

Sve o Nama

– list učenika i djelatnika
Učničkog doma Virovitica

šk. god. 2025./2026.
broj 28, svibanj 2026.

SON

TEMA BROJA:

MENTALNO ZDRAVLJE – balans u kaosu



STRES

PRETJERIVANJA

ROKOVI

Buka

TO DO LIST:

- ☒ ŠKOLA
- ☒ UČENJE
- ☒ OBAVEZE
- ☒ +100 STVARI

OČEKIVANJA

STRAH

Buka

NESIGURNOST

PREVIŠE
MISLI

♥ 1

✉ 99+

100+

RAZSWWS
NEW

pressure

anxiety

overloaded

tired

mir

fokus

zahvalnost

disanje

prisutnost

prihvatanje

ja

*Nije cilj izbjeći kaos,
već pronaći ravnotežu u njemu!*



OTVORENJE
KNJIŽNIČNOG
STACIONARA

SKIJANJE
U MARIBORU

PROJEKT:
ZDRAVSTVENA
PISMENOST

IMPRESSUM:

Sve o Nama

- list učenika i djelatnika UD Virovitica

šk.god. 2025./2026.,

broj 28., svibanj 2026.

List izlazi jednom godišnje

UREĐUJU:

Učenci novinarske skupine s odgajateljicom
Gabrijelom Slamić, prof.

ZA IZDAVAČA:

Martina Tišljar, prof.

IZDAVAČ:

Učenički dom Virovitica

Tomaša Masaryka 25, 33 000 Virovitica

Tel/fax: 033 295 935

UREDINICA:

Vanessa Cerovec

LEKTURA:

Gabrijela Slamić, prof.

GRAFIČKA PRIPREMA:

Grafoprojekt

NAKLADA:

120 kom



Učenički dom

IZDVAJAMO:

ADAPTACIJA - KVIZ	
O DOMU	6
DOMSKI ADVENT NA	
OTVORENOM	13
NAGRADNI IZLETI	22
TEMA BROJA	
MENTALNO ZDRAVLJE-	
BALANS U KAOSU	27
PROJEKTI:	
PREVENCIJA VRŠNJAČKOG	
NASILJA	42
DNEVNIK SOBE 17	46
INTERVJU	
DEMIAN JURIĆ	48
NOVI DJELATNICI	
KRUNO I DAMIR	53

Dragi čitatelji!

Moje ime je Vanessa Cerovec i već drugu godinu boravim u Učeničkom domu Virovitica, a prvi put vam se obraćam kao glavna urednica našeg domskog lista SoN. Dom nije samo mjesto gdje spavamo i učimo, to je prostor gdje odrastamo, učimo o sebi i gradimo odnose koji često ostaju za cijeli život i ostaju najljepši dio sjećanja na dane školovanja. Naravno, nije uvijek lako. Pritisak škole, odvojenost od obitelji i svakodnevne situacije znaju utjecati na raspoloženje, ali upravo kroz to, uz naše odgajatelje, učimo biti otporniji i učimo kako si međusobno pomoći.

Ovaj broj našeg domskog lista posvećen je temi koja je danas važnija nego ikad. Kroz školu, obaveze i svakodnevni život često zaboravimo koliko je važno stati, provjeriti kako smo i dati si malo prostora te vremena za odmor. Mentalno zdravlje nije

RIJEČ urednice



samo kada se osjećamo loše, nego i način na koji se nosimo sa stresom, kako gradimo odnose i koliko brinemo o sebi iznutra. U domu, gdje svi prolazimo kroz slične izazove, posebno je važno razvijati razumijevanje, podršku i otvoren razgovor jer ponekad i jedna riječ može napraviti veliku razliku.

Ova godina donijela nam je puno lijepih trenutaka. Jedan od posebnijih bio je odlazak na skijanje u Maribor – bijeg iz rutine, puno smijeha i zajedničkih uspomena koje će se dugo pamtili. Bili su tu i drugi izleti te mnogobrojne i raznovrsne aktivnosti koje su za nas pripremili naši odgajatelji.

Mentalno

*zdravlje nije samo
kada se osjećamo
loše, nego i način
na koji se nosimo
sa stresom*

Posebno smo ponosni i na uspjehe koje smo ostvarili na ovogodišnjoj regionalnoj Domijadi u Križevcima. Naš trud, zajedništvo i upornost pokazali su da zajedno možemo postići sjajne rezultate. To nisu samo nagrade, nego dokaz koliko vrijedi kada se podržavamo, trudimo i držimo zajedno.

Sve što smo radili i stvarali kroz ovu školsku godinu, ali i mnogo više od toga, možete pročitati na šarenim stranicama našeg domskog lista čiji novi broj držite u rukama.

Uživajte!

Vanessa Cerovec

Dobrodošlica

novim učenicima

S početkom nove školske godine, naš je učenički dom postao bogatiji za tridesetak novih učenika i učenica koji su svoje srednjoškolsko obrazovanje odlučili započeti upravo u našem gradu. Njihov dolazak u nedjelju (7. rujna 2025.) obilježen je srdačnim dočekom koji su im priredili djelatnici doma i ravnateljica, želeći im već od prvog dana pružiti osjećaj sigurnosti, podrške i pripadnosti novoj zajednici.

Razumijemo da je mnogima odvajanje od roditelja i obitelji teško palo – posebno onima koji se po prvi put susreću s boravkom izvan svoga doma. No vjerujemo da će upravo ovdje pronaći drugo “mjesto pod suncem”, gdje će sklopiti nova prijateljstva, steći dragocjena iskustva i razviti samostalnost koja će im biti od velike koristi u životu.

Dragi učenici, znajte da niste sami. Ovdje ste okruženi ljudima koji žele vaše dobro i koji su uvijek spremni pomoći. Svaki početak je težak, ali svaki korak koji učinite vodi vas bliže ciljevima koje ste si postavili. Vjerujte u sebe, budite strpljivi i otvoreni – jer ovo može biti jedno od najljepših razdoblja vašeg života.

G. S. 



*Vjerujte
u sebe, budite
strpljivi
i otvoreni :)*





Obilazak grada



Radionica

„Upoznaj me“

Na početku nove školske godine, u četvrtak 11. rujna 2025., u cilju lakše adaptacije i stvaranja ugodne atmosfere u domu, održana je radionica namijenjena međusobnom upoznavanju učenika. Radionicu je pohađalo tridesetak učenika, a vodile su je voditeljica programa adaptacije, odgajateljica Suzana, uz podršku stručne suradnice Ivane.

Kroz niz interaktivnih aktivnosti i igara, učenici su imali priliku predstaviti sebe i bolje upoznati svoje vršnjake. U igrama su najuspješnije bile Chiara Matanović Buzuk i Petra Tašić. Poseban

naglasak stavljen je, osim međusobnog upoznavanja, na poticanje međusobnog poštovanja, razvijanje osjećaja pripadnosti te jačanje socijalnih vještina. Atmosfera tijekom radionice bila je opuštena i poticajna, što je omogućilo učenicima da se lakše otvore i povežu s drugima.

Radionica je ostvarila svoj cilj – olakšati učenicima prilagodbu na novu sredinu i potaknuti pozitivne odnose među njima – te je poslužila kao temelj za daljnje aktivnosti koje su za njih isplanirane u Domu.

S.S.

BONTON

za učenike

16. rujna 2025. naša je zdravstvena voditeljica Antonia održala radionicu o bontonu za nove učenike u Domu. Na radionici, na kojoj je prisustvovalo tridesetak učenika, razgovaralo se o osnovnim pravilima lijepog ponašanja te o kulturi ponašanja u domskoj blagovaonici.

Učenici su aktivno sudjelovali, dijelili svoja iskustva i zaključili da lijepa riječ, poštovanje i pristojno ponašanje čine svakodnevni život u domu ugodnijim za sve.

A.O.E.





KVIZ ZNANJA

za nove učenike

U četvrtak, 16.10. u našem domu nije bilo dosadno – testirali smo znanje (i sreću)!

Na kvizu "Koliko znaš o domu?" osam timova borilo se za titulu najvećih znalaca domaćih hodnika, pravila i tajni. Dva kruga pitanja, puno smijeha i natjecateljskog duha!

Sudjelovalo je pet timova s novim učenicima i tri s iskusnijim, starijim stanarima doma. Iako ekipe starijih učenika nisu bile u službenoj konkurenciji za nagradu, svojim su sudjelovanjem doprinijele druženju i podršci novim učenicima.

Ova aktivnost bila je ujedno i dio programa adaptacije za nove učenike s jednostavnim ciljem – da se novi učenici bolje

upoznaju, druže sa starijima i usput ponove (ili nauče) pravila i karakteristike života u domu.

Kviz su s puno truda i dobre volje organizirali naši odgajatelji Maja i Mario, koji su se pobrinuli za veselu atmosferu i zanimljiva pitanja.

Najuspješniji među prvašićima bili su članovi tima Smogovci koji su zasluženno ponijeli titulu najvećih znalaca doma i osvojili slatki paket.

Nakon kviza uslijedila je tombola s originalnim nagradama, a večer smo završili uz glazbu i ples na tulumu punom dobre energije.

Za neke je to bio prvi domski tulum, za druge još jedan u nizu, ali svi ćemo ga pamtit i po sjajnom raspoloženju.

M.M.



Sigurni u prometu

Dana 2.10.2025. u virovitičkom Učeničkom domu održano je predavanje policijske službenice Anite Relić. Tema predavanja bila je „sigurnost u prometu“, a bilo je namijenjeno za učenike prvih razreda srednje škole s ciljem podizanja svijesti o važnosti odgovornog ponašanja u prometu.

Policijska službenica upoznala je učenike s najčešćim uzrocima prometnih nesreća, pravilima sigurnog kretanja pješaka i bicikli-

sta, a posebni naglasak stavljen je na vožnju električnim romobilima. Osim toga razgovaralo se o važnosti korištenja sigurnosnog pojasa, poštivanja prometnih znakova te opreznog kretanja u blizini škole.

Učenici će stečena znanja moći primijeniti kako bi izbjegli nesreće i zaštitili osobnu sigurnost u svim prometnim situacijama.

H.Ž.





Igre za upoznavanje i socijalizaciju

U sklopu programa adaptacije novih učenika, 17. 9. 2025., na trgu iza doma organizirane su društveno-sportske igre s ciljem socijalizacije, međusobnog upoznavanja i razvijanja timskog duha.

Sudjelovalo je 9 ekipa po 3 učenika, a igre su bile zamišljene kao kombinacija natjecateljskih i zabavnih zadataka koji zahtijevaju koncentraciju, snagu i suradnju. Ukupno je održano 9

igara, pri čemu je svaka ekipa imala priliku okušati se u svim disciplinama.

Posebnu vrijednost događaju dali su stariji učenici, koji su se uključili kao volonteri i suci. Time su doprinijeli pravednom provođenju natjecanja, ali i izgradnji

prijateljske atmosfere između starijih i novih članova doma.

Druženje je proteklo u vedrom i veselom ozračju, na svježem zraku bez mobitela, uz grickalice i sokove koji su dodatno pridonijeli osjećaju zajedništva. Igre su potaknule

učenike na međusobnu suradnju, upoznavanje i stvaranje novih prijateljstava, što je i bio njihov osnovni cilj.

Zaključujemo da su igre

ispunile svoju svrhu – pridonijele su boljoj socijalizaciji i adaptaciji novih učenika, poticale zabavu kroz zajedničke aktivnosti te dodatno ojačale osjećaj pripadnosti učeničkom domu.

H.Ž. 





MOJ PRVI DAN

(godina) u Domu

Početak godine u Učeničkom domu za mene je bio veliki korak u nepoznato.

Kao prvašica, prvi put sam se odvojila od obitelji i starih prijatelja te zakoračila u svijet samostalnosti, novih obaveza i novih poznanstava.

Sve je bilo drugačije, od sobe koju dijelim s, tad nepoznatim djevojkama, do svakodnevnih navika u kojima više nisam ovisila o svojim roditeljima. U isto sam vrijeme bila vrlo uzbuđena zbog svega što me čeka i što ću naučiti, ali i vrlo uplašena.

U prvim danima bilo je dosta prilagodbe na brojna pravila doma, na nova lica i novi prostor. Najvažnije mi je bilo zbližavanje s djevojkama iz sobe, jer ipak ću s njima provesti najviše vremena kroz godinu. Budući da se u sobi našlo šest različitih karaktera, koji se međusobno ne poznaju, s različitim životnim navikama, ubrzo su počele prve svađice i pritužbe. Ali, sve se s vremenom smirilo, brzo smo se međusobno upoznale i postale bliske.

Posebno bih istaknula dvije prijateljice iz sobe od kojih se nisam odvajala cijele godine. Zajedno smo polazile razne aktivnosti,

a zajedničkim smo se snagama izvlačile iz sitnih ekshibicija i situacija u kojima bismo se našle. Ako je jedna bila u problemu, onda smo sve sudjelovale. Posebnu bliskost je donosila prostorija za tuširanje. Čekajući red za tuširanje, sjedile bismo na podu, zezale se i smijale. Dok bi se tuširale, obavezno je svirala glasna glazba. Isto tako, u posebnom sjećanju su mi ostala čekanja pred blagovaonicom. Molili bismo tete kuharice da nas puste malo ranije pa bi, uz zezanciju i smijeh, znalo doći do nadmetanja tko će prije unutra.

U početku mi je motivacija za učenje bila dosta velika pa sam si uvijek pronalazila nove prostore u kojima bi boravila. Najčešće bih išla u zimski vrt, ali se ispostavilo da je tamo svega više nego učenja.

U vanjskom prostoru doma nalazi se sjenica koja nikada nije prazna. U njoj se provode druženja sa tetama kuharicama i odgajateljima. Što je ljepše vrijeme, to nam je veća potreba da ju jednostavno povećamo kako bismo svi stali. Iza doma nalazi se igralište na koje idemo na druženja do zadnje minute dopuštenog izlaska.

U domu postoji veliki broj aktivnosti u koje se možemo uključiti. Budući da sam cijelu osnovnu školu išla na odbojku i u domu sam se priključila na tu aktivnost koju vodi odgajatelj Hrvoje, kojeg od milja među sobom zovemo Hrco. Jako volim odbojku, a odgajatelj Hrvoje je zabavan i odličan trener. Posebno me veseli što su me starije djevojke prihvatile kao ravnopravnu.

Svi djelatnici doma su mi jako dragi, od odgajatelja, noćnih pazitelja, teta kuharica i spremačica. Svi oni doprinose mom odrastanju. Uče me lijepom ponašanju, obrazovanju i općoj kulturi.

Jako mi je drago što sam odabrala dom, stoga se veselim godinama koje su ispred mene.

Gabrijela Pavlović 



Nacionalni dan borbe protiv raka dojke

7.10.



Povodom Nacionalnog dana borbe protiv raka dojke, u ženskoj dvorani Učeničkog doma okupilo se desetak djevojaka kako bi razgovarale o važnosti samopregleda dojki i ranog otkrivanja bolesti.

Tom prilikom, naša zdravstvena voditeljica ukratko je objasnila kako se pravilno izvodi samopregled te zašto je redovita kontrola ključna za očuvanje zdravlja.

Zahvaljujemo svim djevojkama koje su se odazvale – ovakvi susreti su važan korak prema osvješćavanju i brizi o sebi.

A.O.E.



Svjetski dan PJEŠAČENJA

15.10



Hodanje za zdravlje jedna je od najboljih odluka koje možemo napraviti. Hodanje ima brojne prednosti za fizičko, ali i mentalno zdravlje.

Time su bili vođeni i učenici našeg doma koji su obilježili Svjetski dan pješačenja kratkom, ali veselom šetnjom gradom. Odgajateljica Vesnica Matkov tijekom šetnje kroz neformalne razgovore osvjestila je učenike na važnost kretanja i boravka na svježem zraku te druženje bez mobitela i ekrana.

