



## Odповedovanje Božiču bi pomenilo nespoštovanje samih sebe

**D**ecember je čas, ko vsi kristjani praznujemo Božič. Po navadi ga z različnimi prireditvami obeležujemo tudi po šolah s tradicionalno božičnico. Letos pa v šoli Garofani v Rozzanu ne bo tako. Ravnatelj je namreč odločil, da bi morala šola biti laična ustanova in torej se v njej ne bi smelo učiti in peti božičnih, verskih pesmi. Mnogi starši učencev, ki obiskujejo tamkajšnja šola so mu oporekali, vendar je ravnatelj ostal pri svoji odločitvi: božičnice ne bo, 21. januarja pa bo na šoli prireditev, imenovana »Festa d'inverno« tj. Zimsko praznovanje, ki bo zamenjala božičnico.

Ravnatelj upravičuje svojo odločitev, ker pravi, da božičnica ni spoštljiva do učencev, ki so pripadniki drugih veroizpovedi. Vendar božičnica po mojem mnenju ni verski obred, je tradicionalna prireditev, ki se prireja v Italiji, Sloveniji in drugih večinoma krščanskih državah tudi zaradi tradicije, manj iz verskih prepričanj.

V šolah imamo od 23. decembra do 6. januarja počitnice, ki jih imenujemo božične. Pri nas je namreč Božič tako pomemben, da imamo zaradi tega krščanskega praznika tudi počitnice. Nikomur pa ne pade na misel, da teh počitnic ne bi smeli več imeti, čeprav so božične.

Tudi druge države imajo počitnice ob verskih praznikih, ki so bolj občuteni ali značilni za tisto državo. In tudi oni jih verjetno na tak ali drugačen

način obeležujejo, tudi zanje je to, poleg verskega praznika, kulturni praznik. In mislim, da je popolnoma prav tako. Da jim njihovi prazniki pomenijo, kar nam pomeni Božič. Čeprav kdo ni veren, mu je lahko Božič vseeno pri srcu, npr. zaradi daril, ki si jih izmenjamo ob tem prazniku.

Nihče ne zahteva od ljudi, ki niso kristjani, da bi praznovali Božič. Če kdo sodeluje pri božični prireditvi, še ne pomeni, da je veren. Tudi če se v šoli proslavlja Božič z božično prireditvijo, še ne pomeni, da se ne spoštujejo učenci drugih veroizpovedi. Do njih bi bili nespoštljivi samo, če jim ne bi dovolili, da bi tudi oni praznovali svoje verske praznike. Pri nas je več dijakov, ki so pripadniki pravoslavne krščanske vere in zato praznujejo Božič 6. januarja.

Spomnim se, da sem imela na osnovni šoli sošolko, ki je bila muslimanske veroizpovedi. Nekega dne je ni bilo v šoli. Ko smo jo naslednji dan vprašali, zakaj je ni bilo, nam je odgovorila, da je bila na »fešti«. Takrat se nam je to zdelo nekaj nedopustnega, da je ni bilo v šoli, ker je morala na praznovanje kake prijateljice, ona pa je bila zelo prizadeta, da je nismo razumeli, ker je bila odsotna. Pozneje smo izvedeli, da je ni bilo, ker je praznovala največji muslimanski praznik, kot da nas ne bi bilo v šoli, ker bi praznovali Božič ali Veliko noč. Priznam, da me je bilo precej sram, ko sem izvedela, da sem jo nehote prizadela.

Prepričana sem, da je treba bližnjega in tudi vsakega, ki je različen od nas, spoštovati. Ne verjamem pa, da mu izkažemo spoštovanje tako, da zaradi njega ne obeležujemo našega praznika. Če se odpovedujemo praznovanju in spoštovanju svojih praznikov, pokažemo, da ne spoštujemo samih sebe. Zdi pa se mi tudi prav, da lahko pripadniki drugih narodov, kultur in veroizpovedi praznujejo svoje praznike, istočasno pa sprejemajo praznovanje naših, ki so globoko prisotni v naših srcih.

