

# CRVENONOSNE NOVINE

13. BROJ, RUJAN 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**

# Đir po Dalmaciji



Mačo Fantastiko i dr. Cmok napokon su se vratili u zadarsku bolnicu gdje su ih dočekala neka nova lica, a stara ih izgrlila i izljubila! U vrtiću su održali slavlje i testiranje poliglotskih vještina s obzirom na broj poliglotskih stranaca.



Prvi put u Šibeniku! Dočekali su nas s oduševljenjem! Kaos s turistima, gužvom i vrućinom, ali dr. Cmok i dr. Iskrica razbile su monotoniju nasmijavši male i velike. Cmok je iskoristila svoje super telepatske komunikacije s bebama, što je uzrokovalo zarazni smijeh najmlađih. Iskrca se preplašila plišanog tigrića i skočila na stolicu pa su se dečkići previjali od smijeha.





U suradnji s Crvenim križem Split, posjećivali smo djecu iz Ukrajine. Novi, drugačiji, a opet isti osmijesi najmlađih koji brzinom svjetlosti zagriju srca i dušu. Učili su svirati, plesati i čarobirati. Trikovi, akrobacije i zafrkancije. Puno zabave i kreacije!

**Nastavljamo svakodnevno s našom misijom i trudimo se iskoristiti dan. Smijte se i kad vam se ne smije! Zarazimo se pozitivom i dobrom energijom! Neka ljeto traje cijelu godinu.**

# Les Plitvichka jezera

Toga le jutra probudim se, iako ne mogu reći da sam *zaspala*. Uzbudjenje prije vojaž... kako se tu kaže, putovanja, držalo mi je oči otvorenima, a misli su već bile na odredištu.

Kao što već znate že, ja jako volim putovati *posebno* u svoju *Francuskou*, ali *finalment* je stiglo moje omiljeno godišnje *dobau* jer napokon mogu promatrati, fotografirati, a i okusiti rumeno lišće. Jesen je stvorena *pour amour*, kako se kaže, zaljubljivanje u boje. Ove jeseni destinacija su Les Plitvichka jezera. S veseljem uđem u autobus, a tamo me dočeka vozač i zatraži *le carte*, ovaj, kartu. Moje veselje se *momentalment* smanji jer karta svijeta nije ta karta. Prestrašila sam se da nikada neću vidjeti *ružmeno* lišće na jezerima, a onda sam se *rapidment* dosjetila kako bih umjesto karte mogla ponuditi vozaču svoje tri do pola pojedene crvene jabuke. *Bonne idee!* Sjednem tako na prvo sjedalo i

čekam pokret. Odjednom, otvorim oči, a ispred mene – *les jezera*. Dragi moji, ja sam se telemontirala tamo. Bilješka: Udobno se smjestiti u sjedalo, zažmiriti i kada se dovoljno dugo žmiri telemont je montiran. Nego, di sam ja stala? Am, rumeno, jabuka, tele, jesen... AHA! Lišće, *oui oui*, rumeno lišće. *Un informasion:* Lišće crvene boje je crvene boje ne zato što ono to tako

želi. Ne, ne, lišće stvara tu *couleur*, ovaj, boju, samo kada je vani hladno, odnosno sunčani dan i hladna noć recept su za crvenu boju. U pametnim knjigama sve piše.

*Fotografie* još nisam razvila da vam pokažem sve te ljepote, ali svakako podîte u istraživanje jezera jer boje su kao izmišljene, a okusi... o okusima se raspravlja preko *telefouna*.



