

LIST KARLOVAČKIH STUDENATA

INDEKS

press

broj 83. | PROSINAC 2025. | cijena 0 eur

ISSN 1845-5913

Veleučilište u Karlovcu rođendan proslavilo dodjelom nagrada, zahvala ...

Zalogaj povijesti: nova menza koja spaja hranu, kulturu i Karlovac

KAKO ĆE STARI BOSANSKI MAGAZIN POSTATI STUDENTSKI CENTAR ŽIVOTA

*Karlovac — grad na četiri rijeke, ali i grad koji već godinama traži
balans između svoje bogate prošlosti i modernog studentskog života.*

Razgovor s Ivanom Varičak i Rokom Kazijom

PROJEKTI NA VELEUČILIŠTU U KARLOVCU

Spoj poljoprivrednih i nepoljoprivrednih aktivnosti ...

Iskustva starijih studenata

KAKO PREŽIVJETI PRVU GODINU

Moje putovanje na Oktoberfest

PO DANU GLADAC, PO NOĆI JADAC

Ne zaboravi pogledati na:

www.scka.hr

Zalogaj povijesti: nova menza koja spaja hranu, kulturu i Karlovac KAKO ĆE STARI BOSANSKI MAGAZIN POSTATI STUDENTSKI CENTAR ŽIVOTA

Karlovac — grad na četiri rijeke, ali i grad koji već godinama traži balans između svoje bogate prošlosti i modernog studentskog života. Upravo taj spoj krije se u projektu „Zalogaj povijesti“, nove studentske menze koja će se smjestiti u obnovljenom Bosanskom magazinu, u samom srcu Zvijezde.

Piše Valentina Čačković

Na prvu, zvuči kao “još jedna menza”, ali ovaj projekt ide korak dalje — zamišljen je kao **mjesto gdje se hrana, povijest i znanje spajaju u jedno**. I da, napokon ćemo imati menzu koja je *blizu doma* i izgleda kao da ju je dizajnirala neka pametna kombinacija arhitekta i povjesničara s dobrim ukusom. Nositelj projekta je **Veleučilište u Karlovcu**, a partneri su **Studentski centar Karlovac** i **Muzeji grada Karlovca**. Restoranom će upravljati Studentski centar, a otvorenje se očekuje — ako sve ide po planu — **sredinom 2028. godine**.



Povijest u tanjuru

Zgrada **Bosanskog magazina** nije bilo kakva lokacija. Podignuta u 18. stoljeću, nekoć je bila skladište za robu, a sad će postati prostor u kojem će studenti objedovati, učiti i istraživati karlovačku baštinu. Obnova će biti **energetski učinkovita** — više od **67% energije** dolaziti će iz obnovljivih izvora. Dakle, dok jedeš ručak, zapravo jedeš *održivo*. Projekt vrijedi nešto više od sedam **milijuna eura**, a većina (72%) financirana je iz **Europskog fonda za regionalni razvoj** putem ITU mehanizma. Uz samu obnovu zgrade, planira se i uređenje okoliša, zelenih površina i šetnica koje će povezivati magazin, Studentski centar i dom. Karlovačka Zvijezda tako bi nakon dugo vremena mogla ponovno “za-sjati” — ovaj put studentskim sjajem.



Menza + muzej + kafić = Zalogaj povijesti

“Zalogaj povijesti” neće biti samo mjesto gdje će se uzimati porcija A, B ili vegetarijanska C. Uz restoran studentske prehrane, zgrada će imati **interpretacijski centar, caffe bar i restoran za posjetitelje**. Interpretacijski centar zamišljen je kao **mini muzej** koji priča priču o Zvijezdi i razvoju Karlovca. Na tri tematske cjeline — *Dodir civilizacija, Zvijezda i Bosanski magazin* — studenti i posjetitelji moći će istraživati kako se grad razvijao i kako je izgledao život kroz stoljeća. U planu je i vanjska prezentacija na **Josipovom bastionu**, što znači da će Zvijezda postati i nova “šetnica znanja”. Ukratko — mjesto gdje između dva ručka možeš naučiti ponešto o povijesti grada u kojem studiraš.

Hrana s okusom održivosti

Naravno, glavna tema svake menze — **hrana!** Planirano je da restoran nudi **tri menija dnevno**, uključujući i **vegetarijanski**, po cijenama koje ostaju unutar standarda subvencionirane prehrane. Nabava će se provoditi uz **suradnju s lokalnim OPG-ovima**, što znači svježije, domaće namirnice i podršku lokalnim proizvođačima. Radno vrijeme menze bit će **od 7 do 22 sata**, svaki dan, uključujući vikende — napokon mjesto gdje možeš pojesti topli obrok i kad zapneš na seminarskom u 21:30.

Prostor za praksu, učenje i druženje

Zalogaj povijesti ne donosi samo novi restoran, već i **nove prilike za studente**. Prostor će se moći koristiti za **vježbe i predavanja**, posebno na kolegijima poput *Turističkog vrednovanja kulturne baštine* i *Stručne prakse*. Osim što će služiti kao primjer dobre prakse valorizacije kulturne baštine, studenti će moći i **raditi** u menzi i interpretacijskom centru preko Studentskog servisa. Dakle – i iskustvo i koji euro u džep.