*Bralcem in prijateljem Rasti  
voščimo  
vesele praznike!*





Spodbuditi mlade k ustvarjalnosti

# MladArt

**S**podbuditi mlade k ustvarjalnosti. S tem namenom in ciljem sta organizaciji Mladi za prihodnost in Mladi Slovenske skupnosti priredili natečaj »MladArt«. Mladi so bili povabljeni, da prijavijo katerikoli »umetniški projekt«, lahko je šlo za pisano besedo, likovno delo, oblikovno, karkoli, s čemer bi se radi mladi umetniško izrazili. Tehnika in tematika sta bili prosti, da ne bi omejevali mladih umetnikov.

Natečaj je bil namenjen vsem dijakom slovenskih višjih šol v Trstu in Slovencem, ki obiskujejo šole z italijanskim učnim jezikom, ter vsem mladim Slovencem do 25. leta starosti. Poleg tega je razpis upošteval tudi posebno kategorijo, in sicer srednješolce slovenskih šol v Trstu.

Zelo široko in odprto zasnovan natečaj je mlade očitno prej ustrašil kot pritegnil, saj se žal ni prijavilo veliko umetnikov. So pa bili organizatorji – in tudi člani strokovne komisije, ki je ocenila dela – izredno zadovoljni z visokim nivojem prijavljenih del. Komisijo so sestavljali profesorji Jasna Merkù, Ivan Žerjal in Roberto Sarazin. Nazadnje so nagrade takole porazdelili: na 3. mesto se je uvrstila Veronica Sedevcic iz Devina. Študentka Pedagoške fakultete Univerze na Primorskem se je prijavila z likovnim delom, ki ga je nasloвила »Posameznikove izkušnje«. Uporabila je različne barve in materiale: akvarele, oljne barve, ki jih je na platno nanašala z zobotrebci, tempera barve in rižev papir. Slika predstavlja posameznika kot drevo, ki se vzpenja in išče svoje izkušnje. Komisija je najvišje ocenila vsebinsko izvirnost dela.

Drugo nagrado je prejela Petra Debelis, ki obiskuje italijanski



*Z leve: Matia Premolin, Tanja Peric, Jasna Merkù, Roberto Sarazin, Veronica Sedevcic, Petra Debelis, Jasmina Gruden in Alessandro Počkaj.*

umetniški licej Nordio v Trstu. Tudi ona je predstavila likovni izdelek, neke vrste majhno inštalacijo z naslovom: »Smeh iz srca«. Prikazano je srce, iz katerega je avtorica potegnila nitke, na drugi konec nitk pa je privesila smehljaj, v obliki smejočih se ust. Kot v kakem stripu iz ust beži smeh v obliki "HA". Komisija ji je največ točk podelila za vsebinsko izvirnost, pa tudi za izvirni gradbeni učinek.

Zmagovalka natečaja pa je Jasmina Gruden, bodoča gradbena inženirka iz Boljunca. Prvo nagrado si je prislužila kot modna oblikovalka, saj je prijavila tri oblačila, ki si jih je sama zamislila in sešila. Takole jih je opisala: »Zeleno krilo sem sešila ob priliki zaključne šolske večerje. Krilo je svilen. Modro krilo je sestavljeno iz dveh ločenih delov. Celotni zgornji del je ročno izdelan. Sešila sem ga ob priliki šolskega plesa. Jeans top majica je sestavljena iz starih jeansov. Torbica pa je sestavljena iz ostankov blaga, ki sem jih uporabila za druge obleke: iz svile in volne. Hotela sem ustvariti kontrast med tema

dvema popolnoma različnima materialoma in rdečo zadrgo.« Jasmina je komisijo prepričala ne samo zaradi vsebinske izvirnosti in učinka, pač pa tudi zaradi zamisli same, da se loti in da prijavi modne kreacije.

Ob nagrajenkah je komisija pohvalila tudi Veroniko Sosič za sliko, ki jo je prijavila na natečaj.

