

ПЛАНИНАРСКО ДРУШТВО

„ГЛАСИНАЦ“

СОКОЛАЦ

Број:53/16

Датум: 16.12.2016. године

## ИЗВЈЕШТАЈ О РАДУ ДРУШТВА ЗА 2016.ГОДИНУ

У Планинарском друштву "Гласинац" за 2016. годину може се рећи да је била више него успјешна, а можда чак и најуспјешнија од оснивања друштва, о чему говоре релизовани програмски циљеви и задаци кроз активности уз учешће свих чланова. Управни одбор одржао је десет сједница које су биле конструктивне и већина закључака које је одбор донио успјешно је реализовано.

У току 2016. године организовано је више активности на матичној планини Романији.

Као најзначајније издвајамо обиљежавање највишег врха на Романији ( Велики Лупоглав 1652 мнв). Прецизно је маркирана стаза, постављена је табла са исписом највишег врха планине, као и кутија са печатом како би се увјерили да је планина посјећена и више него што мислимо.

Затим издвајамо куповину земљишта - укупне површине 970 м<sup>2</sup> на локацији Црвене стијене, као једне од историјских активности друштва како би имали свој кутак и створили прилику да реализујемо бројна планинарска дешавања на властитој парцели. Окончане су административне процедуре око издавања стручног мишљења и урбанистичко техничких услова.

Издавамо следеће манифестације на Романији: први прољећни успон на Велики Лупоглав, стазе пријатељства "Романија 2016. ", затим више изелета на Црвене стијене, поход на Новакову пећину, подршку у организацији Јахорина ултра траила, као и организацију меморијалног такмичења "Свјетлана Цеца Комленовић" и КУП такмичења Републике Српске у планинарској орјентацији. Крсна Слава ( Митровдан ) обиљежена је такође како и доликује на Романији ( у једном од објеката у порти храма манастира Соколица ).

Чланови друштва узели су учешће на више манифестација у организацији Планинарског савеза РС и планинарских друштава из окружења, а то су следеће: поход у Пјеновац, Фочу, Стари Брод, посјета пећини Орловача, учешће на манифестацији прошетајмо Рзавским бреговима - Вишеград, Ђурђевдански уранак на Романији, боричка трансверзала, слет планинара Требевић, те успон на Трескавицу, Бјелашницу, Јахорину. Планинари "Гласинца" су били учесници успона на Карпате, посјетили овчарско кабласку клисуру, учествовали у ходочаћу ка манастиру Острог.

У новембру је у Источном Сарајеву одржана је годишња Скупштина Планинарског савеза Републике Српске. Скупштина је уједно била и изборна. На Скупштини су додјељена признања и пехари за такмичење Лига РС у планинарској орјентацији за 2015. и 2016.годину. Женска екипа "Гласинца" освојила је 3. мјесто за 2015.годину. Делегати Скупштине Планинарског савеза испред друштва су Жељко Делић и Драгана Врбарац.

Поводом обиљежавања међународног дана планина 11. децембра организован је поход на највиши врх Деветака ( Безданица 1424 мнв ), маркирана је стаза и постављена табла. У акцији су учествовали и чланови Планинарско еколошког друштва "Височник"Хан Пијесак.

Чланови друштва узели су учешће и у едукацијама, предавањима организованим по пројекту Via Dinarica, а све у циљу проширења смјештајних капацитета дуж зелене линије поменуте стазе, гдје се и налази планинарска колиба друштва.

Када су у питању спортска такмичења, мушка и женска такмичарска екипа узела је учешће у систему такмичења РС ( Приједор, Вишеград, Рогатица, Соколац).

**Резултати:**

- манифестација поздрав прољећу, Приједор 1 коло лиге РС 7. мјесто
- манифестација прошетајмо Рзавским бреговима, Вишеград 2 коло лиге РС 4. мјесто
- манифестација "Боричка трансвезала", Рогатица 3 коло лиге РС 2. мјесто
- Меси игре Рогатица мушка и женска екипа 2. мјесто
- 5. Меморијал "Свјетлана Комленовић" мушка екипа 1. мјесто,  
женска екипа 3. мјесто,
- Куп Републике Српске, Милица Делић 1. мјесто, Данило Делић 3. мјесто

Перо Мијатовић узео је учешће на планинским тркама ( Требиње и Вршац ), као и маратону у Ротердаму и Сомбору, те полумаратону у Крагујевцу. Момчило Копривица учесник је трке на 10 км у оквиру такмичења Јахорина Ultra-traila.