# Slučaj: CIPELA



Dr. Danica i dr. Iskrica su jednog lijepog ljetnog dana otišle zajedno u vizitu. Sve je bilo u najboljem redu dok nisu došle do kognog stubišta. Spomenuto stubište je bilo preusko, a Danica i Iskrica su se najele sladoleda pa im je bilo malo tijesno i nisu mogle proći. Šeprtljave kakve jesu, zajedno su se ugurale u stubište, zapetljale se i spotakle, pa su preskočile nekoliko stepenica kako bi spasile živu glavu! Činilo se kao da je sve prošlo bez težih ozljeda dok nisu ugledale Danicinu lijevu cipelu. Sva se jadna odlijepila i izgledala je kao da je zinula od šoka. „Zinula mi cipelica! Zinula mi cipelica!“ Danica je panično vikala.

Iskrica je upomoć odlučila pozvati Cipku Lipku Limpoponi koja je, kao što joj i samo ime kaže, stručnjak za ozlijedene cipele. Cipka se pojavila brzinom munje i pregleda jadnu unesrećenu cipelicu. „Hm, ovo izgleda jako ozbiljno“ kaže zabrinuto Cipka, „Morat ćemo brzo djelovati!“ Dok su Iskrica i Danica unezvijereno gledale Cipku kako razmišlja, ona odjednom povikne: „AHA!“ Izvadi svoj telefon i naruči Danici nove cipele. Pritom mudro prozbori: „Ne valja plakati radi prolivenog mlijeka ili razbijenih cipela.“ Okrene se na petama i ode, a Danica i Iskrica ostanu čekati nove cipele.

# Zdravi puding



## SASTOJCI

C\_I\_ S\_E\_E\_K\_

K\_K\_O

M\_D

M\_I\_E\_O

ako nisam baš ljubitelj meda i chia sjemenki, a od svih sastojaka koji su potrebni za ovaj desert volim samo mlijeko i kakao (mljac!), ovaj recept je stvarno za 10!

Jedi zdravo i jedi sirovo, kažu, i nećeš biti bolestan! A ovdje imamo sve! Em je zdravo, em je sirovo, a još k tome i slatko za prste polizati. Dakle, da prijeđemo na stvar, odnosno recept, odnosno sastojke ovog slatkog deserta!

Za puding od chia sjemenki potrebne su nam, naravno, chia sjemenke. Za dvije porcije za vas i vašu najdražu osobu potrebne su vam četiri jušne žlice chia sjemenki. Osim toga u puding idu i dvije jušne žlice kakaa u prahu i dvije jušne žlice meda. Sve te sastojke stavite u jednu posudu i doooobro promiješajte kako bi se svi sastojci sjedinili. Nakon toga dodajte dvije šalice mlijeka. Ako baš želite jako zdravu verziju, mlijeko

može biti bademovo ili sojino, ali može i od kravice. Ponovno promiješajte da dobijete jednoličnu smjesu i ostavite 15-20 minuta da chia sjemenke nabubre, a zatim sve ponovno promiješajte.

Nakon toga izlijte smjesu u slatke posudice i stavite u hladnjak.

Kad vam nepce zatraži slatko samo posegnite za njima.

**Oprez! Tražit ćete još!**

# Jesen...

opet sam dijete  
šiljim bojice  
ostatke spremam u pernicu  
obojanim prahom rumenit ču si obaze  
biram bilježnice  
ispisujem im prve stranice  
ime i prezime:  
razred:  
predmet:  
vadim gumene čizme  
i kabanicu  
duboko udišem  
u iščekivanju  
školskih knjiga  
noktiju prljavih od kestenja  
hrskavog lišća pod cipelom  
pokislih livada  
i mesnatih kišnih glista  
Jesen je  
i novi početak  
i povratak u djetinjstvo

# Domagoj Ivankačić - dr. Čebo

## JA SAM...

Domagoj Ivankačić iz Vinkovaca. Čovjek, sin, zaručnik, medicinski tehničar, glumac, klaun, glazbenik, mađioničar, strastveni igrač društvenih igara i još ponešto.

## KAD SAM BIO Mali...

zanimali su me mađioničarski trikovi i glazba, mama me vodila na lutkarske predstave u našem gradu i uvijek me zanimala čarolija na sceni i tko ju donosi, tko je iza toga i kako to radi.

