Številka 3 | letnik XXV | januar 2022 | brezplačnik

Študent

IZRAČUN TOČK ZA VPIS · VSE O ERASMUSU · KAKO ODPRETI S. P.

1997 - 2022
25 LET
TRADICIJE

www.student.si
revija.student
revija_student

Univerza v Ljubljani EKONOMSKA FAKULTETA

1 EUR
NA MESEC

PAKET MLADI

Z ROŽAMI?
ALI ČRN?

Prijetna dilema ...
Odpri nov račun v celoti prek spleta in skleni PAKET MLADI.
Spremeni telefon v svojo najljubšo banko.

Preveri, kaj vse ponuja in skleni paket Mladi kar prek spleta.

INTESA SANPAOLO BANK

SKRBIMO ZA VSE,
KAR VAM POMENI NAJVEČ.

Bank of INTESA SANPAOLO

www.intesasanpaolobank.si

Študent št. 3, letnik XXV, januar 2022

Izdajatelj:
Nevtron & Company, d. o. o.
Koprska ulica 72, 1000 Ljubljana

Odgovorni urednik:
Emanuel Vidmar
emanuel.vidmar@nevtron.eu

Glavni urednik:
Matjaž Lesjak

Vsebinska urednica:
Katja Stojić

Avtorji:
Tina Geč, Urban Husu, Mija Ivančič, Žiga Kastelic, Tilen Kemperle, Urban Kolman, Neja Krampl Mastnak, Nina Marčeta, Nika Plantan, Tjaša Sušnik, Janko Šali, Tjaša Šoštarič, Helena Tolar, Žan T. Urbanija, Saša Vesel, Sabina Zorman, Nika Žagar

Oglasno trženje:
Rozalija Hartman, Karmen Pavlič, Emanuel Vidmar

Oblikovanje in prelom:
Sara Krapež

Naslovnica: Ekonomska fakulteta Univerze v Ljubljani

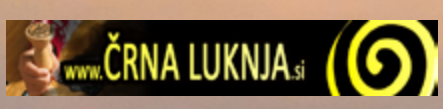
Lektoriranje:
Sonja Poznič Cvetko

Revija je brezplačnik.
Razvid medijev: št. 662

Vso gradivo v reviji Študent je avtorsko zaščiteno. Reproduciranje celote ali delov brez pisnega soglasja izdajatelja je prepovedano. Vse znamke, logotipi in slike so zaščiteni in so last njihovih lastnikov oziroma organizacij. Izdajatelj in uredništvo ne odgovarjata za vsebino in resničnost oglasnih vsebin in vsebin, prevzetih s strani drugih organizacij. Prispevke, ki so v reviji označeni z rubriko Predstavitev, objavljamo v sodelovanju z organizacijami.

ISSN 1408-4880

9 771408 488004



SAMO NEBO JE MEJA

Draga dijakinja, dragi dijak,

piše vama Ekonomska fakulteta. Vem, da sta o meni že nekaj slišala, ravno toliko, da sem pritegnila vajino pozornost. Sem kar precej znana, veliko o meni lahko prebereta na spletni strani. In vzdušje, ki ga ustvarjajo moji študentje, lahko razbereta na IG, FB ali TikToku. Ja, zadnje pol leta sem tudi na TikToku.

Pa povejta vidva: kdo sta vidva, kaj vama je bližje? Vedoželjnost, ustvarjalnost, podjetnost, raziskovanje ali kaj čisto drugega? Morda prebereta zgodbe o Maši, Galu, Tjaši, Niku, Maji in Jaku. Bosta videla, tako zelo so si različni, vsak ima neko svojo vizijo, a nekaj jim je skupnega. Vsi so aktivni, vsi si želijo novo znanje, nove izkušnje. Take imam najraje, saj sem se več let razvijala v fakulteto, ki dobrim študentom omogoča res veliko. Izbirata lahko med številnimi usmeritvami, odpotujeta na študij v tujino in pri tem izbirata med 200 tujimi institucijami, se odločita za dvojno diplomo in izkoristita številne obštudijske dejavnosti.

Pa ne pričakujem, da bosta vidva ravno taka. Nekateri moji študentje potrebujejo več časa, da se najdejo. Ravno zato jim je všeč moja raznolikost.

Slišim, da med vami krožita dva zanimiva trača. Eden je, da se na Ekonomsko lahko vpiše vsak. To ne drži, imam vpisne pogoje. Res pa je, da se mi oktobra pridruži precej brucev, lani 941. Ampak jih žal kar nekaj tudi pade prvi letnik in nadaljujejo pač boljši. Drugi trač pa je, da me obiskuje preveč študentov, da se sploh ne moreš spoznati. Kar vprašajta tiste, ki študirajo – najprej so spoznali vse v svoji skupini in potem še številne ostale. A ni to dobro, da na koncu študija poznata več sto kolegov, z njimi delata, ustvarjata, se zabavata?

Jaz sem na dobri poti, imam tri mednarodne akreditacije (to je tako, kot da bi imela tri zlate medalje za svoje uspehe) in sem med najboljšimi poslovno-ekonomskimi šolami v Evropi. Na kakšni poti sta vidva? Če se mi pridružita, vama lahko rečem: »Samo nebo je meja.«

IZRAČUN TOČK ZA VPIS NA FAKULTETO

Prva polovica šolskega leta je že za nami, kar pomeni, da boste dijaki zaključnih letnikov kmalu izbrali, na katero fakulteto se boste vpisali. Če se za določen študijski program prijavi več kandidatov, kot je razpisanih mest, se vpis v ta študijski program omeji in takrat štejejo točke. Način za računanje točk na vaši izbrani fakulteti najdete na spletni strani fakultete, v nadaljevanju pa predstavljamo nekaj konkretnih primerov računanja točk za vpis na podlagi spodaj navedene tabele za pretvorbo ocen in maturitetnega uspeha v normirane vrednosti.

PRIMER 1

Kandidat se je prijavil v univerzitetni študijski program Pravo na Pravni fakulteti UL. Na splošni maturi je dosegel 21 točk. Tretji letnik je končal s prav dobrim uspehom, četrtega pa z odličnim.

Pravna fakulteta kandidate izbira na podlagi **splošnega uspeha na maturi** (60 % točk) in **splošnega uspeha v 3. in 4. letniku** (40 % točk).

Izračun točk:
Točke z mature in ocene splošnega uspeha se pretvarjajo v normirane vrednosti na podlagi tabele za pretvorbo ocen. Tako je normirana vrednost za 21 točk na splošni maturi 85 točk.

Vsota ocen splošnega uspeha v 3. in 4. letniku (4 + 5) je 9 točk. To ustreza 90 točkam normirane vrednosti.

Končni izračun točk: 85 x 0,60 + 90 x 0,40 = 87 točk

PRIMER 2

Kandidat se je prijavil v enovit magistrski študijski program Medicina na Medicinski fakulteti UL. Na splošni maturi je dosegel 27 točk, in sicer: Slovenščina 7, Matematika 6, Angleščina 5, Biologija 5, Kemija 4.
Tretji letnik je končal z odličnim uspehom, četrtega pa s prav dobrim.

Medicinska fakulteta v primeru omejitve vpisa kandidate izbira na podlagi **splošnega uspeha pri splošni maturi** (35 % točk), **splošnega uspeha v 3. in 4. letniku** (20 % točk) ter **uspeha pri posameznih predmetih splošne mature**, in sicer pri matematiki, tujem jeziku in enem naravoslovnem predmetu (45 % točk).

Izračun točk:
Normirana vrednost za splošni maturitetni uspeh tega dijaka (27 točk) je 94 točk. Za splošni uspeh v 3. in 4. letniku (5 + 4 = 9 točk) dijak prejme 90 točk. Pri posameznih predmetih na maturi se poleg matematike in angleščine v tem primeru upošteva biologija, ker je dijak tu dosegel boljši uspeh kot pri kemiji. Točke pri teh treh predmetih skupaj predstavljajo 45 % vseh točk, vsak predmet torej po 15 %.

Točke pri matematiki in angleščini se preračunavajo po lestvici 2-8 (ker lahko kandidat pri splošni maturi obvezna predmeta opravlja na višji ravni), pri biologiji pa po lestvici 2-5 (ker biologije kot izbirnega predmeta ni mogoče opravljati na višji ravni). Tako 6 maturitetnim točkam pri matematiki v tabeli za pretvorbo ustreza 80 točk normirane vrednosti, 5 točkam pri angleščini 70 točk, 5 točkam pri biologiji pa 100 točk.

Končni izračun točk: 84 x 0,35 + 90 x 0,20 + 80 x 0,15 + 70 x 0,15 + 100 x 0,15 = 84,9 točke

PRIMER 3

Izračun točk je nekoliko bolj zapleten pri programih, ki izvajajo preizkuse posebnih nadarjenosti, sposobnosti in spretnosti. Vzemimo za primer program Kineziologija na Fakulteti za šport UL. Kandidati morajo za vpis opraviti še preizkus gibalnih sposobnosti in znanj.
Dijak je opravil splošno maturo z 19 točkami, 3. in 4. letnik pa končal s prav dobrim uspehom. Udeležil se je preizkusa gibalnih sposobnosti in znanj, kjer je osvojil 90 točk.

Fakulteta za šport v primeru omejitve vpisa kandidate izbira na podlagi **uspeha pri preizkusu gibalnih sposobnosti in znanj** (40 % točk), **splošnega uspeha pri splošni maturi** (45 % točk) in **splošnega uspeha v 3. in 4. letniku** (15 % točk).

Izračun točk:
Normirana vrednost za 19 točk uspeha na splošni maturi je 75 točk. Uspeh v 3. in 4. letniku (4 + 4 = 8 točk) pa se pretvori v 80 točk.

Uspeh na preizkusu se za končni izračun pretvori v točke (možno jih je doseči med 40 in 100) po formuli: **40 + 60 x [(u-m)/(M-m)]**

u – število doseženih točk na preizkusu
m – najmanjše število točk za pozitivno opravljen preizkus
M – največje možno število točk na preizkusu

Izračun točk preizkusa:
40 + 60 x [(90 – 40) / (100 – 40)] = 90 točk

Skupne točke za vpis na fakulteto:
90 x 0,40 + 75 x 0,45 + 80 x 0,15 = 81,75 točke

Upamo, da vam bodo zgornji primeri pomagali pri računanju točk za vpis in da boste poleti prejeli razveseljujoče pismo, da ste sprejeti na želeno fakulteto.

Avtor: Helena Tolar

NAJBOLJŠA INVESTICIJA JE INVESTICIJA V SVOJE ZNANJE

Ob današnjem hitrem tempu življenja je pri izbiri študija najpomembnejše vprašanje, kje dobiti strokovno in uporabno znanje, ki ga lahko takoj apliciraš. Kateri študijski programi obljubljajo izobrazbo za poklice prihodnosti? Kje se lahko opremiš z znanjem za uspeh ter pridobiš kompetence in veščine, s katerimi postaneš nepogrešljiv kader in odličen vodja?

V Sloveniji imamo srečo, saj imamo na voljo številna kakovostna izobraževanja, a treba je znati izbrati pravega zase. GEA College svoje poslanstvo vidi v izobraževanju bodočih podjetnikov in voditeljev, ki bodo uspešno (so)oblikovali prihodnost slovenskega gospodarstva. Se že vidiš med njimi? Gre za v prihodnost usmerjen izobraževalni center, zavezan kakovosti študija, internacionalizaciji in trajnostnemu razvoju, ki ga vključuje v pedagoške in raziskovalne programe.

Največje konkurenčne prednosti GEA College Fakultete za podjetništvo so podajanje praktičnih znanj, oseben odnos učiteljev in širjenje podjetniške miselnosti.

Fakulteta že leta sledi svoji obljubi študentom, zato ponuja delo na realnih »case studyjih« in veliko sodelovanja s podjetji. Ustvarili so pogoje, kjer se lahko študenti bolj povežejo, kjer se spodbujata timsko delo in iskanje podjetniških idej. S praktično naravnanimi študijskimi programi ter povezovanjem s podjetniki neprestano gradijo most med akademskim in gospodarskim svetom. S tem študentom omogočijo lažji prehod iz študijskih klopi na karierno pot, hkrati pa podjetjem zagotovijo tkanje vezi z mladimi generacijami, ki bodo prevzele vajeti.

»To je praktično usmerjen faks. Profesorji so ljudje iz prakse. Nekdo, ki uči podjetništvo, se s tem tudi ukvarja. Točno ve, kakšen je proces,« je o študiju na GEA College Fakulteti za podjetništvo dejal študent Filip Uranc.

Profesorji na GEA College so uspešni posamezniki, ki to, kar predavajo, tudi živijo.

