студентско ехо

број 7, декември 2013
бесплатно издание

Предновогодишен подарок од редакцијата: специјален попуст за студентите

46% од студентите секој ден гледаат сапунски серии

СПУГД работи со полна пареа

Рубин Гулабоски, декан на ФМН: „Нашите студенти имаат поголеми теоретски знаења од студентите во ЕУ“

Нова култура на живеење - паркур: Возбуда, адреналин и пријателства

СПУГД
www.spugd.org.mk

Правен факултет
Новинарство и односи со јавноста
www.ugd.edu.mk

Содржина:

4. Не за диктаторство во образованието
5. Што мислат твитерџиите
6. Слободна зона за критичко размислување, дебатирање и активизам
7. Студентската мека на Источна Македонија
8. Нашето мото е заштитување на интересите и правата на секој студент
10. СПУГД работи со полна парея
11. Нејзиниот детски сон стана реалност
12. Станете дел од семејството на ИАЕСТЕ
12. Предновогодишен подарок од редакцијата
13. Млади претприемачи по европски терк
14. Нашите студенти имаат поголеми теоретски знаења од студентите во ЕУ
16. Добрата опрема не ветува добра фотографија
17. Моќта не е сè – љубовта е сè
19. Излезете од својата комфорна зона
20. Креативноста лежи во секој од нас, само треба да ја разбудиме
21. Бидете женствени и романтични
22. Модна полиција
24. Слушајте го своето срце и размислувајте со своја глава
25. 46% од студентите секој ден гледаат сапунски серии
26. Од мал знаев дека музиката и виолината се мојот живот
27. Гимнастика за телесна и духовна благосостојба
28. Идните историчари и археолози ја истражуваат Баргала
29. Бисерот на Осоговските Планини – Пониква
30. Модерен град со долга традиција
31. Каде за Нова година
32. Настани 2013
33. Возбуда, адреналин и пријателства
34. Подемот на новите „Вардарки"

Импресум:

Ненад Мицов
Главен и одговорен уредник

Уредувачки одбор:
доц. д-р Сузана Џамтоска-Здравковска
м-р Игор Стојанов
доц.д-р Андон Мајхошев

Графичко уредување:
Александар Максимов

Фотографија:
Горан Наковски и Благој Китановски

Стрип илустрација:
Моника Милошевска

Печати: Лидеа Принт
Тиража: 2000

Уводник

Почитувани читатели, пред вас се наоѓа најновото, седмо издание на студентскиот весник „Студентско ЕХО". Ја раситнуваме и третата година од нашето постоење и храбро продолжуваме понатаму.
„Студентско ЕХО" започна како проект во академската 2011/2012, кој со многу ентузијазам, посветеност и макотрпна работа прерасна во успешно студентско гласило. Студентите по новинарство и односи со јавноста од Правниот факултет при УГД, како јадрото на ова списание, активно работат и се вклучени во неговото изготвување. Преку „Студентско ЕХО" професионално се надоградуваат, имаат можност за креативно изразување, но пред сè практично да го применуваат стекнатото знаење за време на наставата. Со подготвувањето на весникот вистински ја доживуваат работата во една редакција!
И не само за идните новинари, од минатата година редакцијата ги отвори вратите за сите студенти коишто сакаат да пишуваат, кои имаат што да кажат и кои сакаат да се слушне нивниот глас. Оттаму и симболиката на името „Студентско ЕХО" - звук што не запира и се шири низ далечина, глас на студентите кој допира насекаде без препреки и бариери.
Тука мора да ги спомнеме оние без кои Студентското ехо не би било она што е денес. Пред сè, огромна благодарност до менторите од Катедрата по новинарство и односи со јавност од Правниот факултет, кои успеваат од младите студенти да изградат успешни академски граѓани и идни новинари и лица за односи со јавност. Издавањето на списанието е директно поддржано и овозможено од Студентскиот парламент на Универзитетот „Гоце Делчев" (СПУГД), кое ги следи потребите на студентите, одговорно реагира на нивните иницијативи и ги поддржува студентските проекти. Исто така, Центарот за односи со јавност при УГД (ЦОЈ), кој од самото основање на весникот им излезе пресрет на студентите нудејќи им простор за редакцијата, технички ресурси и секако професионална помош од вработените во Центарот. Освен тоа, ЦОЈ стана катче во кое студентите по новинарство и односи со јавност имаат можност постојано да доаѓаат, да ги реализираат своите идеи, да се дружат и да разменуваат мислења, а за возврат добиваат можност за пракса која ретко кои студенти ја имаат.
Веруваме дека содржините предвидени во списанието ќе го задржат вашето внимание и ќе ги задоволат вашите читателски апетити. Нашата цел е „Студентско ЕХО" да биде еден од главните информативни, едукативни и забавни медиуми и постојано да се збогатува и надградува. Редакцијата ги очекува вашите коментари, пофалби и критики, затоа што само така ќе можеме да го пренесеме гласот на студентите, кој како ехо ќе одекне и ќе стигне насекаде!
Имајте пријатно читателско искуство!

Ненад Мицов

Списанието излегува три пати во текот на една студиска година и бесплатно се дистрибуира во сите наставни центри на Универзитетот. Целокупниот тираж е бесплатен за сите читатели. Вашите забелешки и сугестии испраќајте ги на nenadmicov@gmail.com.

www.facebook.com/studentskoeho
www.facebook.com/ugdstip

Директно од студентските протести во Мадрид — Ненад Мицов

НЕ за диктаторство во образованието

Октомври 2013. Мадрид, Шпанија. 250.000 студенти, родители, професори и поддржувачи на улица. Едногласно НЕ за новиот закон за образование, предложен од Министерството за образование, култура и спорт на Шпанија. Чувството да се биде дел од моќната маса на промени е неповторливо.

Изминатиов октомври имав прилика да ја посетам Шпанија и главниот град Мадрид. Уште првиот ден, моите домаќини ми приредија интересно изненадување за кое немав никаква претстава пред моето пристигнување. Пристигнав некаде на пладне и уште на аеродромот „Барахас" ме пречекаа со зборовите „Вечерва одиме на протести. Ќе биде вистинска револуција." Она што ме очекуваше беше едно сосема поинакво добродојде, во секој случај автентично и незаборавно. Попладнето, од едно од предградијата на Мадрид заминавме во центарот и се приклучивме на „Зелениот бран", маса од 250.000 луѓе на централните улици во Мадрид. За прв пат бев дел од толкава маса на луѓе, а уште повеќе за прв пат се најдов на улиците на Мадрид. Моето прво доживување на европската мтерпопола беше со ритам на шпанските студентски револуционери, со кои гордо и смело чекоревме за нивните права.

Движењето „Зелениот бран" ги обои улиците на шпанската престолнина во зелено, спротиставувајќи се на законот за образование кој предвидува намалување на буџетот за јавно образование, зголемување на школарините и останати радикални промени во образовниот систем. „Зелениот бран" има за цел да ги спречи контраверзните реформи кои ги предвидува „Популарна партија" (ПП) и кои веќе поминаа во Долниот дом на Шпанскиот парламент. Јавноста и поддржувачите на движењето жестоко се спротиставуваат на овие реформи, бидејќи школувањето на младите кои доаѓаат од средните класи ќе биде речиси невозможно. Во земја каде вработеноста никогаш не била на повисоко ниво, јавното образование не може да биде на цена. Официјалните статистики велат дека во претходната учебна година универзитетеските школарини биле покачени за 66%, државните стипендии биле намалени за 62%, а околу 25.000 вработени во образованието останале без работа.

Околу 250.000 поддржувачи на „Зелениот бран", кој постои веќе две години, на протестите во Мадрид побараа оставка на министерот за образование Хозе Игнасио Верт и стопирање на реформите. Студентските организации од земјата ги споредија реформите на владејачката партија со диктаторскиот режим на Франциско Франко, кој 40 години владееше во Шпанија со челична рака. Тие се загрижени дека голем дел од младите луѓе ќе останат без квалитетно образование ако овие реформи бидат усвоени, особено оние студенти кои доаѓаат од социјално-економски загорезни семејства. Асоцијациите на родителите, исто така, реагираат и ги поддржуваат младите. Родителите забележуваат дека новите заокони, освен финансиска, имаат политичко-идеолошка позадина, а со тоа им го скратуваат основното право на образование на нивните деца. Професорите во законот гледаат непријател кој ги укинува нивните работни места и ја загрозува нивната благородна мисија и професија.

Новиот закон и реформите, освен поради намалувањето на буџетот, се проблематични и поради централизацијата на образованието и образовниот систем. Владејачката партија со овие реформи има за цел да ги контролира професорите и наставата, со што се ограничува академската слобода на образовните институции. Упатените реагираат дека не смее да има ваква државно-политичка интервенција во образованието, а особено предупредуваат на негативното влијание при ширењто на идеолошки агенди од страна на ПП.

Кон крајот на ноември „Популарната партија", и покрај цврстата спротиставеност на јавноста, го донесе законот без консензус, односно беше изгласан од владејачката партија која има апсолутно мнозинство во Парламентот. Веднаш потоа беше формирана Платформата за јавно образование, поддржана од сите релевантни студентски здруженија, асоцијации на родители и просветни работници. Беа организирани нови протести продолжувајќи го „Зелениот бран" против спроведување на законот и реформите, најавија дека нема да се откажат од своите цели за достапно образование и ќе продолжат да ја водат битката со ПП. Една од главните цели ќе биде оставката на министерот Верт кој го води образованието во погрешна насока, создава нееднаквост за младите студенти и ги спречува социјалните промени. Да се надеваме дека нашите колеги и пријатели од Шпанија ќе успеат и ќе докажат дека студентите и образованието се движечката сила на една земја и напредокот.

Не „хејтаме", дејствуваме! — Николина Атанасова

Што мислат ТВИТЕРЏИИТЕ?

Под слоганот Не „хејтаме", дејствуваме! во наредните броеви на „Студентско ехо" ќе дискутираме за прашања кои се многу важни за студентите, а ретко се зборува за нив. Во овој број ќе дискутираме за најчестите социјални проблеми во општеството и што да направиме за нивно решавање. Денес голем дел од популацијата зборува на социјалните мрежи за проблемите кои се појавуваат, но ретки се оние што нудат решение за нивно надминување. Тоа беше главната причина да ја направиме оваа серија од написи. Во нив, покрај тоа што едни од најактивните луѓе на твитер, зборуваат за тоа што најмногу ги нервира во општеството, ќе понудат и решение со кое би го направиле светот поубаво место за живеење.

@ i999y

Игор Бојаџиев:

„Држава на граѓаните. Најголемиот проблем во кој тонеме е партизацијата на општеството. Се додека не се разбуди свеста на граѓанинот за државност нема да тргнеме од место. Од друга страна пак и самите функционери се додека партијата им е првенствена опција во однос на државата...немаме иднина. Малцинствата исто така...се додека живееме едни покрај други...немаме иднина. Значи ..свеста за државност пред се! Се останато само ќе ги подгрева аспираторските апетити на сите соседи. Конечно дојде време да покажеме дали сакаме, а пред се дали заслужуваме држава!".

@ Inna_E

Инес Ефремова:

„Жалењето е неконструктивно и залудно трошење на скапоцено време, кое нема никаков реален импакт. Затоа, верувам дека еден од поголемите проблеми на нашето општество е инертноста. Потекнува од несвесноста дека секоја личност поседува реална моќ што може да биде иницијација, фактор на позитивни промени.

Како воопшто да не сме свесни за својата моќ. Заборавме дека политичките структури и институциите имаат моќ врз нас, само затоа што ние сме одбрале да им ја дадеме. Но, како што сме ја дале, така можеме и да ја земеме назад во свои раце, се додека некој потсовесно не раководи со истата. Власта и институциите се наш сервис, не обратно. Единственото решение го гледам во тоа граѓаните да станат свесни за општеството околу нив и поважно, да станат свесни дека имаат моќ и одговорност да го менуваат и обликуваат. Политиката не е нешто што се случува на таму некој друг… Политиката, сакале ние или не, е дел од секој сегмент на нашиот живот.

Протести, акции, флеш-мобови, графити, револуции. Што и да е, само да направиме нешто каде што ќе ни се чуе гласот и незадоволството. Но, не како празно кукање, туку како конструктивна акција која ќе понуди алтернатива и решение."

@ IceManAndov

Славчо Андов:

„ Секс, дрога, алкохол и насилство. Четири зборови кои ја отсликуваат совршено сликата за тоа кои се проблемите кај нас. На прашањето „зошто го правиш тоа?" најчест одговор е „се нема пари, што да се прави?".Од ден на ден дрогата и алкохолот земаат се поголем замав кај младината и за жал некои од нив завршуваат трагично. Жена би трпела удари од својот сопруг кој се враќа дома пијан само поради тоа што нема работа и не може да се издржува сама. Малолетна девојка би си го продавала телото за исто така да може да се издржува сама. Секој од овие проблеми е последица на најголемиот проблен кај нас – сиромаштијата. Еден поединец не може да ги искорени овие проблеми, за жал кај нас и мнозинството е безгласно. Јасно е кој може и кој треба да се потруди да го направи тоа, но можеме да видиме дека органот во државава задолжен за тоа презема многу малку околу овие и многу други проблеми."

Интервју со Дијана Бојковска, активист во АКСЦ

Марија Лазовска

Слободна зона за критичко размислување, дебатирање и активизам

Неодамна младите во Македонија добија автономен, слободен, некомерцијален културно-социјален Центар. Активистите од АКСЦ велат дека Центарот е простор за уметничко, општествено-ангажирано критичко промислување и делување. Тие функционираат без пари, ама со срце. Центарот е отворен за сите граѓани и секој има право да предложува идеи. Функционираат без авторитети и хиерархија, по хоризонтална основа и според принципите на еднаквост, директна демократија, доверба, солидарност и заемно помагање. По повод отворањето на Центарот разговаравме со Дијана Бојковска, активист во АКСЦ.

Од каде идејата за АКСЦ, што ве мотивираше да го создадете Центарот?
Идејата за АКСЦ, потекнува од самиот факт дека во Скопје, па и во Републикава скоро и да не постои алтернативно социјално и културно јадро, каде луѓето кои имаат ентузијазам да носат промени, можат здружено врз база на солидарност и рамноправност, да ги артикулираат своите идеи, без класичните системски влијанија и бирократските стеги. АКСЦ е тотална спротивност на мејнстрим сфаќањата и концептите во овие области.

Може ли да нè запознаете поубаво со работата на Центарот, што му нуди АКСЦ на младиот човек и секој што сака да биде дел од него?
Во АКСЦ може да се пронајде секој млад ентузијаст кој сака да придонесува кон разбивање на секојдневното сивило и креирање на производ кој тотално ќе го отсликува уметникот/активистот и неговата заложба за менување на работите. Секој кој има афинитет кон креативно творење и социјален активизам е добредојден во просторот.

Кои се вашите планови и цели за во иднина, можеме ли да очекуваме некој интересен проект наскоро?
Прв позначеаен план беше официјалното отворање на Центарот, кое се случи на 22 ноември и беше пропратено со изложби, музика, проекции на видеа, поетски перформанси и слично. Идеи за во иднина има многу и сите се интересни самите по себе. Па така, после отворањето на Центарот ќе има настани кои може да привлечат сечие внимание, како работилници за деца, проекции на филмови пропратени со дискусија, идеолошко-политички работилници и друго.

