

Kazalo

- 1 Uvodnik
- 2—3 Zapisan športu
- 4—5 Gimnastika, moja največja ljubezen
- 6—8 Iz knjižnih polic
- 9—11 pesmi
- 12—15 Prazniki nam pomenijo
- 16—17 Ali se znamo obnašati?
- 18—19 Zabavne prigode s praktičnega usposabljanja
- 20—23 Kolaž slik dijakov
- 24—25 Dear best friend
- 26 Are you planning a visit to Slovenia?
- 27—29 Bluetooth, seriously?
- 30 Lachen ist gesund
- 31—34 Zdrava prehrana
- 35 Lepa vida (pesem)
- 36—37 Trendi oblačenja
- 38—39 Letošnji trendi oblačenja
- 40—43 Kozmetični kotiček
- 44 Zakaj je Michael Jackson postal bel
- 45. razlogov zakaj deklet ne zanimaš
- 46 Kakšnih deklet fantje ne marajo
- 47 10 stvari, ki moške motijo na ženskah
- 48—49 Smeh je pol zdravja
- 50—52 Horoskop

DI(V)JAK

Šolsko leto: 2014/2015



Z uvodnikom sem nekoliko odlašala, priznam, predolgo. Ura je 0.10, ponedeljek, 12. januarja, ob 5.15 pa mi zvoni budilka. Mislim, da dobro utelešam vse tiste dijaške duše, ki jim kronično primanjkuje časa, včasih tudi idej in navdiha. Toda tako pač je v tem modernem svetu, ko šele takrat, ko se umiri dnevni vrvež, ko pogasnejo vse luči, najdemo čas za posebne dragocene trenutke, ki so samo naši in nas razveseljujejo. Eden izmed takih trenutkov je gotovo tudi čas za ustvarjanje ali prebiranje šolskega spletnega časopisa Di(v)jak.

Z velikim navdušenjem pozdravljam izid letošnje prve številke, ki pomeni nadaljevanje lani začete uspešne poti izhajanja časopisa izpod dijaških rok. Šolski časopis mora biti gojišče novih idej, pobud in naprednih misli. Di(v)jak v sebi združuje prav to, modernost, izvirnost in aktualnost. Njegov namen ni pisati uniformirana, dolgočasna in okorna poročila o tem, kaj se je na šoli zgodilo. Namen Di(v)jaka je ustvarjati spletni časopis z raznovrstnimi novicami, mnenji, komentarji, reportažami, fotografijami, ki zrcalijo razmišljanje naših dijakov in razkrivajo utrip na šoli.

V minulem polletju smo se v veliki meri posvetili humanitarnim akcijam in skrbi za zdravje. Z osrednjo novembrsko slovesnostjo smo se spomnili 40-letnice delovanja kemijske šole v Novem mestu. Naši dijaki so se udeležili številnih tekmovanj iz znanja in športa, večino svojega časa pa posvetili učenju in pridobivanju čim boljših ocen. To je samo nekaj utrinkov, ki zaznamujejo utrip na naši šoli. O vseh podrobnostih, doživetjih in pripetljajih pa seveda tudi tokrat poroča Di(v)jak. Zatorej ne odlašajte in si vzemite čas za zanimivo branje. Hodite po šoli in okoli nje z odprtimi očmi. Bodite nenehno na preži in s svojim prispevkom ustvarjate utrip življenja Srednje zdravstvene in kemijske šole. V besedi, sliki ali pa preprosto s svojo prisotnostjo.

Damjana Papež,
ravnateljica

ZAPISAN ŠPORTU

(INTERVJU S PROFESORJEM MATJAŽEM FERKOLJEM)

Odločila sem se intervjuvati profesorja Matjaža Ferkolja, ki na naši šoli poučuje športno vzgojo že 15 let. Ne posveča se samo rednemu pouku, ampak tudi športnim tekmovanjem. Za sabo ima že kar veliko športnih dosežkov in zdi se mi odlično, da nas spodbuja v športne aktivnosti tudi izven pouka. Poleg tega me je za intervju pritegnila njegova pozitivna energija, ki jo daje vsakemu izmed nas.

Kaj ste po izobrazbi in na katero srednjo šolo ste hodili?

Po srednji elektrotehniški šoli sem se vpisal na Fakulteto za šport, ki sem jo končal leta 2000, na isti fakulteti sem končal tudi magisterij.

Koliko let že učite na naši šoli?

Na Šolskem centru Novo mesto učim od leta 1999.

Zakaj ste se odločili, da boste poučevali športno vzgojo?

Za poklic učitelja športne vzgoje sem se odločil zato, ker sem že od malih nog v športu in me to področje zelo veseli.

Vas vaš poklic veseli, ste imeli željo po katerem drugem ali je ta za vas pravi?

Ker sem hodil na elektrotehniško šolo, sem malo razmišljal, da bi študij nadaljeval na elektro fakulteti. Vendar na koncu je zmagal šport in odločil sem se prav.

Na področju športa ste zelo uspešni, z več ekipami ste posegali po najboljših mestih celo na državni ravni. Nam lahko zaupate, kako vam je uspelo pritegniti dijake in dijakinje, da so sodelovali in bili na tekmovanjih tako uspešni?

Res je, v zadnjih petih letih smo s šolskimi ekipami dosegli kar nekaj lepih uvrstitev tudi na državni ravni. Za uspehe so v prvi vrsti zaslužni dobri športniki, ki imajo veliko pripadnost ekipi in imajo tudi željo po uspehu. Pri taktičnih pripravah na tekmovanja pa nam pomagajo tudi trenerji iz klubov. Sam imam pa do vsake ekipe zelo pozitiven odnos.

Na katere športne dosežke ste najbolj ponosni, bi izpostavili katero ekipo, ki vam je najbolj prirasla k srcu?

Vodim v glavnem ekipe dijakinj v kolektivnih športih, predvsem v nogometu in rokometu. Sem pa s srcem z vsemi ekipami.



Se v prostem času posvečate še čemu razen športu?

V prostem času s svojimi prijatelji igram odbojko. Poleg športa pa še rad pomagam očetu pri obdelovanju vinograda.

Ste radi razrednik in kolikokrat ste že bili?

Razredništvo da učitelju neko posebno veselje tudi delo. Z razredništvom dobiš globljo sliko o dijakih. Kmalu bo končala že četrta generacija »mojih« dijakov.

Bi na naši šoli kaj spremenili, vas kakšne stvari motijo?

Na šoli imamo dobro vodstvo, pri raznih pobudah nam pomagajo in nas spodbujajo. Imamo vizijo in mislim, da smo na pravi poti.

Ste izpolnili vse svoje večje cilje, ki ste si jih zadali v življenju, in ali imate kakšen osebni dosežek, ki bi ga radi delili z nami in se pohvalili?

V življenju sem izpolnil kar nekaj večjih ciljev, vedno pa imamo še kakšne skrite želje.

Ste zelo priljubljen učitelj in dijaki vas imajo zelo radi, saj ste sproščeni, polni energije in na hodnikih vedno vsakega veselo in nasmejeno pozdravite. Nam lahko daste kakšen nasvet za bolj veselo, sproščeno in prijazno življenje, ki ga tudi sami upoštevate?

Hvala! Tak sem, ne ločim in rangiram ljudi, zame ste vsi enaki in z vsakim od vas z veseljem rečem kakšno besedo.

Imate otroke, se jim kdaj zaradi službe ne morete posvečati? Ste ponosni nanje in jih podpirate v vseh njihovih odločitvah in dejanjih, za katere mislite, da so prave?

Imam družino, seveda jim ne morem biti vsako popoldne na razpolago, saj je narava mojega dela taka, da delam tudi popoldne. Je pa drugim veliko lažje svetovati kot svojim otrokom.

Klara Kastelec, ZN 3. c

GIMNASTIKA – MOJA NAJVEČJA LJUBEZEN

Sem Lara Žibert, stara sem 17 let in živim v Brestanici. Odkar vem zase, sem vedno rada plezala, skakala, plesala, telovadila, kolesarila ...

Nikoli nisem bila rada pri miru. Doma je moja telovadnica dnevna soba. Na kavču sem se učila delati prve prevale, stojo sem se učila ob opori na vratih kuhinje, preproga v sobi pa je bil moj prvi parter. Tam sem že pri treh, štirih letih sestavljala svoje prve plesno-telovadne nastope. Ostala telovadna orodja pa sem si poiskala v parku pred blokom.

Ko sem dopolnila pet let, so starši le našli pravo zaposlitev zame. Vpisali so me v gimnastično društvo Rain iz Krškega. Tam so trdo preprogo zamenjale mehke blazine, kavč je dobil nadomestek v gredi, drevesa pa sem zamenjala z bradljo. Dobila pa sem tudi novo družčino deklet, s katerimi sem trikrat na teden hodila na treninge. Na začetku so bili treningi povezani z igro. Veliko smo se še igrale, hkrati pa se učile prvih osnovnih gimnastičnih elementov. Gimnastiko sem začela spoznavati tudi iz temnejše plati. Bolečine po treningih in žulji na rokah od bradlje so postali moji znanci.

Kmalu je gimnastika postala moja največja ljubezen in izziv hkrati. Ve-

dno sem se trudila biti boljša, narediti vajo lepo, brez napak in za svoja leta sem bila presenetljivo resna in zagnana. Vedno sem komaj čakala na trening, nikoli nisem rekla, danes se mi pa ne da, nikoli nisem želela trenirati nič drugega. To je to, sem si rekla. Počasi so treningi postajali vedno bolj resni in zahtevni, časa za igro pa je bilo vedno manj. Pri sedmih letih so prišla na vrsto že prva tekmovanja. Doživela sem prve zmage in tudi prve poraze. Spoznala sem dekleta iz drugih klubov in vi-



dela, da se morem še veliko naučiti. Najbolj pa sem ostalim zavidala njihove prave gimnastične telovadnice, še posebej gimnastično jamo in parter. Leta so hitro tekla. Moji dnevi so potekali v takšnem ritmu: šola, dom, naloga, trening, učenje in spanje. Veliko prostega časa nisem imela nikoli. Še za šolsko učenje mi ga je pogosto zmanjkovalo.

Vsako leto sem s klubom hodila na vrsto tekmovanj, ki so potekala v

Mariboru, Rušah, Ljubljani, Brežicah in Kopru. Včasih sem šla s trenerjem tudi na individualni trening v Ljubljano in Maribor, saj v našem društvu nimamo takšnih pogojev, da bi lahko še bolj napredovala in osvajala še težje prvine in elemente.

Vrhunec moje športne poti je bilo osvojeno tretje mesto na preskoku na državnem prvenstvu v Ljubljani. Sedaj so moji dnevi še bolj zapolnjeni. Vstajam se ob peti uri zjutraj, potem



uro vožnje z avtobusom do šole, pouk, spet vožnja domov. Doma komaj pojem kosilo in že hitim na trening. Čas za nalogo in učenje pa si vzamem zvečer pred spanjem. Še vedno vztrajam, upam in se trudim ...



Vem, da še zdaleč nisem dosegla in osvojila vsega, kar sem sposobna. V glavi imam že nove elemente, ki bi jih rada še letos osvojila.

Ko opazujem razmere in pogoje dela v našem društvu in jih primerjam z drugimi klubi, so razlike očitne. Imamo trenerje in dekleta, ki delamo in treniramo s srcem in smo res predani temu športu, vendar samo to na žalost ni dovolj. Pri nas ne moremo trenirati akrobatike

(nimamo pravega parterja), bradlja nas komaj še zdrži. Zato izkoristim vsako prosto uro v šoli, da naredim trening v gimnastični dvorani, kar mi omogoča prof. Urška Korasa. Zelo sem ji hvaležna.

Upam in verjamem, da je pred mano še nekaj let uspešnega treninga in tudi še nekaj lepih rezultatov. Ko pa se bo moja športna pot iztekla, bi se še naprej rada ukvarjala z gimnastiko kot trenerka ali sodnica in uživala ob tem, ko bom svoje znanje predajala mlajšim dekletom.