Kot butična poslovna šola skozi praktično naravnan študij na dodiplomskih in podiplomskih programih ter MBA programu širi podjetniško miselnost in spodbuja inovativnost, drznost, drugačnost, podjetnost in prepoznavnost.

Študenti so navdušeni tudi nad možnostmi za tujino, saj Mednarodna pisarna v sklopu Erasmus+ mobilnosti ponuja študijske izmenjave, prakse in pripravništva v številnih evropskih državah.

»Septembra 2017 sem se odpravil na izmenjavo v Amsterdam. Nisem vedel, v kaj se spuščam, rezultat pa je zelo dober, saj ostajam na Nizozemskem,« je svojo dragoceno izkušnjo opravljanja prakse v tujini opisal študent GEA College Timotej Letonja.

»Praksa me je naučila potrpežljivosti in me je postavila na realna tla. Vesel sem, da sem se odločil za podjetje New Generation model Management, ki je ena boljših modnih agencij tam, in hvaležen, da sem dobil tako odlično življenjsko priložnost,« je še dodal.

Dodatne stike pa študenti lahko navezujejo še v Kariernem centru, Inkubatorju in dodatnih podjetniških delavnicah. Inkubator GEA College predstavlja podporno podjetniško okolje, ki posameznikom, mladim podjetjem ali startupom pomaga zagnati podjetje in/ali pospešiti njihovo rast.

Česa si poleg znanja najbolj želiš med študijem? Uporabno znanje ob optimalnem izkoristku svojega časa? Gradnje kariere že med samim študijem? Vabljen/-a na informativni dan 11. in 12. februarja 2022, kjer izveš vse, kar potrebuješ za pravo odločitev, v katero smer investirati svoj čas za študij.

SI PRIPRAVLJEN SPOZNATI SEBE IN DELATI NA SEBI, DA PRIDOBIŠ SVOJ POKLIC?

Direktor Univerze Sigmunda Freuda Dunaj – podružnice Ljubljana (SFU Ljubljana) mag. Miran Možina pravi: **»Študenti SFU ne študirajo le, da bi se naučili, ampak da bi spremenili, spoznali in izgradili same sebe.«** To je osnova za kakovostno opravljanje poklica tako psihoterapevta kot psihologa. Gre za zahtevno in odgovorno delo, ki zahteva visoko mero samorefleksije, dela na sebi, etične drže in konstantnega izobraževanja.

SFU Ljubljana je zaseben visokošolski zavod v središču Ljubljane, ki ponuja fakultetni študij **Psihoterapevtske znanosti** in **Psihologije.** Študijski programi so akreditirani v Avstriji in potekajo po bolonjski shemi 3 + 2.

IZZIVI ŠTUDIJA PSIHOTERAPEVTSKE ZNANOSTI

SFU Ljubljana je zaenkrat edina ustanova v Sloveniji, ki ponuja možnost akademskega študija psihoterapije takoj po maturi. Program je preplet teorije, prakse in dela na sebi.

Kaj pomeni delo na sebi? To imenujemo tudi **osebna izkušnja**, poteka pa v obliki skupinske in individualne psihoterapije. Je najgloblji temelj učnega procesa, saj skozi osebno izkušnjo predelamo, se soočimo in razrešujemo lastne vsebine z namenom, da se osvobodimo negativnih vzorcev ter se pripravimo, da bomo lahko v terapiji kliente empatično spremljali na njihovi poti skozi lasten terapevtski proces.

Posebnost študija je tudi visoko število ur obvezne **študijske prakse**, kjer se študenti dobro opremijo s praktičnimi kompetencami. V prvih letih študija pridobivajo izkušnje v različnih psihosocialnih ustanovah, pozneje v psihiatričnih ordinacijah in nato v Ambulanti SFU Ljubljana, kjer začnejo z delom s klienti. Za vse oblike prakse je zagotovljena redna supervizija, t.j. strokovna podpora.

POSEBNOSTI ŠTUDIJA PSIHOLOGIJE

Študij Psihologije na SFU Ljubljana je interdisciplinaren in sodoben, saj poleg teoretičnih in metodoloških znanj študentom omogočamo nenehen osebnostni razvoj prek vaj iz samozavedanja, moderiranja in tehnik vodenja pogovora. Tako se učijo konkretnih veščin in spretnosti, nujnih za kakovostno opravljanje poklica psihologa na različnih področjih dela. Posebnost je tudi, da se lahko že na dodiplomskem programu odločijo za opravljanje prakse in na ta način zgodaj pridejo v stik s psihologi na terenu.

V **tutorskih skupinah** študenti rešujejo morebitne težave, evalvirajo, se učijo poslušanja različnih mnenj in drug drugega. Študentje višjih letnikov pomagajo študentom nižjih letnikov pri razumevanju študijskega procesa in njegovih zahtev. Izkušnje, ki jih pridobijo na tutorskih srečanjih, imajo za psihologe velik pomen.

Magistrski študij omogoča, da študentje znotraj programa psihologije izberejo poudarek na specifičnih vsebinah – iz **klinične** ali iz **poslovne in ekonomske psihologije.**

PSIHOTERAPEVT ALI PSIHOLOG?

Delo psihoterapevta poteka skozi pogovor, gre za tako imenovano zdravljenje s pomočjo pogovora. Psihoterapevti uporabljajo različne psihološke tehnike in metode, s katerimi pomagajo klientu raziskovati sebe, prepoznavati nezavedne dele sebe in vzorce, ki kreirajo njegovo življenje ter pomagajo pri spreminjanju odnosa do sebe in drugih. Velike potrebe po izobraženem kadru psihoterapevtov slednjega nedvomno uvrščajo med poklice prihodnosti.

Biti psiholog pa je zanimiva in pestra kombinacija nenehnega razvoja samega sebe ter svetovanja in pomoči ljudem na njihovi življenjski poti. Znanja psihologa so široko uporabna v športu, šolstvu, svetovanju, managementu, medijih, klinikah, pri delu z živalmi in raziskovanju.

Sigmund Freud University
Ljubljana

Študijski programi 1. in 2. bolonjske stopnje
Psihoterapevtska znanost in Psihologija

OBVLADAJ MENTAL BREAKDOWN MED IZPITNIM OBDOBJEM

Lovi te dead-line za oddajo seminarske naloge, čez dva dni imaš ubijalski izpit, od katerega je odvisna tvoja prihodnost, na tista dva kolokvija čez en teden si sploh ne upaš pomisliti, soba izgleda, kot da je v njej razsajal tornado, las pa si nisi počesal že od predvčerajšnjim.
Poznano? Tako ponavadi izgledajo izpitna obdobja. Dobra novica je, da ne trajajo večno, slaba pa, da ti zagrenijo en mesec življenja vsak semester. Ampak pozor, preden se sesuješ od stresa in škodiš sebi (ali komu od bližnjih?), si vzemi minutko časa in najdi nasvet zase.

MAJHNE NAGRADESPREHOD

Ko predelaš dolgo poglavje, si privošči košček čokolade. Nagrada je lahko tudi igranje s hišnim ljubljenčkom, osvežujoč sprehod ali nakup majice, ki si jo že dolgo želiš, po uspešno odpisanem kolokviju.

ZAVEDAJ SE SVOJE VREDNOSTI

Potrebno je bilo veliko predanosti, dela in poguma, da si prišel do sem. Verjemi v svoje sposobnosti in se ne podcenjuj.

UČENJA SE LOTI SISTEMATIČNO

Ne laži si, pomisli realno, koliko lahko narediš v času, ki ti je preostal. Namesto sekiranja, kako ti ne bo uspelo, svoj čas pametno izkoristi. Z dobro organizacijo ti bo uspelo do maksimuma izkoristiti preostali čas. Naslednjič pa vseeno začni kakšen teden prej.

POGOVOR

Tudi med izpitnim obdobjem ohrani socialne stike. Ne izoliraj se od družinskih članov. Zaupaj jim svoje težave, vendar ne jamraj! Povabi prijatelja na kavo, ali se mu pridruži pri učenju v knjižnici. Dober poslušalec je lahko tudi kuža, pa nikomur ne bo povedal tvojih skrivnosti.

VMESNE PREKINITVE

Med učenjem delaj pavze. Krajše (za WC, prelet družabnih omrežij in kuhanje kave/čaja) in tiste daljše, med katerimi si privošči sprehod, si skuhaj kaj toplega ali skoči do knjižnjice. Delo bo teklo lažje, ko boš imel fokus.

ŠTUDIJSKI PROSTOR

Odstrani moteče dejavnike, prostor redno zrači in ohranjaj nižjo temperaturo v prostoru. Če te zebe, raje obleci pulover. Če te ne moti, si prižgi radio. Glasba te bo spravila v dobro voljo.

Avtor: Saša Vesel

ERASMUS: VSE, KAR MORAŠ VEDETI

Avtor: Tina Geč

KAJ, KAKO IN ZAKAJ?

Program Erasmus+ ti omogoča, da del rednih študijskih obveznosti opraviš na partnerski instituciji v tuji državi. Na izmenjavo lahko odideš za **najmanj 3 mesece (90 dni) in največ 12 mesecev (360 dni)** na vsaki stopnji študija. **Minimalno število kreditnih točk**, ki jih moraš na izmenjavi pridobiti, **je 20 (za en semester) in 40 (za dva semestra)**.

Vsak študent, ki odide na izmenjavo, prejme **osnovno Erasmus+ dotacijo** (Erasmus+ finančna pomoč), ki se razlikuje glede na državo, v kateri bo mobilnost opravljal. Mesečni znesek je v preteklem študijskem letu znašal **od 420 € do 520 €**.

ČASOVNICA

V drugi polovici novembra fakultete na svojih spletnih straneh objavijo Javni razpis za zbiranje kandidatov za mobilnost študentov z namenom študija v okviru programa Erasmus+ vključno z ostalimi informacijami. **Razpis je odprt najmanj 5 tednov.** V tem času moraš v skladu z navodili **oddati spletno prijavo**.

Potrditev (ali zavrnitev) mobilnosti boš dobil v obliki elektronskega sporočila v mesecu februarju. V obdobju do konca aprila boš prejel vse ostale potrebne informacije, vključno s sporočilom o dodelitvi licence OLS. Kontaktirala te bo tudi tuja institucija in ti poslala dodatna navodila v zvezi s prijavo. **Spletna prijava za Erasmus+ finančno pomoč se običajno odpre v drugi polovici maja.**

KAJ POTREBUJEŠ?

Najpomembnejši dokument je **študijski sporazum (Learning Agreement)**, v katerega vpišeš predmete, ki jih boš imel na tuji instituciji, in predmete, ki se bodo po vrnitvi z izmenjave priznali na domači fakulteti. Dokument podpišeš ti, Erasmus+ koordinator na domači in Erasmus+ koordinator na tuji instituciji. Prav tako boš potreboval **transkript ocen**. Opraviti moraš tudi spletno jezikovno preverjanje jezika (OLS), ki ga boš uporabljal na mobilnosti.

Pri spletni prijavi za Erasmus+ finančno pomoč moraš poleg študijskega sporazuma priložiti naslednje dokumente:

- **pismo o sprejemu** na tujo institucijo,
- **potrdilo o vpisu** na domačo institucijo za študijsko leto, v katerem odhajaš na izmenjavo,
- **sliko bančne kartice** z razvidnim TRR-jem (v Sloveniji moraš imeti odprt bančni račun),
- **certifikat o znanju jezika**, ki ga zahteva tuja institucija, in
- **rezultat spletnega jezikovnega preverjanja OLS** (Online Linguistic Support).

Ko je prijava popolna, prejmeš na elektronski naslov sporazum, ki ga moraš natisniti v dveh izvodih, ju podpisati in poslati na Univerzo v Ljubljani **najkasneje deset delovnih dni pred odhodom na izmenjavo**.

ZAČETEK IZMENJAVE

Preden se odpraviš na izmenjavo, se prepričaj, da imaš urejeno **zdravstveno zavarovanje v tujini**. Prav tako si poišči **nastanitev**. Večina tujih institucij ponuja možnost bivanja v študentskem domu, kar je običajno zelo poceni.

Ob začetku in koncu izmenjave boš moral v potrditev na tuji instituciji dati **dokument o trajanju izmenjave (Confirmation of Erasmus+ Student Mobility)**, ki bo podlaga za končni obračun Erasmus+ finančne pomoči.

KONEC IZMENJAVE

Ko zaključiš z izmenjavo, moraš v spletno prijavo za Erasmus+ finančno pomoč naložiti naslednje dokumente:

- **izpolnjen končni vprašalnik** (povabilo k reševanju boš prejel na elektronski naslov en dan po predvidenem datumu zaključka izmenjave),
- podpisan **dokument o trajanju izmenjave**,
- **rezultat ponovnega spletnega jezikovnega preverjanja OLS**,
- **transkript ocen** (potrdilo o izpitih z ocenami in kreditnimi točkami, ki si jih opravil na izmenjavi),
- dokončna različica **študijskega sporazuma** in
- **potrdilo o priznanih obveznostih**, ki ti ga na podlagi transkripta ocen izda domača fakulteta.