Karlovac dobiva više od menze

Ono što “Zalogaj povijesti” zapravo donosi Karlovcu je **novi studentski identitet**. Zvijezda, koja se godinama borila s depopulacijom i praznim ulicama, ponovno postaje živa. Zalogaj povijesti je *više od kantine* — to je simbol nove energije grada, mjesto gdje će se studenti okupljati, družiti, učiti i razvijati ideje. Kako je jedna studentica komentirala na idejnom predstavljanju: “Napokon menza u kojoj ne jedeš samo ručak, nego i malo povijesti.”

Zaključak

Karlovac je dobio projekt koji povezuje ono što studenti najviše vole: dobru hranu, ugodan prostor i priliku da budu dio nečeg većeg. “Zalogaj povijesti” spaja prošlost i sadašnjost – i pokazuje da ponekad, najbolji zalogaji dolaze s okusom budućnosti.



Razgovor s Ivanom Varičak i Rokom Kazijom

PROJEKTI NA VELEUČILIŠTU U KARLOVCU: ŠTO SE TRENUTNO KUHA?

Razgovarala Lana Vinovrški



Na Veleučilištu u Karlovcu projekti su već godinama sastavni dio nastave — studenti ne uče samo iz knjiga, nego i kroz konkretne aktivnosti, suradnje i Erasmus mobilnosti. O tome kako sve to izgleda u praksi, razgovarali smo s **Ivanom Varičak**, koordinatoricom projekata i međunarodne suradnje, i **Rokom Kazijom**, studentom koji je aktivno uključen u više projektnih inicijativa.

Koliko ste projekata do sada proveli ili u njima sudjelovali?

Ivana: Sve je počelo još 2012. godine s Erasmus programom, tada u okviru cjeloživotnog učenja. Veleučilište tada nije imalo međunarodnu suradnju, a ja sam izrazila želju da to pokrenemo. Ispunili smo obrazac za Erasmus povelju — i iste godine ju i dobili! To nam je otvorilo vrata za stručne prakse, studentske boravke i mobilnost osoblja.

Od tada radimo projekte svake godine — od Erasmus mobilnosti do većih strateških partnerstava poput projekta **AgriNext**, vrijednog više od 2,5 milijuna eura, u kojem sudjeluju četiri zemlje. Uz to surađujemo i s lokalnim udrugama, primjerice kroz projekt **KaMatrix**, kojim smo uveli društveno korisno učenje u obrazovanje.

Kroz takve projekte studenti, primjerice, organiziraju turističke šetnje Karlovcem, istražuju kulturnu baštinu, surađuju s Turističkom zajednicom, rade ankete i analize zadovoljstva posjetitelja manifestacija poput Adventa i Dana piva. Rezultat toga bio je čak i **priručnik** objavljen u izdanju Veleučilišta. Sve što radimo — radimo s ciljem da studenti uče kroz praksu.

Što je cilj svih tih projekata?

Ivana: Podići standard studiranja i studentima omogućiti praktično iskustvo. Želimo ih izvući iz učionice — na teren, među ljude, poslodavce, institucije. Da steknu vještine komunikacije, organizacije i rada u realnom okruženju.

Znate li broj koliko ih je točno bilo?

Ivana: Ako gledamo samo studentske projekte, u zadnje tri godine bilo ih je oko pet. Erasmus projekata — svake godine barem tri.

Roko: Ja sam sudjelovao u dva Erasmus projekta — BiP u Irskoj i AgriNext u Španjolskoj. Uz to sam imao pet osobnih projekata, od filmskih do onih povezanih s Italijom, Gardalandom i Dubrovnikom. Tri su trenutno u pripremi.

Je li bilo projekta s kojim niste bili zadovoljni?

Ivana: Uglavnom sam zadovoljna, ali jednom je studentski projekt imao slabiji odaziv — studenti nisu bili zainteresirani za terensku nastavu. Kad uložiš trud, a ne možeš realizirati aktivnost zbog manjka interesa, to zna biti razočaravajuće.

Kako izgleda proces razvoja jednog projekta?

Ivana: Sve kreće od ideje. Nakon toga izrađujemo troškovnik, kontaktiramo partnere i dogovaramo suradnju — bilo da se radi o hotelima, gradovima, turističkim zajednicama ili institucijama. Ključno je uključiti studente od samog početka, jer se projekti rade *zbog njih i za njih*.

U tijeku je i novi projekt – o čemu se radi?

Roko: Naziv je “Balans između baštine i budućnosti”, i fokusira se na turizam Veneta. Ideja je istražiti kako regija spaja kulturnu baštinu s modernim pristupom turizmu — znanja koja možemo prenijeti u naš kontekst. Planiramo posjete, edukacije i suradnju s lokalnim vodičima.

Kako izgleda organizacija projekta iz studentske perspektive?

Roko: Zapravo nije komplicirano — samo treba dobra ideja i plan. Treba definirati cilj, edukacije, partnere i financije. Na primjer, Studentski centar nam je dodijelio 4000 eura i sada planiramo kako to najbolje iskoristiti. Udružio sam čak dva projekta — jedan o Venetu i drugi o Gardalandu — kako bismo mogli organizirati više aktivnosti i edukacija.

Radim to jer želim spojiti **ugodno s korisnim** — vidjeti nove zemlje, ali i naučiti vještine koje će mi pomoći u budućnosti.

Je li teško uskladiti projekte s fakultetskim obvezama?

Roko: Ne previše. Natječaji se raspisuju početkom akademske godine kad još nije gužva s ispitima. Ključno je dobro planiranje. Upravo to sam naučio kroz nastavu — organizacija, financijsko planiranje i timski rad jako pomažu u projektima.

Jesu li studenti općenito zainteresirani za projekte?

