирмијумску ковницу, основану још у време Марка Аурелија, с обзиром да је пронађен калуп за реверс његовог денара. Између 320. и 326. године, у време Константиновог управљања царством из Сирмијума, у градској ковници кован је само златни новац, и то у две официне. Једна официна је имала 56 ковничких места, што значи да је у Сирмијуму у том тренутку било 112 ковничара. По рачуницама стручњака, један ковничар је могао дневно да искује 1800 комада новца, што говори да је сирмијумска ковница избацivala 201.600 примерака златних солида. Помножено са 6 година рада, то даје цифру од 441.504.000 солида који су били тешки у просеку око 5 грама. Из поменуте рачунице произилази да је у Сирмијуму,

за ковање новца, утрошено више од 2.207 тона злата. И овај податак иде у прилог јединствености Сирмијума на нашим просторима, а и чињеници да је појединим императорима било важније да освоје Сирмијум и ту задобију поверење грађана и војске, него да то ураде у Риму. Нажалост, податак о количини искованог злата у сирмијумским ковницама највише је привлачио тзв. „дивље копаче“ и трговце на црном тржишту, који су последњих деценија XX века начинили огромну и неповратну културну и материјалну штету, не само Сирмијуму (Сремској Митровици), већ и целокупној културној баштини Србије.

Хиподром

Испод данашње Сремске Митровице, на локалитету некадашњег античког Сирмијума, налази се једини неископани римски хиподром на свету, саграђен почетком IV века царским указом цара Константина или цара Лицинија. Огромна грађевина, дужине око 450-500m и ширине 150m, налази се у остацима, око 4 m испод нивоа данашње Митровице и простира се у широком подручју од тзв. јалијских бара на југоистоку до зграде данашњег СУП-а на северозападу, тангирајући простор Царске палате за коју је била функционално везана. Сирмијумски хиподром сматра се највећом грађевином римске античке архитектуре ван Италије! Постојање високих трибина хиподрома утицало је на формирање занимљиве теренске слике тог дела града која подсећа на дугачку „долину“, где је најнижа тачка данашња Масарикова улица, а затим се терен „пење“ у правцу југа (пут према Сави) и севера (пут према Градској гимназији). Сигурно је, међутим, да би сваки покушај ископавања целине или дела хиподрома за последицу имао рушење постојећих градских структура, од којих су многе - зграде и објекти из времена Аустро-Угарске, стари преко 100 година и под заштитом су Државе као културни споменици.

Златни новчићи

За време ископавања темеља за тада нову сремскомитровачку робну кућу, током лета 1972. године, један радник је, на око 2 m дубине ископа, случајно својим ашовом пробио зазидани кожни замотуљак из кога су испала тачно 33 златна римска новчића, која су вероватно била део заборављеног и скривеног блага неке богате сирмијумске породице. Четири пронађена новчића ископана за време владавине Констанција II, сматрају се најрепрезентативнијим примерцима касноримског доба (IV век) и непроцењиве су вредности. Радник чији је ашов изнео на светлост дана једно од највећих археолошких открића на нашим просторима, никада није награђен. Иронично, млади радник, средњошколац, који је хонорарно радио на ископу током распуста, звао се Златенко.

Златна капија

На почетку седамдесетих година XX века група археолога и ентузијаста, спонзорисаних од владе САД, понудила је општинским властима Сремске Митровице, да сагради потпуно нови и савремени град, али на другој локацији, да би заузврат добила дозволу за ископавање Сирмијума у целини. Општинска управа, под снажним притиском органа југословенске федерације, захтев није ни разматрала.

Ни најпознатији историчари и археолози нису сигурни шта све још некадашњи Сирмијум крије испод себе. Помиње се, чак, да је у Сирмијуму била „Златна капија“, што ни Рим нема, а захваљујући чему би Сремска Митровица била много богатија и што би, као јединствен проналазак и грађевина, неизмерно значило за нашу културну баштину и туризам.

Милан Сурла

Како смо појели хлеб и масти

Можда је била толико привлачна јер је доказала са тако мистичног, тамног места као што је остава, шпајз, смочница, крсти га како хоћеш, али је, брате, тамно и прохладно. На том тамном месту, са полица светлеле су нагиздане стаклене тегле са шеширићима од целофана и црвеним гумицама, у којима су се башкарила слатка од трешања са розетлом и шљива са бадемима и орасима и никад не написаним, али упозорењем свих мајки, које је лебдело у ваздуху „не дијај, то је за госте“. Из њих су као мала Сунца светлели колутови лимуна. Сенку су им правили лењи, ушећерени ćемови, у свом салто мортале положају, окренути наопако „да не буђају“ и сви заједно тако, у правилној врсти, као војници мамили. И да ли је било нешто лепше и узбудљивије него пробушити рупу на целофану и вешто красти ушећерене лимуне и дубити тајно кроз средину тегле, уз брижљиво чување обода ових шећерно-кристалних кратера да се не примети како си похарао благо.

Она је, међутим, била нешто друго. Боравила је у најтамнијем кутији оставе, шпајза, смочнице, крсти га како хоћеш. Била је бела као снег. Ту недирнути белину је чувала обавезно бордо, метална канта, та канта за масти, ти дорски стубови остава у Срба, симбол сваке благодети и обезбеђења од не дај Боже глади, сваке домаћинске куће која је иоле држала до себе.

Хлеб и масти нису били за госте, припадали су само нама. Хлеб и масти су више од хране. Сачињени од вечите бриге наших мајки да нисмо гладни, оне су биле улазница за велику журку деце из комшилука и најлуђи провод икада - играња на улици. На њима су се заснивала другарства до првог разбијеног носа и за цео живот. Они су били телепортована љубав наших бака из далека.

Главно јело и десерт. Топлина и боја који су правили атмосферу наших живота из које смо понели васпитање, грађански ред, потребу за дељењем, солидарност, осећај припадности и породичних веза и градили сигурност у ушушканости шпајза у коме увек има нечега, макар колико, мами ног ручка и недељног стола и татине сенке, за сваки случај, ако загусти, да сав битан истуриш браду и кажеш: „Пребиће те мој тата“, макар никада никога пребио није, макар те је кажњавао забраном на дан играња са децом ако тужакаш другове и кењкаш кад те звукне лопта на улици.