Денес ретко кој би се согласил да работи без профит, а вие токму тоа го правите, како функционирате како успевате да го одржите центарот без финансиска помош?
Во подготовка, опремување и вдахнување душа пред отворањето на Центарот, учествувавме со лични буџети сите ние кои веруваме во идејата и концептот на АКСЦ. Дониравме средства за она што беше потребно и тоа по линија кој колку има, може и сака да даде, како и многу великодушни граѓани кои се одзваа на повикот за донирање на средства за просторот – од бои за ѕидовите, преку шкафови и кујнски прибор, до физичка помош и желба за дружба и споделување на ставови. На крајот на краиштата, се чини дека луѓето ги препознаваат искрените намери и се жедни да пружат помош, од кој било облик. Што е многу значаен момент посебно во насока на развивање на емпатија и солидарност во светов кој е натпреварувачки настроен, па се тежнее кон материјалните добра како највисок идеал. Сепак битно е да се напомене дека она што лежи во основата на одржувањето на АКСЦ е што неговото јадро е сочинето од луѓе со огромни срца кои му вдахнуваат душа на просторов.

Кои се вашите очекувања, сметате ли дека центарот ќе му помогне на младиот човек во земјава да го победи стравот и да проговори за се она што му смета и што би сакал да го промени?
Сметаме дека простор како АКСЦ беше и повеќе од неопходен за Скопје и воопшто за Македонија. Како простор кој ќе се коси со она што е наметнато, што се пропагира како идеологија и начин на живеење. Како место во кое младиот човек пред сè, слободно може да земе здив, да се изрази и да се најде себеси, своето место под небото, без притоа да се покаже кон него со прст, да биде исмејан, само зашто е свој и има свое и поинакво размислување. Напротив, ќе биде вреднуван заради неговото мислење, став и пристап. Тоа е и основната убавина на АКСЦ, што претставува сплет на различности кои својот најголем сјај го добиваат баш во таа индивидуалност - колективно измешана. Па, дефинитивно мислиме дека е иницијалната каписла која ќе го поттикне младиот човек да се вклучи во градењето на неговиот живот и свет, наместо да дозволи други да го пишуваат сценариото во негово име. Очекување, кое има реални темели на кои допрва може да се гради.

Вие како активисти што би им порачале на сите млади луѓе кои сакаат да направат некоја промена во општеството?
Единствената порака која можеме да си ја упатиме едни кон други е „Да се разбудиме, да ја искористиме младоста и да делуваме конкретно! Сите заедно!" Промените се возможни само со здружени сили. Само ако се верува во нив и ако се работи со чисто срце и бистар ум. Промени кои би тргнале од нас самите и би го повлекле синцирот на иницијатива кон активизам. Зашто само тоа е лекот за сè. Никој нема да ни ги реши проблемите ако самите не решиме да ги засукаме ракавите и да пуштиме пот. Сепак и задоволството е најголемо кога знаеш дека си дал најмногу што можеш во нешто кое е вистинско во најисконската смисла на зборот. Ништо друго нема толкаво значење и вредност.

Штип огледан во искуствата на студентите

Христина Спирова

Студентската мека на Источна Македонија

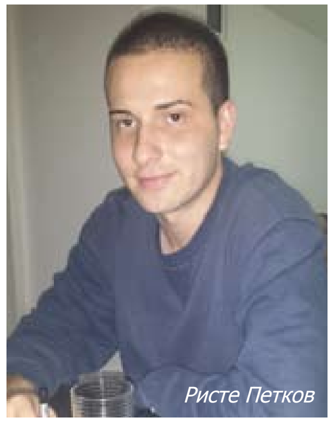
27 март, 2007 година е датумот кој одбележа свеж почеток на градење историја, претворајќи го Штип во академско жариште на знаења со основањето на Универзитетот „Гоце Делчев". Прераснувајќи во силна високообразовна институција и нудејќи широки знаења Универзитетот, а воедно и градот Штип, станаа цел на интерес на младите од сите краишта на Македонија, но добија внимание и на интернационално ниво. Студентска мека на источна Македонија, сосема соодветен епитет за Штип кој ги стави студентите во преден план и покажа голема флексибилност кон трансформација со цел задоволување на потребите и интересите на надежните академски граѓани.
Стремежот на Штип да остане достоен на епитетот „универзитетски град" е присутен во континуитет, но како тоа се поклопува со очекувањата на новодојдените студенти во новата средина? Колку се сретнуваат барањата и понудените можности? Дознаваме од разговорот со неколку студенти кои го одбрале токму Штип за свој втор дом.

Берк Аслан

Еден од таквите студенти е Берк Аслан од Бодрум, Турција кој веќе три години живее и студира во Штип и кој реши да го сподели своето најпрво овдешно искуство– пристигнувањето во новиот и непознат град за него, едно неделно утро: „Знаеш, токму во недела Штип е најпразен и сите остануваат дома, поради што неколкупати помислив дека овој град не е вистинскиот избор за мене, но од друга страна потполно ми одговара такво тивко место.", вели Берк. Она што избра да го истакне е наидувањето на многу љубезни луѓе, запознавањето на многу нови пријатели кои, како што вели: „Прават да се чувствувам среќен и да бидам горд што го избрав Штип како место за надоградба на својот интелект." И покрај тоа што е задоволен од својот престој овде, вели дека кафулињата и неколкуте ноќни клубови не се доволна алтернатива за младите, на градот би му додал кино или можеби сала за куглање.
Сепак Берк кон Штип гледа со оптимизам и смета дека плановите за изградба на нови објекти и трговски центар ќе бидат вистински освежување за градот.

Далиборка Јовановиќ

Далиборка Јовановиќ од Дојран, уште на самиот почеток од своите студии е сосема задоволна од нејзиниот досегашен престој во Штип. Новиот град за неа е интересно доживување, посебно поради тоа што претставува целосна контрастна слика на нејзиниот мирен туристички Дојран. За Штип, за разлика од Дојран, вели дека „има многу повеќе предности, секогаш е полн и нуди многу подобри услови за ноќен живот, но и дневна рекреација". Единствено што ја загрижува се: „Високите кирии кои ги плаќаме во замена за несоодветни услови за престој наметнати од поединечни изнајмувачи." Покрај тоа, Далиборка го пренесува и позитивното искуство на своите пријатели - новодојдени студенти, велејќи дека прилагодувањето кон Штип за нив не претставувало никаков проблем, а таа самата не би сменила ништо во однос на градот.


Ристе Петков

Да се биде дел од жуборот на животот во студентскиот град е едно сосема позитивно искуство за студентот на Филолошкиот факултет при УГД - Ристе Петков од Кавадарци.
Тој решил да ја избегне презаситеноста од студенти во Скопје и да му даде шанса на Штип како студентски град во подем, па вели: „Искрено, Скопје ми беше премногу клише избор за студирање и за мене е преголем град. Исто така се држев до сознанието дека во Штип нема многу кавадарчани, па мислев дека ќе ми биде позабавно. Ристе ја покажа својата воодушевеност од Штип во сите аспекти – од една страна ги задоволува неговите апетити за нови знаења, а од друга страна задоволство претставуваат многубројните студентски забави кои се организираат секоја седмица. „Сконцентрирање на студенти од различни краеви на Македонија во Штип е голема можност за нови познанства кои преминуваат во големи пријателства", додава Ристе. Единствено бара да се посвети внимание на сместувачките капацитети, но новиот град за него е целосно освежување, од причина што изобилува со позитивен дух кој веќе неколку години отсуствува од неговото родно Кавадарци.

Ана Стоилова

Љубовта кон новинарството ја натера студентката Ана Стоилова да патува секој ден на релација Кочани – Штип. Присуството на отсекот за Новинарство и односи со јавноста во рамките на УГД ја натерало Ана за прв пат своето внимание да го насочи кон Штип. Таа го согледува овој град како место кое со распонот на своите услови ѝ нуди соодветно високо образование, но и покрај тоа приоритет ѝ претставува нејзиниот роден град и вели дека „нема место како дома". Сепак тврди дека Штип го чувствува како доволно близок и остава простор во иднина овој град со своите особини да ја привлече многу повеќе и да стане нејзин нов приоритет.

„Нашето мото е заштитување на интересите и правата на секој студент“

Иван Тасевски

Независната организација предводена од страна на самите студенти, која за цел има заштитување на интересите и правата на секој студент, е всушност Студентскиот парламент на еден универзитет. Таа улога на нашиот Универзитет ја врши Студентскиот парламент на УГД (СПУГД) - независна организација во која членуваат сите студенти, преку свои претставници кои ги претставуваат нивните права, интереси и предлози. Секој матичен факултет на еден универзитет си има свој претставник како ВД претседател (вршител на должност) кој го избира Студентскиот парламент врз основа на правилник за избор. Претседателите и целото раководство на студентскиот парламент се избира на непосредни, фер и демократски избори од страна на студентите, со мандат од две години и право на последователен избор.

Состанок на СПУГД

Што претставува Студентскиот парламент на Универзитетот „Гоце Делчев“?
СПУГД претставува најзначајната студентска организација на Универзитетот која наедно е линк меѓу студентите, деканатите и ректоратот. Секаков проблем на студентите, независно од тоа дали е позитивен или негативен, е должност на Студентскиот парламент да го претстави пред деканатот и ректоратот на Универзитетот.

Што значи да се членува во една студентска организација и кои се предностите од членување во истата?
Лично за мене, како студент на УГД претставуваше огромна чест да членувам, а потоа и да станам потпредседател на една ваква студентска организација како што е Студентскиот парламент. Пред сѐ, средбите со ректорот, деканите и сите експерти кои што се во работен однос на УГД, се од многу големо значење за членовите во една ваква организација. Исто така, овде е и слободата која им се дава на студентите за идеи и организација на било какви настани, за нивно надградување и подобар студентски живот.

Кои се целите и задачите на една ваква студентска организација?
Првобитна и примарна цел на Студентскиот парламент заштита и унапредување на правата на студентите. Во организацијата на Студентскиот парламент, постои и Студентски правобранител, со кој се трудиме да ги воочиме проблемите на студентите, да се соочиме со нив и да ги решиме истите. Затоа велиме дека нашето мото е заштитување на интересите и правата на секој студент!

Кои се твоите надлежности како потпредседател на СПУГД?
За оваа функција лично бев повикан од страна на претседателот Горан Стаменков, кои согласно Статутот ми ги презентира моите права и обврски како потпредседател. Со моите надлежности како потпредседател, во прв план гледам да ги задоволам барањата на студентите и на самата организација, а со самото тоа и самиот јас се чувствувам исполнет и корисен за студентите и Студентскиот парламент.

Кој ја утврдува работата и активноста на студентскиот парламент?
Студентскиот парламент (СП) е студентска организација која постои на секој Универзитет кој работи според ЕКТС. Секој СП е должен да има свој претседател, кој се избира на секој две години, кој е должен да ја направи организационата структура, подмогната со потпредседател, секретар, дејност за односи со јавност и на тој начин да функционира. Студентскиот парламент работи и зависно и независно од Универзитетската управа. Но сепак, реализацијата за некој поголем проект или настнапосочена од СП, е утврдена и одобрена од страна на надлежните лица во Ректоратот, кои според одредени правилници на Универзитетот ја оценуваат активноста и работата на една ваква организација. Правилниците за работа на СП ги донесува самиот студентскиот парламент, а работата на Студентскиот парлемент се утврдува со статут. Исто така, работата и постоењето на студентските парламенти ги уредува и Законот за високо образование.

На кој начин СПУГД се приближува кон студентите?
Ова е втора година откако е оваа структура на СПУГД и веќе работиме на широки аспекти. Покрај, хумантирните и крводарителски акции, настани од забавниот и култрниот живот, заштитувањето на правата на студентите, во скоро време ќе го реализираме долгопланираниот проект „Штип-академски град“. Станува збор за организрање на семинари, обуки,работилници, спортски натпревари со кои имаме план да повикаме студентите од триесет и четири универзитети од Европа со кои имаме меморандум соработки и да им го прикажеме Штип и Универзитетот во вистинско светло.

Кои се правата на студентите што ги заштитува СП?
Секаков проблем, кој што го има еден студент е во надлежност на СП да го заштити и реши. Во почетокот на оваа студентска година, организиравме трибина на тема „Што е СПУГД“.На оваа трибина, на студентите им го презентиравме статутот, целите и задачите Студентскиот парламент. Проблемите во врска со предавање, испити, па се до односот на професорот кон студентите во кои тие сметаат дека им се нарушени правата,се прашања кои треба да бидат доставени до СП за да биде пренесено до надлежните органи на УГД.

Кои се најчестите проблеми со кои се соочуват студентите на универзитетот, односно на факултетот каде што студираат?
Искрено, правата и обврските на СПУГД се погрешно сфатени кај поголем дел од студентите. Ние не сме студентски прашања, не постоиме за да додадеме еден поен на студент за да се појави на испит. Ова се најчестите проблеми кои ние ги знаеме за студентите, но сепак се трудиме и во ваков случај да ги насочиме кон вистинскиот извор кои ќе им помогне, за тоа што го бараат.

Колку студентите се активни во организацијата на СПУГД?
Најпрвин, студентите треба да знаат дека постоиме за нив, за нивните права. Па така, направивме структура од вршители на должност, т.е. ВД претседатели на матични факултети, кои ги известуваат нивните колеги од факултет, за сите активности и цели на СПУГД. На тој начин, почнавме да ги анимираме студентите во што поголем број, со што во најскоро време амфитеатарот ќе биде нашиот простор за одржување на нашите состаноци.

Накој начин студенти можат да се вклучат во студентскиот парламент?
Сите студенти на УГД, сме членови и на СПУГД. Поголем број од студентите го знаат местото и времето каде што се одржуваат нашите состаноци, а тоа 16:30 часот во Предавална 1 на Економскиот факултет. Исто така секој работен ден од 10 до 13 часот е отворена канцеларијата на Студентскиот парламент во Економскиот факултет во која може да се јави секој, за секаков проблем или идеја и предлог.

Изјава за медиуми

Иван Дуковски

СПУГД работи со полна пареа

Претседателот на СПУГД, Горан Стаменков

СПУГД

Сите заинтересирани студенти за проблемите и прашањата поврзани со нивните студентски права, идеите и предлози за нивните студентски проекти, како и останати забелешки можат да стапат во контакт со СПУГД на неколку начини:

- Редовни состаноци во Предавална 1 на Економскиот факултет, секој вторник од 16:30 часот
- Канцеларијата на СПУГД, лоцирана во Економскиот факултет, секој работен ден
- На телефонските броеви: 078485152 и 078485164
- Или преку нивната веб-страница www.spugd.org.mk

Студентскиот парламент при УГД во текот на студиската година реализира повеќе од 30 проекти. Еден од позначајните проекти на СПУГД е проектот „Пријави мито и корупција, без страв" кој има за цел да ги охрабри студентите во борбата против корупцијата во високото образование. СПУГД организираше хуманитарни акции во Штип, Гевгелија и Скопје и својата хуманост несебично ја споделија со деца со пречки во развојот и деца без родители. Во своите активности, СПУГД организираше трибина на тема „ХИВ/СИДА" со цел студентите подобро да се запознаат со оваа проблематика, на кој начин можат да се заштитат, а со тоа беше одбележан и денот за борба против сидата. Потоа на денот на македонските студенти следуваше трибина за ЕКТС на која беше претставен системот по кој се студира на УГД и интерактивно се дискутираше за предностите и недостатоците на истиот. Студентскиот парламент секогаш посветува внимание и на спортскиот дух. Од аспект на спортот, организираше турнир во кошарка и женска одбојка, како и учество на македонските студентски игри. Како еден од најуспешните проекти се истакна организирањето на интернационалниот медицински конгрес, на кои присуствуваа голем број странски студенти.

