

# CRVENONOSNE NOVINE ●

12. BROJ, LIPANJ 2022.



**Dragi naši,**

zavirite u novi broj Crvenonosnih novina. Susrest ćete lica i rečenice nekih klaunovadoktora koje niste imali priliku upoznati jer žive u Osijeku, Splitu, Zagrebu ili Rijeci. Novine pripremamo kako bismo vam bili blizu i onda kada to nismo u mogućnosti biti zagrljajem ili topлом riječju uživo. Do skorog druženja!

**Vaši Crveni nosovi**

# Potraga za čokoladom



Dr. Žbunj obišao je sve trgovine u svom gradu u potrazi za najdražom čokoladom, ali sve su čokolade bile falše - s jagodom, višnjama, grožđicama, jogurtom! Bljak! Nigdje čokolade s čokoladom i komadićima čokolade i čokoladnim preljevom. Tužan i malaksao, sjeo je u park na klupu. Od suza nije ni primijetio fino dotjeranog gospodina koji ga upita: „BUONGIORNO, zašto ti tužan?“

Žbunj otvoru dušu i ispriča mu što ga muči. Gospodin Bondorno, kako je Žbunj mislio da se zove, reče mu da je takvu čokoladu vido u Bosni, ali se nije mogao sjetiti točnog

naziva čokolade: Uno, Una, Buna...

Žbunj se zahvali Bondornu i pozove prijatelje Matildu, Mimi i Sim Sima da mu prave društvo u potrazi za čokoladom.

Zaustavili su kamion s otvorenim stranicama, ukrcali se na njega i krenuli u pustolovinu. Putem su se divili zemlji punoj planina, cvijeća i nasmijanih ljudi. Kamion ih ostavi u samom centru Sarajeva koji je vrvio ljudima, kao neka velika pijaca s malim trgovinama u kojima nema što nema! Od prekasnih fildžana za ispijanje kafe, posuda za vodu - ibrika, do raznih poslastica... čevapa, baklava, urumašica, tulumbi, bureka,

sirnica. Od silnih prizora slasticu Žbunjovi prijatelji ogladne i navale na papicu, a Žbunj nastavi potragu za svojom najdražom čokoladom.

Opaljen suncem koje se odbijalo od kamene staze kroz Baščaršiju, sasvim zbumen upita prvog prolaznika: „Gdje mogu naći Unu, ovaj Uno?“ Ovaj mu odgovori: „Ti Unu tražiš! Nije ti ona ovđe, moraš u Bihać ići, đe si ba u mahalu doš'o. A ludog čovjeka...“

I tako Žbunj pokupi svoje prijatelje još masne od čevapa i somuna, i sjednu na vlak. Nakon što su stigli u Bihać upitaju prvog prolaznika na kojeg su naišli: „Čokolada Una, Uno, gdje se može naći?“

Čovjek ih pogleda i reče im: „Vi sigurno Unu tražite, ona je svuda oko nas, teče kroz cijeli Bihać i okolicu, preljeva se u slapovima svako malo, ledena je, ali pravo osvježenje u ove vrele dane.“

„Rijeka od čokolade! Slapovi se preljevaju! Ovo je raj!“ pomisli ushićeno Žbunj!

Kroz centar je tekla rijeka u svom širokom koritu sva bistra da si joj mogao dno vidjeti. Dno je prošarano brojnim nijansama zelene.

Gledajući u nju čovjek se odmori od svega, opusti se od svakodnevnih obaveza i užurbanog života. Toliko se opusti da zaboravi da je jeo i ponovno ogladni. Dok je Žbunj sjetno gledao u rijeku i pitao se gdje je njegova čokoladna rijeka, njegovi prijatelji su već naručili čevape s lukom i ajvarom kod Muje Bejzina, pa

se zaputili nazad kući.

Ovaj put društvo su im pravile koze. Dok su na benzinskoj točili gorivo, Žbunj je bezvoljno tumarao gledajući police u trgovini.

I gle! Evo je! Njegova čokolada! Njegova najdraža čokolada! Čokolada s čokoladom s komadićima čokolade i čokoladnim preljevom! Čak se i zove po njemu ŽBUNJ! Čak su i koze zameketale od sreće kad su vidjele da je Žbunj sretan što je našao svoju čokoladu!