Хлеб и масти. Зависно од порекла родитеља, масти је улазила у наше оставе различито. Ако су бака и деда били далеко, ван града у некој својој белој кућици са баштом, кокама и понеком гудом, она је помпезно стизала, наравно у својој бордо металној кантама у пртљажнику аутобуса из...чекала ју је званична делегација наших родитеља узбуђених као да стиже председник државе и уз чашћавање кондуктера аутобуса, који је заверенички сместио овог слепог путника и његовој пријатељској, пуно разумевању за важност пошиљке „тазе хлеб, масти па мало алеве паприке...уздравље Вам било“ и кретала у свој тамни, прохладни кут уносећи са собом мирис кућа и крајева које су наши родитељи напустили заогрнути бригом оних чија су деца у великом граду. Породица, подршка, повезаност, солидарност и међу непознатим људима.

Ако су родитељи били овдашњи, па још имали среће да имају и двориште, износио се Смедеревац у двориште, пушиле су се велике шерпе - топила се масти, а тањири врућих чварака ношени су првом и другом па и трећем комшији - из пријатељства и са нестручњењем ишчекивани резултати дегустације. Кад се једном смеши у своју прохладну таму, масти је напуштала свој бордо окlop у малој белој, помало олупаној шерпи са црвеним туфнама и завршавала свој славодобитнички поход на великим кришкама хлеба, накинђурена за здравље црвеном алевом паприком - finale tuch коју су наше мајке уз задовољно цоктање посипале из малецних белих кутија са плавим патуљцима куварима.

Хлеб и масти - каква храна, цупкаш у месту од нестручњења да јурнеш на журку деце из комшилука, а не пуштају те без доручка, зграбиши кришку и - јуриш. Одмах те дочека „дај гриз“ и почине сајам мусаве деце са кришкама разног облика, напола поједеним, понеком пalom на земљу са само одуваном прашином, дежурних буџа из краја са по две кришке у рукам и - трговина. А какво је тек платежно средство била та кришка хлеба и масти: за гриз - кликер, за пола кришке - круг бициклиом, а за две...чак два круга на ролшумама које су биле најновије чудо индустрије дечије забаве. Хипер продукција кришки хлеба и масти у ударничком залагању наших мајки да деца буду сита, здрава и дебељушкаста - тада још нико није био чуо за диктат виткости, које су нестајале брзином светlosti - док нас нису жаргонски речено провалили и васпитно запретили варјачама - закон о правима деце није био ни у најави, а варјача је била рајска појава свих метода васпитавања.

Хлеб и масти - сви мусави, сви исти, сви у реду за кришку код маме код које смо се задесили, видика замагљених од несташлука, другарства, повезаности и љубави за које баш и нисмо знали да се тако зову, у контакту са својим и са свим другим родитељима деце из комшилука, са длановима окренутим на горе као доказ да смо опрали руке пре седања за мамим сто са веженим столњаком о недељном ручу и цела породица у кући - озбиљни, а благи родитељи за својим новинама, књигама, дневним обавезама, а ми - у истраживачком никада превазиђеном походу - у шпајзу - јер тамо је увек било нечега, макар колико. Довољно да знаш да ту припадаш и да си ту на сигурном.

А онда је дошла „Снежана“. У Кнез Михајлову, близу Калемегдана. Млечни ресторан - а млека нигде. Можда јогурт. Мали округли столови за којима се - стајало. Нико не седи. Сви стоје. Последњи, што би рекао мој деда Маша, модни врисак из света, како је називао све што није аустроугарска и британска империја.

Сви стоје. Испред свакога тањирић, мала салвета, кајзерица пресечена на пола, унутра шунка. И то је то. Безукусна кајзерица, још безукуснија шунка. Памтим тај укус тако безличан после оне дивне твари на оволикој кришки реш хлеба... Ни дан данас не волим ни кајзерице ни шунку. У настојању да добијемо адекватна сазнања о свему па и о навикама у исхрани, а и да са општедруштвеним напретком деци приуште

нешто што они нису имали, родитељи су нас у излазак водили у „Снежану“ на кајзерице са шунком. И тако сви – читај деца, стоје, муљају са досадом кајзерице и зевају по плафону. Нико не тражи гриз. Нико ни са ким не проговори. Нико мусав. Родитељи пију кафу. Отмено. Лично нисам подносила те кајзерице. Прво, пошто родитељи нису јели кајзерице, по први пут сам озбиљно помишљала да смо сиромашни и да тих кајзерица има само за децу. Сиромаштво је било у свим тужним бајкама, па како да једем кад сам тужна? Онда, у „Снежани“ никада није било Љубише, Лелице из улице, Белке и Звонка из ромског дворишта, првог до мог, чије су маме кувале најлепши пудинг на свету, па сам молила Бога да ме ручак затекне код Белке, да и ја, између ње и њена три брата, добијем моју чинијицу пудинга. Било ми је тужно па и досадно. Много касније сам сазнала да у „Снежану“ нису ишли сиромашни.

Да сам то знала на време, не бих појела ни једну, и онако тешком муком савладану кајзерицу. „Снежана“ - почетак отуђења, разлика, помодарства, нужних и потребних, али не и увек лепих новина. Када је ушла „Снежана“ у Кнез Михајлову почeo је да нестаје дух београдске калдрме, деце из комшилука и реда за кришке хлеба и масти код било које маме код које се задесимо. Тада смо почели да напуштамо тајновита истраживања шпајза, а богами и мамин сто са све веженим столњаком.

Онда су стигли киосци са виршлама. Е то је тек било нешто. Примаљиви мирис врүћих виршли и сенфа звао је на издају, па смо без велике гриже савести, опијени езотеријом, брзо заборавили стару љубав хлеб и маст. До Бога важни, ишли смо сами, без родитеља, до киоска на ћошку, пребрали ситниш по џеповима и са својим паром виршли и сенфом на носу победоносно шетали поprotoарима до куће. И док смо пре, са првом уличном храном хлебом и машћу, такође јурцали по улици – нисмо били важни, то је било ништа, сви смо били исти и сви испред маминог креденца, сада смо до хране долазили сами – и тако смо се и не знајући одвојили и од маме и од креденца и од кухиње и породичног стола са све веженим столњаком. Признајем, на виршле сам била слаба. Ја не волим виршле. Ни тада ни сада. Али тај деда Машин последњи врисак из света сам помодно следила – била сам заљубљена у ту моју ситину на длану, у то стање у реду на киоску и тај „фазон“. Уз то морам одати признање виршлама – да није било њих, пола Правног факултета и ја једна приде, помрли би од глади за тих 4-5 година рвања са *actio paulianama, res iudicatama i dolus malama in apstrakto.*

Са виршлама смо полако напуштали доручак, па и ручак у кући. Брига да не будемо гладни и да ли смо јели, спала је са плећа наших родитеља и пала на румене теткице у киосцима. И опет одвајање, напуштање, одсуство присности и повезаности – јер имали смо већ велики разлог мање да будемо код куће. И са онима код куће.