Во преден план на активностите на СПУГД беше склучување соработка со останати високо образовни институции од Македонија и Европа. Најпрво беше потпишана соработка меѓу Факултетот за медицински науки од УГД и Медицинскиот факултет од УКИМ. Потоа следуваше соработка со Бизнис Академијата Смилевски, соработка со ФОН, Американ Колеџ, УКЛО и други, што резултираше со плодна размена на знаења и искуства. СПУГД овозможи соработка и со универзитети во Сараево, Бања Лука, Приштина, Нови Сад, Белград, Марибор, но исто така и со светски реномирани високо образовни институции, односно универзитети, како што се Медицинската академија во Багдад од Ирак, Универзитетот Колумбија во САД, со Универзитетот Бешкант во Истанбул од Турција и Универзитетот во Адана, Турција. Целиот циклус соработка со овие универзитети им овозможи на студентите да бидат дел од студентски размени и да стекнат интернационално знаење, искуство и пракса.

Со започнување на новата академска година, покрај предвидените проекти, СПУГД продолжи и со нови проекти и идеи во насока на заштита на студентските права. Кон почетокот на академската година беше организирана трибина насловена „Што е СПУГД?". Целта на оваа трибина беше детално да се информираат новите, па и постарите студенти за постоењето, активностите и работата на СПУГД. На трибината беа претставени статутот на студентската организација, целите и задачите на СПУГД, како и надлежностите на секој ВД претседател.

Покрај активностите од образовен и едукативен карактер, СПУГД се грижи и за забавно-културниот живот на студентите. По повод завршувањето на првата колоквиумска недела, беше организирана постколоквиумска забава наменета за опуштање и заедничко дружење помеѓу студентите. Меѓу другото, СПУГД се погрижи и за збогатување на културниот живот на младите и студентите и беше одржана поетска вечер насловена „Портрети" со избор од поезијата од Никола Маџиров. Подцона, во Академскиот клуб на УГД започна серија од креативни работилници „Сонувај без филтер" кои понудија различни содржини како креативно пишување, ангажирано размислување и дискусија. Преку поезија, филм, театар и книжевност учесниците добија можност да ги прошират своите хоризонти и да добијат простор каде што ќе реализираат многу креативни идеи.

СПУГД и понатаму работи со полна пареа и се подготвуваат за нови предизвици. Од она што го најавуваат следи голем проект насловен „Штип - Акдемскиград" со кој ќе бидат организирани работилници од областа на менаџментот и работилници од областа на медицината во соработка со специјалната болница за кардиохирургија „Филип Втори". Исто така, најавени се креативни работилници од областа на сликарството и уметноста, хуманитарни акции, трибини, дебати и останати активности.

Николина Атанасова

Нејзиниот детски сон, стана реалност

„Уште како дете мечтаев за тоа еден ден да станам новинар. Ги гледав луѓето од телевизиите и само тоа ме воодушевуваше, но покрај тоа ми се погоди и талентот, афинитетот кон пишување и читање, истражување и задоволна сум што го открив навреме и се одлучив мојата животна професија да биде новинарството. Среќна сум." – Адријана Митевска

До неодамна таа имаше свои текстови во „Студентско ехо", но сега е наш гостин. Ја посетивме на нејзиното работно место во „ТВ Кочани" за да ни раскаже за почетокот на нејзината успешна новинарска кариера. Адријана штотуку дипломира на катедрата за Новинарство и односи со јавноста, при Правниот Факултет на УГД и веќе е дел од медиумскиот свет, поточно во локална телевизија во Кочани. Во ниту еден момент не се разочарала од изборот на нејзината животна професија. Уживала уште од првиот ден кога се запишала на факултет. Секој почеток е тежок, а таков бил и нејзиниот. На почетокот и било тешко да се навикне на новиот живот, но секој поминат ден со колегите и професорите, како и теоријата која ја изучувале, а особено праксата, ја натерале од ден на ден, да се увери, дека новинарството е вистинската професија за неа. На почетокот се посветува на теоријата, а нејзин прв посериозен јавен настап бил на ораторските средби во Кочани, организирани од Правниот факултет. На овој натпревар го освоила второто место и тој момент може да се впише како нејзината отскочна даска. Во меѓувреме постојано пишувала статии и колумни за студентскиот портал „Е-студент", а веќе втората академска година, благодарение на студентската пракса, волонтирала во „Канал 5" телевизија. „Тоа беше едно од поубавите искуства. Учев од професионалци кои ми укажаа прилика самата за прв пат да изработувам прилози кои ги гледаше цела држава. Навистина преубаво искуство." – раскажува со возбуда. Потоа следувало учеството во проект на ЗНМ за пракса во албански медиум, па патот ја води во „Алсат М телевизија" во редакцијата на македонски јазик. Таму веќе се стекнува со професионализам во телевизиското водителство и презентирањето на вести, искуства кои токму денес ѝ се од голема корист.

Оваа година по завршувањето на последните испити, на нејзино големо задоволство се добива работа во радио „Кочани ФМ", каде ја започнува кариерата како радио-новинар. Веднаш потоа ѝ се исполнува желбата да работи во телевизија, па нејзиното сегашно работно место е новинар-репортер во „ТВ Кочани". „За сегашното работно место можам само да искажам големо задоволство затоа што го работам она што го студирав и уживам додека го правам тоа, а тоа е секако најважно. Денот ми започнува со утринската емисија „Панорама". Секое утро нов предизвик и ново искуство. По завршувањето на емисијата се впуштам во потрага по најактуелните информации и креирањето на дневникот. Наша цел е најновите информации да ги доближиме на јавноста и веруваме дека тоа доста успешно го правиме. Веднаш по затворањето на вестите следува презентирањето кое ми е омилен дел и од кое никогаш не би се откажала. Во кратки црти вака изгледа еден мој работен ден, доста исполнето. Динамично понекогаш напорно но сепак интересно. Не залудно новинарството е седмата движечка сила во светот. Сега се уверив во тоа." Кога ќе ги заврши работните обврски, сака да прошета во природа, да се дружи со пријателите и да се препушти на забавата. Тоа за неа претставува еден вид на релаксација од секојдневните обврски. Во текот на неделата исто така сака да прочита добра книга, за која посветува голем дел од работната недела.

Кога ја запрашавме каде се гледа себеси за пет до десет години, ми одговори: „Никогаш не се знае каде и кога ќе нè однесе животот. Сакам кога работите се одвиваат така спонтано, природно. Сепак, во иднина се пронаоѓам во некоја од националните телевизии секако како новинар водител, бидејќи тоа ми е целта. Кога јас би одлучувала каде да биде тоа, би сакала да биде телевизијата „Ал Џезеира" на српски јазик која според мене е една од најдобрите на Балканот. Ќе видиме, можеби ќе ми се оствари сонот некој ден".

„Бидете упорни за да ги остварите вашите желби. Не очекувајте животот да биде фер, бидете подготвени и на неуспеси, меѓутоа не откажувајте се. Секогаш во животот постои причина за насмевка." – им препорача на читателите на „Студентско Ехо"

Оливера Трајковска е новинарката од Македонија, на која Митевска од секогаш и се восхитува. Според неа, таа е пример за квалитетен и успешен новинар кој професионално работи новинарство. Има и други, но ја издвои Оливера како новинар кој на некој начин и е репер за во иднина. Најголемата енергија ја црпи од луѓето кои се во нејзина близина, тоа е семејството и пријателите кои безрезервно и ја даваат поддршката и мотивацијата за уште поголеми успеси. Исто така надополни дека тие се и нејзините најголеми критичари, најчесто позитивно, но знаат и да ја искритикуваат. Сепак и пофалбата и критиката од нив многу ѝ значи. Еден од најголемите нејзини критичари е нејзиниот татко, со кој веднаш по завршувањето на емисијата или дневникот заеднички ги сумираат резултатите.

Сакате да стекнете меѓународно искуство и да бидете платени?

Станете дел од семејството на ИАЕСТЕ

ИАЕСТЕ Македонија

ИАЕСТЕ (International Association for the Exchange of Students for Technical Experience) е интернационална организација за размена на студенти, која одржува консултантски односи со повеќе агенции на Обединетите Нации. Им овозможува на студентите по наука, инженерство, технологии и применети уметности платени технички пракси во областа на нивните студии. Откако е формирана во 1948, под закрила на UNESCO, ИАЕСТЕ има разменето повеќе од 300.000 студенти и се има развиено во динамична и инспиративна мрежа во повеќе од 80 земји. ИАЕСТЕ се стреми да спроведува високо квалитетна програма за размена на студенти со цел подобрување на техничкиот и личниот развој и промовирање на меѓународно разбирање и пријателство помеѓу студентите, академските институции, работодавците и пошироката заедница.
ИАСТЕ Македонија претставува независна, непрофитна и неполитичка организација за размена на студенти и полноправен член на меѓународната организација ИАЕСТЕ. ИАЕСТЕ Македонија како организација функционира преку 4 локални комитети на четирите државни универзитети во Скопје, Битола, Штип и Охрид. На Универзитетот „Гоце Делчев" во Штип локалниот комитет функционира на Земјоделскиот, Електротехничкиот, Машинскиот и Технолошко-техничкиот факултет, Факултет за Информатика и Факултет за рударство, геологија и политехника. Сите оние студенти на техничките факултети кои имаат желба да добијат платена стручна пракса во странство, слободно можат да се зачленат во оваа организација и да се приклучат на активностите. Во Штип, ИАСТЕ одржува редовни состаноци кои се организираат секој понеделник во 17 часот, во предавална 2 на Кампус 2. Организацијата можете ја исконтатирате и на електронската адреса macedonia@iaste.org, а за повеќе информации и новости активна е и веб страницата www.iaste.org.mk.

ONLINE CAREER FAIR
powered by IAESTE

Купони за попуст

Предновогодишен подарок од редакцијата

Конечно, за сите студенти и читатели на „Студентско ехо" од овој број на списанието - купони за попуст. Купоните исечете ги на испрекинатите линии и можете да ги искористите на следните локации: Универзитетски ресторан (во зградата на Ректоратот на УГД), Рекреативен центар при УГД (на Кампус 2) и книжарниците на УГД. На овие локации со приложување на купоните добивате 10% попуст на услугите и производите. Користењето на купоните е еднократно и може да се искористи еден купон за единечен попуст од 10%. Вистинско време пред новогодишните празници да се почастите себеси или вашите најблиски со подарок од „Студентско ехо"!

Студентите од УГД дел од европска програма

Стефанија Мијалкова

Млади претприемачи по европски терк

Европската програма „Млади во акција" поддржува младински размени каде млади луѓе работат и живеат заедно во интернационални групи во одреден временски период. Се состои од подготовка и имплементација на одредени активности, проследено со многу дополнителни забавни и едукативни содржини. Во текот на целата младинска размена, младите луѓе работат на конкретна програма со специфичен предмет и точно утврдени цели. Млади луѓе од различни земји и со различни профили соработуваат едни со други и развиваат лични и професионални вештини, но и мултикултурна соработка. Ваквите младински размени ја поттикнуваат мобилноста на младите, ги охрабруваат младинските иницијативи и креативноста на младите луѓе и обезбедуваат интернационално едукативно искуство.

Група на млади луѓе, меѓу кои и студенти на нашиот Универзитет, беа дел од една ваква студентска програма, која што се случи од 14 до 23 ноември во Прага, Чешка. На оваа младинска размена претставници од Македонија беа Ана Здравева, Дарко Милев, Кристијан Панев, Ивана Саздовска, Иван Недев, Александар Лазаревски и Наташа Донева од Универзитетот „Гоце Делче" во Штип и Јана Наумовска и Благој Ципилаковски од Универзитетот „Св. Кирил и Методиј" во Скопје.

Поконкретно, проектот во кој учествуваа македонските студенти беше насловен "Youth Entrepreneurship Services", организиран од „Institut pro" од Чешка Република, а во соработка со „Young Europe Society" од Романија, „Centre for European Citizens' Initiatives" од Македонија и „Montenegrin Employers' Federation" од Црна Гора. Целта на целиот проект беше учесници од четири држави да го надградат своето знаење за претприемништвото, истите да се мотивираат да ги размножуваат своите знаења на поле на претприемништвото во нивните земји, како и да се промовираат културните различности во Европа. Активно учествуваа 33 млади луѓе од Македонија, Романија, Црна Гора и Чешка, кои беа дел од размената и дополнително уште неколку луѓе кои беа во организацискиот тим. Учесниците во проектот учествуваа во повеќе различни активности, од запознавање со претприемништвото на земјите од каде што доаѓаа учесниците, споделување на искуства од успешни приказни, презентации за развој на социјалното претприемништво, па сè до создавање на сопствена бизнис – идеја и конкретизирање на соодветен бизнис план и негова презентација во неколку средни специјализирани училишта во Прага.

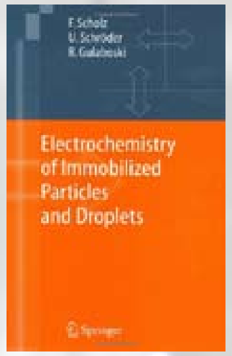
Во главно, учесниците се вратија со позитивни впечатоци. Целото ова случување е големо искуство за сите нив и секој си има своја сопствена приказна. Но, она по што заеднички ќе го паметат ова патување се одличното дружење и новите пријателства, забавните содржини, националните вечери, организираните прошетки и многу забава.

Христина Начева

„Нашите студенти имаат поголеми теоретски знаења од студентите во ЕУ“

проф. д-р. Рубин Гулабовски

За да се добие најпрестижната стипендија за стручни лица во светот, „Александер фон Хумболт“ потребен е голем талент, напорна работа, многу откажувања, интензивна соработка со други научници, достап до опрема за научноистражувачка работа, но пред сѐ потребно е големо знаење и цврста волја. Секако, сите овие сегменти е потребно да се склопат за да се постигне некој успех. Тука ретко има „среќни околности“, вели деканот на Факултетот за медицински науки на УГД, проф. д-р Рубин Гулабоски.



Зошто токму хемијата и каков беше вашиот пат во науката?
Првото прашање е доста интересно, на кое и јас самиот често пати не можам да најдам соодветен одговор. Знам дека како дете сонот ми беше да станам спортист, кошаркар или атлетичар, се занимавав цело мое детство со некој спорт, а учев хемиско средно училиште во Прилеп. Хемијата уште од тогаш не ми беше проблем, исто како и математиката и физиката, но мојата намера беше да се запишам на Факултет за физичка култура. При запишувањето на Факултетот за физичка култура во Скопје, бев спречен да отидам на теоретскиот дел и поради тоа не успеав да се запишам на тој факултет. Во вториот уписен рок немаше повеќе слободни места на Факултетот за физичка култура, па така се запишав на Хемија при Природно-математичкиот факултет во Скопје. Морам да кажам дека на Институтот за хемија при ПМФ ги сретнав и запознав можеби најдобрите професори што во тоа време, а и ден денес се големи имиња во науката (академик Шоптрајанов, академик Јовановски, професор Владимир Петрушевски, проф. Здравковски, проф. Грозданов). Од тие професори имаше што да се научи и тие знаеја како да пренесат знаење кон студентите, а знаеја и да ни го отворат патот кон науката. Ја имав таа среќа да почнам научноистражувачка работа со професорот Валентин Мирчески, при што од него можев да ги научам најголемите тајни од областа на Електрохемијата. После мојата магистратура, јас бев прв македонски студент што добил стипендија за докторски студии од фондацијата ДААД, а Валентин Мирчески во исто време беше еден од ретките Македонци што добил стипендија за постдокторски студии на „Александар вон Хумболдт“ фондацијата. Работевме истовремено во групата на светски познатиот електрохемичар Фриц Шолц, кој на несебичен начин ни ги пренесе сите тајни на електрохемијата. Докторирав во 2004 година на Универзитетот во Грајфсвалд, а во исто време добив и стипендија за постдокторски студии во Порто, Португалија. Таму работев три и пол години како постдокторант и предавач на постдипломските студии, главно на развивање на теоретски електрохемиски модели и на молекуларно-динамични симулации на трансфер на лекови преку клеточните мембрани. Во 2008 година ја добив најпрестижната светска стипендија за постдокторски студии од фондацијата „Александар вон Хумболдт“, што ја добиваат само 500 научници од сите области од целиот свет. Таа стипендија на некој начин е потврда за научните вредности на секој еден научник. Постдокторскиот престој во траење од 18 месеци го реализирав на Медицинскиот факултет во Хомбург, Германија, каде што за краток период направивме најголем исчекор во нашата научноистражувачка работа. Таму дојде и откритието на новите деривати на коензим Q што во суштина се нови витамини со извонредни антиоксидативни способности.

