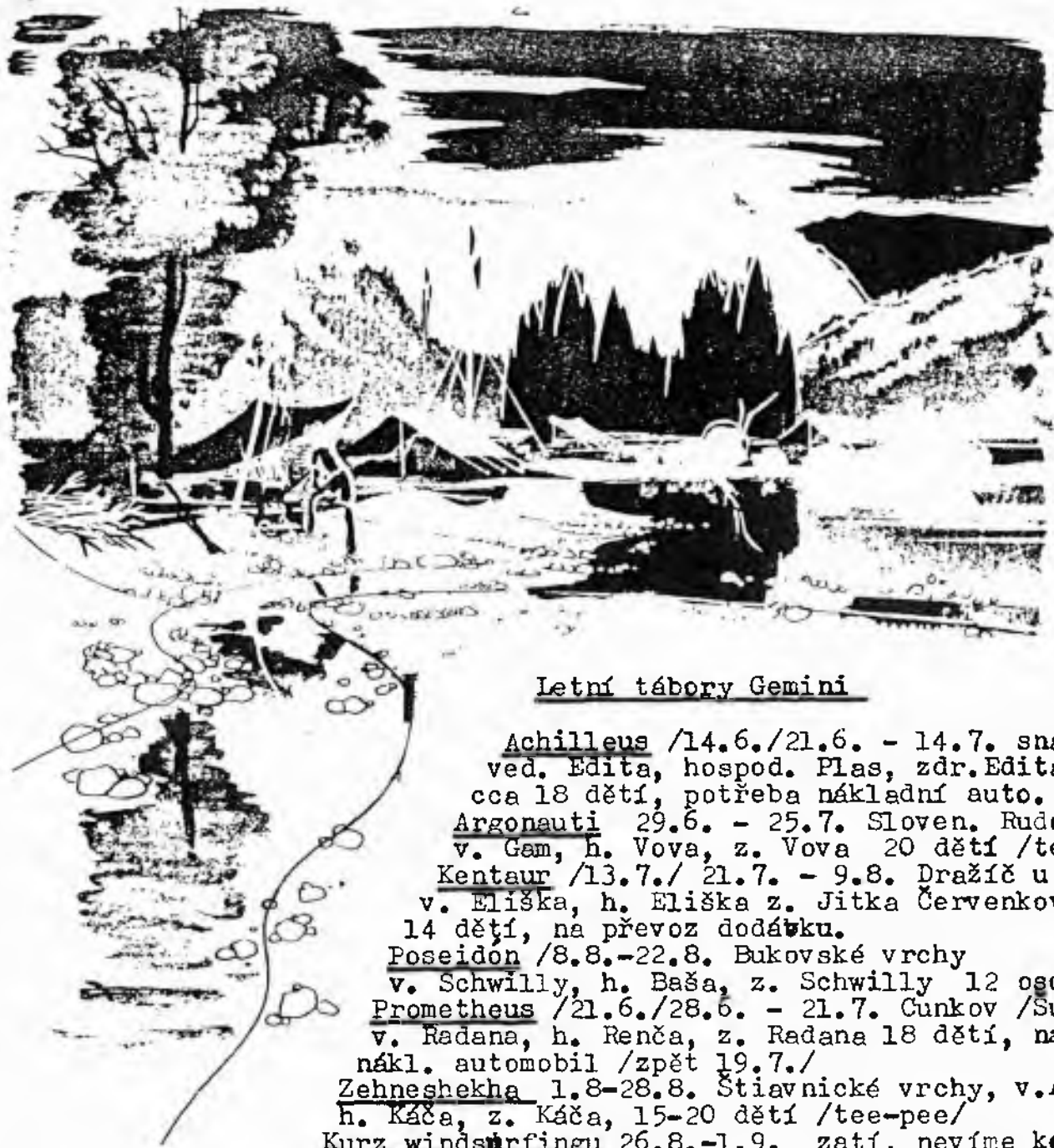


Z admirality 3. dubna 1985

- úpravy vedení vodáckých zájezdů, upraveno na plánovací kartě vodáckých výprav. Je třeba vytypovat způsob a místo přenocování a po dohodě s Fletcherem stanovit účastnický poplatek. Znovu připomínám nutnost shánět vytížení do autobusu /cca 12 - 15 míst/ vyjma výpravy na Vltavu 30.4. - 3.5. /zde jedou turisté z OT TJ VŠ Praha/. Bezpodmínečně je třeba zajistit pojištění každé této výpravy.
- péči o loděnici na sebe vezme Pampalíny z Poseidónu, případně mu pomůže Achim. Jano přislíbil odvést část kurzu opravářů, který začne 18.4. /čtvrtek/ na Kosárkách v době 16,15 - 18,15. Další lekce bude týden na to. Na obou bude přítomen Jano. Oddíly zajistí účast svých opravářů - přednostně Poseidón a Argo. Optimální počet frekventantů cca 8. Kentaur nebesílá tento kurz.
- knihovníkem Gemini se stal Kopčem z Poseidónu.
- Softballová liga - termíny:
 - 16.5. Poseidón - Argo /vždy od 16,30/
 - 22.5. Argo - Prométheus
 - 23.5. Poseidón - Prometheus
 - 30.5. Kentaur - Argonauti /exhibiční zápas/Sportovní pomůcky, vytýčení hřiště a soudce zajišťuje vždy Poseidón. Ke koupi schváleny dvě pravé softballové rukavice.
- Regata - 20.4. se bude skládat z klasického závodu na pramicích, z Bitvy u Trafalgaru a Country bálu. S sebou: námořnický oděv, /pruh, tričko, modré kalhoty/, náhradní oděv, 2 gumové míčky, 5 papírových míčků, oblečení na country bál, sklenička z hořč. servisu.