## SAD KAD SAM VELIKI...

spojio sam sve dječačke interese. Kroz glumu mogu vidjeti svoj osobni razvoj kao čovjeka i kao glumca, upoznati zanimljive ljudi sličnih interesa, te kroz putovanja upoznati različite krajeve i ljudi. Gluma mi pomaže da otkrijem sebe. Svatko bi kroz svoj posao trebao pronaći sebe kao što sam ja pronašao sebe u glumi, kazalištu, klauniranju i sviranju.

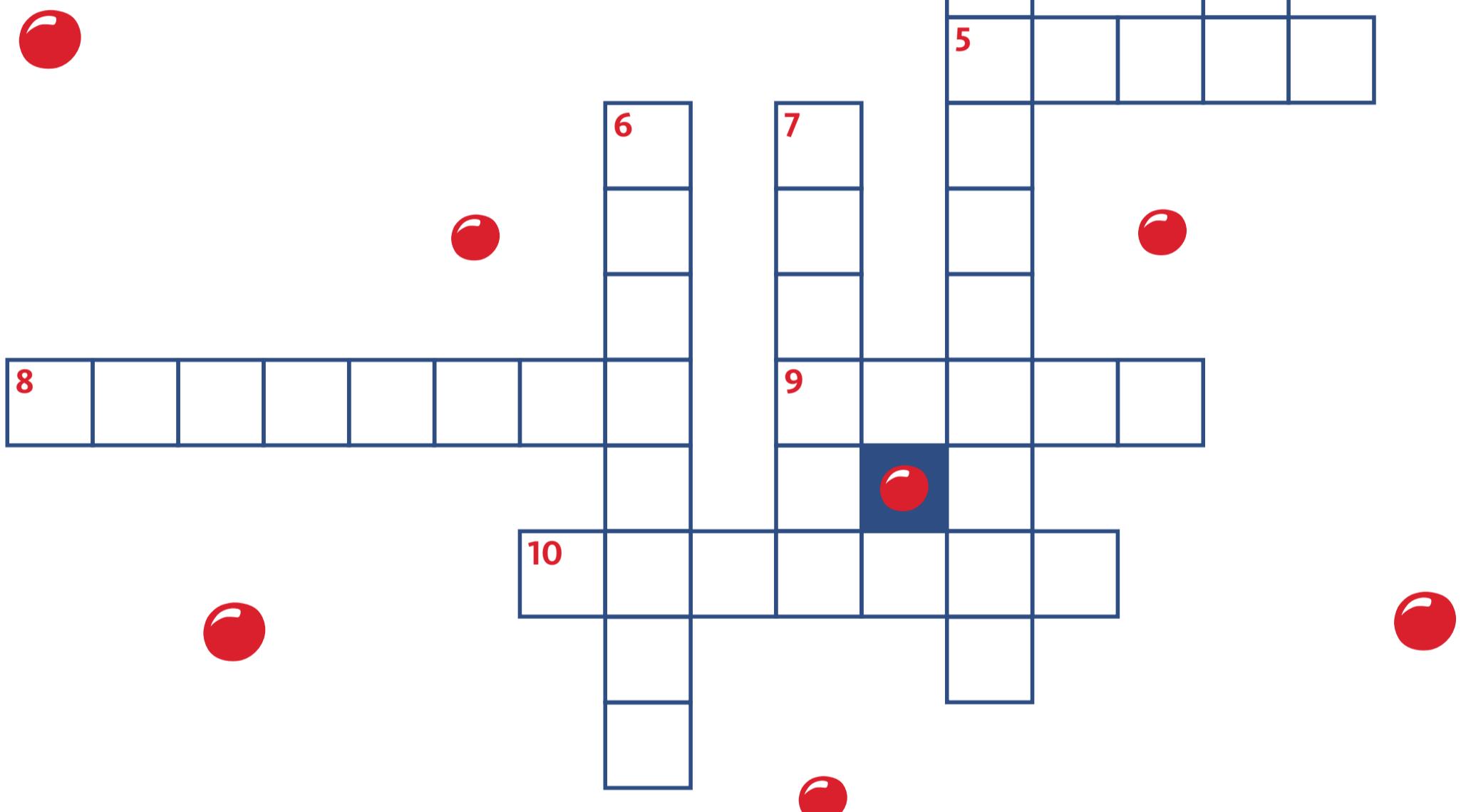
## NAJVEĆA PODRŠKA MI JE...