Lara Žibert, FT 3. a

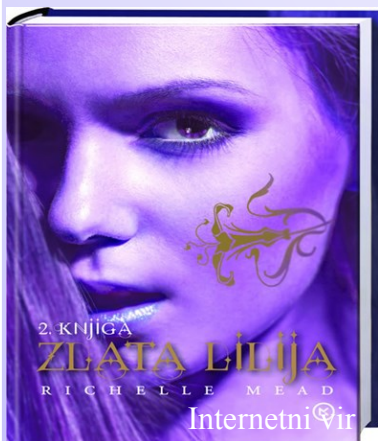
IZ KNJIŽNIH POLIC

Kar krepko smo že zakorakali v novo šolsko leto in med knjižnimi policami je začela brskati nova generacija bralcev. Na uvodnih urah smo dijake 1. letnikov seznanili z delovanjem knjižnice in njenim gradivom. Mnogi novinci so knjižnico že vzeli za svojo in med njimi opažamo kar nekaj zvestih bralcev, ki poleg obveznega branja v roke vzamejo tudi kakšno drugo knjigo.

Tole je pet najbolj iskanih knjig v šolski knjižnici v prvih treh mesecih tega šolskega leta:

John Green: Krive so zvezde

Pretresljiva in drzna pripoved o čudežu življenja in ljubezni, po kateri je posnet tudi film, opisuje naključno srečanje dveh sorodnih duš, ki ob koncu prekratkega življenja doživita začetek neizmerne ljubezni ...



Richelle Mead: Zlata lilija

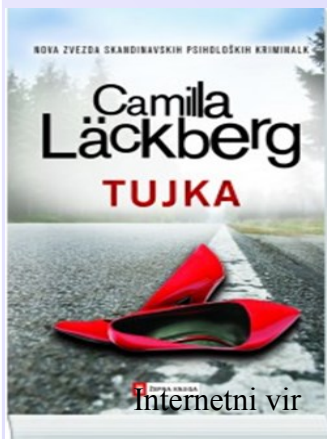
Je druga knjiga iz serije o skrivnem svetu vampirjev Krvne vezi.

V njej se mlada alkimistka skuša privaditi življenju običajne gimnazijke, medtem ko v resnici pomaga varovati morjsko princeso Jill. A dvojno življenje se kmalu izkaže za težek zalogaj. Več časa ko Sydney preživi z moroji, močnejše dvomi o prepričanjih, ki so ji jih vcepili alkimisti.

Marina Nemat: Cena življenja

V knjigi je opisana pretresljiva resnična pripoved o zloglasnem zaporu Evin v revolucionarnem Iranu. Marina Nemat je bila stara komaj šestnajst let, ko se je začela islamska revolucija v Iranu, na oblast pa je prišel ajatola Homeini. Do takrat se je njeno življenje vrtelo okoli šole, poletnih zabav in prve zaljubljenosti. Toda politični pritisk se je premaknil v šole in Marina se je uprla. Aretirali so jo, ker naj bi obrekovala vlado, in jo poslali v zloglasni zapor Evin ...





Camilla Lackberg: Tujka

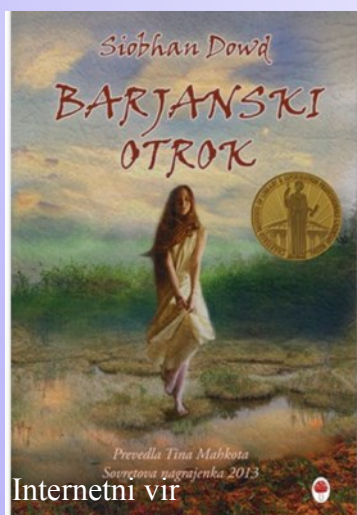
Tujka je napet, privlačen in zelo aktualen kriminalni roman, v katerem je Patrik postavljen pred največji izziv v svojem življenju. Vzporedno se mora ukvarjati z dvema različnima preiskavama umorov, obenem pa se z veliko naglico približuje dan, ko se bosta z Erico poročila ...

Jay Asher: Trinajst razlogov

Roman, ki razkriva krhkost in stisko mladega dekleta pred usodno odločitvijo. Ko se Clay Jensen vrne iz šole, na domači verandi najde nenavadno pošiljko, naslovljeno nanj. Škatlo s kasetami. Posnela jih je Hana Baker, njegova sošolka in simpatija, ki je pred dvema tednoma naredila samomor ...



In še tri novosti, med katerimi je morda kakšna po vašem okusu ...



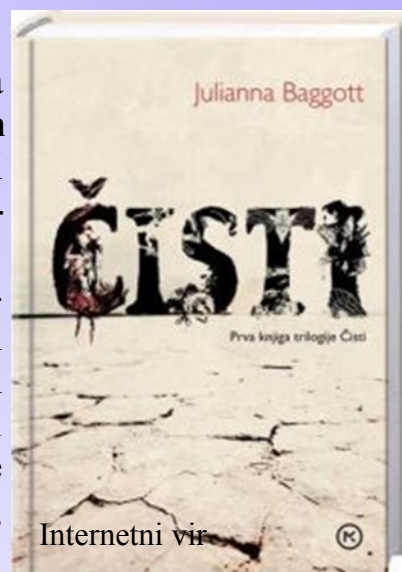
Siobhan Dowd: Barjanski otrok

Fergus, glavni junak romana Barjanski -otrok, si prizadeva, da bi razumel svet okoli sebe. Njegov starejši brat Joe gladovno stavka, doma se krešejo mnjenja o obliki političnega boja, v njem se prebujajo prva ljubezen. V sanjah mu prigovarja komaj slišni glas barjanskega otroka, čigar skrivnostna smrt se postopoma razkriva ...

Julianna Baggot: Trilogija Čisti

Trilogija ameriške pisateljice Julianne Baggott za vse, ki so jih navdušile Igre lakote. Že s **prvim delom** je postala velika prodajna uspešnica, po kateri zdaj ustvarjalci filmske različice sage Somrak pripravljajo film.

Po hudih eksplozijah, ki so razdejeale svet, je človeštvo razdeljeno na »čiste« – peščico izbrancev, ki živi v posebni Kupoli – in na preostali, iznakaženi del prebivalstva, ki v hudi bedi životari v onesnaženi pustinji. Medtem ko v Kupoli mladega Jereba vse bolj preganjajo spomini na mamo in nejasna slutnja, da je preživela, se Pressia zunaj bori za obstanek ...



David Hill: Bratova vojna

Večkrat nagradjen roman je postavljen v čas, ko v Evropi izbruhne najhujša vojna, kar jih pomni svet. Na Novi Zelandiji pa se brata William in Edmund, oba domoljuba, soočita s težko preizkušnjo: William se takoj ponosno javi na vojaško dolžnost, da bo častno služil svoji domovini, mlajši Edmund pa zavrne nošenje orožja, saj verjame, da orožje v imenu miru prinese zgolj novo gorje. Tako postane vojni oporečnik ...

Morda vam bo teh nekaj knjig namig, kaj vzeti v roke, ko si boste zaželeli branja. Seveda pa se v šolski knjižnici najde še marsikaj, tako da DOBRODOŠLI MED POLICAMI.

Marija Debevc Rakoše

PESMI

VSAM JE VČASIH SAM

Pogled se v daljavi ustavi,
plavanje po praznih ulicah,
ko tišina narašča v globini,
praznini srca,
a vzroka ne pozna.

Vsak je včasih sam,
ko se solze nabirajo
v žlebovih spodnjih vek
in ogromen cmok ne more iz
grla,
ud pa krili okrog telesa,
išoč stebrov,
ki bi se jih oprijel ...

Ker vsak je včasih sam,
ko vzide sonce,
za preživetje utrujen dan,
potikanje po vsakdanjih poteh,
izogibanje grehu;
dotaknil bi se najmanjše bilke,
čeprav zlomljive na pogled ...
Samo za trenutek.

In vsak je včasih sam,
zmedene misli v glavi,
slo po bližini,
slo vonja po živem,
nemoč v premeru tisočih milj,
težke veke se vdajo v poraz,
za ta čas,

za boleost neizbežne samote.

Saj vsak je včasih sam,
prazne tolažbe pomembne
zaradi svojega obstoja,
sanjave tolažbe za majhen up.

Kaos, središče nemira
pa včasih diha ne da,
bi grenkobo poljubil,
hrepenenje uniči duha.

Janja Vovko, dipl. med. sestra



Internetni vir

MINLJIVOST

Tisti cvet je ovenel
in ga zemlja je vase vsrkala,
ni važno, kdo ga je zalival,
njegov čas je minil.
Vse zgodbe pač nimajo srečnega konca,
letni časi minejo, se spremenijo,
cvetovi rastejo in ...
Če se jeseni ozrem na prazna polja,
mi je žal minljivosti,
a nekje, vem, nekje
bom našla ustavljen čas,
nekje, kjer ovenijo le plastični cvetovi.
Moj nasmejani obraz
zariše nove gube, vendar se ne bojim,
ker to je del življenja,
da bi ga le užila,
da bi ga le imela še ta čas,
ko najdem neskončnost prekinjenosti,
neskončnost ustavljenega veselja.
Janja Vovko, dipl. med. sestra



Internetni vir

PRAZNIKI NAM POMENIJO ...

Praznični dnevi so čas, ki ga nekateri načrtovano in v celoti posvetijo prijateljem, družini ali naključnim znancem, nekateri si tega želijo, pa jim, zaradi kopice obveznosti, to ne uspe, spet drugi praznike doživljajo kot nekaj odvečnega in nepotrebnega.

Na osnovni pomen praznikov pa ob tem prepogosto pozabljamo. V naglici vseh opravkov nam preprosto zmanjka tudi časa za pripravo prazničnega vzdušja. Ob potrošniški mrzlici prepogosto nimamo časa za ljudi okrog nas. Prav ti so tisti, ki bi morali biti bolj pomembni kot srčki, paketi, lučke, hrana, pijača ...

Ljudje so se nekoč na praznike skrbno pripravljali in pričakovanje ves čas stopnjevali. Posvetili so se svoji družini, svojim najdražjim. Vzeli so si čas. Le-ta je med prazniki zanje pričel teči počasneje. Kako pa je danes? O tem sem se pogovarjala z dijaki.

Nekaterim prazniki veliko pomenijo, drugim predstavljajo čas žalosti in zaprtja vase. Kaj tebi pomenijo prazniki?

Tanja: Druženje z družino in prijatelji, čas veselja, topline, vseč mi je praznično vzdušje.

Davorin: Čas, preživet z družino in z Žano, čas miru, obdarovanja, veselja, radosti ...

Zala: To mi veliko pomeni, ker preživim čas z družino, ki je med tednom ne vidim.



Davorin Cerjak, ZN 2. b

Se nanje posebej pripravljaš?

Tanja: Ne, ker nimamo velikih družinskih kosil in posebne priprave niso potrebne.

Davorin: Ne, nikoli.

Zala: Odvisno od praznika.

Kako jih preživljaš? Se udeležiš kakšnih kulturnih prireditev?

Tanja: Sem doma ali pa na obisku pri kakšnih družinskih prijateljih. Kulturnih prireditev pa se udeležujem občasno.

Davorin: Preživim jih v krogu družine ali s prijatelji, kulturnih prireditev pa se ne udeležujem.

Zala: Preživljam jih večinoma z družino. Skupaj gledamo filme. Prireditev pa se ne udeležujem.



Jasmina Koretič, FT 2. b

Kateri praznik ti je najljubši in zakaj?

Tanja: Božič in novo leto, ker se postavlja smrekica, vseč mi je decembrsko vzdušje, smo v pričakovanju novega leta. Pa tudi zaradi obiska starih staršev, ki ne živijo z nami.

Davorin: Božič, ker se bliža moj rojstni dan.

Zala: Božič, ker je to družinski praznik in takrat toplota in povezanost pridetja bolj do izraza.