- Lehkoatletická liga - 21.4. Palmovka. Sraz v 8,30, začátek v 9,00. Každý s sebou 18 ks ovoce, sportovní oblečení a obutí. Oddíl: sako, klobouk, kravatu, násadku, perko, tuš.
- Vova - úřední hodiny: po - dopoledne na ODPM 244034
 - út - 17 - 19 Kosárkách
 - st - 17 - 17,30 Kosárkách
 - pá - 14 - 17 před vodami
- Fletcher
 - út 15,30-17, jinak v prac. době na telčís.
- Vova zajistí auto ŠS na návštěvu tábořišť na Šumavě /pro Achilles a Prometheus/.





Letní tábory Gemini

Achilleus /14.6./21.6. - 14.7. snad Šumava
ved. Edita, hospod. Plas, zdr. Edita,
cca 18 dětí, potřeba nákladní auto.

Argonauti 29.6. - 25.7. Sloven. Rudohorie,
v. Gam, h. Vova, z. Vova 20 dětí /tee-pee/

Kentaur /13.7./ 21.7. - 9.8. Dražič u Bechyně
v. Eliška, h. Eliška z. Jitka Červenková
14 dětí, na převoz dodávku.

Poseidon /8.8.-22.8. Bukovské vrchy

v. Schwilly, h. Baša, z. Schwilly 12 osob /puták/

Prometheus /21.6./28.6. - 21.7. Cunkov /Šumana/

v. Radana, h. Renča, z. Radana 18 dětí, na přepravu
nákl. automobil /zpět 19.7./

Zehnesheka 1.8-28.8. Štiavnické vrchy, v. Achim,
h. Káča, z. Káča, 15-20 dětí /tee-pee/

Kurz windsurfingu 26.8.-1.9. zatím, nevíme kde,
určeno pro starší lidi z Gemini, v závěru kapitánská
výprava, v. Vova, h. Schwilly, z. Schwilly.