Roko: Iskreno, mnogi nisu. Nedostaje motivacije. Ali kad vide kako to zapravo izgleda — putovanja, timski rad, konkretni rezultati — interes raste. Treba ih samo malo “pogurati” i pozvati da se uključe.

Mogu li studenti osjetiti promjenu nakon što sudjeluju u projektu?

Ivana: Apsolutno. Projekti studentima daju više samopouzdanja, iskustva i osjećaj da ono što uče ima smisla. Osim profesionalnog razvoja, tu je i osobni — uče surađivati, komunicirati, djelovati u međunarodnim timovima. To su znanja koja im ostaju i nakon studija.

Poruka za kraj?

Ivana: “Iskoristite svaku priliku koja vam se pruži.”

Roko: “Projekt je iskustvo koje vrijedi više od ispita.”



Iskustva starijih studenata

KAKO PREŽIVJETI PRVU GODINU STUDIRANJA

Piše Helena Brajdić

Ulazak u svijet studiranja velika je prekretnica – uzbuđenje, neizvjesnost, a često i strah od nepoznatog. Nakon srednje škole, gdje su raspored i zadaci bili jasni, pred vama je period u kojem sami preuzimate odgovornost za vrijeme, učenje i svakodnevni život. Dobra vijest? U toj promjeni kriju se prilike za rast, nova iskustva i nezaboravne avanture. Stariji studenti često kažu da bi im početak bio lakši da su tada znali ono što znaju danas. Zato evo nekoliko savjeta kako si olakšati prvu godinu i iskoristiti je kao odskočnu dasku za uspjeh i bogat studentski život.

1. Organizacija je pola posla

Dobar raspored je vaš najbolji prijatelj. Brucosi se često iznenade brojem predavanja, rokova i obaveza. Planer ili digitalna aplikacija može pomoći da pratite ispitne rokove, predaju seminarskih radova i druge važne stvari. Kad znate kamo odlazi vrijeme, lakše ćete uspostaviti ravnotežu i izbjeći stres zadnjeg trenutka.

2. Pitajte – i za najmanju nedoumicu

Nema glupih pitanja, samo ona nepostavljena. Obratite se profesorima, asistentima ili starijim kolegama – oni su tu da pomognu. Postavljanjem pitanja pokazujete interes i često dobijete dodatne informacije koje olakšavaju gradivo.

3. Studentski život nije samo učenje

Fakultet nudi puno više od predavanja i ispita. Pridružite se sekcijama i studentskim aktivnostima. Posjećujte predavanja s aktualnim temama i gostujuće predavače. To iskustvo obogaćuje dane, razvija nove vještine i omogućuje upoznavanje ljudi. Često baš tu nastaju trajna prijateljstva.

4. Aktivnost na predavanjima se isplati

Iako ponekad zvuči primamljivo preskočiti jutarnje predavanje, prisutnost se dugoročno isplati. Aktivno slušanje pomaže razumjeti gradivo, što olakšava pripremu ispita. Profesori također cijene studente koji pokazuju interes.

5. Ne zaboravite na sebe

Studentski život je intenzivan – balans je ključ. Dovoljno sna, zdrava prehrana, kretanje i druženje čine vas otpornijima na stres. Riješite fakultetske obaveze, a onda zaslužno uživajte u društvenom životu.

6. Strpljenje i fleksibilnost vode do uspjeha

Prva godina je prilagodba. Možda ćete pasti na prvom ispitu ili krivo rasporediti obaveze – i to je normalno. Svaki neuspjeh je prilika za učenje. Upornost i otvorenost prema promjenama najveće su prednosti koje možete imati. Fakultet nije sprint, nego maraton. Uz dobru organizaciju, spremnost za nova iskustva i brigu o sebi, studiranje može postati jedno od najljepših razdoblja vašeg života. Ne bojte se pogriješiti, tražiti pomoć i istraživati. Upravo u tome je čar studentskog života.

PRETVORI SVOJU IDEJU U STVARNOST UZ AGRINEXT POSLOVNI INKUBATOR!

Imaš odličnu ideju, ali ne znaš odakle krenuti?
Želiš pokrenuti vlastiti posao, ali trebaš **podršku, radni prostor, mentore i mrežu kontakata?**

Pridruži se **AgriNext poslovnom inkubatoru** i napravi prvi korak prema uspješnom poduzetništvu!

▶▶▶ Što nudimo:

- Opremljeni **radni prostor i infrastruktura**
- Pristup **iskusnim mentorima i stručnjacima iz industrije**
- Praktične **radionice i edukacije**
- Mreža **poduzetnika i investitora**
- **Individualna podrška** u razvoju poslovnog plana

Tko se može prijaviti?

- Startup
- Studenti
- Mladi poduzetnici
- Inovatori
- Timovi s poslovnom idejom

Ako želiš razvijati svoj posao u poticajnom i podržavajućem okruženju – na pravom si mjestu!