Dok ju je jeo, Žbunj se prisjećao ovog putovanja sa sjetom. Sarajeva, Baščaršije, Bihaća, prekrasne zelene Une, patkica koje plivaju, Muje i njegovih čevapa....

Na kraju je utonuo u san sa mrljom od čokolade na rubu gornje usne.



# Tko je Cipka Lipka?

Cipka Lipka Limpomponi je nova klaunesa doktorica splitskog tima koju vam predstavljamo u ovom intervjuu.



**ISKRICA:** Kako si dobila ovo neobično ime?

**CIPKA LIPKA:** Pa samo je odjedanput došlo. Puf! I eto me...CIPKA LIPKA LIMPOMPONI

**ISKRICA:** Koja je tvoja posebna supermoć?

**CIPKA LIPKA:** Držati jedan ton preko minute!

**ISKRICA:** Kako se od buhe napravi slona?

**CIPKA LIPKA:** Lako.

**ISKRICA:** Čuli smo da voliš pjevati, ali nas zanima koliko brzo možeš pjevati?

**CIPKA LIPKA:** Mogu pjevati brže nego što mogu trčati.

**ISKRICA:** Ako pojedeš puno mandarina, možeš li pričati mandarinski?

**CIPKA LIPKA:** Naravno, iako mi je draže pojesti puno čokolade pa pričati švicarski.

**ISKRICA:** Koliko zraka sunca je potrebno da izraste jedan cvijet?

**CIPKA LIPKA:** Nekad ne treba ni jedna... I u mraaaaku katkad nikne diiiivan cvijeet (zamislite da pjevam).

# Vrijeme je za vrijeme



... rečenica je to koju je prva izgovorila zagrebačka mlada, amaterska glumica Irena K. davne 1999. u vremenskoj prognozi koja se nije održala na televiziji, već na kazališnoj sceni. O vremenu se može govoriti i prognozirati bilo gdje. Vrijeme se mijenja, ali kao tema ostaje nepromijenjena. Kad sretnete susjedu koja ima kod kuće 12 mačaka i govori samo o njima, ili pak susjeda koji vas opterećuje o svojim krvnim pretragama i čiru na želucu razgovor o vremenu

može promijeniti temu istog trenutka. Ta neugodna tišina koja se zna pojaviti u liftu dok svi gledamo u strop i odbrojavamo kada će lift stati i otvoriti vrata uvijek netko progovori: "Danas će opet ta bezvezna kiša", ili "kako je grozno vruće, kada će ta kiša?". U takvim situacijama možete im reći da će u nadolazećem razdoblju bit puno promjena u području oko pojasa iznad remena. Naime, za sve koji su višak kilograma nakupili pojavom proljetnog umora, bit će puno lijepog i pravog

vremena za detox koji nam stiže s juga u obliku lubenica.

Mjestimična hladna fronta zapuhat će na sjevernim predjelima, točnije oko nosa kod svakog otvaranja vrata hladnjaka. U slučaju niskog tlaka upalite prve vijesti ili popijte čaj s osobom čije vam ponašanje diže tlak. Padaline će biti rijetke, osim kiše smijeha koja može donijeti vedro raspoloženje, ma u kojem se god geografskom području vi nalazili.

# Lov na mušice

O d početka svibnja ove godine, do današnjeg dana ove godine, za podlakticu me ugrizlo 6876, u kosu mi se uplelo 83944, a u oko zaletjelo 387 mušica raznih boja, tekstura i političkih opredjeljenja.

Ipak, nije sve tako crno, jer je najezdom tih malih letećih kamikaza nastala i nova sportska disciplina – lov na mušice.

Možete se njome baviti iz hobija, ili kao ja, profesionalno ih loviti i preprodavati na tržištu opreme za metodu ribolova koja se naziva mušičarenje.

Kao pripremu za lov na mušice, na nos i u brk stavite žlicu meda. Ukoliko vam je vid slabiji, stavite dvije, ili umjesto naočala koristite povećala. Vrlo je bitno da vam je, osim medenog nosa, ostatak tijela prekriven mrežom sitnog veza kako bi se mušice, privučene mirisom meda, ulovile u nju. Mušice posebno privlači lavež pasa, pa lajte kako bi ih privukli. Nikako nemojte cvrkutati, jer mušice imaju urođeni strah od ptica.