Vodácké výpravy

1. Před zahájením sjezdu řeky instruktáž: - signály pádlem, co uděláme v případě udělání, nasedání, vysezení, sed v lodi. Prakticky si zkusí každá dvojice: přejezd řekou šikmo, otáčení přitahováním, rychlé tempo záběrů /jako při nájezdu do šlajeny/, přistávání v proudu, zpětný záběr, výměna míst v lodi.
2. V rámci každé výpravy se seznámit se stavěním, balením a ošetřováním jednoho z používaných stanů /Puták, Junák, Tábor, Camper, Jehlan/. Zkusit formou závodů a soutěží.
3. V rámci výkladu praxe se orientovat na první pomoc, na 1. výpravě obinadlové obvazy s ošetřováním jednoduchých poranění, 2. výprava šátkové obvazy a jejich použití, 3. výprava - dopomoc unavenému plavci, umělé dýchání.
4. V rámci stravování na výpravě se věnovat odbornosti Oheň - 2 typy ohniště s jídelní miskou, umí zacházet s vařiči, oheň z materiálu, který se vejde do krabičky od sirek.

Pro přípravu těchto částí programu vodácké výpravy si připravte vhodnou motivaci, výpravu můžete pojmout jako objevnou plovbu s přirozenými a naaranžovanými překážkami, v jejichž překonávání posádka soutěží. Fl.



Na tábor by měl jet každý kapitán nejen s připraveným programem, který chce uskutečnit, ale i s vědomím toho, v čem by se jeho posádka a jejich členové měli zlepšit a zdokonalit. Tedy říkáme výchovné cíle tábora. Ty vycházejí z pojetí oddílové činnosti a dělí se podle oblastí působnosti na výchovné cíle v oblasti mravní, rozumové, estetické, tělesné, pracovní a polytechnické. A nyní k jednotlivým oblastem:

MRÁVNÍ - výchova k sebeovládání a překonávání sebe sama - inspirace v Kiplingově básni "Když" - realizace jako Hiawathova zkouška či alespoň něco z ní. Zlepšení vztahů v oddíle - na začátku tábora vytypovat oddílové "outsidery", individuálním působením na ně i na ostatní kolektiv zlepšit jejich sociální pozici v oddíle - kontrola v sociogramu na konci tábora. Důraz na kolektivní součinnost a spolupráci - zdůrazňovat pomoc druhým a pranýřovat sebeckost a ne kolektivní přístup jedinců či kolektivů.

ROZUMOVÁ - v našem případě jde o poznatky z oblasti námořnické knížky. Lze se ubírat dvěma směry /možná i více/: 1. zjistíme stav plnění u jednotlivých členů a pro tábor jim určíme "příčku" v hodnotách, kterou mají dosáhnout; 2. soustředíme pozornost na vybrané odbornosti či jen vybrané body, které v průběhu tábora budou vysvětleny, naučeny a všichni budou mít možnost si je splnit. Táborové stavby, Táboření, Oheň atd./.

ESTETICKÁ - široké pole působnosti podle zaměření kapitanátu, např.: vnímání okolí a jeho ztvárnění - kreslení /různé techniky/ či fotografování krajiny, jejich detailů, tábor, plánky, plastiky z přír. materiálu, vyřezávání, vypalování, vnitřní úprava podsady a celého tábora - nebo seznámení s určitou oblastí hudby prostřednictvím poslechu, případně monografické pořady /divadlo hudby/, portréty skladatelů, skupin, zpěváků - snažit vnést aktivizující prvek - viz Bakalář "Moderní společenské hry". Patří sem oblast zpívání - jaké písničky a jak.

TĚLESNÁ - otužování a hygiena, zvyšování tělesné zdatnosti, radost z pohybu. Ranní cvičení pojmut co nejzajímavější formou, aby rozvíčka /finská stezka/, otužování a další tělocvičné programy se staly spíše radostným prožitkem a potřebou účastníků. Vytvořit podmínky pro plnění důkazů a nároků na jednotlivce stanovit individuálně podle jejich dispozic.

