



Šolsko glasilo

PR EL OM



Srednja
šola
Zagorje

PUD V MILANU



V letošnjem šolskem letu smo dijaki programa zdravstvena nega prvič imeli možnost opravljati obvezno enomesečno praktično usposabljanje v tujini. Šola je sklenila pogodbo z organizacijo Evolve in tako se je 11 dijakov programa zdravstvena nega in 5 dijakov programa gastronomija odpravilo 31. 10. 2015 v Milano, skupaj s prof. Marušo Kolar in prof. Mojco Omahne, ki sta z nami preživeli dva tedna. Po dveh tednih sta se profesorici zamenjali s prof. Jožico Jelen Jurič in prof. Karmen Tofolini.

V Milanu smo bili nastanjeni v hostlu Ostel Olinda. Gastronomi so delali v kuhinji in strežbi Madama Hostla. Mi, dijaki programa zdravstvena nega, pa smo opravljali praktično usposabljanje v domovih starejših Coopselios, ki veljajo za nadstandardne domove. Razdeljeni smo bili v domovih Quarengi, Ornato in Baroni. Sam sem opravljal praktično usposabljanje v RSA Ornato. Vsak od nas je imel svojega mentorja, ki nas je vodil skozi celomesečno usposabljanje ter nas ob zaključku praktičnega usposabljanja ocenil. Kljub temu da Italijani nimajo dobre komunikacije v angleščini, smo se dijaki uspešno sporazumevali z delavci in smo dobro delovali v zdravstvenem timu.

Praktično usposabljanje smo delali v izmenah: 8.00–13.00 in 14.00–19.00.

V domovih smo spoznali veliko zdravstvenih delavcev, ki so prihajali iz Peruja, Rusije, Ukrajine, s Filipinov, iz Španije itd. Spoznali smo tudi, kakšno je delo

diplomirane medicinske sestre in negovalnih delavcev v Italiji, ter jih primerjali z našimi zdravstvenimi delavci v Sloveniji.



Med praktičnim usposabljanjem smo imeli zelo veliko prostega časa za raziskovanje in ogled Milana. Evolfo nam je organiziral 3 obvezne ekskurzije, obisk muzejev. Izmenjava je bila poučna, saj smo videli veliko novih stvari, komunicirali v tujem jeziku (angleščina). Ob koncu praktičnega usposabljanja smo prejeli Europass, ki nam bo prišel prav pri iskanju službe.

Dnevi so hitro minevali in tako je prišel 30. 11. 2015, ko smo se vsi z velikim navdušenjem odpravili domov.

Medin Ibričić, 4. a

PRAKSA V MILANU



V Milanu smo imeli prakso v hostlu Madama, kjer smo preživeli delavni, veseli in zabavi mesec. Hostel Madama je bil preurejen iz policijske postaje. Vse je bilo narejeno iz starih stvari, npr. stene iz pobarvanih oken, mize so bile izrezane iz starih omar. Imeli so 19 sob, ki so bile opremljene ceni primerno. Ker je bil hostel v centru Milana, so bile cene bivanja kar »zasoljene«, 27 € na dan. Ko smo prispeli prvič v hostel, so nas razporedili v kuhinjo in strežbo in nam razkazali Madamo. Seveda



smo bili presenečeni, ker je bil hostel veliko bolje opremljen kot naš, v katerem smo stanovali. Od našega hostla smo do Madame potrebovali približno 30 minut s podzemno železnico. Nekaj od nas si je zjutraj privoščilo daljši počitek in hitelo zadnjo minuto na vlak. Praksa je bila super, veliko smo se naučili, ker so zaposleni imeli za nas veliko časa.

Pogovarjali smo se v angleščini, nekateri od nas malo lažje, drugi pa tudi težje. Italijani so bili super - zaposleni kot tudi gosti. Najboljše izkušnje so bile, ko smo morali biti z Italijani, ki niso znali govoriti angleško. Seveda so roke in mimika prišle prav, malo smo se presmejali, potem pa je šlo. Količinsko je bilo hrane zelo malo, kar smo nadoknadili z obiski Mc'Donaldsa. Vsi so bili v kuhinji, razen jaz, ki sem bil v strežbi, kjer je bilo kar težko zaradi komunikacije. Po dveh tednih smo se privadili. Seveda bomo pogrešali tudi zaposlene. Upam, da je bilo zanimivo brati, ker mi ne bomo pozabili te odlične izkušnje.



Žan Strnišnik, 3. d

NEVIDEN DUH POSTANE VIDEN

Nihče me ne vidi, saj sem duh. Ali sem sploh še živa, mogoče pa sem duh in samo opazujem? Ah, kaj se mi že blede? Samo v nekem krogu se vrtim in ne vidim izhoda. Pa zakaj ravno jaz? Poglej se, že na zunaj si grozna, kaj si le mislijo drugi o tebi? Kdo sploh si, bolje bi bilo, da izgineš?! To so bile moje misli, s katerimi sem se obremenjevala nedolgo nazaj. Vzrok zanje je bilo negativno okolje, v katerem sem prebivala. Vsi kdaj pademo na tla, nekdo počasi, drugi takoj. Nekateri nosimo bolečino v sebi in je ne znamo zaupati nikomur. Tudi moje vprašanje je bilo, če se bom lahko sploh kdaj pobrala tako, da me bo okolica spet opazila.

Kot otrok sem bila srečna in vedno nasmejana. Ljudi sem vedno pozdravljala in jim pela otroške pesmice. Vedno sem osrečevala ljudi s svojo dobro voljo, dokler nisem prestopila praga srednje šole v Ljubljani. Tam sem popolnoma izginila. Nihče me ni opazil, pa tudi nihče ni opazil mojega truda ter ur in ur učenja ponoči. No, seveda, moja družina in pravi prijatelji so opazili, da sem se spremenila. V šoli sem postala samo številka v redovalnici. Tako se je moje srečno življenje začelo spreminjati v žalost, ki je ne znam opisati. To sem skrivala tudi najdražjim. Igrala sem, igrala, da sem srečna. Vsi nasmehi so bili večinoma zaigrani. Nikomur nisem hotela povedati, koliko res trpim, saj sem mislila, da jih bom preveč prizadela. Tako sem se iz dneva v dan, iz tedna v teden, iz meseca v mesec počutila, kot da sem duh. Duh, ki ga nihče ne opazi v tem novem okolju. Ničesar nisem naredila dobro, od pisanja spisov, do domačih nalog ...

Že od nekdaj rada berem knjige. Samo knjiga me more pritegniti in tako se je z branjem izoblikovala tudi moja »žilica« za pisanje. A, seveda, ker sem bila neviden duh, tega ni nihče opazil. Že kot otrok sem sanjala o tem, da bi sodelovala na različnih tekmovanjih, vendar sem bila zelo žalostna, kajti profesorica je v vsaki besedi našla napake. Sprejela sem kritike, vendar sem pri tem zelo trpela. Sprijaznila sem se, da me niso opazili, ker sem bila neviden duh. Dolgo sem to žalost nosila v sebi, vendar sem čez čas poznala, da moram nekaj narediti. Po mnogih neprespanih nočeh mi je duhec višje sile namignil, da bi me v drugi oklici lahko imeli radi. Tako je padla odločitev, čeprav težka, da zamenjam okolje in odstranim nekatere osebe iz svojega življenja. Tako sem tudi naredila in sedaj sem za vas nov obraz v Srednji šoli Zagorje. Čisto po

resnici vam povem, da te odločitve ne obžalujem. Seveda, prvi dan v šoli sem bila vsem zanimiva in opazna. Vsi ste se spraševali, kdo sem. Bilo mi je zanimivo, ko sem opazovala vaše obraze in se vam nasmihala. Tako je minilo nekaj mesecev in bila sem srečna. Končno sem srečna in živim srednješolsko življenje, a ne tistega žalostnega, temveč srečno življenje. Ne počutim se več neopaženo, ampak opaženo in zanimivo. Vsak človek je zanimiv, saj je vsak lahko nekaj posebnega. Se še spomnite, kako sem se počutila v Ljubljani pri pouku? No, povem vam, da se v Zagorju počutim odlično in navdušena sem nad urami slovenščine. Prišel je dan in pisali smo spis za oceno. Bilo me je zelo strah, a ne zaradi nove profesorice, ampak zaradi misli, da slabo pišem in da to mišljenje velja za vse profesorje. Drugi dan smo izvedeli ocene in spoznala sem, da sem se motila. Profesorica me je pohvalila, da sem dobro napisala spis. Bila sem zelo srečna. Nisem več neviden duh, končno sem prišla v okolje, kjer me vidijo, in nisem samo številka v računalniku, ampak sem človek.