Na vama je da stojite mirno i čekate da vam se dovoljan broj mušica uhvati u mrežu. Optimalan broj mušica po lovnu je 64738399390575, sve ispod je juniorska kategorija. Kad se ulove, mlatarajte rukama i nogama u svim smjerovima, da ih ošamutite.

Ukoliko volite i ribolov, nakon mušicolova možete otići na more ili rijeku, baciti mrežu i čekati da se ribe dođu zasladiti vašim mušicama. Vi se kasnije zasladite ribom.

Moram završiti, jer mi je u vidokrug upravo uletjela jedna tigrasta kamikaza mušica koju pastrve posebno vole.

**Sretno i spretno!**

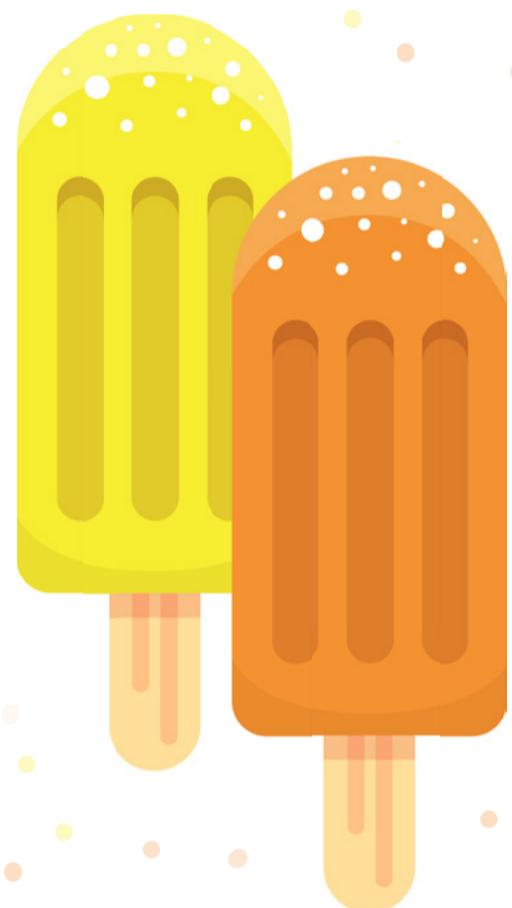


# C-ladoled



## SASTOJCI

V \_ D \_  
C \_ D \_ V \_ T \_



**N**e znam kako vi, ali ja volim praškasti prah s okusom naranče, limuna, limete i bazge. Čarobnu prašinu koju nasipam u čašu, prst ili dva, ponekad i tri, dodam joj vode skoro do vrha i sve promiješam nožem, žlicom, kuhačom, pa i prstom, ako je sve ostalo prljavo.