PRACOVNÍ - důraz na to, aby bocmani dokázali řídit a rozdělovat práci. Preferovat "pojd" a nikoliv "Jdi" /Služba, hry aj./, důraz na společný prospěch /při stavbě tábora/, pranýřovat lenost, vyzdvihávat ochotu pomoci. Plánovat osobní volno a požadovat, aby ho táborníci uměli využít.

POLYTECHNICKÁ - zacházení s nástroji, jejich ošetřování a ostření /nůž, sekera, pila/, zpracování dřeva /kácení, řezání, příprava paliva/.

Zde je soustředěno pouze několik námětů. Ty si je však můžeš rozšířit podle situace v oddíle o řadu dalších /ochrana přírody a pobyt v ní - důraz na její ubývání/. Výchovné cíle se dají specifikovat i jinými způsoby - to vše je však na Tobě. Pro Tebe je závazné, abys určité výchovné cíle pro tábor stanovil a sledoval jejich plnění. Na závěr si v kapitanátu tábor a splnění výchovných cílů vyhodnoťte.

Fl.

Změny v námořnické knížce

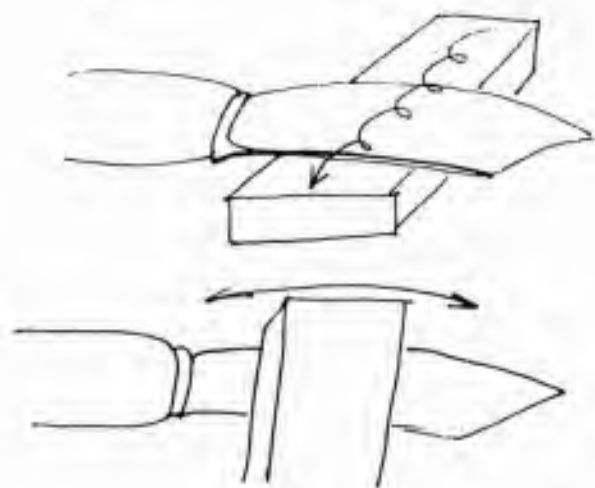
Odbornost "FOTO" - bod 2 změnit: 5 propagačních fotografií z oddílového života formátu 24x30 cm.

HISTORICKÉ PAMÁTKY - beze změn

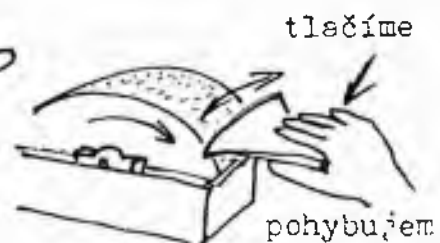
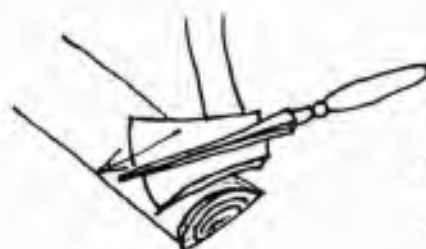
HORY - bod 11: Hora vyšší jak 1000 m na Moravě nebo Slovensku.

Námořnická kniha

BRUSKÁ NOŽ A SEKERA - Pružnost 1

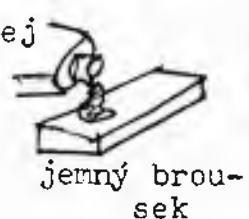
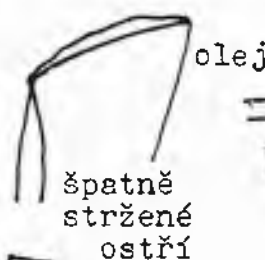
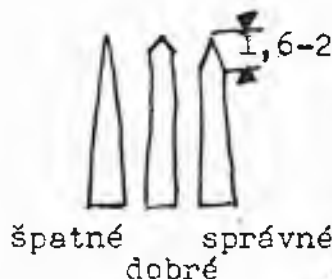


Nož, jehož řezná hrana je poškozena, obrousíme jemným pilníkem, zarovnáme zuby a srovnáme shrnuté části. Pak na jemném brusku, jehož povrch pokapeme jemným olejem, brousíme nejprve jednu a potom druhou stranu nože. Brousíme šroubovitým pohybem a jemně přitlačujeme. Dáváme pozor, aby se nevytvořila jehla, tj. přebroušená řezná hrana, která se snadno zlomí. Ostří zkoušíme líznutím do proužku papíru, který má být přeříznut bez ohnutí.