Posjeti nas: **Veleučilište u Karlovcu**
J.J. Strossmayera 9, Karlovac

Kontakt:
ivana.varicak@vuka.hr
marijana.blazic@vuka.hr

Piše Lana Vinovrški

VJEŠTINE NA DJELU – STUDENTI U AKCIJI S VATROGASCIMA KAKO TEORIJA POSTAJE PRAKSA

Vježba je pokazala da u kriznim situacijama nema mjesta individualnim akcijama. Timovi studenata i vatrogasaca djelovali su sinkronizirano

Piše Manuela Žakula

Studenti stručnog prijediplomskog studija Sigurnost i zaštita na Veleučilištu u Karlovcu imali su priliku iskusiti kako izgleda stvarna intervencija. U kampu Straško u Novalji sudjelovali su u terenskoj vježbi „Požar objekta i spašavanje ljudi“, koja je simulirala požar skladišta s prijetnjom širenja i opasnosti od eksplozije plinskih spremnika. Vježbu su organizirali Studentski zbor i Veleučilište Karlovac, u suradnji s Dobrovoljnim vatrogasnim društvom Novalja, koje je osiguralo logističku podršku i podijelilo svoje bogato iskustvo. Sudjelovalo je 13 studenata.

Izazov simulacije

Scenarij vježbe bio je realističan i zahtjevan. Studenti su morali brzo procijeniti situaciju, lokalizirati požar, pretražiti prostor i evakuirati unesrećene. Zvuk sirena, gust dim i rad u zaštitnoj opremi stvorili su uvjete gotovo identične stvarnoj intervenciji, što je studentima omogućilo da nauče reagirati pod pritiskom – nešto što u učionici nije moguće. Jedna studentica istaknula je koliko je ovakvo iskustvo ot-

krilo stvarnu težinu donošenja odluka u stresnim situacijama – svaka sekunda i svaki potez imaju značenje. Vježba je pokazala da u kriznim situacijama nema mjesta individualnim akcijama. Timovi studenata i vatrogasaca djelovali su sinkronizirano: jedan dio ekipe gasio je požar, drugi pretraživao prostor, a treći osiguravao zonu rizika. Najvažnija lekcija bila je spoznaja o važnosti povjerenja i suradnje unutar tima – znanje vrijedi tek kad se primjenjuje zajednički i odgovorno.

Doprinos zajednici

DVD Novalja omogućio je da studenti rade u sigurnim, ali realističnim uvjetima, koristeći pravu opremu i vozila. Projekt nije vrijedan samo studentima; doprinosi i lokalnoj zajednici, jača svijest o prevenciji i stvara snažne veze između akademske zajednice i vatrogasaca. Terenska vježba „Požar objekta i spašavanje ljudi“ pokazala je koliko je spoj teorije i prakse ključan za obrazovanje budućih stručnjaka. Aktivno sudjelovanje studenata i profesionalna podrška DVD-a Novalja dokaz su kako ovakvi projekti oblikuju kompetentne inženjere sigurnosti i zaštite, te jačaju operativnu spremnost zajednice.

Lov na modno blago: Kako uštedjeti i pronaći vintage komade

VODIČ ZA SECOND HAND

SHOPPING BY LANA

Kupovina u second handu nije klasičan shopping. To je pravi lov na modno blago — nikad ne znaš što ćeš pronaći, i to je dio čari.

♥ Sretan modni ulov!

Piše Lana Vinovrški

Svatko je od nas barem jednom čuo za second hand trgovine ili u njima pronašao neki zanimljiv komad. Mene je upravo takva odjeća privukla jer, iako kod nekih još uvijek izaziva predrasude, krije priče, stil i karakter koji rijetko pronađemo u trgovinama brze mode. Pa vrijedi li kupovati rabljenu odjeću? Ako pitate mene — itekako se isplati!

Kupovina u second handu nije klasičan shopping. To je pravi **lov na modno blago** — nikad ne znaš što ćeš pronaći, i to je dio čari. Dok u lancima brze mode sve izgleda isto, u second hand trgovini svaki komad ima svoju povijest i osobnost. Mlađe generacije danas to zovu “triftanje” (od engl. *thrifting*), a osim što je trend, to je i mali korak prema očuvanju planeta. Kupnjom rabljene odjeće smanjujemo tekstilni otpad i sprječavamo da još jedna majica završi na odlagalištu. Kupovina rabljene odjeće nije samo način da uštedimo, već i prilika da iskažemo svoj stil, budemo ekološki osviješteni i pronađemo jedinstvene komade koji ne dolaze s police u tisućama primjeraka.

“Triftanje” s popustom? I to postoji!

Možda zvuči čudno, ali i second hand trgovine imaju akcije i sniženja. Najniža cijena koju sam ikad platila bila je svega 0,50 € — pravi **ulov godine!** Kako doći do takvih prilika? Sve se svodi na tri koraka: **priprema, strpljenje i kupovina.**

U Karlovcu, primjerice, postoje dvije trgovine vintage odjeće u Ulici Banija — i nalaze se doslovno jedna do druge. Kad već uđete u jednu, teško je odoljeti da ne zavirite i u drugu.

Priprema: istraži i budi fleksibilan

Prvi korak je istražiti gdje se takve trgovine nalaze. Ako ste u Zagrebu, izbor je ogroman — no i manji gradovi, poput Karlovca, kriju modne dragulje. Bitno je ući otvorenog uma: second hand trgovine nisu glamurozne kao dućani brze mode. Treba se malo “prokopati” kroz vješalice — ali upravo u toj gomili često se krije pravo blago.

Savjet iz mog iskustva: nemojte dolaziti s preciznim planom (“tražim samo kratke majice” i slično). Najbolji ulovi se dogode kad samo lutate i pustite da vas komadi sami pronađu.

Strpljenje: ne odustaj prebrzo

Triftanje traži vrijeme i volju. Ponekad ćete izaći praznih ruku, ali to je dio igre. Provjerite svaki komad koji vam zapne za oko — pogledajte etiketu, porijeklo, stanje šavova. Neki komadi dolaze iz Ujedinjenog Kraljevstva, Vijetnama ili Kine, i često imaju priču iza sebe.