Rok za oddajo dokumentacije je **30 dni po predvidenem koncu izmenjave**.

FAKULTETA ZA DIZAJN
SAMOSTOJNI VISOKOŠOLSKI ZAVOD

VIZUALNE KOMUNIKACIJE / TEKSTILIJE IN OBLAČILA
NOTRANJA OPREMA / DIZAJN MANAGEMENT / NAKIT
www.fd.si

PSIHOTERAPIJA – POKLIC PRIHODNOSTI

Psihoterapevtska dejavnost postaja vedno bolj pomembna v sistemu socialnega in zdravstvenega varstva ljudi. Psihoterapevt je strokovnjak, ki zna poiskati razloge duševnih stisk in ki s pogovorom usmerja posameznika, par ali družino do bolj učinkovitih načinov spoprijemanja s čustvi in stresom, do bolj funkcionalnega vedenja in uvida v lastno doživljanje.

Delo z ljudmi, njihovimi življenjskimi zgodbami, stiskami in tudi duševnimi motnjami pa seveda zahteva veliko osebne odgovornosti in strokovne kompetentnosti. Izobraževanje za ta poklic je tako na eni strani osebna preizkušnja, na drugi strani pa poglobljen študij s področij razvojne psihologije, psihopatologije, psihiatrije, diagnostike/ocene, nevropsihologije, temeljev psihoterapije, medicine, znanstveno-raziskovalnega dela ter etičnih in pravnih vidikov prakse.

Nejc Šmit, strokovni sodelavec pri Projektu Človek, magister zakonskih in družinskih študijev – smer zakonska in družinska terapija ter bivši študent izpopolnjevanja Zakonska in družinska terapija:

»Za študij sem se odločil, ker me je že od nekdaj zanimalo delo s človekom na terenu, med ljudmi. Psihoterapija pa je poklic, kjer si kot terapevt s posamezniki, pari, družinami – tu, z njimi, za njih. Študij mi je dal ravno to: dobro popotnico, s katero sem temeljna znanja že znal prevesti v prakso. Trenutno sem kot terapevt zaposlen v Terapevtski skupnosti za zasvojene s pridruženimi težavami v duševnem zdravju, leta 2020 pa sva s kolegico odprla Center za psihoterapevtsko pomoč, v katerem delujem kot terapevt. Študij mi je dal znanje in prakso, da sem lahko začel samostojno pot kot psihoterapevt.«

Mogoče študij psihoterapije na začetku vzbuja strah in dvom, saj daje na preizkušnjo tako osebnost posameznika kot tudi odnose. Vendar kljub temu, da je mogoče študij osebnostno naporen, prinaša uvide in razumevanje, zaradi česar smo lahko bolj sočutni do samih sebe in

Špela Parte, študentka programa izpolnjevanja Zakonska in družinska terapija, magistrica zakonskih in družinskih študijev – smer zakonska in družinska terapija:

»Spomnim se, da sem se leta 2013 prvič udeležila kongresa Združenja zakonskih in družinskih terapevtov Slovenije in sem kar absorbirala znanje. Pomislila sem: "Vau, obstaja znanost o odnosih, to je lahko moj poklic!" Takrat sem spoznala, da bi bila rada psihoterapevtka, želja po razumevanju ljudi mi je bila nekako naravna. Največji izziv na študijski poti pa je bilo potem delo na sebi. Če tako pomislim, je šlo za štiri leta intenzivne osebnostne rasti in ravno to je najbolj dragoceno, pa tudi uporabno, saj gre skozi podoben proces vsak klient v terapiji. Svojega dela se izjemno veselim, saj spoštujem vsakogar, ki se v življenju odloči za spremembo.«

posledično tudi do drugih. In že zaradi boljšega zavedanja samega sebe in lastnih odnosov je tak študij dobra naložba v življenju. Tudi če na koncu ne opravljaš poklica psihoterapevta, ti lahko pridobljena znanja in izkušnje pomagajo tako v zasebnih kot v profesionalnih odnosih.

V študijskem letu 2022/2023 se lahko na Teološki fakulteti Univerze v Ljubljani vključite v prvostopenjski študijski program Človek in medosebni odnosi. Na smeri Zakonska in družinska terapija ter svetovanje, na kateri sodelujejo tudi visokošolski učitelji Medicinske fakultete Univerze v Ljubljani, si lahko pridobite naziv diplomirani družinski svetovalec/diplomirana družinska svetovalka. S študijem bodisi začenjate svojo psihoterapevtsko izobraževanje oziroma pridobite kompetence za delovanje na področjih edukacije, preventive in promocije duševnega zdravja posameznika in družine. Na smeri Teološki in religijski študiji pa lahko pridobivate temeljna znanja s področij krščanstva, drugih religijskih verovanj, kulturne zgodovine in etike.

ZA LJUDI, KI RADI DOSEGAJO SVOJE CILJE

Študij na Abituri in FKPV z vrhunsko podporo za posameznika

Študij je super stvar. Še lepše je, če ga lahko povežemo z delom, športom, družino, dejavnostmi, ki nam veliko pomenijo. Podiplomski študij nam pomaga pri napredovanju in pri preusmerjanju naših kariernih poti. Dodiplomski študij, ki ga opravljamo v modulih, nam omogoča, da resno in redno študiramo, a nam ob tem ne zmanjka časa in moči za druge življenjsko pomembne aktivnosti.

WWW.FKPV.SI

WWW.ABITURA.SI

Največja zasebna izobraževalna organizacija v Sloveniji že 30 let ponuja izvrstne povezave med teorijo in prakso. Na višji strokovni šoli Abitura in na Fakulteti za komercialne in poslovne vede (FKPV) so študirali mnogi uspešni posamezniki. Med njimi so ugledni direktorji, podjetniki, svetovalci, mnogi športniki in kulturni ustvarjalci. Programe višje strokovne šole in fakultete radi izbirajo že zaposleni ljudje in tisti z družinami. Številni so začeli z višješolsko ravnjo in nadaljevali do visokošolske diplome, magisterija in doktorata. Med takšnimi so tudi tisti, ki so študij na drugih izobraževalnih ustanovah opustili.

KAJ JE TU DRUGAČE?

Že od samega začetka delovanja na Abituri in FKPV, ki izvajata svoje programe v Celju in na dislociranih enotah **po vsej Sloveniji**, prisegamo, da nista dovolj le diploma in priznan študijski program. Pomembni sta tudi **ustrezna organizacija** in **podpora posamezniku**, da zmore izpolniti svoje izobraževalne cilje. Tako redni študij kot študij ob delu olajša izvedba vseh predavanj **v popoldanskem času** in v strnjenih vsebinskih sklopih. Programi vključujejo **vsa gradiva**, izpiti so takoj po zaključenem posameznem predmetu. Ker imamo posluh za posameznika, se – kadar je to potrebno – čas in način izvedbe prilagodita tako, da lahko študent normalno opravlja svoje obveznosti tudi v primeru npr. bivanja v tujini, udeležbe na olimpijadi, večizmenskega dela in podobno.

KAJ ŠTUDIRATI TUKAJ?

Nekatere programe smo zasnovali kot prvi v Sloveniji, v več programov kot prvi uvajamo predmete, usmerjene v aktualna znanja (npr. veriženje blokov in kriptovalute). Katerikoli program izberete, se lahko zanesete na povezovanje teorije in prakse. Izbirate lahko med kar **15 programi, usmerjenimi v poklice s področja ekonomije, komerciale, informatike, poslovnih ved, varnostnih ved, turizma, gostinstva in velnesa ter organiziranja socialnih mrež.**

KAKO DOLGO ŠTUDIRATI?

Programi višje strokovne šole vas lahko do diplome pripeljejo že v dveh letih. A kar je pomembnejše: način študija je tak, da ga opravljate korak za korakom. Vselej so možnosti za poglabljanje! Med posebej zanimivimi novostmi je **nov magistrski študij Poslovnih ved II.** z usmeritvami v **poslovno informatiko, varnostni menedžment, komercialo ali turizem**. Ta študij izbirajo diplomanti različnih visokošolskih smeri. Po dokončanju lahko znanje še poglobite z doktorskim študijem poslovnih ved.

KOMU ZAUPATI?

Pri izbiri študija preverite **mnenja sedanjih in nekdanjih študentov**. Več kot 90 odstotkov naših študentov se strinja, da je pri nas pridobljeno znanje to, kar so iskali! Mnenja in izkušnje naših študentov najdete tudi v blogerskih zapisih mreže ljudi Abiture in FKPV na www.studiraj.si/blog. Pridite na informativni dan ali pa se preprosto najavite na klepet – v živo ali na daljavo. Radi spoznavamo posameznike in njihove študijske cilje!

ABITURA
višja strokovna šola

Ekonomist Poslovni sekretar **Varovanje**
Velnes **Organizator socialne mreže**
Informatika Gostinstvo in turizem

INFORMATIVNI DAN
11. 2. ob 16.30
12. 2. ob 9.00

FKPV
fakulteta za komercialne in poslovne vede

Komerciala **Poslovna informatika**
Turizem Varnostni menedžment
na I. II. in III. stopnji

INFORMATIVNI DAN
11. 2. ob 10.00 in 16.30
12. 2. ob 10.00

USPEŠNO IZPITNO OBDOBJE V NOVEM LETU

»Juhuhu, izpitno obdobje je tu!« so besede, ki jih študentje nikoli ne izrečejo. Izpitno obdobje je pred vrati in napočil je čas, ko se bo pokazalo, kdo je bil med semestrom pri stvari in kdo ne. Januar je mesec za nove začetke in novo zastavljene cilje v koledarskem letu, za študente pa predstavlja mesec učenja in veliko ur presedanja za knjigami. Precej ljudi si v mesecu januarju pomaga z veliko mero motivacije, saj jih prvi mesec leta podpira pri tem, da je novo koledarsko leto čas za premik naprej in nove izzive. Vsak nov začetek je prežet z novim potencialom, vznemirjenjem in priložnostmi, ne glede na zastavljene cilje. Zato je pomembno, da študenti ne ostanete na mestu, ampak kljub izpitim obdobjem pogumno stopite v novo leto, ki je pred vami. Naj vas ne omejuje strah, da vam ne bo uspelo, ampak bodite prepričani vase, da boste zmogli. Pomembno je le to, da se znate organizirati in zaupate vase. Najbolj pomembna je sama priprava na izpite, saj če ste pod stresom in obremenitvijo, se naučite veliko manj, kot če ste sproščeni. Pri pripravi na izpite sta pomembni tako disciplina kot motivacija. Prava kombinacija obeh pa vam bo prinesla želene rezultate in uspešno opravljene izpite. Ne glede na to, ali se ob študiju hkrati odločite še za delo, je pomembno, da vsak prosti trenutek izkoristite za delo na sebi in za napredovanje. Če želite pridobiti nove delovne izkušnje, potem vsekakor preverite hudo ponudbo študentskih zaposlitev na spletni strani www.mjob.si, kjer lahko najdete bogato ponudbo različnih delovnih mest in poiščete najboljše študentsko delo zase.

Pa srečno!

Mjob

Delo v proizvodnji SAXONIA - FRANKE, D.O.O.
Plačilo: 5,00 €/h neto
(Žirovnica)

Pomoč v trgovini Lidl Slovenija.
Plačilo: 5,92-6,76 €/h neto
(LIDL PE po Sloveniji)

Delo na projektu Linea directa.
Plačilo: 4,98 €/h neto
(Koper)

Pomoč v restavraciji McDonald's.
Plačilo: 5,58-6,93 €/h neto
(McDonald's PE po Sloveniji)

Priprava vozil ABC Rent a car in turizem.
Plačilo: 4,98-5,50 €/h neto
(Celje)

Delo v proizvodnji zdravil Krka.
Plačilo: 5,49 €/h neto
(Ljutomer, Novo mesto, Šentjernej)

Univerza v Mariboru
Fakulteta za elektrotehniko, računalništvo in informatiko
FERI

PRIDI NA FERI
pridi-na-feri.si

UNIVERZITETNI ŠTUDIJSKI PROGRAMI
- Elektrotehnika
- Informatika in podatkovne tehnologije
- Medijske komunikacije
- Mehatronika
- Računalništvo in informacijske tehnologije
- Telekomunikacije

VISOKOŠOLSKI STROKOVNI ŠTUDIJSKI PROGRAMI
- Elektrotehnika
- Informatika in tehnologije komuniciranja
- Mehatronika
- Računalništvo in informacijske tehnologije

STE RADOVEDNI? PREBERITE VEČ NA PRIDI-NA-FERI.SI
ALI SE NAM PRIDRUŽITE NA INFORMATIVNIH DNEVIH!