Ko slišiš datum 31. oktober, na kaj najprej pomisliš?

Tanja: Na dan reformacije

Davorin: Noč čarovnic.

Zala: Na noč čarovnic.

Praznika, kot sta noč čarovnic in valentinovo, sta prišla k nam z Zahoda.

Ju praznuješ? Kakšno je tvoje mnenje o njima?

Tanja: Praznujem ju. Valentinovo je čas, ki ga preživljam s fantom in je izjema, ko nisem z družino. Za noč čarovnic pa okrasimo vrt z bučami, vendar ga drugače z družino niti ne praznujemo.

Davorin: Ne, praznuje ga »punca«, moja denarnica pa ne ravno.

Zala: Ja, jih praznujem. Po mojem mnenju nam popestrita socialno življenje. Me pa nič ne moti, da to nista naša praznika.

December ljubiš ali ga sovražiš," pravijo. Zadnji mesec v letu je nekaterim zaradi številnih praznikov zelo pri srcu, drugi ga prav zato ne marajo preveč. Kam sodiš ti; med tiste, ki komaj čakajo prihajajoče praznike, ali med one, ki bi se praznikom raje izognili?

Tanja: Jaz sodim med tiste, ki komaj čakajo praznike.

Davorin: Sodim med tiste, ki jih ljubijo, saj imam takrat več prostega časa.

Zala: Sodim med tiste, ki komaj čakajo praznike, predvsem božično-novoletne.

Če se osredotočimo na božič, ga praznuješ, in če ga, kako?

Tanja: Ja, ga praznujem, in sicer tako, da se družim z družino in s starimi starši na skupnem kosilu, okrasimo smrekico ...

Davorin: Praznujem ga z družino in z Žano. Odpremo buteljko posebne- ga letnika in narežemo pršut.

Zala: Praznujem ga v krogu družine. Najprej nam mama pripravi sar-me, nato povečerjamo in kar ostane, jih zamrzne za naslednji mesec. Nato odidemo še k polnočnici.



Tanja Mihelič, FT 2. b



Zala Pestotnik (FT 2. b)

Ti je kateri praznik še posebej ostal v spominu?

Tanja: Niti ne, ker mi je vsak po svoje zanimiv.

Davorin: Novo leto 2014.

Zala: Ja, prvi božič. Ko smo jedli sarme (smeh).

Veš kaj o praznovanju praznikov nekoč?

Tanja: Včasih jih ni bilo toliko kot danes. Te so znali bolje ceniti, danes pa ljudje skoraj ne vemo več, kaj je praznik.

Davorin: Ne vem veliko, ampak vem za pohode k polnočnicam s prižganimi baklami. Mislim, da so jih včasih bolj spoštovali, ker jih ni bilo toliko. Tudi materialne dobrine niso bile pogoste in zato so bile tudi bolj cenjene.

Zala: Ne vem veliko, vem pa, da so jim pomenili veliko več kot nam danes.

Jasmina Koretič, FT 2. b

ALI SE ZNAMO OBNAŠATI?

Pri predmetu osnove poslovnega bontona se s profesorico Metko Ban veliko pogovarjamo in učimo tudi o olikanem vedenju. Ali v vsakdanjem življenju dejansko upoštevamo bonton? Reši kviz in obkroži odgovor, kako bi v situaciji dejansko odreagirali ti in ne, kakor se ti zdi prav.

Greš po pločniku in srečaš starejšo gospo. Kaj storiš?

- a) Nastaviš nogo in jo spotakneš.
- b) Greš mimo nje, saj je ne poznaš.
- c) Jo prijazno pozdraviš.
- d) Ji rečeš: »Živijo!«

V šolski jedilnici čakaš v dolgi vrsti. Kaj narediš?

- a) Porineš vrsto in upaš, da bo kdo padel, saj bo vrsta krajša.
- b) Ker si jezen, ne greš na kosilo.
- c) Vljudno počakaš in se ne jeziš, če te kdo prehit.
- d) Preskočiš kolono z izgovorom, da se ti mudi.

Med kosilom s prijatelji:

- a) Kričiš na prijatelja, ki sedi na drugem koncu jedilnice.
- b) Govoriš s polnimi usti in se smejiš.
- c) Vljudno sediš in ješ kosilo v tišini.
- d) Govoriš o neprimernih stvareh, da sosеду uničiš tek.

Med odmorom:

- a) Sediš na tleh in oviraš prehod drugim.
- b) Si na facebooku.
- c) Mirno v tistem pogovoru s prijatelji čakaš na profesorico.
- d) Ležiš na klopici, da jo lahko imaš samo zase.

Na avtobus pride Rominja. Kaj narediš?

- a) Se ji smejiš in glasno govoriš o Romih, da te lahko sliši.
- b) Jo ignoriraš.
- c) Jo obravnavaš kot vsako drugo osebo.
- d) Odmakneš se v najbolj oddaljen konec avtobusa.

Z razredom ste na pohodu.

- a) Ker si pozabil sendvič, ga neopazno vzameš sošolcu.
- b) Ves čas si na telefonu.
- c) Poslušаш navodila in uživaš v naravi.
- d) Govoriš, kako težko ti je, javkaš nad čevlji, vremenom ...

Med uro:

- a) Žvečiš žvečilko, ki jo potem prilepiš pod mizo.
- b) Si na facebooku.
- c) Poslušаш učitelja, čeprav je dolgočasen.
- d) Si zvijaš cigareto.

Sorodniki pridejo na obisk, kaj narediš?

- a) Ker te je sram, se zakleneš v sobo.
- b) Se vsiljuješ v odrasle pogovore.
- c) Jim postrežeš, se z njimi pogovarjaš.
- d) Stojiš v kotu slabe volje zaradi tega, ker boš zaradi njih zamudil nadaljevanke.

Če je največ tvojih odgovorov obkroženih pri črki c: Pa saj si pravi Svetnik! Si dober zgled drugim in jim rad pomagaš. Ostani takšen.

Če je največ tvojih odgovorov obkroženih pri črki b: Ja, to pa je bolj slabo, vendar brez skrbi! Še malo vaje tu pa tam in postal boš pravi kavalir.

Če je največ tvojih odgovorov obkroženih pri črkah a ali d: Sedaj vidiš, da se moraš bolje potruditi. Saj veš, kaj pravijo: »Kjer je volja, tam je pot.« Torej ne obupaj in se poskušaj vesti lepše.

Tjaša Lekše in Sara Krnc, ZN 1. c

Prišel je dan, 6. 10. 2014, ko je naš razred ZN 4. c prišel na vrsto za opravljanje PUD-a (praktično usposabljanje pri delodajalcu). Večina je delala v zdravstvenih domovih, bolnišnicah ter domovih za ostarele, nekateri pa tudi v toplicah. Z delom smo pokazali, kaj in koliko smo se do sedaj v šoli naučili (npr. izvajanje intimne, ustne nege, pomoč pri hranjenju, aplikacija zdravil, merjenje sladkorja, krvnega tlaka in temperature), pokazali pa so nam tudi nekatere nove stvari oziroma postopke, ki se izvajajo pri pacientih.

Po pravici povedano je delo na PUD-u potekalo malo drugače, ne strogo po pravilih, ker ob sebi nismo imeli profesorice. Nekateri smo se srečali s pretresljivimi dogodki, kot je smrt pacienta. Poleg trdega dela pa smo doživeli tudi nekaj zanimivih prigod, ki jih predstavljamo v nadaljevanju.

Tilen Oštir: »Delal sem v Zdravstvenem domu v Krškem. Dobili smo intervencijo ter se odpeljali na Brege k neki gospe. Tam smo delali po navodilih zdravnika in ko sem šel gospe nastaviti EKG, sem se s stegnom malce uprl v posteljo. Naredil sem vse potrebno: postavil sem elektrode ter se odmaknil od pacientke, ko sem kar naenkrat začutil, da so moje hlače mokre. Pogledal sem in videl, da je gospa urinirala v svoje perilo in na postelji naredila veliko lužo, na katero sem se po nesreči naslonil. Bilo mi je malo neprijetno, ampak zelo smešno, kot tudi reševalcema, ki sta ob poti nazaj umirala od smeha. Hlače sem si moral očistiti z razkužilnimi robčki.«

Aljaž Butara: »Prakso sem opravljal na urgenci v Krškem. Okrog 9. ure zjutraj smo dobili klic starejšega moškega s prošnjo, ali bi mu lahko pripeljali iz trgovine stvari, ki jih potrebuje. Ekipi je bilo prvič smešno, nato pa je klical še petkrat čez dan. Pojasnili smo mu, naj tega ne dela, ker nismo tam za to, da bi dostavljali hrano iz trgovine, temveč da rešujemo življenje. Takrat je končno nehal klicati na številko za nujne primere.«

Kaja Kastelic: »Letošnjo prakso sem opravljala v rehabilitacijskem centru v Dolenjskih Toplicah. Na praksi sem se imela zelo lepo. S celotno ekipo sem se dobro razumela in postali smo kot ena majhna družinica. Nasmeljali pa smo se tudi nevsakdanjim dogodkom. Fizioterapevtka je prišla h gospe, ki je imela okužbo MRSA. Pred vstopom v sobo si je oblekla zaščitna oblačila (rokavice, masko), na hodniku pa sta na šolo hoje po stopnicah že čakali dve gospe.

Nato ena od niju reče drugi: *"Ti, tamle notr' je pa sigurnu ebola."* Nato druga reče: *"Pol je pa že u Slovenija pršlu? Pa nejsm n'č pa paračilih slišala, nej n'č pavejdou."* Fizioterapevtka se je po pol ure vrnila iz sobe in nadaljevala s svojim delom. Prišla je do teh dveh gospa in jima povedala, da sta sedaj onidve na vrsti. In reče ena od njiju: *"Bejžte stran! Prej ste bli u eboli, zdej se pa mene dotikate. D'nes nočem nobene terapije!"* Fizioterapevtki gospa ni verjela, da ebola pri nas ne razsaja, zato je morala priti glavna medicinska sestra. Gospa je rekla: *"Pust'e me na mir', če hoč' te, da živa ostanem. Sej vid' te, kuk l'di umre."* Po dolgem prerekanju in razlaganju smo gospe nekako uspeli razložiti, kakšna je stvar. Gospa nas je delno razumela. Vendar se je sama s sabo in z drugo gospo še vedno pogovarjala o eboli. Na ta račun smo se smejali še dva dni.«



Arhiv SZKŠ

Tina Smerke, ZN 4. c

SLIKE DIJAKOV



Tamara Lekše, ZN 2. b



Leon Brdar, KT 2. b

SLIKE DIJAKOV



Urška Novak, ZN 2. b



Urška Novak, ZN 2. b

SLIKE DIJAKOV



Urška Novak, ZN 2. b



Urška Novak, ZN 2. b



Urška Novak, ZN 2. b

SLIKE DIJAKOV



Urška Novak, ZN 2. b



Urška Novak, ZN 2. b

DEAR BEST FRIEND

Dear best friend,

I am writing this to you just to say thank you. Thank you for all the unforgettable moments, thank you for all the laughs, for every single tear we shed together. Thank you for making me laugh, even when I was questioning my own existence. Thank you for accepting me the way I am, and thank you for encouraging me to be myself. I have never thought that I would have a friend like you, a friend that is so different from me. But here we are, total opposites, caring for each other.

I have never told you this, but I am so lucky to have you. Remember the time we sneaked out of our homes when it was so cold we could freeze? Or the time I didn't have a cent in my pocket and I was hungry. You gave me your last euro so I could eat? Remember the time I was teaching you how to drive a car, and you almost crashed my dad's car? Remember the time I had an argument with my mother and you offered me to stay at your house immediately after I had told you? Or the time we smoked so many cigarettes at 5am on my balcony that our lungs

sounded like they were giving up? Remember the time we screamed our favourite song at that concert? Remember the time I had so much alcohol in my blood I didn't know who I was, but I knew who you were? That is because I know you more than I know myself. Ask me what your favourite colour is, and I won't know. But if someone asks about your life or your family or character, I can write at least 10 books about you. Your mother is my mother. My house is your house.