Kupovina: daj odjeći novi život

Kada napokon pronađete “onaj” komad, zapamtite — niste samo kupili odjeću. Dali ste joj **drugu priliku** da ponovno zaživi. I vi, i planeta, time ste na dobitku.

Nemojte bacati stvari koje više ne nosite — prodajte ih, zamijenite s prijateljima ili poklonite dalje. Na taj način krug održive mode nastavlja se vrtjeti.

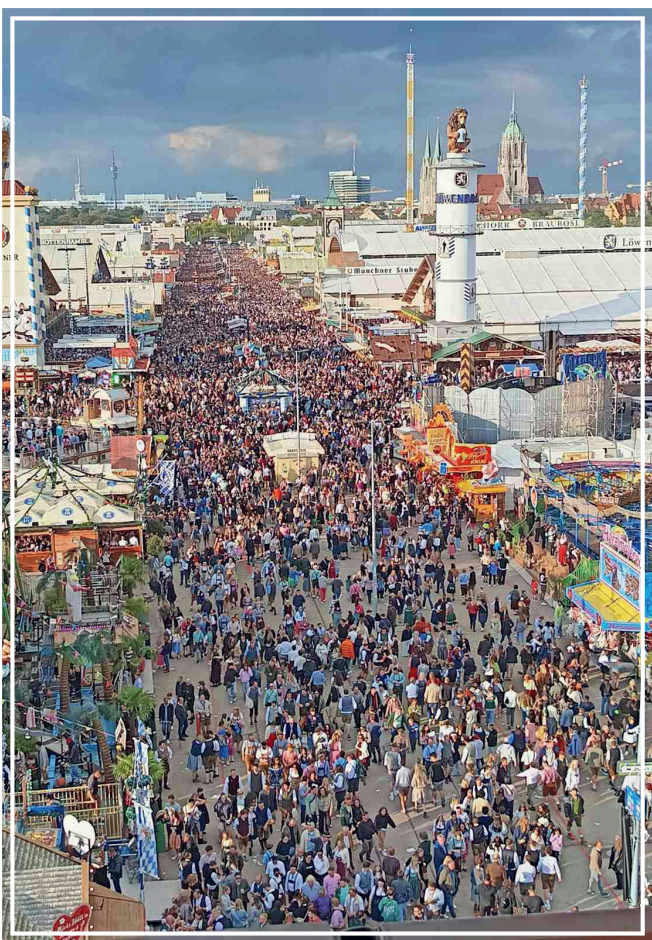
Moje putovanje na Oktoberfest

PO DANU GLADAC, PO NOĆI JADAC

Piše Sven Toljan



München, glavni grad Bavarske, svake godine krajem rujna i početkom listopada postaje epicentar najvećeg narodnog festivala na svijetu – Oktoberfesta. Poznat po pivu, tradicionalnoj hrani, glazbi i zabavi, festival privlači posjetitelje iz cijelog svijeta, a ove godine imao sam priliku doživjeti ga iz prve ruke.



Dolazak na Theresienwiese – “Terezinu livadu” – pravi je doživljaj. Gužve su ogromne, a osiguranje strogo: ruksaci i veće torbe ostaju na posebnom punktu, ulaz je pod kontrolom, a organizacija impresivna. Kada napokon zakoračite među šatore i štandove, dočekuje vas nevjerojatan spektar boja, mirisa i zvukova. Cijelo područje festivala prepuno je lunaparka, restorana i štandova, a da biste osigurali mjesto u nekom od velikih šatora često je potrebna rezervacija.

Kako biste stvarno doživjeli Oktoberfest, dobro je početi obilaskom cijelog festivala. S vrha ogromnog kotača pruža se pogled na more ljudi, šarene šatore i štandove, ali i shvatite koliko je potrebno osiguranje za tako velik događaj. Tijekom dana festival pruža raznovrsne doživljaje – od jela i piva, preko vožnji u lunaparku, do kupovine suvenira.

No, Oktoberfest nije samo zabava; treba računati i na “posljedice” gužve i alkohola. Kada padne noć, München se pretvara u grad pijanaca – galama je velika, a rijetki pretjeraju s pićem. Ipak, svi koji dođu, pa makar i samo na nekoliko sati, mogu osjetiti jedinstvenu atmosferu festivala koja spaja tradiciju, zabavu i društveni život.

Oktoberfest je više od piva – to je iskustvo, doživljaj i prilika da vidite kako se bavarska kultura slavi na najveći mogući način.







ess
EKTIVU
 novinari i suradnici



STUDENTSKI RECEPTI: BRZO, JEFTINO I FINO

Preporučila Helena Brajdić

Tko kaže da studentska kuhinja mora značiti paštetu, juhu iz vrećice i kavu za doručak, ručak i večeru? Uz malo mašte (i još manje novca), možeš složiti super obroke koji su **brzi, fini i pristupačni** – i to od par osnovnih namirnica koje traju dugo i ne opterećuju budžet.

Pametna kupovina je pola posla

Ako napuniš ormarić i zamrzivač pravim stvarima, glad te više nikad neće iznenaditi.

