

LIST KARLOVAČKIH STUDENATA

INDEKS

press

broj 85. | TRAVANJ 2026. | cijena 0 eur
ISSN 1845-5913

Predstavljamo novi studentski klub – Kalitera

Od predavaonice do svjetskih metropola

OD TRSTA DO NEW YORKA

Studentska putovanja

**ISTRAŽILI SMO MEĐU
STUDENTIMA ...**

Snovi - kad mozak preuzme režiju

KAD ZAKLOPIŠ OČI

Sanjali ste karijeru u marketingu?

PREDAVANJE IZ PRAKSE

Znamo li raspolagati novcem, ili baš i ne?!

ŠTEDNJA, INVESTIRANJE ILI ...

Ne zaboravi pogledati na:

www.sokaka.hr

Od predavaonice do svjetskih metropola

OD TRSTA DO NEW YORKA

Putovanja studentima ne predstavljaju samo odmor, već i proširuju vidike, potiču samostalnost te omogućuju upoznavanje različitih kultura.

Pišu Lara Jurčević i Sven Toljan

Danas studentima na raspolaganju stoji čitav spektar mogućnosti putovanja: od međunarodnih razmjena poput programa Erasmus+, preko povoljnih avionskih karata i hostela, do volontiranja i sezonskog rada u inozemstvu. Zahvaljujući studentskim iskaznicama i popustima na prijevoz, studenti mogu istraživati europske metropole poput Praga, Budimpešte ili Barcelone uz relativno skroman budžet te pritom stjecati nova poznanstva i životna iskustva.

Putovanja studentima ne predstavljaju samo odmor, već i proširuju vidike, potiču samostalnost te omogućuju upoznavanje različitih kultura. Mnogi mladi ljudi upravo tijekom studiranja prvi put samostalno putuju i otkrivaju svijet izvan vlastite životne sredine.



Zanimljiva putovanja u karlovačkim turističkim agencijama

Za karlovačke studente koji traže pristupačna i zanimljiva putovanja, ponuda karlovačke agencije KA Travel nudi nekoliko popularnih opcija. Među njima se ističe četverodnevni izlet u Prag koji uključuje autobusni prijevoz, smještaj i organizirano razgledavanje glavnih znamenitosti češke prijestolnice. Zanimljiv je i trodnevni aranžman koji obuhvaća posjet gradovima Budimpe-

šti, Bratislavi i Beču, gdje studenti u kratkom vremenu mogu upoznati kulturu i povijest više europskih destinacija. Takva putovanja često su prvi izbor mladih jer su kratka, financijski pristupačna i pružaju priliku za druženje.

U Karlovcu već više od godinu dana djeluje i agencija Lingua Travel, koja je svoje poslovanje započela organiziranjem edukativnih putovanja u London za polaznike Lingua centara, a danas nudi i programe u Sjedinjenim Američkim Državama.

– Prošle godine krenuli smo i s edukativnim putovanjima u New York. Polaznici su bili smješteni u kampusu njujorškog

sveučilišta Saint John's, ujutro su imali nastavu, a poslijepodne organizirane obilaske grada. Boravili su ondje dva tjedna i to je bilo zaista lijepo iskustvo. I ove godine studenti i svi zainteresirani stariji od 18 godina mogu se prijaviti za naše putovanje u New York „Study and Travel“. Trenutačno planiramo i putovanje u Los Angeles – objasnila je direktorica agencije Lingua Travel Zdenka Vučković-Diklić. Osim toga, naglasila je i da za eventualna grupna putovanja, koja su isključivo organizirana za studente karlovačkog veleučilišta, postoji mogućnost suradnje s izabranim predstavnikom za organizaciju putovanja na odabranu destinaciju.

Internet portali i savjeti za putovanja putem društvenih mreža

Uz turističke agencije, studenti sve češće inspiraciju za putovanja pronalaze i na Internetu. Portal Crno Jaje nudi velik broj turističkih ponuda i popusta, što ga čini zanimljivim izborom za studente, jer se cijene često dodatno snižavaju kroz grupne kupnje i promotivne akcije. Među zanimljivijim ponudama ističe se trodnevna „mala talijanska tura“ koja uključuje posjet gradovima Veneciji,



Veroni, Sirmioneu i Trstu. Osim takvih kratkih europskih putovanja, na portalu se često mogu pronaći i vikend-odmori ili wellness ponude u destinacijama poput Bohinja ili hotelima na hrvatskoj obali.

Erasmus programi kao prilika za putovanje

Predsjednik Studentskog zbora karlovački student Roko Kazija objasnio nam je da svi studenti Veleučilišta imaju mogućnost sudjelovanja u aktualnim Erasmus BIP programima. I sam je sudjelovao na nekoliko takvih mobilnosti te nam je pojasnio postoji li financijska potpora za studentska putovanja:

– Prilikom sudjelovanja na Erasmus BIP programu u Irskoj te projektu AgriNext u Španjolskoj dobili smo ukupno 500 eura, oko 400 eura u prvom dijelu projekta, a zatim još 100 eura nakon povratka u Hrvatsku. Na taj način Veleučilište zapravo djelomično subvencionira takva putovanja.



Dodao je i kako su uskoro u planu novi Erasmus BIP programi, a studenti se za detalje o prijavama mogu obratiti Erasmus koordinatorici Ivani Varičak.

Apsolventska putovanja kao tradicija među studentima

Apsolventska putovanja već su godinama tradicija među studentima završnih godina studija. Ona predstavljaju priliku za zajedničko putovanje i proslavu završetka studiranja. U pravilu Veleučilište ne subvencionira takva putovanja, jer su prvenstveno namijenjena zabavi i druženju, pa ih studenti najčešće sami financiraju te organiziraju putem turističkih agencija. Ipak, absolventi i dalje imaju pravo sudjelovati u Erasmus projektima, kroz koje mogu ostvariti određene financijske potpore za međunarodna putovanja.