А онда се преко границе, ушуњао и мирис опште пошасти - pizza. Са фармеркама из Трста дискретно, али без одступања, стигла је и она. Оригано и босиљак завртели су нам мозак. Били смо опседнути. Скупљали смо се увече не да играмо фоте или правимо журку, већ да правимо – pizza. Сви су правили – pizza. И дечаци. Главни лик у друштву више није био тип који је

имао најбољу музiku и читao неке чудне књиге већ тип, најчешћe старији брат најбоље другарице, који је правио - pizza. Са оригиналним ориганом и босиљком донетим из Трста, шаптало се док смо зурили у рерну не могавши да сачекамо да то чудо кулинарства (сиромашка храна, али то тада нисмо знали) стигне и у наш тањир. Али није се ту зауставила, не није она била агресивна, ми смо били прво радознали, па скоројевћки помодни, па алави, па комотни и, то је можда једино оправдано, јер више нисмо имали време – ни да чекамо бордо метали саркофаг ужитака и благостања по аутобуским перонима, ни да венке хлеба претварамо у безброј кришки хлеба намазаних машћу шпалиру мусавих другова и другарица наше деце која су се, ето данас, затекла у нашем дворишту, ни да кувамо ручак, а о разношењу тањира чварака комшијама и вежењу столњака за недељни ручак и да не говоримо. Јер једино што човек има у животу – време, полако али сигурно понестаје. Као да га је похарала организована злочиначка организација. А ми поједосмо хлеб и маст...

И тако је, много пре избора правог пута – одласка у Европу, у којој смо, узгред буди речно, колико ја знам основну географију, одувек и били, глобализација стигла и у Срба.

Цивилизацијски и технолошки напредак је нужан и природни след људске потребе да ствара и, најкраће речено, олакша себи живот, па чак ако то некад подразумева и гомилу глупости којима се потпуно непотребно оптерећује. Све шарено што око види, жива душа пожели, па му то дође као некакав алиби свеукупног људског рода, осим кад претера па себично уништи и планету и живи свет око себе, што је нажалост, готово привео крају.

И у природи је човека, такође, да себи олакша душу, па се утеши свеприсутним, очигледним разлогом – цивилизацијски напредак.

Али заборав... тамни вилајет у коме погубисмо близрост, солидарност, потребу да делимо, а не да само стичемо, топлину, радост једног стакленог кликера под јастуком и понизност пред нечим много већим од нас самих. И неки ћаво нам не да мира. Нисмо срећни. Ни мирни. Можда би нас, кад затворимо лабтоп, између два престижна летовања на егзотичним дестинацијама, у нашој smart згради, повремено мало топлине и осећаја припадности, резанци у топлој супи о недељном ручку постављеном на столњаку који су заједно везле бака и мама, за столом за којим смо сви – и дигитално описмењени и они који су још учили аз, букви, веди, коса танка, усправна дебела, док нам се око ногу мота кућна маца или пас, чланови породице, које смо једнако волели и без Закона о добробити животиња, усрећили и – смирили.

А хлеб и маст... сетили смо се... румене се од млевене црвене папrike, кришке домаћег хлеба намазане домаћом машћу са лифлета, флајера, туристичких проспеката ЕКО туризма, очајничког покушаја заблуделе, напредне цивилизације да стане ногом понекад и на земљу или чак и на траву која на ливаду није стигла увијена у ролну и да удахне ваздух који није убацио компресор. Хлеб и маст... главни кулинарски адут и туристичка атракција. Све смо побркали....

Бранкица Петровић-Поповић

Улога кућног љубимца (пса) у терапији

Моја искуства, након непуних 5 година дружења са нашим кућним љубимцем – патуљастим шнауцером Аријем, веома су позитивна. Посебно након мого повратка кући, по завршетку интензивне фазе лечења. Иако сам се, све док он није постао члан наше породице, плашила паса и нисам схватала људе који их држе у стану. Чак сам имала и негативне коментаре кад их видим да шетају псе, док сам ја проводила време са децом у парку, као нпр: „Види опет ових кучакара...“ и сл.

Нашој породици се Ари придружио као мало штене од 3 и по месеца и одмах је, онако мали, пухнаст, збуњен и преплашен, освојио срца свих нас. Врло брзо се опустио и прилагодио, као и ми њему. А ја сам несвесно из фазе „Не дајте му да се пење на кревет!“ дошла до фазе „Дођи Ари, лези поред мене да ме грејеш.“

Укратко ћу описати његову расу:

Разиграни, весели, мудри, питоми и веома храбри патуљасти шнауцери су сјајни кућни љубимци. Ако томе додате њихов симпатични разбарушени изглед, то да изузетно воле и поштују власника, а децу и играње са њима напрото обожавају, добијамо савршене кућне љубимце, посебно погодне за живот у стану.

Патуљасти шнауцер је најмањи од свих шнауцера, а у данашње време и најпопуларнији, припада породици пинчева и шнауцера, а његов животни век износи од 12 до 14 година. Развио се током XIX века у Немачкој. Одгајивачи су тада укрштали шнауцера са мајмунским пинчом или пудлицом и добили овог преслатког пса. Шнауцер у ствари значи „мала брада“ и име су добили будући да њихова длака формира малу браду која је својствена за све шнауцере. Веома је брзо коришћен за изложбе у Немачкој, а свој посебан стандард добио је тек 1933. године. Брзо се раширио и у остале земље Европе, али и на остале континенте.