Človek, ki je spet zaživel svoje življenje in ga iz dneva v dan uživa. Ne boste verjeli, zjutraj komaj čakam, da vstopim v šolo. Seveda pridejo še trenutki, ko sem žalostna, ampak za to žalost niso krivi profesorji in sošolci. Pa pustimo sedaj žalostne občutke, saj govorim o sreči. Minilo je nekaj dni po pisanju šolskega spisa, nato pa mi profesorica reče, da bi se lahko prijavila na Cankarjevo tekmovanje. Bila sem zelo presenečena. Z veseljem sem odgovorila, da bi rada sodelovala.

Uspela sem uresničiti svojo željo. Odšla sem na Cankarjevo tekmovanje in po besedah profesorice sem se dobro odrezala. Mislim, da mi lahko sedaj verjamete, da iz žalostnega, nevidnega duha, lahko postanete viden, srečen duh. S temi pohvalami postajam vsak dan bolj vidna. Če pa že grem, po pomoti, v kakšno negativno okolje, se hitro odstranim, saj tja ne spadam. Tam so ljudje, ki se hranijo z mojo srečo, a tega jim jaz ne pustim.

Dragi moji, ne imejte slabe vesti, če boste nekoga odslovili v vašem življenju, ki vam »pije« energijo in se z njim počutite nevidnega. Naredili ste prav, če ste ga odslovili ali pa če ste odšli iz neke okolice, kjer ste bili neviden duh. Pohvalite se, saj ste zmagali. Kmalu boste prišli v okolico in spoznali ljudi, ki vas bodo opazili od glave do nog. V vas bodo poiskali srečo in vam pomagali, da jo zamenjate z žalostjo. Pa še opazili bodo vaš trud, lepoto in različne talente, ki jih imate. Ne pozabite, da za takšne odločitve ni nikoli prepozno, saj boste osrečili sebe in bili srečni, a, kar je najbolj pomembno, postali boste »viden duh«.

Maja Drnovšek, 2. c

KO ČLOVEK NE ZNA VEČ NORMALNO KOMUNICIRATI

Razvoj tehnologije ima veliko pozitivnih lastnosti. Telefoni, računalniki in številne druge naprave nam lajšajo življenje. Spremljajo nas na vsakem koraku in brez njih si ne znamo več predstavljati življenja.

Jutro se začne, ko nas zbudi budilka na telefonu. Ko odpišemo na sporočilo, ki nas čaka še od včeraj, vstanemo iz postelje. Pripravimo se za v šolo in neprestano zremo v osvetljen ekran telefona. Mimogrede preverimo še dogajanje na Facebooku, si ogledamo nove fotografije na Snapchatu in ne moremo se odreči, da ne bi odprli še naslednjih nekaj socialnih omrežij. Ko se končno odpravimo proti šoli, pokličemo še vsaj enega sošolca, da izvemo, kdaj bo prišel v šolo in v kateri učilnici se začne prva šolska ura. Ko zaključimo s pogovorom, za vsak slučaj še enkrat pogledamo na urnik, ki je shranjen na telefonu, in se prepričamo, da je informacija sošolca resnična. Ko smo že skoraj prepričani, da je vse na mestu, se spomnimo, da je eden od profesorjev zadnjič povedal, da ga en teden ne bo. Nujno moramo preveriti še nadomeščanja, kje drugje, kot na telefonu.

Čakamo pred učilnico, da pride profesor in odklene vrata učilnice. Ta čas prihajajo sošolci. Nekaj jih pozdravi in pozornost usmeri nazaj na telefon. Ostali pridejo že z očmi, »prilepljenimi« na ekran, in dejansko ne vedo, kaj se dogaja okoli njih. Odidemo v učilnico in vsak poišče svoje mesto. Medtem ko čakamo, da profesor poišče predstavitev današnjega dne in prižge projektor, se še vsaj trije sošolci spomnijo, da rabijo zapiske, saj se bliža test. Vsak vzame svoj telefon in na hitro poslika zvezek. Profesor prižge projektor in polovica razreda že začne fotografirati besedilo, ki se pojavi na tabli. Kljub opozorilom, da moramo vsi pospraviti telefone, vsak vztraja pri svojem. Dogajanje se ponavlja pri vseh naslednjih šolskih urah, do konca pouka.

Poti proti domu ne moremo prehoditi ali prevoziti brez uporabe telefona. Če ne gledamo v ekran, pa si priključimo slušalke in predvajamo glasbo s telefona. Ko prispemo do doma, nas na mizi že čaka kosilo. Niti pod razno ne začnemo jesti. Seveda je treba najprej slikati celotno kosilo in obvestiti svet, da bomo čez nekaj trenutkov zaužili najslajše dobrote. Pojemo kosilo in si prižgemo televizijo. Pogledamo nadaljevanko in preverimo, če je še kaj zanimivega na drugih programih. Ko ugotovimo, da ni, prižgemo računalnik. Tako preživimo popoldne.

Dogajanje pri večerji je podobno kot pri kosilu. Še preden pa se uredimo za spanje, preverimo, kaj je novega pri prijateljih. Ko že skoraj spimo, pričnemo še s pogovorom na Facebooku, kar traja pozno v noč. Jutro se zopet začne, ko nas zbudi budilka na telefonu ...

In potem se človek vpraša, kaj je danes narobe z ljudmi. Čeprav je življenje s sodobno tehnologijo lažje, to za seboj nosi tudi negativne posledice. Ne bi smeli dovoliti, da se svet razvija v tej smeri. S tem ne bomo doživeli nobenega napredka, saj ljudje res ne bomo znali več komunicirati. Čez 100 let bodo za nas črke in besede le še tipke oz. kvadrati, narisani na ekranu, ki jih moramo pritisniti, da nekomu nekaj sporočimo. Pogovori iz oči v oči ne bodo več obstajali in vsak se bo zaprl v svoj svet, kjer ni dostopa za nikogar, samo za naprave. Res dosegamo čas, ko bo normalna komunikacija izginila s sveta.

Mateja Odlazek, 2. c

TOP 10

TOP 10 FILMOV LETA 2015:

-  Inside Out
-  Mad Max: Fury Road
-  The Martian
-  Straight Outta Compton
-  Sicario
-  Me and Earl and the Dying Girl
-  Kingsman: The Secret Service
-  Ex-Machina
-  Ant-Man
-  Avengers: Age of Ultron

V šoli si bomo ob kulturnem prazniku ogledali film Povratnik.

Film, posnet po resničnih dogodkih osvajanja ameriške divjine, prikazuje skupino trdoživih lovcev pod vodstvom izkušenega Hughha, ki se znajdejo na begu pred divjim indijanskim plemenom. Na poti preko neizprosne divjine Hughha napade in težko poškoduje medvedka, nato pa doživi še izdajstvo preračunljivega pomočnika Johna, ki umori njegovega sina, Hughha pa pusti umreti v mrazu. Toda odločni gorjan se zoperstavi smrtonosni naravi in okrutnim

zasledovalcem ter se sam odpravi do postojanke, pri življenju pa ga ohranjata neomajno kljubovanje smrti in goreča želja po maščevanju.