Broušení sekery vyžaduje pečlivou práci. Nejprve jemným pilníkem zbrousíme hroty a vybrousíme zuby. Na brusném kotouči brousíme tak dlouho, až získáme správný tvar řezné hrany. Ostří hrany sekery stavíme vždy proti směru točení brusky. Konečně dobrousíme jemným nacleřovaným bruskem. Spirálovitým pohybem brusku po hraně sekery dotváříme její správný tvar.

Broušení pily. List pily, kterou chceme nabrousit, upevníme buď do dvou zatlučených kolíků nebo do zářezu v pařezu. Trojhranným pilníkem srovnáme nerovnosti na zubech pily tak, aby byly všechny zuby stejně vysoké. Pilníkem upravíme "šrank", tj. rozchod zubů.



krouživý pohyb

Střídavě vykláníme zuby nalevo a napravo. Šíře rozchodu /šranku/ se volí podle dřeva, které budeme řezat. U syrového dřeva potřebujeme širší. Potom zbrousíme hrany stejně vykloněných zubů a otočením pily vybrousíme pak druhou řadu rozchodu. Broušení provádíme pečlivě, aby řezná hrana zubů měly stejnou šíři a délku.

Druhy dřev z hlediska výhřevnosti - Čeň 12

Podle tabulek výhřevností Fabricius-Gross /když se vezme za 100 buk s výhřevností 3552 kcal/l kg při 15 % vlhkosti/ je výhřevnost jednotlivých dřevin odstupňována takto:

Borovice obecná	119/4216 kcal
borov, vejmutovka	114
smrk	110
jeřle	108
douglaska	107
olše lepkavá	100
javor	100

akát, jilm, topol	99
olše šedá	98
habr	97

Přiskyřice ve dřevě zvyšuje jeho výhřevnost naproti tomu obsah vody snižuje. Tvrdé dřevo je výhřevnější než měkké, rovněž

pat k vo spodní, to. k bučce, je vy-
 -měněná než dřevě. Na va-
 -žení dřevo jehlíčnaté, r list-
 -něč nebo suchá, vedou vy-
 -plavená dřeva. Borové dře-
 -vo kouří a ošadí nádobí
 silnou vrstvou dehtu a sa-
 -zí. Jehličnaté dřevo
 dává hodně popela a oherká
 nedochovělé dřevo. Na
 pečení se hodí tvrdé dřevo
 jako buk, habr, jilm, bříza,
 javor, jasan. Plamenů mnoho
 neuvidíme, avšak žáru vyda-
 -jí tato dřeva velmi mnoho.
 Na rožení se hodí jasan, jilm,
 dub. Když ho před použitím



na povrchu dobře namočíme, toto dřevo, i když se silně ohřeje, se nepro-
 -hýbá. Na stavbu ohnišť se hodí čerstvé dřevo bukové, olšové. Na opékání
 masa používáme proutě lisky namočené ve vodě. Na táborový ohen používáme
 suchá polena jehličin. Tvrdé dřevo dává dosti světla. Topol, vrba, osika
 a lípa příliš kouří. Na podpál se používá březová kůra, jemné březové
 holučky, jellové jehličky a holučky osrku. Borová kůra se dá podpálit i
 vlně.

Jak impregnovat celtu?