Кажете ни нешто повеќе за научното откритие - соединение коензим Q-10, што го забавува стареењето на кожата на човекот?
Целта беше да истражиме дали овој т.н. витамин Q-10 има способност да трансферира калциумови јони преку клеточните мембрани. По сет од експерименти видовме дека нативниот коензим Q-10 нема такви способности и со тоа прикажаната ќе беше завршена. Но, кај мене од секогаш постоела голема доза на инает и на хумор во науката. Едноставно, јас самиот не верувам многу на авторитети и на нивните тврдења се додека сам не проверам некои работи. Многу често правам на своја рака експерименти што се крајно неконвенционални и можеби на другите им изгледаат нелогични или „луди“. При еден таков експеримент видов дека штом коензимот Q-10 го ставам во силно базна средина (што е чиста лудорија во хемијата за ова соединение), се случуваат хемиски промени, односно се случува хемиска реакција на коензимот Q во силно алкална средина. Во литературата беше децидно кажано дека хемиски промени на некои од групите во состав на соеднинението коензим Q-10 не се можни. Меѓутоа, ние направиме огромен сет од испитувања при што видовме дека сме синтетизирале нови соединенија - хидроксидни деривати на коензимот Q10 што имаат необични својства, односно да комплексираат одредени метални јони, но и да бидат антиоксиданти. Антиоксидантите, во суштина се редукциски средства што имаат потенцијал да ги неутрализираат дејствата на реактивните честички како што се супероксидите, хидроксидните радикали, радикалите на азотот, водородниот пероксид и слично. Овие радикали се високореактивни честички и нивното присуство во поголеми концентрации придонесува до оштетување на клеточните мембрани, до оштетување на ДНК и до нарушување на голем број физиолошки процеси. Со нашите нови хидроксидни деривати на коензимот Q, ние покажавме дека дејството на голем број слободни раикални честички е потполно неутрализирано. Во голем број на наши трудови покажавме дека новите хидроксидни деривати на коензимот Q се посебно ефикасни кај малигни клетки од меланома. Значи, овие нови деривати на коензимот Q можат да се гледаат како потенцијални антиканцерогени медикаменти Покрај тоа, голем дел од новите хидроксидни деривати на коензимот Q можат да се аплицираат и во кремовите што се користат за регенерација на кожата и за отстранување на брчките. Методите за синтеза и изолација на овие соединенија се дел од нашиот Патент што е публикуван од страна на Бирото за патенти на Европската Унија пред неколку години и истите се заштитени. Овие деривати, секако, претставуваат значаен нов чекор во развојот на фармацевтската и козметичката индустрија. Моментално работиме нови експерименти со овие деривати, меѓутоа во овој момент не можам да давам поконкретни информации за тие експерименти, бидејќи се работи за соединенија што се заштитени. Она што треба да се нагласи дека трудовите со овие нови соединенија се публикувани во најреномираните списанија од областа на хемијата, како што се списанието Journal of the American Chemical Association и списанието Nature Scientific Reports. Посебно сме горди што Универзитетот „Гоце Делчев“ преку двајца наши професори, односно јас и ректорот проф. д-р Саша Митрев, се јавува како прв македонски универзитет што е носител на главниот научен дел на научни трудови публикувани со списанијата JACA и Nature Scientific Reports. Тоа секако, ќе биде огромен импулс за сите млади научници од Универзитетот. Огромен придонес во нашата работа имаат и професорот Валентин Мирчески, како и професорите Иван Богески, Маркус Хот и Рајнхард Кап од Универитетот Сарланд во Германија.

На која стипендија или награда сте најмногу горд?
Сум добил голем број меѓународни стипендии и неколку домашни награди и признанија. Можеби најдрага ми е таа првата од фоднацијата ДААД, бидејќи сум првиот Македонец што ја добил и која служеше како отскочна штица во мојата кариера. Но, сигурно највредна е таа стипендија на „Александар вон Хумболдт“, бидејќи освен солидните примања, фондацијата ми овозможи и опремување на сопствена лабораторија во Македонија. Секако, моите најголеми успеси се тесно поврзани со мојот ангажман преку Александар вон Хумболдт фондацијата.

Имате престојувано на повеќе европски универзитети како Универзитетот во Грајфсвалд, Германија, Универзитетот во Лозана, Швајцарија, Универзитетот во Порто, Португалија како и на многу други универзитети ширум светот. Која е разликата со нашиот Универзитет УГД?
Досега сум престојувал, пократко или подолго, на повеќе од дваесетина светски Универзитети. Разликите во поглед на нашиот универзитет се главно во менаџментот и пристапот кон практичната работа (вежбите). Праксата е сегмент на која во земјите од ЕУ се посветува најголемо внимание. Во Германија, на пример, студентите се вклучени во практична работа уште од самиот почеток. Групите за работа на вежби се релативно мали (до 15тина студенти во група), студентите имаат можности да вежбаат и да работат на инструменти што се употребуваат како за научно-истражувачки, така и за дијагностички или производни цели. Покрај тоа, големо внимание се посветува и на студентските размени. Искуството стекнато од други Универзитети е од огромна важност за креирање на крајниот профил на студентите. Постојат најмаку дваесетина програми за размена на студенти и речиси секој втор студент од ЕУ е вклучен во тие програми. Она што изгледа така е интересно и различно во поглед на сите македонски универзитети, е што еден предмет го предаваат најмалку двајца или тројца професори, секој стручњак од одредена област. Во поглед на теоретските знаења, нашите студенти од Македонија имаат поголеми познавања отколку најголем дел од студентите од ЕУ. Практичната работа е сегмент на кој треба да се посвети поголемо внимание на УГД.

Некоја интересна случка со студентите и во вашата кариера?
Во Македонија на еден од испитите што ги држев, при крајот на испитот дојде еден затрчан и задишан вонреден студент и ме праша „Каде е професорот по хемија?"“. Јас му одговорив „Јас сум, повелете“. Тој ме погледна со недоверба и рече „ Не ти, ти си асистент, професорот го барам!“. Е потоа, тој истиот студент го даде најоригиналнот одговор на едно од моите прашања. Го прашав која е хемиската формула за вода и тој кажа H2O. Кога го прашав од кои елементи е составена водата и сакајќи да му помогнам почнав да му ги кажувам првите букви „едниот елемент со симбол Н е В... Во...“, тој како од пушка одговори ВОЗДУХ! Значи водата за тој студент беше составена од воздух. Во Германија најинтересната случка со студентите беше кога им демонстрирав некои експерименти за реакција на натриум со алкална тешка вода, при што се издвојува деутериум гас. Случајно, студентите измериле 10 пати поголема маса на метален натриум, па при ставањето на натриумот во епруветата, се створи енормна количина на деутериум што веднаш во контакт со кислородот ми екслодира во рака посилно од кашикара. Притоа, за среќа никој не беше повреден, но студентите потоа на вежбите се држеа на 10 метри подалеку од мене. Сум имал уште многу интересни случки со студенти, но и интересни средби со познати Нобеловци и научници за време на мојата кариера, но највпечатлива ми беше средбата и разговорот со последната жива асистентка на Ајнштајн и со нобеловецот Фишер.

И за крај ваш совет или препорака до студентите на УГД?
Студентите секогаш да учат за да научат, а не за да положат. Она што ќе го научат суштински, тоа секогаш можат да го применат во пракса и нема да го заборават. Бидете трпеливи, истрајни и трудете се што повеќе да учествувате во интернационални проекти и размени. Никогаш не прифаќајте мислења од авторитети како да се тоа непобитни вистини, секогаш имајте си свој став, не копирајте никого, едноставно бидете си свои.

Душица Тренева

Добрата опрема не ветува добра фотографија

Што сѐ е потребно за една комплетна фотосесија?
Зависи каков вид на фотосесија се работи, сепак за една успешна фотосесија од било кој вид потребен е добар план и со тоа пола сесија е завршена. Пример, ако се фотографира на локација, треба да се одбере локацијата, потоа да се одбере кое време од денот ќе биде, во зависност од светлото, да се предвидат можните пречки што можат да се случат за време на сесијата, за сето тоа треба да се има резервен план и многу други работи. На крај сѐ да се стави на лист хартија и да се оди според планот, меѓутоа често ми се случува да заборавам на планот и сесијата да се случи спонтано.

Раскажете ни нешто повеќе за вашата фотографска приказна, од почетокот па до сопствена онлајн продавница за фотографии?
Мојата фотографска приказна почна случајно пред 7 години кога купив апаратче за да си го фотографирам моето мало синче и тогаш почна магијата, после тоа случките се случуваа како на филм и фотографијата стана моја професија.

Се заработува ли од фотографија?
Во секоја работа има можност за заработувачка, секој треба да си ја најде работата што сака да ја работи и успехот е неизбежен, можеби изгледа многу лесно вака на зборови, меѓутоа тоа е вистина. Треба да се биде храбар и упорен бидејќи патот на почетокот може да биде тежок.

Соработуваш со познати фотографи од светот, која е разликата помеѓу македонските и светските фотографи и нивните фотографии?
Разликата помеѓу овдешните и странските фотографи, освен условите што ги имаат странските, односно немаат нашите фотографи – нема! Кај нас има многу талентирани фотографи кои почнуваат од ништо и се пробиваат сами без никаква институционална поддршка.

Секојдневно се соочуваме со луѓе кои имаат само добри фотоапарати, а се нарекуваат фотографи, посебно во денешно време и во ерата на социјални мрежи. Што мислите за нив и што, според вас, треба да поседува еден професионален фотограф?
Тоа го имало секогаш и секаде, лоша опрема во раце на некој што живее за фотографија, чуда прави. Сепак, не значи и дека добрата опрема ветува добра фотографија.

Ако не би биле фотограф со фотоапарат во рацете, денес што би правеле?
Би сакал да изработувам предмети од дрво.

Што мислите за споделувањето на сопствените фотографии на социјалните мрежи? Дали тоа е добра реклама или можеби можност за плагијати?
И покрај сите негативности од тој тип, сепак, мислам дека треба да бидеме слободни и да не се плашиме дека ќе нѐ украдат, иако тоа често се случува, посебно тука.

На нас новинарите најважна ни е формулата 5+1, која е најважната формула на фотографот за едно негово дело?
Чиста идеја.

И за крај кои се вашите идни планови?
Не работам со планови, сакам животот да ми се случува спонтано.

Иван Дуковски

МОЌТА НЕ Е СÈ - ЉУБОВТА Е СÈ!

Ова не е прашање за слобода или смрт, ова е прашање за љубов или омраза

1905 година. Европа го достигна зенитот на славата. Европејците се вџашени од технолошките достигнувања на Хенри Форд и браќата Рајт. Чудото со сликата во движење на Џорџ Молие и појавувањето на Сара Бернар ги забавува европските градови. Создадени се нови скулптури, нови споменици, нови архитектонски гиганти насекаде. Европејците ја поздравуваат новата епоха која конечно ќе го обедини стариот континент, да стави крај на војните и донесе радост, напредок и благосостојба на човештвото. Во исто време, далеку на Балканот, големата Отоманската империја се распаѓа.

Кога станува збор за македонски филм, на повеќето навидум веднаш во мисла им доаѓаат само проблеми, нешто како кич случувања, недефинирани сцени и сѐ се врти околу она, добро е. Зошто да не биде одлично? Веќе стана одлично со македонскиот филм „Балканот не е мртов“, прикажан минатата година на Браќа Манаки. Неколку месеци македонската публика се воодушеви на едно волшебно театарско-филмско, магично парче скоцкано според драмата на Дејан Дуковски, во режија на Александар Поповски.
Секојдневно преку интернет и преку разговори со нашите пријатели, сме окупирани со оние блокбастерски остварувања и напредоци во филмската индустрија, која почнува да не наликува на онаа вистинската седма уметност. Различно реагираме на едно блокбастерско остварување за кое веќе знаете сѐ и за некое наше извонредно филмско остварување. Токму, „Балканот не е мртов“ е магично филмско парче стокмено на театарска сцена кое буди љубов во нашите срца со тема во која што сме заробени со децении и векови. Ова е дело кое слика уметност во историјата и ги буди страстите во животот на човечките идеали.
Модерно или љубовно, дожд или сонце, насмевка или горчина, можеби моќ? Во самиот вовед на ова дело ќе наидете на неколку од овие антиподи. Воведната средба меѓу Елени Каринте и Кемал Ататурк ќе ја прикаже љубовта, но ќе завладее и горчина. Потоа ни е прикажана љубовта помеѓу сестрата на Елени, Анѓа и револуционерот Дамјан. Вистинскиот заплет се случува кога Осман бег го убива Дамјан и насилно ја грабнува Елени. Осман бег се впушта во љубовна романса и очајно се обидува да го освои срцето на Анѓа која никогаш нема да го засака. „Ќе умрам, ама туркиња не станувам“ се зборовите на Анѓа, кои ќе го натераат Осман бег да се откажува од секоја придобивка за неговата империја и единственото нешто што го посакува е љубовта на Анѓа.
„Глупости“ вели Осман бег и од тука започнува расплетот во оваа филмска приказна преточена низ болка, љубов, хумор и меланхолија, мајсторски прикажани од актерската екипа. Со импресивна актерска игра, Ристановски ве води по патеката на оваа историска приказна на крв, апсурд, егоизам, страст, моќ и љубов. Кога сме кај актерската екипа неизбежно е да се спомене мајсторството на Јордан Симонов, кој го игра Расим „ангелот“ чувар на Осман бег. Тука е и специјалното гостинско појавување на Раде Шербеџија кој го гледаме во две сцени, но како и секогаш дава посебен белег на целата приказна. Кога на сета оваа магија како музичка подлога ќе се додаде она што го умее Кирил Џајковски, нема што да се каже повеќе. Останува само еден искрен громогласен аплауз за ова импресивно филмско достигнување кое ќе допре до сечие срца. Доказ дека и македонскиот филм може да создаде ремек дело оживеано на големото платно, донесувајќи емоционална приказна која уште еднаш докажува дека моќта не е сѐ - љубовта е сѐ!

Душица Тренева

„ИЗЛЕЗЕТЕ ОД СВОЈАТА КОМФОРНА ЗОНА“

29 години љубител на убавото, живее творејќи, барајќи, љубејќи, сонувајќи, инспирирајќи се од убавото и од сè она што ја опкружува. Под псевдонимот „Глумицата“ пишува без влакна на јазикот, а сепак со многу емоции, вели дека со пишувањето понекогаш го говори она што како човек го премолчува. Актер или човек кој постојано е во некаква потрага на нови идентитети, светови, љубови, таги, радости, живот и смрт. Така лета, шета, љуби, сонува, тагува и живее.