Kot je na nagrajevanju, ki ga je v prostorih Tržaškega knjižnega središča TS360 na Oberdankovem trgu v Trstu na začetku novembra vodila Tanja Peric, je predsednik Mladih za prihodnost Matia Premolin izrazil prepričanje, da so taki natečaji pomembno sredstvo, da mladi stopijo iz sence in da se predstavijo širši javnosti.

Nagrajenke so prejele nagrado sponzorjev natečaja Avtošole Bizjak, Cvetličarne Delia cvetje-fiori, Kmetije Gruden-Žbogar, Puba Skala Gropada in založbe Mladika. Dela so bila razstavljena v tržaškem knjižnem središču, pa tudi v centru Ljubljane, v prostorih Svetovnega slovenskega kongresa.

**Mojca Petaros**

V letu 2014 je Dežela Furlanija Julijska Krajina izdala razpis za podporo posebnim pobudam za ovrdenenje jezika ter zgodovinske in kulturne dediščine slovenske manjšine. Pri Mospu smo si zamislili projekt, ki je bil izbran kot eden najboljših. Projekt bomo izvedli v obliki delavnic, ki bi mladim pripomogle do izboljšanja in utrjevanja slovenskega jezika. Projekt smo poimenovali »Ko zaživi pisana beseda«, saj si prizadevamo, da bi v mladih prebudili zanimanje za slovenski jezik in pripomogli k temu, da bi ljubezen do lastnega jezika nekoliko zrasla. Sam cilj projekta je v njih vzbuditi sposobnost pisanja in kvalitetnega ter učinkovitega izražanja, saj ugotavljamo splošen padeč ravni jezikovnega znanja.

Delavnice bomo izpeljali na zanimiv, privlačen in dinamičen način, za kar bo poskrbela ekipa mladih mentorjev, a zato nič manj podkovanih in strokovno pripravljenih, ki bo s sodobnimi pristopi vpeljala mlade v svet pisanja.

Ciljna publika so predvsem višješolski dijaki iz Trsta in Gorice, dobrodošel pa bo tudi vsak univerzitetni študent, ki bi rad sebe in svoj jezik dal na preizkušnjo. Glavni izvajalec projekta »Ko zaživi pisana beseda« je društvo Mosp, sodelujejo pa tudi Slovenski kulturni klub, Radijski oder, Državni znanstveni licej France Prešeren ter Mladinski dom v Gorici. Prvi del projekta, ki je zaživel sredi decembra, poteka na Tržaškem. Delavnice na teme kreativnega pisanja, oblikovanja intervjuja, znanstvenega novinarstva, priprave radijske oddaje, dramskega besedila in video prispevka bodo v začetni fazi na liceju Franceta Prešerna, in sicer v povezavi s poukom slovenskega jezika. Za nadaljevanje oziroma nadgradnjo delavnic pa bodo mentorji poskrbeli naknadno, na sedežu društva v popoldanskih urah. Drugi del projekta – z isto vsebino – pa se bo preselil na Goriško v sodelovanju z Mladinskim domom.

## Nov projekt Mladih v odkrivanju skupnih poti (MOSP)

# Ko ZAŽIVI pisana BESEDA

Mentorji, ki bodo vodili delavnice, so strokovno pripravljeni, saj so poklicni publicisti, novinarji, besedni umetniki, radijski voditelji in profesorji. Dijaki in ostali udeleženci bodo z njihovo pomočjo oblikovali svoj izdelek, ki bo nato objavljen v tiskani obliki – v posebni izdaji mladinske priloge Rast. Mladi, ki se bodo udeležili delavnic kreativnega pisanja, bodo lahko poslali svoje prispevke na letošnji literarni natečaj Slovenskega kulturnega kluba (razpis objavljamo posebej). Pri pripravi radijske oddaje in dramskega besedila pa se bodo imeli udeleženci možnost preizkusiti tudi pred mikrofonom: eni v živo v

popoldanski oddaji Mladi val na valovih Radia Trst A, drugi pa v snemalnem studiu Trak v sodelovanju z Radijskim odrom. Ob zaključku vseh delavnic je predvidena končna predstavitev, na kateri bodo prikazali tako končne izdelke kot tudi celotni proces njihovega nastajanja v obliki krajšega video posnetka.