Једна од примарних особина им је интелигенција, као и издржљивост и неустрашивост. Иако су веома мали, они су и веома храбри, па се никако неће упушти ни већег од себе. Показали су се као одлични кућни љубимци, јер се одлично слажу са малом децом, која их напрото обожавају. Веома је љубазан и има изузетно мирну нарав. Познат је по свом доброћудном карактеру. Увек су разиграни и ако га поседујете никада вам неће бити досадно. Такође веома су нежни, толерантни и одани своме власнику. Ово је један живахан пас који има сјајну интуицију и поседује мудрост која му доприноси да сам схвати и научи неке ствари. Патуљасти шнауцери су препуни љубави, поготово према власнику и његовој породици. Изузетно су прилагодљиви, па погодују људима који често мењају пребивалиште. Наравно, сам одгој и васпитање у великој мери утичу на његово понашање. Они ће моћи да осете ко је какав и никада се неће исто односити према свим члановима породице. Ово је пас који воли интерактивну комуникацију, па тако често лају. Обожавају да проводе време са људима, а често ће, као знак да вас пажљиво слушају, лајати.

За ову тему сам се одлучила јер осећам да наш пас позитивно утиче на мене, као и на остале чланове породице и да нам помаже у лечењу. У овом делу ћу

причати само о Арију и мени и односу између нас двоје.

Када сам се након интензивне фазе лечења вратила у породицу, поред подршке лекара, моје секундарне породице и појединих чланова групе, увидела сам да моја борба са зависношћу није готова. Иако сам знала да се одбрамим у кризним ситуацијама и искористим стечено знање, у неким ситуацијама сам била изненађена да поједини системи одбране и отпори још увек постоје. У таквим ситуацијама је Ари увек ту негде у близини и као да у сваком моменту осети моје расположење. Посебно у тренуцима када смо нас двоје сами, када су деца у школи, супруг на послу, када ме повремено ухвати самосажаљење, осећај усамљености и страха, када се питам шта и како сад, када се деси да сам тужна, нерасположена, нервозна или било каквог другог негативног расположења, тада он као да прочита моје мисли и одмах реагује, приђе, ако стојим или ходам, скакуће на мене, гледа ме у очи, лаје, вуче за ногавицу или чарапу, као да ме зове да се играмо, а ако седим или лежим, седне или легне на моје ноге или поред мене и стави шапу на ногу, вуче моју руку својом шапом, да га мазим и чешкам и слично. Имам осећај да сваку моју реч разуме и понекад ми се учини да само што не проговори. Много пута нам је помогао код краткотрајних криза, поготову затворених. Не знам како, али он то све осети, можда и пре нас. У тим ситуацијама поглед му је нежнији и топлији него иначе и на разне начине се труди да привуче моју пажњу. Тада и ја постанем свесна да са мном нешто није у реду. Концентришем се и са пуним поверењем га ослушкујем и пратим, „разговарам“ са њим, тј. ја њему причам, а он нагиње главу, кевће, као да потврђује да ме је чуо и разумео, изађемо у шетњу, играмо се и прође све што је било лоше и негативно и што ме је притискало и оптерећивало, једноставно прође, нестане.

Чини ми се као да и над свима нама има неку позитивну моћ. На пример, ако се деси нека породична расправа или ако неко од нас из било ког разлога повиси тон, он реагује, лаје и скакуће између нас и тако нам одврати пажњу и врати на прави пут и смирен и сталожен разговор, а самим тим на лакше и брже



Ari, патуљасти шнауцер

решење било код проблема на који наилазимо. Такође и када смо опуштени и расположени, када разговарамо, нешто радимо, помажемо деци код учења, играмо се и сл. опет је ту негде између нас, уваљује се да и он учествује и да и на њега обратимо пажњу.

Једна од битних ствари је да сам ја у прошлом животу према нашем псу, као и према осталим члановима наше породице била лоша, а сада након нешто више од годину дана имам једну врсту бумеранга позитивне енергије коју ми између осталог враћа наш пас. Просто смо у размени добре енергије. У време када је моја болест била на врхунцу, Ари ме се плашио, избегавао, није ми прилазио, није махао репом... био је несрећан. А сада имамо изграђен однос као никад пре. По мом мишљењу и то ми је, између осталог, још једна потврда да сам напредовала у лечењу и даје ми подстрек да наставим даље. Посматрајући га, ја просто учим од њега, савладавам страхове. Желим и имам потребу да будем бољи човек, боља особа; ако то може ово мало биће од 5 кг, могу и ja.

Ево и сад док ово пишем, он је ту поред нас, спаја нас. Сигурна сам да је након мог повратка породици, поред свега и он увек додринео успешном опоравку свих нас. Његово понашање и однос према мени, од оног пса који ме се плашио и бежао од мене на врхунцу моје болести, до пса који ми се данас радује, верује, воли, је потврда да сам на добром, правом и исправном путу, једином за мене.

Љубав коју нам пас узврати за мало наше пажње према њему је неизмерна и безусловна. Опраштају нам наше грешке далеко више од било ког човека. У њему не видим сујету, пакост и злобу и сам тај осећај је охрабрујући. Тера ме напред. Следим га, опуштено, а и он мене и мој дух. Дружење са нашим псом навело ме да размишљам позитивно. Свакодневне шетње са њим, без обзира да ли смо у друштву других чланова породице или сами, јако ми пријају. Једном приликом, када смо нас двоје били сами у стану, имала сам отворену кризу, узнемирила сам се и узвртала по стану, он је то осетио и почeo да лаје и да ме вуче за ногавицу, скренуо ми је пажњу и разбистрио мисли, извела сам га у шетњу (ја њега или он мене, нисам сигурна) и уз његову помоћ и применом научених техника, врло брзо сам пребродила ту кризу.

За квалитетно дружење и играње са псима потребан је, осим љубави и темперамент, жар за шалом и забавом, а ако нам то недостаје, он га својим утицајем на нас буди и појачава. Претостављам да су се у овом тексту пронашли сви они који већ имају кућног љубимца, а онима који немају, топло препоручујем.