moja obitelj. Od moje prabake Brigitte koja je gledala svaki moj mađioničarski trik dok sam još bio mali dječak (ako sam ikad bio mali), bake Vesne, mame Nikoline, tate Milana, brata Luke i cijelog dvorišta u Vinkovcima

koje smo dijelili sa mojim ujakom Vinkom i njegovom obitelji. Oni su mi bili najveći uzor i davali mi podršku u svakoj odluci, od bavljenja mađioničarskim trikovima i uveseljavanja druge djece na dječjim rođendanima, pa sve do upisa na Akademiju i dalje. Neizmjerno sam im zahvalan na tome.



# Jesenska križaljka za školarce



## VODORAVNO

- 1. strana svijeta na koju odlaze ptice nakon ljeta
- 3. na zidu svake učionice, služi za pisanje
- 5. godišnje doba nakon ljeta

## OKOMITO

- 2. crno i bijelo voće koje dozrijeva u jesen
- 4. okretna životinja koja skuplja orašaste plodove

- 6. prostorija u kojoj su učenici
- 9. „nosim sve \_\_\_\_\_, a nisam magarac“
- 10. hrana u teglicama koja se priprema za zimu

- 6. štiti od kiše, ali ne drži se u ruci
- 7. plod od kojeg se radi pire, a nije krumpir

# Vjerujte koljenu, ne televizoru!

Kad je vremenska prognoza u pitanju, više ne vjerujem nikome! Uputila sam se neki dan van, da ponjušim sunce i obavim neke važne slatke poslove. Vremenski prognozer je večer prije rekao da će biti puno sunca, tu i tamo, na horizontu, oblačak ili dva. Izašla sam u natikačama, blijedo žutoj haljinici sa slamnatim šeširom na glavi. Dok sam čekala autobus, na ruku mi je sletjela kap. I tako, kap po kap, dok autobus kasni, iskapalo me toliko da mi se sa šešira cijedilo u uši, blijedo žuta haljina postala je mokro

žuta, mogla sam je ocijediti na pločnik, a u natikačama sam se klizala kao da se natječem u brzom hodanju na Zimskim olimpijskim igrama.



Autobus je napokon došao. U autobusu klima na -5, uši mi hladne, šešir na glavi se pretvorio u ledenu kacigu, a mokra haljina u dokoljenasti iglu. Tresla sam se kao havajac na Sjevernom polu.

Da skratim priču, kad sam došla doma, maštajući o tri mekane deke pod koje ću se skriti, kiša je otkišila svoje i sunce je sve zrake uperilo u moj krevet. Spremila sam deke i upalila ventilator.

Da još više skratim priču, ne vjerujte vremenskoj prognozi, nego kad izlazite, ponesite i kišobran i suncobran, ljetnu i zimsku kapu, gumene čizme i natikače, kaput i kupaći.

Osim naravno, ako vas boli koljeno ili neki od zglobova, onda će sigurno kiša i ponesite samo kišnu opremu.

# Nogometni guru

Senzacionalna vijest za hrvatski nogomet nakon niza poraza u Europi

**N**akon poražavajućeg nastupa hrvatskih nogometnih klubova u Europi ovog ljeta, od kojih je samo Dinamo prošao kvalifikacije (ali ne baš sjajnom igrom), hrvatski nogomet je kao posljednju nadu doveo jednog od najboljih južnoameričkih stručnjaka za nogomet dr. Torpeda.