Маја, потекнуваш од фамилија во која очигледно уметноста е ген. Со оглед на тоа дека во 1994 пееш на „Си-до“, па твојата музикалност ја пренесуваш на твојот брат Димитар Андоновски, мене ме интересира од каде твојата желба за театар?
Со Димитар сме разлика само една година и четири месеци, но морам да признаам дека музичкиот ген кај него беше поизразен уште кога бевме многу мали. И двајцата го посетувавме нижото музичко училиште во Битола, а веднаш после тоа ни се случи и детскиот фестивал „Си-до“, настапувавме на „Дајте музика“, пеевме и на „Здраво генијалци“. Во оваа љубов се разделивме во средно училиште кога јас се запишав во гимназија, а љубовта кон сцената веќе заземаше голем дел од мојот живот. Со поттик на мојата професорка по македонски јазик, заради моето активно учество во аматерски претстави и будно следење на претставите кои се одигрува на сцената на Битолскиот театар, некако актерството стана моја нова, најголема и љубов со која се врзав за навек.

Можам да кажам дека си столб на Битолскиот театар, играш во трагедии, комедии, кабаре претстави. Во кој жанр најмногу се пронаоѓаш?
Не би рекла дека сум столб, но дека активно учествувам во репертоарот на мојата матична куќа би се согласила. И не би сакала да се пронаоѓам само во еден жанр, затоа на секоја претстава и процес се радувам како детенце со нова играчка. Затоа што постојано се трудам да научам нешто повеќе за себе, но и за другите, затоа што откривам нови светови и затоа што со секоја нова претстава сакам да поместам нови граници во себе си. Она што сум сметала дека не го можам - да го можам. Со претставите кои ми се случуваат изминативе осум години професионално на сцена, научив дека добар актер е само актер кој нема своја комфор зона.

Покрај многуте улоги мора да постои некоја која ти е посебно драга?
Ух, не е една. Има ликови и претстави кои ми обележале различни професионални и приватни мигови и на кои секогаш се навраќам со насмевка, а тоа се ликови од претставите „Госпоѓица Јулија“, „8 Светско чудо“, „Обѕрни се во гневот“, „Свирач на покривот“, „Слугинки“, „Обична приказна“, „Љубовницата“, „Хамлетмашина“, „Дива“, многу се. А и јас сум човек кој вложува љубов во се што прави.

Се појавуваш во македонските народни приказни и во ТВ серијата „Тврдокорни“, што мислиш за македонскиот филм? Дали ќе те видиме на филмското платно или сепак го преферираш она што се случува сега и тука во театарот?
Театарот ми е најголема љубов, но секако дека сонувам и за филмско платно. Имав искуство со една турска ТВ серија која се снимаше во Битола пред неколку години и каде играв во десетина епизоди, а потоа снимав Народни приказни. Како човек кој секогаш сака нешто повеќе, се разбира дека сакам да ми се случи и филм. Но сега за сега, театарот е мојот живот.

Колку е пресуден талентот во оваа професија? Гледано да речеме од денешен аспект.
Па според мене треба да е пресуден. Пред неколку години на еден филмски фестивал во Мотовун, Хрватска, бев во школата на актерот Богдан Диклич и првата реченица која тој ја напиша на таблата беше „DAR=RAD“. Талент без работа е ништо, но во секој случај талентот пред сè, треба да биде препознаен и треба да му се даде шанса. Денес, за жал, сметам дека искомерцијализираниот просек е далеку повеќе на цена отколку таленот.

Мислиш ли дека оваа ситуација во Македонија со проблемите од типот на добивање улоги, како во театар така и на филмското платно, проблемите со вработување или приемните испити на Факултетот за драмски уметности, може да се надмине?
Да бидам искрена, не знам. Сметам дека сè е премногу исполитизирано и сè е сконцентрирано во Скопје, па сите ние од провинција сме многу често истретирани како уметници и граѓани од втор ред. Сум успеала да се докажам во Битола и сè уште се докажувам како млад актер, се борам за себе и своите улоги, исто како што се борев и за своето работно место заедно со моите млади колеги. Но, да прашаш некој надвор од мојот град која сум - сигурна сум дека нема да знае, освен ако не гледа Народни приказни затоа што од таму ме препознаваат. Со одлуката да живееш надвор од Скопје, сам си потпишуваш заборав. На кастинзите за филм сме редовно изоставани и заборавени, така што некои теми и работи едноставно ме нервираат и нема да коментирам.

Интимен театар постои три години, но со премиерата „Трансферату“ го отворивте во нов простор. Што ќе понуди во иднина тој простор?
Интимниот театар, со години функционираше во алтернативни простори. Конечно доби свој театарски простор во куќа во центарот на Битола која ќе функционира како приватен театар, воден од режисерката Софија Ристевска. Таа како менаџер на оваа театарска куќа најавува за почеток сопствен репертоар од неколку претстави како што се „Љубовницата“, „Трансферату“ и „Лола“. Но, исто така во најава се и уште неколку нови проекти кои ќе се случат како соработка на Интимен театар со млади режисерски и актерски имиња. Јас како дел од Интимен театар, се радувам што во Битола се роди една алтернативна театарска сцена која навистина нуди можност за истражување и креирање на уникатни театарски продукти, кои Битолската публика ги сака и поддржува.

Препознатлива си по женственоста и шармот кои зрачат од тебе, секогаш со прекрасен изглед. Што ќе им препорачаш на жените?
Благодарам за комплиментот. Јас жените би ги посоветувала никогаш да не заборават дека се жени, да не заборават да си посветат макар половина час на ден време само за себе и да не заборават да сакаат. Затоа што жената на која ѝ светат очите, жената полна со љубов, е секогаш убава жена.

Љубител си на животните и тоа те исполнува, верувам како лек за душата е и твојот прстен на раката. Дали Маја ја пронајде својата сродна душа?
Да, пронајдов човек кој ми е најголемата поддршка и приватно и професионално. Нешто што сметам дека денес е реткост. Човек кој е кариерист исто како мене, но и човек кој верува во семејни вредности. Не се занимава со уметност и знае да ме спушти на земја секогаш кога летам или да ме вивне во облаците секогаш кога паѓам со духот. Тој е мојата дефиниција за љубов.

И за крај, што сака Маја, а што не сака?
Се ужаснувам од: простотија, егоизам, лицемерие, дволичност, мрза, некреативност, клонови, емотивни инвалиди, едноумие, двоумие, озборување, себезалажување, лаги - црни и бели, лажни авторитети, партиски медиокритети, корумпирани медиуми, зашеќерени вистини, лажни пријатели, митинзи, испрани мозоци, луѓе без став и мислење, уништување туѓи животи, имање погрешни идоли, вљубување во новчаници наместо во луѓе, тв сапуници, ефтини квизови, љубопитни познаници, намерни душовадници...
Сакам: чист воздух, крилја да летам, да заминам и да не се вратам назад, да направам нешто за прв пат, сама да ја креирам својата иднина, да патувам многу, да спијам мирно, да не бидам лош човек, да имам идол, да бидам она што сум, она во што верувам, она за кое творам и да не бидам замолчувана, цензурирана, деградирана, опструирана, демотивирана. Сакам да живеам со полни гради. Сакам да живеам!

Да можев да ти верувам !

Да можев да ги имам твоите очи,
барем еднаш,
барем 5 минути,
доволно ќе беше,
па макар и уште десет животи
да поминев без тебе... како казна...
барем ќе знаев...
барем еднаш ќе поверував...
додека го гледам во огледало својот лик
со твоите очи,
дека навистина ме сакаш повеќе,
отколку што јас можам да ти верувам!

Глумицата

Наталија Спасова и Јанка Стефанова

Креативноста лежи во секој од нас, само треба да ја разбудиме

Во денешно време дизајнот е присутен насекаде околу нас, но ретко среќаваме нешта кои нè водушевуваат. За среќа, постојат креативни луѓе кои се посветени на креативни рачни изработки и тоа не било кој, туку од македонски студенти. И покрај тоа што студираат сосема други области, не им преставува проблем да го изразат својот креативен дух. Ви претставуваме дел од овие креативни студенти, кои со сигурност ги има многу, подолу уживајте во нивните креации.

Лична карта
Име: Деспина Пановска
Од: Штип
Возраст: 21 година
Студира: Применета економија и дипломатија
Се занимава со:
Рачна изработка на накит

Што те мотивираше да започнеш да се занимаваш со рачна изработка и каде наоѓаш инспирација?
Кога запонав да изработувам накит, пред сè бев мотивирана од една моја блиска личност, а потоа инспирацијата ја наоѓав во моите модни трендови кои секојдневно кружат околу нас, на интернет страниците и на телевизија.

Од каков материјал се твоите изработки на накит?
За моите изработки користам ткаенина, различни монистра, а некои од модните додатоци ги изработувам од метални патенти.

Зошто токму вакво хоби и колку време се бавиш со ова?
Со изработка на накит почнав да се занимавам пред околку две години. Уште од мали нозе ме интересирале изработки на такви модни додатоци, а сега се занимавам со тоа бидејќи ме исполнува и ми го прави интересен поголемиот дел од денот.

Што ќе им препорачаш на читателите на „Студенско ехо“?
Сакам да им порачам да го работат тоа што го сакаат и што ги исполнува. Пред сè, да бидат креативни бидејќи креативноста лежи во секој од нас, само треба да ја разбудиме.

Лична карта
Име: Стефанија Колевска
Од: Скопје
Возраст: 20 години
Студира: Право
Се занимава со: Рачна изработка на накит во Ladies Accessories House handmade

Од каде ја црпиш инспирацијата за изработката на накитот?
Инспирацијата е можеби најважното нешто покрај желбата во оваа работа и неа ја наоѓам насекаде околу мене. Во овој момент инпирација ми е есенското време и сите негови прекрасни пастелни нијанси, комбинација на некоја облека која може да ме инспирира, парчињата кои се секогаш класика и моден погодок - бисерите, а во наредниот новогодишен период повеќе црната и светкавата сива боја. Секако го следам сè она што е ново и тренди.

Зошто изборот правен факултет, а не моден дизајн или нешто поврзано со модата ?
Одлуката за студирање на Правниот факултет ми следеше како продолжување на средното образование кое го завршив во економско-правно училиште. Имав желба да се надградувам во таа насока и сега веќе сум при крај на додипломските студии. Креативноста и инспирацијата за изработка на накит се појавија малку подоцна.

Пред колку време почна да се занимаваш со изработка на накит ?
Пресуден беше случајот со потрага по накитот за мојата матура кој имав замисла да биде доста уникатен. Во целата таа еуфорија на припремање за матурската вечер најмногу време поминав барајќи накит и сфатив дека рачната изработка беше вистинското решение. Има толку многу идеи и можности поради што не треба да отстапувате од вашата замисла и желба. Инаку, активно со изработката почнав пред околу две години, но на почетокот тоа беа изработки за моите најблиски и пријателите, а подоцна беше задоволство да се изработи нешто и за другите.

Како го организираш времето покрај обврските на факултет и креативната работа?
Откако почнав со изработките, сето тоа ми причинува големо задоволство, така што времето не ми претставува некаков проблем. Сепак, се трудам максимално да го искористам и да го усогласам времето за изработка со сите други обврски.

Како се замислуваш за неколку години?
На многу долг период не би можела да претпоставам, но во блиска иднина приоритет ми е да дипломирам и да се запишам на магистерски студии. И секако, постојано и постојано да се надградувам во изработката на накит, па се надевам дека ќе имам можност за изразување на мојата креативност и на некое друго поле.

Санела Ѓорѓиева

Бидете женствени и романтични

Колекциите на познатите дизајнери се полни со женственост, традиционалност, но и со класика и елеганција. Облачните и дожделиви есен и зима ќе ги ублажат преубавите нијанси на розева кои се резервирани за капути и кратки јакни, а беж бојата само ќе го потполни целокупниот изглед. Исто така „must have“ се и високите кожени чизми кои се над колената и сите нијанси на зелена.

Светли бои

Белата боја секоја година е добредојдена, па така и оваа година нема да биде исклучена.Оваа боја се комбинира со секоја друга па така едноставно мора да ја имате.

Розеви капути

Иако дизајнерите користат јаки бои за фустани и панталони,горниот дел е малку со понежни бои.Капутите кои изгледаат толку слатко ве водат во светот на романтиката.

Нијанси на зелено

Од смарагдна до нежно зелена,комбинирајте ги сите нијанси на зелена во споредба со вашата боја на кожа,боја на коса, а особено комбинирајте ги со својот стил.

#мода и #убави #нешта

Ана Стоилова

МОДНА ПОЛИЦИЈА

Колку улиците на градот Штип се обоени со најразлични стилови и колку младите ги следат модните трендови? Решивме да провериме и преку фотографии да ви ги пренесеме штипските трендови. Низ овој студентски град често наидуваме на спој од различни стилови кои со себе носат свои особености. Од наједноставни лежерни варијанти па се до врвни модни комбинации. Кожени јакни, џинс, добро искомбиниран шал, модни парчиња кои најчесто се носени од двата пола.

На терен „вооружени" со фотоапарат и позтивна енергија уловивме дел од секојдневниот стил во нашиот град. Есента и зимата се одличен период за експериментирање со модни додатоци кои изобилуваат со боите на овие годишни времиња. Легендарната дизајнерка Коко Шанел рекла „Модата избледува, само стилот останува ист". Затоа треба да бидеме свои и сами да го креираме сопственот стил. Вашиот моден стил, начинот на кој се облекувате и живеете честопати го изразува вашиот карактер. Што носат младите штипјанки дознавме преку нашата „модна полицијa".Во прилог погледнете ги фотографиите од уличната мода во Штип.

Христијан Митев

Милена Антовска: „Слушајте го своето срце и размислувајте со своја глава“

Млада, шармантна и секогаш насмеана е младата водителка Милена Антовска, со која ни започнува секој работен ден. За себе вели дека љубовта кон новинарството се појавила во средношколските денови, а работата во медиумите, постојаниот контакт со луѓе од различни профили, информации и динамичната работа е она што ја исполнува.

Како и поминува еден работен ден на Милена?
Поминува многу бавно, затоа што станувам многу рано, во 5:30 наутро веќе сум будна и почнувам со подготовки за на работа. Наутро секогаш пијам сок од цедено овошје и зеленчук за да ги внесам сите потребни хранливи материи кои ќе ме одражат свежа во текот на денот. Емисијата започнува во 7 часот, а завршува во 10. Потоа ја подготвувам емисијата за наредниот ден и во 12 или 13 часот веќе го напуштам работното место. Одвојувам време за одмор, а потоа ги завршувам сите обврски кои се предвидени за тој ден. Во вечерните часови или излегувам да се видам со пријателите или сум дома со книга или пак нешто работам на компјутер. Си легнувам прилично рано, во 23 часот веќе сум во кревет.

Дали понекош ви здосадува, од тоа што морате да се претворите во уво и да ги слушате проблемите на граѓаните?
Па не ми здосадува, но некогаш чуствувам како некои луѓе да не се благодарни и да не знаат да ценат што правиме за нив. Ние не сме семоќни, во рамките на нашите можности правиме буквално сè. Сепак за поздрав и почит се оние наши гледачи кои секогаш нè разбираат како што ние нив ги разбираме и имаме целосна подршка.

Дали покрај водителството има нешто друго што ве исполнува?
Па има многу нешта кои ме исполнуваат, но водителството моментално е она со што се занимавам професионално и од што заработувам. Инаку, ако мислите на тоа што ме прави среќна и што извлекува насмевка на моето лице, би издвоила неколку работи, а тоа се семејството, најблиските пријатели, љубовта и душевниот мир.