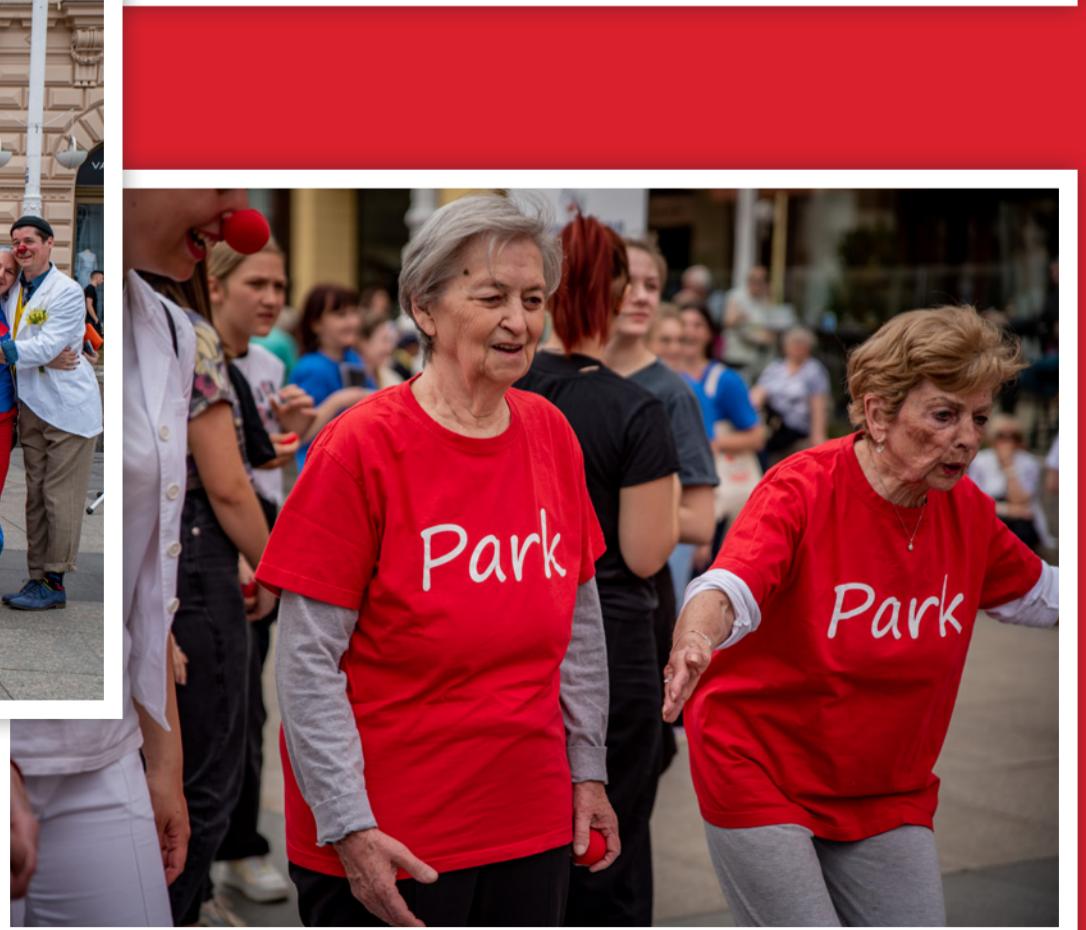
**Ako ste i vi ljubitelj cedevite, u nadolazećim retcima otkrit ću vam tajnu zdravog sladoleda od cedevite.**

## RECEPT JE SLIJEDEĆI:

Sve što vam treba su plastične ili papirnate čašice od jogurta ili kave s aparata, cedevita najdražeg vam okusa, voda, žličica i zamrzivač. U čaši smućkate cedevitu, stavite žličicu koja će kasnije postati vaš sladoledni štapić i stavite sve u zamrzivač da se zaledi. Nakon nekog vremena, kad ste sigurni da se smućkani nektar pretvorio u C-LADOLED, izvadite ga iz čaše i ližite dok vam zubi ne procvokoću. Za puniji okus i anti-cvokotanje, protezu ostavite u čaši!

# Dan Smijeha

Petog dana mjeseca svibnja slavi se jedan od nama dražih praznika u kalendaru – DAN SMIJEHA. Laštili smo svoje cipelice, crvenili nosove, tjednima učili korake. Kad su plesni koraci napokon naučili nas okupili smo se na Trgu bana Josipa Jelačića da bismo proslavili ovaj dan zajedničkom plesnom točkom. Uz veselu okupljenu svitu s nama su zaplesali i korisnici doma za starije osobe: Medveščak, Centar – Klaićeva i dom „Park“.



„najlipšem gradu na svitu“ – Splitu, među dragim prijateljima ispred Doma za starije i nemoćne osobe Split u Vukovarskoj, proslavili smo Dan Smijeha. Nije bilo mesta za tugu i sjetu, ni za crne misli, jer su dr. Nadjimir i dr. Cmok donijeli pregršt smijeha, vedrine i boja. Pjevalo se u jedan glas, plesalo se dušom i tijelom. Srca puna ljubavi, vedrine i sreće najveće!