VIST FAKULTETA ZA APLIKATIVNE VEDE
FACULTY OF APPLIED SCIENCES

OBVLADAJ KOZMETIKO NA NAJVIŠJI RAVNI

Kakovost in širina študijev kozmetike omogočata zelo dobro zaposljivost tako doma kot v tujini!

Na VIST edini v Sloveniji izvajamo dodiplomski in magistrski študij kozmetike. Študija odražata potrebe trga, visoka pričakovanja uporabnikov in hiter napredek kozmetične znanosti ter zapolnjujeta vrzel med dermatologijo in kozmetiko.

Dodiplomski študij s poglobljenimi znanji pokriva širše področje kozmetike – od kozmetične nege, izdelave kozmetičnih izdelkov, spremljanja stanja kože z meritvami, pedikure, manikure in velnesa (vključno z aromaterapijo in različnimi masažnimi tehnikami) do ličenja in maskerstva.

Magistrski študij nadgrajuje in poglablja znanja iz medicinskih osnov kozmetike, instrumentalne diagnostike kože in telesne pojavnosti, kozmetičnih snovi in naprednih kozmetičnih izdelkov, aparaturnih ter specialnih tehnik kozmetične nege. Tako usposablja za kompleksne in najzahtevnejše kozmetične obravnave v specializiranih kozmetičnih salonih ali v timih z dermatologi in kirurgi. Diplomantke obeh programov uspešno vodijo svoje kozmetične salone in velnes centre, se ukvarjajo z raziskavami, razvojem in trženjem, prevzemajo vodstvena in vodilna mesta v večjih podjetjih, se uveljavljajo v svetu mode, gledališča, filma in medijev, pomembno dopolnjujejo zdravstvene in druge time doma in v tujini.

ŠTUDIRAJ FOTOGRAFIJO IN SPREMINJAJ POGLED NA SVET

Edini visokošolski študij fotografije v Sloveniji za nove generacije uspešnih fotografov

Študij fotografije na VIST ponuja edinstveno priložnost, da razvijete svoje znanje in kreativnost na področju fotografije, najdete lastne poti izražanja in postanete diplomirani fotograf/fotografinja.

Odlikujeta ga raznolikost in širina, saj nudi široko teoretsko osnovo in hkrati dobro usposablja za delo v praksi z obvladovanjem vseh faz produkcije in postprodukcije. Sega od starih fotografskih tehnik do sodobnih multimedijskih aplikacij, od studijske perfekcije do iskanja izvirnega osebnega izraza, od avtorske, reportažne in dokumentarne do reklamne, modne in portretne fotografije.

O kakovosti študija pričajo številni dosežki naših študentov, ki dosegajo odlične uvrstitve na natečajih, uspešno razstavljajo svoje fotografije, se uveljavljajo kot podjetniki na različnih področjih vizualnih komunikacij. Vabljeni, da se jim pridružite!

NOVO – ŠTUDIJ PODOLOGIJE ZA CELOSTNO OBRAVNAVO PROBLEMATIKE STOPAL

V študijskem letu 2021/22 smo začeli z izvajanjem nove visokošolske študijske smeri Podologija 1. st

Podologija se s problematiko nog oz. stopal ukvarja celostno in je v svetu v velikem razmahu, to pa je edini študij podologije v Sloveniji in širši okolici. Širok nabor znanj in tehnik diagnosticiranja ter obravnav diplomiranim podologom omogoča zelo širok in specifičen izbor obravnav za določene najzahtevnejše problematike stopal samostojno ali v zdravstvenih timih.

KAKO ODPRETI SVOJ S. P.?

Marsikateri študent se po zaključku študija odloči za ustanovitev s. p. Tako postane samostojni podjetnik in sam svoj šef. Bodoči samostojni podjetniki, ki so prepričani, da je to prava odločitev, lahko to storijo na tako imenovanih točkah SPOT (Slovenska poslovna točka) ali portalu SPOT. Postopek ustanovitve je brezplačen, v nadaljevanju ti ga podrobneje predstavimo.

Avtor: Žiga Kastelic

KAKŠNA JE RAZLIKA MED NAVADNIM IN POPOLDANSKIM S. P.?

Popoldanski s. p. je namenjen tistim, ki so v delovnem razmerju za polni delovni čas (40 ur na teden). Je najboljša izbira za tiste, ki ustvarjajo poleg službe ali pa jim redno delo ne zadostuje. Pri popoldanskem s. p. so tudi relativno nizki stroški za prispevke, mnogi se zanj odločijo kot za vstopni korak v samostojno podjetništvo. Po drugi strani je navadni s. p. v celoti ista zadeva, izjemi sta le višina stroškov in dodatna zaposlitev.

ŠTUDENT IN S. P. - POMEMBNI DEJAVNIKI

Če si v času študija želiš odpreti s. p., se pred tem pozanimaj o nekaterih posledicah. Študent podjetnik se ne more posluževati subvencioniranega načina prehrane, prav tako nima več pravice do bivanja v študentskem domu. Če študent odpre s. p., mu propade pravica do državnih štipendij. Izgubi tudi pravico do vzdrževanega družinskega člana.

KAM Z VPRAŠANJI GLEDE USTANOVITVE S. P.?

Slovenija ima veliko število točk, kamor se lahko študenti obrnejo z vprašanji glede ustvarjanja lastnega podjetja. Prebiraj veliko člankov na to temo in se spoznavaj z besediščem, ki ga uporabljajo samostojni podjetniki. Vedno se lahko obrneš na osebe, ki že imajo svoje podjetje, ali pa uporabiš enega izmed kanalov za pomoč. Na točkah SPOT ti bodo pomagali pri vseh vprašanjih, ki jih imaš, in te vodili skozi postopek.

V TREH KORAKIH DO »ESPEJA«

Do ustanovitve s. p. vodijo trije koraki:

- prijava v poslovni register – AJPES,
- prijava v davčni register – FURS in
- prijava v sistem socialnega zavarovanja – ZZZS.

Zgoraj opisani koraki do ustanovitve s. p. so sila preprosti in ne vzamejo preveč časa. Vsakega izmed korakov je možno opraviti na spletu, a mi bomo opisali klasičen potek v fizični obliki. Prednost tega je, da ti lahko na mestu pomagajo zaposleni vsake izmed služb.

Na prvem mestu je prijava v poslovni register, za katero se zglasiš na eni izmed točk agencije AJPES (Agencija Republike Slovenije za javnopravne evidence in storitve). Tu boš potreboval svoje podatke: naziv podjetja, skrajšani naziv podjetja, poslovni naslov in overjena izjava lastnika, če nisi lastnik objekta, kjer boš deloval. Poleg tega je glavna reč tudi dejavnost tvojega podjetja (slikopleskarstvo, umetniško ustvarjanje, novinarska dejavnost …).

Istočasno z oddajo predloga za vpis v Poslovni register lahko na točki VEM, kamor spada tudi AJPES, oddaš prijavo v davčni register. Če tega ne storiš, moraš preostale podatke sam sporočiti Finančnemu uradu Republike Slovenije (FURS). Ti podatki so: ime in priimek, davčna številka,

naziv podjetja, oseba, ki ti vodi poslovne knjige, podatki o poslovnih enotah doma in v tujini, številke poslovnih računov v tujini in kapitalske naložbe, način ugotavljanja davčne osnove in višina prihodkov in odhodkov.

Zadnji korak je prijava v socialna zavarovanja, kar je prav tako možno storiti na točki VEM. Če tega ne storiš takrat, pa moraš to opraviti najkasneje v osmih dneh od vpisa v poslovni register. Oddajal boš ustrezen obrazec M (M1 za navadni s. p. ali M12 za popoldanski s. p.).

ČAS JE ZA RAZGOVOR!

Tudi tebe grabi panika pred razgovori za delo? Nisi edini. Zato smo pripravili nekaj nasvetov, s katerimi boš raztural na naslednjem razgovoru! Razgovori so namreč lahko čisto preprosti. Prepričan moraš biti, da si želiš to delovno mesto, in iti na razgovor z mislijo, da ti bo uspelo.

KAJ STORITI PRED RAZGOVOROM?

Preden te zagrabi panika, se umiri in malo razišči, h komu odhajaš. Prav ti bo prišlo, če boš spoznal bodočega delodajalca. To pomeni, da se na internetu pozanimaš, kaj dela in kakšen je njegov finančni položaj. Lahko raziščeš tudi njegovo izobrazbo, predhodne izkušnje in njegove hobije. Vendar pazi! Tega na razgovoru ne smeš poudarjati, raziskava ti bo le pomagala, da ga boš bolje poznal in razumel.

Pričakuj vprašanja. Če delo zahteva poznavanje določenega področja, lahko poleg klasičnih vprašanj pričakuješ tudi vprašanje na to temo. Klasična vprašanja so povezana s tvojo osebnostjo, hobiji, izobrazbo, izkušnjami in ambicijami. Na vprašanja se torej lahko pripraviš že vnaprej.

Po klasičnih vprašanjih bo čas, da vprašanja postaviš ti. Tudi na to se lahko pripraviš vnaprej. S postavljanjem vprašanj boš pokazal zanimanje za delo. Postaviš lahko vprašanje o prihodnosti ali zgodovini podjetja, o delovniku, plači in izobraževanjih.

Pomembno je, da na razgovor prideš oblečen primerno za delo, na katerega se prijavljaš. Potrudi se biti urejen in ne pretiravaj z modnimi dodatki ali ličili. Tudi za spletni razgovor se obleci priložnosti primerno.

KAKO NASTOPATI?

Ko pride čas razgovora, moraš obvladati prostor. Kaj to pomeni? Samozavesten in profesionalen odnos. Prvega vtisa ne pozabiš.

Prav tako ne bodi živčen. Ker imaš za razgovor omejen čas, moraš biti psihično pripravljen, da sogovornike v tem časovnem okvirju prepričaš, da si najboljši kandidat za delovno mesto. Če boš na razgovoru preveč sproščen, boš dajal delodajalcu vtis, da ti je vseeno – zadeti moraš zlato sredino.

Veliko ljudi misli, da je razgovor neprijetno prvo srečanje z delodajalcem, vendar ni tako. Zapomni si, da te je delodajalec poklical na razgovor, ker se mu zdiš primeren za prosto delovno mesto. S tem si že pritegnil njegovo pozornost. Naslednja stvar, ki jo moraš narediti, pa je, da se pripraviš na vprašanja, si samozavesten in delodajalcu ponudiš to, kar išče. Bodi iskren, prepričan vase in osredotočen na uspeh.

Avtor: Nika Žagar

KLASIČNA VPRAŠANJA

Nekaj vprašanj, ki jih lahko pričakuješ na razgovoru:

- Zakaj si želite delati ravno za naše podjetje?
- Zakaj naj zaposlimo vas?
- Naštejte mi vaših pet pozitivnih in negativnih lastnosti.
- Kaj so vaše ambicije v življenju?
- Kje se vidite čez 10 let?
- Ste vodja ali sledilec?
- Kaj imate najraje in česa ne marate pri delu v tej panogi?
- Kako se spopadate s pritiski?

Univerza na Primorskem
FAKULTETA ZA HUMANISTIČNE ŠTUDIJE

HUMANISTIKA
skrb za našo identiteto in dediščino

slovenistika, tuji jeziki, komuniciranje in mediji (enopredmetni)
geografija, zgodovina (eno- ali dvopredmetni)
arheologija (dvopredmetni)

INFORMATIVNI DNEVI
11. in 12. februarja 2022

www.fhs.upr.si

DAN, KO PRAZNUJEJO ŽENSKE

8. marec – dan, ko vsi moški podarjamo rože in s tem izkažemo hvalo ženskam. To je postalo skorajda kot neka obveza in ob izročeni roži se morda ne zavedamo, kako srečni smo. Pa se zamislimo.

Avtor: Urban Husu

Zamislimo se in se zahvalimo ženskam, ki so del našega življenja. Materi, ki je dala vso svojo moč, ko nas je rodila, in nas bo vedno imela rada. Babicam in prababicam, ki jim je največja skrb na svetu, da boš sit in da imaš vsaj osem obrokov na dan.

»Ponosna sem na svojo žensko dušo, na vse vidike ženske v sebi, od mladenke do modre starke.«

Partnerkam, ki nas pričakajo s toplim objemom in nežnim poljubom. Materam naših otrok, ki so nam podarile največjo srečo v našem življenju. Sestram, ki so nam vedno stale ob strani in bile razumevajoče prijateljice.