**Neža Kravos**



*V studiu slovenske regionalne televizije RAI v Trstu.*

## MIVS Vesela pomlad z Opčin na Salerno Festivalu

*Nepozabna izkušnja ob lepem petju iz vse Italije, v veseli družbi in očarljivih krajih*

**B**ilo je nekega zgodnjega jutra na začetku novembra, ko smo se pevke mladinske vokalne skupine Vesela pomlad še pred zoro zbrale na Opčinah. Že dalj časa smo nestrno čakale, saj smo se že več mesecev pripravljale na ta dogodek. Odpravljale smo se namreč v Salerno na vsedržavno zborovsko revijo. Za skoraj vse pevke je bila to prva pevska izkušnja malo dlje od doma. Spremljali so nas dirigentka Andreja Štucin Cergol, pianistka Alenka Cergol, tolkalec Lorenzo Dari in nekateri starši.

Z dirigentko Andrejo smo začele pripravljati repertoar že več mesecev prej. Vadile smo pesmi, ki smo jih poznale že prej, a tudi nekatere nove. Našemu stalnemu repertoarju smo dodale nekaj zahtevnejših skladb, saj smo vedele, da se bomo soočile z nekaterimi zelo kvalitetnimi zbori in smo se morale zato potruditi, da bi tudi mi nastopale čim boljše in da bi o sebi ustvarile dober vtis. V ta namen smo imele na začetku poletja večdnevne intenzivne vaje v Ankaranu, z vajami pa smo v novem šolskem letu začele že pred začetkom pouka. Z veseljem smo v svojo sredo sprejele nove pevke, ki so se v skupino hitro vključile.

Po več urah vožnje in prav toliko urah smeha in dobre volje smo končno dospeli v Salerno. Nastanili smo se v hostelu in že prvi večer imele nastop. To je bil otvoritveni koncert festivala, neke vrste zborovski maraton, na katerem so peli vsi zbori. Bilo je zanimivo, saj smo že takoj spoznali druge zборе in zborovsko tradicijo različnih delov Italije.

Vsak dan smo imele vsaj en nastop. Pele smo v katedrali v Amalfiju, palači »Salone dei marmi«, v

katedrali v Salerno, udeležile pa smo se tudi prostega petja v centru Salerno, tako imenovanega »Frijenn Cantann«. Za to so določili nekatere točke, v katerih so se zbori lahko predstavili mestnemu vrvežu. Peli smo raznovrstne pesmi, mimoidoči pa so nam z veseljem prisluhli.

Imeli pa smo tudi čas za odkrivanje novih krajev. Obiskali smo Vietri, kjer smo si ogledali muzej keramike, keramično delavnico in jedli »pravo« neapeljsko pico, Amalfi, center Salerno in Pompej, kjer smo si ogledali razvaline rimskega mesta, ki ga je pred skoraj dva tisoč leti prekrila lava mogočnega vulkana Vezuva.

Kaj pa o izkušnji na zborovskem festivalu mislijo nekatere izmed pevk?

**Veronika:** Osebnostno mi je bilo v Salerno lepo, a naporno. Gotovo je vsem pevkam koristilo, še posebej takrat, ko smo vstopile v veličastno katedralo v Amalfiju in videle, koliko ljudi je tam, da bi nas poslušalo. Vse je namreč v tistem trenutku zgrabila trema, saj nismo bile navajene nastopati pred tako številnim občinstvom. Ko pa smo začele peti, je ves strah izginil. Zelo sem se sprostita in zadnji dve pesmi odpela tako, kot če bi bile v cerkvi samo me. Upam, da se bo taka izkušnja kmalu ponovila, predvsem zato, ker smo bili v res enkratni družbi. Imele smo pa tudi srečo z lokacijo, saj smo pele v res krasnih krajih.