Evo osnovnih (a jeftinih) favorita studentskog menija:

- **Tjestenina** – kuha se u par minuta, a možeš je kombinirati s bilo čim – od umaka do salate.
- **Riža** – kralj ostataka. Dodaj povrće, jaje, komad mesa – i ručak je tu.
- **Jaja** – doručak, večera, sendvič... nema kad ne pašu.
- **Zamrznuto povrće** – spremno za kuhanje, bez guljenja i rezanja.
- **Tunjevina u konzervi** – studentski “as iz rukava”.
- **Pasirana rajčica** – baza za umake, juhe i variva.
- **Zobene pahuljice** – doručak za male pare, a drži sitost satima.
- **Luk i češnjak** – neizostavni duo svakog jela.
- **Konzervirani grah ili kukuruz** – brzinski dodatak svemu.
- **Kruh (idealno smrznut)** – nikad ne propada, uvijek dobro dođe.
- **Osnovni začini** – sol, papar, crvena paprika, origano i vegeta su must-have.
- **Ulje** – suncokretovo je najpovoljnije, maslinovo bonus.
- **Kečap i majoneza** – spas za dosadnu tjesteninu ili sendvič.

Recepti koji spašavaju dan

1 Tjestenina + “bilo što”

Skuhaj tjesteninu, a dok se kuha, na tavi poprži malo luka i češnjaka, ubaci tunjevinu i pasiranu rajčicu.

Pet minuta kasnije – imaš ručak za film i društvo.

2 Riža s povrćem i jajem

Iskoristi ostatke riže, ubaci ih na tavu s jajetom i zamrznutim povrćem.

Dodaj sojin umak ili začine – rezultat: mini wok koji miriši kao iz restorana.

3 Tortilja ili turbo sendvič

Tortilja, kruh, pita – što god imaš.

Napunis s tunjevinom, kukuruzom, kečapom i sirom – i evo ti burrito verzija “made in studentska kuhinja”.

4 Zobena kaša – slatka ili slana

Skuhaj zobene pahuljice s mlijekom ili vodom. Za slatku varijantu: dodaj voće, med i orašaste plodove.

Za slanu: pomiješaj s jajetom i sirom – zvuči čudno, ali probaj, iznenadit će te!

Bonus ideja: grčki jogurt + zobene + suho voće = doručak šampiona.

5 “Muffin iz mikrovalne” – desert za 5 minuta

Trebaš:

4 žlice brašna, 3 žlice šećera, 2 žlice kakaa, 1/4 žličice praška za pecivo, 1 jaje, 3 žlice ulja i 3 žlice mlijeka.

Pomiješaj sve u šalici, peci 3-4 minute u mikrovalnoj, pričekaj da se ohladi – i dodaj po želji preljev, sladoled ili čokoladu.

Rezultat: instant sreća u šalici.



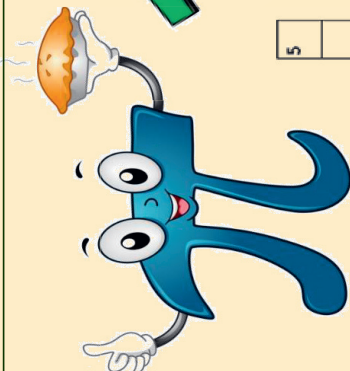
Savjeti iz studentske kuhinje

- Kupuj **na akcijama** – cijene znaju divljati.
- **Zamrzavaj sve** – kruh, povrće, gotove porcije.
- Ako roditelji imaju vrt – **iskoristi to zlato!**
- Uloži u **jednu dobru tavu i lonac** – vrijedi svake kune.

Kuhaj s cimerima – jeftinije, brže i zabavnije.

Jer kad imaš dobar obrok –
i skripta nekako lakše ide.

Bon appétit, kolege!



Matematička križaljka za bručoš

1 $x = \frac{-b \pm \sqrt{b^2 - 4ac}}{2a}$

6

1 $\sin \theta = \frac{1}{\csc \theta}$

6 $\csc \theta = \frac{1}{\sin \theta}$

2 $\cos \theta = \frac{1}{\sec \theta}$

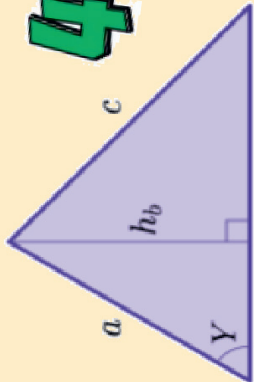
6 $\sec \theta = \frac{1}{\cos \theta}$

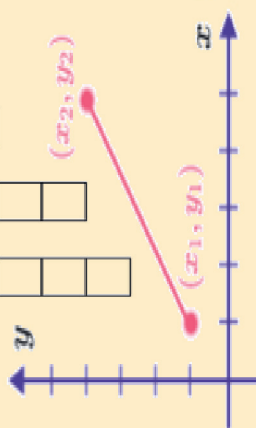
1 $\tan \theta = \frac{1}{\cot \theta}$

6 $\cot \theta = \frac{1}{\tan \theta}$

1 $\cot \theta = \frac{\cos \theta}{\sin \theta}$

6 $\sin \theta = \frac{\cos \theta}{\cot \theta}$





1 $(a+b)^2 = a^2 + 2ab + b^2$

6 $(a-b)^2 = a^2 - 2ab + b^2$

1 $(a+b)(a-b) = a^2 - b^2$

6 $(x+a)(x+b) = x^2 + x(a+b) + ab$

VODORAVNO

3. najmanja pozitivna prirodna brojka
7. sredina, statistički prosjek
8. jednadžba pravca paralelnog s osi y ($x = k$)
12. sustav dviju jednadžbi s jednim rješenjem.
17. koristi se za računanje područja ispod grafa funkcije
20. brojevi djeljivi samo s jedan i sa samim sobom
21. broj koji može se zapisati omjerom dvaju cijelih brojeva
23. matematička izjava koja uvijek vrijedi
26. broj koji s drugim brojem daje 1 kad se pomnože
27. tablica koja prikazuje moguće ishode dvaju događaja
28. tablica koja prikazuje vrijednosti slučajne varijable i vjerojatnosti
30. lik s četiri pravokutna kuta i jednakim nasuprotnim stranicama
31. najveća vrijednost funkcije na intervalu
32. lik definiran središtem i polumjerom
35. kut koji ima više od 90° , a manje od 180°