Чланови друштва Данило Делић и Стефан Бајагић су почетком новембра учествовали на дводневној обуци из планинарске оријентације која је одржана у организацији Планинарског савеза РС у Планинарском дому Стајна на Романији.

Кроз активности друштва током године реализовали смо сарадњу са бројним друштвима из окружења, склопили пријатељства и заједнички дијеловали ка очувању природних љепота и туристичког потенцијала романијског краја.

Све поменуте акције и дешавања у друштву медијски су пропраћене путем локалних средстава информисања, те званичног општинског сајта и сајта планинарског друштва као и фејбук странице друштва чија је гледаност у току 2016. године била веома посјећена.

И на крају да поменемо да је током 2016. године забиљежено и интересовање грађана свих узраста за чланство у друштву, те да је 20 нових чланова потписало је приступнице.

УПРАВНИ ОДБОР  
ПД "ГЛАСИНАЦ"



Biljni čaj "Atlant Plus" poboljšava rad organa za varenje, otklanja mučninu, gorušicu, nadutost stomaka, sprečava pojavu hroničnog zatvora, utiče na zaživljavanje sluzokože želudca i creva.

Komponente su **listovi sene i sladića** (сенны и солодки) pomažu normalizaciju peristaltike creva, regulišu stvaranje normalne i redovne stolice.

Komponente **prodovi rjabine i koren maslačka** (рябины и одуванчика) pojačavaju lučenje želudačnog soka i žuči, stimulišu varenje hrane, poboljšavaju rad creva kod atonije, sprečavaju pojavu disbakterioze. Biološki aktivne supstance **koren hibiskusa** (алтея) odstranjuju i uništavaju otpadne materije bakterija, virusa i druge toksine, utiču na zarastanje čireva i ozleda sluzokožnog omotača organa za varenje.

Lekovite komponente plodova rjabine poboljšava regeneraciju tkiva želudačno-crevnog trakta, i omogućavaju absorpciju vitamina

**Mentol** u sastavu **nane** stimuliše apetit, poboljšava lučenje želudačnih sokova, otklanja mučninu i bolove. Aktivne supstance **kantariona** (зверобоя) imaju antimikrobno dejstvo i utiču na izbacivanje glista, stimulišu regeneraciju tkiva u želudcu i crevima.

Komponente **lana i mirodijje** (льна и укропа) ublažavaju zapaljenja sluzokože želudca, što utiče na smanjenje bolova, mučnine i gorušice.

Na račun smanjenja tonusa muskulature tankih creva, nana i mirodijja (мята и укроп) otklanjaju zatvor.

Lekovite komponente **koprive i šipka** (крапивы и шиповника) dopunjuju organizam vitaminima i mikroelementima, jačaju zidove krvnih sudova, regulišu zgrušavanje krvi i imaju protiv-anemično dejstvo.

Ovaj biljni čaj je neophodno uključiti u antiparazitne programe radi čišćenje organizma, smanjenja telesne težine i otklanjanja alergijskih pojava.

#### **Efekat**

Deataljno čišćenje organizma

#### **Primenjuje se kod:**

- hroničnog zatvora,
- disbakterioze creva,
- zapaljivih procesa u organima za varenje (enteritis, kolitis),
- disfunkcija jetre i sistema za izlučivanje žuči (diskinezija žučnih kanala, holecistitis),
- hemoroida i pukotina anusa.

#### **Način primene**

1 filter-kesica se prelije 1 čašom ključale vode (200ml)

Neka odstoji 15 minuta.

Odrasli uzimaju 1 čašu dnevno za vreme jela.

Upotrebljavati 4 nedelje. Ako je potrebno, prijem se može ponoviti kroz 12 meseca.

#### **Sastav**

Jedan filter paketić od 2gr sadrži: list sene aleksandrijske, koren maslačka, plod mirodijje, list nane, list koprive, koren hibiskusa, koren uralskog sladića, plod crvene rjabine, plod ljubičastog šipurka, kantarion, seme lana (na ruskom: Листья сенны александрийской, корни одуванчика обыкновенного, плоды укропа пахучего, листья мяты перечной, листья крапивы двудомной, корни алтея лекарственного, корни солодки уральской, плоды рябины красной, плоды шиповника коричневого, зверобой продырявленный, семена льна посевного).

#### **Пакovanje**

Jedno pakovanje sadrži 40 filter-kesica od po 2 grama.

[Povratak nazad](#)