Putovanja kao važan dio studentskog života

Iako je studentski budžet ograničen, mogućnosti za putovanja danas su brojne. Bilo da je riječ o organiziranim izletima, edukativnim programima, Erasmus projektima ili savjetima pronađenim na internetu, studenti imaju priliku upoznati nove gradove, kulture i ljude. Upravo zbog toga, putovanja u studentskim danima su temeljna iskustava koja mogu oblikuju osobnost i buduće profesionalne izbore.



Studentska putovanja

ISTRAŽILI SMO MEĐU STUDENTIMA VELEUČILIŠTA BI LI ISKORISTILI PRILIKU ZA STUDENTSKO PUTOVANJE TE KOJA BI BILA NJIHOVA MOTIVACIJA I ŽELJENE DESTINACIJE



Roko Kazija
(ugostiteljstvo)

Putovanja su odlična stvar jer studenti i mladi mogu steći puno novih iskustava, poznanstava, nekih novih znanja o različitim temama te vidjeti nešto što do sada nisu nikad vidjeli, a htjeli su. Na primjer

na Erasmus putovanjima u obliku manjih BIP programa u trajanju od tjedan dana studenti steknu nove vještine, znanja i kompetencije o određenoj tematici. Ja sam recimo naučio dosta toga o tehnologiji prehrane krava i ostalih životinja u Irskoj, a isto tako o ekologiji te ekonomiji tog posla, protoku novca i slično. Meni su ta putovanja donijela sve navedeno, a najbolje od svega, nova poznanstva. Dosad sam bio na dosta putovanja: u Irskoj preko BIP program u sklopu faksa, Španjolskoj, Italiji, BiH, Austriji, Švicarskoj i Mađarskoj. Od svih tih putovanja, najdraže putovanje mi je bilo u Beč, više puta sam tamo putovao, najprije s roditeljima, pa zatim samostalno. Beč zaista ima širok spektar atrakcija, znamenitosti i aktivnosti koje vrijedi razgledati i probati. Definitivno ću Beč uskoro ponovno posjetiti. Zanimljivo mi je bilo i putovanje i u Budimpeštu, pogotovo zbog izgleda, arhitekture samog grada, znamenitosti i atrakcija. Plan za buduće putovanje je u Zürich, u Švicarsku. Cilj mi je zaraditi dovoljno novaca da si neko „skuplje” putovanje mogu priuštiti. Grad mi se čini jako lijep, općenito volim Švicarsku, a i volio bih istražiti sam bankarski sustav kako funkcionira.



Mihaela Kotić
(poslovno upravljanje)

Kada bi Veleučilište nudilo subvencije za putovanja za studente, sigurno bih iskoristila tu mogućnost. Destinacija koju bih izabrala za putovanje bili bi Tenerife. Htjela bi ih posjetiti zbog njihove prekrasne prirode, ugodne klime tijekom cijele godine i zanimljivih atrakcija. Mislim da bi to bila idealna destinacija za odmor i opuštanje.



Andrea Butala
(poslovno upravljanje)

Mislim da bi to bila odlična prilika za studente koji žele putovati, ali ja osobno ne bih putovala nigdje jer nemam baš vremena za putovanja. Ipak, da imam vremena rado bih posjetila Norvešku zbog pametnog upravljanja resursima, visokog standarda i prekrasnog krajolika.



Kristina Matanić
(poslovno upravljanje)

Kada bi Veleučilište nudilo subvencije, iskoristila bi tu priliku. Putovala bi negdje u Španjolsku, možda Lloret de Mar, zbog zabave, mora, kulture, pristupačnih cijena i lijepog vremena.



Karla Ambriović
(poslovno
upravljanje)

Vrlo rado bih iskoristila takvo nešto jer je super prilika da se uz manji trošak vidi nešto novo. Najradije bih putovala negdje u Španjolsku ili Italiju jer mi se sviđa njihova kultura,

hrana i opušten način života. Mislim da su takva putovanja super nagrada nakon završetka studija i dobra prilika za malo odmora prije novih obveza.



Doris Devčić
(prehrambena tehnologija)

Mislim da su putovanja vrlo korisna za studente i mlade jer im omogućuju upoznavanje novih kultura, ljudi i načina života. Također pomažu u stjecanju novih iskustava i širenju vidika. Smatram da studenti i mladi u Karlovcu imaju neke mogućnosti za putovanja, primjerice kroz fakultet ili razne projekte, ali

često to ovisi i o inicijativi samih pojedinaca. Volim putovati i zanimljivo mi je upoznavati nova mjesta i kulture. Do sada sam bila u Grčkoj, Španjolskoj, Italiji, Austriji i još nekim državama, a u budućnosti bih voljela posjetiti još mnogo novih mjesta, posebno ona koja imaju drugačiju kulturu od naše.

Znamo li raspolagati novcem, ili baš i ne?!

ŠTEDNJA, INVESTIRANJE ILI NEŠTO TREĆE?

Značajan porast interesa mladih za investiranjem.

Piše Lana Vinovrški

Na karlovačkom Veleučilištu nedavno je održana prva studentska konferencija financijske pismenosti pod nazivom FinEdu, a okupila je tritostinjak znatizeljnih studenata i učenika. Cilj je svima bio educirati se o odgovornom upravljanju novcem i donošenju dobrih financijskih odluka.

Konferenciju su organizirali studenti uz podršku Studentskog centra, a program je obuhvatio teme poput štednje, investiranja i suvremenih financijskih trendova. Prvo predavanje održao je Emilio Gućec, o osnovama investiranja. Poseban naglasak stavio je na dugoročno ulaganje, indeksne fondove i važnost kontrole vlastitog ponašanja. Istaknuo je kako je najveći neprijatelj investitora često on sam.