Korak po korak – za zdravlje, dobro raspoloženje i ljepši dan!

H.Ž.

DIJABETES

Međunarodni dan šećerne bolesti

14.11.

Svjetski dan šećerne bolesti (engl. World Diabetes Day), obilježava se svake godine 14. studenoga, na dan rođenja Sir Fredericka Bantinga, jednog od otkrivača inzulina 1921. godine. Ovogodišnji naglasak stavljen je na šećernu bolest na radnom mjestu.

Tako smo i ove godine u sklopu posebnog programa "Planinarene, ekologija i zdravlje", a u suradnji s učenicima i profesorima Tehničke škole Virovitica, smjer

medicinska sestra/tehničar opće njege, obilježili međunarodni dan šećerne bolesti mjereći razinu šećera u krvi i krvni tlak učenicima i djelatnicima naše ustanove.

Prevenција uključuje rano otkrivanje. Prečesto se simptomi, koji uključuju pojačano žeđanje, učestalo mokrenje, stalni umor i zamagljen vid, ignoriraju ili pripisuju stresu. Redoviti pregledi i provjera šećera u krvi ključni su za pravovremeno dijagnosticiranje bolesti.



Učinimo radna mjesta zdravijim i inkluzivnijim za sve. Svjetski dan šećerne bolesti nas potiče na donošenje odluka koje pridonose očuvanju našeg zdravlja. Odluku da prošetamo umjesto da sjedimo. Odluku da odemo na preventivni pregled.

H.Ž.



DAN (tjedan) JABUKE

U sklopu posebnog programa "Planinarenje, ekologija i zdravlje" Svjetski dan jabuke (20.10.) pretvorili smo u Domski tjedan jabuke. U suradnji s ekonomatom u svim zajedničkim prostori-

jama doma postavljene su košarice s jabukama jer kako poznata izreka kaže: jedna jabuka na dan, tjera doktora (iz doma) van!

H.Ž.



DANI KRUHA

i zahvalnosti za plodove zemlje



Odgajateljica Maja i Mariangela Dimić uredile su stol ukrasivši ga raznim vrstama kruha, peciva i kolača te plodovima jeseni.

Ovim smo činom izrazili zahvalnost za sve darove prirode.

M.M.



Smanjimo otpad hrane

Povodom Međunarodnog dana svjesnosti o bacanju i gubitku hrane, u našem Učeničkom domu 29. i 30. rujna 2025. održane su aktivnosti s ciljem podizanja svijesti o bacanju hrane.



Tijekom oba dana za vrijeme ručka učenici su gledali kratke edukativne videozapise i razgovarali o idejama kako smanjiti otpad hrane.

U utorak navečer (30. 9.) u ženskoj dvorani prikazan je dokumentarac Just Eat It, a uz film, grickalice i druženje raspravljali smo o tome kako svatko od nas može svojim navikama doprinijeti odgovornijem odnosu prema hrani.

A.O.E.

Dan RUŽIČASTIH majica



majica



VALENTINOVO



u Domu

U Domu je u četvrtak održan kratak, ali srdačan prigodni program povodom Valentinova. Program je protekao u vedrom i prijateljskom ozračju, uz sudjelovanje učenika i djelatnika.

Na samom početku programa članice glazbene skupine Anamarija i Franciska izvele su pjesmu „Igra bez granica“, čime su simbolično poslale poruku o zajedništvu i prijateljstvu. Njihova izvedba dodatno je obogatila svečanu atmosferu i razveselila prisutne.

U nastavku programa podijeljena je ljubavna pošta kojom su učenici imali priliku razmijeniti poruke podrške, simpatije i pri-

jateljstva, što je izazvalo mnogo osmijeha i pozitivnih emocija.

Odgajateljica Maja za učenike je organizirao i speedfriending, aktivnost osmišljena kako bi se potaknulo međusobno upoznavanje, komunikacija i sklapanje novih prijateljstava. Kroz dinamična pitanja i odgovore sudionici su imali priliku bolje upoznati jedni druge u opuštenom okruženju.

Prostor Doma također je dekoriran u prigodnom tonu, a sve je to zajedno pridonijelo obilježavanju Dana zaljubljenih, a ujedno i mjeseca ljubavi, u Učeničkom domu Virovitica.

G.S.



Dan sigurnijeg interneta

Povodom obilježavanja Dana sigurnijeg interneta policijske su službenice održale preventivnu edukaciju u Učeničkom domu predstavljajući novog projekta **#sigurniONLINE** usmjerenog na prevenciju štetnih i neprimjerenih ponašanja djece na internetu, mobitelu i digitalnim platformama, ali i na prevenciju kaznenih djela počinjenih na štetu djece.

Dan sigurnijeg interneta (eng. Safer Internet Day) je svjetska

kampanja koja se obilježava drugog utorka u veljači svake godine s ciljem promicanja sigurnije, odgovornije i pozitivnije upotrebe tehnologija i interneta, posebno među djecom i mladima.

U sklopu edukacije promovirani su i dostupni mehanizmi pomoći i podrške, uključujući digitalnu platformu Europol Help4U, namijenjenu djeci i mladima, kao i aplikacija Red Button.

Sigurnost djece na internetu zajednička je odgovornost svih



nas, a pravovremena edukacija i otvorena komunikacija ključ su stvaranja sigurnijeg digitalnog okruženja te je s tim ciljem i organizirano ovo edukativno predavanje.

S.S.

- U slučaju uznemirujuće ili seksualno neprimjerene poruke ili ako se od vas traži da drugim osobama pošaljete svoju neprimjerenu fotografiju ili video isječke, ODMAH izvijestite policiju
- pozivom na broj 192 gdje će vas dežurni operateri preusmjeriti na stručno osposobljenog policijskog službenika
- slanjem e-mail poruke na adresu policija@mup.hr
- putem web stranice MUP-a, prijavom na "Red button"
- dolaskom u najbližu policijsku postaju ili policijsku upravu



ADVENT

Prosinac u znaku kreativnosti

Ideje su se stvarale, boje su se miješale, a ukrasi nastajali. Donosimo dio atmosfere s naših šarenih blagdanskih radionica!



DRVO DOBRIH ŽELJA

Ove godine naše drvce na ulazu dobilo je novo ruho i posebnu ulogu. Umjesto kuglica, na njegove grane „uselio“ se nar, plod koji u mnogim kulturama označava obilje, plodnost i nove početke.

Na svaki od tih plodova učenici i zaposlenici zapisali su svoje že-

lje, misli i male životne nade pa je drvce postupno postalo živa zbirka svega što priželjkujemo u godini koja dolazi.

Sada je svaki ulazak u naš dom trenutak da se prisjetimo što nam je važno, što želimo njegovati i čemu se radujemo.



M.M.

DOMSKI ADVENT

na otvorenom u obiteljskom ozračju

Hladnog adventskog utorka u dvorištu je doma održan Domski advent na otvorenom, koji je okupio goste u toploj i obiteljskoj atmosferi. Bili su tu naši učenici i djelatnici te članovi njihovih obitelji kao i razrednici i profesori. Poseban duh adventa stvarale su lampice, božićni ukrasi i prigodne dekoracije, kao i mirisi i okusi toplog čaja i kakaa kao i nezaobilaznih kobasica u kojima su okupljeni mogli uživati.

Dvorište doma s puno su pažnje i kreativnosti uredili članovi kreativne skupine koji su tom prigodom pripremili i prigodni štand s božićnim ukrasima. Program manifestacije dodatno su obogatili učenici, članovi dramsko-recitatorske skupine te glazbene i plesne skupine, koji su svojim nastupima razveselili publiku i upotpunili blagdanski ugođaj. U stvaranju lijepih uspomena pomogle su i članice multimedijske skupine koje su nastojale zabilježiti svaki nezaboravni trenutak.

Dragim gostima obratila se ravnateljica doma izrazivši zadovoljstvo što je Domski advent okupio različite generacije – s jedne strane dječju igru i smijeh, a s druge iskustvo i uspomene. Tom je prigodom svima zaželjela mirne i blagoslovljene blagdane, ispunjene ljubavlju i bliskošću.

Održavanju ove manifestacije pridonijeli su svi djelatnici doma svojim nesebičnim angažmanom, a Domski advent još je jednom potvrdio važnost zajedništva i stvaranja ugodnog, toplog okruženja u kojem se njeguju blagdanske vrijednosti.





TJEDAN MOZGA

U tjednu od 16.2.do 22.3. obilježava se Tjedan mozga pa smo ga i mi obilježili na prikladan način dvjema aktivnostima.

U srijedu, 18.3.2026. u sklopu programa očuvanja mentalnog zdravlja stručna suradnica Ivana Štetić za zainteresirane učenike organizirala je Escape room sa spomenutom tematikom. Učenice su morale riješiti ukupno 7 zagonetki, a aktivnost je osmišljena tako da potiče timski rad i komunikaciju, a istovremeno razvija svijest o ovoj važnoj temi. Učenice su bile vrlo zadovoljno te su izrazile želju za još ovakvih aktivnosti.

Druga aktivnost u sklopu obilježavanja Tjedna mozga održala se u četvrtak, 19.3.2026. u obliku kviza općeg znanja. Ovakvom tipu vježbanja moždanih vijuga pridružilo se pet ekipa: "Marginalci", "Tatini sinovi", "Jagodice bobice", "Doktorice" i "Lucini anđeli". Uz grickalice i cede vitu ekipe su provjeravale svoje znanje iz zemljopisa, hrvatskog jezika, kemije, glazbe, kinematike i mnogih drugih područja.

Titulu pobjednica ponijela je ekipa "Doktorice" koju su sačinjavale Martina Bijelić, Petra Bubić i Mija Janković.

Ovaj kviz za učenike organizirao je stručni suradnik, pedagog Mario Ježabek uz pomoć odgajateljice Lucije Viktorije Suvajac.

L.V.S. 



BUNDDEVIJADA

OBILJEŽAVAMO

Učenici su i ove godine pokazali zavidnu razinu maštovitosti i kreativnih vještina na tradicionalnoj Bundevidjadi.

U sklopu domske Bundevidjade organizirano je natjecanje timova u rezbarenju bundeva i izradi maski face painting tehnikom. Tri tima natjecala su se u kategoriji najkreativnije izrezbarene bundeve, a tri tima u kategoriji najmaštovitije maske.

Timovi su na raspolaganju imali sat vremena unutar kojih su trebali osmisliti i izraditi masku ili izdubiti bundevu. Tražila se kreativnost, preciznost i originalnost...

Nakon isteka vremen, stručni žiri kojeg su činile odgajateljice Suzana, učenice Marija Janušić i Slavica Šušnja ocijenile su radove učenika i odlučile o najuspješnijima.

U kategoriji najkreativnije izrezbarene bundeve pobjedu je odnio tim „Jeporunke“ u sastavu Neven Vuković, Jakov Ištvan, Lovro Palaić, Justin Sitek i Toma Gorenac, dok je u kategoriji najuspješnije maske u napetom završnom izboru prvo mjesto pripalo timu „Doktorice“ odnosno Martini Bijelić, Petri Bubljić i Ivoni Troha.

Iako natjecateljska, Bundevidjada je protekla u opuštenoj i zabavnoj atmosferi, a učenici su se opustili kroz kreativni rad i druženje.

Aktivnost je osmislila i vodila odgajateljica Maja uz asistenciju noćne odgajateljice Vesne, a atmosferu su kroz foto i video objektiv zabilježile učenice Vanesa Cerovec i Klaudija Gotić.

M.M.



PARLAONICE

I ove su se godine u Učeničkom domu održavale parlaonice i to čak njih tri. Parlaonice vodi odgajateljica Suzana, a predstavljaju vrijedan oblik poticanja kritičkog razmišljanja u vidu organiziranih rasprava u kojima sudionici ne

iznose nužno svoje osobno mišljenje, već brane stav koji im je unaprijed dodijeljen.

Upravo je to bit parlaonice:

razvijanje sposobnosti argumentiranja i razumijevanja različitih perspektiva, čak i kada se s njima privatno ne slažemo. Sudionici su podijeljeni u dvije skupine, od kojih svaka zastupa suprotno stajalište o zadanoj temi, nastojeći kroz logične i

uvjerljive argumente pridobiti suce. Tijekom rasprave poštuju se jasno definirana pravila – svaki tim ima ograničeno vrijeme za izlaganje, zabranjeno je upadanje u riječ, a naglasak je na argumentima, primjerima i činjenicama, a ne na osobnim napadima.

Teme koje su obrađene kroz ovogodišnje parlaonice su: „Al kao rame za plakanje“, „Šale trebaju

imati granice“ i zadnja, koju su učenici sami predložili, „Uvoz invazivnih biljnih i životinjskih vrsta ugrožava naš okoliš“. Aktivnosti poput ove potvrđuju da Dom nije samo mjesto stanovanja već je i mjesto razvoja socijalnih vještina i kritičkog mišljenja.

G.S. 



VIRKAS

U sklopu Godišnjeg plana i programa rada Učeničkog doma, učenici dramsko-recitatorske skupine s voditeljicom Suzanom Sokele posjetili su Virkas. Pogledali su predstavu „Sokol ga nije volio“ u koprodukciji HNK Osijek i Kazališta Gavella.

Predstava je ostavila snažan dojam na učenike koji su imali priliku produbiti svoje razumijevanje kazališne umjetnosti te se dodatno motivirati za vlastiti scenski rad. Ovo kazališno iskustvo zasigurno će im poslužiti kao poticaj za daljnje razvijanje kreativnosti, izražavanja i ljubavi prema dramskoj umjetnosti.

S.S. 

Program

ZA MATURANE

u Učeničkom domu

U Učeničkom domu u drugom se polugodištu pojačano provodi program namijenjen maturantima, u sklopu kojeg se realizira više aktivnosti usmjerenih na kvalitetnu pripremu učenika za završetak srednjoškolskog obrazovanja i nastavak obrazovanja ili ulazak na tržište rada.

Jedna od ključnih aktivnosti programa je profesionalno usmjeravanje maturanata koje se provodi u suradnji s Hrvat-

skim zavodom za zapošljavanje (HZZ). Kroz ovu aktivnost učenici imaju priliku dobiti stručne informacije i savjete vezane uz odabir daljnjeg obrazovnog ili profesionalnog puta, upoznati se s mogućnostima studiranja i zapošljavanja te prepoznati vlastite interese i sposobnosti.

Osim profesionalnog usmjeravanja, u okviru programa organiziraju se i pripreme za državnu maturu iz hrvatskog jezika i ma-



tematike. Pripreme se provode u suradnji s iskusnim gimnazijskim profesorima, a cilj im je dodatno osnažiti znanja i vještine učenika te im pružiti podršku u uspješnom polaganju ispita državne mature.

Provedbom navedenih aktivnosti Učenički dom nastoji maturantima osigurati kvalitetne uvjete za završetak srednjoškolskog obrazovanja i olakšati im prijelaz u sljedeću životnu i obrazovnu fazu. Program za maturante vodi odgajateljica Gabrijela.

G.S. 

72 SATA

bez kompromisa



Učenice našeg doma i ove su godine sudjelovale u volonter-skoj akciji "72 sata bez kompromisa", nacionalnoj inicijativi koja promiče solidarnost, zajedništvo i aktivno sudjelovanje mladih u društvu.

Akcija je trajala tri dana, a naše su se učenice priključile 17. listopada volontirajući u Domu za odrasle osobe Borova. Volonterke Valentina Marošević, Lucija Marenić, Anamarija Palić i Amanda Vukalović, uz podršku odgajateljice Maje Manojlović, pomagale su u berbi paprike i uređenju okoliša doma. Osim naših učenica, u akciji su sudje-

lovali i učenici Osnovne škole Suhopolje, a zajedničkim su snagama mladi volonteri stvorili ugodnije okruženje i uljepšali svakodnevicu korisnicima koji tamo borave.