Even at my lowest moments, when I was giving up on life and I was pushing everyone away from me, you were there; you didn't give up on me. I love you because I know you're always there; there to catch me when I fall, there to listen when I need you, there when I feel alone. You know just what to say to make me feel alright. I know that I am a difficult and complicated person to be friends with. Sometimes I feel so depressed I can't walk or talk, and sometimes I am so damn hyperactive I could move a building with my bare hands. I know I drive you

crazy sometimes, but you can never be mad at me. I can be sarcastic and inappropriate with you. We have our inner jokes that no one understands. We have so many pictures together, and none of them is normal. If I had a euro for every sleepover we have had, I'd be a billionaire. I love you because we got drunk for the first time in our lives together. Because I'd share my pizza with you. Because we grew up together. It didn't matter if we had money or not. It just mattered that we were together. I know you would support me even if it hurt your own interests. Don't you dare to say that you are worthless because you are the reason I have survived every storm in my life. Because of you I am the person I am today.

And if you call me at 3am, too sad to even say hello, I will listen to your silence until you fall asleep. If you want to cry, I won't wipe your tears, I will cry with you, because to cry is to know you're alive. If you want to yell so hard that your voice will crack, I will yell with you. I will always be there for you, to calm you down and make you smile. Wherever you go, always remember that you have got a home now and forever.

Dear best friend, you mean the world to me. You are one of the best things that has ever happened to me. You are nothing less than a sister. I would give my life to save yours, and above all, I would never hurt you or lie to you. God made us best friends because he knew that our mother wouldn't handle us if we were biological sisters. I love you to the moon and back and I promise that one day we will be the coolest grandmothers, telling our grandchildren about our crazy times when we were younger.

Dushica Marjanovikj, ZN 2. a



ARE YOU PLANNING A VISIT TO SLOVENIA?

If you are, then there are a few destinations and things that you mustn't miss in Slovenia.

You must visit the capital city of Ljubljana and the cities of Ptuj and Maribor because they will 'bewitch' you with their peaceful, tranquil and relaxing environment. What is more, the wonderful old parts of the cities and towns will charm you. You must visit our coast and the Karst, where you can go to visit the stud farm in Lipica. There, you should try the Teran wine and pršut (prosciutto). On the way to Lipica you can visit our underground 'pearls', the Škocjan caves and Postojna cave, which are world famous and worthy of seeing. If you fancy nature you must visit the Triglav national park, where you can relax and unwind in the surroundings of hills and mountains. In addition, you must visit Bled where one can find our only island in the middle of Lake Bled. And don't forget to try a cream cake (kremšnita). If you want to see more, go and visit the Logar valley and the Trenta valley where you will be inspired by the Tolmin gorges. If you like hiking, Velika planina is the right place for you. There you can see first-hand the alpine dairy farming and the beautiful view of Slovenia. In the Dolenjska region you can visit some vineyards and maybe experience the life in the countryside. Try our traditional dish – Kranjska klobasa or black pudding with sour turnip or sauerkraut and for desert, a home-made nut roll (potica). You can also visit the source of the river Krka.



And my advice: Try to avoid shopping centres because there are so many beautiful places and interesting activities that you should try in Slovenia.

So these are a few destinations that you must see, but don't be afraid,

there are still many of them, so grab a chance and visit Slovenia.

Urša Skube, FT 2. a

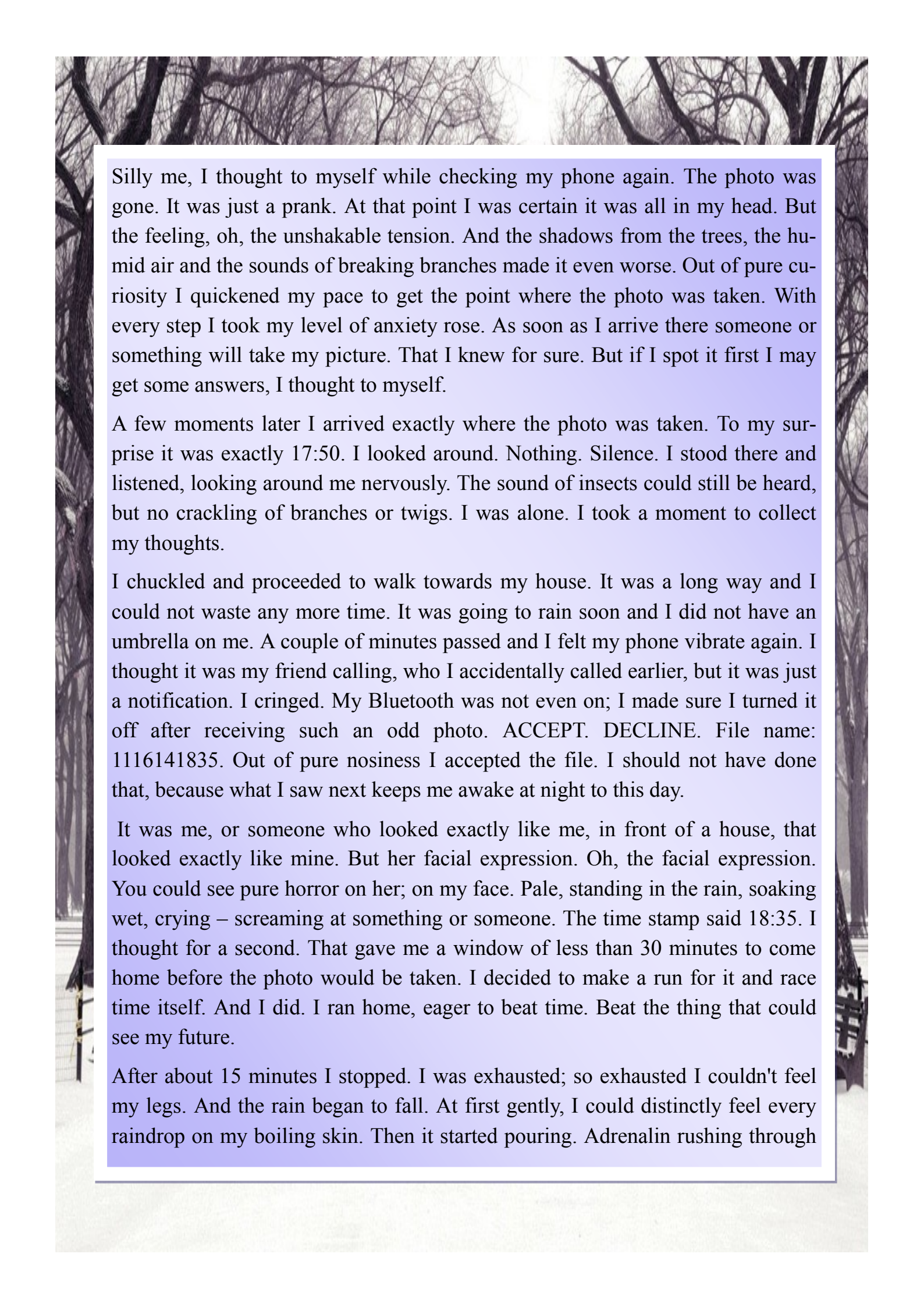
BLUETOOTH, SERIOUSLY?

First of all I am going to tell you that I really do not go out much. Rarely do I find myself going for a stroll in the dark to clear my head from everyday stress and worries. Secondly, I do not believe in paranormal. I think it is all a hoax so people actually have something to fear nowadays.

Anyway, I am not going to discuss my beliefs here, au contraire, I am going to tell you a story that has made me paranoid for the last couple of days. As previously mentioned I have days when I need to go out and about to clear my, otherwise busy, mind. I did so last Sunday.

I took a stroll through our village, but got sick of people watching me, so I took a turn into the woods. It was a beautiful evening, the sky was filled with dark clouds and the air was humid. The faint sound of insects buzzing really low could be heard. I thought to myself »lovely, it's going to rain soon". Like every other teenager, I too, cannot go long without my phone, so I took it with me. As I walked slowly through the woods enjoying the autumn coloured leaves and the crunching of twigs below my feet, I felt my phone vibrate. I took it out of my back pocket and it was unlocked. It looked like I accidentally "butt dialled" someone and opened a few apps. Amongst those was my Bluetooth. Now, I know that not a lot of people use Bluetooth nowadays, but I still got a file transfer notification.

At first I was shocked. I looked around to see if there was a friend near me messing with me. But I saw no one, which was even more frustrating. I accepted the file. As soon as it transferred I regretted my decision. The file's content was a photo bizarrely named, just a bunch of numbers. 1116141750. My mind raced as I opened the photo. I could not believe what I saw. It was me, but about a kilometre ahead. Knowing this route so well, I knew exactly where the photo was taken, and I was not even there yet. I was supposed to walk my way past that point soon. Scanning the details I saw that the girl on the photo wore a black coat, dark blue jeans and knee high boots, just like I was. She even had red hair and glasses. You could easily see how concerned she looked. I thought about the title. The more I thought about it, the clearer it became. I checked the clock. 17:43. The photo will be taken in seven minutes. I shook my head to snap out of the trance. I laughed nervously and continued my way through the woods.



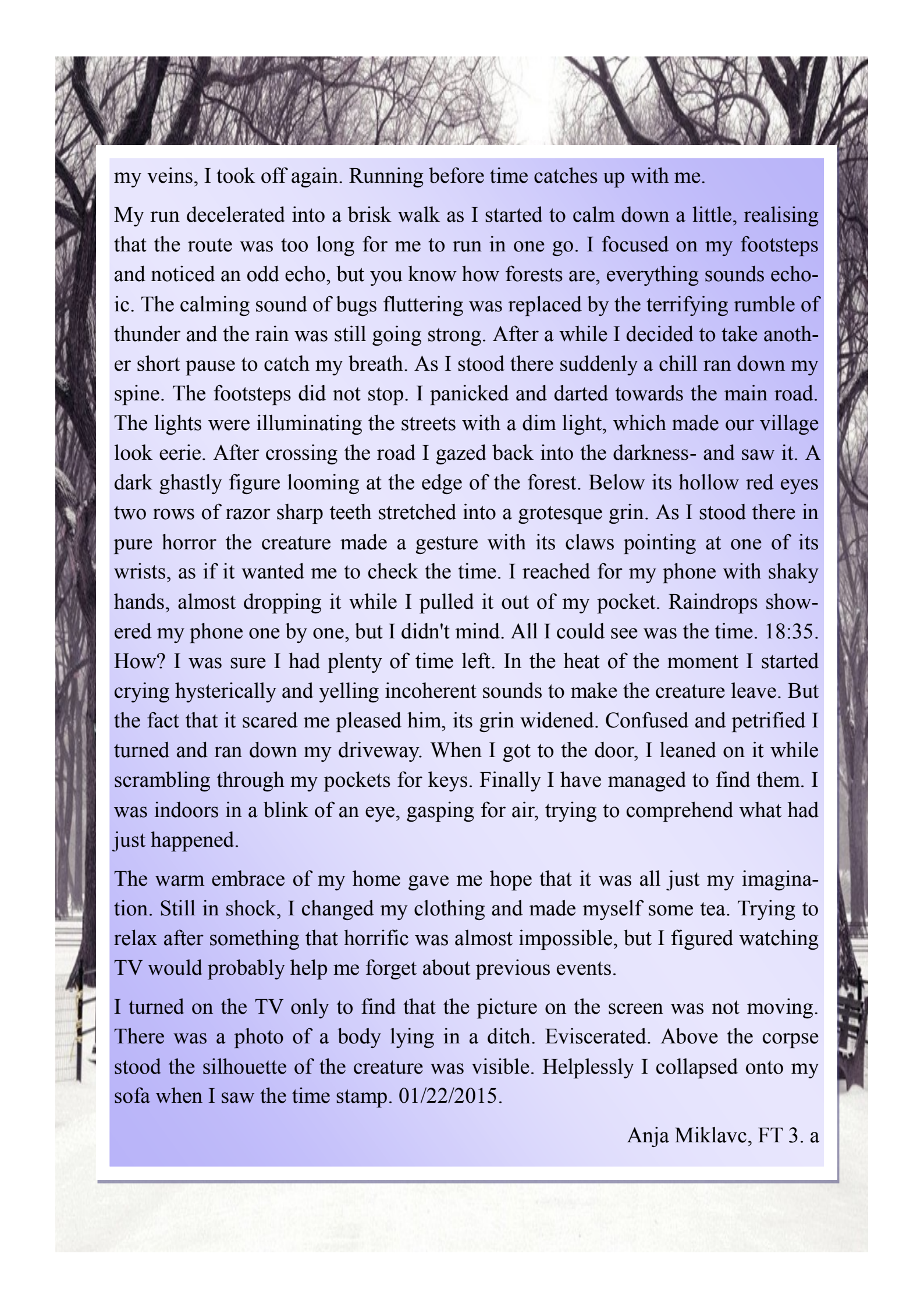
Silly me, I thought to myself while checking my phone again. The photo was gone. It was just a prank. At that point I was certain it was all in my head. But the feeling, oh, the unshakable tension. And the shadows from the trees, the humid air and the sounds of breaking branches made it even worse. Out of pure curiosity I quickened my pace to get the point where the photo was taken. With every step I took my level of anxiety rose. As soon as I arrive there someone or something will take my picture. That I knew for sure. But if I spot it first I may get some answers, I thought to myself.