»Ponosna sem na svojo brezmejno dobroto in nesebično srce, ki bo nekoč omogočilo največje darilo – življenje.«

»Kdor nas ceni in spoštuje, bo to počel tudi druge dni, kdor ne – pač ne.«

Hčerkam, katerih nasmeh je najpomembnejša stvar v galaksiji. Tetam, ki so nas rade razvajale. Prijateljicam in sestričnam, ki delijo svojo žensko modrost z nami. Učiteljicam in vzgojiteljicam.

»Smo odločne in vemo, kaj hočemo v življenju.«

Znanstvenicam in političarkam. Gasilkam, vojakinjam, policistkam. Zdravnicam in medicinskim sestram. In na sploh vsem ženskam, ki se spopadajo s posmehovanji in žaljivkami, a se kljub temu ne uklonijo. Vsem ženskam, ki sledijo svojim sanjam.

»Ni treba, da mi moški podari svet. Lahko si ga ustvarim sama!«

Hvala vam.

»Zakon je biti punca, ker punce lahko nosimo oblačila svojih fantov. Obratno pač ne gre.«

Drage ženske. Naj se vsaka starka zaveda, kako lepa in modra je. Vsaka deklica naj se počuti kot kraljica. Vsaka ženska naj bo ponosna na to, kar je. In nikoli ne dovolite, da vam to vzamejo.

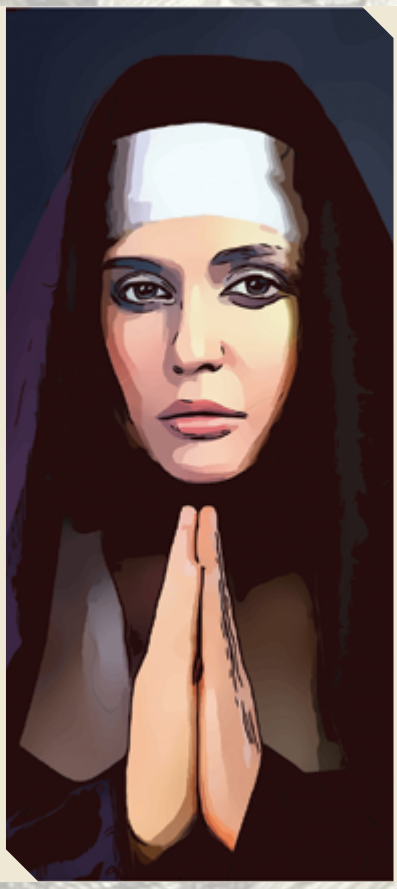
KAKO IN KOMU SE TREBUHI REDÉ?

Avtor: Tjaša Šoštarič

Slovenci poznamo vsaj dve podobi našega največjega pesnika. Prva je tista nacionalna, Stritarjeva interpretacija, ki ga opisuje kot nesrečnega človeka, prežetega s tragično usodo v prijateljstvu, ljubezni, poklicu in drugje.

Izjave nekaterih sodobnikov pa ga kažejo v drugačni luči: da je bil strašno rad v družbi, da ni bil nikoli slabe volje, da je sicer malo govoril, a kadar je, je bil sarkastičen, da je rad prepeval, da je rad dvoril dekletom. Torej ga vidimo v bolj veseli luči, s popolnoma povprečnimi lastnostmi.

Apokrifna Prešernova dela so tista, ki jih prešernoslovje ni moglo ali ni hotelo sprejeti v »uradni« Prešernov opus. Seveda jih tudi ne tiskajo v zbranih delih in pesemskih izborih in se ne ponujajo v recitacijo na šolskih ali drugih proslavah. Razloga sta dva: Prešernovo avtorstvo ni popolnoma potrjeno, ker so to besedila, ki so se ohranila v spominu sodobnikov in v njihovih zapisih in prepisih, torej niso napisana s Prešernovim rokopisom. Drug razlog pa so preveč nespodobne vsebine.



Kako in komu se trebuhi redé?

Kako da se birtom
Trebuhi redé?
Ker žrêjo, pijêjo
Do belega dne.

Kako da se ferboltarjem
Trebuhi redé?
Kri kmetov pijêjo
Pijavke hude.

Kako da se dohtarjem
Trebuhi redé?
Zato ki nobeden
K njim prazen ne sme.

Kako da se peamtarjem
Trebuhi redé?
Zato, ki se mazat
Vsi radi pusté.

Kako da se farjem
Trebuhi redé?
Za maše jim nosijo
Neumne žene.

Kako da se nunam
Trebuhi redé?
Zato ki se f…jam
Por…t pusté.

Druga pa je na račun Podbojevih gostilniških deklet

Miran Hladnik: Apokrifni Prešeren

Metka, Metka!
ne spoštuješ pétka,
si pustila Grič,
vzel te bo hudič!

Bela ko mleko,
rudeča ko kri,
zaljubljeno gleda,
na smeh se drži.

Sonce se skriva,

videt' ga ni,
ker se peklenska

Marička moži.

Vezava-diplome.si

53% POPUST NA VEZAVO
KODA KUPONA: "53STUD"

IDEJE ZA PUSTNE MASKE V ZADNJEM TRENUTKU

Pust je pred vrati! Če še vedno ne veš, v kaj bi se našemil, preveri naše kreativne ideje. Zate smo namreč pripravili izbor izvirnih pustnih mask, ki jih lahko izdelaš sam v zadnjem trenutku.

Avtor: Neja Krampl Mastnak

»GOOGLE MAPS«

Vzemi staro majico brez potiska, rumen trak, nalepke, pisalo in karton. Nato pa ustvarjaj! Ta maska je idealna tudi za skupinsko masko, saj lahko vsaka oseba predstavlja drugo lokacijo.

GROZDJE

Si ljubitelj sadja? Ta kostum je kot nalašč zate! Vse, kar potrebuješ, so baloni. Napihni jih in prilepi nase. Da pa boš resnično zgledal kot pravi grozd, pa si na lase pripni nekakšno zeleno pentljo, ki bo izgledala kot pecelj.

JAJCE

To je eden izmed kostumov, katerega je nedvomno najlažje narediti. Potrebuješ le belo rjuho in rumen karton oz. blago. Slednjega prišij na rjuho in že si pripravljen!

KUHAR

Doma prosi mamo za predpasnik, na glavo si nadeni kuharsko čepico, v roke pa vzemi kuhalnico. Voila – že si postal pravi kuharski mojster!

ROPAR

V omari poišči črtasto majico, črno kapo in vrečo1, na katero napiši znak € ali $. Če imaš doma še črne rokavice, si jih nadeni in že si nared!

TURIST

Okrog pasu si ovij torbico, za katero zatakni kar čim več stvari, na glavo pa si nadeni klobuk. Okrog vratu ti mora viseti še fotoaparat, ne sme pa manjkati niti selfie stick. Sedaj lahko brez problema postaneš nadležen turist, ki želi fotografirati vse pred seboj.

VIŠJA ŠOLA
Informatika
Mehatronika
Strojništvo
Medijska produkcija
Organizator socialne mreže
Gostinstvo in turizem
Ekonomist
Kozmetika
Gradbeništvo
Velnes
Logistično inženirstvo
Varstvo okolja in komunala

VISOKA ŠOLA
★
Podjetništvo in mednarodno poslovanje
★
Trajnostni turizem

Dodiplomski študij
Magistrski študij

	7							8
		6		5	7			1
		5	9	2	3			
	1		5	9				6
		4		7		5		
5				1	8		4	
			1	8	9	7		
7			2	4		1		
9							8	

KAKO PRIPRAVITI NAJBOLJŠO VROČO ČOKOLADO?

Mrzli meseci s seboj prinesejo željo po vročih in sladkih napitkih, ki nas v trenutku pogrejejo in napolnijo z novo energijo. Najboljši sladek zimski napitek je definitivno vroča čokolada s smetano, ki jo pogosto naročimo kar v lokalu – le zakaj bi se doma trudili s pripravo, kajne? Toda zate smo našli preprost recept, s katerim si lahko pripraviš domačo vročo čokolado kot iz lokala.

Kaj vse potrebuješ?

- 0,5 dl sladke smetane,
- pol lončka svežega mleka,
- 50 g najljubše čokolade,
- 1 žličko koruznega škroba,
- 1 žličko sladkorja,
- začimbe po želji – cimet, vanilija, pomarančna lupina ...

Kako jo pripraviš?

Na kuhalno ploščo postavi kozico, zraven nje pa pripravi še skodelico. V kozico nalij pol lončka mleka, v skodelico pa dodaj 2 žlici mleka. Mleku v kozici nato dodaj še 0,5 dl sladke smetane, mleku v skodelici pa 1 žličko koruznega škroba in mešaj, dokler ne dobiš mase brez grudic. Mleku in smetani v kozici dodaj začimbe po želji – cimet, kardamom, pomarančno lupinico ... Sestavine v kozici nato segrej do vretja, nato zmanjšaj ogenj, vmešaj maso iz skodelice in dodaj svojo izbrano čokolado. Vse skupaj kuhaj še 1-2 minuti, medtem pa ves čas pozorno mešaj.

Za piko na i?

Narejeno vročo čokolado vlij v skodelico in za piko na i poskrbi še za stepeno smetano. To pripraviš tako, da stepeš sladko smetano (še bolje, če je smetana za stepanje) do želene puhaste strukture. Stepeno smetano nato dodaj na vrh vroče čokolade, nanjo pa lahko potreseš še kaj sladkega – morda čokoladne mrvice, penice ...

Avtor: Nika Plantan

In voilà, tako preprost je recept za najboljšo domačo čokolado! Pa naj ti tekne. :)

RAZTURAJ NA PRVEM ZMENKU!

Obstajata dva tipa ljudi: brezupni romantiki, ki o valentinovem sanjajo celo leto, in realisti, ki se jim to zdi prenapihnjen, nepotreben praznik. Tako enim kot drugim pa so skupni pri zmenki. Ti nam lahko povzročajo stres, saj ne vemo, kaj pričakovati, kaj sogovornika vprašati, ne vemo niti, kdaj je pravi čas za beg. Konec koncev, kateri sploh so »red flagi«? Zate smo pripravili vodič, ki ti bo pomagal v tovrstnih situacijah ne glede na praznik, mesec oziroma obdobje, v katerem se nahajaš.

Avtor: Nina Marčeta

»PRAVA« VPRAŠANJA

Prava vprašanja so tista, ki ti pomagajo pridobiti čim več informacij – kakšen tip človeka je, kaj mu/ji je všeč in kdo sploh je. Tako lahko oceniš, ali obstaja potencial za vaju ali pa je vse samo velika potrata časa.

Velikokrat se nam zdi, da so najboljša vprašanja tista klasična, direktna: od kod si, imaš kaj bratov/sester, koliko si star in tako dalje. Ne pravimo, da ta niso potrebna, vendar pa niso najpomembnejša. Najpomembnejša so tista zanimiva vprašanja, s katerimi se lahko zabavata in obenem izvesta čim več drug o drugem, brez da se tega sploh zavedata.

KAJ TE DELA EDINSTVENEGA?

Mogoče je očitno, vendar nekoga lahko najbolje spoznaš, če ga »prisiliš« v to, da govori o sebi. Tako vprašanje je odprto in da sogovorniku priložnost, da se razgovori.

KAJ SO ZABAVNA DEJSTVA O TEBI?

Poizvedba o zanimivih, nenavadnih dejstvih je zanimiv način spoznavanja. Izveš lahko nekaj, česar mogoče v nasprotnem primeru ne bi. Mogoče je bil na televiziji, v kakem realističnem šovu, kaj pa veš.

ALI BI RAJE ...?

Tovrstna vprašanja, ko mora sogovornik izbrati med dvema možnostma, so odličen način prebijanja ledu. Lahko jih popelješ v katerokoli smer. Lahko so zabavna in lahkotna ali resna in globoka. Prilagodi se razpoloženju!

KAJ TE ŽIVCIRA?

Tako lahko posameznika veliko boljše razumeš in vidiš, kakšen tip človeka je. Prav tako pa vzpostaviš odprt in iskren odnos že na začetku.

KDO SO POSEBNI LJUDJE V TVOJEM ŽIVLJENJU?

Najboljši vpogled v človekov značaj ti nudi pogovor o njegovih najbližjih – ni lepšega od tiste iskrice v očeh, ko nekdo opisuje svoje ljubljene.

»RED FLAGI«

Na žalost se vsak zmenek ne izide tako, kot bi si želeli. Ali pa sprva se, vendar pozneje ugotoviš, da so obstajali znaki, ki so ti nakazovali drugačno zgodbo, pa jih nisi opazil oziroma si se jih odločil ignorirati. Nasvet: nikoli ne ignoriraj »red flagov«. Lahko te rešijo pred bolečino.

OBSEDENOST S TELEFONOM

Če se mu/ji zdi telefon bolj zanimiv od tebe, verjetno nekaj ne štima.