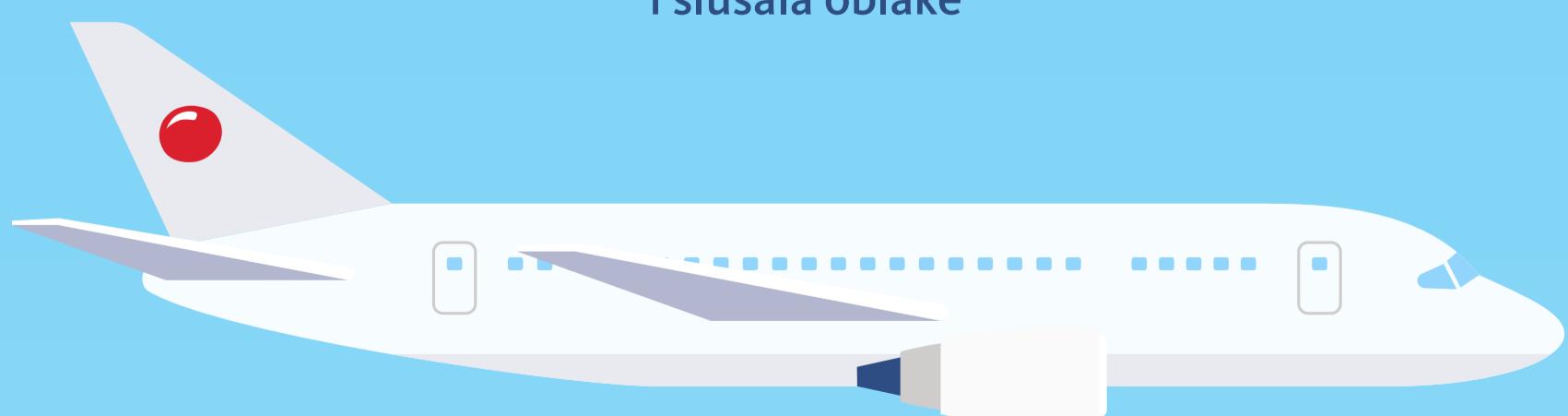
# Sunčeva perspektiva

Kad letim avionom  
Ceste su kao niti konca  
koje spajaju zelene  
plave  
i smeđe tkanine

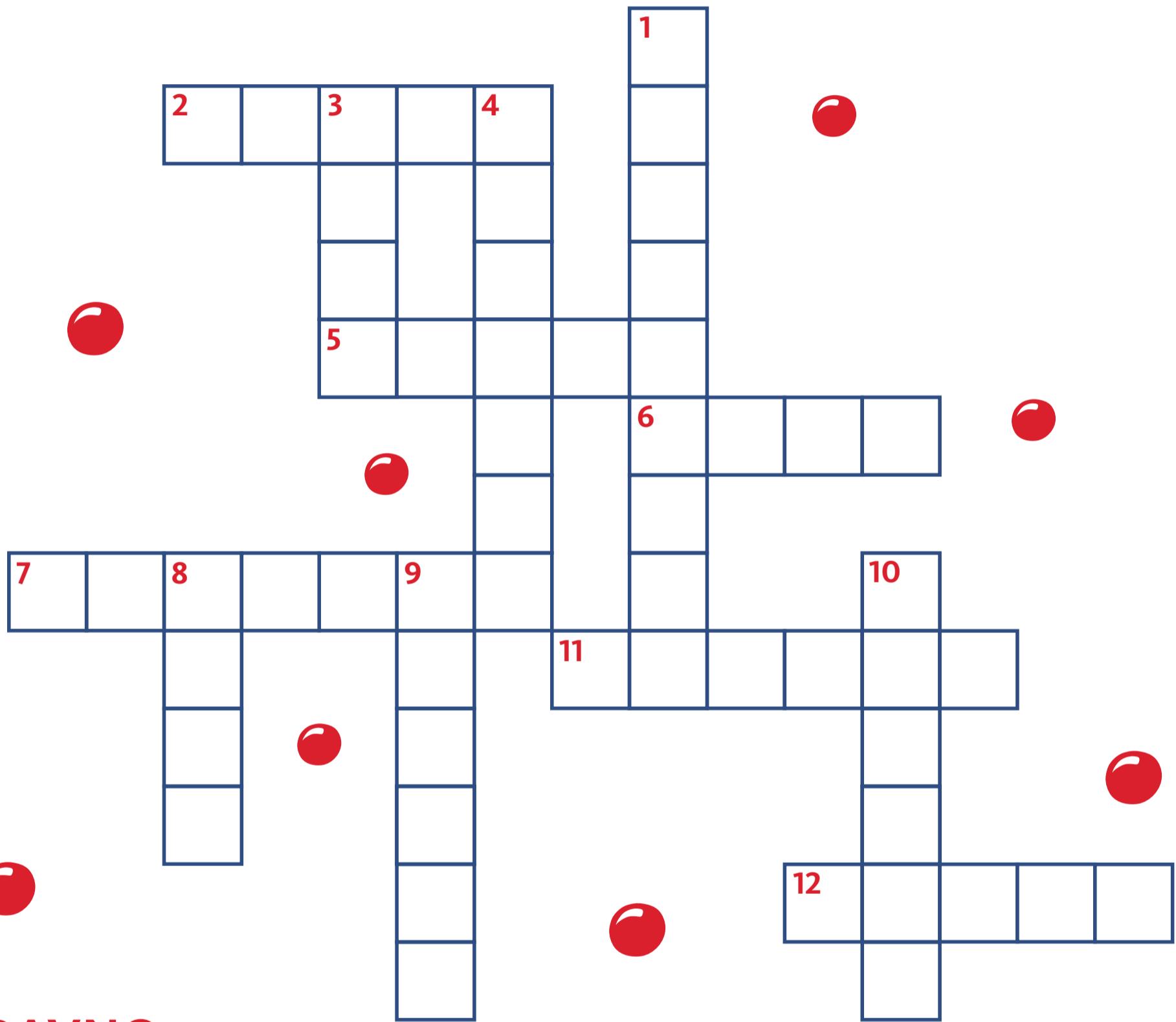
Ljudi su iz aviona nevidljivi  
a vlakovi i automobili  
spore ptice  
koje lete pravocrtno