**Ksenija:** Zame je bila udeležba na Salerno Festival izredna izkušnja, ki se mora ponoviti. Imele smo se zelo lepo v krasni družbi in ob prijaznem vremenu. Vsak dan smo namreč imele krasno vreme, tako da smo lahko krožile po Amalfijski obali ➔



**Festival**  
6° festival corale internazionale

◀ v kratkih rokavih. Poleg tega je bil ves trud, ki smo ga vložile v vaje, poplačan z dobrimi nastopi, saj smo bile poleg dolgih aplavzov deležne tudi številnih pohval. Kljub začetni tremi, ki se je v nas pojavila, ko smo slišale, kako lepo pojejo ostali zbori, sem se ob petju takoj sprostita in potem zelo zabavala. Ogledale smo si več krasnih krajev in se imele res enkratno. Rada pa bi se zahvalila vsem, ki so pripomogli k temu, da smo to pobudo izvedli, predvsem pa za ves smeh in

dobro voljo, ki smo ju doživeli v teh štirih dneh.

**Mojca:** Po mojem nam bodo dnevi, ki smo jih preživeli v Sallernu, ostali v zelo lepem spominu, predvsem zaradi družbe, saj smo se tam bolj povezale in se skupaj zelo zabavale. Sem pa tudi zelo zadovoljna z nastopi: kljub temu, da smo bile, predvsem proti koncu, zelo utrujene, smo dale vse od sebe in zaradi tega še bolj navdušile publiko.

**Vida:** V najlepšem spominu mi bo gotovo ostal petkov večer.

Ko smo končale nastop v prekrasni amalfijski katedrali, smo ostale v mestu, da bi večerjale. Ker smo nekatere že prej pojedle, smo počakale ostale na ulici. Začele smo peti in v tistem zagledale odprto okno bližnje hiše. Na oknu se je tedaj pojavil simpatičen kuhar, ki nam je začel dirigirati, na koncu pa nam je zaploskal. To je bila zagotovo najlepša podoknica, oprostite: *sottofinestrucola* (v priložnostnem prevodu), vseh časov.

**Neža Petaros**

Leto je mimo in čas je za nov razpis literarnega natečaja, ki ga tudi letos organizira Slovenski kulturni klub v sodelovanju z Mosp-om. Natečaj je po tradiciji del delovanja mladinske organizacije, ki se lahko pohvali z zelo dolgo in bogato tradicijo in zgodovino: v letu 2016 bo namreč Slovenski kulturni klub praznoval okroglo, kar 60-letnico svoje ustanovitve. Že skoraj od začetka svojega delovanja je SKK vsako leto organiziral literarne natečaje. Prav v prejšnjem letu je ta dosegel svoj višek, saj se je s prispevki v prozi ali verzih odzvalo kar 60 mladih ustvarjalcev iz Tržaške, v veliki večini (razen dveh izjem) starih od 13 do 19 let.

Šest lanskih zmagovalcev (lani je bilo prvič uvedeno nagrajevanje posebej za prozo in za poezijo), ima poleg nagrade tudi to čast, da so njihovi prispevki objavljeni v reviji Mladika, točneje v prilogi Rast. Od lanskih nagrajencev ste v prejšnjih številkah Rasti lahko prebrali vse tri nagrajene prozne prispevke, in sicer prvonagrajeni prispevek Belinde Trobec (lani v 3. klasičnem liceju), drugonagrajeni prispevek Mojce Petaros (lani v 1. klasičnem liceju) in prispevek tretjenagrajene Monike Bukavec. Vse nagrajene pesmi avtorjev poezije, in sicer prvonagrajene Tine Sbarbaro (lani v V. klasični višji gimnaziji), drugonagrajene Veronike Škerlavaj (lani v 2. znanstvenem liceju) in tretjeuvrščene Caterine Cossutta (lani v 5. znanstvenem liceju) pa boste lahko prebrali v sedanjih in naslednjih Rasteh.