A few moments later I arrived exactly where the photo was taken. To my surprise it was exactly 17:50. I looked around. Nothing. Silence. I stood there and listened, looking around me nervously. The sound of insects could still be heard, but no crackling of branches or twigs. I was alone. I took a moment to collect my thoughts.

I chuckled and proceeded to walk towards my house. It was a long way and I could not waste any more time. It was going to rain soon and I did not have an umbrella on me. A couple of minutes passed and I felt my phone vibrate again. I thought it was my friend calling, who I accidentally called earlier, but it was just a notification. I cringed. My Bluetooth was not even on; I made sure I turned it off after receiving such an odd photo. ACCEPT. DECLINE. File name: 1116141835. Out of pure nosiness I accepted the file. I should not have done that, because what I saw next keeps me awake at night to this day.

It was me, or someone who looked exactly like me, in front of a house, that looked exactly like mine. But her facial expression. Oh, the facial expression. You could see pure horror on her; on my face. Pale, standing in the rain, soaking wet, crying – screaming at something or someone. The time stamp said 18:35. I thought for a second. That gave me a window of less than 30 minutes to come home before the photo would be taken. I decided to make a run for it and race time itself. And I did. I ran home, eager to beat time. Beat the thing that could see my future.

After about 15 minutes I stopped. I was exhausted; so exhausted I couldn't feel my legs. And the rain began to fall. At first gently, I could distinctly feel every raindrop on my boiling skin. Then it started pouring. Adrenalin rushing through



my veins, I took off again. Running before time catches up with me.

My run decelerated into a brisk walk as I started to calm down a little, realising that the route was too long for me to run in one go. I focused on my footsteps and noticed an odd echo, but you know how forests are, everything sounds echoic. The calming sound of bugs fluttering was replaced by the terrifying rumble of thunder and the rain was still going strong. After a while I decided to take another short pause to catch my breath. As I stood there suddenly a chill ran down my spine. The footsteps did not stop. I panicked and darted towards the main road. The lights were illuminating the streets with a dim light, which made our village look eerie. After crossing the road I gazed back into the darkness- and saw it. A dark ghastly figure looming at the edge of the forest. Below its hollow red eyes two rows of razor sharp teeth stretched into a grotesque grin. As I stood there in pure horror the creature made a gesture with its claws pointing at one of its wrists, as if it wanted me to check the time. I reached for my phone with shaky hands, almost dropping it while I pulled it out of my pocket. Raindrops showered my phone one by one, but I didn't mind. All I could see was the time. 18:35. How? I was sure I had plenty of time left. In the heat of the moment I started crying hysterically and yelling incoherent sounds to make the creature leave. But the fact that it scared me pleased him, its grin widened. Confused and petrified I turned and ran down my driveway. When I got to the door, I leaned on it while scrambling through my pockets for keys. Finally I have managed to find them. I was indoors in a blink of an eye, gasping for air, trying to comprehend what had just happened.

The warm embrace of my home gave me hope that it was all just my imagination. Still in shock, I changed my clothing and made myself some tea. Trying to relax after something that horrific was almost impossible, but I figured watching TV would probably help me forget about previous events.

I turned on the TV only to find that the picture on the screen was not moving. There was a photo of a body lying in a ditch. Eviscerated. Above the corpse stood the silhouette of the creature was visible. Helplessly I collapsed onto my sofa when I saw the time stamp. 01/22/2015.

Anja Miklavc, FT 3. a

LACHEN IST GESUND - EIN PAAR WITZE AUS DEN SCHULBÄNKEN

1. **Lehrerin:** Bei jedem Atemzug, den ich mache, stirbt ein Mensch.

Schülerin: Versuchen Sie's doch mal mit Mundwasser!

2. **Schüler:** Herr Lehrer, was heißt das, was Sie unter meinen Aufsatz geschrieben haben?

Lehrer: Du musst deutlicher schreiben!

3. Vor einer Schule ist für die Autofahrer ein Warnzeichen angebracht: Überfahren Sie die Schulkinder nicht!

Darunter steht: Warten Sie lieber auf die Lehrer!

4. **Lehrer:** 76% aller Schüler in dieser Klasse haben keine Ahnung von Prozentrechnung.

Schüler: Herr Lehrer, so viele sind wir doch gar nicht.

5. Der Klassenlehrer beschimpft wütend Fritzchen: „Das ist heute das fünfte Mal in dieser Woche, dass du zu spät kommst. Was hast du dazu zu sagen“
„Es wird diese Woche bestimmt nicht mehr vorkommen.“

Klementina Stopar, KT 2. b

EBOLA

Was ist eigentlich Ebola?

Ebola ist eine Krankheit, die durch das Ebolavirus hervorgerufen wird. Die Symptome beginnen ein paar Tage nach der Infektion. Zuerst kommen hohes Fieber, Halsweh, Kopfschmerzen und Müdigkeit, gefolgt von Übelkeit, Erbrechen und Durchfall. Später kommt es in einigen Fällen zu inneren Blutungen. Bei schweren Verläufen können Niere, Leber und andere Organe versagen. Deshalb endet die Krankheit oft tödlich.



Wie kriegt man Ebola?

Die Übertragungswege sind von Mensch zu Mensch: mit Blut oder anderen Körperflüssigkeiten oder durch Kontakt mit Tieren: besonders mit Flughunden und Menschenaffen.

Wie heilt man Ebola?

Bisher hat man keine wirksame Therapie gegen Ebola gefunden. Wichtig bei einer Ebola-Infektion ist die intensivmedizinische Versorgung der Patienten. Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr mit Elektrolyten ist grundlegend für eine erfolgreiche Behandlung.

Leja Bevec, ZN 1. c

ZDRAVA PREHRANA

Zdrava prehrana nas zaznamuje že vrsto let in je ključnega pomena za naše zdravje ter telo. Ne le da z njo krepimo svoj imunski sistem ter zdravje, temveč tudi skrbimo za svoje telo in kožo.



Čeprav ob besedi zdrava prehrana najprej pomislimi na zelenjavo in sadje, ima ta beseda širši pomen. Namreč zdrava prehrana zajema vse naše obroke: zajtrk ali malico, kosilo in večerjo, vmes pa tudi manjše prigrizke. Za najpomembnejši obrok velja zajtrk, ki pa ga ljudje največkrat izpustijo. Dandanes pa zdrava prehrana nima več tako pomembnega pomena za ljudi, ki ves čas tekajo sem in tja v službi in se raje poslužujejo nezdrave prehrane, ki je hitreje pripravljena in tudi finančno bolj dostopna. Še največji problem pa nastopi pri mladini, ki dnevno uživa nezdravo prehrano ter sladkarije,

vse več pa je tudi takih, ki kadijo in uživajo veliko alkohola, kar se na koncu zelo pozna tako na zunanosti kot v notranjosti. Zato strokovnjaki tudi opozarjajo na posledice takega načina prehranjevanja, saj je vse več ljudi, ki imajo težave z debelostjo, ki privede do številnih bolezni.

Če bi vsak posameznik namenil več časa tako zdravi prehrani kot zdravju in se nehal vsakodnevno obremenjevati z nepomembnimi stvarmi, bi se naš pogled na življenje bistveno spremenilo na bolje.

Kaja Doberdrug, ZN 2. a

ZDRAVA PREHRANA

Zdrava prehrana je del našega vsakdana in je zelo pomembna v našem življenju. Z zdravim prehranjevanjem varujemo zdravje in sočasno preprečujemo dejavnike tveganja za nastanek kroničnih nenalezljivih bolezni (zvišan krvni tlak, zvišan krvni sladkor, prekomerna telesna teža) in bolezni same (bolezni srca in ožilja, rak, sladkorno bolezen). Ljudje se premalo zavedamo, kako pomembna je zdrava prehrana in to vodi tudi k temu, da so naši obroki enolični in nezdravi, hkrati pa jemo prehitro, preveč na enkrat ter premalokrat na dan.



Internetni vir

Da bi se izognili neprijetnim posledicam, moramo jesti pestro hrano, ki je pretežno rastlinskega izvora. Izogibamo se veliki uporabi soli. Dnevno moramo zaužiti čim več žit in žitnih izdelkov (črn kruh, testenine, riž), krompirja, rib ter jajc in večkrat na dan jesti sveže sadje in zelenjavo. Količino mesa moramo omejiti in vsaj dvakrat na teden uvesti brezmesni dan. Seveda pa ne smemo poza-

biti na izogibanje slaščic in maščob. Vsa ta živila moramo porazdeliti na najmanj 3 obroke, in sicer na zajtrk, kosilo in večerjo. Pomembno je tudi, da zaužijemo dovolj tekočine; vsaj 1,5 litra na dan. Najbolj priporočljiva sta navadna voda ali nesladkan čaj, s sladkimi pijačami (sladki sokovi, gazirane pijače) pa ne smemo pretirati, saj vsebujejo veliko sladkorja. Zdrava prehrana pa ni odvisna samo od hrane, ampak tudi od pravilnega rokovanja s hrano, ustrezne priprave hrane, z rednim umivanjem rok in primerne shranjevanja živil.

Zelo pomembno pa je tudi, da v jedi uživamo.

Karmen Plut, ZN 2. a

ZDRAVA PREHRANA

Naše zdravje je neposredno povezano z našimi prehranskimi navadami. Hrana, ki jo vsak dan uživamo ne služi samo temu, da se najemo ali zadovoljimo jezik. Na žalost je v sedanjih časih pravilna prehrana postala zanemarjena. Jemo hitro, izpuščamo obroke in za pripravo obrokov uporabljamo mikrovalovno pečico.

Z zdravim prehranjevanjem varuje-



Internetni vir

mo zdravje in prav tako preprečujemo nastanek kroničnih bolezni (zvišan krvni tlak, debelost, podhranjenost, zvišanje holesterola, diabetes ...) in bolezni same (bolezni srca in ožilja, rak, diabetes tipa 2).