OBTOŽEVANJE BIVŠEGA PARTNERJA

Ni prijetno, če nekdo na prvem zmenku govori samo o bivšem in če njega obtožuje za vse težave v razmerju. Konec koncev boš mogoče ti naslednji hudobnež v podobni zgodbi.

NESRAMNOST DO NATAKARJEV

Odnos do natakarjev oziroma tujcev ti veliko pove o tem, kakšen tip človeka je tvoj sogovornik.

KOVANJE V ZVEZDE

Če te pretirano hvali že na prvem zmenku, brez da bi te zares poznal, je to slab znak. Hočeš biti namreč z nekom, ki je s tabo zaradi tebe, ne pa zaradi neke nerealistične predstave o tebi.

BAHANJE

Super je, če je človek ponosen na svoje dosežke. Vendar za vse obstaja meja. Če se že sprva pretirano hvali, je to lahko znak visoke negotovosti ali ega.

Vprašanj in »red flagov« je veliko, vendar so to tista najosnovnejša, ki ti bodo naslednjič pomagala. Drugače pa se sprosti in uživaj na zmenku! Če nič drugega, boš imel vsaj zabavno pripoved za vnuke.

STUDENT.SI – EDINI PRAVI SPLETNI PORTAL ZA MLADE.

REVIJA ŠTUDENT – NAJDI JO NA FAKULTETAH IN ŠTUDENTSKIH DOMOVIH V LJUBLJANI IN NA OBALI!

SLEDI NAM NA FACEBOOK PROFILU @REVIJA.STUDENT IN INSTAGRAM PROFILU @REVIJA_STUDENT

SODELUJ V NAGRADNIH IGRAH NA WWW.STUDENT.SI/NAGRADNE-IGRE

PREVERI NAŠE LICITACIJE (VSAK PETEK NOVA!): WWW.STUDENT.SI/STUDENTOVI-DEALI

VSE, KAR MORAŠ VEDETI O ŠTUDIJU. – STUDENT.SI/VSE-KAR-MORAS-VEDETI/

ŠTUDENT

Z morem več

Prehransko dopolnilo

Floradix Epresat®
multivitaminski tonik

Dviguje energijo, krepi imunski sistem

- okusen tonik z izbranimi vitamini in izvlečkom ameriškega slamnika
- za otroke, starejše od 6 let, in odrasle
- priporočljiv ob večjih psihičnih in telesnih obremenitvah

Vitamini A, B_6, C in D prispevajo k delovanju imunskega sistema. Vitamini B_1, B_2, B_6, C in niacin prispevajo k sproščanju energije pri presnovi. Vitamini B_2, B_6 in C prispevajo k zmanjševanju utrujenosti in izčrpanosti, vitamini B_1, B_6, C in niacin pa k normalnemu psihološkemu delovanju.

Prehransko dopolnilo ni nadomestilo za uravnoteženo in raznovrstno prehrano.

V lekarnah in spec. prodajalnah

floradix.si Dr. Gorkič

VITAMIN D PROTI NOVEMU KORONAVIRUSU - ALI DEJANSKO UČINKUJE?

V času pandemije koronavirusa si morda že slišal, da se pred virusom vsaj nekoliko lahko zaščitiš z zadostnim vnosom vitamina D. Seveda pa je treba ločiti med znanstveno dokazanimi dejstvi in marketinškimi triki.

IZSLEDKI ZNANSTVENE RAZISKAVE

V znanstveni raziskavi (Borsche, Glauner in von Mendel, 2021) so ugotovili, da je smrtnost zaradi bolezni covid-19 v negativni korelaciji s statusom vitamina D3. To pomeni, da je več možnosti, da oseba umre za covidom-19, če ima premalo vitamina D. Teoretično bi se smrtnost zmanjšala na skoraj 0 ob koncentraciji vitamina D 50 ng/mL. Poleg tega je koncentracija aktivne oblike vitamina D v krvi močno povezana z resnostjo poteka bolezni.

VZROK ALI POSLEDICA?

Pri zgoraj navedenih korelacijah se je treba vprašati, ali lahko visoka koncentracija vitamina D dejansko ublaži potek bolezni ali pa se koncentracija vitamina D v krvi zmanjša kot posledica hujšega poteka bolezni.

METODA

V študijah, ki jih zajema raziskava, so izmerili koncentracijo vitamina D, preden so bili oboleli za covidom-19 hospitalizirani ali pa ob sprejemu v bolnišnico. To pomeni, da bolezen še ni imela dovolj časa, da bi lahko vplivala na koncentracijo vitamina D pri bolnikih.

UGOTOVITEV

Zaključek raziskave je torej spoznanje, da je nizek nivo vitamina D3 v krvi lahko vzrok za hujši potek bolezni, in ne posledica bolezni. Zato se kljub cepljenju priporoča dvig vitamina D v serumu nad 50 ng/mL. Da bi to dosegli, je potreben dodaten vnos od 4.000 do 10.000 enot vitamina D na dan, odvisno od vremena. Priporoča se tudi sočasno jemanje 200 mikrogramov vitamina K, ki poskrbi, da se kalcij, sproščen prek vitamina D, absorbira v kosti, in ne v ostala tkiva.

VITAMIN D ... UČINKUJE!

Ob vseh preventivnih ukrepih, kot so socialno distanciranje, nošenje mask in higiena, so mnogi pozabili, da je naš imunski sistem tisti, ki nas ščiti pred boleznimi in jih tudi premaguje. Njegova moč je odvisna od prehrane, fizične pripravljenosti, spanja in gibanja. Pomemben dejavnik pa je tudi nivo vitamina D v krvi. Znano je, da je pomanjkanje vitamina D precej razširjeno, predvsem na območjih višjih geografskih širin. Jemanje prehranskih dopolnil z vitaminom D je torej poleg ostalih ukrepov ravno tako pomemben način, s katerim lahko zmanjšaš verjetnost negativnih posledic koronavirusa.

Avtor: Tjaša Sušnik

ERGONOMIJA ZA REVNE ŠTUDENTE

Delo za računalnikom ti je zagotovo postalo že samoumnevno. Če tretjino dneva preživiš za ekranom, boš v enem letu na tipkovnico pritisnil približno trimilijonkrat, z miško pa prehodil razdaljo približno 26 kilometrov. Si znaš prilagoditi okolje na poceni način, da ne bodo trpeli tvoj vrat, ramena in hrbet?

ZA STOJEČE ŠTUDENTE

Izdelava lastne rešitve za ergonomsko mizo, pred katero boš stal, je preprosta in brezplačna. Najverjetneje ti bo uspelo z materiali, ki jih imaš že doma. Na mizo oziroma pultno ploščo zloži velike knjige in nanje položi prenosni računalnik. Če za to nimaš dovolj knjig, si lahko ustvarjalen in uporabiš škatle za shranjevanje ali kateri koli gospodinjski predmet, ki je dovolj trden za delo.

ZA SEDEČE ŠTUDENTE

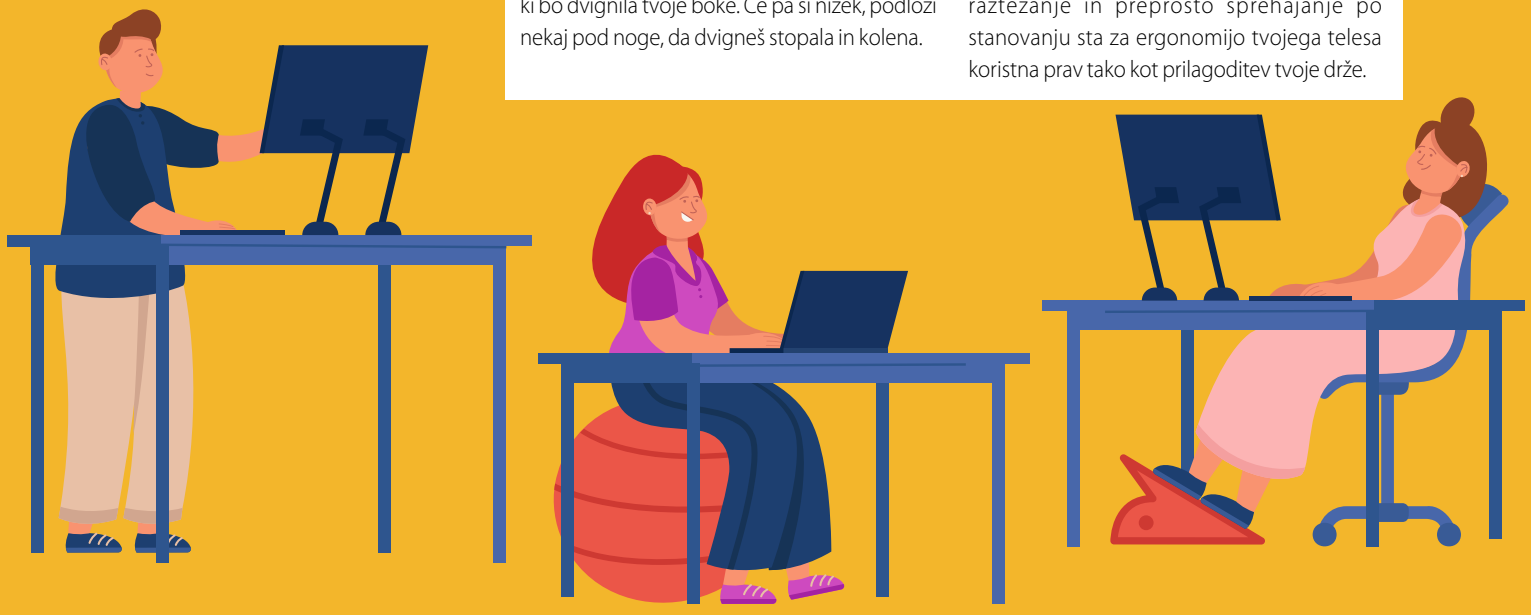
Če pri delu raje sediš, poskusi sedeti tako, da bodo tvoje oči usmerjene neposredno na zaslon. To dosežeš tako, da najprej dlani in podlakti položiš na mizo. Če komolci niso poravnani z delovno površino, dvigni ali spusti stol, da se poravnajo. Če je stol prenizek in ga ne moreš premakniti višje, si podloži zloženo brisačo ali blazino. To spodbuja tvoj trup, da počiva v bolj pokončnem položaju, kar je podobno, kot če bi stal.

Idealno je, da so kolena na isti višini kot boki ali rahlo spuščena. Če si visok, lahko to dosežeš tako, da na sedež položiš blazino ali podlogo, ki bo dvignila tvoje boke. Če pa si nizek, podloži nekaj pod noge, da dvigneš stopala in kolena.

Podstavek za stopala lahko ustvariš tudi s knjigami ali revijami. S tem boš razbremenil ramena in vrat. Med delom imej obe nogi na tleh; križanje nog obremenjuje hrbet in vrat.
Sedi vzravnano, rahlo nagnjen nazaj. Če je med tvojim hrbtom in stolom velika vrzel, za spodnji del hrbta zatakni rolo papirnatih brisač. Razvijaj jo, dokler se popolnoma ne prilega, nato pa jo zalepi z lepilnim trakom, da se zvitek ne bo naprej razvijal. Namesto zvitka papirnatih brisač lahko uporabiš tudi prazno litrsko plastenko za pijačo.

Ne pozabi na telovadbo. Telo ti bo samo sporočilo, da moraš nekaj spremeniti, in nič ni narobe, če se malo raztegneš. Prav nasprotno: raztezanje in preprosto sprehajanje po stanovanju sta za ergonomijo tvojega telesa koristna prav tako kot prilagoditev tvoje drže.

Avtor: Tilen Kemperle



NAJ TI KORONA NE PREŽENE ZIMSKIH RADOSTI NA SNEGU!

Korona je žal še vedno med nami, a naj ti to ne pokvari zimskih načrtov! Kljub toplejšim zimskim dnevom se lahko namreč še vedno brezskrbno zabavaš in športaš na snegu, seveda ob upoštevanju nekaterih obveznih preventivnih ukrepov.

Za uživanje na snegu in uporabo žičničnih naprav je še vedno potreben pogoj PCT, prav tako je v kabinskih žičnicah obvezna uporaba maske. Seveda je za varno smučanje treba upoštevati tudi varnostno razdaljo, tako v vrsti kot tudi na smučarskih progah med smučanjem.

Če pa te že sama misel na to, da bi se v majhnem zaprtem prostoru, kot so kabinske žičnice, peljal z neznanci, postavlja v neprijeten položaj, se lahko še vedno brez težav odločiš za obisk smučišča s sedežnicami in vlečnicami. Taki smučišči sta na primer Rogla in Kranjska Gora, zagotovo pa najdeš še kar nekaj manjših tudi v tvoji okolici.

KAJ PA, ČE NISI NAVDUŠENEC BELIH STRMIN?