Dr. Torpedo, inače klaundoktor po struci, zaljubljenik u sambu, mambo i ukulele, osmislio je koncept koji povezuje ples i nogomet. Igrači plesnim figurama, koje nauče od dr. Torpeda, zbunjuju protivnike i prolaze kraj njih dok suparnički igrači pokušavaju zapamtiti koreografiju. Uz to, za one najzahtjevnije ekipe osmislio je poseban način zbunjivanja pjevanjem glazbenih hitova protivničkih igrača koji odmah dožive euforiju i sami odlaze na tribine, te ostavljaju

slobodan put do gola.

Ovakav način rada nije stran stručnjacima iz Južne Amerike. Sjetimo se brazilske jinge\*, nogometnog stila brazilske reprezentacije koja postala četverostruki svjetski prvak.

Dakle jedino što nam preostaje je da sačekamo jesen kada će plodovi rada ovog fenomenalnog stručnjaka, kojem će pomagati i njegov brat dr. Tornado, biti vidljivi. Nešto mi zvuči poznato... I moj brat Robert....tako je govorio Niko Kovač dok je preuzimao reprezentaciju, a i dr. Torpedo ima šal, nije bijel kao Ćirin, ali....

\* jinga je nastala iz borilačkih vještina afričkih robova koji su brodovima dolazili u Južnu ameriku. Jinga je kasnije zabranjena, ali njeni korijeni su se zadržali u plesu i nogometu.

## ŠALU NA STRANU

● Sestra Livadić

**Dragi naši, dijelimo s Vama mudre misli dječice:**

**SLOBODA** je kada pitam mamu smijem li uzeti čokoladu, a ona kaže uzmi slobodno.

**POLITIKA** su ljudi koji čudno pričaju da bi drugi mislili kako su pametni.

**DOKTOR NAUKA** je doktor koji liječi nauku.

**KULTURA** je kazalište, a mene često vode u kulturu.

**AEROBIK** je kad trciš uz muziku a nisi balerina.





## OVAN

21. ožujka – 19. travnja

Nakon kiše dolazi sunce, a sunce nam poklanja dugu. Ulaštite rogove jer kad krenu jesenske kiše svaka će se sramežljiva zraka sunca presijavati na njima. Privući ćete susjede i šetače, koji će se diviti što ste i u tmurne dane uspjeli zadržati sunčeve zrake. Podijelite ih s njima i zajedno uživajte u suncu.



## BIK

20. travnja – 20. svibnja

Svakoga dana udijelite kompliment. Vas ništa neće koštati, a osobi kojoj ga udijelite vjerojatno ćete promijeniti dan nabolje. Nije teško, evo primjera: Danas su ti zubi bijeli kao biserna ogrlica. (Ukoliko imaju zube). Imaš najljepši osmijeh. (U slučaju da su im zubi u čaši). Lijep(a) si. (Ako nemaju zube).



## BLIZANCI

21. svibnja – 20. lipnja

Ako vam nitko ne udijeli kompliment, udijelite ga sami sebi! Pogledajte svog blizanca u ogledalo, nasmiješite mu/ joj se i recite prvu lijepu stvar koja vam padne na pamet. Neku negativnu osobinu tako možete preokrenuti u pozitivno. Vaš blizanac nema kosu: Tvoje je čelo glatki prozor mudrosti.



## RAK

21. lipnja – 22. srpnja

Najradije biste ostali na mjestu i močili stopala u plićaku, gledajući kako pada lišće i mijenjaju se godišnja doba? Poslušajte sami sebe, samo pazite da ne nazebete kad vjetar počne jače puhati i rashladi jezero/ rijeku/more/lokvu na kojoj ste se nastanili. Slušajte vjetar u krošnjama i valove koji vas zapljuškuju. Usput možete i pecati.