Milan Horvat nastavio je o upravljanju imovinom u digitalnom dobu, naglasivši kako kapital sve više postaje ključan za stvaranje bogatstva. Također je istaknuo značajan porast interesa mladih za investiranje u posljednjih deset godina. Zato je Marko Bogdan predstavio osnovna pravila investiranja, naglasivši kako je najbolja strategija ona uz koju investitor može mirno spavati.

O digitalnom euru govorio je Dario Hlupić Radić, koji je objasnio razloge njegova uvođenja i očekivane promjene u načinu plaćanja, dok su financijske prijevare bile je u fokusu predavanja Anje Tkalčević, koja je upozorila na sve češće oblike online prevara.

Konferenciju je zaključio popularni profesor Toni Milun, koji je studentima predstavio principe financijske pismenosti kroz znanje, ponašanje i stavove.

Poruka konferencije bila je jasna – financijska pismenost ključna je za sigurniju i stabilniju budućnost mladih, a edukaciju o raspolaganju novcem svatko od nas trebao bi početi što ranije.



Sanjali ste karijeru u marketingu?

PREDAVANJE IZ PRAKSE

Dok je tradicionalni marketing usmjeren na masovnu komunikaciju, digitalni marketing omogućuje dvosmjernu i individualiziranu interakciju s korisnicima. Publika više nije pasivna – ona komentira, ocjenjuje i aktivno sudjeluje u komunikaciji.

Piše Lana Vinovrški



Gostujuće predavanje o digitalnom marketingu, koje je nedavno održala Milica Kamenski studentima Veleučilišta, mnogima je približilo stvarne izazove i prilike u suvremenom marketinškom okruženju. Kamenski, koja danas radi kao digital marketing manager za Orbico Hrvatska i Slovenija, iza sebe ima skoro desetljeće iskustva u ovoj industriji.

Svoju karijeru započela je u marketinškoj agenciji, a potom je u IKEA-i CEE sudjelovala u razvoju strategije društvenih mreža za više tržišta. Nakon toga prelazi u L'Oréal Adria Balkan, gdje koordinira digitalne i influencerske kampanje za više brendova i tržišta. Danas u Orbicu vodi digitalnu transformaciju s naglaskom na e-trgovinu i online komunikaciju.

Orbico, kao jedan od vodećih distributera u regiji, prepoznao je važnost digitalizacije te razvio vlastitu online platformu za poslovne kupce. Time je omogućena brža i personalizirana kupnja, uz prilagođene ponude za svakog partnera.



Marketinški lijevak

Upravo personalizacija i podaci o korisnicima danas predstavljaju ključnu vrijednost digitalnog marketinga. Predavanje je posebno naglasilo razliku između tradicionalnog i digitalnog marketinga. Dok je tradicionalni marketing usmjeren na masovnu komunikaciju, digitalni marketing omogućuje dvosmjernu i individualiziranu interakciju s korisnicima. Publika više nije pasivna – ona komentira, ocjenjuje i aktivno sudjeluje u komunikaciji.

Kamenski je istaknula važnost jasnog definiranja ciljeva u kampanjama, kao i temeljitog istraživanja tržišta i konkurencije. Također je naglasila važnost timskog rada i pravilne raspodjele zadataka unutar marketinškog tima.

U digitalnom okruženju koriste se različiti kanali i alati poput društvenih mreža, Google Analyticsa, email marketinga i platformi za upravljanje kampanjama. Posebnu ulogu imaju i influenceri, čija se učinkovitost danas detaljno analizira kroz dostupne podatke.

Jedan od ključnih koncepata koji je predstavljen studentima je tzv. marketinški lijevak – proces kroz koji potrošač prolazi od prvog kontakta s brendom do same kupnje. Cilj nije samo prodaja, već i izgradnja dugoročnog odnosa i lojalnosti kupaca.

Na kraju, Kamenski je istaknula kako je najveći izazov u njezinu poslu rad s ljudima, osobito u procesu digitalne transformacije.

Naglasila je kako digitalizacija ne oduzima radna mjesta, već otvara nove prilike. Predavanje je studentima pružilo vrijedan uvid u stvarni svijet marketinga te neke sigurno dodatno motiviralo za razvoj karijere u ovom dinamičnom području.

Kako preživjeti mjesec dana bez kupovine nove odjeće?

MANJE JE VIŠE

Pronađi svoj stil, nosi ga s ponosom i zapamti: bitno je da ti nosiš odjeću, a ne ona tebe!

Piše Lana Vinovrški



Nosi se sa stilom

Mogli bismo ovako u nedogled nastaviti, ali savladavanje već ova dva koraka bit će veliki pozitivan pomak. Međutim, najveća zamka je, kako ustrajati i uspjeti. Takve krize ponekad možemo prebroditi kupovanjem nekog manjeg i jeftinijeg detalja koji će staru „kombinaciju“ osvježiti, umjesto na potrošimo puno više na novu odjeću. Detalji mogu biti marama koju možemo vezati na različite načine, posuđeni remen od cimerice ...

U današnjem svijetu svaki mjesec izlazi nešto novo, novi proizvodi, nova odjeća, nova estetika, novi trendovi. Za neke ljude teško je to pratiti stoga nas se stalno „tjera“ da kupujemo novo, a staro najčešće prodamo, ili još gore, bacamo. No, može li se zapravo postići da se ništa ne kupuje barem mjesec dana? Mogu li studenti sebi priuštiti da kontinuirano nešto kupuju, ili da pitamo, mogu li studenti mjesec dana bez kupovine novih proizvoda? Naravno da mogu, bitno je postaviti granice i ciljeve, a ideja je pametno trošiti studentski budžet.