Nakon radnog dijela uslijedilo je veselo druženje s korisnicima doma. U opuštenoj atmosferi na otvorenom, organizirane su razne igre: skakanje u vrećama, simultano hodanje s povezanim nogama i utrka u tačkama. Smijeha i dobre energije nije nedostajalo, a naše su volonterke izrazile želju za ponovnim sudjelovanjem u ovakvim akcijama.

Ponosni smo na naše učenice koje su svojim angažmanom pokazale kako male geste mogu ostaviti veliki trag.

M.M.



VOLONTERI



Naše su volonterke i ove godine bile nezaobilazna pomoć na ledu.

U sklopu škole klizanja, pomagale su mališanima obući klizaljke,

namjestiti kacigu i napraviti prve korake na ledu.

Bilo je tu smijeha, mnogo pokušaja, ponekih padova, ali i puno dobre energije.

M.M.



BADMINTONAŠI

sudjelovali na turniru u Varaždinu

U četvrtak 18.3. naši su učenici sudjelovali na prijateljskom turniru u badmintonu u organizaciji Učeničkog doma Varaždin.

Nažalost, zbog organizacijskih poteškoća na turniru nisu sudjelovale ekipe iz Učeničkog doma Bjelovar. U

muškoj konkurenciji sudjelovale su ekipe Varaždina i Virovitice, dok su u ženskoj konkurenciji nastupile učenice iz Varaždina, Čakovca i Virovitice.



U muškom susretu naši badmintonasi bili su bolji od Varaždina, dok su naše badmintonašice bile bolje od Čakovca, a izgubile od

Varaždina. Za mušku ekipu našeg doma nastupili su Fran Bahnik, Danijel Matoković i Noa Boltadžija dok

su naš dom u ženskoj konkurenciji predstavljale Jelena Dokić, Sara Erdec, Karla Britvić i Hana Šokec. Voditelj obiju naših ekipa je noćni pazitelj Antonio Kufner.

Na kraju, bio je to uspješan dan gdje su naši učenici proveli popodne u druženju i igri. Hvala domaćinu Učeničkom domu Varaždin na odličnom prijemu i organizaciji.

A.K.



Dvije prijateljske

NOGOMETNE UTAKMICE

u sklopu priprema za Domijadu

Nogometaši našeg doma, u sklopu priprema za regionalnu Domijadu, odigrali su dvije prijateljske utakmice. Prva se utakmica odigrala u utorak, 14. travnja 2026. protiv nogometne ekipe studentskog doma u Virovitici. Utakmica je odigrana na Viroexpo-u a rezultat je bio izjednačen.

Već idućeg dana naši su nogometaši otputovali u Pakrac te odigrali prijateljsku utakmicu protiv njihovog učeničkog doma. Iako su izgubili rezultatom 3:2 odgajatelj Dražen, voditelj nogometne ekipe, zadovoljan je prikazanom igrom. Cilj i svrha su ispunjeni, ekipa je uigrana i spremno čeka Domijadu.

D.J.



Stolnoteniski

TURNIR

u Čakovcu

U utorak (10.3.2026.) muška stolnoteniska ekipa virovitičkog Učeničkog doma sudjelovala je na stolnoteniskom turniru u organizaciji Učeničkog doma Graditeljske škole Čakovec. Na turniru su sudjelovale ekipe Učeničkih domova iz Čakovca, Križevaca, Varaždina i Virovitice. Naš dom predstavljali su učenici Noa Belačić, Ivan Tutić Kovačićek i Luka Pankas pod vodstvom pedagoga Marija Ježabeka. Momci su pokazali odličnu igru te na kraju zauzeli drugo mjesto. Ovaj susret poslužio je kao dobra priprema za nadolazeću regionalnu Domijadu u Križevcima na kojoj će momci, nadamo se, ostvariti još jedan zapaženi rezultat.

M.J.

PRIJATELJSKI ODBOJKAŠKI

mečevi

U sklopu priprema za regionalnu Domijadu, naše su odbojkašice odigrale dvije prijateljske utakmice koje su poslužile kao odlična provjera forme i prilika za dodatno uigravanje ekipe.

U gostima su 18.3.2026. odmjerile snage s učenicama Učenički dom Križevci, gdje su pokazale borbenost i timski duh, dok su na domaćem terenu s25.3.2026. ugostile ekipu iz Doma učenika srednjih škola Bjelovar.



Kroz obje utakmice naglasak je bio na usavršavanju tehničko-taktičkih elemenata odbojkaške igre, boljoj komunikaciji

igračica na terenu te jačanju zajedništva unutar ekipe. Svaka odbojkašica dala je svoj doprinos i pokazala napredak, što nas posebno veseli uoči natjecanja.

Zahvaljujemo našim sportskim prijateljicama i njihovim voditeljima iz Križevaca i Bjelovara na ugodnom druženju i fair-play igri!

Nastavljamo trenirati i s veseljem iščekujemo nove izazove!

H.Ž.



Tradicionalni

ŠAHOVSKI TURNIR

u Bjelovaru

Dana 25. veljače 2026. učenice našeg Doma sudjelovale su na Tradicionalnom šahovskom turniru učeničkih domova regije Sjever u organizaciji Doma učenika srednjih škola Bjelovar. Virovitički dom predstavile su učenice Mariangela Dimić i Mija Janković koje su pokazale odličnu igru i na kraju osvojile brončanu medalju.

M.J.



TJEDAN DOMA

u Bjelovaru

U prvom tjednu listopada Dom učenika srednjih škola Bjelovar obilježio je svoj Tjedan Doma koji obuhvaća bogat i raznolik program te razne kulturne i sportske aktivnosti.

Naši su učenici sudjelovali u sportskim aktivnostima – odbojci, futsalu, košarci 3X3 te stolnom tenisu i time uveličali proslavu domaćina. Osim zanimljivih sportskih susreta, vrijeme smo posvetili jačanju suradnje, razmjeni korisnih iskustava te stvaranju novih prijateljstava.

Hvala Domu učenika srednjih škola Bjelovar na pozivu!

G.S. 

Zagrebački

PROLJETNI POLUMARATON

U nedjelju 22. ožujka 2026. u sklopu posebnog programa "Rekreativnim sportom do kvalitetnog slobodnog vremena", čiji je voditelj profesor Dražen Jurković, učenici i djelatnici Učeničkog doma sudjelovali su na Zagrebačkom proljetnom polumaratonu. Dionicu od 21,0975km uspješno su istrčali učenici Martin Kolaric i Luka Pankas te naš djelatnik za sigurnost Krunoslav Silner.

Sudjelovanje na polumaratonu izazvalo je veliko zadovoljstvo među sudionicima, koji su s ponosom predstavili svoj dom i

potvrdili važnost tjelesne aktivnosti u svakodnevnom životu. Pozitivno iskustvo dodatno je osnažilo motivaciju za nastavak ovakvih aktivnosti, uz iskrenu želju da se u budućnosti uključi još veći broj sudionika te potakne još više učenika na aktivno i zdravo provođenje slobodnog vremena.

D.J. 



UČENICI NAŠEG DOMA

Prvog dana prosinca naši su učenici tradicionalno posjetili Zagreb. U prekrasnom blagdanskom ugođaju, prošetali su zagrebačkim Adventom, uživali u toploj atmosferi i svjetlucavim ukrasima.

Posebno iskustvo bio je posjet Muzeju prekinutih veza, gdje su kroz zanimljive izložbene predmete istražili emotivne priče ljudskih rastanaka.

Puni dojmova, vratili su se bogatiji za jedno novo, lijepo iskustvo!

G.S. 



na adventskoj avanturi u Zagrebu



Kupanje i rekreacija

6. studenog 2025. naši su učenici u pratnji odgajatelja Dražena i Gabrijele posjetili bazene u Barcsu. Učenici su u sklopu programa Adaptacije osvojili prvo mjesto na foto natječaju te smo ih na ovaj način nagradili za taj uspjeh.

Odgajatelji su učenike educirali o važnosti bavljenja rekreativnim sportom te o mogućnostima korištenja sportskih sadržaja na bazenima s ciljem kvalitetnog provođenja slobodnog vremena.

D.J. 

*na bazenima
u Barcsu*



MALA ŠKOLA SKIJANJA

na Mariborskom Pohorju - dan ispunjen zajedništvom i zimskim radostima

U sklopu Godišnjeg plana i programa rada Učeničkog doma te posebnog programa "Rekreativnim sportom do kvalitetnog slobodnog vremena" odgajatelja Dražena Jurkovića organizirana je jednodnevna Mala škola skijanja na Mariborskom Pohorju.

U aktivnosti su sudjelovala četiri učenika i dva voditelja (Dražen Jurković i Hrvoje Žunec). Iako brojčano mala skupina, atmosfera je bila izuzetno pozitivna, ispunjena uzbuđenjem, smijehom i međusobnim bodrenjem.

Tijekom dana učenici su imali priliku učiti i usavršavati osnovne i napredne tehnike skijanja. Posebno ih je veselio svaki uspješno savladan spust, a vidljivo je raslo njihovo samopouzdanje nakon svake nove prepreke koju su svladali. Neki su na početku pokazivali malu nesigurnost, no uz podršku voditelja i prijatelja vrlo brzo su stekli sigurnost i hrabrost.

"Na početku me bilo malo strah, ali kad sam se prvi put samostalno spustio niz stazu, osjećaj je bio nevjerojatan!"
Martin

"Najviše mi se svidjelo što smo se svi bodrili i smijali. Dan mi je prošao prebrzo!"
Bruno

"Super je bilo učiti nove tehnike i vidjeti koliko sam napredovao već u jednom danu."
Toni

"Voljela bih da češće imamo ovakve aktivnosti u prirodi. Ovo mi je jedan od najljepših domskih dana."
Maša

Učenici su nakon aktivnosti isticali kako im je najljepši dio bio osjećaj slobode na snijegu, brzina spuštanja niz padinu te zajedničko druženje na svježem



zraku. Posebno su naglasili koliko im znači ovakav oblik kvalitetnog provođenja slobodnog vremena u prirodi, daleko od svakodnevnih obveza i ekrana.



Voditelji aktivnosti istaknuli su kako su posebno zadovoljni što ustanova Učenički dom Virovitica ima mogućnost svojim učenicima pružiti ovakav, za naše podneblje pomalo nesvakidašnji oblik provođenja slobodnog vremena.

“Boravak na snijegu i učenje skijanja za neke bi učenike, nažalost, ostali iskustvo koje možda nikada ne bi imali priliku doživjeti. Upravo zato ovakve aktivnosti imaju dodatnu vrijednost – ne samo sportsku, već i odgojnu i životnu.”-rekao je odgajatelj Dražen.

“Veseli nas vidjeti njihov napredak, zajedništvo i hrabrost kojom su savladavali nove izazove. Nadamo se da ćemo i u budućnosti imati priliku ponoviti ovu aktiv-

nost kako bi što veći broj naših učenika imao privilegiju boravka na snijegu i učenja skijanja.”-dodao je odgajatelj Hrvoje.

Osmijesi, zadovoljstvo i ponos učenika na kraju dana najbolji su pokazatelj uspješno provedene Male škole skijanja i ostvarenih ciljeva programa.



Učenici Učeničkog doma

NA SKIJANJU NA PLATKU



Nakon dvije godine u kojima nam vremenake prilike nisu bile naklonjene, konačno smo ponovo posjetili Platak!

Jedanaest učenika našeg Doma u četvrtak (22. siječnja 2026.) boravilo je na skijanju na Platku gdje su imali priliku aktivno pro-

vesti vrijeme na snijegu i razvijati nove vještine (skijaške) budući da je većini učenika to bio prvi susret sa skijama. Učenike su pratili odgajatelji Dražen i Hrvoje, kineziolozi po struci, koji su za njih organizirali malu školu skijanja, prilagođenu znanju i sposobnostima svakog sudionika.

Posebno smo ponosni na ovu aktivnost koju provodimo u našem Domu jer ona omogućuje jednak pristup sportu za sve učenike, potiče zdrav način života te učenicima pruža vrijedna iskustva koja će pamti.

H.Ž.

NAGRADNI IZLET ZA UČENIKE

1. i 2.7.2025.



Iako je ovaj izlet realiziran u protekloj školskoj godini, nije do sada našao mjesto na šarenim stranicama domskog lista. A ako nije bilo u SoN-u, kao da se nije ni dogodilo, zar ne?!

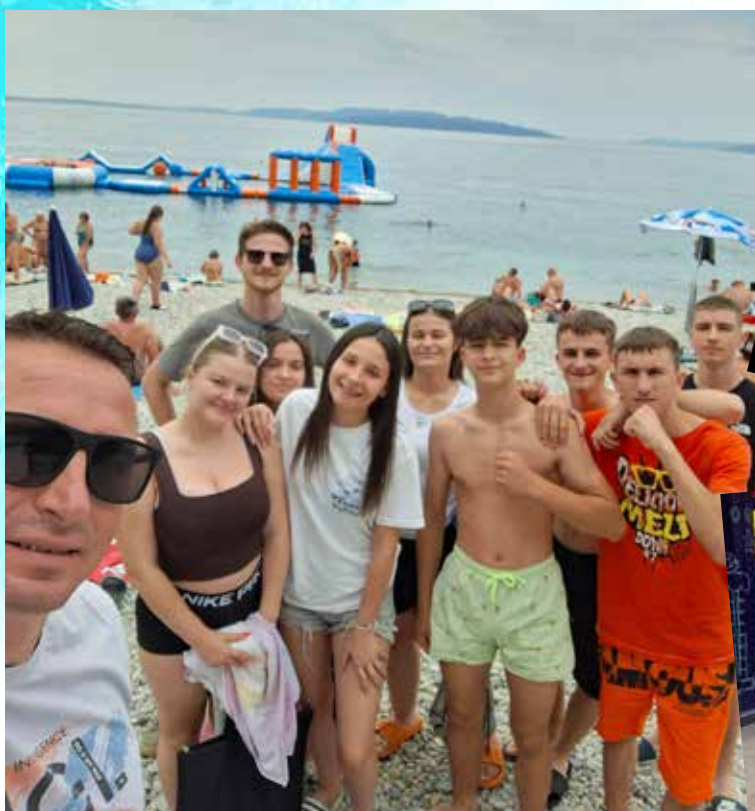
Učenike najurednijih spavaonica u prvom polugodištu protekle školske godine, odgajatelji Hrvoje i Mario povelili su na dvodnevni izlet.

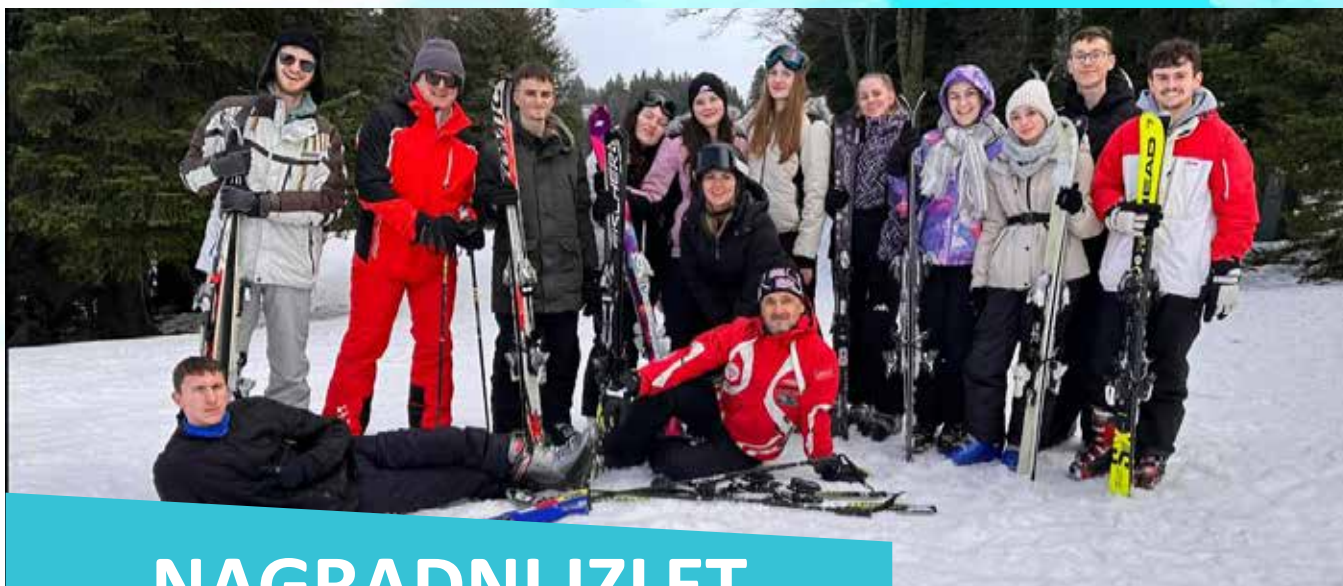
Učenici najurednije muške sobe (11) i učenice najurednije ženske sobe (2) dva su dana boravili u Rijeci, a vrijeme su iskoristili za kupanje, sunčanje i odbojku na pijesku. Osim toga, okušali su se u Bowlingu u riječkom Tower Centru, a prespavali su na ugodnim gorskim temperaturama u planinarskom domu "Platak".