TOP 10 KOMADOV LETA 2015:

- + Adele: Hello
- + Justin Bieber: Sorry
- + Alessia Cara: Here
- + Demi Lovato: Confident
- + The Weekend: In The Night
- + Taylor Swift: Out Of The Woods
- + Selena Gomez: Hands To Myself
- + DNCE: Cake By The Ocean
- + Flo Rida: My House
- + Ellie Goulding: On My Mind

Medin Ibričić, 4. a

USPEŠNI ŠPORTNIKI SŠZ

Srednja šola Zagorje ni poznana samo po dobrih gostincih, zdravstvenikih in trgovcih, ampak tudi po odličnih športnikih. Lara Turšič je v letu 2015 osvojila 3.

mesto na svetovnem prvenstvu v hip-hopu.



Amar Midžić je uspešen in perspektiven nogometaš, ki igra pri NK Olimpija. Vsak dan se vozi v Ljubljano na treninge in dokazuje,

da je mogoče uspešno združiti trdo delo v športu s šolskimi obveznostmi.

Žan Lukaček igra v kadetski postavi Rokometnega kluba Rudar Trbovlje, s katero je januarja 2016 osvojil vrhunsko 2. mesto na mednarodnem rokometnem turnirju v Preševu na Slovaškem. Na turnir je odšla 14-članska ekipa kadetov RD Rudar. Fantje so nastopali v kategoriji U17, in sicer v skupini A. Iz skupinskega dela so odšli neporaženi po petih odigranih tekmah, kar pa jim je v prvih izločilnih bojih prinašalo lažjega nasprotnika. Tudi iz četrtfinala so fantje odšli kot zmagovalci, nato jih je čakalo težko polfinale proti prvi ekipi gostitelja Tatran Prešov. A naši, odločnejši kot še nikoli, so z borbeno igro v obrambi in z učinkovitim napadom suvereno stopili na pot v finale. V finalu jih je čakala ekipa RK Celje Pivovarna Laško, stari znanec z domačega prvenstva. Tu se je malce ustavilo, morda zmanjkalo energije, morda so fantje pregoreli v želji in pričakovanju, seveda se je poznala tudi že utrujenost po sedmih odigranih tekmah na zelo visokem nivoju. Fantje so tako osvojili odlično 2. mesto na močnem mednarodnem turnirju.



V tej številki Preloma pa vam predstavljamo intervju z odličnim športnikom, Žigo Birusšem.

DRŽAVNI PRVAK V SANKANJU

Žiga Birus je eden izmed mnogih športnikov v Srednji šoli Zagorje, le da se on razlikuje od ostalih po tem, da je državni prvak. Trenira sankanje, ki v naši državi ni tako prepoznaven šport kot v ostalih državah. Če omenimo sankanje, večina ljudi pomisli na sankanje na snegu, a temu ni tako. Žiga nam je zaupal, da ta šport temelji bolj na psihični pripravljenosti kot na

fizični. Sanka že od malih nog, zato si ne predstavlja življenja brez vsakodnevnih treningov in tekmovanj.



Opiši svoj začetek kariere in kdo te je navdušil za to?

Sankati sem začel 7 let nazaj, navdušil pa me je Domen Pocięcha, ki je dvakratni olimpijec. Prvič sem se spopadel s tem športom, ko smo imeli kolesarski izpit. Na koncu smo odšli v Kisovec, kjer sem prvič poskusil in bil že takoj zelo navdušen.

Ali si že kot začetnik osvajal priznanja ali se je to zgodilo postopoma, ko si postajal starejši in pridobival izkušnje?

Pri tem športu moraš imeti veliko izkušenj in najprej je potrebno pridobiti občutek za led, šele potem lahko postopoma postajaš boljši. Na začetku je veliko padcev, te sem velikokrat občutil tudi sam. Priznanja sem pridobival postopoma, saj kot začetnik še nisem imel izkušenj in sem se moral še veliko naučiti.

Kako usklajuješ šolo, treninge, tekmovanja in osebno življenje?

Ker veliko potujem, imam zelo natrpan urnik. Vse skupaj je težko usklajevati, saj moram veliko stvari v šoli nadoknaditi, medtem pa tudi trenirati. Je naporno, saj sem manj časa s prijatelji in z družino. Za dekleta pa trenutno nimam časa.

Kdo je tvoj vzornik in zakaj te tako navdušuje?

Moja vzornika sta motociklist Valentino Rossi in sanklač Dominik Fischnaller. Rossi me navdušuje predvsem zato, ker dokazuje, da je lahko konkurenčen ostalim neglede na svoja leta.



Katero priznanje ti največ pomeni in koliko truda si moral vložiti vanj?

Sigurno mi največ pomeni 5. mesto iz Amerike, saj sem v to tekmovalstvo vložil veliko truda in treningov. Progo sem si velikokrat pregledal ter jo v mislih tudi prevozil. Veliko mi pomeni tudi 2. mesto iz Innsbrucka. Posebno mesto pa ima seveda naslov državnega prvaka.

V katerih državah si že tekmoval in katera se ti je najbolj vtisnila v spomin?

Najbolj sta se mi vtisnili v spomin Kanada in Amerika. Prepotoval pa sem tudi velik del Nemčije in Avstrije. Letos pa sem prvič obiskal Latvijo, moj naslednji cilj pa je Koreja.

Ali te družina in prijatelji podpirajo in koliko ti to pomeni?

Da, veliko podpore dobim z obeh strani. Najbolj sem se razveselil, ko sem prišel iz Amerike, saj so mi doma priredili manjšo zabavo, kjer se je zbrala vsa družina in prijatelji. Zelo sem ponosen na njih.



Urša Lunder in Nika Guna, 2. b

Moda 2016



V letu 2016 je novost kombinacija (elegantnih) oblek s športnimi ali z drugimi sila neformalnimi čevlji oz. copati. Zanimiv in privlačen trend. Predvsem pa udoben.

Prav tako ne bo nič narobe, če boste obule nogavice pod elegantnejše čevlje.

Ne mislite, da so kavbojke z naramnicami rezervirane le za otroke in gozdne delavce. Letos jih bomo z veseljem »vlekle« nase, sploh če bodo hlačnice segale do treh četrtin.

Zanimive so predvsem kombinacije, ki jih je moč videti. Če spadate med klasike, kar se oblačenja tiče, potem ste do sedaj verjele, da se različni vzorci med seboj ne mešajo, in prav

tako ste imele rahle pomisleke do mešanja materialov. No, čas je za razbijanje teh predsodkov! Letos bomo kombinirale nenavadne vzorce z nenavadnimi vzorci. Prav tako se bomo oblačile po slojih ali kot to imenujejo modni kritiki po »plastenju«. Že samo ime pove, da boste na prvo plast, ki naj bo v obliki lahkotne oblekice z zanimivim vzorcem, oblekle drugo plast v obliki velikega in, po besedah moje mame, razvlečenega puloverja, ki se barvno in vzorčno ne bo ujemal z oblekico. Na to kombinacijo boste mirne duše lahko oblekle še kak plašč, ki se prav tako naj ne ujema z materiali in vzorci že oblečenega. Če vam pri vsem tem uspe še pokazati kako golo ramo, ste zmagale!

Letos se bodo nosile široke tričetrtinske hlače. Tudi krila bodo modna z dolžino čez koleno in z visokimi pasovi. Tričetrtinske pa ne bodo le hlače in krila, ampak tudi majice.

Torej, vidimo, da bomo nosile široke kroje in lahkotne padajoče materiale. Opaziti je tudi moč kar nekaj čipk, prav tako pravega krzna. Najbolj modne izbire bodo med živalskimi in cvetličnimi vzorci ter pikami. Modne boste tudi v črtah in v volančkih.