Ружица Инђић

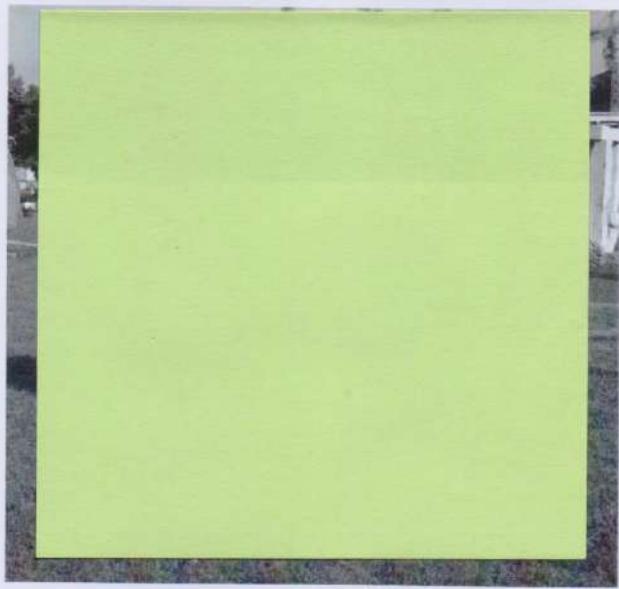
Летњи излет на Аду – моји утисци

Излет на Аду 29. јула 2018. године је био мој први излет са Планинарском секцијом и рекла бих, мој први дужи излазак из стана након клиничке интензивне фазе лечења. За мене је био један од бољих излета, не само због организације, већ и због присуства чланова моје породице. Поред чланова Планинарске секције и других чланова Клуба, на мене је највећи утисак оставило присуство кћерке Ане и супруга Чедомира. Подршка породице ми је јако важна, те су ме истом и тај дан почастовали.

Сећам се да смо уз лагану шетњу полако почињали да се смејемо и опуштамо. Момир Антић, координатор Секције и наш водич, заједно са Звездном Михајловски, лаганим темпом и уз опуштен разговор су нас водили према планираном одредишту поред језера. Ту смо се мало боље упознали са осталим учесницима изleta и постепено се опуштали током дружења. Од стране присутних чланова Планинарске секције и Клуба осетила сам размену добрих вибрација, позитивне енергије, љубавности и искрености, подршку и ненаметљивост. Купање у језеру и играње пикада, размена личних утисака и доживљаја са лечења, за мене су били погодци у мету и много су ми значили. Циљеви које сам себи задала пишући велико представљање, тим излетом су почели да се остварују и све је полако добијало смисао. Од завршне фазе лечења до изleta је прошло око два месеца и тада сам први пут осетила да осим породици, још негде припадам. Осећала сам се заштићено. Ту припадам, ту ћу и да јачам.

Топло бих препоручила овај вид дружења свима који се још нису одлучили да се приклуче оваквим и сличним акцијама.

Ружица Инђић



Улога шаха у лечењу алкохолизма

Непосредан повод за овај прилог је моје учешће у екипи клуба на међуклупском турниру у Земуну. То је била прилика да после сигурно више од десет година уопште седнем за шаховску таблу а први пут у животу играм на време, односно уз прави шаховски сат. Успео сам и да освојим два поена. Но након што су се слегли први утисци почела су сећања на шах у Клубу.

По доласку на лечење и у Клуб видео сам да чланови пре почетка састанка играју шах и то читавих сат и четрдесет пет минута. За то време могуће је одиграти доста партија које трају по пет минута свака. Такође, сазнао сам да у Клубу постоји јака шаховска секција чији су најбољи чланови (углавном две екипе) са турнира у другим клубовима доносили пехаре и плакете за освојена прва места. Поред нашег међуклупског турнира постојао је и интерни (квалификациони) Меморијални турнир "Милан Пејић" у спомен на рано преминулог члана Клуба, иначе активног члана Шаховске секције. Врхунски показатељ колики значај шаху придају терапеути био ми је када сам сазнао да је једном пациенту као стимуланс одобрено да током дневне болнице са старијим члановима оде на међуклупски турнир у Ваљеву.

Пре преласка на разлоге значаја шаха у лечењу нешто о самој игри. Не постоје поуздані подаци о његовом постанку. Највероватније је да се појавио пре више од 2.000 година. Приликом археолошких ископавања у Узбекистану нађене су две фигурице од слоноваче које припадају периоду владавине цара

Хувишке (II век). Стручњаци сматрају да су то шаховске фигурице. У V веку настала је у Индији посебна врста војне игре на дрвеној плочи - „чатурганга“, што значи четверодеони. Чатурганга је као далеки предак данашњег шаха била игра која је одражавала састав и поредак тадашње индијске војске, коју су сачињавала 4 рода: пешадија, коњица, слонови и борна кола, а у средини су се налазили раџа (краљ) и његов саветник мантрин (данашња краљица или дама). Кретање фигура одређивало се бацањем коцке. Игру су у VI веку прихватили Персијанци (чатранг), а од њих у VII веку Арапи освајањем Ирана преузели. Током наредна два века била је веома популарна у арапским земљама. Одржавани су мечеви између најбољих играча, проучена су могућа отварања (табије) и састављени су први проблеми отварања (мансубе). Халиф Харун ал Рашид је послao крајем VIII века француском владару Карлу Великом на поклон шах од слонове кости. У IX веку Арапи су је под именом „шатранџ“ пренели у Шпанију. Шатранџ представља виши облик чатурганге. Исход борбе више не одређује случај (бацање коцкице), већ логика и сналажљивост играча. Игра постиже велику популарност и шири се по европским земљама све до Исланда, а француски краљ Луј IX је 1254. године издао специјални едикт који је чак забрањивао играње шаха.

У Европи је шах усавршен увођењем рокаде и повећањем дејства краљице и ловца (код Арапа је краљица могла ићи само по једно поље укосо, а ловац је могао да скочи укосо на свако треће поље; пошто је тешко било извести мат, постојала су два начина да се победи - усамљи-

вањем противничког краља и патом, који се рачунао као победа за патира-ну страну). Са реформом су укинута ова два начина победе. Усаврша-вањем од древне чатуранге игра је попримала данашњи облик.

Настала је у XV веку када се 1497. године појавило прво штампа-но дело о шаху које је написао шпан-ски шахист Лусена. Његово дело су наставили у XVI и XVII веку шпанац Руи Лопез и италијани Полерио и Греко, све док у XVIII веку француски шаховски мајстор Филидор делом „Анализа шаховске игре“ (франц. „Analyse des Échecs“) није поставио темеље савременој шаховској тео-рији.

Шаховска такмичења могу се поделити на турнире, мечеве и тимска такмичења. О било каквом такмичењу да се ради, за победу се добија 1 поен, за реми $\frac{1}{2}$ поена, док се за изгубљену партију не добијају поени (ретко када организатори шаховских такмичења одступају од овог правила).