Učenici i voditelji uživali su u ovome kratkom izletu, a mi smo sretni što smo im mogli priuštiti ovo nezaboravno iskustvo.

Održavanje higijene prostora važan je aspekt rada s učenicima u našem Domu, a onima najboljima, a i svima ostalima, poručujemo da se trud uvijek isplati.

M.J.





NAGRADNI IZLET

na skijanje u Maribor

Drugog vikenda veljače (6. – 8. veljače 2026.) učenici i djelatnici Učeničkog doma otputovali su na nagradni skijaški izlet u Maribor, koji je organiziran kao nagrada za urednost spavaonica u prvom polugodištu. Odlazak na izlet zaslužio je 10 učenika u pratnji četiri djelatnika doma koji su ih pratili i aktivno sudjelovali u provedbi programa.

Boravak na skijanju bio je osmišljen kao spoj nagrade, rekreacije i učenja novih vještina. Učenički dom osigurao je skijašku opremu za sve učenike, a poseban naglasak stavljen je na školu skijanja koju su vodili odgajatelj Dražen Jurković i operativni djelatnik Krunoslav Silner. Odgajateljica Maja Manojlović i stručni suradnik pedagog Mario Ježabek, koji su bili u pratnji učenika, također su pohađali školu skijanja te doživjeli svoje prvo skijaško iskustvo.

Učenici su kroz stručno vođene aktivnosti usvajali osnove skijanja, razvijali motoričke sposobnosti te jačali samopouzdanje i timski duh. Program je bio prilagođen razini predznanja polaznika, uz poseban fokus na

sigurnost i međusobnu suradnju.

Izlet je ujedno bio i primjer uspješne međunarodne suradnje s Dijaškim domom Drava Maribor, čime je dodatno obogaćeno iskustvo učenika te potaknuta razmjena dobrih praksi i jačanje prijateljskih odnosa između domova. Osim što su ih lijepo ugostili, osmislili su i aktivno druženje uz bowling koje je oduševilo i učenike i djelatnike.

Ovakvi nagradni izleti potvrđuju važnost poticanja odgovornosti, urednosti i pozitivnog ponašanja učenika, ali i vrijednost zajed-

ničkih aktivnosti koje doprinose njihovom cjelovitom razvoju. Ni učenici ni odgajatelji nisu krili svoje oduševljenje ovim nagradnim, skijaškim izletom, a doživljene emocije teško se mogu iskazati riječima.

M.M. 





Obilježavanje

DANA SJEĆANJA

na žrtve Vukovara

U sklopu tematskih programa i projekata planiranih u Godišnjem planu i programu za školsku godinu 2025./2026. dana 18. studenoga 2025. četiri učenika i dvoje odgajatelja krenulo je put Vukovara kako bi sudjelovanjem u Koloni sjećanja i posjetom Memorijalnom groblju dali svoj doprinos obilježavanju Dana sjećanja na žrtve Vukovara 1991.

Po dolasku u Vukovar prisustvovali smo prigodnom programu "Vukovar - mjesto posebnog domovinskog pijeteta" koji se

održao u dvorištu Nacionalne memorijalne bolnice "Dr. Juraj Njavro", a potom smo se priključili Koloni sjećanja ulicama grada do Memorijalnog groblja žrtava iz Domovinskog rata. Na groblju smo paljenjem svijeća odali počast svim poginulim, nestalim, ubijenim, nasilno odvedenim i umrlim hrvatskim braniteljima Vukovara.

Tijekom puta učenike smo upoznavali s raznim detaljima i silnim strahotama kroz koje su tih godina prolazili stanovnici

i branitelji Vukovara. Učenici su aktivno sudjelovali u razgovorima o raznim činjenicama i događajima iz Domovinskog rata i samim time smatramo da je cilj putovanja u potpunosti ispunjen.

Plan je da se dogodine priključimo i hodočašću od Osijeka do Vukovara sa stotinama učenika i studenata iz cijele hrvatske koje tradicionalno kreće svakog 17. studenog točno u ponoć iz Osijeka.

H.Ž.

Sudjelovanje učenika Učeničkog doma na priredbi

POVODOM VALENTINOVA U OSIJEKU

Učenici Učeničkog doma sudjelovali su na priredbi povodom Valentinova koja je održana u Osijeku, u organizaciji Učeničkog doma Trgovačke i komercijalne škole „Davor Milas“. Na priredbi su, uz domaćine, sudjelovali i učenici iz drugih učeničkih domova regije Istok. Učenike su za nastup pripremili i u Osijek povelili odgajateljica Lucija Viktorija Suvajac i pedagog Mario Ježabek. Nakon prigodnog programa za učenike je organiziran ručak i druženje s vršnjacima iz drugih domova.

U sklopu prigodnog programa povodom Valentinova naš su

Dom predstavili članovi glazbene skupine i dramsko-recitatorske skupine koji su publiku oduševili dvjema glazbenim skladbama te autorskom ljubavnom poezijom. Skladbe „Žute dunje“ i „Lejla“ izveli su učenici Lana Pintar, Mija Janković, Anamarija Tunić, Ina Pavić, Franciska Antolović i Leon Bijelić, a svoj doživljaj ljubavi prikazao je Demian Jurić pjesmom „Anatomija nedolaska“.

Svojim nastupom učenici su pokazali kreativnost, scenski izraz i ljubav prema umjetnosti. Sudjelovanjem na ovoj priredbi učenici su stekli novo iskustvo javnog nastupa te doprinijeli

obilježavanju Dana zaljubljenih u suradnji s drugim učeničkim domovima.

L.V.S., M.J.



MENTALNO ZDRAVLJE



— zašto je važno postaviti granice?

U današnjem brzom i često stresnom načinu života, mentalno zdravlje postaje jednako važno kao i fizičko. Iako se o toj temi sve više govori, mnogi učenici još uvijek zanemaruju vlastite potrebe, pokušavajući udovoljiti drugima ili ispuniti previsoka očekivanja. Upravo zato je važno naučiti postavljati osobne granice.

Postavljanje granica znači znati reći „ne“ kada nešto ne želimo ili kada osjećamo da nas određena situacija opterećuje. To ne znači biti sebičan, već brinuti o vlastitom zdravlju i dobrobiti. Granice

nam pomažu da zaštitimo svoje vrijeme, energiju i emocije.

Mnogi mladi danas osjećaju pritisak – u školi, među prijateljima, ali i na društvenim mrežama. Stalna dostupnost, uspoređivanje s drugima i potreba da budemo „savršeni“ mogu negativno utjecati na naše samopouzdanje i raspoloženje. Kada ne postavimo granice, lako dolazi do stresa, iscrpljenosti i osjećaja preopterećenosti.

Važno je zapamtiti da je u redu ne moći sve. U redu je uzeti pa-

uzu, odbiti dodatne obveze ili se udaljiti od situacija koje nam ne odgovaraju. Razgovor s prijatelji-ma, obitelji ili školskim stručnim osobama također može pomoći u očuvanju mentalnog zdravlja.

Postavljanje granica je vještina koja se uči, ali donosi brojne koristi. Pomaže nam da bolje razumijemo sebe, izgradimo zdravije odnose i osjećamo se sigurnije i zadovoljnije. Briga o mentalnom zdravlju nije znak slabosti – to je znak odgovornosti prema sebi.

V.C.

10 savjeta za očuvanje MENTALNOG ZDRAVLJA

Mentalno zdravlje jednako je važno kao i fizičko, a male svakodnevne navike mogu napraviti veliku razliku. Evo nekoliko jednostavnih savjeta koji ti mogu pomoći da se osjećaš bolje i zadovoljnije:

1. Nauči reći „ne“

Ne moraš uvijek svima udovoljiti. Postavljanje granica štiti tvoje vrijeme i energiju.

2. Odvoji vrijeme za sebe

Svaki dan napravi nešto što te veseli – slušaj glazbu, čitaj ili prošetaj.

3. Razgovaraj o svojim osjećajima

Podijeliti brige s prijateljem, obitelji ili stručnom osobom može puno pomoći.

4. Ograniči vrijeme na društvenim mrežama

Previše vremena online može negativno utjecati na raspoloženje i samopouzdanje.

5. Brini o snu

Dobar san ključan je za koncentraciju, energiju i dobro raspoloženje.

6. Bavi se tjelesnom aktivnošću

Kretanje smanjuje stres i poboljšava raspoloženje, čak i kratka šetnja čini razliku.

7. Ne uspoređuj se s drugima

Svatko ima svoj tempo i svoje izazove – fokusiraj se na sebe.

8. Postavi realna očekivanja

Ne moraš biti savršen/a. Dovoljno je dati svoj maksimum.

9. Nauči prepoznati kada ti treba pauza

Ako se osjećaš preopterećeno, napravi korak unatrag i odmori se.

10. Potraži pomoć kada je potrebno

Traženje pomoći nije znak slabosti, već hrabrosti i brige o sebi.

✨ Reći „ne“ znači reći „da“ sebi.

🧠 Tvoje mentalno zdravlje je prioritet, ne luksuz.

🕒 Uzmi pauzu – ne moraš uvijek biti produktivan/na.

💬 Podijeljeni problemi postaju lakši.

📵 Manje ekrana, više mira.

🌿 Male stvari koje voliš čine veliku razliku

😴 Dobar san = bolje raspoloženje.

🚶 Pokret pokreće i tvoje misli.

❤️ Ne moraš biti savršen/a da bi bio/bila vrijedan/na.

👊 Tražiti pomoć je znak snage, ne slabosti.



Dorian Ignjanac



šumarski tehničar



Damjan Krupa



glazbenik – teorijski smjer



Florijan Tudić



šumarski tehničar



Maša Čeprija



frizerka



Ana Pintar



jezična gimnazija



Fabijan Palaš



tehničar za mehatroniku



Karla Britvić



glazbenik flautist



Ivan Šabić



šumarski tehničar



Lovena Kuzel

kozmetičarka



Enea Vokal

kozmetičarka



Leon Bijelić



šumarski tehničar



Lovro Palaš



šumarski tehničar



Dunja Kovačević

medicinska sestra



Gabriel Simonović

medicinski tehničar



Niko Kovač

drvodjelski tehničar dizajner



Ivan Tutić Kovačiček

instalater grijanja i klimatizacije



Nives Varga

kozmetičarka



Valentina Marok

medicinska sestra



Lana Jurkin

kozmetičarka



Ivan Bahnik

šumarski tehničar



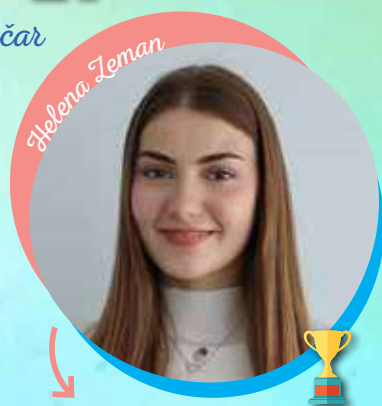
Adam Sabljak

šumarski tehničar



Danijel Matoković

šumarski tehničar



Helena Zeman

medicinska sestra

Pohvala Odgajateljskog vijeća



Najučenik/najučenica



Nagrada ravnateljice



MENTALNO ZDRAVLJE

i važnost postavljanja granica

Mentalno zdravlje mladih sve je važnija tema u suvremenom društvu. Kako bismo bolje razumjeli potrebe, izazove i svakodnevna iskustva učenika, provedena je anketa s ciljem prikupljanja njihovih mišljenja i osjećaja vezanih uz mentalno zdravlje. Dobiveni rezultati pružaju vrijedan uvid u razinu zadovoljstva, prisutnost stresa te dostupnost podrške među učenicima, što može poslužiti kao temelj za daljnje unapređenje uvjeta života i brige o njihovoj dobrobiti.



OSNOVNE INFORMACIJE

1. Koji si razred?

86 odgovora



2. Koji si spol?

86 odgovora



OPĆA PERCEPCIJA MENTALNOG ZDRAVLJA

3. Koliko često razmišljaš o svom mentalnom zdravlju?

86 odgovora



4. Koliko smatraš da je mentalno zdravlje važno?

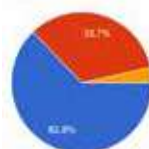
86 odgovora



POSTAVLJANJE GRANICA

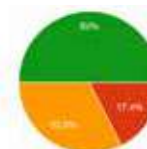
5. Znaš li što znači "postavljanje osobnih granica"?

86 odgovora



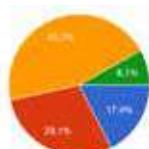
6. Koliko često kažeš "ne" kada nešto ne želiš ili ti ne odgovara?

86 odgovora



7. Osjećaš li krivnju kada postaviš granice drugima?

86 odgovora



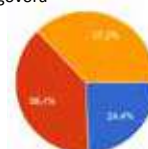
8. U kojim situacijama ti je najteže postaviti granice? (moguće više odgovora)

86 odgovora



9. Osjećaš li pritisak da uvijek budeš dostupan/na na raspolaganju drugima (poruke, društvene mreže)?

86 odgovora



10. Misliš li da društvene mreže otežavaju postavljanje granica?

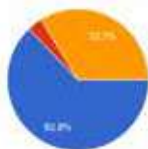
86 odgovora



MENTALNO ZDRAVLJE I GRANICE

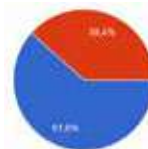
11. Smatraš li da postavljanje granica pomaže očuvanju mentalnog zdravlja?

86 odgovora



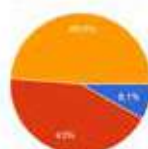
12. Jesi li ikad bio/bila iscrpljen/a jer nisi postavio granice?

86 odgovora



13. Osjećaš li da te u školi uče kako brinuti o mentalnom zdravlju?

86 odgovora



17. Međunarodni stručni skup prosvjetnih i sportskih djelatnika

„Mentalno zdravlje – dobrobit djece i mladih kroz učenje i sportske aktivnosti“

U petak 10. listopada 2025. u Kino dvorani u Križevcima održan je 17. Međunarodni stručni skup prosvjetnih i sportskih djelatnika. Skup se ove godine održao na Svjetski dan mentalnog zdravlja, a tema ovogodišnjeg skupa bila je „Mentalno zdravlje – dobrobit djece i mladih kroz učenje i sportske aktivnosti“.

Na skupu su, u sklopu svog individualnog stručnog usavršavanja, sudjelovali i naši odgajatelji Dražen Jurković i Hrvoje Žunec koji će stečena znanja i iskustva zasigurno uspješno implementirati u radu naše ustanove.