## Tri, dva, ena – ZDAJ! Mladi besedni umetniki: pero v roko!



Zmagovalci lanskega natečaja

Od prispevkov, ki jih je lanska komisija priporočila za objavo, smo v Rasti že prebrali prozni prispevek dijakinje Celin Desiree. Čakajo pa nas še priporočeni prispevki avtorjev Enne Devetta, Annamarije Vignini, Mateja Grudna, Danjela Stefanija in Ivane Pahor.

Kaj pa letošnji razpis? Namenjen je mladim od 13. do 19. leta; tudi letos bo razpis uokvirjen v Prešernov praznik slovenske kulture, saj se bo zaključil 8. februarja, na dan Prešernove smrti. Natečaj pa je posvečen tudi pesniku Krasu Srečku Kosovelu ob 90-letnici njegove smrti. Avtorji so pri svojem

ustvarjanju prosti, tako glede teme kot glede oblike prispevkov, kot neobvezen navdih pa so bili izbrani prav Kosovelovi verzi.

Do 8. februarja, praznika slovenske

kulture, naj avtorji pošljejo prispevke in jih podpisujejo le s šifro ali psevdonomom; v ločeno zaprto ovojnico z isto šifro pa naj napišejo svoje ime, priimek, naslov, elektronski naslov, letnik rojstva in telefonsko številko. Svoje prispevke v prozi ali poeziji naj pošljejo na naslov: SKK, Ul. Donizetti, 3, 34100, Trst, s pripisom »Za literarni natečaj«.

Vse prispevke bo ocenila za to imenovana komisija. Zmagovalci bodo razglašeni in nagrajeni na posebni slovesnosti: prvouvrščeni avtor bo nagrajen z denarno nagrado, drugouvrščeni z darilom, tretjeuvrščeni pa s knjižno nagrado. Poleg tega bodo nagrajena dela, tako kot prispevki, ki jih bo komisija priporočila za objavo, objavljena v Rasti.



## Hrana. Hrana? Hrana! Ali pa... Smo to, kar jemo

# COMFORT FOOD: HRANA KOT UDOBNO ZAVETJE IN VIR POZITIVNE ENERGIJE

**N**ihče ne živi brez hrane. Potrebna je za človekov obstoj, tako kot kisik ali voda. Ampak je res le to? Hrano uživamo samo zaradi tega, da preživimo? Je naš odnos do nje tako preprost, kot je do kisika? Jemo, ne da bi na to pomislili? Res, odnos človeka do hrane absolutno ni le preživljaljskega značaja. V tej rubriki bi rada spregovorila o vseh temah, ki so s hranjenjem povezane, pa naj bodo bolj lahkotnega značaja, kot so kuharski modni trendi, kulinarčne novosti in zanimivosti, ali pa tudi zahtevnejša vprašanja.

December je praznični mesec, ko se večkrat z družino in prijatelji zberemo okrog lepo obložene mize. Zunaj je mraz, večkrat sneži, pri nas v Trstu razsaja burja, mi pa se drug ob drugem sladkamo s pecivom, pijemo tople pijače in uživamo ob hrani. To je čas, ko se večkrat posvetimo kuhanju za nas in za naše najdražje, obujemo stare recepte in se posvetimo zapletenim pripravam.

Prijetne vonjave nas spominjajo na pretekle praznike, ustvarjajo nove spomine in nam grejejo srce. Prav zato bi rada v tem prvem članku spregovorila o trendu v kuhinji, ki temelji na pozitivnem in neobremenjenem odnosu do hrane; to je ameriški pojem *comfort food*, ki bi ga lahko prevedli kot udobna prehrana.

Ta koncept hranjenja pomeni najprej, da se ob uživanju

obrokov sprostimo in odmislimo težave, to pa počnemo tako, da izbiramo jedi, ki v nas vzbudijo prijetne občutke, nas spomnijo na lepe pretekle trenutke našega življenja in nam s sproščanjem hormonov pomagajo pri odganjanju stresa in drugih neprijetnih občutij. Nekako tako, kot se Proustu zgodi, ko po dolgem času spet pokusi pecivo, imenovano *madeleine*, ta pa v njem obudi spomin na srečno otroštvo.