Počnimo s pretplatama, ili newsletterima kojima se mora znati granica ako se odlučimo da nema kupnje barem na kratko. Newsletteri će biti noćna mora za to, jer nas bombardiraju sa svih strana, zato savjetujemo objavu sa svega na što si se prijavio ciljano, ili linijom manjeg otpora, što je puno češće, kako ne bi dobivao mailove o novim ponudama i tako osigurao sebi malo reklamnog mira i tišine, a svom studentskom budžetu pozitivnu brojku.

Ako smo se odlučili na to da nema kupnje, kupnje neće biti, pa idemo na drugi korak. Prije nego uzmeš bilo koju robu u ruke zapitaj se trebaš li to stvarno? Ne nasjedaj na popuste koji su toliko česti, ali najčešće dobar marketinški trik, a rijetko pravi popust.

Ovdje je potrebno samo malo kreativnosti za koju nema ograničenja. To Vam se možda i dugoročno sviđa.

Zato prije odluke o kupnji nove odjeće probajte otvoriti svoj ormar i dobro pregledati što točno imate i što vam stvarno nedostaje. Svima se ponekad dogodi da u svom ormaru imaju odjeću na koju su i zaboravili. I baš svi imamo ormar koji je pun, ali i dalje ništa dobrog za obući, ali nije ustvari baš tako. Usvojite li ovaj savjet već ste poprilično ustrajali u svojoj kontroli potrošnje i rekli bismo, savladali bitne korake financijske pismenosti. I tako se slažu argumenti; pozitivno financijsko stanje, manjak potrebe za kupnjom nove odjeće. Ili možda ono najvažnije, spoznaju da stil nije samo posjedovanje najnovijeg trenda, već pronalazak sebe u onome što nosite, jer stil se ne može kupiti novcem.

Sve ove savjete i komentare shvatite kao detoks i otkrivanje svog originalnog stila. Pronađite svoj stil i nosite ga s ponosom te zapamtite: bitno je da vi nosite odjeću a ne ona vas! Stil nije ono što kupiš u trgovini već kako odjeću nosiš.

Predstavljamo novi studentski klub – Kalitera

NEŠTO SASVIM DRUKČIJE

KAlitera unosi novu dinamiku u karlovačku čitateljsku svakodnevicu – ne samo kao još jedna kulturna aktivnost, nego kao trajna i organizirana platforma koja potiče redovite susrete, zajedničko čitanje i kreativno pisanje, dodatno obogaćujući studentski život.

Piše Lara Jurčević

Na Veleučilištu u Karlovcu osnovan je prvi studentski čitateljsko-spisateljski klub pod simboličnim nazivom KAlitera. Radi se o inicijativi koja okuplja studente i ljubitelje književnosti oko zajedničke strasti prema knjigama, pisanju i razgovoru. Klub je već započeo s radom, a dobar interes studenata pokazuje koliko je ovakav sadržaj bio potreban u studentskoj zajednici.

Projekt financira Studentski centar Karlovac, koji je za ovaj projekt odobrio budžet od 1.000 eura za kupovinu knjiga i provedbu aktivnosti, čime su osigurani kvalitetni uvjeti za kontinuirani rad.

Karlovački književni klubovi

Karlovac ima bogatu kulturnu scenu u kojoj se često organiziraju književne večeri, tribine i promocije knjiga, no stalan studentski književni klub koji sustavno okuplja aktivne čitatelje i autore, posebno među studentskom populacijom, do sada nije postojao.

U tom kontekstu, KAlitera unosi novu dinamiku u karlovačku čitateljsku svakodnevicu – ne samo kao još jedna kulturna aktivnost, nego kao trajna i organizirana platforma koja potiče redovite susrete, zajedničko čitanje i kreativno pisanje, dodatno obogaćujući studentski život.

Osnivačica i voditeljica kluba je studentica Poslovnog upravljanja Lara Jurčević, nagrađivana književnica s bogatim iskustvom u kulturnom i medijskom području. Dobitnica je književne nagrade Mate Raos za najbolju kratku priču, a njezini su radovi prepoznati i na natjecanjima poput Večernjakove kratke priče i Kritične mase. Dugogodišnja je novinarka studentskog lista Indekspress te autorica brojnih tekstova za lokalne i nacionalne medije, što jamči profesionalnu i kvalitetnu provedbu projekta.



Kako funkcionira klub?

KAlitera se sastaje jednom mjesečno, a aktivnosti uključuju čitateljske rasprave, kreativno pisanje, književne večeri i radionice. Klub djeluje i u digitalnom prostoru, gdje članovi dijele osvrte, preporuke, vlastite tekstove i video-sadržaje. Cilj je poticanje čitanja u studentskoj populaciji i promocija mladih autora.

KAlitera ne funkcionira samo kao čitateljski klub, već kao kulturna platforma koja spaja književnost, kreativno pisanje i digitalne medije. Članovi ne samo da raspravljaju o knjigama, već stvaraju vlastite priče, pjesme i eseje koje dijele s javnošću putem društvenih mreža i web stranice kluba. Ovaj model kombinira tradicionalnu praksu čitanja s modernim, interaktivnim formatima i otvara prostor za autore početnike, studente i sve koji žele izraziti svoje literarne ideje. Na prvom sastanku članovi kluba su se međusobno upoznali i razgovarali o projektu, a voditeljica je članovima uručila čitateljske poklon pakete i prvu knjigu koju su zajedno čitali i analizirali – Društvo za književnost i pitu od krumpira s Guernseyja, autorica Mary Ann Shaffer i Annie Barrows. Pratitelji na društvenim mrežama pozvani su da i sami pročitaju odabrani naslov te sudjeluju u aktivnostima kluba online, a za najaktivnije pripremljene su i prigodne nagrade.



Kako možete sudjelovati u radu kluba?