H.Ž. 



SPORT KAO KLJUČ

mentalnog zdravlja mladih

Bavljenje sportom ima iznimno važnu ulogu u očuvanju i unapređenju mentalnog zdravlja mladih. U razdoblju odrastanja, kada se mladi suočavaju s brojnim izazovima, stresom i promjenama, tjelesna aktivnost predstavlja jedan od najučinkovitijih načina za postizanje unutarnje ravnoteže i osjećaja zadovoljstva.

Redovito bavljenje sportom doprinosi smanjenju stresa, tjeskobe i depresivnih simptoma. Tijekom fizičke aktivnosti u organizmu se oslobađaju hormoni sreće, poput endorfina, koji pozitivno utječu na raspoloženje i opće psihičko stanje. Osim toga, sport pomaže u razvoju samopouzdanja, osjećaja pri-

padnosti i socijalnih vještina, što je posebno važno za mlade koji traže svoje mjesto u društvu.

Također, sudjelovanje u sportskim aktivnostima potiče disciplinu, upornost i odgovornost. Mladi kroz sport uče kako se nositi s pobjedama, ali i porazima, što doprinosi njihovoj emocionalnoj stabilnosti i otpornosti na životne izazove.

Zbog svega navedenog, u našem domu posebnu pažnju posvećujemo upravo promicanju zdravih životnih navika kroz sport. Redovito organiziramo različite sportske aktivnosti s ciljem očuvanja tjelesnog i mentalnog zdravlja naših učenika. Kroz takve aktiv-

nosti nastojimo stvoriti pozitivno i poticajno okruženje u kojem se mladi osjećaju prihvaćeno, sigurno i motivirano.

Vjerujemo da ulaganje u sport nije samo ulaganje u fizičko zdravlje, već i u sretniju, stabilniju i uspješniju budućnost mladih.

D.J. 



OSMOSMJERKA

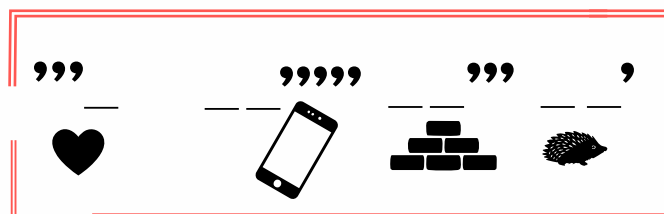
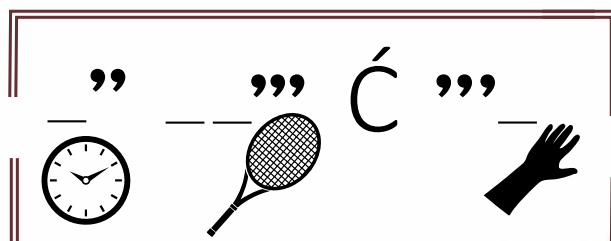
POJMOVI:

1. stres
2. tjeskoba
3. emocije
4. samopouzdanje
5. podrška
6. prijatelj
7. komunikacija
8. optimizam
9. ravnoteža
10. odmor
11. navike
12. zdravlje
13. tijelo
14. jasnoća
15. psiha
16. burnout
17. nada
18. smirenost
19. ponos

B	R	K	I	T	U	O	N	R	U	B	I
A	Ć	O	N	S	A	J	N	O	I		LJ
S	A	M	O	P	O	U	Z	D	A	NJ	E
M	Ž	U	Z	O	S	O		M	S	S	T
I	E	N	A	D	A	I	E	O	O	A	A
R	T	I	S	R	R	B	H	R	N	B	J
E	O	K	T	Š	O	A	I	A	O	O	I
N	N	A	R	K		L	V	I	P	K	R
O	V	C	E	A		I	E	LJ	D	S	P
S	A	I	S	R	K	U	G	J	E	E	I
T	R	J	M	E	E	M	O	C	I	J	E
A	M	A	Z	I	M	I	T	P	O	T	!

PORUKA ZA KRAJ: Kada pronađeš sve pojmove, u osmosmjerci će preostala slova tvoriti jednu poruku (čitajući odozgora prema dolje, s lijeva nadesno. Crna polja predstavljaju razmake u poruci)

REBUSI





KVIZ

Brineš li dovoljno o svom mentalnom zdravlju?

Odgovori iskreno i zapiši slovo uz svaki odgovor!

1. Koliko često uzimaš vrijeme za sebe?

- a) Nikad
- b) Rijetko
- c) Ponekad
- d) Često

2. Kako reagiraš kada si pod stresom?

- a) Ignoriram i nastavljam dalje
- b) Povučem se i prešutim
- c) Pokušam se smiriti
- d) Razgovaram s nekim ili pronadem rješenje

3. Koliko ti je lako reći „ne“?

- a) Uopće ne mogu
- b) Teško
- c) Ponekad mogu
- d) Bez problema

4. Koliko spavaš?

- a) Vrlo malo
- b) Nedovoljno
- c) Dovoljno ponekad
- d) Redovito dovoljno

5. Koliko vremena provodiš na mobitelu/društvenim mrežama?

- a) Previše (ne mogu se odvojiti)
- b) Puno
- c) Umjereno
- d) Kontrolirano

6. Imaš li nekoga s kim možeš razgovarati?

- a) Ne
- b) Rijetko
- c) Ponekad
- d) Da, uvijek

7. Osjećaš li krivnju kada odbiješ nekoga?

- a) Uvijek
- b) Često
- c) Ponekad
- d) Rijetko ili nikad

8. Koliko često se osjećaš preopterećeno?

- a) Stalno
- b) Često
- c) Ponekad
- d) Rijetko

9. Radiš li stvari koje te vesele?

- a) Nikad
- b) Rijetko
- c) Ponekad
- d) Redovito

10. Kako gledaš na sebe?

- a) Vrlo kritično
- b) Uglavnom negativno
- c) Neutralno
- d) Pozitivno



REZULTATI:

Za svaki odgovor dodijeli bodove:

- a = 1 bod
- b = 2 boda
- c = 3 boda
- d = 4 boda



Zbroji bodove



10–20 bodova

Vrijeme je za promjenu

Možda zanemaruješ svoje mentalno zdravlje. Pokušaj više slušati sebe i potražiti podršku.



21–30 bodova

Na dobrom si putu

Ponekad brineš o sebi, ali ima prostora za napredak – posebno u postavljanju granica.



31–40 bodova

Brineš o sebi

Imaš zdrave navike i znaš postaviti granice. Samo tako nastavi!





ZDRAVSTVENA PISMENOST

Učeničkom domu Virovitica odobren je preventivni projekt „Zdravstvena pismenost“ u iznosu od **2.473,50 eura** u okviru **Poziva za financiranje preventivnih projekata osnovnih i srednjih škola te učeničkih domova u školskoj godini 2025./2026.**, koji je raspisalo Ministarstvo znanosti, obrazovanja i mladih.

Odluka o financiranju objavljena je 23. prosinca 2025., a ukupno je na razini Republike Hrvatske za financiranje preventivnih projekata odobreno **617.800,17 eura**. Sredstva su osigurana u Državnom proračunu Republike Hrvatske.

Projekt „Zdravstvena pismenost“ provodit će se tijekom školske godine 2025./2026., a namijenjen je učenicima srednjih škola smještenima u Učeničkom domu Virovitica. Cilj projekta je podizanje razine zdravstvene pismenosti učenika kroz razvijanje zdravih životnih navika, jačanje brige o tjelesnom, mentalnom i socijalnom zdravlju te prevenciju ovisnosti i drugih rizičnih ponašanja.

Projekt obuhvaća niz interaktivnih predavanja, radionica i praktičnih aktivnosti usmjerenih na zdravu prehranu, redovitu tjelesnu aktivnost, mentalno zdravlje, preven-

ciju bolesti i sigurnost. Poseban naglasak stavlja se na zdrave doručke, radionice pripreme prirodnih napitaka, sportsko-rekreativne aktivnosti poput planinarenja, bicikliranja i plivanja, vježbe relaksacije, edukacije o prevenciji ovisnosti, preventivne zdravstvene preglede te osposobljavanje učenika za pružanje prve pomoći.

Projekt se provodi uz partnersku suradnju s **Hrvatskim planinarskim društvom „Papuk“** i **Udrugom dijabetičara Virovitice**, a u

njegovu provedbu uključeni su djelatnici doma raznih zvanja, zdravstvena voditeljica te vanjski suradnici.

Voditeljica projekta je **Antonia Oršulić Erjavec, bacc. med. techn.**, zdravstvena voditeljica Učeničkog doma Virovitica. Učinkovitost projekta pratit će se inicijalnim i završnim mjerenjima, anketama te analizom sudjelovanja učenika u planiranim aktivnostima.

Provedbom projekta „Zdravstvena pismenost“ Učenički dom Virovitica nastavlja s unapređenjem kvalitete odgojno-obrazovnog okruženja te sustavnim ulaganjem u zdravlje i dobrobit učenika.

Od drugog polugodišta, u sklopu preventivnog programa, u suradnji stručne suradnice Ivane i zdravstvene voditeljice Antonije, osmišljen je niz aktivnosti za poboljšanje mentalnog



zdravlja učenika. Glavni je cilj aktivnosti upoznati učenike s raznim načinima i metodama opuštanja i „prizemljivanja“ tijela i uma. Svaku srijedu (od 19 sati) učenicima je ponuđena nova tehnika opuštanja. Uz praktično vježbanje, učenike se upoznaje i s teoretskim dijelom.



Iduće srijede ugostili smo Majstora čaja Đorđa Cvijića koji je učenicima prezentirao kinesku ceremoniju čaja pod nazivom Gong fu cha.

U četvrtom susretu u vrijeme karnevala učenicima je ponu-

đeno, uz laganu glazbu, bojanje mandale i maske. Bavljenjem slikarstva, crtanjem i bojanjem, um i misli pojedinaca se fokusiraju na sukladnost boja, preciznost poteza te na taj način zaboravljaju na probleme i brige.



U prvom susretu razgovaralo se o disanju, odnosno o važnosti pravilnog disanja. U našem ubrzanom načinu življenja ili okupiranošću našeg uma društvenim mrežama, zaboravljamo na sebe, na svoje držanje tijela i na disanje.

U idućem susretu učenici su radili tri različita smoothie-ja prema unaprijed dogovorenim receptima te su raspravljali o „detoks napitcima“.





Peti susret bio je sportskog i natjecateljskog karaktera uz stolni tenis i turnir u pikadu. Naime, igre i druženje s vršnjacima oslobađaju hormone sreće kao što su serotonin, dopamin, oksitocin i endorfin, koji reguliraju raspoloženje, motivaciju, međuljudske odnose i reakciju na stres.

Šesti susret obilježili smo refleksologijom. Učenici su naučili i isprobali tehniku refleksologije u parovima si masirajući šake, prste i dlanove. Iako je za tu tehniku potrebno znanje stručnjaka, masaža vlastitih dijelova tijela ojačava percepciju svojeg ja te

smiruje moguće tenzije uzrokovane stresom.

Sedmi susret bio je izvedba „pozdrava suncu“ i određene asane (položaji tijela). Učenicima su pokazane osnove izvođenja te im je objašnjen smisao joge.



Uz lagane pokrete tijela i kontrolirano disanje, um se koncentrira na vlastito tijelo, odnosno mišiće, a napušta opterećujuće misli.

Osmi je susret održan u sklopu održavanja Tjedna mozga. Za tu prigodu osmišljeno

je niz zadataka u obliku igre „escape-room“.



Deveti se susret odvijao u virovitičkim šumama, pod nazivom šumska kupka. Cilj ove aktivnosti je uživati u prirodi s posebnom pažnjom na osjetila - mirise, zvukove, vlažnost zraka šume...



Kako prepoznati burnout

i kako si pomoći

Ponekad se svima dogodi da smo umorni, nemotivirani ili pod stresom zbog škole. No što ako taj osjećaj ne prolazi? Ako ti se čini da više nemaš snage za obaveze koje su ti nekad bile normalne, moguće je da se radi o burnoutu – sindromu izgaranja.

Dobra vijest je da to možeš prepoznati na vrijeme i pomoći si.

Kako prepoznati burnout kod sebe?

Obrati pažnju na ove znakove:

1. Stalno si umoran/na

Nije važno koliko spavaš – i dalje se osjećaš iscrpljeno i bez energije.



2. Nemaš volje za školu

Zadaci, učenje i testovi ti djeluju kao prevelik teret, čak i kad nisu.

3. Teško se koncentriraš

Čitaš isto gradivo više puta, ali ništa ne pamtiš ili ti misli stalno "odlutaju".

4. Osjećaš se loše bez jasnog razloga

Možeš biti razdražljiv/a, tužan/na ili jednostavno "bezveze", bez da znaš zašto.

5. Izbjegavaš obaveze

Odgadaš učenje i zadatke jer nemaš snage ni volje početi.

6. Tijelo ti šalje signale

Glavobolja, bol u trbuhu ili problemi sa spavanjem mogu biti znak da si pod stresom.

Ako se prepoznaješ u više ovih znakova – vrijeme je da malo usporiš.

Kako si možeš pomoći?

1. Nemoj ignorirati problem

Prvi korak je priznati sebi da ti je teško. To nije slabost – to je normalno.

2. Razgovaraj s nekim

Popričaj s prijateljem, roditeljem ili nastavnikom. Već i razgovor može puno pomoći.



3. Organiziraj vrijeme

Pokušaj napraviti jednostavan plan učenja – ne moraš sve odjednom. Male korake je lakše savladati.



4. Uzmi pauzu (bez grižnje savjesti!)

Odmor nije gubljenje vremena. Gledanje serije, šetnja ili druženje mogu ti pomoći da "napuniš baterije".

5. Spavaj dovoljno

San je ključan za koncentraciju i raspoloženje. Pokušaj imati redovit ritam spavanja.

6. Ne mora sve biti savršeno

Ne moraš imati sve petice. Važno je da daješ svoj maksimum – a on nekad izgleda drugačije.

7. Potraži pomoć ako treba

Ako se dugo osjećaš loše, obrati se školskom psihologu ili pedagogu. To je potpuno u redu.

Za kraj

Burnout se može dogoditi svakome – i to ne znači da si lijen/a ili nesposoban/na. To samo znači da si preopterećen/a i da ti treba pauza i podrška.

Slušaj sebe. Ako ti je teško, to je dovoljan razlog da nešto promijeniš.



Učenički dom Virovitica

dobio prvi knjižnični stacionar u Hrvatskoj

Učenički dom Virovitica dobio prvi knjižnični stacionar u Hrvatskoj

Učenički dom Virovitica obogatio je svoj odgojno-obrazovni prostor uvođenjem prvog knjižničnog stacionara u nekom učeničkom domu u Hrvatskoj. Riječ je o inovativnom rješenju koje učenicima omogućuje lakši i brži pristup knjigama, izravno u prostoru u kojem borave, uče i provode slobodno vrijeme.

Knjižnični stacionar osmišljen je kao praktičan i lako dostupan prostor s raznovrsnim knjižnim fondom koji trenutno sadrži oko 600 primjeraka knjižnične građe i strukturiran je prema interesima srednjoškolaca u Virovitici. Ovo je početni fond, u kojemu se može pronaći hrvatska i strana književnost, publicistika te knjige na engleskom jeziku, a prema sporazumu potpisanom s Učeničkim domom, fond će se evaluirati, popunjavati i pročišćavati, reagirajući na potrebe korisnika.

Otvorenju knjižničnog stacionara veseli se i učenica Marija Pleša koja navodi da joj knjige na dohvat ruke mnogo znače te smatra da će joj slobodno

vrijeme biti bolje ispunjeno te da će svakako naučiti nešto novo. Marija najviše voli čitati psihološke knjige jer smatra da one razvijaju mozak, a dragi su joj i „hororci“ te kriminalističke knjige. Vjerujemo da će Marija zasigurno pronaći nešto za sebe među ponuđenim naslovima.