Zdrava prehrana je v najstniških le-



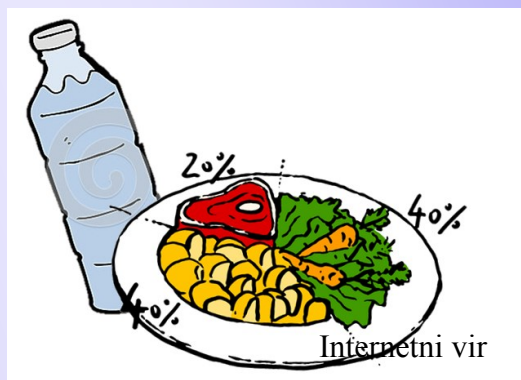
Internetni vir

tih celo pomembna za rast in razvoj vseh naših organov, da je naše telo odpornejše proti virusom in bakterijam, pomembna je tudi zaradi tega, da bomo bolj zdravi kasneje, ko bomo odrasli. Najstniki pojejo premalo mlečnih izdelkov, polnovrednih žitaric, sadja in zelenjave in zaužijejo preveč hitre hrane, sladkarij, različnih prigrizkov in sendvičev ter popijejo preveč gazirane pijače in jejo velike obroke 3-krat na dan. Redno med tednom namreč zajtrkuje samo 38 % dijakov.

Daniela Sopčič, ZN 2. a

ZDRAVA PREHRANA

Ko načrtujemo zdrav dnevni jedilnik, moramo vedeti, kako, kdaj in kolikokrat na dan naj jemo.



Zdrav zajtrk naj bo pretežno sestavljen iz hrane, ki vsebuje veliko sestavljenih ogljikovih hidratov (kosmiči, žita, sadje in zelenjava). Če želimo, da bodo naše telo in možgani v polni pripravljenosti, potem moramo skrbeti za redno dovajanje energije. Dopoldanska malica je manj obilna kot zajtrk, poskrbimo, da jo zaužijemo vsaj 3 do 5 ur po zajtrku, tako naj si sledijo tudi ostali obroki. Kosilo in večerja naj bi bila sestavljena tako, da je na krožniku 2/5 zelenjave, 2/5 ogljikovih hidratov, ter le 1/5 mesa. Dodamo lahko tudi eno rezino polnozrnatega kruha ali povečamo obrok z manj mastnim sirom. Večerja je lahko tudi hladna, zadostuje veliko zelenjave, koruze, tune ali sadja. Lahko si spečemo tudi jajce, zraven pa pojemo nekaj

svežega paradižnika ali paprike, rezino polnozrnatega kruha in sadje za poobedek.



Nekaj priporočil:

Vsaj enkrat do dvakrat na teden uživamo meso, ribe in morske sadeže. Ne smemo pozabiti niti na tekočino. Zaužiti moramo vsaj liter in pol tekočine na dan.

Raziskave čedalje bolj ugotavljajo, kako nezdrava je hitra hrana, zato je najbolje, da se ji čim bolj izognemo. Povzroči pa lahko tudi zelo veliko bolezni; prekomerno telesno težo, sladkorne bolezni, srčni infarkt, holesterol in še mnoge druge težave. Namesto da si privoščimo hitro hrano, ki povzroči debelost in na koncu pripelje do bolezni npr. raka je bolje vzeti jabolko ali kakšno sadje in oditi na sprehod v naravo.

Za svoje zdravje in počutje lahko največ naredimo sami.

Jasna Gorenc, KZ 1. a

LEPA VIDA

Lepa Vida je v trgovini stala,
da plenice za sina bi izbrala.
Po telefonu jo pokliče fant Matej,
postala še bolj bleda je kot prej.
Kot po navadi jezil se je na njo,
a že tudi huje je bilo.
Fant vedno jo pretepa,
nikdar ji ne reče, da je lepa.

Ko telefon je odložila,
iz oči ji solza je pobegnila.
Zraven nje je stal Boštjan,
ki za hčerkico skrbel je sam.
Sliši vse, kar se zgodi,
in Vido tako ogovori:
»Mogoče res po videzu je čeden,
a verjemi, podlež te ni vreden.
Kdor nad žensko dvigne roko,
le v sanjah bo imel poroko.«

Tako se Vida je odločila,
da bo fanta zapustila.
Še preden fant karkoli je posumil,
Vido in sina je izgubil.
In ko Vido ježno išče,
dobi poziv na sodišče.
Sodnik prepoved približevanja mu
določi
in ga s krutim dejstvom sooči –
sina videti ne sme,
lepe Vide tudi ne.
Sin poznal ne bo očeta,
Matej bo sam na stara leta.

Maja Pene, Mehridžana Dizdarević,
FT 1. b

Lepa Vida je ob oknu stala
in premišljevala,
ali naj upošteva drugo mnenje
in kupi pralni stroj Gorenje.

Odpelje se v trgovino,
kjer sreča sosedo fino.
Pravi ji, da je Bosch
za en počen groš
ter da se je prav odločila,
ker Gorenje bo kupila.

Pride mimo še zamorc
in pravi, da so turški »tanarbolš«.
Lepa Vida raje kupi pralni stroj Be-
ko,
saj ji ostane denar še za novo oble-
ko.

Lucija Kosmač, Viktorija Kužnik,
FT 1. b

TRENDI OBLAČENJA

Najstniki se radi oblačimo po vzoru glasbenikov iz glasbenih skupin, ki razvijajo posebne zvrsti glasbe in s tem na nek način narekujejo tudi trende oblačenja med mladimi.

PUNK

Pankerski imidž po navadi direktno žali. Pankerji nosijo majice s psovkami ali podobo različnih punk glasbenih skupin in različne dodatke, kot so na primer »knofljice«, bodice, verige ...

Fantje imajo običajno irokezo, nosijo bulerje ali all starke. Skratka v punk stilu je vse dovoljeno. Pripadniki punka s stilom izražajo tudi svoje obnašanje. Pankerji so po navadi anarhisti, nezainteresirani za karkoli ... vse jemljejo neresno in se upirajo oblasti, žalijo ter uporabljajo psovke.



ROCK

Pripadniki rocka nosijo temnejša oblačila (običajno črna), punce imajo vpadljivo naličene ustnice, za oči pa uporabljajo eyeliner in črno barvico. Rokarji radi poslušajo na primer AC/DC, Green day, Bon Jovi, The Stones, Queen. Nosijo bulerje, zapestnice.



HIP-HOP

Je ulično oblačenje, po navadi se tako oblačijo najstniki, ki poslušajo Rap. Značilna oblačila so široke trenirke ali hlače in široke jope ali majice. Pripadniki tega stila poslušajo Bob Marley-ja, Ghet-a, Zlatkota, 2Pac-a, Wu-Tang Clan-a.



TRENDI OBLAČENJA

METAL

Obstaja več vrst metala: white metal, death metal ... pesmi v white metalu govorijo o krščanstvu, v death metalu pa proti krščanstvu (zagovarjajo satana). Tudi fantje imajo lahko dolge lase, obožujejo tatuje, oblačijo se po navadi v črno. Poslušanje tovrstne glasbe jih sprošča.



Internetni vir

SWAG

Ta stil oblačenja po navadi uporabljajo fante, ki mislijo, da so kul. Zgledujejo se po Justinu Bieberju, čeprav se nekateri tega ne zavedajo in trdijo, da to ni res. Značilna oblačila so kapa, do zadnjice spuščene hlače, ki so spodaj oprijete ...



Internetni vir

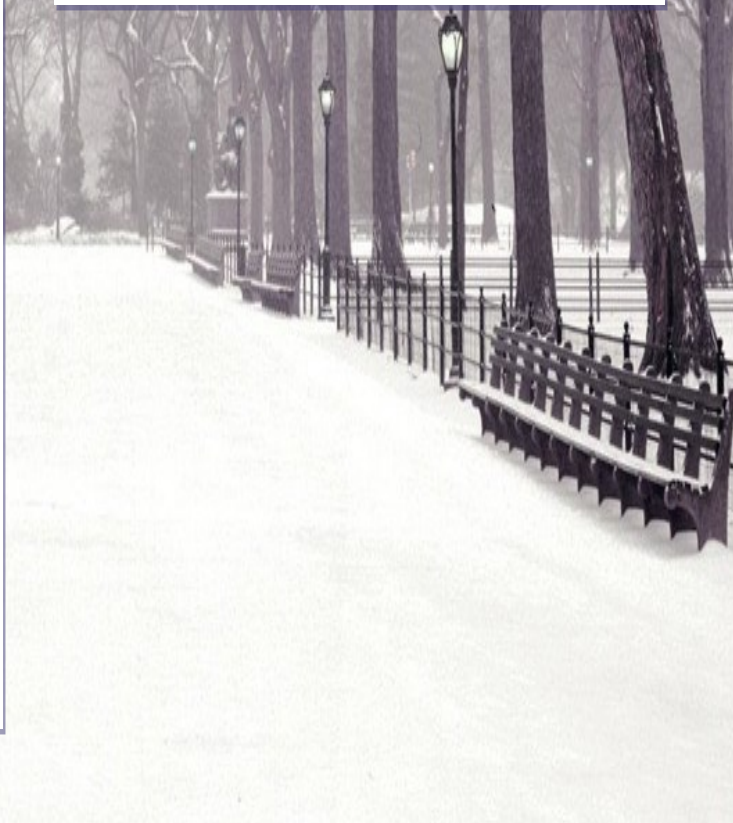
NEARD

Tako se po navadi oblačijo piflarji. V Sloveniji ta stil oblačenja ne pride tako do izraza, v Ameriki pa nosijo srajčko ali majico potisnjeno v hlače in pas. Neardi občudujejo računalništvo in video igrice. Rečemo jim tudi geek ali gamer.

Špela Centa, KT 2. b



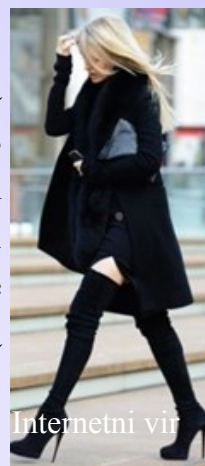
Internetni vir



LETOŠNJI TRENDI OBLAČENJA

Največ deklet letos nosi superge, večinoma jih je v kavbojkah, čeprav se nekatere v šolo odpravijo kar v trenirki. Zgoraj veliko deklet obleče kakšno majčko ali srajco, čež pa jopico ali pulover. V šoli pravil oblačenja ni, zato so šolski hodniki pester prikaz različnih slogov oblačenja, mešanice modnih trendov, pa tudi kiksov. Med mladimi je zelo priljubljen Tumblr style, kjer večina deklet najde veliko navdiha. Nekaterim je všeč hipsterski slog, ki združuje retro kose z oblačili in dodatki, ki se v trgovinah prodajajo zdaj. Zelo veliko mladih pa se zgleduje po stilu oblačenja slavnih. Mlade najstnice v glavnem navdušujejo sproščeni stili oblačenja – jopice, allstarke, bulerji, raztrgane kavbojke ... Letos so v modi tudi oprijete pajkice s kombinacijo visokih škornjev. To jesen in zimo velja misel, da naj bodo oblačila ohlapnejša, prekrivajo pa naj večji del kože. S preveč golote bo vaš videz vulgaren in nič kaj moden. Pod škornji nosite le temne najlonke, legice ali oprijete hlače; zgornji del stajlinga pa je lahko v drugih barvah in v več plasteh. Pazite pri izbiri materialov in vzorcev. Če oblečete kratko krilo, naj bo plašč dolg.

Če mislite, da so puliji stvar preteklosti, se pošteno motite. Za letošnjo zimo namreč napovedujejo njihovo veliko vrnitev v naš vsakdan. Pulije letos nosi kar veliko deklet, saj so zelo udobni in topli. Na hladan dan je za potep po ulici, srečanje s prijateljicami ali daljši sprehod najprimernejši oversized puli, ki ga oblečete poleg oprijetih kavbojk ali legic. Ker večplastno oblačenje velja za toplo in praktično, lahko tanjši puli oblečete pod džins jakno, ki jo boste tako lahko nosili dlje. Nikoli ne boste zgrešile, če boste od glave do pet odete v eno barvo. Šik videz vam zagotavlja jo nevtralne barve, na primer siva, bela ali črna. Puli lahko oblečete tudi preko dolge majice ali topa. Moden način nošenja tanjšega pulija to sezono je pod obleko.