Studenti u radu kluba mogu sudjelovati i na druge načine, kao što su praćenje i podržavanje objava na društvenim mrežama te čitanje odabranih knjiga na daljinu. Na taj način mogu pratiti rad kluba i sudjelovati u književnom iskustvu. KAlitera pokazuje da studentski život može biti mnogo više od predavanja i ispita. U vremenu brzih informacija i površnih sadržaja, ovaj klub vraća fokus na razgovor, knjigu i zajedništvo. Nicanjem i djelovanjem takvih inicijativa, kreativnost i pisana riječ dobivaju zasluženo mjesto u karlovačkoj studentskoj zajednici.



Zakon teatar

VELI SE „KAZALIŠTE“ A NE „TEATAR“

Zakon Teatar je nastao iz elana i inspiracije karlovačkog glumca i redatelja Peđe Gvozdića kojeg domaća publika dugi niz godina poznaje i cijeni.

Piše Boris Sertić

Prošle sezone u našem gradu nastupio je, odnosno svoja vrata otvorio, novi Zakon Teatar. Iako će mu neki zamjerati naslovnu odrednicu „teatra“ umjesto „kazališta“, pravi poznavaoци kazališne kulturne scene brzo će shvatiti kako se tu zaista radi o kontekstu širem od kazališta kao klasične kulturne institucije. Zakon Teatar je nastao iz elana i inspiracije karlovačkog glumca i redatelja Peđe Gvozdića kojeg domaća publika dugi niz godina poznaje i cijeni. Većina javnosti poima ga kao jednog od nositelja profesionalnog ansambla Gradskog kazališta „Zorin dom“ – njegove donedavne matične kuće.

Ispit publike

U staroj jezgri, u ulici Ivana Banjavčića na broju 8, koju Karlovčani još prepoznaju kao adresu Knjižnice za mlade, Karlovac je dobio institucionaliziranu umjetničku kuću – privatno kazalište s devedeset sjedećih

mjesta. U rad Zakon Teatra snažno je ugrađen i pedagoški glumački rad preko škole glume koja danas, u relativno kratkom vremenu od svog osnivanja, okuplja sedamdeset članova. Kazalište se uvelike orijentira i na dječji program nudeći matineje i predstave za najmlađe. Također, Zakon Teatar prihvatio je i dio bogate lutkarske tradicije grada Karlovca preko organizacije i vođenja manifestacija i festivala kao što su *InPuT festival* i *Karavan mašte*. Uz to vrijedi i spomenuti kako Zakon Teatar pokreće i festival stand-up komedije *Brdo smijeha*. Humor i poticanje dobre i opuštene atmosfere u kazališnoj kulturi publika i očekuje od Peđe Gvozdića koji još uvijek uveseljava svojom ikonskom predstavom *Pračovjek*, za koju je svojedobno i sam autor – Rob Backer izjavio da je iznimno ostvarenje u pogledu adaptacije njegove autorske, još uvijek izvođene brodwayske predstave *Defending the Caveman*.

Početna slavlja i dionizije ovog projekta s vremenom će se, doduše, predavati ispitu publike koja će utvrditi njezinu budućnost. Sudeći po svemu što odlikuje ovaj projekt – vlastita dvorana, škola glume, lutkarska scena, kazališna družina i nekoliko festivala, mogli bismo odgovoriti onima koji kažu kako se „veli kazalište, a ne teatar“ da su sa Zakon Teatrom napravili pogrešku. Pojam kazališta proizlazi iz birokratske krutosti „ustanova“ i „institucija“, a teatar je nešto mnogo više. To su one daske koje život znače i strast glumaca koji nam donose čudo scene u kojem doživljavamo katarzu i ekstazu. Zakon Teatar ima priliku zaista postati teatar. Hoće li u tome uspjeti, vidjet ćemo, gdje drugdje nego u kazalištu.







Sasvim neobično prijateljstvo

KAD BOGOMOLJKA POKUCA NA VRATA

Priča o susretu koji ruši predrasude o jednom od najmističnijih kukaca

Piše Lara Jurčević

Bogomoljke su odavno poznate kao svojevrsne „femme fatale“ životinjskog svijeta. Njihova reputacija proizlazi iz činjenice da ženka nakon parenja često pojede mužjaka, što na prvi pogled djeluje brutalno. No, riječ je o prirodnom i funkcionalnom procesu – način na koji osigurava sebi energiju za razvoj potomstva. Ipak, iza ove pomalo zastrašujuće slike krije se jedno sasvim drugačije pitanje – može li se između čovjeka i bogomoljke razviti odnos koji nalikuje prijateljstvu?

Odgovor na to pitanje donosi priča o bogomoljki Betty, koja je jednog kasnog ljeta doslovno „pokucala na vrata“ i ušla u svakodnevnicu svoje vlasnice. Riječ je o europskoj bogomoljki (*Mantis religiosa*), autohtonoj vrsti koja je poznata po svojoj eleganciji ali i predatorskim sposobnostima.

Iako bogomoljke u prirodi žive relativno kratko, najčešće do godinu dana, Betty je odlučila prezimiti u zatvorenom prostoru, čime je njezina priča dobila neočekivani nastavak. Svojim ponašanjem brzo je osvojila ukućane i pokazala da ovi kukci mogu biti znatno više od onoga što o njima mislimo.



Suživot

Posebno zanimljiv dio njezina ponašanja jest interakcija s ljudima. Betty često prati svaki pokret svojih ukućana, penje se na naočale ili rame i promatra okolinu s neobičnom znatiželjom. Strah od ugriza ubrzo nestaje jer bogomoljke rijetko napadaju ljude, čak i kada se osjećaju ugroženo.

Umjesto agresije, poznate su po tzv. „plesu zastrašivanja“, kojim pokušavaju otjerati potencijalne predatore.