Za razliku od klasične knjižnice, knjižnični stacionar zamišljen je kao fleksibilan i neformalan prostor. Učenici mogu spontano posegnuti za knjigom, bez složenih procedura posudbe, čime se uklanja jedna od čestih prepreka korištenju knjižnične građe. Time se knjiga vraća u svakodnevicu mladih, čineći je prirodnim dijelom njihova života u domu. Učenički dom Virovitica osiguravat će volontera na dva sata tjedno koji će pratiti posudbu, interese i potrebe korisnika, a Gradska knjižnica „osobu za kontakt“ koja će brinuti o redovnom popunjavanju fonda novim naslovima.

Na otvorenju knjižničnog stacionara sudjelovali su ravnateljica Učeničkog doma Virovitica Martina Tišljar, ravnatelj Gradske knjižnice i čitaonice Virovitica Robert Fritz te župan Virovi-

tičko-podravške županije Igor Andrović. Njihova prisutnost dodatno je naglasila važnost povezivanja odgojno-obrazovnih i kulturnih ustanova, kao i podršku lokalne i regionalne zajednice inicijativama usmjerenima na razvoj čitateljskih navika mladih.

– Zadovoljstvo nam je što upravo u Učeničkom domu Virovitica otvaramo prvi ovakav knjižnični stacionar i prvu organiziranu zbirku izvan naše matične knjižnice. Iako u Hrvatskoj postoje učenički domovi koji imaju vlastite knjižnice, ovakav način organizacije fonda kroz knjižnični stacionar – ne postoji, stoga smo zahvalni Učeničkom domu Virovitica, kao i osnivaču Virovitičko-podravskoj županiji, na hvaljevrijednoj inicijativi. Ovu smo priču objeručke prihvatili i vjerujemo u njen dug vijek trajanja – ističe Robert Fritz, ravnatelj Gradske knjižnice i čitaonice Virovitica.

Posebna vrijednost projekta leži u suradnji Učeničkog doma

Virovitica i Gradske knjižnice i čitaonice Virovitica, kojom se učenicima omogućuje jednostavan pristup knjigama bez potrebe odlaska izvan doma. Time se dodatno potiče razvoj kulture čitanja i samostalnog učenja.

– U Učeničkom domu na smještaju imamo 122 učenika, od čega je 50 mladića i 72 djevojke. Doista se trudimo pružiti im različite aktivnosti u slobodno vrijeme kako bismo prevenirali rizično ponašanje. Smatramo da će knjižnični stacionar doprinijeti tome, razvitkom čitalačke navike i osnutkom čitateljskog kluba, a ujedno ćemo i doskočiti problemu izostanka domske knjižnice. Vjerujem da je ovo vrijedan i pozitivan primjer svim drugim domovima, kako ostvariti lijepu suradnju između dvije ustanove i omogućiti učenicima da ponovno zavole čitanje – osvrnula se ravnateljica Učeničkog doma.

– Ovo je važan iskorak u stvaranju jedne dobre prakse, poticanju čitanja kod učenika kojima je upravo Učenički dom drugi dom, u kojemu nekada provode i više vremena nego u vlastitom domu. Ovo je ujedno i primjer dobre suradnje između naših institucija, u ovom slučaju između Gradske knjižnice i Učeničkog doma. Veseli me što se učenicima na ovaj način približava knjižnična grada, koja će im biti nadohvat ruke, ujedno ih potičući na čitanje i odgovorno ponašanje prema toj građi. Ovime ste postavili temelj stacionara tog tipa u Republici Hrvatskoj i drago mi je što drugi mogu pratiti primjer dobre prakse i učiti iz Virovitičko-podravške županije – zaključio je župan Andrović, obraćajući se predstavnicima spomenutih institucija.



Naime, prema Državnom pedagoškom standardu, svi učenički domovi u Republici Hrvatskoj u svom bi sastavu trebali imati domsku knjižnicu s informatičkom učionicom i zaposlenog stručnog suradnika knjižničara. Međutim, to nije slučaj. Stručni suradnici se zapošljavaju prema prioritetima, a to su psiholozi i pedagozi.

Suradnju između ove dvije institucije, Gradske knjižnice i čitaonice Virovitica i Učeničkog doma Virovitica, pohvalio je virovitičko-podravski župan Igor Andrović, dodavši kako se upravo naša županija ističe po mnogim hvalevrijednim suradnjama tog tipa.



Učenički dom Virovitica ovim je projektom potvrdio svoju ulogu prostora koji, osim smještaja, učenicima pruža poticajno okruženje za osobni i obrazovni razvoj. Knjižnični stacionar predstavlja primjer dobre prakse koji bi mogao poslužiti kao poticaj i drugim učeničkim domovima u Hrvatskoj.





4. PROJEKTNI DAN

Učeničkog doma - Orijentacijsko hodanje 2025.

Na prekrasnom prostoru Križnice u ponedjeljak, 29. rujna 2025. održan je 4. Projektni dan - Orijentacijsko hodanje na kojem su sudjelovali učenici i odgajatelji te ravnatelji iz čak sedam učeničkih domova podijeljeni u 8 timova. Među njima su bila tri doma iz Zagreba (Učenički dom Marije Jambrišak, Hrvatski učiteljski konvikt i Učenički dom Novi Zagreb), zatim učenički domovi iz Križevaca i Siska te gosti iz Maribora, što je događaju dalo i međunarodni karakter.

Cilj susreta bio je utjecati na tjelesni, intelektualni i socijalni razvoj kroz timski rad te snalažljivost u prirodi i hodanje označenim stazama.

Učenici su imali priliku učiti kako se služiti kartom, a pritom su uživali u prirodnim ljepotama koje okružuju rijeku Dravu.

U glavnom dijelu programa učenici su sudjelovali u raznim zanimljivim igrama koje su dodatno potaknule druženje i zajedništvo. Igre su bile osmišljene

ne tako da naglašavaju suradnju, kreativnost i sportski duh pa su učenici imali priliku pokazati i neke vještine izvan uobičajenih školskih okvira.

Posebnu vrijednost događaju dalo je i međusobno upoznavanje učenika uz druženje i roštilj koji su za njih pripremili naši



vrijedni djelatnici. Sudionici su ponijeli kući lijepe uspomene i iskustva koja će im koristiti i u svakodnevnom životu.

U organizaciji ovog projektnog dana, osim imenovanog projektnog tima i ostalih djelatnika, na čelu s ravnateljicom Martinom Tišljar, veliki su doprinos dali i naši volonteri na koje smo neizmjereno ponosni. Oni su: Vanessa Cerovec, Klaudija Gotić, Jelena Dokić, Maša Čepnja, Nina Rudić, Paula Dengoricija, Neven Vuković, Adam Sabljak, Lovro Palaić, Justin Sitek, Dominik Jozić, Bruno Pečić, Martin Kolaric, Zlatko Kravaršćan. Osim njih,

su svim sudionicima dodijeljene zahvalnice i prigodni dar Učeničkog doma Virovitica.

Iako nam okolnosti nikako nisu išle na ruku i usprkos svim nedaćama i nepredviđenim situacijama koje su ometale organizaciju – mi smo uspjeli! Projektni dan na Križnici još jednom je potvrdio kako sport, igra, boravak u prirodi i timski rad mogu povezati mlade ljude, potaknuti ih na aktivnost i zajedništvo te im pružiti vrijedna znanja i vještine.

G.S., H.Ž. 



ekipu našeg doma činili su Toma Gorenac, Jakov Ištvan i Matej Jurić, a voditeljica im je bila odgajateljica Maja Manojlović.

Iako su se sve aktivnosti bodovale s obzirom na vrijeme i točnost izvedbe, cijeli događaj ipak nije natjecateljskog karaktera u smislu nagrađivanja najboljih, već



Naš dom sudjeluje u projektu

“EduKa – prevencija vršnjačkog nasilja 2”

Naš dom sudjeluje u projektu “EduKa – prevencija vršnjačkog nasilja 2”

U suradnji s nositeljem projekta, udrugom S.O.S., naš dom sudjeluje kao partner u projektu “EduKa – prevencija vršnjačkog nasilja 2” čiji je cilj poticanje mladih na izgradnju kulture nenasilja, boljeg međusobnog uvažavanja i kvalitetne komunikacije. Projekt provodi Ministarstvo znanosti, obrazovanja i mladih u suradnji s partnerima.

Nakon održanog početnog sastanka s

predsjednicom udruge S.O.S., Desom Kolesarić, u projekt je uključeno 15 učenika i učenika našeg doma, koji su tijekom prvog dijela projekta sudjelovali u 10 eduka-

tivnih radionica. Radionice su se u ovoj školskoj godini provodile od listopada do svibnja, a voditeljica programa je Jelena Kolesarić Škorić uz podršku stručne suradnice Ivane Štetić i odgajateljice Maje Manojlović.

Kroz projektne radionice učenici su imali priliku upoznati različite oblike nasilja i bolje razumjeti kako se oni očituju u svakodnevnim situacijama. Osim toga, razvijaju svoju emocionalnu pismenost, bolje upoznaju vlastite osjećaje i uče kako ih izraziti na primjeren način. Posebna pažnja posvećena je toleranciji, uvažavanju drugih i stvaranju dobrih odnosa među vršnjacima. U opuštenoj i podržavajućoj

atmosferi učenici jačaju komunikacijske i socijalne vještine, uče kako smirenije reagirati u stresnim situacijama te razvijaju samopouzdanje i suradničke sposobnosti koje će im koristiti u svakodnevnom životu.

Cilj radionica nije samo stjecanje novih znanja, već i poticanje učenika da postanu ambasadori nenasilja u svom okruženju. Stečena znanja i iskustva učenicima će koristiti ne samo u domu i školi već i u njihovim budućim odnosima, izazovima i životnim situacijama.



Naši ambasadori nenasilja su: Demian Jurić, Dominik Jozić, Silvio Jaković, Mariangela Dimić, Gabrijela Pavlović, Petra Tašić, Jakov Ištvan, Justin Sitek, Toma Gorenac, Petar Jularić, Valentina Marošević, Lana Barić, Lucija Marenčić, Chiara Matanović Buzuk

M.M.



RUKSAK PUN KULTURE

*u Učeničkom domu Virovitica: Sudar Percussion
oduševio učenike i djelatnike koncertom i radionicom*

U sklopu nacionalnog projekta „Ruksak (pun) kulture – umjetnost i kultura u vrtiću i školi“, u Učeničkom domu Virovitica 29. listopada 2025. gostovao je poznati udaraljaški ansambl Sudar Percussion. Program je obuhvatio koncertni nastup i interaktivnu radionicu za učenike i djelatnike doma koji su imali priliku upoznati svijet udaraljki.

Kroz dinamičan i edukativan program, članovi ansambla predstavili su raznolike instrumente, zanimljive ritmove i suvremene skladbe, istovremeno uključujući publiku u stvaranje glazbe. Učenici su s velikim zanimanjem sudjelovali u radionici, isprobavali instrumente i učili o važnosti ritma, suradnje i kreativnosti u glazbi.

Projekt „Ruksak (pun) kulture“, koji provodi Ministarstvo kulture i medija Republike Hrvatske u suradnji s Ministarstvom znanosti i obrazovanja ima za cilj približiti umjetnost i kulturu djeci i mladima diljem Hrvatske. Nastup Sudar Percussion ansambla u našem domu još je jednom potvrdio koliko su takvi susreti dragocjeni za poticanje stvaralaštva, interesa i kulturne osviještenosti mladih.

Učenici i djelatnici doma zahvalili su izvođačima na nezaboravnom glazbenom doživljaju te izrazili želju za novim kulturno-umjetničkim susretima u budućnosti.

G.S. 





„Nevera iz Kvarnera“

ponovo prošetala Rijekom

14. i 15. veljače 2026. sedam je učenica Učeničkog doma sa svoje dvije voditeljice boravilo u Rijeci u sklopu projekta „Nevera iz Kvarnera“. Magdalena, Maja, dvije Marije, Anamarija, Ema i Tia sa svojim voditeljicama stručnom suradnicom Ivanom i odgajateljicom Vesnom boravile su u učeničkom domu Kvarner, a subotu su iskoristile za razgledanje grada, šetnju i druženje.

U nedjelju su se pak, maskirane u meduze, priključile karneval-

skoj povorci Riječkog karnevala koji je jedna od najpoznatijih i najvećih karnevalskih manifestacija u Hrvatskoj i šire. Karneval svake godine okuplja tisuće sudionika i posjetitelja iz zemlje i inozemstva, a u sklopu projekta „Nevera iz Kvarnera“ priključile su joj se meduze iz riječkog, zagrebačkih, splitskog, virovitičkog, bjelovarskog, karlovačkog i pulskog doma te učenici i voditelji slovenskog i makedonskog doma. Sudjelovanje na takvom događanju za učenice je pred-



stavljalo posebno iskustvo ispunjeno ponosom, zajedništvom i veseljem.

Projekt „Nevera s Kvarnera“ usmjeren je na očuvanje i promociju kulturne baštine primorskog kraja kroz suvremeni izričaj mladih. Kroz pripreme za karneval učenice su, zajedno sa svojim voditeljicama, aktivno sudjelovale u osmišljavanju i izradi kostima te uvježbavanju nastupa čime su razvijale kreativnost i timski rad.

Sudjelovanje na Riječkom karnevalu za djevojke je bilo ne samo prilika za predstavljanje projekta i svojeg Doma, već i vrijedno iskustvo koje će pamtili cijeli život.





Zadnji dan u Domu

Danas pišem ovo s osjećajem koji je teško pretočiti u riječi. Kao da mi je srce istovremeno puno i teško. Puno zbog svega što smo ovdje proživjeli, a teško jer znam da ovo nije samo još jedan dan u kojemu se pozdravljam sa VIDIMO SE NAGODINU — ovo je pozdrav koji u sebi nosi posljednjih 5 godina mog života i za neke ljude i uspomene nosi riječ ZBOGOM.

Zadnji put pakiram stvari u sobi koja je, iako nikada nije bila moja kuća, nekako uvijek bila moj dom. Kuća mi je udaljena 60 kilometara, ali iskreno — dio nje je ostao ovdje, među ovim zidovima, u hodnicima, u kasnim razgovorima, u smijehu koji se nije gasio ni kada su se trebala gasiti svijetla u 22:15.

Život u učeničkom domu nije običan život. On je surov, nepredvidiv, ali isto tako i najbolja odluka i prilika u mom životu. Ovdje nema skrivanja — vidiš ljude u njihovim najboljim i najtežim trenucima, i oni vide tebe. Ovdje učiš dijeliti prostor, vrijeme, tišinu, ali i brige, strahove i snove. Ovdje učiš što znači biti svoj, ali i kako biti dio nečega većeg od sebe.

Bilo je dana kad je bilo teško. Kad su nas pritiskale obveze, kad smo bili zbunjeni, izgubljeni, kad smo se pitali jesmo li na pravom putu. Bilo je večeri kad je težina bila veća od snage. Ali upravo tada, negdje između smijeha i suza, učili smo najviše — o sebi i o drugima.

I bilo je trenutaka koje ćemo nositi cijeli život. Spontani smijeh u hodnicima, prijateljstva koja su nastala od popriječnog pogleda prvi dan dolaska u dom do zrelih i iskrenih odnosa bez kojih bi moj život u domu i van doma bio znatno teži. Zato su tu moja Valentina - Tina, Dunja i cure, naše bivše maturantice, koje su sa mnom izgurale svih ovih raznovidnih 5 godina punih smijeha, suza, uspjeha i poraza, ali najbitnije od svega ODRASTANJA.