Kako li tek  
sve to Suncu izgleda  
pitam se  
dok škiljim  
u obzor

Da sam ja Sunce  
ne bih marila  
za zemaljska posla  
samo bih sjala  
i slušala oblake



# Križaljka protiv ljetnih vrućina



## VODORAVNO

2. proljeće, ljeto

5. cvijet muškog imena

6. tvrdo kuhan ili na oko

7. ono što prolazi

11. kut snimanja  
(perspektiva)

12. nije manjak nego...

## OKOMITO

1. sir od dunja ili...

3. životinja s velikim ušima

4. ono što svaki dan čitamo

8. perunika

9. zagrebački muzej

10. čovjek koji puno zna



## OVAN

21. ožujka – 19. travnja

Dragi svi u ovom znaku, kod vas je uvijek nešto divlje u zraku. Istina, dobrog ste zdravlja, novac vam pada s neba, u ljubavi ste sretni, posao vam cvjeta, ali pripazite... racionalno razmišljanje bi vas moglo doći glave. Oprezno s rogovima.



## BIK

20. travnja – 20. svibnja

Vaša stabilnost, upornost i ponekad tvrdoglavost zaslužuju divljenje. Na svim poljima doživjet ćete renesansu. Opustite se, zanemarujte crvenu boju, ignorirajte sve što vam se ne sviđa, lezite na plažu i spavajte.



## BLIZANCI

21. svibnja – 20. lipnja

Budite originalni! Dovoljno ste kreativni da izbjegnete preveliku sličnost sa svojim blizancem i drugim blizancima. Ne bojte se biti to što jeste, samo se sjetite da postoji još netko sličan ili identičan vama. Taj netko će uvijek biti tu za vas.



## RAK

21. lipnja – 22. srpnja

Doživjet ćete osobni rast koji će vas raketno lansirati u nove pobjede. Na putu pijte dovoljno vode, brojite zadovoljno svoj novac, a za ostalo se ne brinite, sve će doći samo po sebi. Spavajte dovoljno. Jedite, ali ne previše. Pripazite na zube, ne štedite.



## LAV

23. srpnja – 22. kolovoza

Dajte ljudima oko sebe više pažnje i ljubavi, vratit će vam, ne brinite. U ljubavi ćete biti posebno sretni. Zvijezde su vam naklonjene, naklonite se i vi njima. Za sve je potrebno dvoje... najmanje. Pripazite na vodu u desnom koljenu, pogotovo ako ide s koljena na koljeno.



## DJEVICA

23. kolovoza – 22. rujna

Djevice, djevice, ne pretjerujte s prevelikom preciznošću i urednošću. Više uživajte u neredu, ali ne kaosu. Uhvatite puža, pripazite na muža. Pjesak će ovog ljeta biti nezgodan za vas, ali ne brinite se, svemir će vas čuvati. Jedite više brokule i zelenog općenito.



## VAGA

23. rujna – 22. listopada

U svemu ste sretni i ta će se sreća poput fontane prelijevati preko vas, samo manje važite, manje vjerujte sebi, a više drugima. Ne osuđujte previše, ljubite više. Pripazite na proljetne pljuskove, češće nosite kišobran i jedite manje masnu hranu. Šetajte, ali ne po kiši!