U sigurnom okruženju, međutim, taj ples poprima gotovo zabavnu dimenziju – ritmično njihanje i pokreti koji djeluju poput improviziranog plesa.

Unatoč simpatičnoj strani, njihova priroda predatora ostaje nepromijenjena. Bogomoljke se hrane isključivo živim kukcima, što vlasnicima može predstavljati izazov. Ipak, u ovom slučaju, priroda često sama odradi svoje – neželjeni kukci koji uđu u prostor postaju plijen.



Priča dodatno dobiva na zanimljivosti u kućanstvu koje već broji neobične ljubimce – od paličnjaka do pauka. Takvo okruženje djeci pruža priliku da razviju drugačiji odnos prema životinjama i nauče poštovati i one koje većina ljudi doživljava s nelagodom.

I nije sve ostalo na tome. Prava priča tek slijedi. Betty je uskoro, u svom novom domu, položila ooteke – jajne čahure iz kojih će se izležiti mlade bogomoljke. Nakon što ojačaju, plan je vratiti ih u prirodu, gdje će nastaviti svoj životni ciklus.

Ova kratka i neobična priča pokazuje kako i najneočekivani susreti mogu promijeniti percepciju. Bogomoljka, koja u popularnoj kulturi često simbolizira opasnost, u stvarnosti može postati simbol znatiželje, suživota i – iznenađujuće – prijateljstva.



Snovi - kad mozak preuzme režiju

KAD ZAKLOPIŠ OČI

Piše Valentina Čačković

Zapisivanje snova odmah nakon buđenja može poboljšati pamćenje, potaknuti na kreativnost i pomoći da bolje razumiješ sebe.

Znaš onaj osjećaj kad se probudiš i još sekundu, dvije lebdiš između sna i stvarnosti, pokušavajući uhvatiti sve što se upravo dogodilo? Pitaš se je li to bila poruka svemira, znak da te čeka sudbonosni susret... ili samo tvoj mozak koji sortira uspomene dok spavaš otvorenih usta? Ne znam za vas, ali ja se redovito probudim iz sna i nekoliko sekundi gledam u zid pokušavajući shvatiti zašto sam, recimo, trčala po Karlovcu za flamingom koji nosi moju torbu s faksa. Onda se pitam ima li to ikakvog smisla ili mi je mozak samo malo poludio.

Snovi su fascinantni upravo zato što ih svi imamo, a nitko ih ne razumije do kraja. Ispada da zapravo imaju smisla, samo ne onakvog kakvog očekujemo. Zapisivanje snova odmah nakon buđenja može poboljšati pamćenje, potaknuti na kreativnost i pomoći da bolje razumiješ sebe. Postoji čak i termin dream journaling kojeg psihoterapeuti koriste kao alat za osobni razvoj. Prema istraživanju Sveučilišta u Montrealu (2023.), studenti koji redovito vode dnevnik snova prijavili su manju razinu stresa i bolju emocionalnu samoregulaciju. Vrijedi probati.

Znanost iza snova

Tijekom noći prolazimo kroz četiri faze sna. Znanstvenici kažu da većina snova nastaje tijekom REM (rapid eye movement) faze sna, kada je mozak najaktivniji, a tijelo potpuno opušteno što je dobro jer bismo inače fizički reagirali na ono što sanjamo. U toj fazi oči nam se brzo miču ispod kapaka, a u snu trčimo za tramvajem koji nikad ne staje ili polažemo ispit iz predmeta koji nikad nismo upisali. Sanjanje zapravo pomaže mozgu da procesira emocije, uči i pamti. Kad ne sanjamo dovoljno, postajemo nervozni i skloniji stresu što možda objašnjava zašto smo svi na faksu pospani na jutarnjim predavanjima. Sigmund Freud je još krajem 19. stoljeća smatrao da su snovi prozor u podsvijest; ono što ne smiješ ili ne želiš priznati sebi dok si budan, izađe van kad zaspiš. Po njemu, svaki san ima skriveno značenje, često povezano s potisnutim željama ili strahovima. Danas bi možda Freud imao TikTok profil s naslovom "Što znači kad sanjaš bivšeg" ili nešto slično, ali njegova ideja i dalje drži vodu. Sanjati možeš strahove, želje, stres, krivnju ili jednostavno nebuloze koje tvoj mozak pokušava preraditi. I nije uvijek duboko i simbolično. Ponekad sanjaš pizzu samo zato što je dugo nisi jeo. Njegov učenik Carl Jung otišao je korak dalje. Smatrao je da snovi nisu samo osobni, nego i kolektivni, da nose simbole koji su zajednički svim ljudima. Danas

psihologija gleda drugačije: snovi su način na koji mozak obrađuje informacije. Prema istraživanju Američkog Nacionalnog instituta za neuroznanost (NIH, 2022.), snovi igraju ključnu ulogu u procesuiranju emocija i memorije. Naši mozgovi doslovno "sortiraju" i sve što se dogodilo tijekom dana; stres s faksa, razgovor s prijateljem, ispitnu paniku i pokušavaju to posložiti u emocionalnu logiku. Drugim riječima, snovi su svojevrsni mentalni trening. Zato ponekad sanjaš ispit s faksa iako te zapravo muči nešto sasvim drugo.

Kad znaš da sanjaš

Postoji i nešto što se zove lucidno sanjanje. To je stanje u kojem znaš da sanjaš i možeš svjesno utjecati na tvoj san. Znanstvenici s njemačkog Sveučilišta u Osnabrücku (2020.) otkrili su da se tijekom lucidnog sna aktivira prefrontalni korteks, dio mozga zadužen za logičko razmišljanje i samosvijest. To objašnjava zašto neki ljudi mogu "režirati" vlastite snove; razgovarati s likovima, letjeti ili mijenjati scenarij. Postoje i metode treniranja lucidnog sanjanja, poput MILD tehnike (Mnemonic Induction of Lucid Dreams) gdje prije spavanja ponavljaš fraze tipa "Prepoznat ću da sanjam". Možda zvuči nemoguće, ali ima i potvrdu u istraživanjima.