Modne barve v letu 2016

Težko bi ocenila, katera barva prevladuje, odvisno od posameznega modnega kreatorja. Dejstvo pa je, da boste težko zgrešile, ker je moč videti celotno paleto. Morda nekoliko izstopajo bela z vsemi svojimi odtenki, rdeča, modra in oranžna. Zanimivo je, da boste lahko oblekle tudi kovinske barve in to ne samo k večerni toaleti, ampak tudi čez dan. Prav tako se bodo ob čisto navadnem dnevu na vašem »outfitu« lahko znašle bleščice.

Čevlji in torbice 2016

Vsakemu je lahko takoj jasno, da je v sezoni 2016 poudarek na čevljih in torbicah.

Omenila sem že športne čevlje in neformalne copate, napovedujejo nam še čevlje z debelim podplatom z zanimivimi barvnimi in vzorčastimi kombinacijami, kovinske rokerske gležnarje ter močno okrašene sandale. Seveda bodo modni tudi nizki preprosti gležnarji, bolj preprosti sandali z ravnimi podplati ter zanimivo nizki elegantni čevlji. Posebno mesto bodo v leto 2016 našli tudi slip on čevlji.

Torbice, ki nam jih ponujajo za leto 2016, so zelo pestre, zabavne in enostavno lepe. Izbirale bomo med torbicami v obliki živali, hrane, predmetov, človeških obrazov, z resicami, med štirikotnimi oblikami ter polkrožnimi oblikami, med tistimi z verigami, med malimi in velikimi, med zabavnimi in elegantnimi ... Pa, kaj bi izgubljala besede, prepričajte se same.

Modna Mrha

KAKO OPUSTITI KAJENJE?

Vsako leto pri nas zaradi kajenja umre skoraj 3.600 kadilcev, to je približno 10 ljudi dnevno, od teh jih četrtnina umre pred 60. letom starosti. Raziskave so pokazale, da vsak kadilec, ki se odloči za opustitev kajenja, to poskusi tudi do osemkrat, preden mu to zares uspe.

Kaj torej storiti?

Dejstvo je, da je opustitev kajenja težka, vendar ni nemogoča.



NASVETI, KI PRIPOMOREJO K OPUSTITVI KAJENJA:

- Najprej določi datum in se ga drži. Od takrat naprej ne prižgi nobene cigarete več. Iz svoje bližine odstrani tudi predmete, ki te spominjajo na kajenje (pepelnik, vžigalnik ...).
- Svojim prijateljem, domačim povej, da boš prenehal kaditi, saj ti je lahko to v veliko pomoč.
- Vseskozi imej pozitivne misli o tem, da si prenehal kaditi.
- Ob opustitvi kajenja ne išči rešitve v hrani. Veliko pij tekočino (voda, nesladkani sokovi oz. čaji) in se gibaj. Gibanje pripomore h kondiciji, k postavi in sproščanju.
- Izogibaj se krajem, ki te spominjajo na kajenje.
- Odpovej se občasni cigareti, ki po tvojem mnenju morda ne škodi, vendar lahko povzroči, da spet postaneš reden kadilec.
- Z denarjem, ki ga privarčuješ z opustitvijo kajenja, se lahko nagradiš s potovanjem ...

KAJ SE ZGODI, KO PRENEHATE S KAJENJEM?

- Po 2 urah se bo iz telesa začel izločati nikotin.
- Po 6 urah se bosta zmanjšala povišan srčni utrip in krvni tlak.
- Po 12 urah se bo iz pljuč izločil škodljivi ogljikov monoksid.
- Po 12 tednih se bosta izboljšala krvni obtok in telesna zmogljivost.
- Po 3 do 9 mesecih se bodo zmanjšali kašelj, piskanje v pljučih in težave z dihanjem.
- Po 5 letih se bo za polovico zmanjšalo tveganje za nastanek srčnega infarkta.
- Po 10 letih se tveganje za srčni infarkt izenačil z nekadilci.
- Po 10 letih se bo razpolovilo tveganje za nastanek raka na pljučih.

Jana Čopar, Nejc Polanec, 4. a

KO PADE SLADKOR

NUTELINA ZVEZDA

odlično kvašeno testo, nadgrajeno z Nutelo, in zanimivega izgleda, odlično za k jutranji kavi



Sestavine:



Testo:

- + 400 g gladke moke,
- + 1 celo jajce,
- + 50 g stopljenega masla,
- + 1 vrečka suhega kvasa,
- + 1 kavna žlička soli,
- + 2 jušni žlici sladkorja,
- + 2 dl mlačnega mleka,
- + rumenjaki za mazanje pred peko,
- + 0,5 dl vode,
- + 1 žlica sladkorja (raztopina za mazanje po peki).

Namaz:

1 jušna žlica Nutele.

Postopek:



Vse sestavine za testo damo v posodo in zamesimo gladko testo, ki lepo odstopa od posode. Testo pokrijemo s plastično folijo (da se ne naredi suha skorja) in ga na toplem pustimo vzhajati približno pol ure. Testo bi moralo v tem času narasti.

Po tem času testo še malo premesimo in ga razdelimo na dva enaka kosa. En kos položimo nazaj v skledo, drugega pa razvaljamo na 1 cm debel krog – iz te količine bo to nanese približno 30 cm premera. Položimo testen krog na papir za peko in ga namažemo z Nutelo. Pazimo, da na zunanjem obodu pustimo cca. 2 cm širok nenamazan obod. Vzamemo drugi kos testa in ga razvaljamo na 1 cm debel krog približno enake velikosti. Položimo ga na prvi kos testa, ki je namazan z Nutelo, in s pritiskom zlepimo oboda obeh krogov (na mestu, kjer nista namazana). Vzamemo kavno skodelico in jo obrnjeno navzdol, narahlo pritisnemo natanko v sredino testenega kroga. Tako si najenostavneje označimo, kje bomo začeli rezati krake.

Vzamemo oster nož in krog razrežemo na četrtine, začnši pri obodu zarisanega kroga na sredini testa. Vsako četrtino prerežemo na dva dela. Dobimo osmine. Vsako osmino spet prerežemo na pol. Tako dobimo 16 približno enakih krakov. S prsti primemo po dva kraka in ju 3- do 4-krat zasukamo navznoter ter ju dobro zlepimo med seboj, da se med peko ne razideta. Nadaljujemo, dokler ne dobimo 8 krakov, zlepljenih med seboj.

Pripravljeno zvezdo pokrijemo s folijo in jo pustimo počivati približno 20 minut. Med tem časom prižgemo pečico in jo naravnamo na 180 stopinj Celzija. Preden položimo pecivo v pečico, razžvrkljamo rumenjaki in zvezdo namažemo z njim. Pečemo približno 20 minut oz. dokler zvezda lepo ne porjavi.

Po peki jo vzamemo iz pečice in namažemo z raztopino vode in sladkorja, da se bo lepo svetila.

Ponudimo ohlajeno. Pa prijetno sladkanje!

Povzeto po Kulinarična Slovenija

LETNI HOROSKOP 2016

Vodnar



Svoja razmerja lahko izboljšate s pomočjo sodobnih omrežij. To pa lahko vodi do večje mere stresa v vašem življenju. Bodite pozorni na svoje fizično in psihično zdravje. Vzemite si čas za sprostitev in svoje najdražje. Predvsem pa ne bodite preveč strogi do sebe.

Ribe



V vašem življenju bo prišlo do velikih sprememb in pomembnih odločitev na šolskem področju. Sledite svojemu srcu in ne obupajte, ko se stvari ne bodo takoj razvile po želenem scenariju. Pišete ga sami!