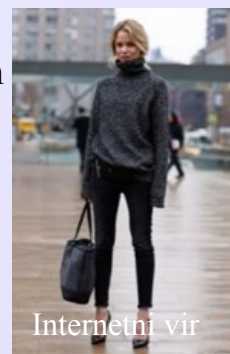


Internetni vir



Internetni vir

Prišel pa je tudi čas jaken, plaščev in škornjev.



Internetni vir

Tudi zima je lahko prav moden letni čas. Namesto da nosite bunde, se, ko vam je še posebej mrzlo, ogrnite v topel plašč iz umetnega krzna, ki ga letošnjo sezono nosi skoraj vsako dekle.



Internetni vir

Večina ljudi s svojim slogom oblačenja kaže svoj karakter. Zelo moderni pa so tudi uhani, vendar ne preveč okrašeni. Moden okras letošnje jeseni in zime pa so tudi ure v barvi zlate, bele ali srebrne. Velik hit pa so tudi bogato okrašene verižice, ki se prilegajo skoraj vsakemu kosu oblačila. Večina ljudi pa se po navdih odpravi tudi na svetovni splet, kjer modni navdušenci objavljajo različne fotografije, videe, strani iz modnih revij in editorialov, filmske prizore ... skratka vse, kar jih navdihuje s svojo lepoto, nenavadnostjo ali idejo, ki jo lahko uporabijo tudi drugi.

Na slovenskih ulicah se ljudje ne upajo obleči po svoje, stili oblačenja so preveč enolični in le redko kdo vzbudi pozornost. Velikokrat opazimo tudi velike torbice, ki so letos tudi zelo moderne. Skoraj nobeno dekle pa ne gre nikamor brez mejkapa. Vsaka nova sezona prinese nove barve in nove trende ličenja. Eden izmed največjih trendov letošnje jeseni so zagotovo rožnate in rdeče ustnice, ki so zavzele modne brvi. Zelo v modi pa so pastelne barve ličil. Nanos je bolj medel, daje pa dokaj naravni videz, ki je to zimo tudi zelo 'in'. To zimo se vse vrti okoli oči, pa naj bodo te naličene z živimi barvami ali povsem minimalistično. Ali je črn eyeliner sploh kdaj šel iz mode? No, vračajo se mačje obrobljene oči, to zimo jih boste videli še pogosteje, saj so prav tako velik lepotni trend. Najbolj drzen videz mejkapa je povsem naraven in gol; moden je videz nenaličenega obraza, za to večina deklet uporablja naraven mineralni puder in rjavo maskaro.

Lora Kebelj, KZ 1. b

KOZMETIČNI KOTIČEK

KOZMETIČNI KOTIČEK

V tokratnem prispevku vam želimo predstaviti značilnosti mastne kože, vzroke in svetovanje, predvsem pa samopomoč, na kaj moramo paziti in kako takšno kožo negovati sami doma.



Internetni vir

Kako prepoznamo mastno kožo?

se sveti, ima široke in vidne pore, povečan izliv loja, prisotne nečistoče, polnejša na otip, puste barve.

Vzroki:

- hormonalni: vpliv na izločanje loja (v obdobju adolescence),
- eksogeni: mraz, veter, sonce,
- vedenjski: nepravilna prehrana, kajenje, alkohol, stres, pomanjkanje spanja.

NEGA OBRAZA:

Površinsko čiščenje: uporabljamo izdelke z adstringentnimi in antiseptičnimi dodatki (kafra, kumarice, rožmarin, timijan, brin, ...). Za čiščenje lahko uporabljamo tudi brezvodne gele. Uporabljamo čistilno mleko s pantenolom ter adstringentni tonik z alkoholom ali rastlinskimi dodatki (žajbelj, zeleni čaj, kamilica, ...).

Piling: uporabimo lahko vse vrste pilingov, vendar mehanskega uporabimo le, če ni vnetij. Uporabljamo **maske** (limona, cipresa), antiseptične maske (bazilika, brin), pomirjevalne maske (kamilica, sivka), čistilne maske (glina, alge).

Svetovanje: pravilna nega (vsak večer čiščenje s čistilnim mlekom in tonikom), zaščita kože – hidratantne – vlažilne kreme, uporaba pudra v prahu, zdrava prehrana in pitje veliko tekočin, predvsem vode. Pripravili smo nekaj predlogov mask za mastno kožo, ki si jih lahko pripravite doma.

MASKE ZA MASTNO KOŽO

1. Maska za čiščenje mastne kože

Recept namenjen za čiščenje zamašenih, širokih in nečistih por.

Sestavine:

1 žlica mletih kosmičev (zmeljite v mlinčku)

2 žlici vroče vode

½ olupljenega jabolka

1 žlica medu

1 žlička navadnega jogurta

Postopek:

Mletim kosmičem dodajte vodo, zmešajte in počakajte da se naredi zmes. V mešalniku zmešate jabolko, med, jogurt ter zmes iz kosmičev in vode da dobite gladko zmes. Nanesete jo obraz za 15 minut in nato nežno sperete z mlačno vodo. Če ste dobili zmes bolj redko, samo dodate malo več kosmičev ali medu.

2. Maska iz zelene gline

Zelena glina je izredno bogata z minerali. Ta tip gline je primeren za vse tipe kože, še posebej odlična izbira pa je za mastno kožo. Glina iz *kože* odstrani toksine in pomirja vnetja. Odlična je tudi za *kožo* z aknami.

Sestavine:

žlica zelene gline

žlica medu

žlica navadnega jogurta

Postopek:

V posodici zmešajte žlico zelene gline, medu in jogurta ter nato masko enakomerno razmažite po celem obrazu. Zmes lahko uporabite le za kritične predele telesa. Pustite jo delovati vsaj pol ure.

3. Maska iz kvasa

Maska je primerna predvsem za mastno nečisto kožo, saj bo kvas izsušil kožo in mozolje.

Sestavine:

žlička kvasa

žlička medu

žlička navadnega jogurta

Postopek:

Kvas, med in jogurt zmešajte v posodici, zmes nanesete na očiščen obraz. Masko imejte na obrazu toliko časa, dokler se ne strdi. Odstranite jo s toplo vodo.



4. Kostanjeva maska

Kostanj je priporočljiv za vse, ki imajo težave z mastno kožo.

Sestavine:

nekaj kostanjev

žlička medu

pol žličke olivnega olja

Postopek:

Zmešate kuhan in pretlačen kostanj z žličko medu in pol žličke olivnega olja. Nanesete na obraz ter pustite delovati 20 minut. Potem sperete z vodo.

5. Maska proti ogrcem iz grozdja

Grozdje vsebuje izjemno veliko antioksidantov, zato je grozdje pogosta sestavina v sodobnih kozmetičnih preparatih.

Sestavine:

skodelica grozdnih jagod

Postopek:

Masko iz grozdja pripravite tako, da pretlačite skodelico grozdnih jagod in njihov sok nanesete na obraz. Masko pustite delovati 10 do 15 minut, nato pa jo sperite z mrzlo vodo, da zaprete pore.

6. Maska iz zelenega čaja

Zeleni čaj ima veliko antioksidantov in deluje protivnetno zato izjemno dobro zavira staranje kože. Uravnava tudi ton kože, zato je odličen, ko gre za svetljenje pigmentnih madežev, pomaga pri sijočem videzu in deluje na kožo pomlajevalno. Ravno tako je pravi rešitelj, ko gre za široke, nečiste pore. Deluje proti nadležnim ogrcem.

Sestavine:

skuhan zeleni čaj

malo vode

Postopek:

Zmešajte eno čajno žličko zelenega čaja z nekaj kapljicami vode. Zmes nanesite na prizadeta območja in jih zmasirajte. Tako boste prodrli v pore. Nato pustite masko delovati 3 do 5 minut, nato sperite z mlačno vodo.



Internetni vir

Maja Kovačič in Tjaša Grčar, KZ 3. a

ZAKAJ JE MICHAEL JACKSON POSTAL BEL?

Že ko se je rodil, je bil okužen z gensko boleznijo vitiligo – pridobljena motnja pigmentacije, ki povzroči, da celice, ki proizvajajo pigment, začnejo umirati in na koncu tudi odmrejo. Bolezen naj bi podedoval od svojega dedka po očetovi stari, po njem pa jo je podedoval njegov najstarejši sin Prince Michael Jackson I (kaže se mu na prsih in pod desno pazduho). Ko je bil star 6 let in je začel svojo kariero, se mu bolezen še ni poznala, ker se razvija skozi leta. Kasneje pa se je začela pojavljati po njegovem telesu kot bele »packe«, ki jih je najprej zakrival z oblačili (bela rokavica na roki). Kasneje, ko se je bolezen še bolj razširila, jih je začel zakrivati z ličili in na koncu, ko mu je ostal le še del črne kože, jo je – kot nekateri pravijo – dokončno odstranil z operacijo. V življenju je, kot je sam dejal v intervjuju z Oprah leta 1993 (v tem intervjuju govori tudi o svoji koži in življenju), imel le dve lepotni operaciji na nosu. Za prvo se je odločil zato, ker mu je oče vedno dejal, da je grd in ga zmerjal zaradi njegovega nosa, za drugo operacijo pa se je moral odločiti zaradi lažjega dihanja (kot je opisano v knjigi Moonwalker, ki jo je sam napisal). Zaradi bolezni se je moral izmikati UV žarkom, ker so nevarni za bolnike z vitiligom. Po smrti, leta 2009, so zdravniki potrdili njegovo bolezen z UV sliko ki pokaže dele okužene kože, ki se pod UV žarki svetlikajo svetlo modro.



VITILIGO je dedna bolezen, pri kateri začnejo odmirati celice potrebne za pigmentacijo. Bolnik ne čuti nikakršnega srbenja ali draženja kože. Po svetu se vitiligo le redko pojavi – okužen je le 1 % svetovne populacije. Kaže se v obliki nepigmentiranih ostro omejenih madežev na različnih predelih telesa. Prizadet je lahko katerikoli del telesa; običajno sta obe polovici telesa prizadeti simetrično. Pogosteje so prizadeta naslednja območja: obraz, koža okrog ustnic in oči, hrbtišča rok, koža nad komolci in po pazduhami, koža v razkoraku, nad koleno, ob gležnjih in v predelu genitalij. Potek in stopnja prizadetosti sta pri posameznih osebah različna. Svetopolte osebe običajno opazijo razliko med območji vitiliga in preostalo kožo šele poleti, ko je koža zagorela in postane vidna razlika v obarvanosti kože očitna. Pri temnopoltih osebah so žarišča opazna in moteča vse leto. Posamezniki s hudo obliko vitiliga lahko izgubijo pigment kjerkoli, včasih celo povsod. Žal ne moremo predvideti, koliko pigmenta bo izgubil prizadeti posameznik.

Dominik Gregorčič, KT 2. b

5 RAZLOGOV, ZAKAJ DEKLET NE ZANIMAŠ

1. Preveč si plašen

Dekleta ne marajo fantov, ki so plašni in preveč sramežljivi. Če dobro pomisliš, je to logično, saj se s takšnimi fanti ne bodo mogla normalno pogovarjati. Večina samskih fantov je samskih zato, ker si ne upajo pristopiti k dekletu. Še huje, pred dekleti si sploh ne upajo govoriti. Če se najdeš v tej točki, je čas, da spremeniš svoje obnašanje in pokažeš malo poguma. S spremembo obnašanja, nasmehom, samozavestjo in iskrenostjo bodo dekleta postala bolj zainteresirana zate. Če ti je težko začeti, začni najprej le z nasmehom, drugič s kratkim pozdravom, naslednjič s kratkim pogovorom in kaj kmalu boš v družbi deklet postal sproščen.

