



Средно училище „Йоан Екзарх Български“

град Шумен, улица "Преслав" №1 hg_shumen@abv.bg

ХУМАНИТАРЕН ШУМ

Брой 1

e-mail: humanitarensyum@abv.bg

facebook: в-к „Хуманитарен шум“

Коледният концерт с базар предизвикаха голям интерес в училище

863.27 лева бяха събрани за благотворителност в СУ „Йоан Екзарх Български“. Традиционният за училището Коледен базар се проведе на 13-ти декември. Той беше придружен с цветна и изпълнена с настроение програма. Тази година в него взеха участие много ученици. Трогателни благопожелания към всички присъстващи отправиха коледарите от 1 „б“ клас. Седем групи, работещи по проект „Твоят час“, представиха продуктите на своята дейност. За доброто настроение се погрижиха участниците в празничната програма: Катерина, Никол и Айсу от 4 „а“, Румяна от 9 „б“, Теодора и Симона от 4 „г“ и



Младежка формация „WOW“ към Младежки дом-Шумен в състав: Полина, Кремена, Ралица и Лора от 7 „а“ клас.

Организатор на събитието беше г-жа Кинка Харизанова, музикално

оформление г-жа Женья Теллалова. Хубавите моменти запечата г-н Петър Петров.

В броя можете да видите:

Една българка в Италия - за пътя към вегаството и за коледните традиции...

2

Какво—къде—кога

3

Запознай се с малките

3

Станете популярни по лесен и забавен начин

4

Валентина Тодорова — директор на СУ „Йоан Екзарх Български“: „Успехите – ние имаме възможност да си ги постигнем и сами!“

Юриета Иванова и Румяна Радева

Какво е за Вас Коледа и как отбелязвате празника във Вашето семейство?

Ами, традиционно, както всички семейства – с елха, с баница, с постни храни и, надявам се, с настроение.

Имате ли спомен от зимните празници във Вашето детство, който се е запечатал в съзнанието Ви?

В моето детство такъв празник Коледа – Рождество Христово не

съществуваше, защото живеехме в едно друго време, в което религията беше забранена. Тя беше изместена от друга идеология и тогава бяхме обречени да проповядваме тази

идеология – комунистическата. А тя отрича съществуването на божествената същност и в този смисъл се проповядваше атеизъм, дори беше забранено да се вярва в съществуването на Бог, защото тази вяра измества светлата вяра в комунистическия идеал и в комунистическото бъдеще.



Така че за нас такъв празник като Рождество Христово не съществуваше...
>>>3-та страница

Една българка в Италия - за пътя към вегаството и за коледните традиции...

Юриета Иванова

Ще ни разкажеш малко повече за себе си и по-точно за своя път към веганството?

Здравейте, казвам се Антония Карова - мама, любител с апарат, влюбена в планината, морето и йогата, определям се като веге, защото е трудно да си истински веган. Не употребявам животински продукти от любов към животните. Естествено, рецептите ми са не само веган, а и здравословни. Начинът, по който се храним, ме кара да се чувствам добре освен физически и духовно, но това е избор, който всеки прави сам за себе си. Децата, извън дома ни, могат да избират сами какво да вземат или не, и се надявам са щастливи от изборите си.

Коя е храната, която най-често откриваш в хладилника си?

Хладилникът ни е пълен с плодове и зеленчуци, в

момента много грозде и райски ябълки, имам тофу и домашно мариновани маслини, през зимата винаги имам туршия!

Какво трябва да включва здравословната веганска закуска и

лишени ли за веганите от разнообразие в храненето си?

Веганската кухня е много разнообразна и застъпена в нашите традиции, аз предпочитам да използвам екстра върджин зехтин, със много сурови ядки, с повече пълнозърнести брашна, сухи и пресни плодове, натурални сладка само от плодове, много бобови растения и зеленчуци. Доколкото е

възможно, без използването на сол и промишлено преработени суровини, бяло брашно, бял ориз, захар, маргарин, никакво пържено и минимално използване на екстрахирани мазнини.

В днешно време вегетарианството и веганството стават все по-актуални сред тийнейджърите, какъв би бил твой съвет/насока към тях?