Dom nas je oblikovao na način koji možda još ne razumijemo do kraja. U najranjivijim i najzbuđenijim godinama života, kad smo još uvijek pomalo mali, a već moramo biti veliki, ovaj nas je prostor učio kako izrasti. Kako pasti i ustati. Kako biti hrabriji nego što mislimo da jesmo i to sve uz pomoć naše druge obitelji, koja se osim prijatelja cimera, sastoji od naših odgajatelja koji

su nas bezuvjetno usmjeravali i podržavali, vraćali na pravi put kada skrenemo s njega, kuhara koji su nas dočekali svaki dan s toplim obrokom i osmijehom, spremačica koje su se svaki dan pobrinule da prostor u kojem boravimo bude čist i usput uvijek nalazile vremena pitati kako smo. Svi ljudi kojima ovaj posao nikad nije bio samo posao, već zadatak usmjeriti nas mlade i ambiciozne ljude na put dostojan ostatka naših života. — što nije ni malo lak zadatak

Danas, dok zadnji put zatvaram vrata svoje sobe, ne zatvaram samo jedno poglavlje. Nosim sa sobom sve što sam ovdje bila, sve što sam naučila i sve ljude koji su me oblikovali. Možda odlazimo na različite strane, možda nas život odvede daleko jedne od drugih, ali ono što smo ovdje izgradili zauvijek ostaje u nama. Hvala ovom domu što nam je bio više od smještaja. Što nam je bio mjesto rasta, padova, smijeha i suza. Hvala ljudima koji su ga činili domom i svoje brige ostavljali sa strane kako bi nama olakšali naše. Jer dom nije samo mjesto. Dom su ljudi i uspomene. A mi ih nosimo sa sobom, gdje god išli.

Helena Zeman 



Valentina

- Svijet gori ona traži udoban položaj
- Sve stigne samo polako i nikad
- Glas razuma, ali u slow motionu
- Teleći pogled, gluposti u najavi

- noćna ptica jutarnji zombi
- plače jer pjesma diše krivo
- egzistencijalna kriza? Ajmo prvo na kavu!
- tulum traje, realnost na čekanju



Dunja

- Sve čisto, uredno i hitno
- sve pod kontrolom uz malu paniku
- emocije jače uz svaku čašu
- nadimci su joj ime



Helena

O NAMA ZAJEDNO

- Tri energije: srce, zen, ekspolzija
- Emocije u fulu, u leru i u panici
- Različite u svemu, u glupostima sinkronizirane
- Sve se pretvara u priču za smijanje, bez obzira na kaos
- „We listen and we don't judge“

MOTO SOBE

ALARM ZVONI,
PRIJATELJSTVO
NASTAVLJA SPAVATI
ALARM - MI
3:0

RASPORED DANA

05:55 – Alarm br. 1:

“Novi život počinjem danas”
Svečano gašenje alarma. Novi život se odgađa za sutra.

06:00 – Alarm br. 2:

“Sad je stvarno gotovo”
Jedna ustaje. Postaje službeni diktator sobe.

06:10 – Evakuacija kreveta

“DIŽI SE!”
“Ne idem danas nigdje.”
“Ideš.”

06:20 – Olimpijske igre u kupaonici

Discipline:
* Sinkronizirano pranje zubi
* Sprint s ručnikom
* Brzinsko ispijanje kave

06:50 – Izlazak iz doma

Tri cure, jedna misao: “Zašto smo izabrale medicinsku?!”

07:00 – 12:30 – Praksa (epizoda: Preživljavanje)

“Nije tako teško + mastiti tlak raste”
“Gdje ide ova igla?!” (panika, ali interna)
Gluma profesionalnosti

12:30- 13:25

Brzina kave: kao da šalica ima rok trajanja 30 sekundi
Komentari: “Nemam snage”

13:30 – 15:00 – Škola: nastavak sage

Mozak: offline
Profesorica: online 200%

15:00 - Ručak

Već pregladnile
Što brže pojedemo prije idemo leć

15:20 – “Power nap” (laž stoljeća)

Plan: 15 min
Realnost: buđenje u drugoj dimenziji
Dunja ima osjećaj da spava u kapsuli

18:00 - Večera

Brzinska večera
Nazad odmaranje

19:30 – Učenje (teoretski dio)

* Jedna uči
* Druga jede
* Treća leži i govori “slušam ja vas”

20:00 – Drama bez razloga

* “Ne mogu ja ovo!”
* “Možeš.”
* “Ne mogu.”
* (može)

20:30 – Mladenački život (glavni predmet)

Tračevi koji imaju više sezona nego Game of Thrones
Analiza poruka od simpatije: “Što znači ovo ‘haha’?!”

21:30 – Učenje pokušaj #3:

Finale
Motivacija: panika
Učinak: solidnih 27%

22:00 – Beauty & filozofija

Maske na licu, duboke misli:
“Šta ako dam otkaz prije nego što se zaposlim?”

22:45 – Noćni podcast uživo

Teme:
* Život
* Ljubav
* tko je pojeo zadnju čokoladu (najvažnije)

23:30 – Spavanje

23:47 – “Jesi budna?”
Naravno. Počinje drugi dio dana.

00:15 – Egzistencijalna kriza + smijeh

Razina buke: ilegalna (ponekad)
Razina sreće: maksimalna



Same place, but closer to them





INTERVJU
Demian Jurić

NA PISANJE POEZIJE POTIČU ME MOJE ŽIVOTNE BORBE

Među 120 učenika Učeničkog doma krije se jedan sasvim poseban mladić. Mladić velikog senzibiliteta koji svoje misli, osjećaje i doživljaje pretače u stihove stvarajući vlastiti svijet poezije. U ovom intervjuu otkrivamo kako nastaju njegove pjesme, što ga potiče na pisanje i kakvu ulogu poezija ima u njegovom životu.

1. Tia:

Predstavi nam se...

Demian:

Ja sam Demian Jurić i dolazim iz Daruvara. Pohađam 2. razred Tehničke škole, usmjerenje šumarski tehničar. Boravim u Učeničkom domu u Virovitici.

2. Tia:

Kada si otkrio svoj talent za pisanje poezije?

Demian:

Poeziju sam počeo pisati u 2. razredu osnovne škole, tada sam i napisao svoju prvu pjesmu.

3. Tia:

Što te najčešće inspirira za pisanje nove pjesme?

Demian:

Najčešće me inspiriraju moje trenutne borbe u životu.

4. Tia:

Što te uopće potaknulo da počneš pisati poeziju i kako se tvoj stil mijenjao kroz vrijeme?

Demian:

Na pisanje poezije potaknula me dosada i općenito promišljanje o životu. Moj stil se mijenjao ovisno o trenutnoj percepciji života i emocionalnom stanju u kojem sam se nalazio.

5. Tia:

Postoji li neka pjesma koja ti je posebno draga ili važna i zašto?

Demian:

Jedna od posebnijih pjesama mi je „Nema tijela koje može sve nositi“. Posebno mi je draga jer govori o mojoj boli i preziru prema društvenim normama i samom čovjeku.

6. Tia:

Je li postojao neki trenutak ili događaj koji je posebno utjecao na tvoju odluku da pišeš pjesme?

Neizrečena pjesma

Nisi nestala.

Samo si utihnula u meni,
kao pjesma
koja nikad nije otpjevana,
kao vjetar što uplašeno stane
pred pragom zaborava.

Noći te donose u sitnim šapatima,
u mirisu kiše na vrelom kamenu,
u treperavom sjaju svjetiljki
što se gase pred zoru.
Tvoje ime ne izgovaram,
ali ga nosim u dahu,
u svakoj pukotini,
u dnu pogleda gdje se svjetlo i tama grle.

Da sam te mogao voljeti duže,
možda bi svijet imao nježnije rubove,
možda bi ruke znale zadržati vjetar,
možda bi ljubav bila priča,
a ne samo sjenka riječi
koje nikad nisi čula.

Demian:

Razlog toga što sam više krenuo pisati poeziju je definitivno bila moja prva prava zaljubljenost.

7. Tia:

Koji su tvoji dosadašnji najveći uspjesi na tom području?

Demian:

Moj dosadašnji najveći uspjeh u području literarnog stvaralaštva je sudjelovanje na ovogodišnjoj državnoj smotri Lidrano koja je održana u Vinkovcima. Spomenuo bih i zbirku pjesama koja je u nastanku.

8. Tia:

Planovi za budućnost?

Demian:

Želio bih postati odvjetnik!

9. Tia:

Nimalo poetski!

Demian:

Poezija ostaje moja ljubav i hobi...

Odličan nastup i predstavljanje

Učeničkog doma Virovitica na 49. regionalnoj Domijadi u Križevcima

18. travnja 2026. u Križevcima je održana 49. regionalna Domijada. Naš je Dom predstavljalo pedesetak učenika koji su se natjecali u sportskom i kulturno-umjetničkom programu. Ponosni smo na sve naše učenike, na postignute rezultate te na njihovo kulturno i uzorno vladanje.

Sport

Naš je Dom imao svoje predstavnike u gotovo svim sportskim kategorijama. Najuspješniji su i ove godine bili badmintonaši koji su se, drugu godinu za redom, plasirali na državnu Domijadu u Rovinju osvojivši 1. mjesto.



Pojedinačnu nagradu osvojio je i Fran Bahnik koji je proglašen najboljim igračem turnira. Uz Frana, put Rovinja će i Danijel Matoković, Dorian Ognjanac i Noa Boltadžija sa svojim voditeljem, noćnim paziteljem, Antonijom Kufnerom. S istim voditeljem, na Domijadi su nastupile i badmintonašice – Karla Britvić, Hana Šokec, Jelena Dokić i Larissa Vanjous te osvojile odlično 3. mjesto.

Plasman na državnu Domijadu za dlaku je izmakao stolnotenisačima i stolnotenisačicama našeg



Doma koji su, pod vodstvom pedagoga Marija Ježabeka, osvojili odlično 2. mjesto. Za mušku ekipu nastupili su Noa Belačić, Ivan Tutić-Kovačiček i Luka Pankas dok su naš Dom u ženskoj konkurenciji predstavljale Mija Janković i Valentina Mazok.



Na 4. mjestu natjecanje su završile odbojkašice koje je za natjecanje pripremio i na Domijadu vodio odgajatelj Hrvoje Žunec. Za odbojkašku ekipu našeg Doma nastupile su: Helena Zeman, Dunja Kovačević, Tia Ereš, Ana Majdenić, Petra



Bublić, Gabrijela Pavlović i Nina Rudić. Prije nastupa ozlijedila se Mariangela Dimić koja je inače sastavni dio odbojkaške ekipe.

Košarkašku odnosno basket 3X3 ekipu vodio je noćni pazitelj Darko Kovačević a činili su ju Niko Kovač, Gabriel Simonović, Dominik Jozić i Zvonimir Bijelić. Košarkaši su osvojili 4. mjesto.



Isto, 4. mjesto, osvojili su i malonogometaši našeg Doma. Za našu ekipu nastupili su Jakov Vašiček, Mauro Butorac, Nikola Zjačić, Ivan Šabić, Florijan Tudić, Bruno Pečić, Martin Kolaric, Zlatko Kravaršćan i Ian Maleković. Voditelj malonogometne ekipe je odgajatelj Dražen Jurković.

Čestitamo svim sportašima i njihovim voditeljima na fair playu, korektnoj i srčanoj borbi te dostojnom predstavljanju našeg Doma.



Kulturno stvaralaštvo

U **glazbeno-plesno-scenskom području** imali smo predstavnike u području recitacije te u plesnom izrazu. Autorskom pjesmom Nisi više tu, ali jesi svugdje predstavio se naš Demian Jurić te oduševio prisutne. Učenički žiri dodijelio mu je 1. mjesto dok je po prosudbi stručnog prosudbenog povjerenstva ipak osvojio 2. mjesto uz posebnu pohvalu za hrabrost javnog iznošenja emocija. Mentorica Demianu je odgajateljica Suzana Sokele.



Ista mentorica vodila je i plesnu skupinu koja je također završila na 2. mjestu. Djevojke su se predstavile plesnom izvedbom na pjesmu On The Floor. Naš su Dom dostojno predstavile Paula Dengoricija, Nina Rudić, Veronika Svoboda, Lucija Palijan i Ana Rea Kušan, uz izostanak Lee Čutić.



Nakon dugo godina naš je Dom imao svog predstavnika u području filmskog stvaralaštva. Pod vodstvom zdravstvene voditeljice Antonije Oršulić Erjavec predstavili smo se edukativnim filmom Crvenkapica te osvojili 3. mjesto stručnog prosudbenog povjerenstva i 2. učeničkog žirija. Glavna glumica i redateljica je Maša Čeprnja. Zahvaljujemo i ostalim učenicima i djelatnicima koji su sudjelovali u snimanju i pripomogli realizaciji ovog filma.

U području likovne umjetnosti predstavili smo se s čak 7 fotografija te jednom instalacijom. Fotografija učenice Maje Nađ pod nazivom Susret svjetova osvojila je 3. mjesto po prosudbi stručnog prosudbenog povjerenstva, ali i učeničkog žirija, u konkurenciji čak četrdesetak fotografija. Maja se predstavila još trima fotografijama naziva Moderna tradicija, Rajski krik i Tišina vjekova. Osim Maje, na Domijadi se predstavila i Mag-

dalena Kovačev fotografijom Pronađi šišmiša koja je nastala u sklopu foto-natječaja u Domu. Sportskom fotografijom Trenutak istine predstavila se Mija Janković, dok je nostalgичni trenutak dočarao Neven Vuković fotografijom naziva Zimski san legende. Mentorica svima nave-



denim učenicima je odgajateljica Gabrijela Slamić.

U suradnji iste mentorice i učnice Mariangele Dimić nastala je simpatična instalacija ozbiljne tematike naziva Difuzija odgovornosti. Instalacija je osvojila odlično 3. mjesto po prosudbi stručnog prosudbenog povjerenstva.



U području primijenjene umjetnosti predstavili smo se haljinom u području modnog dizajna te lampom i zidnom policom za biljke u području industrijskog dizajna.

Haljinu naziva Inkara izrađenu 3D olovkom izradile su Dalila Horak i Maša Čeprnja koja je ujedno bila model. Mentorica im je odgajateljica Lucija Viktorija Suvajac. Haljina je osvojila 2.



mjesto stručnog prosudbenog povjerenstva te 3. mjesto učeničkog žirija.



U kategoriji industrijskog dizajna imali smo čak dva predstavnika. Lampom imena Lampa memorije predstavile su se učnice Magdalena Kovačev i Marija Pleša. Mentorica im je stručna suradnica psihologinja Ivana Štećić. Lampa se svjdjela učeničkom žiriju te joj je dodijelio 3. mjesto.



Drugi je rad u ovoj kategoriji bio zidna polica za biljke. Rad naziva Biolumina izradile su učnice Petra Tašić i Chiara Matanović Buzuk pod vodstvom odgajateljice Maje Manojlović. Polica je osvojila odlično 3. mjesto stručnog prosudbenog povjerenstva te 1. mjesto učeničkog žirija.

Bila je ovo još jedna vrlo uspješna Domijada. Ponosni smo na sve naše učenike i njihove mentore te im čestitamo na njihovim uspjesima. Našim badmintonašima i njihovom voditelju Antoniju želimo puno sreće u Rovinju.

G.S.





SREBRNI BADMINTONAŠI

Na državnoj Domijadi održanoj 4.-6. svibnja 2026. u Rovinju naš je dom predstavljala badminton-ska ekipa. Mladići su ostvarili izvrstan uspjeh osvojivši 2. mjesto u konkurenciji od ukupno pet učeničkih domova iz cijele Hrvatske koji su pravo nastupa stekli osvojivši prvo mjesto u svojim regijama.

Ekipa je nastupila pod vodstvom noćnog pazitelja Antonija Kufnera, a činili su je Fran Bahnik, Danijel Matoković, Dorian Ognjenac i Noa Boltadžija. Svojim trudom, zalaganjem i timskim duhom pokazali su visoku razinu igre te dostojno predstavili naš dom.