## ŠKORPION

23. listopada – 21. studenog

Noć je doba kad funkcijirate bolje nego po danu, ali ipak probajte živjeti punim plućima i za dana. Pijte puno, ne previše. Jedite puno, ali ne previše. Mirovina će vam cvjetati, ljubav također. Poradite na svom zdravlju, trebate više tuširanja, izbjegavajte tetovaže.



## STRIJELAC

22. studenoga – 21. prosinca

Aktivni ste i poduzetni. Ipak, nije sve u snazi. Skačite manje, hodajte laganije, dajte si vremena za sve i uživajte u svakom trenutku. Oputujte u inozemstvo, ili barem na drugi kat, provjetrite svoju rutinu s malo avanturizma. Više rajčice, manje salame. Plivajte.



## JARAC

22. prosinca – 19. siječnja

Osim što volite udarati glavom o tvrde predmete, obratite više pozornosti na mekoću u svom životu. Budite fleksibilniji. Fleksibilnost je ključ. Jedite i pijte, češće otidite u prirodu, sjedite na kamen. Ljubav će vas pogladiti, pomozite joj mažući se maslinovim uljem.



## VODENJAK

20. siječnja – 18. veljače

Vaša fizička snaga imat će velik utjecaj na vašu duhovnu izdržljivost. Zato puno vježbe može biti jako korisno za vas. Ne očajavajte, pred vama je razdoblje mira i blagostanja. Jedite više, pijte manje. Sunčajte se, ali u hladu.



## RIBE

19. veljače – 20. ožujka

Drage ribe, vaša povodljivost je opasna, ali ne brinite, sve više i više postajete svoji. Imajte hrabrosti, odvažite se, uzmite stvari u svoje ruke. Plivajte puno, pripazite na morske pse, njegujte kosu, jedite kokos. Ne zaboravite, život je lijep.

# Foto-model u tren oka!

U ovo čudno doba kad se puno fotografiramo, a mislimo da „nikad ne ispadnemo dobro“, donosim nekoliko savjeta:

- 1. Vječni „lajtmotiv“ je osmijeh!  
Bez njega ni u toalet!**
- 2. Lijepo se obući u svom stilu, nek'  
drugi budu zavidni.**
- 3. Stati pred fotografa u položaju  
stolne lampe, tako da vaš osmijeh  
svjetli prema fotografu kao  
najsvjetlija žarulja!**

Ako ne znate položaj stolne lampe i zašto baš tako stati evo objašnjenja:

U položaju stolne lampe glavu podignite malo gore, ramena malo prema naprijed kao i gornji dio tijela, a guzu i noge ostavite malo iza. Ne zaboravite osmijeh! I nemojte disati dok ne čujete klik!

Kakvu fotografiju dobijemo u položaju stolne lampe? Pa, izgledat ćemo deset, dvadeset, godina mlađe, jer sve naše popunjenoosti nastale konzumiranjem čokolade, kolača i ostalih slastica će nestati, a svoju fotku ćete pokazivati svima, čak je i objesiti, pardon... više se fotke ne vješaju...objaviti na svojim društvenim mrežama! Bit ćete i zdraviji jer ćete osjećati onu ispunjenost zbog koje se isplati živjeti- ispunjenost srca!





Primite puno veselih pozdrava od vaših Crvenih nosova klaunovadoktora! Uvijek nam možete napisati poruku, pjesmu ili savjet te pismo ostaviti na recepciji doma. Voljeli bismo ih pročitati, a i objaviti u sljedećem broju Crvenonosnih novina.

**Vaši Crveni nosovi!**



# **CRVENI NOSOVI** **klaunovidoktori**

Medulićeva 34 , 10 000 Zagreb

**email:** info@crveninosovi.hr

**tel:** +385 1 561 32 81

**[www.crveninosovi.hr](http://www.crveninosovi.hr)**

Naklada: 120 primjeraka



Sufinancirano sredstvima  
programa Europske unije  
Kreativna Europa

Izrada publikacije sufinancirana je sredstvima europskog projekta ClowNexus, te se izdaje u okviru tog projekta,  
uz potporu programa Europske unije - Kreativna Europa.