Oven



Pričakujete lahko mnogo ovir in mnogo sprememb. Te pa ne bodo nujno slabe, na poti se boste tudi izredno zabavali. Če ne boste pazljivi, lahko pride do obdobja povečanega stresa in slabe volje. Vsi dogodki se bodo zgodili z namenom, čeprav ta mogoče ne bo takoj razviden. Leto bo ugodno za inovacije in sveže ideje.

Bik



Bodoče leto bo ugodno za bike, ki ste izzivalci. Predvsem boste blesteli na šolskem področju. Zdaj je čas za velike premike. V vsakem primeru pa morate ostati diplomatski. Poskušajte ohraniti mirno kri in ostati osredotočeni.

Dvojček



Vse se bo vrtelo okrog zaključevanja nedokončanih opravil iz prejšnjih let. Zaključki vam bodo prinesli osebno zadovoljstvo in veliko mero pozitivne energije. Analiza prejšnjih življenj omenja velik vpliv karme.

Rak



Čaka vas kar uspešno leto, v katerem si lahko privoščite pogumno stopati proti svojim ciljem. Zaradi posvečanja pozornosti šoli pa nikakor ne smete pozabiti na svoje počutje in zdravje.

Lev



Novo leto bo obrodilo mnogo sadov, ki pa vas lahko zavedejo s prave poti. Ne vdajte se skušnjavi in poskusite ohraniti trezno pamet. Delajte na gradnji trdnih in globokih razmerij s svojimi sošolci.

Devica



V letu 2016 bo Saturn prečkal četrto solarno hišo znamenja device. To vam bo pomagalo pri uspehu v šoli. Čakajo pa vas tudi novosti na področju ljubezni.

Tehnica



Osredotočite se na sobivanje in čustva. To bo leto strasti, ljubezni in privlačnosti. Prav tako bo to odlično leto za izboljšanje razmerij v družini. Za sprostitev se obrnite k dobri glasbi.

Škorpion



Zaupajte intuiciji, saj vas bo peljala v pravo smer. Izkoristite vse dane priložnosti, zdaj je čas. Obrestovalo se vam bo še v istem letu. Ne zanemarite pomoči na poti.

Strelec



Vaša prevladujoča skrb bo šola. Bodite pozorni, kam investirate, ter ne bodite preveč potratni. Dobre želje vas bodo popeljale daleč in ne bo vam žal! Vzemite si čas za osebno rast.

Kozorog



Posvetite čas razmerjem in mentalnemu zdravju. Lahko se zgodi, da boste utrujeni in zdolgočaseni. Ob pravi hrani in dovolj gibanja lahko dosežete, karkoli si zadate.

Zvezdogled

PESEM O ŠOLI ...

To je pesem zagorske zdravstvene šole,
kjer smo deležni vse kontrole.

Ko šolski zvonec v četrtek zjutraj zazvoni,
profesorica Kričej po stopnicah v razred prihi.

Zaspani čakamo jo vsi,
o, ti muka, spet nam kup težav preti.
Izostanki, ocene, problemi zrcalijo nam oči,
glava nas že prav dobro boli.
Ob neopravičenih urah ukore nam deli,
nič skozi prste ne uide ji.

Profesorica Kovač Hace uči nas kemijo,
zaradi katere se nekaterim že prav oči meglijo.
Pri njenih urah letalne doze izračunavamo,
včasih pa se tudi malo pozabavamo.

Anatomija pomaga spoznavati telo,
profesor Kološa predava nam zato.
Težka, a pomembna stvar,
zato moraš biti pri razlagi 100 % zbran.

Fizika je zapletena stvar,
včasih zanimiva, včasih nerazumljiva.
A, da za pozitivno oceno znamo vsi,
profesorica Barbi Vidmar poskrbi.

Matematika ... x in y ,
uganka, ki je ne reši niti sam Napoleon.
Profesorica Romana Železnik pred tablo stoji,
linearno funkcijo nam razlagati hiti.

Zgodovina preteklosti nas uči,
nauke, modrosti nam deli.
Pa poglejmo resnici v oči,
pravzaprav že sama zgodovina smo mi,
ki na ta svet smo že nekaj časa nazaj prišli.

Strokovna terminologija - latinščina,
strokovnih izrazov nas uči,
Onniun artium medicina nobilissima est,
ali to pomeni, da moramo že vsi jest'?

Angleščina, tuji jezik že iz osnovne šole je,
daje nam možnost, da s tujci lažje sporazumevamo
se.

Odpira nova obzorja nam,
jezik zaplete pri izgovorjavi se,
takrat na pomoč profesorica Stražišnik pojavi se.

Športna vzgoja rekreacija je za nas,
polepša nam ves šolski čas.
Juhu, razgibajmo kosti,
za to profesor Uranič poskrbi.

Podjetnik ne more biti vsak,
tu in tam se najde kakšen junak.
Ta podjetniške misli po hodniku deli
in zraven profesorico Zupanc mori.

Najpomembnejša pa je zdravstvena nega,
predmet, ki teorijo in prakso obsega.

Profesorica Jelen Jurič
najpomembnejše stvari za poklic nas uči,
saj pacient zaradi neznanja ne sme umreti mi.

L. R.

PROJEKT MEPI

V projekt MEPI so vključene 4 aktivnosti:

1. veščine
2. prostovoljstvo
3. šport
4. odprava



Na naši šoli v okviru razvijanja veščin deluje podjetniški krožek, katerega član je dijak Blaž Strgaršek.

Blaž je povedal, da so na začetku spoznavali osnove podjetništva, nato pa so dobili naloge (prodaja keksov, obisk župana ...). Trenutno se učijo, kako priti do novih idej, ki jih bodo predstavili na tekmovanju. Blaž in še nekaj naših dijakov opravlja tudi prostovoljne dejavnosti. Hodi v Dom starejših Hrastnik, kjer obiskuje vsak četrtek dva varovanca. Z njima se pogovarja, igra družabne igre, se šali ...

Na področju športa si vsak udeleženec izbere tisto športno aktivnosti, ki bi jo rad nadgradil, izboljšal ... Tako lahko dijaki obiskujejo dvakrat tedensko tečaj plavanja v hrastniškem bazenu. Na koncu se projekt zaključi z odpravo. Dijaki se udeležijo aktivnosti v naravi, ki od njih zahteva znanje prve pomoči, orientacije in sposobnosti preživetja. Blaž in ostali člani so mnenja, da je projekt MEPI super!

Blaž Strgaršek, 4. d

PODELITEV ZLATIH PRIZNANJ MEPI



V soboto, 5. 12. 2015, smo se Nastja Planinc, profesorici Zdenka Resnik in Karmen Tofolini, gospa ravnateljica in Blaž Strgaršek odpravili na podelitev zlatih priznanj MEPI v kongresni center na Brdo pri Kranju.

Tam smo odšli v dvorano Grandis, kjer je potekala podelitev MEPI zlatnika -- dragocena valuta jutrišnjega dne.

Najprej je imel govor gospod Jure in naznanil, da v dvorano prihajata predsednik Republike Slovenije, g.

Borut Pahor, in ministrica za izobraževanje, znanost in šport Republike Slovenije, dr. Maja Makovec Brenčič.

Nato so nam dijaki prikazali program MEPI, sledila je glasbena točka Ožbeja in njegovega benda, potem pa sta predsednik in ministrica podelila priznanje 97 dobitnikom zlatih priznanj. Dobitniki so prihajali iz Gimnazije Kranj, Gimnazije Rudolfa Maistra Kamnik in Srednje šole Koper. Program se je zaključil s skupino Sanjska dekleta in pesmijo Mesto sanj



ter kratko pogostitvijo. Na koncu pa sva se z Nastjo Planinc slikala s predsednikom sveta zavoda MEPI, g. Sandijem Češkom.