Што ќе им препорачате на студентите во Македонија, дали вреди својот сон да го живеат во нашата земја?
Би им препорачала секогаш да го следат своето срце и да размислуваат со своја глава. Да го следат својот сон и да имаат јасни и конкретни цели во животот. Амбицијата е многу важна сите нека се обидат во нашата земја да ја пронајдат среќата и да заработат за егзистенција. Не ги осудувам оние кои заминуваат надвор од Македонија, но не ги оправдувам ни оние кои лесно се предаваат и заминуваат без да се обидат да сторат нешто за себе и својата кариера тука кај нас. Секогаш гледајте на светлата страна на животот. Не правете го она што несакате да ви го прават на вас, и верувам дека се се случува со причина.

Слободното време гледам колку што можам да го искористам продуктивно. Не сакам да ми поминува безполезно иако има и такви моменти кога не ми се прави ништо и буквално го преспивам цел ден. Пред се посветувам внимание на моето семејство бидејќи без нив многу тешко ќе го постигнев она што досега сум го постигнала.

Ана Максимова и Ангелчо Захаријев

46% од студентите секој ден гледаат сапунски серии

Студентите на правниот факултет при Универзитетот „Гоце Делчев” од Штип спроведоа анкета на тема „Влијанието на сериите врз младите‟ во рамките на активностите по предметот Социологија на правото. Анкетниот прашалник за анкетата беше подготвен од проф. Страшко Стојановски и истиот се состоеше од дванаесет прашања. Анкетата е спроведена на студенти од студиските групи во Струмица и Штип, како и на ученици во средните училишта во Струмица. Истражувањето се одвиваше предходниот семестар и во истото се опфатени околу триста испитаници. Прашањата се од типот на какви серии гледаат младите, преку каков медиум, колку често, со кого ги гледаат сериите, со кого разговараат за нив и слично.
На прашањето каков медиум користат испитаниците за гледање на сериите, одговорот е и повеќе од очекуван, најголем процент зема интернетот. На тоа колку често гледаат серии, анкетираните одговориле дека гледаат два-три пати неделно, односно кога имаат слободно време, а нешто помалку одговориле дека гледаат серии секојдневно. На прашање по колку различни серии се следат, одговорот бил една до две, од кои една следат најмногу средношколците, а студените гледаат по две серии. Американски, турски, шпански, индиски и други, се понудените одговори на тоа какви серии се гледаат. Американските и турските се со најголем процент, но разликата помеѓу нив е многу мала. Помеѓу младите најмногу се гледаат американските, но само кај машката популација, додека девојчињата повеќе ги следат турските серии. Високи осумдесет проценти одговориле дека ги следат сериите навечер, што е очекувано бидејќи сериите обично се емитуваат во текот на вечерните часови. Комедиите се омилен жанр на испитаниците, а доста добар процент земаат криминалистичките, тинејџерските како и романтичните филмови. Над педесет проценти од младите најмногу ги гледаат сериите сами, а нешто помалку со семејството и со друштвото. Најмногу коментари околу сериите и нивната содржина се споделуваат со друштвото како и во кругот на семејството. На прашање дали испитаниците ги доживуваат сериите емотивно, интересен е податокот дека одговорите на машките и женските испитанци се многу блиски едни до други. Но, според резултатите студентките се тие што најемотивно ги доживуваат сериите. Како најгледана серија помеѓу младите со речиси една третина од одговорите е турската „Аси‟, со нешто помалку од дваесет проценти е американската серија „Озборувачка‟, потоа следува „Вампирски дневници‟, па „Златни рани‟ и другите останати серии. Серијата „Аси‟ освен што е најгледана и кај студентите и кај средношколците од двете популации, од неа доаѓа и омилениот лик на вкупно сите испитаници. Тоа е Демир, со нешто повеќе од триесет проценти, а потоа следува Аси од истоимената серија. Но, доколку ги издвоиме како групи, на машки и женски, кај машката популација омилен лик е Полат Алемдар, а кај девојките сепак останува Демир. Интересно е што околу триесет проценти од анкетираните немаат омилен лик од понудените.
Во спроведувањето на анкетата, под менторство на проф. Стојановски учествувале студентите Ева Митковска, Елица Божиновка, Зорица Милошевска, Маргарита Велкова, Мирјана Панчурова, Ратка Велкова и Цветанка Захова кои заедно ги сумирале резултатите и заклучоците од истата.

Сеќавања од студентските денови со Николчо Јанков – Коки

Стојанче Јакимовски

„Од мал знаев дека музиката и виолината се мојот живот“

Дали Коки беше добар студент?
Првата и втората година од моите студенски денови беа години каде Николчо Јанков - Коки беше редовен и примерен студент. Бев редовен на предавања, вежбав по неколку часови со виолината, многу често се случуваше да останеме до касно навечер и да вежбаме на академија. По втората година, направив пауза, бидејќи начинот на живот кој почнав да го живеам во тој период не дозволуваше и не можеше паралелно да се работи до доцна навечер и истовремено да се биде редовен студент. Паузирав пет години, потоа се вратив на студии и завршив и другите две години. Дипломирав во класата кај проф. Олек Кондраденко за подоцна да магистрирам кај проф. Сихана Бадивуку. А, сите овие години посетував часови кај проф. Рамадан Еминовиќ, еден од најголмите познавачи на старите инструменти како виолини, виолончела, виоли…

Дали сметаш најлудите зометни се миговите поминати како студент?
Мислам дека е индивудуално, јас многу убави моменти поминав и во средното училиште и како студент, голем дел од колегите со кои што студиравме сега сме колеги на работа. Убаво е кога човек од денешна преспектива ќе се наврати на сите тие случувања од студенските денови.

Дали повеќе те влечеа студенските клупи или студенските забави?
Во суштина јас и Дуле се пробивавме на студенските забави. Една од првите наши настапи во Скопје беа токму студентските журки, организирани од студентите. Па навечер свиревме, а преку ден некако балансиравме.

Теорија или пракса, што е поважно според тебе?
Нормално дека тие работи одат заедно. Кај нас во музиката теоријата се учи од прво одделение и тоа е добро затоа што ако на самиот почеток ги сфатиш и расчистиш тие работи проблеми ќе немаш никогаш, а праксата за мене е само работа, работа и работа.

Како денес се снаоѓаш во улогата на професор?
Педагогијата е професија во која се пронаоѓам и мислам дека искуството работи на друг начин во мене и имам доста да им покажам и дадам на учениците. Се снаоѓам одлично и уживам.

Омилена музика?
Моментално немам време да слушам музика, но многу често кога ќе станам од спиење пуштам YouTube и слушам од етно, поп до сериозна класична музика. Во секој тип или жанр на музика барам да ги осознаам емоциите, пораката, причината – зошто, кога, како и за кога е напишана таа музика. Многу е битно човек кога слуша музика да знае, да е свесен да ја чувствува, дали таа музика го допира и како ја чуствува.

Омилена книга?
Има една книга што во одреден период во мојот живот ми влијаеше за да осознаам и сфатам некои работи во срцето. Се вика „Мир со Бог“ од Били Грејм.

Омилена дестинација?
Виена.

Како го користиш твоето слободно време и во што најмногу уживаш?
Слободното време го користам да се одморам, да бидам со семејството и сите заедно да прошетаме на планина или некое туристичко место, да се одмориме од секојдневието, во разговор со пријатели и некои други ситни лични задоволства.

Што планираш за во иднина на музички, а што на приватен план?
Јас и мојот бенд на музички план веќе функционираме многу добро се викаме „Тајфата“, наскоро бендот официјално ќе биде испромовиран медиумски, стилот на музиката, членовите на бендот и плановите. На приватен план се си тече нормално.

Кое е твоето мото во животот?
Биди храбар и чесен!

#моменти за #опуштање

Препораки за здрав живот

Каролина Михајловска

Гимнастика за телесна и духовна благосостојба

Нездрав и турбулентен начин на живот - синдром кој го совлада современото општеството. Одбивност кон активирање на спортскиот дух во нас, препуштајќи се на задоволството од уживање во пасивноста и животот воден на социјалните мрежи. Ретко пројавуваме афинитет кон одреден спорт, меѓутоа, крајно време е да се акцентира виталната потреба од физичка активност на секоја индивидуа. Притоа, да се создаде соодветна визија дека секој може да направи исчекор од точката на пасивност и да одвои време за негување на телесна и духовна благосостојба што ќе ни користи во понатамошниот живот.
Да се допре до осознавање на вредностите од правилниот начин на живеење уште од самиот детски развој и оформување, значи навремено да се согледа одговорноста за сериозно елиминирање на можните деформации и проблеми, кои во текот на животот ќе создадат дополнителни проблеми. Станува збор за физичка мобилност, правилно држење на телото, форма на мускулите, кондициона подготвеност, оформување на карактерот, самодоверба, поголема концентрација, одговорност и создавање здрави животни навики – сето тоа создава сообразност и се основните темели во гимнастиката.
Основа на сите спортови е гимнастиката – вистински благодет за телесниот, но и ментален развој кај секоја индивидуа. Зошто е важна гимнастиката за младите и кои се придобивките од вежбањето гимнастика, тет-а-тет разговаравме со професионалниот тренер Методи Петров, професор по физичко воспитување и сопственик на центарот за корективна гимнастика од Штип „Партизан 2012“.

20 години работа со деца значи во потполност да се вклучи црвено светло за алармирање на родителите од огромната важност за нешто што може навремено да се спречи. Како Вие ја дефинирате гимнастиката од аспект на она што преку неа се постигнува според Вашето долгогодишно работно искуство?
Гимнастика е спорт во кој телото пркоси на гравитацијата ,носење на тежината на своето тело . Силата, флексибилноста, еластичноста и координацијата на телесните движења ги претставуваат основите на овој спорт. Вежбата стимулира мускулите да се движат низ целиот можен опсег на движење и флексибилност, која во голема мера поттикнува подобра циркулација и го активира целото тело. Гимнастичките вежби освен на телото, позитивно влијаат и на активноста на мозокот, ја подобруваат концентрацијата и ги зголемуваат менталните перформанси. Корективната гимнастика, кон која сум целосно професионално посветен, како што сугерира името, вклучува збир на физички вежби дозирани според интензитетот, видот и траењето да се применат превентивно, кога деформитетот сè уште не се појавил или како терапија, кога деформитетот е создаден, со цел да се спречи понатамошна штета.

Статистичките податоци јасно укажуваат дека родителите го игнорираат проблемот и немаат навика да ги носат децата на контролен предмет на ‘рбетот. Која период од развојот на младите е најкритичен за овозможување правилен развој на мускулно-скелетниот систем и елиминирање на можните деформитети?
Деформитети на ‘рбетниот столб најчесто се јавуваат кај децата во основно и средно училиште. Мускулно-скелетниот систем на децата, под влијание на внатрешни и надворешни фактори, е предмет на деформација. Наследни фактори, лошите движења, премногу тешки училишни чанти, недоволна физичка активност, продолжено седење и многу други се причини за појава на најчестите проблеми како кифоза, сколиоза и лордоза.
Првиот критичен период за развој на ‘рбетниот деформитет е периодот кога детето одползење прави потези за исправање, присилно прави промена на позицијата од седечка во стоечка и обратно. Уште еден критичен период е училишната возраст, кога се влегува во една фаза на пасивност, седење во училиштните клупи, каде што седењето мирно 45 минути претставува голем напор за децата во развој. Третиот критичен период е времето на пубертетот кога брзиот развој на коските, не е придружен со соодветна мускулна сила и доведува до нестабилност на мускуло-скелетниот систем. Емоционален стрес, нездрава храна и физичка неактивност, се главните причини за несоодветниот развој на мускулно-скелетниот систем.

Потребата од физичка активнст кај младите е повеќе од очигледна, но современото живеење предизвикува физичка пасивност кај луѓето. Како Вие како професионален тренер по гимнастика гледате на овој проблем и како би ги истакнале благодетите на гимнастичките вежби? Објаснете ни ги придобивките на вежбањето уште од најрана возраст и континуираното практикување на истите во текот на животот.
Крајно време е да се реагира и да се укаже на последиците од недоволната физичка активност на човекот, независно од возраста. Специфичните програми за физичко вежбање се можност да се надомести недоволната активност, во услови на современо живеење кое иницира голема неподвижност на луѓето. Денес, поради зголемениот степен на неподвижност, сериозно се намалени и загрозени основните моторички способности, пред се брзината, силата и издржливоста. Во современите услови живеење, каде се повеќе се фаворизира умот, човекот се повеќе чувствува психички замор, отколку физички. Психичкиот замор на работното место и во училиштето, субјективно го заморува човекот и детето физички, така што по работните и училишни обврски, човекот најчесто се одмора пасивно гледајќи телевизија, работејќи на компјутер, читајќи книга, слушајќи музика и тоа најчесто седејќи или лежејќи на кревет. Според тоа, можеме да дојдеме до заклучок дека во современите услови на живеење, немаме доволно физичка активност и дека сите телесни активности се сведени на минимум. Кинезиолозите и стручните лица од областа на спортот особено го нагласуваат заклучокот дека човекот на денешницата не може во потполност да функционира без одредени телесни активности. Затоа е потребно да се посвети внимание и да се води грижа за телесните вежби. Физичката активност треба на секого да му стане навика и да се вброи во секојдневниот режим на животот на современиот човек, независно од возраста, со цел да се овозможи рамномерен и стабилен психофизички развој.

Бисера Срцева и Маринела Серафимова

Идните археолози и историчари ја истражуваат „Баргала“

Археологијата е доста комплексна наука која постојано трпи. Велиме трпи, не само поради тоа што во поголем дел од случаите треба да го докаже сето она што го тврди историјата, туку и поради тоа што за да дојде до тие докази е потребен долг период на макотрпна работа во различни услови, со анализа на материјалната и духовната култура и нивно публикување и презентирање на домашна и меѓународна сцена. И повеќе од очигледно е дека идните археолози мораат, народски кажано, да се „исчеличат“ уште во текот на студиите, преку учество во археолошки истражувања и практична настава, која е веќе во тек за студентите од историја и археологија.

Во подножјето на планината Плачковица, на десниот брег на Козјачка река е лоциран доцноантичкиот и ранохристијанскиот град Баргала. Името на градот за првпат се среќава на еден пронајден натпис датиран од 371 година, откриен во местото Ханче во атарот на с. Карбинци и овој натпис денес е дел од постојаната археолошка поставка во НУ Завод и Музеј Штип. Со досегашните археолошки истражувања, откриени се североисточниот и северозападниот одбранбен ѕид со порта (Porta principalis), целиот комплекс на Епископиумот со Епископска базилика, Епископска резиденција, голема и мала бања, цистерна за вода и плоштад пред базиликата, како и многу други профани и сакрални архитектонски објекти. Градот егзистирал во периодот од IV до VI век, достигнувајќи го својот процут во времето на големиот византиски император Јустинијан I. Декаденцијата на градот полека ќе започне со наездата на Словените и Аварите во преминот од VI кон VII век н.е. Археолошките истражувања се започнати од 1966 година, а истите со паузи, се одвиваат и до ден денес, од страна на стручни, археолошки екипи од НУ Завод и Музеј Штип. Во овие педесетина години, свој придонес во истражувањата на локалитетот дале афирмирани имиња од македонската археологија. Меѓу нив е и доц. д-р Трајче Нацев, професор на Институтот за историја и археологија при Универзитетот „Гоце Делчев“ Штип, кој има издадено и монографија со наслов „Доцноантичкиот град Баргала“.