Noćne more

S druge strane, noćne more nisu samo posljedica horor filmova prije spavanja. One su često povezane sa stresom, traumom ili poremećajem spavanja. Istraživanje Sleep Medicine Reviews (2021.) pokazalo je da studenti i mladi češće imaju noće more zbog nepravilnog ritma spavanja, previše ekrana prije spavanja i kroničnog stresa. Nije samo Netflix kriv, nego i ispit iz makroekonomije koji visi nad glavom.

A zašto su nam snovi važni? Snovi nas povezuju s nama samima. Pokazuju što nas brine, što nas veseli, a ponekad i što bismo mogli promijeniti. Iako ih nikad nećemo do kraja shvatiti, nisu slučajnost. Oni su ogledalo našeg uma, skriveno između jastuka i podsvijesti. Zanimljivo je da su se neki od najvećih svjetskih izuma i ideja izrodili upravo u snovima. Dmitri Mendeljejev je sanjao periodni sustav elemenata. Mary Shelley je sanjala lik Frankensteina, dok je Paul McCartney čuo melodiju "Yesterday" u snu i zapisao je čim se probudio. Kad idući put sanjate nešto ludo, možda nije besmislica nego genijalna ideja koju vrijedi zapisati.

VODORAVNO

1. globalni znanstveni panel za klimatske promjene
4. gornji sloj tla bogat organskom tvari
9. znanstvena disciplina koja proučava raspodjelu organizama na Zemlji
12. korištenje resursa bez uništavanja prirode
14. znanost o oceanima
15. dio biljke koji upija vodu
16. velika masa leda na polovima
17. pokretanje velikih masa tla niz padinu
23. gusta tropska šuma s velikom bioraznolikošću
25. izbacivanje lave, plinova i pepela iz Zemljine unutrašnjosti
27. zračni omotač Zemlje
30. Energija dobivena iz kretanja vode
32. dugotrajno nakupljanje hranjivih tvari u vodi
33. postupak uklanjanja štetnih tvari iz okoliša pomoću organizama
34. veliki travnati ekosustav tropskog područja
35. čvrsti vanjski dio Zemlje
36. onečišćenje okoliša štetnim tvarima

OKOMITO

2. suhi biom s vrlo malo padalina
3. hladni travnati biom s permafrostom
5. znanost o odnosu živih bića i okoliša
6. planet na kojem živimo
7. umjetno obnavljanje šumskih ekosustava
8. znanost o vodi na Zemlji
10. naglo pomicanje tla uzrokovano tektonskim silama
11. sloj plinova koji okružuje Zemlju
13. znanost o tlu i njegovim svojstvima
18. iznenadno izlivanje vode iz riječnih korita
19. dugotrajno smanjenje količine vode u okolišu
20. proces pretvaranja plodnog tla u pustinju
21. znanost o atmosferi i vremenskim procesima
22. raznolikost gena, vrsta i ekosustava
24. globalni sloj živih organizama na Zemlji
26. ekosustav na granici kopna i vode
28. ponovna prerada otpada
29. svi vodeni sustavi na planetu
31. energija dobivena iz organskih materijala

Studentski vicevi :)

Student pita kolegu: - Koju dijete držiš?

Kolega odgovara: - Studentsku.

Prvi začuđeno upita: -Kakva je to dijete?

Kolega mu odgovara: -Jedem kad imam para, a postim kad nemam.

Prosječni student namješta tri alarma:

1. Vrijeme je za buđenje.
2. Stvarno se moraš probuditi.
3. Predavanje je već počelo.

Profesor govori dvojici kolega:

-Vidim da ste prepisivali.

Studenti ga uvjeravaju:

- Nismo profesore!

Profesor će na to:

- Kako onda imate potpuno iste pogreške?

Studenti mu odgovaraju:

- Pa... učili smo iz istih skripti.

Lijeni student ulazi u knjižnicu i upita:

- Imate li knjigu „Kako položiti ispit bez učenja?“

Knjižničarka mu odgovara:

-Imamo.

Student će na to:

- Super, ali možete li mi je samo prepričati?

Student odlučno govori sam sebi:

- Danas stvarno učim.

Na laptopu mu izlazi YouTube preporuka:
Top 10 zanimljivosti o pingvinima.

Student: - Pogledat ću samo jedan video...

Motivacija je ono što osjetiš dan prije ispita u
23:47.

Piše Lara Jurčević

STUDENTSKI HOROSKOP – travanj 2026.

* **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**
v.d. pročelnika Filip Žugčić,
viši predavač
- **ODJEL PREHRAMBENE TEHNOLOGIJE**
v.d. Filip Žugčić,
viši predavač, pročelnik
- **ODJEL LOVSTVA I ZAŠTITE PRIRODE**
dr.sc. Tomislav Dumić,
viši predavač, pročelnik
- **ODJEL SIGURNOSTI I ZAŠTITE**
Silvija Jakšić, mag.ing.cheming,
predavač, pročelnica
- **POSLOVNI ODJEL**
dr.sc. Silvija 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: Travanj donosi neki novi nalet energije i želju da riješiš sve akademske obaveze koje su ti se nakupile. Ako pametno rasporediš vrijeme, rezultati će biti iznad očekivanja.

LJUBAV: Strast i spontanost obilježiti će ovaj mjesec. Oni u vezi mogu očekivati više zajedničkih planova, dok samci imaju priliku za zanimljivo i uzbudljivo novo poznanstvo.