Blaž Strgaršek, 4. d

FESTIVAL VEČ ZNANJA ZA VEČ TURIZMA - ZELENİ TURIZEM - ZELENA PRAVLJIČNA DEŽELA

Na Gospodarskem razstavišču v Ljubljani je, 27. 1. 2016, potekal festival Več znanja za več turizma na aktualno temo Zeleni turizem. Na njem se je z zgodbami iz domačih okolij v obliki seminarskih nalog predstavilo 42 srednjih šol iz Slovenije in tujine. Tekmovanja so se udeležili tudi dijaki Srednje šole Zagorje: Žan Korimšek, Katja Drnovšek, Nataša Mikić, Mateja Odlazek, Nina Knez in Lara Novak, mentorica pa je bila profesorica Anamarija Berdelak Potočnik. Izdelali so seminarsko nalogo z naslovom Zelena pravljica dežela. Predstavitev

je potekala na stojnicah od 10.00 do 18.00 ure. Seminarsko nalogo in promocijski spot si lahko ogledate na spletni strani Srednje šole Zagorje pod zavihkom projekti.

Tekmovalci so osvojili srebrno priznanje Turistične zveze Slovenije, kar je dokaz, da naši dijaki znajo in zmorejo prestopiti šolske okvirje.



BOŽIČNO NOVOLETNA PRIREDITEV NA ŠOLI

24. 12. 2015 smo dijaki Srednje šole Zagorje preživelili praznično. Ker je bil to zadnji dan pouka v letu 2015, smo imeli prireditev, ki je bila kulturno obarvana. Dijaki naše šole, ki se ukvarjajo s petjem, plesom ali igrajo kakšen inštrument, so naredili kulturni program, v katerem smo zelo uživali. Tako smo zaključili leto 2015 in z veseljem vstopamo v novo, 2016 leto!





STROKOVNA EKSURZIJA



V sredo, 27. 1. 2016, smo se dijaki 3. d in 3. c razreda odpravili na strokovno ekskurzijo v Ljubljano. Najprej smo prispeli na Metelkovo in si ogledali hostel, ki je nekoč res bil zaporniška celica, od tod tudi njegovo ime. Imajo zelo lepo preurejene sobe in cenovno so ugodni. V njem se lahko družiš s tujci, poslušáš različne zvrsti

glasbe itd. Po končanem ogledu sta sledila ogleda sejma GASTEXPO in Natur Alpe Adria. Na sejmu smo sodelovali v delavnici priprave kavnih napitkov. Ogledali smo si gastronomsko in hotelirsko opremo, vrste pribora in porcelana, dekoracijo tort, pokušali hrano in zelo okusen sladoled, se udeležili predavanj in

si ogledali stojnice šol, med njimi je bila tudi naša. Ekskurzija nam je bila zelo všeč, hkrati pa smo se tudi marsikaj naučili.



Ivana Kalem in Damir Benda, 3. d

POUK MALO DRUGAČE - PROJEKT VALENTINOVO

V Srednji šoli Zagorje dajemo velik poudarek drugačnim načinom dela pri pouku, zato pogosto popestrimo učne ure z izvedbami projektov. Prikazal vam bom, kako poteka projektno delo v šolski kuhinji.

V petek, 29. 1. 2016, sem imel projekt na temo valentinovo. Dijake sem razdelil v 2 skupini ter jim dodelil naloge:

- strežba (Sebastjan, Jan, Tomaž),
- kuhinja (Irma, Žiga, Luka, Klemen).

Naloge dijakov so bile:

- Sebastjan je pripravil koktajl Strawberry Fields, postregel je juho in glavno jed ter ob sladici flambiral jagode.
- Jan je bil nadzorni ter pomagal pripraviti mizo, postregel je juho, glavno jed in sladico.

- Tomaž je poskrbel za dekoracijo, postregel je juho in sladico.

Dijaki v kuhinji pa so pripravili naslednji meni:

- Klemen je pripravil zelenjavno kremno juho s popečenimi kruhovimi polmeseci in peteršiljem. Naredil je tudi sotirano zelenjavo.
- Luka je pomagal sošolcem ter bil zadolžen za pomivanje posode.
- Žiga je pripravljaj telečje medaljone v omaki s kaprami in krompirjeve ocvrtke.
- Irma pa je bila zadolžena za pripravo torte.

MENI

zelenjavna kremna juha s popečenimi kruhovimi polmeseci

telečji medaljoni v omaki s kaprami

krompirjevi ocvrtki

sotirana zelenjava

valentinova čokoladna torta

flambirane jagode



Ob 12.00 smo pregledali, če je vse v redu, ter ob 12.30 postregli juho s polmeseci. Ob 13.00 smo postregli glavno jed (telečje medaljone, krompirjeve ocvrtke in sotirano zelenjavo). Zraven smo pili pomarančni ali ananasov sok. Ob 14.00 smo postregli še torto s flambiranimi jagodami in z Milkinimi srčki ter kozarec penine. Na koncu smo vse pomili in pospravili. Bilo je super!

Prilagam še dva recepta, če si zaželite, da bi pripravili kakšno jed ali koktajl za valentinovo.

Zelenjavna kremna juha s kruhovimi polmeseci

Sestavine za 10 oseb:

- 5 dag olja,
- 20 dag jušne zelenjave,
- 20 dag krompirja,
- zelenjavna osnova,
- muškatni orešček.

Postopek:

Na maščobi prepražimo narezano jušno zelenjavo. Prepraženo zelenjavo zalijemo z zelenjavno osnovo, dodamo na kocke narezan krompir in kuhamo toliko časa, da se vse zmehča. Nato juho pretlačimo s paličnim mešalnikom in

jo začinimo z muškatnim oreščkom. Na koncu na olju popečemo kruhove polmesece.

Dober tek!

Koktajl Strawberry Fields

Sestavine:

- 2 cl jagodnega sirupa,
- 4 cl hruškovega soka,
- 3 cl limoninega soka,
- 6 cl mareličnega soka,
- mineralna voda,
- stepena smetana,
- jagoda.



Postopek:

V ročnem mešalniku dobro pretresemo zdrobljen led, sirup in sokove. V globok kozarec za koktajl damo zdrobljen led, nato pa vanj precedimo mešanico in ji dolijemo mineralno vodo. Koktajl okrasimo s stepeno smetano in z jagodo ter ga ponudimo.

Blaž Strgaršek, 4. d

5 HACKS THAT WILL IMPROVE YOUR STUDYING

Are you fed up with studying? Do you learn a lot but keep forgetting everything? Whenever you're having trouble because your subject is difficult or – let's be honest – boring I have some tips here that can help you make the most out of study time.

- ***Feed your brain***

Healthy foods provide nutrients to your brain cells to keep them energized. Say **NO** to potato crisps and eat a healthy snack bar.

- ***Unfamiliar scent or taste***

Spray unfamiliar scent or chew a gum with a weird or different flavor while studying and again right before you take a test. It will jog your memory.

- ***Index cards with the most important information***

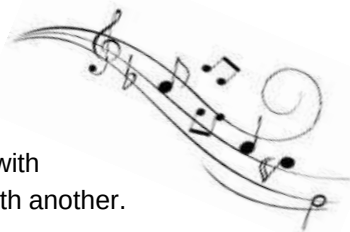
Before taking a test write down all the relevant information you can think of on an index card. It's an extra writing exercise to help you remember important things.

- ***Music***

If you can't stand the silence during the studying play some music. Make sure it's without lyrics.

- ***Colors***

Use a lot of colors. Mark the important information with one color and things that you don't understand well with another.



I hope you'll find these tips useful and fun.

Mirjana Mitrović, 4. b

CAR »GUYS«

Most guys like to talk about their cars at any chance they get. Automobiles are a trending topic for most men. They might have dreams of owning one or already have one, whatever the case, it is an issue that is often on their mind.