V loňském Táborovém
 ohni jsme otiskli žádost
 o radu, jak naimpregnovat
 celtu. Návodů přišla celá
 kupa, tady jsou:

Protože jsem chemik, uvá-
 -dim recept přístupný každé-
 -mu, neboť vim, jaké problémy
 dělá ostatním namíchat roztok
 polídného složení. Nejdříve
 několik obecných zásad

● Žádná běžná impregnace
 nevydrží prání, impregnované
 věci tedy pokud možno nepe-
 -ru. Když není vyhnutí, tak jen
 ve studené mýdlové vodě. Ani
 níže zmíněná impregnace není
 výjimkou

● Když impregnuji, všechny
 věci předem důkladně vyperu.
 Tím odstraním zbytky staré
 impregnace, které by při nové
 vadily

● Naimpregnuji nové věci. Při
 impregnování poněkud trpí
 vzhled, barvy zesvětlají, při
 prání a následně impregnaci
 se mohou některé materiály
 i dost srazit

● Pokud jde o materiály
 vhodné k impregnaci, nej-
 -vhodnější je stanovka, balo-
 -novina, které se nesrážejí
 a impregnaci dobře drží. Dob-
 -rá je i hustá líná tkanina. Dá
 se impregnovat i silon, ale
 impregnace nedrží tak dlouho
 jako u přírodních vláken, pro-
 -tože hotovou impregnaci je
 nutno pro větší trvanlivost za-
 -žehlit, což u silonových tkanin
 dost dobře nejde. Nevhodný
 je úplet, řídké tkaniny, vlna
 a podobně.

Impregnování se provádí ve
 dvou lázních:

Lázeň 1. Na 60 litrů vody
 (vána) 600 gramů octanu hlini-
 -todraselného (používá se při
 zabičákách k prání stěv, pro-
 -vádá se v drogerii v balení po
 600 g). po rozpuštění přidat
 300 gramů jedle sody (3 kra-
 -bičky) a 2 litry octa. Lázeň za-
 -šumí a vytvoří se mléčný zá-
 -kal, případně až jemná sraže-
 -nina. Lázeň musí být na omak
 mazlavá.

Lázeň 2. Na 30 litrů vody (dět-
 -ská vanička) 300 gramů mýd-
 -lových vloček (2 krabičky). Pro
 lepší rozpouštění připravuje-
 -me obě lázně z vlažné vody.

horká by byla na závalu.
 Postup: Vyprané a vyždímané
 věci nechám v lázni 1 nasák-
 -nout, důkladně promačkám,
 aby se roztok dostal opravdu
 všude. Potom lehce vymač-
 -kám přebytek roztoku (ne-

kroutit) a vložím do lázně 2,
 kde opět promačkám a ne-
 -chám asi 5 minut působit. Pro-
 -bíhá zde sražení hlinitých soli
 mastných kyselin, které jsou
 onou impregnací. Potom vy-
 -mačkám přebytek (opět ne-
 -kroutit) a krátce vymačkám ve
 studené čisté vodě. Pokud na
 látce zůstanou nerozpouštěné
 mýdlové vločky, neodstraňuji
 je, to provedu až po usušení.
 Tento postup opakuji 2 až
 3krát u oblečení, 4krát u celtu,
 stanů a věcí, které chci mít
 stoprocentní, a nevadí, že
 hlavně zpočátku budou „ple-
 -chové“. O správném průběhu
 impregnace se přesvědčíme
 tím, že na tkanině vzniká lepi-
 -vý, mazlavý povlak, většinou
 už po druhém cyklu. Naim-
 -pregnované věci usušíme
 a velmi důležité je zažehlení
 horkou žehličkou. Jednak se
 tím odstraní bílý povlak, dále
 se prodlouží životnost a získá
 na ohebnosti.

