



BOVEC: Vlasta Terezija Komac v svoji četrti knjigi predstavlja sakralne objekte na Bovškem

Na bovškem polju križ stoji

Vlasta Terezija Komac je v samozaložbi izdala svojo četrto knjigo pod naslovom *Na bovškem polju križ stoji*. V publikaciji so predstavljene cerkve, kapelice in znamenja, ki so v bovški občini obstajali nekoč, skupaj s še danes ohranjenimi.

Bovčanka **Vlasta Terezija Komac** (roj. 1948) je bila zaposlena kot tajnica v podjetju Iskra Bovec. Že zadnje desetletje pred upokojitvijo je začela zapisovati, kar je slišala od starejših ljudi, pozneje pa se je zbiranju izročila še intenzivneje posvetila. "Ob tem me je navdajal, ob radovednosti, občutek, da počnem nekaj koristnega, saj bi z zapisom morda ohranila tudi kaj takega, kar bi bilo za vselej pozabljeno in izgubljeno," razlaga Vlasta Terezija Komac.

Doslej je izdala tri knjige; v prvi *Čez Boko gre čecha* (1995) je zbrala folklorne besedila v verzih in rimah, predvsem šaljive pesmice, zbadljivke ipd. V drugi *Na Klužah tice strašijo* (1997) je objavila folklorne pripovedi z Bovškega in prerokbe rajnkega Trentarja. Leta 2003 je izdala obsežno monografijo *Zakladnica bovške preteklosti*. V tem delu je predstavila šege in navade, povezane s cerkvenim in letnim koledarskim ciklusom, ter obrti, ki so nekoč dajale kruh ljudem na Bovškem. Opisi temeljijo predvsem na spominih in pričevanjih domačinov.

Razveseljuje tudi z doma natisnjenimi brošurami

Ožji krog sorodnikov in prijateljev je razveseljevala in izobraževala tudi z doma natisnjenimi brošurami; *Soča voda je šumela: Kronika družine Možinc* (1991), v kateri je opisala rodbino svoje matere Terezije Komac, rojene Domevšček; *Bovški ljudski verski običaji* (1992), za katero je nabrala gradivo ob 800-letnici prve omem-

be bovške župnije; v brošuri *Moj oče, Franc Komac, 1911-1988* (2014) je opisala življenjsko pot svojega očeta... Zadnja taka brošura z naslovom *V vednost in zabavo: drobne zgodbe z Bovškega* (2016) ohranja spominske utrinke, ki opisujejo male dogodke in šaljive pripetljaje na Bovškem. Poseben razdelek je namenjen "amerikanskemu" obdobju po drugi svetovni vojni.

V četrti knjigi *Na bovškem polju križ stoji* opisuje 142 sakralnih objektov na Bovškem (cerkve, kapele, kapelice in znamenja), vse je opremila tudi s fotografijami.

Ljudje so kapelice in znamenja postavili v spomin, prošnjo, zahvalo, zaobljubo. Toda zdi se, da je v naših krajih največ takih, ki obeležujejo nesrečno smrt. Tako je marsikateremu informatorju ob pripovedovanju zgodbe za njeno knjigo iz oči spolzela solza. Znamenja so obiskali s šopkom rož ali svečo, moški so sneli klobuk in postali, tudi naključni mimoidoči so se ob njih za hip ustavili in zmolili kratko molitvico za dušo ponesrečenca. V gradivu pa je moč najti tudi vedrejšo, celo šaljivo spomine. V knjigo ni vključila vseh križev v spomin na padle v vojnah, saj jih je veliko preveč.

Največje bogastvo Bovškega so ljudje

"Bovško obdaja čudovita narava, cvetje planine, gorska jezera, po dolini teče divja smaragdna lepota, reka Soča. Lepota krajine je tista dobrina, s katero se Bovško



Vlasta Terezija Komac (tretja z leve) je svojo četrto knjigo predstavila v cerkvi Device Marije v Bovicu.

lahko ponaša, vendar so največje bogastvo ljudje. Na tem koščku zemlje najdemo številna dela človeškega uma in rok, ki dokazujejo, da se tukajšnji človek ni zadovoljil le s tem, kar je potrebno za golo preživetje in obstoj. Znamenja so tako imele vlogo spominskega in hkrati nabožnega obeležja; s tem, da so postavljena v okolje, bogatijo našo pokrajino z estetskega, kulturnega, zgodovinskega in še katerega vidika. Prehodimo to čudovito dolino, uživajmo njene naravne in kulturne lepote z od-

prtimi očmi, odprto dušo in odprtim srcem," je na predstavitvi svoje četrte knjige, ki sta jo 2. septembra v cerkvi Device Marije v Bovicu organizirali društvi ARS Bovec in Zgodovinska sekcija Bovec, poudarila Vlasta Terezija Komac, ki že razmišlja o novih izzivih. "Idej, kaj bi bilo treba na Bovškem še zapisati, mi še ni zmanjkalo. Trenutno zbiram gradivo, povezano s starimi bovškimi vodnjaki, kašami," pravi. (nn)

Foto: Ivo Ivančič

MO-GY MANUALNA MEDICINA

Hrbtenica vam bo hvaležna!