Prvič se je ta besedna zveza znašla v ameriških slovarjih leta 1977, nato je počasi pricapljala še do nas. V Združenih državah Amerike je večkrat povezana s pripravljeno hrano; malo je takih receptov, ki ne bi bili v ameriških supermarketih že pripravljene na policah za nakup. Recepti, ki jih ta pojem kuhinje označuje, so

ponavadi topli, večkrat visokokalorični in zelo okusni. Označujejo jih dišeče vonjave, mehko topljen sir, okusne omake, tople juhe, sočno meso, rahlo vzhajana peciva, hrustljav kruh in še veliko drugega.

V evropskih državah, kjer je kultura hitre hrane manj razširjena, pa se je ta pojem obogatil še z drugačnimi razsežnostmi. Pri nas ga lahko asimiliramo tudi z domačo kuhinjo in z recepti iz domače zakladnice. Lahko torej rečemo, da je *comfort food* zelo širok pojem, ki zaobjema obilo receptov in v katerega lahko vsak dan vključimo še nove.

Veliko je spletnih blogov, na katerih se piše o takem pojmovanju kuhinje. Zanimivi so tudi zato, ker so vedno polni vabljivih fotografij in dobrih receptov. Verjetno je najbolj znan britanski



šef Jamie Oliver, ki je s promocijo udobne prehrane kar obogatel, saj ima poleg spletne strani, raznih televizijskih programov, še celo vrsto publikacij, ki so prevedene v razne jezike. Pa tudi italijanska bloggerka Ilaria Mazzarotta je pred kratkim izdala zbirko receptov udobne prehrane, ki jih je v zadnjih letih objavila na svoji spletni strani. V Sloveniji to besedno zvezo opazimo pri reklamiranju turističnih objektov, ki hočejo tako poudariti pristnost svoje kuhinje.

Jedilna miza in kuhinja naj bosta torej predvsem pozitiven prostor, kjer naj bo odnos do hrane sproščen in umirjen. Seveda je pomembno, da skrbimo za zdravo prehrano, lepo pa je, da si privoščimo tudi to, kar nam je všeč in kar nas privede do tega, da se bolje počutimo. Tako bomo lažje segli do nasmeha v hudih trenutkih; o dietah pa bomo kar naslednjič govorili!



### Julija Berdon

- **Lara:** Moja najljubša jed je pica. Privoščim si jo, ko nimam volje kuhati, drugače pa jo rada jem ob sobotah, ko grem k noni na večerjo in jo ona pripravi. Zadovoljna sem, ker mi nona vedno skuha kaj dobrega in jo imam tudi zaradi tega zelo rada.
- **Anna:** Ko sem slabe volje, najraje poiščem nekaj sladkega. Predvsem čokolado, ker ko jo jem, imam občutek, da me kdo tolaži, in sem takoj boljše volje.
- **Gregor:** Moja najljubša hrana je čokolada Milka, katero si najraje privoščim na plezališču po končanem plazalnem dnevu, na vrhu hriba ali po končanem treningu v trail runningu.
- **Christine:** Moja najljubša pijača, ki si jo rade volje privoščim, ko sem slabe volje, je mojito. Včasih si jo pripravim kar sama doma in moram priznati, da sem postala kar pravi mojster! K preganjanju slabe volje in stresa pa pripomorejo tudi torte, a zame ne smejo biti čokoladne.
- **Jasmin:** Če sem slabe volje, si pozimi najraje spečem palačinke z nutello in pijem zraven topel čaj, poleti pa si privoščim sladoled.
- **Cristian:** Kozarec črnega vina ob petkih po delu me še najbolj sprosti!
- **Stanislava:** Ribe na žaru in suho belo hladno vino. Najraje si to pripraviva z možem za nagrado, ko zaključiva kakšno težje delo.
- **Matjaž:** Čokolada je najboljša rešitev, ko se mi ne da več nič delati.
- **Marinka:** Ko sem posebno slabe volje ali pa mi gre kaj narobe, si zaželim košček čokolade in to take, ki ima tekoče jedro, da se razlije po telesu in da občutek toplote. Tudi dobra ko-
- pel iz cvetja ali trav me pomiri in se mi zdi, kot da bi me nekdo toplo objel.
- **Ester:** Navadno je to čokolada. Če je bela, še boljše, sicer ne jem veliko čokolade, privoščim pa si jo, ko potrebujem energijo ali pa ko sem slabe volje.
- **Nastja:** Čokolada, oziroma nutella! Če sem sama in se lahko usedem, mi prav paše, da se posladkam s koščki čokolade ali z žličkami nutelle.