Zimski šport ni samo smučanje, vedno več ljudi se odloča tudi za (cenejše) alternative. Študentskemu žepu prijaznejši je na primer tek na smučeh, po uri ali dveh na soncu pa si boš pivo v koči lahko privoščil brez slabe vesti. Tek na smučeh namreč pokuri kar slabih 500 kalorij na uro!

Poleg teka na smučeh se lahko vedno odločiš za klasike našega otroštva: sankanje in drsanje! Ne, sankanje ni samo za otroke, v pravi družbi se lahko zelo zabavaš tudi po študentsko. Pazi edino, da se ne polomiš – nimaš več sedem let. Še bolj študentom prijazno pa je drsanje – do drsališča se v glavnih študentskih središčih Ljubljani in Mariboru po rundi učenja ali po faksu lahko kar sprehodiš ali zapelješ z avtobusom, drsalke pa si sposodiš na licu mesta. Potem pa na kuhančka in večerjo na bone! L
ep je študentski lajf!

Avtor: Mija Ivančič

10 ALTERNATIVNIH IDEJ ZA ENODNEVNI IZLET PO SLOVENIJI

Zaradi pandemije koronavirusa so potovanja v bolj oddaljene kraje za veliko ljudi manj mamljiva. Turistični vavčerji pa so nas še dodatno spodbudili, da počitnice izkoristimo pri domačih ponudnikih. Ker vemo, da sta Bled in Piran zelo obljudena, smo pripravili seznam desetih manj poznanih kotičkov Slovenije, ki jih lahko obiščeš.

MALI PERIČNIK V VRATIH

Slap Peričnik je s svojimi 52 metri eden izmed najvišjih slovenskih slapov, vendar mnogi ne vedo, da je nad njim še en slap, visok le 16 metrov. Od Koče pri Peričniku lahko do obeh slapov prideš v manj kot desetih minutah.

NAPOLEONOV MOST NA NADIŽI

Kamnit stopničast most, ki je bil zgrajen okoli leta 1812, je zaradi svoje redkosti in izjemne gradnje nepogrešljiv arhitekturni spomenik. Zlahka je dosegljiv z avtomobilom, s kolesom ali peš. Poleti se lahko kopaš v tolmunu pod mostom, saj je reka Nadiža takrat precej topla.

NAPOLEONOV MOST

IZVIR ČRNE V LOGARSKI DOLINI

Malo pod znamenitim slapom Rinka voda ponikne in se ponovno pojavi v spodnjem delu doline. Tam teče po temnih sedimentnih glinah, kar ji daje črno barvo. Območje izvira Črne se nahaja v spodnjem delu Poti po Logarski in je eden bolj umirjenih ter mističnih delov krajinskega parka.

ŠTANJEL

Štanjel je slikovito kraško naselje v občini Komen. Poleg prisrčnih ozkih ulic in kamnitih hiš si lahko ogledaš obzidje z vhodnimi stolpi, ki obdajajo vas, znamenit grad z muzejem, gotsko cerkev in Ferrarijev vrt, ki ga je uredil slovenski arhitekt Maks Fabiani.

FERRARIJEV VRT

KRČNIK V GORIŠKIH BRDIH

Korita Krčnik so dolga okoli 40 metrov, najdeš jih nad Kotlinami pod Kožbano. Krčnik je tudi kamnit most, ki se razpenja po sredini prve kotline. Ustvarila ga je deroča voda z brušenjem. Dolg je približno pet metrov in velja za enega najlepših naravnih mostov v Sloveniji.

DAVŠKI SLAPOVI

Trije slapovi se nahajajo na potoku Davča, med Škofjeloškim in Cerkljanskim hribovjem. Največji in najlepši med njimi je srednji slap, ki pada v dveh pramenih. Slapovi so precej blizu skupaj, pot do njih je krajša od dvajsetih minut.

KLEVEVŠKE TOPLICE

Termalna voda Klevevške toplice pride na površje z okoli 24 stopinjami Celzija in je idealna za kopanje tudi pozimi. V bližini je zapuščen mlin. Obiščeš lahko tudi grad Klevevž.

IZVIR KLEVEVŠKE TOPLICE

GRAD ČRNI KAL

Nad vasjo Črni Kal so ostanki starega gradu, ki je bil zgrajen v 11. stoletju. Posebnost gradu je, da stoji na samostojni skali nekaj deset metrov nad tlemi. Do njega vodi železna konstrukcija, kjer lahko ob večerih opazuješ sončni zahod.

BISTRIŠKI VINTGAR

Bistriški vintgar je slikovita dolina, ki jo je ustvaril potok Bistrica. V njej si lahko ogledaš kar nekaj znamenitosti: rimski kamnolom, slap Bistriški Šum, ruševine številnih mlinov … Ubereš lahko različne poti, ki pa so relativno enostavne.

BRV PROTI RIMSKEMU KAMNOLOMU

KRAKOVSKI GOZD PRI KOSTANJEVICI NA KRKI

Največji nižinski poplavni gozd v Sloveniji se razprostira med rekama Savo na severu in Krko na jugu. V osrčju gozda je 42 hektarjev ohranjenega sekundarnega pragozda, v katerem so hrasti, veliki do 40 metrov in stari več kot 250 let. Na južnem delu gozda je večji rezervoar termalne vode z zdravilnimi učinki.

Nadležne BRADAVICE?
Acetocaustin®
tekočina za odstranjevanje bradavic
Zelo UČINKOVIT, uporaba le 1x tedensko
V lekarnah in spec. prodajalnah
www.bradavice.si Dr. Gorkič

Avtor: Tina Geč

2022 BO NAJBOLJŠE LETO V IGRIČARSKI ZGODOVINI

HORIZON FORBIDDEN WEST

Za konzoli: **Playstation 4, Playstation 5**

Drugi del ene najbolj popularnih Playstation ekskluziv (prvi del je sicer kasneje izšel tudi za PC). To bo za mnoge tudi prva igra naslednje generacije, ki bo na Sonyjevi konzoli dala občutek prave novogeneracijske konzole PS5. Aloy bo na vse pretege iskala razlog za skrivnostno kugo, ki ubije vse, kar ji pride pod noge. Ta postapokaliptična igra bo torej imela tudi obrise realizma (kdo bi si to mislil leta 2017, mar ne?).Johnson, Papež Frančišek, Justin Trudeau.

ELDEN RING

Za konzole: **PC, Playstation 4, Playstation 5, Xbox One, Xbox Series X/S**

Eden izmed največjih izidov leta bo prišel na naše igralne konzole že v začetku leta! Gre za igro, pri kateri sta združila moči Hidetaka Miyazaki, režiser slovitih iger, kot sta Sekiro in Bloodborn, ter verjetno najbolj znan pisatelj naše dobe, ki je napisal slavno Igro prestolov, George R. R. Martin. Težko si lahko predstavljamo, da bi s sodelovanjem obeh lahko izšla slaba igra.

GRAN TURISMO 7

Za konzoli: **Playstation 4, Playstation 5**

To je Sonyjeva klasika, ki praviloma izide v vsaki novi generaciji konzol in bo največja konkurenca Microsoftovi igri Forza Horizon 5. Ti dirkaški igri vedno v največji meri prikažeta zmogljivost konzole in sta pogosto eni izmed najbolje ocenjenih iger v tistem letu. Ta zvrst ni za vse, a če so ti dirkačine všeč in si uporabnik Playstationa, je ta nakup obvezen.

S.T.A.L.K.E.R. 2: HEART OF CHERNOBYL

Za konzole: **PC, Xbox Series X/S**

Zastrašujoče dobra grafika in zanimiva uvrstitev v čas in kraj sta to igro postavila na zemljevid najbolj pričakovanih. Nadaljevanje franšize S. T. A. L. K. E. R. je umeščeno v Černobil. Gamepass bo to igro dobil v knjižnico že prvi dan in vsi lastniki nove generacije Xbox konzol boste lahko igro preigravali zastonj (če ne štejemo naročnine). Černobil, ki je znan zaradi jedrske nesreče, bo sedaj dobil fikcijsko predelavo. Igro boste lahko igrali tudi lastniki PC-ja.

STARFIELD

Za konzoli: **PC, Xbox Series X/S**

Prvi nov svet za izjemno plodnega razvijalca Bethesdo, ki je znan po fantastičnih igrah Fallout in Skyrim, v petindvajsetih letih! Šel boš med zvezde in na pot k tistemu, kar je človeštvu najbolj misteriozno. Vsaj tako obljubljajo v Bethesdi, ki je po prevzemu s strani Microsofta ekskluziven razvijalec za Xbox (in PC). Še en razlog, da se lahko veseliš, če si uporabnik najnovejše Xbox konzole in naročnine Gamepass, saj bo ta igra tam na voljo že prvi dan!

BREATH OF THE WILD 2

(URADEN NASLOV ŠE NI ZNAN)

Za konzole: **Nintendo Switch**

Točnega datuma za to eno izmed najbolj pričakovanih iger leta 2022 še ni, prav tako še ni znan uraden naslov igre. Oboje bi lahko izvedeli že ta teden, ko bodo podelili nagrade za igre leta, ob tem pa tudi predstavili prihajajoče igre, ki jih bomo igrali v prihodnjih letih. Na veselje mnogih je Nintendo letos potrdil, da bo med njimi tudi ta igra, ki bi po prvotnih napovedih morala iziti leta 2021. Nintendo je znan po tem, da izda le igre najvišje kakovosti in če igra ne bo dosegla pričakovanj, se lahko zgodi, da bo prestavljena – morda tudi v leto 2023. Verjetno bo to tudi najbolj prodajana igra na katerikoli konzoli in redko kateri lastnik Switcha je ne bo kupil. Upajmo, da bomo to lahko storili čim prej.

GOD OF WAR RAGNARÖK

Za konzoli: **Playstation 4, Playstation 5**

Santa Monica Studio, ki je eden mnogih fantastičnih studiev v lasti Sonyja, bo v svet poslal nadaljevanje izjemne uspešnice God of War. Originalen naslov ima dodano besedo Ragnarök. To pa v skandinavski mitologiji pomeni zaporedje dogodkov, ki bodo vodili v konec sveta. Kratos in Atreus bosta ponovno glavna junaka. Obljubljenih je tudi več likov iz nordijske mitologije. Vsekakor »must play« za vse uporabnike Playstationa. V daljni prihodnosti boš tudi kot uporabnik PC-ja prišel na svoj račun, če bo Sony naredil enako kot z originalnim delom te uspešnice. God of War boš na PC-ju lahko igral od 14. januarja dalje!

HOGWARTS LEGACY

Za konzoli: **PC, Playstation 4, Playstation 5, Xbox One, Xbox Series X/S**

To je verjetno najbolj pričakovana igra med »navadnimi ljudmi«, ki niso igričarji, saj je Harry Potter obožovan po vsem svetu in ima izjemno zaledje fenov. Neskončen svet magičnih bitij, prepleten s čarovnijami in skrivnimi hodniki Bradavičarke. Na Redditu je bilo med obožovalci mogoče prebrati, da bodo mnogi kupovali konzole ali dovolj zmogljiv PC zgolj in samo zaradi te igre, ki res izgleda zelo obetavno.

SPLATOON 3

Za konzoli: **Nintendo Switch**

Gre za tretji del te RPG igre, ki je postala ena ključnih franšiz Nintenda v tej generaciji. Streljanje z barvo po tvojih nasprotnikih naj ne bi bilo tako zabavno. Igra bo podobna predhodnima, a veliko bo tudi novosti! V igri boš našel »Ink bow« z novim apokaliptičnim videzom in mnogo novih orožij, oblačil in zmožnosti. Igra bo poleg večigralskega načina vsebovala tudi enooseben način.

A PLAGUE TALE: REQUIEM

Za konzoli: **PC, Playstation 5, Xbox Series X/S**

Nadaljevanje fantastične igre A Plague Tale: Innocence, ki je mnoge presenetila z izjemno kakovostno zgodbo in grafično podobo. Nadaljevanje prihaja samo za konzole nove generacije in PC. Na Gamepassu, Xboxovi naročniški platformi, je postala ena najbolj igranih iger in mnogi smo jo prav zaradi tega spoznali in se nad njo navdušili. Če imaš rad štorijalno bogate igre, ti bo ta zagotovo postala ena ljubših, če bo le nadaljevala tisto, kar so v prvem delu tako dobro naredili.

Avtor: Žan T. Urbanija

KAJ SPLOH POČNEMO V VESOLJU?

Avtor: Janko Šali

Vedno več ljudi se ukvarja z raziskovanjem vesolja, a kaj pravzaprav počno? Skozi zgodovino sta raziskovanje vesolja poganjala radovednost in iskanje kozmične harmonije, medtem ko poskuša moderna astronomija najti življenje še kje druge kot na Zemlji. V zadnjem času pa vesoljsko raziskovanje vedno bolj diši korporacijam, ki iščejo zaslužek.