У шаху резултат зависи од играча и његовог противника. Јасан је циљ игре: победити или бар не изгубити. Позната су и средства и правила. Да би се победило потребно је расположива средства рационално и са што мање губитака употребљавати. Исто тако, потребна је концен-трација при праћењу потеза против-ника и предвиђање и својих и про-тивниковах потеза и то неколико унапред. Важан услов брзопотезних партија, какве се играју у клубовима лечених алкохоличара, је и време, пошто се партија губи и истеком вре-мена за размишљање. Да би се то избегло неопходно је и учење тј. упознавање са разрађеним почетним

потезима односно појединим отва-рањима. Овако уштеђено време користи се за размишљање у кас-нијим фазама партије. Значајно је и да се играњем шаха продужава „кратак фитиљ“ односно бурно реаго-вање због грешака.

Такође, дружење пре и након завршетка турнира омогућава лакше приhvатање неуспеха и схватљење противника само као противника а не и као непријатеља.

Момир Антић



Временска прогноза

Кад сам био мали још није била измишљена телевизија, па смо временску прогнозу слушали на радију. Једном приликом спикерка чита извештај Хидрометеоролошког завода (у даљем тексту: ХМЗ), који нас обавештава да је дан ведар и сунчан. Спикерка додаје свој коментар: „Драги слушаоци, погледајте кроз прозор“. Напољу је лило као из кабла. За житеље Исланда свакако је било корисније обавештење тамошњег ХМЗ: „Ове године лето ће бити у четвртак“.

Ред је да се узбилијим, јер и метеорологија озбиљна и корисна наука. Многе земље имају своје ХМЗ-е, који су већином умрежени у Светску метеоролошку организацију, размењују податке са својих територија и анализом параметара добијених разменом постижу већу могућност за тачну прогнозу. Подаци се прикупљају осматрањем и мерењем битних фактора који утичу на атмосферску ситуацију и њих обрађују синоптичари. Метеоролози праве временску прогнозу која се базира на информацијама сакупљеним из великог броја извора. Да би се добила најјаснија слика о времену, у читавом свету раде људи који користе савремену технологију и стално се раде одговарајућа мерења. Инструменти на земљи, на мору, у ваздуху и у висини сакупљају информације за глобалну мрежу, где су доступни и где их анализирају експерти.

Податке о времену на копну прикупљају индивидуални посматрачи са малим бројем једноставних инструмената, а у удаљеним крајевима постављају се автоматизоване временске станице, опремљене разноврсним инструментима и компјутерима, које свакога часа бележе и еmitују прикупљене информације преко сателита. Метео-балони се користе за мерење влажности, притиска и температуре на висини изнад 20 km. Читање се врши радио сондама које преносе информације до станица на земљи, где се обрађују. Истраживачки авиони се користе за добијање детаљнијих информација о атмосфери. Имају веома софистицирани радар и ласерску опрему који бележе 3D слику облака у различитим нивоима атмосфере. При прогнози времена сателити имају за циљ две ствари: комуникациони се користе да шаљу податке о времену док специјално намењени временски сателити надгледају кретање временских система и облике облака. Геостационарни сателити су фиксирани у једном положају

и надгледају одређену област над екватором док планорбитни круже око планете од једног до другог пола. На мору се време посматра са бродова који врше мерење притиска и температуре ваздуха и мора. Бродови се користе и за лансирање метео-балона. За сакупљање података о времену користе се и пловци који слободно плове. Њих покрећу струје у океанима и они еmitују податке преко сателита. Детаљна, краткорочна прогноза времена обично се прави за наредних 24 сата а савремени приступ информацијама омогућава прилично тачне дугорочне прогнозе за једну недељу унапред. Сматра се да су прогнозе тачне око 9 од 10 пута. Прогноза се сматра прецизном ако ветар дува брзином од око 8 km/h а температура се креће око 2 степени од предвиђене. Мерења се врше у сеници на два метра изнад травнате површине.

Спиралне ваздушне масе високог и ниског притиска су у сталном кретању око Земље. Када се сударе две ваздушне масе различитих карактеристика, између њих се ствара граница, која се назива фронт. На површини Земље појава и ишчезавање фронта се осећају у наглим променама времена. Када се сретну различите ваздушне масе, због разлике у притиску колизија изазива да се топли ваздух брзо издигне изнад хладног, стварајући површину ниског притиска. Време у том подручју постаје јако нестабилно и најлошије је када су разлике у температури и притиску највеће. Депресије покривају огромна подручја или трају мање од једног дана. Ваздушне масе покрећу снажне ветрове и њихово међусобно деловање има огроман утицај на временске услове у свету. Какво ће време бити зависи од природе ваздушних маса. Тамо где се масе сударају, време ће бити веома променљиво.

Разлог за стварање ветра је разлика између ваздушног притиска и температуре. Ветар дува са подручја са високим притиском према подручјима са ниским притиском. Колико је већа разлика у притиску, ветар је јачи. Ветар може да утиче на температуру ваздуха да изгледа нижа него што је заиста. Танак слој топлог ваздуха окружије наше тело стварајући ваздушну изолацију. Ако је ветар јак, издеваће топли ваздух тако да ћемо осећати хладноћу. Кад ветар дува брзином од 10 km/h а температура је нула степени, осећаћемо као да је -3 степени. Ако ветар постане јачи и дува 15km/h, због фактора хлађења осећаћемо као да температура

ваздуха износи -10 степени. Зато прибегавамо слојевитом облачењу а длаке крznене бунде чине ефикасан ваздушни омотач.

Када се хладни фронт судари са топлим, хладан ваздух се креће испод топлог и покретног навише. То изазива фронт оклузије (зачепљење; последња фаза развоја циклона) који може да донесе тешке облаке и много јаке падавине. Облаци добијају име према облику, висини и величини. Доводе се у везу са врстама падавина али сви показују да ће наступити лоше време. Цирусни облаци формирају високо на небу скоро провидан слој, имају паперјаст, влакнаст изглед и обично следи суво време. Кумулусни облаци се најчешће запажају у средњем слоју у сувим, сунчаним данима, личе на памук, сиве боје на дну а на врху су бели. Стратусни облаци се формирају у најнижем слоју атмосфере, формирају превој који може да се наталожи преко целог неба, често носе кишу и ситне падавине а у брдовитим областима приземну маглу и влагу на тлу. Кумулонимбусни облаци су огромни и најчешће доносе јако невреме, кишу и громове. Алтокумулусни облаци су мали, равни, сиве или беле боје а јављају се после дужег периода топлог времена пред олују. Нимбостратуси су веома густи и сиви, потпуно блокирају сунчеве зраке и доносе кишу или снег.