Tina Sbarbaro

## PESEM

Tvoja pesem je –  
v senci vzhajajočega dne,  
pri lilijah in vrtnicah,  
pripeta na zlatih vrvicah,  
v rožnato jutro ovita –  
pesem iz knjige je skrita.

V škatlici brez dna,  
sonca in oblakov polna,  
tvoja pesem je.

## RIMA

Nežna, krhka in sramežljiva,  
z jutranjo roso prelita  
ob prvih sončnih žarkih odkrita.  
Otročje boječa,  
včasih skeleča  
se v mraku vase zateka,  
ko mineva pesmi pripeka.

## ČRKA

V sonce zaljubljena,  
proti njemu obrnjena,  
v njegovo barvo oblečena,  
z njegovo svetlobo prevlečena.  
Komurkoli nasmeh podari,  
svetlobo vanj odžari.

Ko pa njena ljubezen izgine,  
žalostno se naokrog obrača,  
njen zven pa se nazaj ne vrača.

### 1. NAGRADA ZA POEZIJO NA LITERARNEM NATEČAJU SKK-MOSP 2015

**Prvo nagrado za poezijo prejme cikel treh pesmi Pesem, Rima, Črka, ki je prispel pod geslom T88. Pesmi se povezujejo s svetom besedne ustvarjalnosti in izžarevajo veselje nad oblikovanjem drobnih pesniških in življenjskih motivov. Poseben čar dajeta verzom melodična ubranost rime in smisel za barvitost in svetlobo.**

Danijel Stefani

## Bela pravljica

Zjutraj kava v čisti beli skodelici.  
Ob skodelici,  
današnji časopis na ploščici belega marmorja.  
Skozi okno bela svetloba pronica in teče  
čez diamantno prizmo,  
v barvno mavrico  
na belem svetu.

## Južni otok

Slika o mirnem poletnem otoku,  
na njem te preplavi brezčasnost.  
Trenutki izginjajo.  
Na zaliv z zlato mivko sije vroče sonce.  
Sinje morje deli nebo od vode v daljnem obzorju.  
Samo slika o mavričnem slapu na otoku,  
lahko obudi pričakovanje  
za povratek v sanje.

### PRIPOROČENA NA LITERARNEM NATEČAJU SKK-MOSP 2015

## POPRAVEK

Pri objavi proznega dela Bela pravljica, za katerega je Mojca Petaros na lanskem literarnem natečaju prejela drugo nagrado, je v 5. številki Rasti izostala utemeljitev nagrade. Napako popravljamo in se avtorici oprostamo: »Naslov Kovičeve pesmi Bela pravljica je navdihnila avtorja s psevdonimom Peter Pan, da je – popolnoma neodvisno od vsebine pesmi same – napisal svojo Belo pravljico. Pravljica ima vse značilnosti, ki spadajo k tej zvrsti, je pa globoko sporočilna: govori o nezaupanju do drugačnosti, sumničenju in izključevanju, nazadnje pa se – kot vsaka pravljica – srečno konča. Pripoved je živahna, jezik je pravilen, lep in tekoč. Avtorica prispevka je MOJCA PETAROS.«