VESOLJSKE SONDE

Prvo telo, ki ga je človek poslal v vesolje, je bila nacistična raketa MW 18014. Prvi umeten satelit je bil ruski Sputnik 1, še bolj znani sta sondi Voyager, izstreljeni leta 1977, ki še vedno delujeta. Vesoljske agencije so izstrelile že našteto sond, ki opazujejo razna vesoljska telesa. Obstaja družina sond, ki so bile izdelane posebej za opazovanje slavnega Halleyevega kometa. Hayabusa nam je prinesla vzorce z asteroida, Vega 1 in 2 sta odvrgli vremenske balone na Venero, preden sta se srečali s Halleyevim kometom, Luna 3 je posnela prvo fotografijo temne strani Lune, ikonične fotografije Jupitra in Saturna sta nam prinesli sondi Voyager. Prav zdaj pa načrtujejo novo sondo, posebej opremljeno za opazovanje medzvezdnega prostora, ki bo nadaljevala delo Voyagerjev in sond Pioneer, ki so že vse zunaj naše heliosfere.

MEDNARODNA VESOLJSKA POSTAJA

Morda največji dosežek vesoljskega raziskovanja in sodelovanja držav je postavitev stalnega vesoljskega habitata – Mednarodne vesoljske postaje (ISS). V njej sodelujejo astronavti iz vesoljskih agencij Amerike, Kanade, Rusije, Japonske in Evrope. Kljub njeni velikosti je tam naenkrat manj kot 10 ljudi. Med svojim bivanjem astronavti skrbijo za pravilno delovanje in izvajajo znanstvene raziskave. ISS je idealno okolje za eksperimente, ki zahtevajo mikrotežnost, zelo nizke temperature ali veliko sevanja. Preučujejo tudi učinke življenja v vesolju na žive organizme z Zemlje. ISS je tako prva stopnica k širjenju človeštva z Zemlje v vesolje in na druge planete.

VESOLJSKI TELESKOPI

Hubble, Einstein, Kepler so le nekateri izmed teh čudežev tehnologije. Vesoljski teleskopi se izkazujejo za daleč najbolj učinkovito orodje raziskovanja vesolja. Hubble je pomagal določiti starost vesolja in hitrost njegovega širjenja, Kepler je odkril množico novih planetov in osončij. Večina opazovanj je v nevidnih spektrih svetlobe, s čimer lahko zaznajo črne luknje, kozmično valovanje ali sončev veter.

LUNA

Zadnjič je človek stopil na Luno leta 1972. V prihodnosti misija Artemis, pod pokroviteljstvom agencije NASA obljublja ponoven obisk Lune, celo stalno naselitev ljudi tam in pridobivanje surovin (predvsem vode). Za razliko od prejšnjih polj raziskovanja je tu veliko zasebnega interesa. NASA sodeluje s podjetjema Blue Origin, ki namerava tam postaviti stalno bazo, in SpaceX, katerega cilj je vzpostaviti stalno mrežo prevozov tovora in ljudi od Zemlje do Mednarodne vesoljske postaje, Lune in Marsa.

MARS

Od leta 1993 je bilo na Marsu že sedem pristankov roverjev ali nizkoletečih plovil, ki nabirajo vzorce. Okoli njega krožijo tri sonde. Ker vemo, da je Mars nekoč prekrival ocean, je glavno vprašanje, ali je nekoč na Marsu obstajalwo življenje. Tudi če tam nikoli ni bilo življenja, pa želi glavni zagovornik kolonizacije Marsa Elon Musk poskrbeti, da življenje na rdečem planetu bo.

UREJENE FINANCE? POTREBUJEŠ SAMO MOBILNI TELEFON.

Verjetno veš, da lahko s svojim pametnim telefonom v dokazano najboljši mobilni banki v Sloveniji mBank@Net **preveriš stanje** na svojem bančnem računu in **PIN številko svoje kartice**. Veš tudi, da lahko mobilno denarnico na svojem telefon uporabiš za plačevanje **v trgovini, lokalu in drugje** oz. enostavno nakažeš prijatelju dolg za malico preko Flika? In ne samo to – z mobilno banko lahko **odpreš tudi bančni račun** – kar na daljavo. Kako? Preprosto – **z mobilno banko mBank@Net in mobilno denarnico mDenarnic@**. Če si se vprašal, koliko to stane, imamo zate dobro novico, saj je vodenje računa za mlade in uporaba omenjenih mobilnih aplikacij pri Novi KBM **brezplačna**.

Gremo lepo po vrsti. Najprej si na telefon prenesi aplikacijo mBank@Net in **odpri račun v 10 minutah kar na daljavo**. Sledi korakom, pripravi potrdilo o šolanju, vnesi potrebne podatke in izberi račun za mlade. Ko nakažeš poljubni znesek iz svojega računa, odprtega pri drugi banki, tvoj novi račun postane aktiven, takoj pa lahko pričneš uporabljati najboljšo spletno in mobilno banko v Sloveniji. Čez nekaj dni ti na tvoj naslov pošljemo še debetno kartico Visa. Če že imaš odprt račun pri Novi KBM, postani še bolj neodvisen in si aktiviraj **spletno in mobilno banko na daljavo – postopek traja le 1 minuto**.

Najboljša spletna in mobilna banka v Sloveniji že dve leti zapored – Bank@Net in mBank@Net ti omogočata najboljši pregled nad financami. Hkrati sta tudi zakladnici tvojih podatkov. Če na primer pozabiš PIN številko svoje kartice, jo lahko kadar koli preveriš v spletni ali mobilni banki. Če rad nakupuješ na spletu, ti bosta v pomoč tudi prikaz CVV kode in številke kartice.
Z debetno kartico Visa lahko opravljaš **brezplačne dvige gotovine na bankomatih Nove KBM**, ki ima vzpostavljeno široko mrežo bankomatov po celotni Sloveniji, prav tako pa kot edina banka v Sloveniji omogoča brezplačne dvige gotovine **tudi na vseh poštah**. Če slučajno v tvoji bližini ne bi bilo bankomata, ti račun za mlade omogoča **5 brezplačnih dvigov** v EUR mesečno na bankomatih drugih bank v Sloveniji in v EU. S kartico lahko tudi **preprosto plačuješ na spletu**. Vse bankomate Nove KBM lahko najdeš tudi v mBank@Netu.

Da boš lahko **varno potrdil vse spletne nakupe**, si brezplačno prenesi mobilno denarnico mDenarnic@, s katero lahko enostavno opravljaš tudi **brezstična plačila** z debetno kartico Visa, ki jo naložiš v aplikacijo. V mDenarnic@ najdeš tudi Flik, s katerim preprosto nakazuješ ali prejemaš plačila, tudi če nimaš številke računa svojega prijatelja, saj zadostuje že njegova telefonska številka ali elektronski naslov. **Flik** deluje med strankami različnih slovenskih bank, 24 ur na dan, vseh 7 dni v tednu in denar bo na bančnem računu že v nekaj sekundah – tudi izven delovnega časa banke.

Z najboljšimi in večkrat nagrajenimi aplikacijami Nove KBM imaš svoje finance pod nadzorom kar s svojim telefonom. Podrobnosti o ponudbi Nove KBM za mlade lahko najdeš na *https://www.nkbm.si/racun-studenta*.

NAJBOLJ ZABAVNE TECH NAPRAVE

V 21. stoletju smo obdani z različno tehnologijo, ta pa ima vse večjo vlogo tudi v našem preživljanju prostega časa. Če sta bila ob vstopu v stoletje revolucionarna osebni računalnik in telefon, sta danes to samoumevni napravi, ki jih ima že vsak. Tehnologija in posledično naprave se razvijajo s hitrostjo, ki ji komaj sledimo. Trg zabavnih naprav je pri tem podoben. Zato ti bomo izdali, katere so tiste naprave, ki ponujajo največ zabave.

VIRTUALNA RESNIČNOST - OCULUS QUEST 2

V zadnjih letih najhitreje razvijajoča se tehnologija na področju zabave je gotovo virtualna resničnost – VR. Meta, nekoč znan kot Facebook, je za letos že napovedal nova očala VR. Tudi Sony bo izdal nova očala, ki bodo združljiva z novim PlayStationom. A za zdaj je, kar se tiče tehnologije VR, gladko na prvem mestu Oculus Quest 2, ki predstavlja najboljšo kakovost zabave VR. Je brezžičen, ima odlične krmilnike, poleg tega je povezljiv tudi z računalnikom. Edini resen minus je, da moraš imeti za njegovo uporabo Facebookov račun.

TELEFON ZA VSE - IPHONE 13 PRO MAX IN SAMSUNG GALAXY S21 ULTRA

Telefon je danes že bolj kot ne vse. Na njem lahko gledaš filme, deluje kot fotoaparat in prav tako lahko z njim igraš igrice ali uporabljaš različne zabavne aplikacije. A letošnja odločitev za najboljši telefon je najbrž odvisna od mnenja vsakega posameznika. Vrti se okoli vprašanja, na katero znamko prisegaš. Applov iPhone 13 Pro Max predstavlja najboljši telefon, ki jih ponuja jabolko. Samsungov vodilni telefon Galaxy S21 Ultra pa je po mnenju mnogih še bolj kakovosten telefon, kar se tiče kamere in kakovosti slike. To sicer vpliva na njegovo velikost in težo, kar marsikoga odvrne od nakupa.

IGRALNA KONZOLA - PLAYSTATION 5

Jasen zmagovalec igralnih konzol je peta generacija Sonyjevega najbolj znanega produkta. Konzola omogoča tudi igranje iger, narejenih za PlayStation 4, poleg tega ima vrhunsko sliko 4K. Prav tako so pri Sonyju prisluhnili pritožbam uporabnikov in skrajšali čas čakanja, da se igra začne. Pomembno vlogo igra tudi nov krmilnik, ki predstavlja nadgradnjo prejšnjih. Ne smemo pozabiti niti na prej omenjeni VR, ki bo letos igral pomembno vlogo. Seveda pa PlayStation ponuja tudi možnost gledanja filmov in serij.

PRENOSNA IGRALNA KONZOLA - NINTENDO SWITCH

Ko je govora o igralnih konzolah, ne smemo pozabiti niti na Nintendo. Proizvajalec, ki je najbolj znan ob Wii-ju, se je v zadnjih letih sprijaznil, da Sonyju in Microsoftu ne more konkurirati, in se zato osredotočil na trg prenosnih konzol. Rezultat tega je bil Nintendo Switch, ki tako predstavlja najboljše, kar ponujajo prenosne igralne konzole. Switch omogoča tudi možnost domače uporabe, saj ga lahko z lahkoto priklopiš na televizor. Obe strani Switcha je mogoče odklopiti od zaslona in tako iz enega krmilnika dobiš dva, kar omogoča igro s prijateljem, ne da bi moral kupiti nov krmilnik. Medtem ko grafične zmogljivosti Switcha ne morejo konkurirati drugim konzolam, sta možnost različne uporabe in prenosljivost velik plus, zaradi katerega pozabiš na manj kakovostno sliko.

Avtor: Urban Kolman

Kombinirana poraba goriva in izpusti CO_2: 5,6 – 5,1 l/100 km in 127 – 115 g/km, emisijska stopnja: EURO 6, specifična emisija dušikovih oksidov (NOx): 0,0453 – 0,0113 g/km, trdi delci: 0,0002 – 0,00 g/km, število delcev: 0,0011 – 0,00 x 10^{11}. Ogljikov dioksid (CO_2) je najpomembnejši toplogredni plin, ki povzroča globalno segrevanje. Emisije onesnaževal zunanjega zraka iz prometa pomembno prispevajo k poslabšanju kakovosti zunanjega zraka. Prispevajo zlasti k čezmerno povišanim koncentracijam prizemnega ozona, delcev PM_{10} in $PM_{2,5}$ ter dušikovih oksidov.

Kdor študira,

LAHKO IZBIRA!

Slika je simbolična

BURGER ALI KOSILO PO IZBIRI,

Mali krompirček, mešana listnata solata, jabolko, 0,25 L vode

+

Jabolčna pita ali McSundae

BREZPLAČNO

0,5 € DOPLAČILA

Mala gazirana pijača

Naloži si aplikacijo in uživaj v vseh ugodnostih, ki so na voljo!

NALOŽI SI APLIKACIJO

Študentske bone je mogoče unovčiti: v restavracijah McDonald's City Center Celje in Europark Maribor od ponedeljka do petka od 9.00 do 21.00 in ob sobotah od 8.00 do 21.00. V vseh ostalih restavracijah McDonald's po Sloveniji pa vsak dan od 8 do 21 ure, razen v restavracijah Lesce in Maribor Petrol, ki nimajo študentskih bonov!