Med vsemi vrstami terapij brez zdravil je **manualna medicina najbolj klinično uspešna metoda zdravljenja težav, povezanih s hrbtenico, sklepi, mišicami oziroma s celotnim gibalnim sistemom**. Obsega posebne, **neboleče prijeme**, ki veljajo za najbolj učinkovite tehnike zdravljenja v vseh treh predelih hrbtenice: vratnem, prsnem in ledvenem, in težav, ki so s tem povezane. Manualna medicina poleg terapevtskih tehnik (manualna terapija), ki so pacientu prilagojene individualno, obsega tudi razširjen klinični pregled, na podlagi katerega se natančno postavi diagnoza. Le ob pravilni diagnozi je zdravljenje lahko popolnoma uspešno. Strokovnost specialistov manualne medicine se od manualnih terapevtov in ki-

ropraktikov pomembno razlikuje, saj manualni terapevti in kiropraktiki niso zdravniki, **zdravniška izobrazba pa je ključnega pomena v procesu zdravljenja**, predvsem pa zagotavlja postavitev pravilne diagnoze ob prvem pregledu.

Vsi specialisti manualne medicine v ordinacijah MO-GY so zdravniki (dr. med.) z dodatnimi specializacijami za diagnostično in terapevtsko zdravljenje.

Center zdravja MO-GY je prvi in edini center manualne medicine v Sloveniji, v katerem deluje šest zdravnikov specialistov na petih lokacijah. **26-letna tradicija in na tisoče ozdravljenih pacientov** center zdravja MO-GY uvršča v elito strokovnjakov za zdravljenje gibalnega sistema.

NAJPOGOSTEJŠE INDIKACIJE in SIMPTOMI za zdravljenje z manualno medicino so:

- bolečine in zmanjšana gibljivost zaradi obrabnih sprememb hrbtenice (hondroza, osteohondroza, spondilartroza, spondiloza, listeza, stenoza),
- težave, ki iz vratne hrbtenice sevajo v roke ali glavo (cervikobrahialgija, cervikokranialgija),
- težave, ki iz ledvene hrbtenice sevajo v noge (lumbalgija, lumboišialgija),
- hernija diska oziroma medvretenčna ploščica, ki pritiska na živec,
- vrtoglavice, šumenje v ušesih, zaradi motenj krvnega obtoka v hrbtenični arteriji,
- glavobol, nespečnost, omotičnost, zaradi draženja vegetativnih ganglijev,
- artroza kolena, rame, kolka,
- pritisk mišic na živce zaradi zategnenosti mišic (posledice preobremenjenosti in prisiljene drže),
- ramensko-lopatični periartritis,

- bolezni notranjih organov, reflektorno povezanih s hrbtenico,
- otroška idiopatska skolioza I. in II. stopnje,
- pri športnikih simptomi, ki so posledica poškodb in aktivnih treningov.

KDAJ JE POTREBNA STROKOVNA POMOČ

Pri težavah, ki se pojavijo brez pravega vzroka, poškodbah, preobremenjenosti, težav, ki nastanejo zaradi obrabnih sprememb in trajajo dalj časa, je vsekakor priporočljiva strokovna pomoč.

»Veliko pacientov občuti zmanjšanje bolečin že po prvi terapiji, sicer pa za popolno odpravo bolečin določenega simptoma, kot je dolgotrajna bolečina v križu, zadošča v povprečju pet obiskov. Po končanem zdravljenju je včasih potrebnih nekaj dni, da se pokaže učinek zdravljenja, nato pa je dobro nadaljevati z vajami za krepitev mišic in rednimi kontrolnimi pregledi.« **pojasni Beti Brajdot, vodja ordinacije MOGY Nova Gorica.**

POSEBNA UGODNOST ZA BRALCE GORIŠKE

Brezplačen pregled pri zdravniku specialistu!

Ugodnost velja za naročila do 8. 11. 2017 v ordinaciji MO-GY Nova Gorica.

Kupon velja za en pregled. Redna cena pregleda je 40 EUR. Možnost izvedbe manualne terapije po presoji zdravnika na vašo željo.

Brezplačna številka

080 12 03

info@mo-gy.si - www.mo-gy.si



MANUALNA MEDICINA

Učinkovito zdravljenje gibalnega sistema – že od leta 1991

Naročila in informacije:

- **MO-GY Nova Gorica in Koper, T: 05 300 23 77**
Genadij FILIPOV, dr. med., spec. nevrolog, spec. ortoped, spec. manualne medicine
Aleksij FILIPOV, dr. med., spec. manualne medicine
- **MO-GY Ljubljana, T: 01 561 25 21**
Andrej KOTOV, dr. med., spec. nevrolog, spec. manualne medicine
- **MO-GY Maribor in Moravske Toplice, T: 02 470 24 13**
Sergej FEDOROV, dr. med., spec. nevrolog, spec. manualne medicine
Denis KUPA, dr. med., spec. manualne medicine
Vladimir FEDOROV, dr. med., spec. manualne medicine



Ekipa strokovnjakov podjetja MO-GY deluje na petih lokacijah v Sloveniji: v Novi Gorici, Kopru, Ljubljani, Mariboru in Moravskih Toplicah.