За приказивање временске прогнозе метеоролози цртају посебне временске мапе назване синоптичке карте. (Синоптички значи виђено у исто време.) Кругови означавају центар региона високог и ниског притиска. Линије са црвеним полуокруговима означавају топли фронт а хладни фронт се означава линијом са плавим троугловима. Комбинација полуокругова и троуглова означава фронт оклузије. Телевизијска временска прогноза је најдоступнија и најразумљивија за широку публику. Извештачи могу да буду метеоролошки стручњаци или ТВ презентери, који читају извештаје са екрана који гледаоци не виде док стоје испред празног плавог видео-зида и даљинским управљачем мењају метео-карте. Обично се приказује температура као и брзина и правац ветра а дају се и неке индикације о очекиваним временским условима за различите делове земље.

Временска прогноза одувек је била од значаја за человека у сврху планирања предстојећих активности. Каква ће бити жетва, који ће ветрови дувати на мору, да ли ће авион да полети, када и где ћемо на одмор, хоћемо ли сутра на Аду, да ли да понесем кишобран?...

Пре него што су измишљене софистициране справе за прогнозу времена коришћене су жабе, одгајане у теглама са мердевинама и, у складу са њиховом професијом, звале су се гаталинке. Ако при руци није било жаба, увек би ту била нека баба са костобољом да ауторитативно најави кишу јер је жига у крстима. А познато је да пред кишу муве нервозно гризу. Ласте лете ниско, али не зато што оне предвиђају промену времена већ зато што инсекти због повећаног притиска лете ниско па се и laste спуштају да их лове, само што ми инсекте не видимо а laste видимо па њима присујемо прогнозерске способности. Ако би, пак, у изгледу био сушан период, ангажоване су стручне раднице додоле. А за дугорочну прогнозу биле су задужене природно обдарене животиње. Београђани су на Сретење, 15. фебруара, одлазили у ЗОО врт да виде да ли ће мечка Божана да види своју сенку. Ако је дан сунчан, опазиће је и вратиће се у јазбину у убеђењу да ће време бити хладно наредних шест недеља. Облачен дан ће је задржати напољу у очекивању лепог времена. Медведи имају од Аљаске до Аустралије или мрмоте имају само Амери па су их по свом обичају патентирали. Прогласили су 2. фебруар за Дан мрмота (који раде исто што и наша Божана) а датуми се не поклапају због коришћења јулијанског или грегоријанског календара.

Не могу а да не истакнем нешто што сам као рођени Дорђолац научио још у детинству. Ако је вечерње небо црвено, сутра ће бити ветра, а ако се црни од Земуна, гарант се спрема салаука, што је локални израз за грозно невреме. Ако дува горњак, искусни аласи под хитно се хватају обале јер тај ветар и моћни Дунав натера да потече узводно а од таласа је тешко извучи живу главу. Неугодна али безопасна је, чак и опевана, кошава са Дунава, која нам преврће саксије мушкији са балкона али нам бар прочисти ваздух и почисти улице.

Причу сам почeo анегдотом из мог детинства а како сам радни век почeo у позоришту, не могу да одолим а да не завршим једним драмолетом:

Сцена I: Врач: "Велики поглавицо, јавили су на ТВ да ће бити јака зима".

Поглавица: „Идите и скупљајте дрва“.

Сцена II: ТВ спикер: „Како знate да ће бити јака зима?“

Стручњак из ХМЗ: „Индijанци скupљају дрва“.

Ратко Гајгер

Глечери

Шта ме је навело да изаберем баш ову тему о глечерима? Као мали сам тренирао скијање од 1. разреда основне школе до краја 8. разреда. Нисам наставио тиме да се бавим, јер је то носило превелику одговорност и посвећеност том спорту и једноставно ми је више одговарало да се определим за графички дизајн, јер сам као мали показивао дар за цртање и то сам волео. Са скијашким тимом смо ишли комбијем најчешће на Копаоник зими, а лети, да не би правили паузу од скијања, ишли смо у Аустрију и северну Италију на Алпе, где је вечити снег - глечер или ледник.

У свету постоји скоро 190.000 глечера од којих је већина на северном и јужном полу, а у Европи данас постоји само око 300 глечера (изузев Норвешке). У Швајцарској преко 100, у Аустрији 100, у Италији 50 и у Француској 15. На нашим просторима једино још на планинском венцу Проклетија на неким местима има снега и лети, али су планине толико кршне да су готово неприступачне.

Шта је глечер?

Глечер је залеђена маса снега која се не топи преко лета и углавном су то остаци из последњег леденог доба, односно малог леденог доба које је трајало од 1550. до 1850. године. У том периоду клима је била нешто хладнија и до 1850-е ниједан глечер се није отопио. Од 1850. неки глечери се топе, али не сви, а неки се и повећавају. Од 1990. велике су климатске промене и убрзано се топе глечери. У Европи, највећи глечер је у Швајцарској, зове се Алеч и дугачак је 20km а дубок 900m. Иначе, сви глечери се крећу услед топљења, полако клизе низ падину и углавном је то неприметно. Најбржи глечер на свету је Кварајак на Гренланду и креће се брзином од 25m дневно. Доживљавао сам често да у среду лета на глечеру, где сам тренирао скијање, пада снег и буде минус 10 степени, а када сиђемо у долину, доле је плус 30. Скијао сам углавном на глечеру у Италији који се зове Пасо Стелвио („Passo Stelvio“) на висини од 2.700m до 3.500m (Копаоник има око 2.000m висине, ради поређења).

Пукотине

На тим глечерима је веома важна дисциплина, обазриво понашање и на сваком кораку су упозорења, јер има пукотина дубоких и по 100m. Услед отапања снега глечер се на разним местима креће различитим брзинама и то доводи до тих пукотина. Када смо скијали, наилазили смо на знакове који су строго забрањивали скијање ван писте. Гледали смо и на вестима како спасиоци извлаче људе из пукотина у глечерима, на срећу још увек живе и увек сам имао страх од тога. У Аљасци постоје истражитељи који ходају по пукотинама глечера на дубинама од преко 100m.