2. Spremeni svoj videz

Nobena skrivnost ni, da prvi vtis velikokrat zapečati mnenje o nas pri drugem človeku. Prvi vtis pa je velikokrat odvisen le od zunanjega izgleda. Če želiš, da ti bodo dekleta posvečala pozornost, moraš delati na svojem zunanjem videzu. Poskrbi, da boš izgledal živahen in zdrav. Poskrbi, da bo tvoja obleka izražala tvojo osebnost in stil.

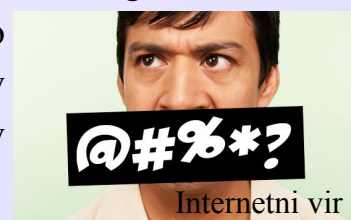


3. Manjka ti karizme

Veliko deklet obožuje fante, ki znajo pokazati svojo osebnost skozi karizmo. Če želiš pridobiti več pozornosti od deklet, boš moral delati na svoji karizmi. To lahko storiš tako, da od drugih zahtevaš, da te bolj spoštujejo. Seveda moraš pri tem ostati dobra oseba in imeti čut za ostale.

4. S kletvicami si preveč domač

Dekleta ne marajo fantov, ki grdo govorijo. Če velikokrat v druge mečeš kletvice in jih ne spoštuješ, tudi tebe ne bodo spoštovali. Zato pazi, kaj govoriš, še posebej pred dekleti. Dekleta prav tako ne marajo zahrbtnih fantov, saj mislijo, da so v resnici strahopetci.



5. Premalo ti je mar

Dekleta imajo rada, da jih opazijo. Če se pred njimi sprehajaš, kot da nimaš čustev, bodo izgubile kakršenkoli interes zate. Kakor hitro pa jim boš pokazal, da ti je mar, boš dobil vso njihovo pozornost. Več podrobnosti iz njihovih pogovorov si zapomniš, bolj te bodo spoštovala.

KAKŠNIH DEKLET FANTJE NE MARAJO?

1. Dekleta, ki se nenehno pritožujejo in niso z ničimer zadovoljna

Takšna dekleta niso z ničimer zadovoljna in v vsem vidijo samo negativno. Nič ni dovolj dobro zanje. Karkoli naredi njihov partner, seveda ni dobro. Po navadi ni dovolj dobro, kako se oblači, kakšno frizuro ima, kakšno darilo ji je kupil, kako in kaj govori v družbi, kako se tam vede. S svojim pregovarjanjem rušijo samozavest partnerja in samo vprašanje časa je, kdaj mu bo prekipelo in bo pobegnil. Bi ti imela fant, ki ti stalno soli pamet?



2. Dekleta, ki čakajo princa na belem konju



Fantje ne marajo pretirano romantičnih deklet, ki budno sanjajo o popolnem življenju, hišici v cvetju in princu svojih sanj. Sanjarjenje seveda ni slabo, ampak v nekih razumnih mejah. Če dekle od prvega dneva dalje načrtuje skupno prihodnost do najmanjše podrobnosti, to pogosto odbije partnerja, ki po navadi prične z načrtovanjem popolnega bega. Fantje imajo radi spontanost, dekleta, ki so realna in z obema nogama trdno na tleh, ločijo realnost od fikcije in ne načrtujejo življenja kot iz pravljice.

3. Ljubosumna in posesivna dekleta

Vsak fant želi imeti določen čas samo zase. Želi iti ven s prijatelji in se družiti po moško. Veliko jim pomeni, da jim dekle zaupa in jih ne preverja vsakih 5 minut. Po drugi strani pa imajo fantje radi, da jim dekle da vedeti, da ga pogreša in potrebuje. Radi imajo, ko dekle skrbi zanj, pa tudi če gre tu za občasno ljubosumje. To namreč dviguje moški ego in to sploh ni slabo, če le ne gre za pretiravanje.



Redko kateri fant bo ostal v zvezi z žensko, ki je pretirano ljubosumna, ki spremlja vsak njegov korak in mu stalno diha za vrat. Mogoče bo vztrajal le, če je noro zaljubljen. Potem bo to verjetno toleriral nekaj časa, če pa to vedenje še kar traja, pa je čisto mogoče, da bo poiskal izhod iz zveze.

Moške motijo naslednje ženske napake:

1. So trmaste in svojeglave.
2. Mislijo, da imajo vedno prav.
3. Hitro jih lahko prizadeneš.
4. Imajo vedno prvo besedo.
5. Težko priznajo svoje napake.
6. Malenkosti jih spravijo ob živce.
7. Rade imajo takojšnjo resno zvezo.
8. Nekatere so **PREVEČ** naličene po obrazu.
9. Govorijo, da so debele, čeprav imajo idealno postavo.
10. Vse takoj povedo svoji najboljši prijateljici.

SMEH JE POL ZDRAVJA

Že poznaš vse šale? Če jih ne, si jih hitro preberi in oglej ter zabavaj svoje prijatelje s šalami, ki jih še ne poznajo.

ŠALA 1:

Janezek: "Mami mami, cukr mi je padu."

Mami: "Pejd, pa pojej čokolado."

Janezek: "Mami noooo, cukr."

Mami: "Ja, pa pojej to čokolado!!!!"

Po eni uri pride mami v kuhinjo in se dere: "Kdo je stresu ceu cukr po tleh??"

Janezek: "Ja pa sej sem ti reku, da mi je cukr padu, pa si rekla, da naj pojem čokolado."

ŠALA 2:

Zakaj blondinke uporabljajo zeleno šminko?

"Ker rdeča pomeni "stop"."

ŠALA 3:

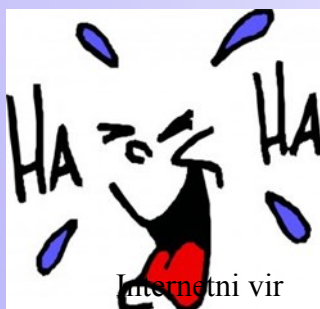
Gospa Kovačeva je s hčerko Vando obiskala zdravnika.

"Ali vaša hčerka vedno jeclja?" vpraša doktor.

"Ne, samo kadar govori."

ŠALA 4:

Konj in osel sta se prepirala, kdo je več vreden. Konj je bil ponosen na svojo preteklost, osel pa na svojo prihodnost: "Tehnika bo konje povozila, osli bodo pa vedno ostali."



ŠALA 5:

Učiteljica pri pouku vpraša Janezka:

»Janezek, povej nam, zakaj mora biti med poukom v razredu tišina?«

Janezek odgovori: "Zato, ker takrat ljudje spijo!"

ŠALA 6:

Kakšna je razlika med šmarnico in Redb Bullom? Red Bull ti da krila. Šmarnica pa pogon na vse štiri.

ŠALA 7:

Kako pripraviš blondinko do norenja?

Pošlješ jo v okroglo sobo in rečeš, da v kotu leži 100 evrov.

ŠALA 8:

Blondinka blondinki:

»Padla sem na vozniškem izpitu. Zapeljala sem v krožišče in ker je pisalo 30, sem 30-krat peljala okoli. Pa me je vrgel.«

Prijateljica:

»Sigurno si se zaštel ...«



**To je za enkrat vse. Še več vicev in še več šal pa izveste v
prihodnjih številkah!**

Karmen Štepic, KZ 1. a

HOROSKOP

KOZOROG (22.12.–20.1.)

Kozorogi, december vam je neverjetno naklonjen v ljubezni. Tisti, ki ste v zvezi, se boste s svojim dekletom/fantom odlično razumeli. Če pa imate zgolj simpatijo, lahko pričakujete, da bo v teh dneh pristopila do vas ali pa vam vsaj naklonila malce pozornosti.

LJUBEZEN: 90 %

ŠOLA: 55 %

ZDRAVJE: 60 %

VODNAR (21.1.–18.2.)

Spoznali boste zanimivo osebo, s katero se boste hitro ujeli. Osrečevala vas bo dlje časa. Nikar se ne ozirajte na mnenje drugih, temveč se postavite zase in uveljavite svoj jaz. Šola bo vaša prva misel.

LJUBEZEN: 65 %

ŠOLA: 80 %

ZDRAVJE: 80 %

RIBI (19. 2.–20. 3.)

Po napornem letu si lahko končno odahnete! Držite se svojih ciljev in uspelo vam bo. Ne kupujte neumnosti, ki jih ne potrebujete. Pojdite ven s prijatelji.

LJUBEZEN: 75 %

ŠOLA: 60 %

ZDRAVJE: 80 %

OVEN (21.3.–20.4.)

Prihajajoče praznike boste preživeli v družbi svojih najdražjih. Novo leto boste pričakali s svojim dragim, obkroženi s svojimi dobrimi prijatelji na nepozabnem žuru. V šoli vam bo šlo dobro, kljub temu pa pazite, da ne zabredete v težave.

LJUBEZEN: 85 %

ŠOLA: 75 %

ZDRAVJE: 60 %



BIK (21.4. –21.5.)

Biki, obetajo se vam velike spremembe. Z nasmeškom na obrazu vam bo uspelo prebroditi prav vse težave. Ne belite si glave s preteklimi dogodki, temveč se popolnoma osredotočite na svojo prihodnost.

LJUBEZEN: 55 %

ŠOLA: 65 %

ZDRAVJE: 85 %

DVOJČKA (22. 5.–21. 6.)

Na ljubezenskem področju vas čakajo presenečenja, ki pa ne bodo nujno pozitivna. Bodite odkriti do osebe, ki jo imate radi. Ko se bodo stvari rešile, se vam bo odvalil kamen od srca.

V šoli ne pričakujte nobenih težav.

LJUBEZEN: 65 %

ŠOLA: 65 %

ZDRAVJE: 65 %

RAK (22. 6.–22. 7.)

V začetku meseca januarja vam bodo zagodli prijateljski odnosi. Odkrito se pogovorite. V šoli bo viden trud, ki ste ga vložili v učenje in pripravo na teste. Zdravi boste kot riba.

LJUBEZEN: 60 %

ŠOLA: 95 %

ZDRAVJE: 95 %

DEVICA (24.8.–22.9.)

Pričakujte nepričakovano. Oseba, ki vam je bila dolgo všeč, bo namreč pristopila do vas. Imeli boste srečo v šoli, pravtako bo vladalo veselje tudi v družini. S starši boste po dolgem času sklenili premirje in si ponovno pridobili njihovo zaupanje.

LJUBEZEN: 85 %

ŠOLA: 90 %

ZDRAVJE: 40 %

LEV (23. 7.–23. 8.)

Vaša denarnica bo prazna, vendar ostanite pozitivni. Ni vse v denarju. Samski bodo doživeli pozitivne zaplete na ljubezenskem področju. Tisti pa, ki ste v zvezi, boste s partnerjem tesno povezani. Prihajajoči mesec vam je naklonjen.

LJUBEZEN: 99 %

ŠOLA: 75 %

ZDRAVJE: 50 %

TEHTNICA (23. 9.–23. 10.)

Spoznali boste prijatelja, ki ga bo vredno obdržati. Najraje boste v objemu ljubljene osebe ali pa v dobri družbi prijateljev in oseb, ki vam veliko pomenijo. Na šolskem področju bo potrebno vložiti več truda, vendar boste kmalu prebili led.

LJUBEZEN: 80 %

ŠOLA: 45 %

ZDRAVJE: 60 %

ŠKORPIJON (24. 10.–22. 11.)

V prazničnem obdobju bo vladalo dobro razpoloženje, ki ga bo v prvem mesecu v novem letu zagrenila šola. Želeli si boste novosti, ki pa bližnjim ne bodo po godu.

LJUBEZEN: 55 %

ŠOLA: 45 %

ZDRAVJE: 80 %

STRELEC (23.11.–21.12.)

Na čustvenem področju vas čaka nekaj nejasnosti, ki jih boste rešili z iskrenim pogovorom in pozitivno energijo. Ne zastavljajte si previsokih ciljev, ker boste po nekaj neuspehih hitro obupali.

LJUBEZEN: 50 %

ŠOLA: 70 %

ZDRAVJE: 90 %

Maša Travnikar in Sabina Tomše, ZN 1. b