Po takto naimpregnované
 tkanině voda sklouzne, aniž
 by tkanina zůstala vlhká, při-
 -tom látka zůstává ještě dosta-
 -tečně prodyšná. Impregnaci
 obnovuji, i když to není nutné,
 každoročně na jaře

Jaroslav David, Karolinka

Celtu nejdříve vyspravíme,
 vypereme a usušíme. Potom ji
 namočíme na 20 minut do roz-
 -toku kilogramu octanu hlini-
 -toho a 10 litrů vody (aluminium
 avetikum, nikoli octan hlini-
 -to-olovnatý). Celtu necháme
 dobře provlhnout. Množství
 roztoku stačí na 10 celt vojen-
 -ského typu. Do roztoku se
 může přidat půl litru octa. Pak
 plátno mírně vyždímáme
 a usušíme na slunci. Suché
 plátno opět namočíme, tento-
 -krát do roztoku 1 kg jadrové-
 -ho mýdla na 30 minut. (Mýdlo
 rozpuštěné ve vodě [10 litrů]

teple 30 stupňů.) Znovu pak
 lehce vyždímáme a usušíme.

Šany

V pěti litrech vody rozpusti-
 -me 50 gramů Ceronu CS. Im-
 -pregnujeme při teplotě 40—50
 stupňů. Je to jeden z nejlep-
 -ších způsobů, ale Ceron CS se
 obtížně shání.

Jinou možností je impreg-
 -nace pomocí dvou roztoků.
 Roztok A sestává z 150 gramů
 stearinu v malém množství
 vody a nejlépe v železné ná-
 -době. Za stálého míchání při-
 -dáme 21 gramů louhu sodné-
 -ho. Je třeba roztok povařit,
 odparit až do zahuštění a poté
 rozpustit v pěti litrech vody.

Roztok B je utvořen z 5 litrů
 vody a 250 gramů siranu hlini-
 -toho.

Som

Se svým kamarádem jsme
 vyzkoušeli metodu zvanou svi-
 -ce—žehlička:

Celta se položí na plochu
 bez jakýchkoli nerovností
 a obyčejnou bílou svíčkou se
 třením nanáší vosk tak, aby
 byla pokryta jedolitě celá
 plocha. Pak se nazhavi žehlič-
 -ka na maximální teplotu a po-
 -kračuje se, jako když se žehlí
 prádlo. Tím se vosk rozpustí
 a vsákně do látky. Látky po-
 -tom zůstane na omak stejná
 jako předtím, ale zkuste její
 odolnost proti vodě — výsle-
 -dek je zaručený. Postup je
 možné opakovat. Svíčka se
 také může rozpustit ve staré
 nádobě a poléváním a roztírá-
 -ním dosáhneme stejného roz-
 -prostření vosku jako v prvním
 případě. Tom a, Abé, Praha

Škrobení (impregnování)
 pomocí automatické pračky
 se provádí nastavením pro-
 -gramu 10. Jde o automatickou
 pračku typ Pac 4, výrobce
 Romo Fulnek

Po rozsvícení kontrolky

stisknete tlačítko voliče pro-
 -gramu. V průběhu programu
 nalejte do 41 kroku do násyp-
 -ky pracích prostředků přísluš-
 -né množství ředěného tekuté-
 -ho škrobu nebo impregnační-
 -ho prostředku. Cyklus škrobe-
 -ní (impregnování) se zastaví
 u pozice 44. Ukončení progra-
 -mu zajistíte opětovným stis-
 -knutím tlačítka voliče progra-
 -mu

Roman Macula, Brno

Stanové plátno namočíme
 přes noc do vody, ráno je roz-
 -věsíme a necháme oschnout.
 Ve 4 litrech vířel vody rozpus-
 -tíme 12 kg lédku. V druhé
 nádobě v téže poměru
 octan olovnatý. Asi po 4 hodi-
 -nach se roztok ustálí — proto
 oddělíme čistou tekutinu do
 nové nádoby. Pak namočíme
 stanové plátno tak, aby bylo
 v roztoku celé volně složeno.
 Druhý den je před vyjmutím
 z roztoku ještě propláchneme,
 bez kroucení vyždímáme a ne-
 -cháme uschnout ve stínu (na
 plochu, nezavěšovat). Tuto
 proceduru lze opakovat ještě
 jednou.