Съветвам ги да се информират добре, защото липси в организма може да има, както при веган, така и при хранене с месо, ако то не е балансирано. Не употребявам месо от 16 години и се чувствам чудесно, бягам по 5 км с удоволствие и през лятото и през зимата, което ми помага да се поддържа винаги във форма. Спортът е много важен особено при децата.

Като майка на 4 прекрасни деца няма как да избегна въпроса - кое е най-специалното нещо за малчуганите?

За моите деца най-специално нещо по коледните празници е ваканцията, когато могат да се приберат при баба, дядо и леля в България. Надявам се да успеят да оценяват празника в смисъла на Рождество Христово.

Ти си от България и може би българските традиции заемат важно място в дома ти, но би ли ни разказала за традиционното празнуване в Италия?

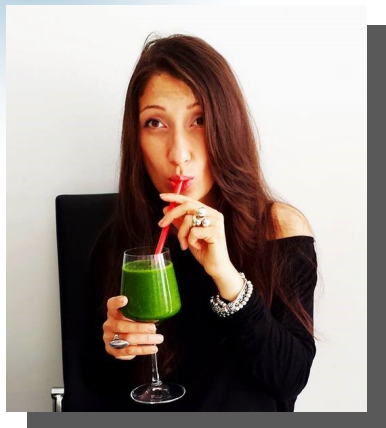
Винаги поддържам живи българските традиции в дома ни. Правя туршия и кисело зеле в глинена делва, от което стават чудесни сарми!

Коледа в Италия е един от най-важните църковни празници. Традиционна е постната вечеря с риба на Бъдни вечер и богат обяд с цялото семейство за Коледа. Приготвят се различни видове паста, ястия с месо и традиционния козинак "Панетоне". Както и в България, всички си разменят подаръци.

Има ли място във Флоренция, което да те кара да мечтаеш по коледните празници? Флоренция е магична през цялата година, но по Коледа е с традиционното коледно дърво. Пълна с коледни лампички и приказен аромат на печени кестени. Вероятно най-красива и коледна е централната църква "Santa Maria del fiore" с традиционното коледно дърво.

Какво би било твоето послание към нас, колектива на СУ "Йоан Екзарх Български", за коледните празници?

Пожелавам ви първо да сте много здрави - останало съм сигурна, че ще постигнете сами, да имате винаги повод да се усмихвате и желание да вървите напред! Пожелавам на всички деца да са амбициозни и одухотворени като вас, защото така все по-често ще се чува за България с новини за успели българи!



Антония е родена в България. Преди 16 години заминава за Италия и започва нов живот във Флоренция., става веган по свой личен избор. Днес е щастлива жена и майка на четири прекрасни деца!



„Не употребявам месо от 16 години и се чувствам чудесно.“

Валентина Тодорова - директор на СУ „Йоан Екзарх Български“: „Успехите – ние имаме възможност да си ги постигнем и сами!“ - продължение



Към ден днешен вярвате ли в магията на светлият празник и в Дядо Коледа?

Миналата година ми подариха една книга – „Съществува ли Дядо Коледа“ – (Ерик Каплан). Тя е за възрастни, не за малки деца. В нея авторът убеждава възрастните, че има Дядо Коледа. Разбира се, трябва да имаш нагласа да вярваш в съществуването му, и в своите собствени представи за белобрадия старец, защото Дядо Коледа с възрастта се променя като същност, но винаги, дано, дай Боже, цял живот да съществува за всеки отделен човек.

Може ли един директор да си позволи да мечтае?

Мечтаенето не е забранено нито за директори, нито за космонавти, нито за готвачи, то е нещо характерно за всеки човек. Ако човекът е мечтател ще си мечтае, ако е по-рационален и е здраво стъпил на земята може и да не може да мечтае.

Какво е Вашето най-голямо желание за Коледа?

Какво да е най-голямото ми желание?! Всички да сме здрави и така, това е – всички да сме здрави!

А бихте ли отправили пожелание към нас, учениците на СУ „Йоан Екзарх Български“ за новата 2018та година?

Същото – само здраве. Успехите – ние имаме възможност да си ги постигнем и сами!

„Мечтаенето не е забранено нито за директори, нито за космонавти, нито за готвачи, то е нещо характерно за всеки човек. „



Запознай се с малките

Здравей, Дядо Коледа!