There are a lot of car »guys« on the world. Some think that they are and some really are. Which one are you? If you find yourself in these statements below, you are definitely a car »guy«.

1. Constantly taking pictures.

If you really love your car, you will take pictures of it every time you stop and have time for it because you want to show this beauty to everyone. And if we are talking about beauty, here it is - Alfa Romeo 156.



2. Naming your car

You can't call your car by the factory name. It's not normal. You have a name too, so why your car shouldn't have it? Cars are like family members so make them feel like this by giving them names.

3. Parking ridiculously far away

You don't want to come back and see your car with scratches because of people getting out of their cars. So it's better to park it far away where there aren't so many cars or people around it.

4. Burnouts

Who doesn't love the nice stench of burning rubber filling the air while watching someone leave his mark all over the pavement?



5. You like your cars loud

Another common love is the need for your cars to be loud. Really freaking loud. Bridges and tunnels are your best friends.

6. Trash talking

No matter which car you have, it's the best. You just won't stop talking bad about other cars that you don't like. And you will defend your car as much as it takes.

7. Racing

You don't only like watching Formula 1 on TV but you want to experience it yourself. Everybody is too slow for you.

Mirjana Mitrović, 4. b



LOWRIDERS

When most people talk about customizing a car, they talk about improving car's performance. At most car shows there are cars with extra – large engines stuffed under the hood, trucks with a lifted suspension and massive superchargers. But there is a different kind of customization that doesn't make car go faster. It's all about making it low and slow.



At lowriders the goal of the customization is to make cars as sleek and stylish as possible, usually by dramatically lowering car's suspension, lowering the roof line and applying a flashy coat of paint. The inside is all about comfort, with plush seats and banging sound system.

I love lowriders because I was growing up listening to rap music and in every video of rap song there is for sure at least one lowrider. For me, the best lowrider is Chevrolet Impala 64, the one that Eazy E had.



Mirjana Mitrović, 4. b

TIPS TO MANAGE ANXIETY

Anxiety comes in many forms – panic attacks, phobia, social anxiety, etc. Everyone gets nervous or anxious from time to time, but if such feelings are frequent and begin to take over your life, you maybe have an anxiety disorder.

I know that some students struggle with different types of mental problems. So here are some tips which will help you to manage anxiety. I hope you will find them helpful.

1. Finding out what triggers your anxiety is the first and most important step to take. School, family, work, or something else? If you know what activates it, then you know what to do about it.
2. For me, breathing is really important when it comes to anxiety. It will help you if you take deep breaths (inhale and exhale slowly). It will calm you down and you will be more relaxed.
3. Count slowly to 10. 34ndi f it isn't enough, you can repeat and count to 20.
4. Take time for yourself. Listen to your favorite music and do what makes you happy. Stepping back from the problem helps you to forget it and clears your head.
5. Get enough sleep. Your body needs additional sleep to rest and you have to get new energy to deal with life.
6. Be proud of yourself and don't aim for perfection.
7. You should also know that you can't control everything.
8. Humor is welcome. A good laugh will heal you. Surround yourself with positive people who make you laugh.
9. Have a positive attitude. Stop worrying about things and keep your negative thoughts out of your head.



These tips are also good for every situation. Even if you don't have anxiety, you can count on them too. I would also like to ask you not to make fun of people who have mental or any other disorders. They didn't choose this kind of life. They probably don't like themselves, so you can help them by saying nice things to them.



Lili Kreže, 4. b

7 LIFE HACKS WHICH ACTUALLY WORK

- Grape juice can be used to relieve severe migraines.
- Want to know if someone has romantic feelings for you? Look at their eyes. People's pupils expand by 45% when looking at a love interest.
- Cell phone radiation may cause insomnia. Don't play with your phone before going to bed, if you want a good sleep.
- Drinking water will help you lose weight naturally. It even speeds up your metabolism.
- Having at least one "lazy day" per week can help reduce stress.
- Chocolate milk is more efficient at giving you energy than most energy drinks.



Mirjana Mitrović, 4. b

REASONS TO BE FRIENDS WITH THE SIGNS

Horoscopes have long been a part of myth and superstition. You can find daily horoscopes in nearly every newspaper. But do you really believe in astrology or are you just reading your horoscope for entertainment?

The signs of the Zodiac give us great insights into the many talents and special qualities we possess. You can discover a great deal of information about yourself and others. Are they true?

Aries – is the best company you can have.

Taurus – gives the best gifts.

Gemini – can be your partner in crime.

Cancer – is always available to cuddle with you.

Leo – makes you food.

Virgo – takes you to the best restaurants in the town.

Libra – loves to talk... about anything.

Scorpio – is always there for you, no matter what.

Sagittarius – would do anything to see you smile.

Capricorn – drives you home when you are drunk.

Aquarius – comes to your house to talk.

Pisces – remembers your birthday.

I'm Aries. What about you? Would you like to hang out with me?

Lili Kreže, 4. B

FASHION

Being fashionable can be a struggle at times. What to wear? What accessories go with which style of clothing? The questions go on and on.

Fashion includes modern clothes, shoes, make up, hairstyles, bags, nails and more. But don't forget the self-confidence. If a woman wants to make a good impression she has to behave and act like a lady. That makes her look even more noticeable and independent.

CLOTHES

Most of the girls are obsessed with clothes. Women feel more comfortable and satisfied, if they wear something that is trendy.



2016



This spring we should wear mostly colors that remind us on warm days, but we shouldn't exaggerate. Colors that are always welcome are the shades of gentle ones, like yellow, pink and purple with different decorative patterns. But white and black are always a good choice.



The summer is going to be very hot so we need to be hotter. We will need exotic colors, like yellow, orange, red, pink, and turquoise. Sailor clothes are always in. If you are dark-skinned, white color in different pieces of clothes will definitely suit you. They will reflect your beauty. Creators say the more colorful you are, better you will look. Don't believe these things. But don't forget: Follow your instincts and trust yourself.



This autumn will be marked by ripped jeans, mostly the dark ones. In general there won't be such differences about colors, we are still going to wear dark red, brown, black, yellow that resemble leaves and nature in that time. Coats are always in, so you can't make a bad decision wearing a long beige coat with boots or high heels to make you taller and more attractive.

This winter will be decorated in

Christmas spirit, so we might see shop shelves filled with sweaters and cardigans. Reindeers, snowflakes and Christmas trees will pop into your eyes. Fashionable clothes like fur jackets, coats and winter caps with a tassel should be worn in cold colors like, blue, green, white and red. Don't forget to buy boots with fur to keep you warm in cold days.



SHOES



Even if we think that clothes are the most important, nothing can be compared to good pair of shoes. They make your outfit look perfect. Girls like to wear high heels to different parties. They stand out of all kinds of shoes. Which shoes to choose, depends on what you wear. Everything has to match. Nowadays, Nike sports shoes or sneakers, especially Air Max models are very popular, because they are very

comfortable and you can wear them any time. Also wearing All-stars is never a bad choice, because they have been modern for long time in all colors.



ACCESSORIES

Girls like to exaggerate with baggage, because they want to have everything with them. In a bag you can always find some makeup and other stuff so they can look great wherever they go.



Many girls love to wear watches or bracelets, earrings, etc. We think earrings are very important and you just can't forget to put them on. They make you more beautiful, they also reflect your eyes and clothes. You can never mess up with some big earrings that suit you well and make your outfit look good. If you wear simple or classy clothes, you can try to make them showier with good jewelry.

Alja Gromilić, Melisa Mujčinović, 2. b

NEMŠČINA

DAS BIERLEXIKON

Altbier

Seit dem 13. Jahrhundert existiert das Altbier (so genannt, weil nach alter Tradition gebraut) nachweislich in der Region Westfalen bis in die Ausläufer vom heutigen Sachsen-Anhalt und zeichnet sich besonders durch seine obergärige Brauweise aus. Heutzutage sind besonders die Düsseldorfer, Krefelder und Gladbacher für ihr Altbier bekannt.