OKOMITO

1. algebarski izraz bez nepoznanica
2. funkcija simetrična je oko y -osi
4. matrica koja nastaje umnoškom matrice i njezine transponirane
5. matematička disciplina koja proučava načine sakupljanja, sažimanja i prikazivanja zaključaka iz određenih podataka
6. pravac koji dodiruje krivulju u samo jednoj točki
9. najveći zajednički djelitelj
10. brojevi ... $-2, -1, 0, 1, 2, \dots$
11. trokut koji ima dvije jednake stranice
13. suprotno od integrala
14. radnja suprotna kvadriranju
15. funkcija oblika $f(x) = kx + l$
16. broj koji ima jedine djelitelje 1 i samog sebe
18. zbroj svih kutova u trokutu
19. ∞
22. prostorni lik omeđen plohama
24. krivulja stalne brzine promjene nagiba
25. drugi naziv za neodređeni integral
29. daje brzinu promjene funkcije u točki
30. 3.14159265359
33. polazna tvrdnja koja se smatra istinitom i koja se ne dokazuje
34. najmanja vrijednost funkcije na intervalu

Studentski vicevi :)

Na brucošijadi razgovaraju dva studenta filozofije.

Prvi upita: – Brate, zašto nitko ne pleše?

Drugi mu odgovara: – Možda plešu, ali u nekom paralelnom svemiru.

Zatim se umiješa student fizike i kaže: – A ne, ne... plešu, samo sa tolikom frekvencijom da ih ne možemo detektirati!

Na to student matematike zaključuje: – U svakom slučaju, vjerojatnost da ću prići nekoj djevojci i dalje teži nuli.

Na brucošijadi brucoš pita starijeg kolegu:

– I, koliko traje zabava?

Stariji kolega mu odgovara: -

Pa, gle, sve dok ne shvatiš da je sutra ispit.

Na brucošijadi priđe organizator brucošu i kaže: – Dobro nam došao! Jesi li se snašao?

Brucoš mu na to zbunjeno odgovara:
– Jesam, ali ne znam gdje sam...

Organizator klimne glavom i kaže:
– Odlično. To znači da brucošijada funkcionira kako i treba.

Brucoš pita starijeg kolegu: - Što je najbitnije za uspjeh na fakultetu?“

Stariji kolega mu odgovara: – Najbitnije je da naučiš dvije stvari: kako se praviš da znaš i kako se praviš da te zanima.

Piše Lara Jurčević

STUDENTSKI HOROSKOP – prosinac 2025.

* STUDENTSKI CENTAR

Frankopanska 5; tel. 047/609-711;
fax. 047/609-721

* STUDENTSKI DOM

Banjavčičeva 13; tel. 047/579-950

* INTERNET CAFFE & INTERNET CLUB

radno vrijeme: pon-pet, 7-15h

* STUDENTSKI SERVIS

radno vrijeme: pon-pet, 7:30-14:30 h
pauza: 10:30-11 h

* STUDENTSKA REFERADA

J. J. Strossmayera 9

047/843-511 – Natalija Kusanić
i Sanja Arapović

047/843-580 – Barica Jurković

fax: 047/843-579

radno vrijeme za studente:

pon, uto, čet, pet: 9-12; sri: 9-12 i 15-17 h

* KNJIŽNICA VELEUČILIŠTA

u potkrovlju Atrija (J.J. Strossmayera)

radno vrijeme: pon-pet, 8-15 h



* PROČELNICI ODJELA:

• STROJARSKI ODJEL

mr.sc. Marina Tevčić,
viši predavač, pročelnica

• ODJEL PREHRAMBENE TEHNOLOGIJE

dr.sc. Ines Cindrić,
prof. visoke škole, pročelnica

• ODJEL LOVSTVA I ZAŠTITE PRIRODE

dr.sc. Tomislav Dumić,
viši predavač, pročelnik

• ODJEL SIGURNOSTI I ZAŠTITE

Lidija Jakšić, mag.ing.cheming,
predavač, pročelnica

• POSLOVNI ODJEL

dr.sc. Lidija Vitner Marković,
prof. visoke škole, pročelnica

• SESTRINSTVO

Dislocirani studij Fakulteta zdravstvenih
studija Sveučilišta u Rijeci
Karolina Vižintin, mag.med.techn,
voditelj studija

Studentski centar - podružnica
JASTREBARSKO, Strossmayerov trg 3,
10450 Jastrebarsko

Student servis: 07:00 - 15:00

E-mail: info@scka.hr

Tel: +385 (0) 1 62 81 900

Studentski centar - podružnica
ZAGREB, Preradovićeve
10, 10000 Zagreb

Student servis: 08:00 - 16:00

E-mail: podruznica-zagreb@scka.hr

Tel: +385 (0) 47 609 717

INDEKSpress

Izdavač: Studentski centar Karlovac

Adresa: Frankopanska 5, 47000 Karlovac

Telefon: 047/609-711

Glavni i odgovorni urednik: Maja Purgar

Naklada: digitalno izdanje

Grafička priprema i tisak:

Tiskara Pečarić & Radočaj, Karlovac

OVAN (21.3. – 20.4.)