Покрај тоа што локалитетот немо сведочи за еден одминат период на процут на доцноантичката цивилизација од овие простори, тој фигурира и како есенцијален дел од студиите по археологија на студентите од Универзитетот „Гоце Делчев“. Имено, веќе во неколку наврати е реализирана практична настава на локалитетот, на која присуствуваа студентите од Инситутот за историја и археологија на универзитетот.

Во последните одржани практични часови на локалитетот Баргала, учество земаа студенти од прва година од студиската група по археологија и студенти од втора година од студиската група по историја со археологија, под менторство на професорите доц. д-р Трајче Нацев и м-р Дарко Стојановски. Студентите таму поминуваат два до три часа и со помош од професорите воочуваат и анализираат елементи од доцноантичката, материјална култура и ги применуваат своите знаења стекнати во предавалните. Ваквата настава исто така придонесува и за создавање на една визуелна слика кај студентите, која треба да е неизбежна особено кај студентите по археологија, поради тоа што половина од нивната професија се состои од работа на терен и препознавање и толкување на артефактите.

Марија Божинова

Бисерот на Осоговските Планини - Пониква

Во срцето на Осоговските планини се наоѓа туристички центар и викенд населба Пониква. На надморска височина од 1560 метри во предел со густа букова шума, Пониква зазема особено важно место во развојот на туризмот на Осоговијата и регионот. Повеќе информации за Пониква и сместувачките објекти ќе пронајдете на интернет страницата www.ponikva.mk

Доколку сè уште ја немате избрано вашата зимска дестинација, ние ви предлагаме каде би можеле да го поминете зимскиот расупст и да се одморите, да се релаксирате за време на викендите или да ја прославите Новата година во автентична зимска идила. За миг заборавете на секојдневните грижи и уживајте во зимската убавица Поникава. До таму се стигнува по асфалтен пат со две ленти кој и во зима е исчистен и прооден. Поникава се наоѓа 20 километри северно од Кочани. Природните убавини со кои располага туристичкиот центар, еколошки чистиот амбиент и поволната клима се одлични услови кои се привлечни за туристите и идеален мотив да се посети овој зимски рекреативен центар.

Урбаниот простор опфаќа два ски-лифта, од кои едната стаза е наменета за почетници, а втората стазата е за понапредни скијачи, потоа викенд куќи, автокампови, терени за спорт и рекреација, одморалишта, угостителски и сместувачки објекти, сервис и услуги за скијачка опрема. Снежните предели, скијачките патеки и патеките за прошетки им овозможуваат на туристите да уживаат во зимата, да скијаат и санкаат, да се забавуваат или да го пронајдат својот мир во недопрените предели на Осоговските планини.

Поникава располага со повеќе сместувачки капацитети. Еден од нив е мотелот „Изгрев“ од каде што погледот досега дури до гребените на Пирин планина. Од „Изгрев“ водат безброј патеки за шетање при што може да се истражуваат богатата флора и фауна на регионот. Во самиот центар на Поникава се наоѓаат и новоотворените мотел-ресторани „Осоговски конак“ и „Осоговски бисер“ кои се сместени во реновирани и адаптирани простории од поранешна воена касарна. На надморска височина од 1505 метри повеќе од 10 години фунционира и мотелот „Мице“ во чиј ресторан се служи традиционална македонска храна. Вилата „Осоговска куќа“ се наоѓа на само 200 метри од главниот пат кој води кон Поникава и има капацитет да прими околу 10 особи, идеална за престој на помали друштва во автентична планиска куќа. На Поникава се наоѓа и „Одморалиштето на МВР“ кое освен за вработените во МВР е отворено за сите граѓани. Располага со спортски терени, пинг-понг и шаховска сала. Објектот има 80 легла, сала за семинари и ВИП сала и претставува одлично место за вашите бизнис патувања или конференции.

Како посебна туристичка атракција за љубителите на ловот во непосредна близина се наоѓа и резерват за дивеч. Комерцијалното ловиште-резерват им нуди на посетителите можност за лов на повеќе видови диви животни. За љубителите на планинарењето околината изобилува и со пешачки патеки, а на околу 16 километри од Поникава се наоѓа и планинскиот врв „Царев врв“ на 2076 метри над морското ниво. Од неодамна на скијачките патеки на Поникава, беа доенсени и монтирани топови за вештачки снег кои за време на скијачката сезона ќе обезбедат загарантирано скијачко задоволство.

Зошто да ја посетите Поникава?

- за да доживеете несекојдневен зимски одмор, незаборавни доживувања со вашите најблиски
- да го доловите духот на Осоговијата, да заборавите се зад вас и да уживате во тоа што го гледате пред вас
- да ги почувствувате сите благодети на снегот и планината

Јанка Стефанова и Наталија Спасова

Модерен град со долга традиција

Градот Радовиш своето име го поврзува со средновековната кнегиња Рада која живеела во тврдината на градот и чиј што урнатини сè уште постојат. На територијата на овој град уште од праисторијата се наоѓаат траги на материјалната култура. Сега е современо и модерно преуреден и покрај култруните, традиционалните и верските градби сè повеќе има и модерни

Црквата „Света Троица" во Радовиш - прекрасна глетка која ве остава без зборови

Ова е ремек дело, во кое е изразен христијанскиот дух и вредноста на религијата, украсено со скапоцено злато кое го претставува православието во најсовремена, најмодерна и најубава приказна. Топла препорака за сите верниците да ја посетат црквата и да ги почувствуваат убавините на христијанската религија.

Црквата „Света Троица" во Радовиш се наоѓа на булеварот „Александар Македонски". Христијанскиот храм е осветен во 2003 година, собира 600 верници и е еден од најубавите, најсовремените и најбогатите храмови на Балканот и пошироко. Камен темелникот на црквата е поставен на 29 април 1997 година, а шест години подоцна е осветена од Архиепископот Охридски и Македонски г.г. Стефан со сите архиереи на Македонската Православна Црква-Охридска Архиепископија. Изградбата на црквата е спонзорирана од познатиот бизнисмен од Радовиш, Ристо Гуштеров и е вредна неколку милиони евра. Внатрешното сликање, мозаикот и резбањето траеше пет години и го вршеа врвни мајстори од Македонија, Карпатите и Украина. Иконите на иконостасот се од Кал`чев од Гевгелија а фрескоживописот е дело на светскопознатите мајстори од Украина Димитри Нагурни, Владимир Недајбоч, Виктор Блинов, Јура Левченко, Владимир Цах, Владимир Бохвун, Лариса Мишченко и Ѓеорги Журавски. Резбата е на тајфата на Владимир Галич од Украина. Црквата односно елементите се изработени од 24 каратно злато, висока е 21 метар и го одразува стилот на класичното и модерното сликарство. Сите внатрешни sидови, столбови, сводови и куполи се насликани со фрескопис согласно православните канони. Со еден краток опис тоа е неверојатно дело кое никој нема да го остави рамнодушен, го доловува духовниот мир и спокој и ја исполнува нашата глетка со воодушевеност.

Радовиш исто така можете да го препознаете и по прекрасниот манастир „Свети Ѓорѓија" кој се наоѓа на два километри северно од радовишкото село Ораовица и познат и под името Ораовички манастир. Овде поради богатството со шума и многу вода луѓето доаѓаат на излети и рекреација, но манастирот сè повеќе станува интересен и привлечен како верски храм. Покрај тоа, овој манастир го слави празникот Ѓурѓовден и на овој ден луѓето се собираат, го прославуваат празникот според верските обичаи, има традиционални играорни групи од цела Македонија и пошироко од Балканот. Манастирот минатата година беше обновен од заменик-менаџерот на рудникот „Бучим" Николајчо Николов, кој помогна ова свето место да биде преуредено. Сега манастирскиот комплекс изгледа подобро од кога и да е и претставува вистински место за релаксација и духовно одмор.

Хотелот „Бел Камен" е најновата атракција во градот Радовиш. Карактеристичен е поради неговата локација на планината Плачковица која што луѓето многу воодушевено ја прифатија. Покрај одлична услуга, гостите воедно уживаат во убавините од планината. Освен хотелот, на Плачковица има доста семејни викендици, бидејќи е погодно место за релаксација и добро поминат викенд.

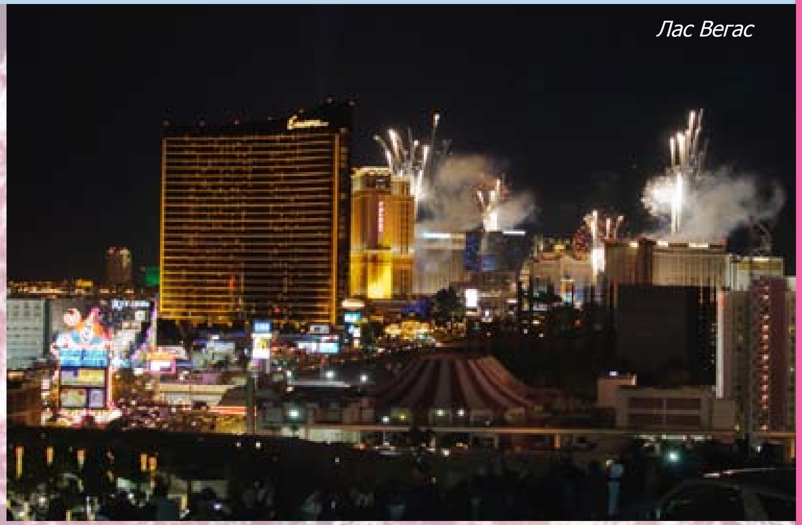
Хотелот Бел Камен се наоѓа во месноста Козбунар на 1470 метри надморска височина. Името „Бел Камен" е добиено по името на третиот највисок врв на Плачковица кој го има истото име. Хотелот е изграден пред 4 месеци и беше отворен на 27 јули 2013. Идејата е на сопственикот потекнала од желба да се изгради нешто во градот што ќе остане за неколку генерации. Карактеристично за „Бел Камен" е што овде можете да уживате во чиста природа, пријатен амбиент и здрава и квалитетна храна. На посетителите, хотелот им нуди пријатно доживување, односно пакет на усуги и има за секого по нешто. Целта на врвните услуги е по престојот, посетителите да бидат одморени и полни со енергија. Сите оние кои досега не го посетиле, им препорачуваме да пронајдат слободно време и да го посетат хотелот. А после престојот ќе имаат друго мислење за Плачковица и овој дел од Македонија.

Милена Ѓошевска

Каде за Нова година?

Никој не останува рамнодушен на „треската" наречена Нова година. За некои луѓе оваа ноќ од годината претставува можност да ја почувствуваат топлата семејна атмосфера, за некои пак таа е можност да ги „освојат" подиумите на дискотеките, да свртат по некое оро во кафеаните или пак да отпатуваат на некоја примамлива дестинација. Ги одбројуваме деновите до доаѓањето на Новата година, па се погриживме да ви понудиме неколку предлози и совети за организирање на новогодишната ноќ. Не грижете се, има предлози за сечиј вкус.

За оние со длабок џеб кои сакаат да доживеат единствен премин од старата во новата година и да отпатуваат на некоја егзотична дестинација, но не знаат каде, топло им препорачуваме некоја од следниве 3 топ дестинации.



Лас Вегас

Лас Вегас

На прво место е Лас Вегас, градот кој никогаш не спие. Благодарение на квалитетните журки, секоја журка го има шмекот како да ви е прва. Ако се одлучите на ова место да ја поминете најлудата ноќ во годината тогаш воопшто не се сомневам како ќе си поминете, со сигурност лудо и незаборавно, бидејќи во Вегас тешко дека ќе си поминете лошо.

Париз

Париз

Ако сте вљубени, а Новата година сакате да ја поминете романтично, тогаш Париз е идеалниот избор за вас. Градот на светлината, модата, љубовта и виното никого не остава рамнодушен.

Хавај

За сите љубители на морето, песокот и плажата кои не можат да го дочекаат летото за да се изнауживаат на сонцето им препрачуваме да заминат на Хаваите и таму да ја поминат новогодишната ноќ на отворено, а може и да се вклучат во традиционалното новогодишно сурфање.

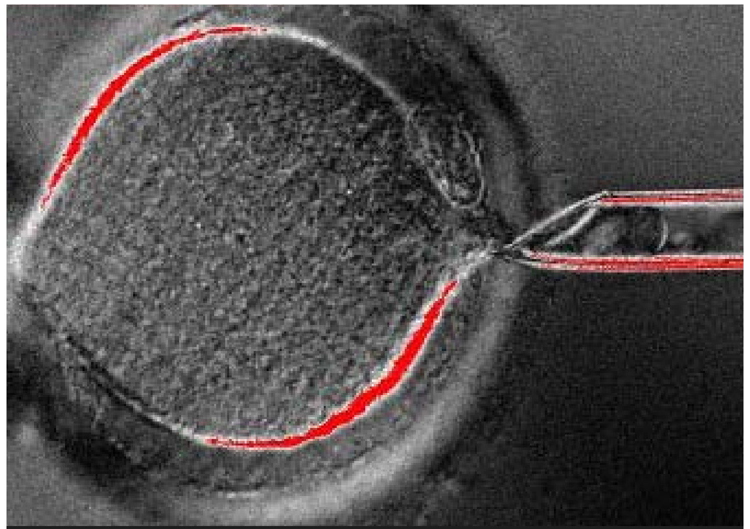
Доколку не можете да си дозволите да заминете на некоја од предложените дестинации не очајувајте, тоа не значи дека нема да уживате во новогодишната ноќ. „Менијата" на дискотеките и кафеаните се преполни со одлични понуди за незаборавна ноќ. А, ако ни ова не е вашиот избор, ако Новата Година не сакате да ја поминете во некое кафуле или дискотека со прегласна музика, иструрени пијачки и гужва, тогаш следно на листата е дочек на новогодишната ноќ во домашна атмосфера. Еве ви неколку примери како прославата дома да ја направите забавна и возбудлива.

- Изберете добра музика, музиката ја прави забавата.
- Пригответе ја вашата омилена храна и притоа одберете го оној алкохол кој најдобро одговара на вашето мени и опуштете се. Чаша добро вино секогаш е одличен избор.
- Не заборавајте да се фотографирате. За оние кои ќе претераат со алхохолот фотографиите ќе ги потсетат за тоа како ја минале новогодишната ноќ.
- Последното, но и најважно е со кого ќе ја поминете оваа ноќ. Изборот останува на вас дали оваа ноќ ќе ја поминете со пријателите, семејството, роднините или партнерот.

Имате доволно време за да испланирате како ќе го поминете дочекот, но не заборавајте без разлика каде ќе ја дочекате Новата Година најважно е добро да се забавувате и да го направите дочекот незаборавен. Се надеваме дека со нашите предлози ќе ви помогнат во тоа. Весел дочек на Новата година!

Јанка Стефанова и Наталија Спасова

2013 година за која претходно многу се зборуваше и шпекулираше. Ја преживеавме и неа, ги поминавме сите предвидувања, а кои настани навистина се случија и се врежаа во историјата запамтени како настани



УСПЕШНО КЛОНИРАНИ ЧОВЕЧКИ МАТИЧНИ КЛЕТКИ
Научниците на 15 мај објавија дека конечно успеале да создадат стабилни клонови од ембрионски матични клетки преку инјектирање на ДНК од „возрасни“. Со ова откритие научниците тврдат дека ќе се изнајдат нови начини на генерирање на матични клетки за пациенти со дисфункционални и оштетени ткива или органи. А таквите матични клетки можат да ги регенерираат и заменат оштетените клетки и ткива и да ги ублажат болестите кои напаѓаат милиони луѓе во светот. Оваа вест предизвика голема заинтересираност и надеж кај луѓето која останува запамтена во историјата на 2013 година.