Bock

Bockbier gehört zu den Starkbieren, weil es für gewöhnlich einen Alkoholgehalt von 6,5% überschreitet. Sein Ursprung geht auf die Hansestadt Einbeck in Niedersachsen vor über 800 Jahren zurück. Als Sammelbegriff deckt es Starkbiere dunkler und heller Farbe ab.

Exportbier

Exportbiere wurden in früheren Zeiten über die Stadtgrenzen hinaus geliefert. Deshalb mussten sie länger haltbar sein. Dafür wurden sie untergärig gebraut, zum Lieferort gebracht und dort mit Wasser auf Trinkstärke gestreckt. Exportbiere können jede Farbe haben und werden meistens von Pils, Hellem, Altbier oder Weizen angefertigt. In deutschsprachigen Ländern gibt es drei große Exporttraditionen: Das Wiener Export, das Dortmunder Export und das Münchner Export.

Kölsch

Das Kölsch ist eine besondere Form deutscher Braukunst. Der Name wurde inzwischen als geschützte geographische Angabe nach EU-Gesetz gesichert. Die Geschichte des Kölsch geht auf das im 12. Jahrhundert zurück.

Rauchbier

Die Tradition des Rauchbiers geht auf die Bamberger Region zurück. Durch das Befeuern des Malzes auf der Darre mit Buchenholz entsteht der charakteristische Rauchgeschmack, der an kräftigen Schinken erinnert.

Weizen

Weizenbiere oder Weissbiere (Weißbiere) sind ebenfalls Biere bayrischer und süddeutscher Tradition.

Pils oder Pilsener

Das berühmte deutsche Pils ist ein untergärig gebrautes Vollbier. Das Pilsener oder Pils geht auf die tschechische Stadt Pilsen zurück, wo es zuerst in dieser Rezeptur gebraut wurde. Pilsner Biere gibt es in allen möglichen Varianten, als Export, Lager oder Spezial.

Weisse

Die Berliner Weisse ist ein mischgegärtes Bier mit geringer Stammwürze und wenig Alkoholgehalt. Die Weisse ist für ihren säuerlichen, komplexen Geschmack bekannt, der im Sommer gerne mit einem Schuss, also mit Waldmeister- oder Himbeersirup kombiniert wird.

Lager

Lagerbier war ursprünglich die Bezeichnung für Biere, die mehrere Monate im Keller gelagert wurden. Heute ist es die Artbezeichnung für alle untergärigen Biere. In Deutschland werden jedoch nur für Biere mit einer Stammwürze unter 12,5%, die gleichzeitig keine Pilsener sind, als Lager bezeichnet. In anderen

Ländern werden untergärige Biere nach dem deutschen Reinheitsgebot Lager genannt.

Oktoberfestbier

Die Oktoberfestbiere sind extra für das Bierfest gebraute Festbiere der etablierten bayrischen Brauereien.

Biergläser Formen

- Bierglas Tulpenform - wird für den Ausschank von Pils verwendet. Fassungsvermögen in der Regel 0,33l.
- Krug - der Bierkrug oder Bierseidel ist gehört zu den traditionellen Biergläsern, 0,4 - 0,5l Fassungsvermögen
- Stange - ein zylindrisches Bierglas für ein Fassungsvermögen von 0,2l
- Altbierglas - wird für Altbier benutzt, Fassungsvermögen 0,2l - 0,4l
- Berliner Weiße Schale - traditionelles Bierglas mit 0,3l Fassungsvermögen
- Weizenbierglas - wird für Weißbier verwendet, in der Regel 0,4l - 0,5 l Fassungsvermögen
- Willybecher - der Willybecher ist das deutsche Standardglas. Zunächst ist er am Boden ganz schmal, in der Mitte dickbäuchiger, um oben wieder mit kleinerem Durchmesser zusammenzulaufen. Der Willybecher wird in den Größen 0,2 l, 0,25 l, 0,3 l, 0,4 l und 0,5 l geliefert und wird pro Jahr seit den 50er Jahren pro Jahr 10 Millionen mal produziert

Spezielle und besondere Biergläser

- Humpen
- Maßkrug
- Pintglas - Pint oder Pinte ist ein altes Raummaß auch für Flüssigkeiten. Ein Pint in den USA entspricht circa 0,4732 Litern, ein Pint in Großbritannien 0,5683 Litern. Deshalb die Oder: One pint of beer, please
- Stiefel Bierglas - Glas in Form eines Stiefels, gebräuchlich hauptsächlich mit 1,0 l bis 2,0 l Fassungsvermögen
- Stößchen - Ein Stößchen ist ein schlankes, nach oben hin breiter werdendes Bierglas und eine Spezialität aus Dortmund. Das Fassungsvermögen liegt ca. zwischen 0,1 und 0,18 Litern.

Kleine Bierglaskunde

Bier birgt Erzählstoff: www.bierdiarium.de



TULPE

Ideal für Pilsbier,
auch für Schwarzbier
gut geeignet



STANGE

Eignet sich prima
für Pils- & Lagerbier



KELCH

Prima für die
kleine Bierprobe
oder für Edelbier



SCHALE

Für Weizenbier und
Spezialbier



WEISSBIERGLAS

Klassiker für
Weizenbier



POKAL

Wird meist für
Pilsbier verwendet



SCHWENKER

Gut für dunkles Bier
und Spezialbier



BECHER

Oft im Einsatz bei Altbier
oder auch Spezialbier



KÖLSCHSTANGE

Kölschglas



GLASKRUG

Universalbehälter
für Bier



STEINKRUG

Universalbehälter
für Bier



MASSKRUG

1 Liter Universalbehälter
für Bier



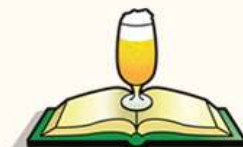
PINT

Mit oder ohne
„Rettungsring“ der
Ale-Klassiker



FLÖTE

Wir kennen Sie vom
Sekt, sie eignet sich
auch für leichte
Edelbiere



Bierdiarium

Ribič pripoveduje prijatelju:

Včeraj sem imel pri ribolovu res neznansko srečo!"

"Kaj si pa ujel?"

"Star ribiški škorenj!"

"In ti temu praviš sreča?"

"Ja, v njem je bilo šest postrvi in veliko rakov!"

Sredi puščave ob oazi vpraša turist Arabca: "Koliko je do naslednje vasi?"

"Dva dneva naravnost, nato pol dneva levo, pa še en dan desno."

Kmeta se pogovarjata:

"Letošnja suša je tako huda, da se mi je travnik skrčil kar za celo kosilnico."

"No, vidiš, lansko leto, ko je bilo mokro, pa si se jezil, češ, da se je moja njiva."

Jožek gre s prijateljico Špelo v kino, pred vhodom si kupi čokolado, med filmom jo odviije in začne grizljati.

»A je dobra?« ga vpraša Špela.

Jožek: »Odlična. Škoda, da si je nisi kupila še ti.«



Glasilo PRELOM je naslednik glasila PRELOM

UREDNIŠKI ODBOR:

- ❖ dijaki SŠZ
- ❖ profesorji SŠZ

LEKTORIRANJE:

- ❖ mag. Maruša Kolar

PREGLED ANGLEŠKEGA DELA:

- ❖ Nataša Stražišnik, prof.

PREGLED NEMŠKEGA DELA:

- ❖ Vanda Macerl, prof.

RAČUNALNIŠKA OBDELAVA:

- ❖ Boštjan Krajnc

Slike, uporabljene v časopisu, so last Srednje šole Zagorje ali so vzete s spleta.

TISK: Srednja šola Zagorje

Število izvodov: 400

Zagorje ob Savi, februar 2016