FAKS: Toliko si se zapetljao u sve što nije faks da si i zaboravio gdje ti je indeks. Vrijeme je da se primiš knjige.

LJUBAV: Strast, drama i još malo drame.

Razgovarajte ili barem nemojte pisati pasivno-agresivne poruke.

ZDRAVLJE: Spavaj više. Ne možeš zauvijek voziti na kofein.

BIK (21.4. – 21.5.)

FAKS: Odljepi se od hladnjaka i počni učiti. Nemoj se zavaravati da će učiti za vrijeme blagdana, jer svi znamo da nećeš.

LJUBAV: Jedan dio tebe želi vezu, drugi slobodu. Trenutno ni ti ne znaš što želiš, a kamoli tvoja druga polovica.

ZDRAVLJE: Čuvaj se zimskih prehlada i vlastite lijenosti.

BLIZANCI (22.5. – 21.6.)

FAKS: Učiš u zadnji tren, ali kao čudom sve prolaziš. Nećemo pitati kako...samo hrabro dalje!

LJUBAV: Netko iz tvoje ekipe s faksa već jako dugo čeka da shvatiš da ti se sviđa. Vrlo je očito, jedino ti ne primjećuješ.

ZDRAVLJE: Ako je pretjerana osjetljivost bolest, onda si u gadnom problemu.

RAK (22.6. – 22.7.)

FAKS: Iskreno, ove godine si ozbiljno zapeo. Samo otvori skriptu i kreni učiti, bez biranja što i kako.

LJUBAV: Ljubavni doktor kaže: pola sata zagrljaja dnevno. S obzirom da te ima tko grliti, poslušaj ljubavnog doktora i iskoristi priliku.

ZDRAVLJE: Čuvaj se propuha i ne zaboravi debele čarape!

LAV (23.7. – 22.8.)

FAKS: Tvoji kolege te dižu u nebesa, ali kad dođe ispit, nema više glamura. Ostajete samo ti, skripta i tišina.

LJUBAV: Vrijeme je da zaboraviš "tko je kriv" i napraviš prostora za nešto bolje.

ZDRAVLJE: Ako nastaviš ovako burno reagirati, trebat ćeš čaj od kamilice u količinama industrijske proizvodnje.

DJEVICA (23.8. – 22.9.)

FAKS: Previše planiranja, a premalo konkretnih radnji. Rastereti se perfekcionizma i počni učiti!

LJUBAV: Onaj "samo prijatelj" sve više izgleda kao "možda ipak nešto više".

ZDRAVLJE: Imaš energije više nego zeko na baterije!

VAGA (23.9. – 22.10.)

FAKS: Vodi bilješke, radi plan, uči i ne gledaj Netflix do 3 ujutro.

LJUBAV: Odustaješ od velikih kompromisa i napokon možeš potražiti novu ljubav.

ZDRAVLJE: Toliko brineš o tijelu da ti mentalno zdravlje stoji kao zaboravljena čarapa iza radijatora.

ŠKORPION (23.10. – 21.11.)

FAKS: Skripta ti se smije s police. Uzmi je i pokaži tko je gazda ili jednostavno zamoli nekog da te nadzire dok učiš, jer ovako više dalje ne ide.

LJUBAV: Problemi nisu tu da vas rastave, nego da vas nauče prestati glumiti policajce u vezi.

ZDRAVLJE: Pod hitno ti je potreban ispušni ventil!

STRIJELAC (22.11. – 21.12.)

FAKS: Učenje je maraton, a ti si ga shvatio kao sprint pa sad hiperventiliráš. Samo polako i uporno!

LJUBAV: Upoznat ćeš nekoga tko će ti popraviti raspoloženje. Možda i cijeli život, tko zna.

ZDRAVLJE: Zdravlje je u savršenom redu.

JARAC (22.12. – 20.1.)

FAKS: Profesor me mrzi nije izgovor, barem ne na fakultetu. Kreni s učenjem, a školske izgovore ostavi u školi, gdje im je i mjesto.

LJUBAV: Vrijeme je da toj jednoj osobi konačno kažeš što osjećaš. Nema više kalkuliranja. Sad ili nikad!

ZDRAVLJE: Stare dijagnoze bi te mogle sustići. Budi na oprezu i na vrijeme reagiraj!

VODENJAK (21.1. – 18.2.)

FAKS: Učinak tvog rada napokon dolazi na vidjelo. Uživaj u činjenici da si napokon ispred obaveza, a ne iza njih.

LJUBAV: Želiš nekoga, ali se praviš cool. Ipak, nije bilo cool solirati na brucosijadi, nemoj da te isti scenarij dočela i na božićnim zabavama.

ZDRAVLJE: Crne misli privlače bolesti. Pod hitno promijeni stav!

RIBE (19.2. – 20.3.)

FAKS: Možda si mali dramaturg kroz semestar, ali kad učiš, učiš ozbiljno. Nastavi tako i semestar je tvoj.

LJUBAV: Najbolje ti je kad se malo zakomplicira i naravno da će ti se svaka veza zakomplicirati. Ne kaže se uzalud, pazi što želiš!

ZDRAVLJE: Potrebna ti je regeneracija, ali iznutra, jer mentalno zdravlje je vrlo bitno!

INDEKS
press