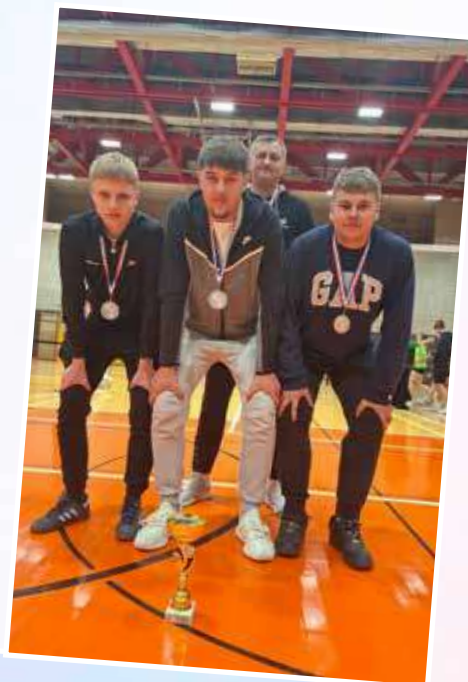
Prvo mjesto osvojio je Učenički dom Športske gimnazije Zagreb, drugo mjesto pripalo je Učeničkom domu Virovitica, dok je treće mjesto zauzeo Učenički dom Pula.

Osim badmintonske ekipe, u Rovinju je bila i ravnateljica Martina Tišljar te stručni suradnici Ivana Štetić i Mario Ježabek koji su pratili svaki meč naše ekipe te srčano navijali i veselili se svakom osvojenom

poenu. Osim toga, popratili su i ostali kulturno-umjetnički i sportski program te se ispunili pozitivnom energijom i novim idejama.

Ovaj uspjeh rezultat je zajedničkog rada, upornosti i međusobne podrške članova ekipe i njihovog voditelja. Sudjelovanje na Domijadi još jednom je pokazalo važnost sporta u povezivanju mladih te poticanju zdravog natjecateljskog duha. Čestitamo svim sudionicima na postignutim rezultatima i veselimo se budućim natjecanjima!

M.J. 





Krunoslav Silner
operativni djelatnik

1. Kruno u tri riječi...

Točan, vrijedan, marljiv.

2. Koliko dugo radite u domu?

U domu radim 4 mjeseca.

3. Koju ste školu završili?

Elektrotehničar

4. Kako Vam se sviđa posao u domu i koji je opis tog posla?

Posao u domu je za mene novo iskustvo i sviđa mi se rad u novom pozitivnom okruženju.

5. Što ste do sada radili i možete li to usporediti s poslom u domu?

Do sada sam radio kao zastupnik osiguranja koji se dosta

razlikuje od posla u domu. Promijenio sam posao jer sam odlučio stjecati nova znanja i razvijati se u nekom drugom smjeru.

6. Kakvi su učenici, kako se slažete s njima?

Upoznajem učenike iz dana u dan i mogu reći da su pozitivna iskustva jer su učenici marljivi i dobro odgojeni.

7. Kako se slažete s djelatnicima, kakav ste kolektiv?

Djelatnici su vrlo susretljivi i spremni u svakom trenutku pomoći i upoznati me sa stvarima koje još učim u domu i mislim da je veoma dobar i pozitivan kolektiv.

8. Kruno u slobodno vrijeme, hobiji, interesi...

Slobodno vrijeme većinom provodim u krugu obitelji i igrajući se sa svojom djecom te volim od slobodnih aktivnosti tenis i trčanje gdje provodim preostalo slobodno vrijeme.



Damir Jušta
operativni djelatnik

1. Damir u tri riječi...

Komunikativan, veseo i pouzdan

2. Koliko dugo radite u domu?

Oko 5 mjeseci

3. Koju ste školu završili?

poljoprivrednu

4. Kako Vam se sviđa posao u domu i koji je opis tog posla?

Suradnja s domarom, rad na ulazu u dom, suradnja sa ostalim djelatnicima, brinuti

o sigurnosti zaposlenika i korskornika doma i sve ostalo što treba. Posao mi se izrazito sviđa.

5. Što ste do sada radili i možete li to usporediti s poslom u domu?

Razne poslove i nisu za usporediti sa radom u domu.

6. Kakvi su učenici, kako se slažete s njima?

Odlični i jako se dobro slažemo. Komunikativni, dragi i pristojni.

7. Kako se slažete s djelatnicima, kakav ste kolektiv?

Pouzdani, komunikativni, ljubazni, ma pravi smo tim

8. Damir u slobodno vrijeme, hobiji, interesi...

Glazba, šetnje, i naravno, tenis.

EDUKACIJA

o prevenciji i suzbijanju korištenja opojnih sredstava

Tijekom proljetnog odmora učenika, djelatnici Učeničkog doma sudjelovali su u edukaciji na temu prevencije i prepoznavanja opojnih sredstava. Edukaciju je održao kriminalistički policijski službenik iz područja suzbijanja kriminaliteta droga Damir Topolovčan.

Gospodin Topolovčan govorio je o najzastupljenijim vrstama droga na našem području, njihovim karakteristikama te načinima na koje se najčešće pojavljuju. Poseban naglasak stavio je na praktični dio, tijekom kojeg je djelatnicima pokazao kako pojedine droge izgledaju, kako bi ih mogli lakše prepoznati i pravovremeno reagirati u slučaju njihova pronalaska.

Također, pozvao je djelatnike na suradnju s policijom u slučaju



bilo kakve sumnje na konzumaciju ili preprodaju droga, istaknuvši važnost pravovremene reakcije i komunikacije.

Djelatnici doma aktivno su sudjelovali u edukaciji, pažljivo slušali izlaganje te postavljali brojna pitanja na koja je gospodin Topolovčan rado i stručno odgovarao.

Zahvaljujemo gospodinu Topolovčanu na suradnji te iznimno korisnom predavanju.

G.S.

POLOŽEN STRUČNI ISPIT



Naša odgajateljica Vesnica Matkov u ožujku je uspješno položila stručni ispit za odgajateljice u učeničkim domovima. Ovaj uspjeh predstavlja važan korak u njezinu profesionalnom razvoju, potvrđuje njezinu stručnost i kompetencije te joj daje temelje za novo zanimanje u kojemu se pronasla.

Kolegici Vesni čestitamo na ovom značajnom uspjehu te joj želimo mnogo uspjeha, zadovoljstva i inspiracije u daljnjem radu s učenicima.

G.S.

Obilježen DAN ŽENA

Iako se ove godine Međunarodni dan žena obilježavao u nedjelju, djelatnice Učeničkog doma okupile su se u ponedjeljak u ugodnom i opuštenom ozračju kako bi zajedno proslavile ovaj poseban dan.

Prigodnim riječima djelatnicama se obratila ravnateljica, zahvalivši im na predanom radu, trudu i svakodnevnom doprinosu životu i radu doma. U svom obraćanju istaknula je važnost međusobne podrške, zajedništva i poštovanja.



Nakon kratkog obraćanja, djelatnice su nastavile druženje uz slastice i razgovor, uživajući u opuštenoj i prijateljskoj atmosferi.

Posebno iznenađenje priredio je muški dio kolektiva koji je djelatnice razveselio ružama, uljepšavši tako obilježavanje Dana žena i dodatno doprinijevši lijepom raspoloženju.

G.S.

BLAGDANSKI

domjenak

Krajem prosinca prošle godine održan je tradicionalni blagdansko domjenak koji je okupio zaposlenike Učeničkog doma u ugodnom i svečanom ozračju. Domjenak je održan u blagdansko vrijeme kao prilika za zajedničko druženje i razmjenu dobrih želja.

Zbog spriječenosti ravnateljice, prisutne je pozdravio odgajatelj Hrvoje Žunec, a tom su prilikom posebno istaknuti naši jubilarci.

Kao znak zahvale za višegodišnji predani rad i doprinos razvoju ustanove, simbolične su im nagrade uručile stručna suradnica Ivana Štetić te odgajateljica Gabrijela Slamić.



Ovogodišnji jubilarci su:

Lucija Viktorija Suvajac - 5 godina neprekinutog rada u Domu

Ivona Županić - 10 godina neprekinutog rada u Domu

Mario Erjavec - 10 godina neprekinutog rada u Domu

Suzana Sokele - 35 godina neprekinutog rada u Domu

Druženje i zabava nastavili su se do kasno u noć, a još jedna posebnost ovog domjenka je to da su za glazbu bili zaduženi naši bivši učenici (Hrvoje i Domagoj) koji su sada uspješni mladi ljudi. Ponosni smo na ovu poslovnu suradnju te uvijek s veseljem pratimo u kakve ljude izrastaju naša domska djeca.

Ovim blagdanskim domjenkom ispratili smo još jednu uspješnu kalendarsku godinu, uz želju da nam iduća bude još uspješnija i ispunjenija.

G.S.

TEAM

building

Djelatnici Učeničkog doma početkom su srpnja, nakon odlaska učenika, otišli na zaslužni odmor, tzv. team building.

Kroz niz zajedničkih aktivnosti imali su priliku dodatno osnažiti profesionalne odnose. Jedna od takvih aktivnosti bio je kviz o domu koji je za djelatnike pripremio odgajatelj Mario, a natjecatelji su zajedničkim snagama i međusobnom suradnjom morali doći do točnih odgovora.

Poseban doživljaj ovog izleta bio je posjet podzemnom aerodromu Željava,



nekadašnjem vojnom kompleksu poznatom po svojoj impresivnoj podzemnoj infrastrukturi. Obilazak ovog jedinstvenog prostora bio je zanimljivo i poučno iskustvo koje je sudionicima približilo dio povijesti regije, ali i dodatno obogatilo njihov zajednički izlet.

Ovakva neformalna okupljanja pridonose stvaranju pozitivne radne atmosfere i jačanju zajedništva među djelatnicima.

G.S.



5 brzopoterzlih pitanja



Klaudija spremačica

Smirena ili pod stresom?
Smirena
 San ili noćni izlazak?
San
 Plan ili improvizacija?
Improvizacija
 Razgovor ili šutnja/samoća?
Šutnja
 Multitasking ili jedno po jedno?
Multitasking



Marina voditeljica računovodstva

Umor ili energija?
Energija
 Fokus ili rastresenost?
Fokus
 Vježbanje ili kava i opuštanje?
Kava
 Sve odmah ili rasporediti?
Rasporediti
 Nema stajanja ili pauza spašava živce? **Pauza**



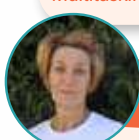
Krunoslav operativni djelatnik

Smiren ili pod stresom?
Smiren
 San ili noćni izlazak?
San
 Plan ili improvizacija?
Plan
 Razgovor ili šutnja/samoća?
Razgovor
 Multitasking ili jedno po jedno?
Jedno po jedno



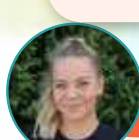
Darko noćni pazitelj

Umor ili energija?
Energija
 Fokus ili rastresenost?
Fokus
 Vježbanje ili kava i opuštanje?
Kava
 Sve odmah ili rasporediti?
Rasporediti
 Nema stajanja ili pauza spašava živce? **Pauza**



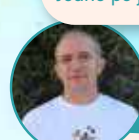
Blaženka spremačica

Smirena ili pod stresom?
Kako kada
 San ili noćni izlazak?
Po potrebi
 Plan ili improvizacija?
Plan
 Razgovor ili šutnja/samoća?
Šutnja/samoća
 Multitasking ili jedno po jedno?
Multitasking



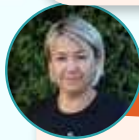
Antonia zdravstvena voditeljica

Umor ili energija?
Energija
 Fokus ili rastresenost?
Rastresenost
 Vježbanje ili kava i opuštanje?
Vježbanje
 Sve odmah ili rasporediti?
Sve odmah
 Nema stajanja ili pauza spašava živce? **Nema stajanja**



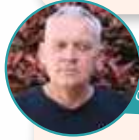
Miroslav kuhar

Smiren ili pod stresom?
Smiren
 San ili noćni izlazak?
San
 Plan ili improvizacija?
Plan
 Razgovor ili šutnja/samoća?
Kako kada
 Multitasking ili jedno po jedno?
Multitasking



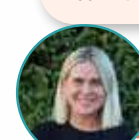
Tatjana ekonomka

Smirena ili pod stresom?
Smirena
 San ili noćni izlazak?
San
 Plan ili improvizacija?
Plan
 Razgovor ili šutnja/samoća?
Razgovor
 Multitasking ili jedno po jedno?
Multitasking



Damir operativni djelatnik

Umor ili energija?
Energija
 Fokus ili rastresenost?
Fokus
 Vježbanje ili kava i opuštanje?
Vježbanje
 Sve odmah ili rasporediti?
Rasporediti
 Nema stajanja ili pauza spašava živce? **Pauza**



Ivana administrativni referent

Smirena ili pod stresom?
Smirena
 San ili noćni izlazak?
San
 Plan ili improvizacija?
Plan
 Razgovor ili šutnja/samoća?
Šutnja
 Multitasking ili jedno po jedno?
Jedno po jedno



Vedrana pralja

Umor ili energija?
Energija
 Fokus ili rastresenost?
Fokus
 Vježbanje ili kava i opuštanje?
Kava
 Sve odmah ili rasporediti?
Sve odmah
 Nema stajanja ili pauza spašava živce? **Pauza**



Dubravka kuharica

Umor ili energija?
Energija
 Fokus ili rastresenost?
Fokus
 Vježbanje ili kava i opuštanje?
Kava
 Sve odmah ili rasporediti?
Rasporediti
 Nema stajanja ili pauza spašava živce? **Pauza**



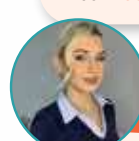
Josipa kuharica

Smirena ili pod stresom?
Smirena
 San ili noćni izlazak?
San
 Plan ili improvizacija?
Improvizacija
 Razgovor ili šutnja/samoća?
Šutnja/samoća
 Multitasking ili jedno po jedno?
Multitasking



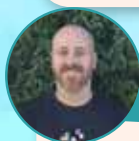
Antonio noćni pazitelj

Umor ili energija?
Energija
 Fokus ili rastresenost?
Fokus
 Vježbanje ili kava i opuštanje?
Kava
 Sve odmah ili rasporediti?
Rasporediti
 Nema stajanja ili pauza spašava živce? **Pauza**



Ivana K. tajnica

Smirena ili pod stresom?
Kako kada
 San ili noćni izlazak?
San
 Plan ili improvizacija?
Plan
 Razgovor ili šutnja/samoća?
Šutnja/samoća
 Multitasking ili jedno po jedno?
Jedno po jedno



Mario E. domar

Umor ili energija?
Energija
 Fokus ili rastresenost?
Fokus
 Vježbanje ili kava i opuštanje?
Vježbanje
 Sve odmah ili rasporediti?
Rasporediti
 Nema stajanja ili pauza spašava živce? **Pauza**



Ivana M. kuharica

Umor ili energija?
Umor
 Fokus ili rastresenost?
Fokus
 Vježbanje ili kava i opuštanje?
Vježbanje
 Sve odmah ili rasporediti?
Rasporediti
 Nema stajanja ili pauza spašava živce? **Pauza**



Mario J. tajnik

Smiren ili pod stresom?
Ovisi, trudim se ostati smiren
 San ili noćni izlazak?
Izlazak, spavanje je danguba
 Plan ili improvizacija?
Plan
 Razgovor ili šutnja/samoća?
Razgovor
 Multitasking ili jedno po jedno?
Multitasking – drugačije ne ide!



Ijerka spremačica

Umor ili energija?
Energija
 Fokus ili rastresenost?
Fokus
 Vježbanje ili kava i opuštanje?
Kava
 Sve odmah ili rasporediti?
Rasporediti
 Nema stajanja ili pauza spašava živce? **Pauza**