ZDRAVLJE: Fizička aktivnost pomoći će ti da izbaciš stres koji se u tebi nakuplja već mjesecima.

BIK (21.4. – 21.5.)

FAKS: Ne odustaj ako ti neki predmet ne ide na prvu od ruke. Upornost će ti pomoći da ostvariš željene rezultate čak i na tom nemilom ispitu.

LJUBAV: Samci bi mogli upoznati osobu s kojom dijele slične životne vrijednosti. U vezama će biti poljuljano povjerenje.

ZDRAVLJE: Obrati pažnju na prehranu, nemoj tako često posjećivati restorane brze prehrane.

BLIZANCI (22.5. – 21.6.)

FAKS: Ovo je mjesec u kojem ćeš apsolutno briljirati. Tvoje prezentacije očarat će profesore i kolege.

LJUBAV: Društveni život bit će bogat, a postoji i prilika za uzbudljivu ljubavnu avanturu. Pamet u glavu, nemoj se previše zanositi. U vezama će doći do pojave nove dinamike koju nećete moći oboje pratiti.

ZDRAVLJE: Više sna, manje TikTok-a...

RAK (22.6. – 22.7.)

FAKS: Fokusiraj se na dugoročne ciljeve. Tvoja predanost učenju donijet će ti dugo prizeljivane rezultate.

LJUBAV: U vezama dolazi do dubljeg razumijevanja, dok samci mogu osjetiti privlačnost prema nekome iz prijateljskog kruga.

ZDRAVLJE: Pronađi vrijeme za odmor i opuštanje.

LAV (23.7. – 22.8.)

FAKS: Travanj je idealan za pokazivanje znanja i ambicije. Profesori će primijetiti tvoj trud i angažman. Nemoj se umisliti, već iskoristi tu prednost na ispitima.

LJUBAV: Privlačiš pažnju gdje god se pojaviš, ti zaista možeš birati. U vezama travanj donosi više romantike i harmonije.

ZDRAVLJE: Energija ti je visoka, ali ne zaboravi na kvalitetan odmor, jer ćeš u protivnom ubrzo ostati bez baterija.

DJEVICA (23.8. – 22.9.)

FAKS: Organizacija je tvoja snaga, ali pazi da se ne izgubiš u detaljima. Fokusiraj se na ono najvažnije za uspjeh na ispitima, a ne na boju fascikla u kojoj ćeš čuvati skriptu.

LJUBAV: U vezama travanj donosi izazove, ali otvoren razgovor može riješiti sve nesporazume. Samci bi mogli upoznati jednu zanimljivu osobu na faksu.

ZDRAVLJE: Lagana tjelovježba i šetnje bit će ti od velike pomoći.

VAGA (23.9. – 22.10.)

FAKS: Suradnja s kolegama donosi ti dobre rezultate. Svakome ponekad treba pomoć te zapamti da nije sramota, već prednost to priznati i potražiti pomoć od kolega.

LJUBAV: U vezama travanj donosi mnogo nesuglasica, ali sve se to može riješiti iskrenim razgovorom. Samci će upoznati osobu koju su dugo tražili i za koju su spremni na sve.

ZDRAVLJE: Održavaj ravnotežu između rada i odmora. U prijevodu: radi manje, spavaj više.

ŠKORPION (23.10. – 21.11.)

FAKS: Ako se držiš plana, uspješno ćeš riješiti i najteže akademske izazove. Znajući tebe, planovi će lako pasti u vodu, ali ipak pokušaj izvući najbolje iz svake situacije.

LJUBAV: Strasti su ovog mjeseca pojačane. U vezama može doći do intenzivnih razgovora, dok samci upoznaju intrigantne osobe koje će im privući pažnju.

ZDRAVLJE: Redovito kretanje pomoći će ti da izbaciš napetost.

STRIJELAC (22.11. – 21.12.)

FAKS: Motivacija za učenje ti raste, ali pazi da opet ne odgađaš obaveze. Napiši plan ispitnih rokova i drži se plana!

LJUBAV: Zvuk bubnjeva molimo uz ovu objavu, jer fatalna osoba u travnju ulazi u vaš život. U vezama dolazi do više spontanosti i pokazivanja emocija.

ZDRAVLJE: Unutarnji mir potraži u prirodi, posebice u šumi.

JARAC (22.12. – 20.1.)

FAKS: Tvoj trud konačno dolazi do izražaja. Travanj donosi priliku da pokažeš koliko si ozbiljan i predan prema svim svojim akademskim obvezama.

LJUBAV: Stabilnost i povjerenje obilježavaju odnose. Samci traže nešto ozbiljnije, a prilika bi se mogla pojaviti uskoro.

ZDRAVLJE: Rutina je tvoja oaza energije.

VODENJAK (21.1. – 18.2.)

FAKS: Kreativne ideje pomoći će ti da riješiš zadatke na originalan način. Profesori će cijeniti tvoj drugačiji pristup i vrijeme koje ulažeš u njihov predmet.

LJUBAV: Samci bi mogli upoznati nekoga tko dijeli njihove interese. U vezama neće baš cvjetati ruže, ali pokušajte preživjeti do idućeg mjeseca.

ZDRAVLJE: Udahni i izdahni. Smirenost je tvoja vodilja kroz život.

RIBE (19.2. – 20.3.)

FAKS: Ako napraviš dobar plan učenja, uspjeh je gotovo zagwarantiran!

LJUBAV: U vezama dolazi do više bliskosti i velike količine strasti, dok samci mogu razviti duboke osjećaje prema nekome novom. Ipak, pripazite, travanj je za vas mjesec neuzvratačne ljubavi.

ZDRAVLJE: Imunitet ti je vrlo loš. Izadi na sunce i uhvati taj vitamin D!



INDEKS
press

PREDAVAČ