Keros, Brno

Připravíme dva kbelíky s vo-
 -dou. V prvním rozpustíme 10
 kg nastrohaného jadrového
 mýdla, ve druhém 10 kg ka-
 -mence. Celtu či stan střídavě
 namáčíme v jednom a v dru-
 -hém, neždímáme, pouze mne-
 -me a dáme sušit. Pro delší tr-
 -vanlivost je dobré po usušení
 vyžehlit.

Pavel Sedláček,
 Hranice na Mor.

Příběh jsem za Vás

Pokračování

str. 315

Rozlišení narcismu a egoismu: narcismus je libidinosním doplňkem egoismu. Hovoříme-li o egoismu, máme na zřeteli jen užitek individua; řekneme-li narcismus, přihlížíme i k jeho libidinosnímu ukojení.

ALTRUISMUS jakožto protiklad egoismu se pojmově nekryje s libidinosním obsazením objektů, odlišuje se od něho odpadnutím tendencí usilujících o sexuální ukojení. V plné zamilovanosti však altruismus s libidinosním obsazením objektu splývá. Sexuální objekt na sebe zpravidla přitáhne určitou část jáského narcismu, což se projeví tzv. "sexuálním přeceňováním" objektu. Přistoupí-li k tomu ještě i altruistické přenesení egoismu na sexuální objekt, stane se tento sexuální objekt nesmírně mosným; já jím bylo jakoby vysáto.

str. 329

Připuštěním sexuálního vyžití terapeutický účinek psychoanalýzy vysvětlit nemůžete. To, čím nemocnému prospějeme, bude zřejmě ono nahrazení nevědomého vědomým, překlad nevědomého ve vědomé. Tím, že nevědomému pomáháme dostat se do vědomí, odstraňujeme vytěsnění, likvidujeme podmínky pro tvorbu symptomů, proměňujeme patologní konflikt v konflikt normální, který však musí být rozřešen. Tato psychická změna je jediné, co u nemocného vyvoláváme.

str. 334

Přenos - míníme tím přenos určitých citů na lékaře, protože nevěříme, že by terapeutická situace mohla vznik takovýchto citů ospravedlnit. Spíše se domníváme, že celá tato citová pohotovost pochází odjinud, že byla v nemocné už uchystána předem a při analytické léčbě je přenesena na osobu lékaře. Přenos může vystupovat v podobě bouřlivých erotických požadavků nebo i v mírnějších formách.

str. 335

U svých mužských pacientů pozoruje lékař také častěji než u žen určitou formu přenosových projekcí, které se zdá na první pohled všemu, co jsme dosud popsali, odporovat, totiž přenos nepřátelský či negativní.

NOVÁ ŘADA PŘEDNÁŠEK K ÚVODU DO PSYCHOANALÝZY

Vídeň 1932

Revize nauky o snech

str. 371

I trestající sny jsou splněním přání, ne však přání pudových hnutí, nýbrž přání oné kritizující, cenzurující a trestající instance v našem duševním životě. Máme-li před sebou čistý trestající sen, stačí snadná myšlenková operace, abychem z něho zrekonstruovali onen toužebný sen, na nějž trestající sen přímo odpovídá a který byl ve zjevném snu nahrazen tímto odmítnutím. Studium snunám první dopomohlo k tomu, abychem porozuměli neurosám. Je proto pochopitelné, že naše znalost neuroz mohla pozdějším ovlivnit i naše pojetí snu. Jak uslyšíte, byli jsme donuceni k předpokladu, že v duševním životě existuje zvláštní kritizující a zakazující instance, kterou nazýváme Nadjá. Když jsme pak poznali, že této instanci připadá i censura snů, přimělo nás to, abychem si pečlivě všimli, jaký podíl má na tvorbě snů Nadjá.

Pokračování příště.