Аз съм Мария Димитрова, на 10 години, от Шумен. Но ние с теб се познаваме, защото аз ти пиша всяка година писмо преди Коледа, и всяка година на Коледа ти ме правиш много щастлива с много подаръци. Обичам те, Дядо Коледа! Така както обичам мама и кака! На всички

хора пожелавам да са здрави, обичани и щастливи!
Твоя: Мария!



Снимка:rozali.com

Мили, Дядо Коледа! Пише ти Валентина Маркова! Аз съм на 8 години и съм от Шумен! За тази Коледа и Нова година си пожелавам аз и моето братче - Петър, който е само на 6 месеца да бъдем много здрави и да радваме мама и тати. Чака те с нетърпение в моя дом, защото ти ще си най-важния гост за мен и Пепи.

Много ще се радвам и ще се надявам да успееш да посетиш всяка къща и всяко дете по света да получи своя очакван подарък. И най-вече да усети Коледната магия! По Коледа винаги стават чудеса!

Ти ли правиш чудесата, Дядо Коледа?

С Обич: Вали!

Какво - къде - кога

Отиди на безплатно кино в Младежки дом

⇒ на 23-ти 9:30 ч.

„Паддингтън“ 2 –2d

⇒ и на 24-ти декември от 9:30 ч.

„Крадци на ядки 2: луди по природа „–3D



Забавлявай се на ледената пързалка

⇒ парк „Студентски“

Посрещни Нова година на открито с рок група „The lefties“, АНПТ „Мадара“, Брас бенд „Виво Монтана“ и Христина Лечева

⇒ на 31-ви декември - 22.00 ч.

на сцената пред сградата на Община Шумен



Станете популярни по лесен и забавен начин

Вдъхновява ли ви зимата? Изпитвали ли сте желание да споделите своите уютни кадри с другите?

Екипът на вестник „Хуманитарен шум“ обявява фотоконкурс на тема „Зимно вдъхновение“. Можете да се включите като изпратите вашата снимка на имейл - humanitarenshum@abv.bg Няма възрастово ограничение за участие. Единственото условие е да посочите име и клас на автора, на когото е заснетия кадър. Очаквайте резултатите от нашия конкурс в следващия брой на вестника! Не забравяйте - мечтайте, търсете красотата и ни изпращайте вашите снимки!

Очакваме ги с нетърпение!

Редакционно каре

Главен редактор: *Юриета Иванова*

PR: *Румяна Радева*

Мениджър: *Михаела Георгиева*

Графичен дизайнер: *Ивета Иванова*

Репортери: *Бурчин Енверова, Вайде Алиева, Габриела Колева, Георги Гюров, Гизем Якубова, Димана Герчева, Есра Исмаилова, Мариела Попова, Мелиса Сали, Сение Ахмед, Севил Мехмедова, Ямур Халим*

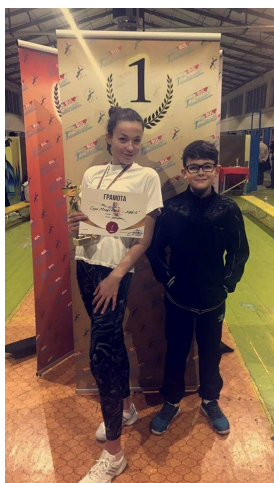


Блестящо представяне на фехтовачите ни на втория кръг от „Купа България“

Габриела Колева

Възпитаниците на СК по фехтовка „Шумен“ Сара Младенова от VII “Г” и Георги Младенов и IV “Г” клас, спечелиха съответно златен и сребърен медал в проволото се двудневно състезание по фехтовка.

На 2-ри и 3-ти декември зала „Плиска“ се превърна в арена на сблъсъци за фехтовачите от цялата страна. Състезанието „Купа Волов“ бе част от надпреварата за Купа България за деца до 11, 13 и 15 години на рапира. То бе организирано от Българската



федерация по фехтовка и домакините от фехтовална академия „Волов“. При момичетата до 15 години Сара Младенова беше безкомпромисна, спечелвайки златото. Тя тотално срази конкуренцията като на полуфинала и финала отвя съперничките си съответно с 15:2 и 15:4.

Брат й – Георги Младенов също се представи блестящо като се окичи със сребърен медал при момчетата до 11 години. В надпреварата взеха участие общо 100 деца от Шумен, Пловдив, Варна и София.