Топљење

Глечери италијанских Алпа се полако топе и откривају хороре Великог рата, сачуване читав век. Пејо је мало подалпско насеље на надморској висини од 1.500m са око 500 становника и налази се у регији Јужни Тирол у северној Италији. Када шетате тим насељем, постоји црква са аустријским гробљем и знаком упозорења „масимо риспето“ („massimo rispetto“), што у преводу значи максимално поштовање. На том гробљу је септембра 2014. године присуствовало око 300 људи на сахрани два аустријска војника чија су тела пронађена недалеко у Алпима изнад насеља услед отапања глечера. То није једини случај оваквог проналaska. Проналажени су такође и италијански војници, тела у леду која су углавном мумифицирана и добро очувана. Закључено је да је на том пределу већина војника са обе стране страдало не од руке непријатеља, већ од зиме.



Глечер у покрету, Канада

која је у то време достизала и до - 30 степени.

Лавина

Као што сам већ напоменуо, сви глечери се крећу услед топљења и полако клизе низ падину. Углавном је то неприметно, али ако крене до наглог топљења па јурне низ падину, то је снежна лавина која руши и затрпава све пред собом. Постоји зелена, жута и црвена зона опасности од лавина. Црвена је опасна, жута средње, а зелена безопасна зона. Такав је био градић Галтур, у западној Аустрији, обележен зеленом бојом, све до фебруара 1999. године када се лавина спустила у град затрпавши око 60 људи од којих је пола спашено. Та лавина је била снежни зид, висине од 50 метара, који је јурио брзином 290 km на час. Са врха планине до градића у долини му је требало само 60 секунди и пред собом је превртао кола, рушио и затрпавао куће и зграде. У помоћ су им пристигли хеликоптери из Немачке, Швајцарске, Француске, па чак и Америке. Породице несталих су захтевале објашњење зашто је ово место обележено као сигурна зона зеленом бојом, а власти су то правдале чињеницом да у прошлости никад није забележена лавина на овом месту и да је то узорк наглих климатских промена у последње време. После тог догађаја на планинама су постављене челичне ограде, као и брана око градића широка 300m. То место је и дан данас остало атрактивно скијалиште.

Скијање

На планини је посебан режим исхране и адаптације. Углавном се база прави у долини на око 1500m у апартманима неког алпског села, из кога се креће ујутру на скијање. Устајање је у 5 часова, хигијена, облачење и високо калоричан доручак. Убацивање скија, штапова и гојзерица у комби и полазак на глечер. На преласку преко 2.000m заглушују се уши, а преко 3.000m је разређен ваздух и треба више напора за исте физичке активности. По цео дан се скија до паузе за ужину. Дисциплина је малтене војничка и нема изласка из сатнице, зна се кад је пауза, кад се иде у апартман итд. После ужине имамо још пар сати скијања, обично

слободно време уз дружење, некад „суви тренинг“, вечера и спавање. У 21 час сви заспали од умора, па сутра испочетка. Углавном један напоран, али здрав начин живота.

Лавина

Глечери наравно нису битни само за скијање, већ утичу на микроклиму и хладе окружење, због чега су јако битни за планету. „Меинстрим“ наука пропагира глобално загревање и то како ће се сви глечери отопити за неколико стотина година. Али српски астроном, климатолог, математичар и физичар Милутин Миланковић има другачију теорију. По њему се полови померају, клима се мења јер се нагиње Земљина оса у другом правцу у односу на Сунце, па је израчунао да у будућности глечери неће нестati, већ ће се само преместити, тако да ће практично југ постати север, а север - југ. Ту његову теорију поткрепљује чињеница да се од свих глечера на свету једино у Аргентини и неким јужним местима планете глечери повећавају. НАСА („NASA“) је Милутина Миланковића уврстила међу 10 највећих научника света који су се бавили проучавањем Земље, по њему су названи бројни астероиди и кратери на Месецу и Марсу, а Европско геофизичко друштво је 1993. године установило медаљу која се зове „Милутин Миланковић“. А у Србији, нажалост, мало ко је чуо за њега. Глечери су највећи резервоари питке воде на планети и ако, је веровати Миланковићу (чија се теорија до сада показала као тачна), глечери се неће отопити већ ће се само дислоцирати.

Вук Ђелић



Знак опасности од пукотина

ДЕЧЈА НОВА ГОДИНА 2019.

Морски Деда Мраз

Деда Мраз

Имам чудну болжу
за Нову годину
један дечкић поклони ми школку.

На мом Полу само ледени мук.
Док држим школку на уву
чујем таласа хук.

И одједном пожелим
да моје ирвасе
одморим од каса
и да само слушам шум таласа.

Шта је живот без снове
Шта је година Нова.
Идем да дремнем у хотелу
Можда и мени неко
испуни жељу.

Госпођа Мраз

На Полу већ је зима
Толико посла има
Нова година ускоро стиже
Писама све више пристиже.

Деда Мраз никако да се скраси
Баш га брига где су украси
Где су ирваси, где су поклони нови
Обузели га морски снови.

Куд ме снађе ова беда...
Велико је море, Деда
Још је већи океан плав

Ти си Деда Мразе занет сав.
Нову годину, децу и играчке заборави
кад ли ће од ове болже
да се опорави?
Кога у помоћ да зовем?
Да Деда престане по морима да скита
и да у радионицу, играчкама похита.

Делфин

Госпођо Мраз, јавиле ми остриге
Да те море новогодишње бриге.

Не бригай и добро знај
Морем Деда Мраз може да плови
и на обалама постоје снови.
И тамо деца снивају
како ће за Нову годину
да их даривају.

Знамо ми делфини
Шта деца за Нову годину желе.
Брзи смо и спретни
За децу спремићемо ми
поклоне, биће фини.

Деда Мразу ће се испунити снови
по таласима морским ће да плови.
Највећу морску школку
вүћи ће морски коњићи,
помоћи ће им јужни ветрићи.

Галеб

Пратиће га галебови
и сви добри ветрови.
Ако буде хтео и да мало лудује
Моћи ће да сурфује.

Уместо гарав од чаји
уместо кроз оцак,
до деце ће стићи на лађи.

А и поклона биће
Шкојке, корали, и звезде морске,
ускочиће у пакетиће.
Од гусара двеста освојићемо
куле од песка.
Од корала узећемо црвено,
од морских алги
позајмићемо зелено
у пакетићима све ће бити шарено.

Увиће их морска пена,
а плима и осека
донеће пакетић до сваког детета.

А Деда Мраз ће уместо са Пала
допловити са морског мола.

Деда Мраз

Морском травом ушушкан
Крацима хоботница љуљушкан
Плових по мору
Заборваих зиму на Полу.

Допратише ме делфини,
А ту су и поклони фини.

Бранкица Петровић-Поповић