ПРВ МАКЕДОНСКИ ДИЗАЈНЕРСКИ ПАРФЕМ „ACTRESS“ НА ТАЊА КОКЕВ
И конечно една добра вест од Македонија, која ја одбележа 2013 беше промоцијата на првиот дизајнерски парфем од Македонија. Со мирсни ноти од роза, цимет и мандарина во специфична мешавина парфемот создава уникатен сензибилитет. Направен е во престижната фабрика „Parfume world cosmetic“, а во дизајнирањето помогнала и Марија Алисмоска единствена македонка која се занимава со дизајнирање на парфеми и има стручна подготовка од таа област. Заштитно лице на парфемот кој го носи името „ACTRESS“ е актерката Јелена Јованова. Оваа вест ја промовираше Македонија во светот и ја вброи во областа на познатите парфемирани креации.

СМРТОНОСНО КАТАСТРОФАЛЕН ЗЕМЈОТРЕС ВО КИНА
Годинава во Кина на 20 април, земјотрес однесе над 200 животи, а околу 6700 беа повредени. Оваа катастрофа се вбројува во настаните кои докажуваат дека 2013 беше баксузна година за жал. Смртоносниот земјотрес изнесуваше 6,6 степени, предизвика штети речиси на сите домови во реонот Баоксинг каде живеат околу 58.000 лица, а оштетени беа и зградите и многу луѓе останаа на улица.

СИЛНО ТОРНАДО ВО ОКЛАХОМА УНИШТИ МНОГУ ЧОВЕЧКИ ЖИВОТИ
На 21 мај се случи катастрофална штета која го потресе светот, најмалку 91 загинати, а над 230 луѓе беа повредени во силното торнадо кое го погоди јужниот дел на Оклахома, кога цели квартови, куќи и училишта беа срамнети со земја. Меѓу жртвите беа и 20 деца. Брзината на ветровите изнесувала 89 метри во секунда, монструозното торнадо се задржало 40 минути на земјата што е невидено за таков вид на бура. Оваа катастрофа остана врежана во историјата на црната хроника за 2013 година.

Драган Рогожарски

Возбуда, адреналин и пријателства

Паркур претставува брзо преминување на препреки и стигнување од една до друга точка користејќи го само човековото тело. Во практиката, спортистите вметнуваат елементи и од фриранинг (free-running) што е всушност делот со салтата и елегантните движења за целата изведба да изгледа поубаво. Иако, практикантите на паркур тренираат најчесто во групи, за да си помагаат еден со друг, ова е всушност многу индивидуална дисциплина во која секој напредува според своите можности и зависно од интензитетот со кој тренира.

Се што е потребно да се занимавате со овој спорт е голема желба и добри патики. Во Македонија нема соодветни сали за да се тренира овој спорт и оние што се занимаваат со него во поголемиот дел импровизираат. Во Скопје на отворено се одбираат локации како Кале, СЦ Борис Трајковски, Градски парк и секаде кадешто има препреки и ќе се добие дозвола да се тренира.
За првпат во Скопје од први до трети март годинава се одржа „Yu Parkour Jam“ на кој присуствуваа изведувачи од Македонија, Србија, Хрватска, Босна и Бугарија. Во Македонија и порано се одржувале вакви слични настани, каде младите од повеќе градови се собирале заедно да тренираат и да се дружат, меѓутоа ова е првпат кога доаѓаат изведувачи од странство. Брзо потоа беше одржан уште еден Parkour Jam во Велес, а пред тоа и во Битола. Организаторите од Македонија велат дека се радосни што успеале да ги одржат овие собири на национално ниво и се надеваат дека и во иднина ќе продолжат со исто темпо, затоа што тие претставуваат основа и почеток на овој спорт во земјава. Овој спорт не е баш замислен за натпревари и повеќето луѓе го гледаат како уметност, затоа што нема строги правила за тоа како треба да се изведе одреден трик или прекачување и оценувањето е малку покомплицирано. Во секој случај се организираат натпревари како што е Red Bull Art of Motion.

И Штип живее во паркур култура
Лазар Пановски и Драган Миланов се наши сограѓани кои сериозно се занимаваат со овој спорт и се соживуваат со секој нов предизвик. Тие се горди на секој нов постигнат успех и нова средба организирана од паркур заедницата. Ни објаснија за почетоците на нивната паркур кариера, за возбудувањата, дружбата која ја носи паркурот како спорт кој го става дружењето пред сè. Според нив овој спорт не ги дели спортистите на подобри и полоши, не постои ривалство, во овој спорт секој на секому му помага да совлада некоја нова техника. При тоа се стекнуваат нови пријателства и на најголемо задоволство сето тоа е бесплатно, сè што е потребно е желба и малку упорност. Но за да го задржиме вашето внимание за овие млади луѓе и нивниот интересен начин на живот со паркурот ќе одвоиме повеќе место во следното издание на „Студентско ехо“.

Што рекое пријателите кои допатуваа од соседните држави за регионалниот паркур собир во Македонија:
Димитар Димитров – Софија, Бугарија
„Беше многу убаво, имаше многу различни луѓе и сите беа добри, атмосферата беше како на многу голем настан, квалитетите на трасерите беа на многу добро ниво, беше собир кој би посакувал да се повтори каде јас повторно би учествувал. Се чуствував како да сум на некој од собирите кои ние ги организираме во Бугарија, само што овде запознав многу нови луѓе.“
Шево Саша (Збрк) – Загреб, Хрватска
„Првпат сум во Македонија, многу позитивно искуство од страна на луѓето и од градот Скопје, многу пријатно бевме угостени и се беше во најдобар ред. Одзивот на собирот беше доста голем и затоа се надевам дека оставивме барем мал впечаток на луѓето, што би им помогнало понатаму во тренинзите. Многу е важно за оние кои тренираат, да знаат што всушност тренираат, а уште поважно е да знаат како да тренираат. Мислам дека организацијата во МК малку треба да посвети внимание и на понежниот пол и да им се помогне околу влегувањето во светот на паркур спортувањето, затоа што овој спорт е благонаклонет за сите без разлика на пол и возраст.“

Нови страници на македонската ракометна историја

Ангелчо Захаријев и Јане Мамучевски

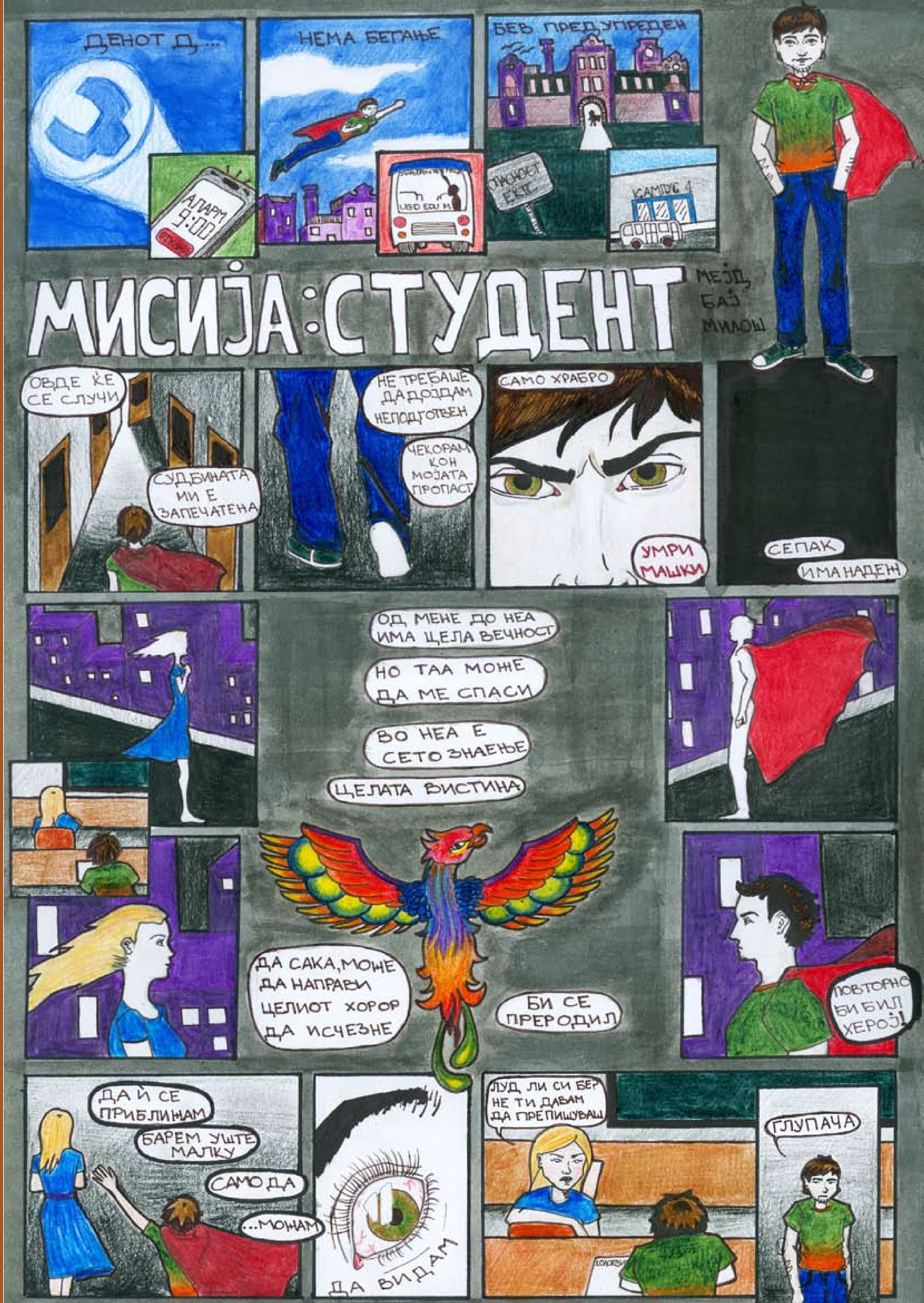
ПОДЕМОТ НА НОВИТЕ „ВАРДАРКИ“

Женскиот ракометен клуб Вардар, кој впрочем е и клуб со најголема традиција и историја во женскиот ракомет, откако своите домашни натпревари ги игра во спортскиот центар „Борис Трајковски“, го носи името ЖРК Вардар СЦБТ. Од формирањето на клубот во 1961 година, најпрвин го носел името ЖРК Вардар, за потоа да премине во Вардар-Осигурување. Кратенката СЦБТ нема да стои уште долго, бидејќи во тек е изградбата на спортската сала „Јане Сандански“ која се планира да биде готова до јули 2014 година, па откако ќе биде финиширана изградбата на салата и црвено-црните ракометарки се преселат во неа, клубот ќе добие и ново име. Инаку финансиер на спортската сала е спортскиот директор и главен спонзор на клубот, рускиот бизнисмен Сергеј Самсоненко.

Пред ерата на Самсоненко која започна 2012 година, најголемиот успех на „Вардарки“ беше освојувањето на Купот на Македонија во далечната 1993 година. Но по неговите инвестиции и ангажирањето на неколку врвни и веќе докажани ракометарки, во сезоната 2012/2013, Вардар се израдува на првата шампионска титула во домашното првенство. А годинава, откако тие ги поминаа квалификациите за Лигата на шампионите, се дел и од елитното натпреварување каде настапуваа со голем успех во досегашната прва фаза. Вардар во оваа фаза имаше втор најуспешен напад и втора најдобра одбрана. Во својата група, тие завршија на првото место пред Бера-Бера, Подравка и норвешкиот ракометен гигант Ларвик. Со вложените средства од рускиот бизнисмен и неговите спонзори годинава пристигнаа ѕвезди како Андреа Лекиќ, Србинката која беше најдобар среден бек на минатогодишното Европско првенство, репрезентативката на Црна Гора Ана Гокиќ, потоа најдобрата светска ракометарка за 2009 година, Французинката Алисон Пино, нејзината сонародничка Сираба Дембеле, потоа најдоброто десно крило од ЕП 2012, Црногорката Јованка Радичевиќ, нашата искусна репрезентативка Јулија Николиќ и уште неколку други. Кога овие ќе се додадат на минатогодишните, исто така одлични засилувања Ина Суслина, Драгана Пецевска, Билјана Црвенковска и Бегоња Фернандез, оваа екипа на Вардар е за секаква почит. Но, иако тие изгледаат застрашувачки на хартија, доколку раководството на чело со македонската ракометна легенда Гордана Нацева, која е претседател на клубот, не ангажираше квалитетен тренер и лидер, кој од клупата ќе го води Вардар, потрошените пари ќе беа залудно потрошени средства. Па така, за тренер беше назначена Индира Кастратовиќ, можеби најдобрата македонска ракометарка од деведесетите наваму. Со нејзините вештини и знаења за ракометот, таа создаде хемија меѓу ракометарките и на играта и даде димензија на која може да и подзавидат и многу потрофејни и поголеми клубови од Вардар. Иако и досегашниот успех е доста добар, црвено-црните се гладни за нови успеси, па во следната фаза од Лига Шампиони ги чекаат нови предизвици веќе во месец февруари, каде се наоѓаат во првата група заедно со Митјаланд, Савехоф и Турингер. Тие во продолжението од сезоната ќе атакуваат на учество во Фајнл фор турнирот, кој од оваа година е новина во форматот на Лигата на шампионите, како и на освојување на нова шампионска титула во домашното првенство.

Со оглед на тоа дека ЖРК Вардар СЦБТ е клуб во развој, македонската ракометна публика се надева пред се на повторување на успесите на Кометал Ѓорче П етров, па и на нивно надминување. Останува да видиме дали Кастратовиќ ќе успее да ја задржи хармнонијата во екипата и со нови вложувања од Сергеј Самсоненко и другите спонзори, ЖРК Вардар СЦБТ да прерасне во европски ракометен гигант.

Македонските ракометни тимови ги испишуваат новите страници на ракометната историја во нашата земја. Македонија отсекогаш имала квалитетни екипи во екипен ракомет, порано повеќе во женска категорија, денес повеќе во машка. Порано беше Кометал Ѓорче Петров, денес се Металург и ЖРК Вардар во женска конкуренција. Кај мажите, пак, порано беа Пелистер, Вардар, денес главно се Вардар и Металург. Двете најдобри машки ракометни екипи Вардар и Металург обезбедија учество во натпреварувањата во рамките на во СЕХА лигата. Овие два клуба во изминатите две години се меѓу најдобрите четири екипи кои се натпреварувале во оваа лига. Екипата на Вардар во 2012 година беше прв македонски тим кој триумфираше во СЕХА лигата, додека екипата на Металург истата година беше финалист на овие натпреварувања. Во женскиот ракомет по распадот на Кометал Ѓорче Петров се создадоа нови тимови со големи амбиции. Тимовите на Вардар СЦБТ и ЖРК Металург годинава се натпреваруваат во Регионалната лига. Годинава дури три тима од Македонија се натпреваруваат во европската Лига на шампиони, машките екипи на Металург и на Вардар како и Вардаровата женската екипа. Сето ова придонесува за зголемување на интересот за ракометот што е причина за полните сали за време на натпреварувањата без разлика дали станува збор за натпревар на машките или женските екипи. Успехот на нашите ракометари на македонската публика и овозможи одблизу да се запознае и да ги види најголемите имиња во ракометот.



УНИВЕРЗИТЕТ „ГОЦЕ ДЕЛЧЕВ“
ШТИП
www.ugd.edu.mk
Среќни празници!
ехо