## LAV

23. srpnja – 22. kolovoza

S nestankom sunca i vaša griva gubi sjaj. U redu je da se i vi ponekad povučete i odmorite, u miru planirate slijedeće korake. Hoćete li horizontalno ili vertikalno, lijevo ili desno, uzbrdo ili nizbrdo, gore ili dolje? Možete i vijugavo dijagonalno. Svaki dan češljajte grivu i razmišljajte o pravcima.



## DJEVICA

23. kolovoza – 22. rujna

Tko kaže da niste duhoviti? Uzmite papir i olovku i krenite smisljati pošalice! Meni su najdraže one sa zubima u čaši i smrdljivim čarapama pod krevetom. Ali ja nisam vaš horoskopski znak, pa se vi radite držite onoga što znate: koliko je djevici vremena potrebno da očisti sobu? Ne znam, vrijeme leti kad se zabavljaš! Nešto u tom stilu?

**VAGA****23. rujna – 22. listopada**

Krenite od nule i skinite se s vase. Kreće nova sezona, pa si dajte oduška za nove mjerne jedinice. Ne mora biti nijedna poznata, ja na primjer, već odavno koristim mjernu jedinicu lilometri i otad mi sve ide od ruke. Izmislite svoju mjernu jedinicu i isprobajte je slijedeći put kad odete na tržnicu ili kod frizera!

**STRIJELAC****22. studenoga – 21. prosinca**

Ako već odavno niste imali priliku zaputiti se na neko putovanje, zabavite se planiranjem istog. Gdje idete, što biste sve ponijeli sa sobom, kome biste sve poslali razglednicu? Sve stavite na veliki papir, točku po točku, dok više ne bude slobodnih točaka. Zalijepite papir na zid ispred kreveta i maštajte.

**VODENJAK****20. siječnja – 18. veljače**

Koliko ste leptira vidjeli ovo ljeto? Leptiri su glasnici da vam predstoji nešto lijepo. Ako vas vid baš i ne služi, ne brinite, komarci će vas naći vidjeli vi njih ili ne. Ako vas nađu, znači da vam predstoji svrbežljivo razdoblje. Svako doba donosi svoje. Sad će jesen, pa se usredotočite na skupljanje jesenskih plodova.

**ŠKORPION****23. listopada – 21. studenog**

Nikad nije kasno za nove interese. Počnite se zanimati za teme koje ne služe ničemu, ali bi vas mogle razveseliti i fascinirati. Kitovi! Jeste li znali da je jezik kita težak oko četiri tone. Toliko je ogroman da na njemu može sjediti pedesetero ljudi. Nije li vam srce zakucalo jače pri samoj pomisli na to?

**JARAC****22. prosinca – 19. siječnja**

Bliži vam se vrijeme rođendana pa ga počnite planirati, jer znate i sami da vam rođendan sjeda u baš nezgodno, blagdansko i postblagdansko vrijeme kada su svi koncentrirani samo na jedan rođendan. Ne dajte se smesti, počnite izrađivati ukrase i skupljati ukrasne papire za svoje rođendanske poklone.

**RIBE****19. veljače – 20. ožujka**

Upijajte sve vodene površine na koje naletite prije nego li izgube svoj ljetni čar. Skupljajte školjkice i kamenčiće u malu škrinjicu za blago, kojoj se uvijek možete vratiti u tmurnim danima. Prislonite školjku na uho i slušajte odjeke ljeta. Samo pazite da vas kakav skriveni rak ne uštipne. Ne ljutite se, i rakovima treba zagrljaj.

# Ranojutarnja tjelovježba pet-šest

**K**ljuč za održavanje zdravog života je tjelovježba i kretanje a svi znamo da je najbolja ona ranojutarnja. Nakon što se probudite polako pogledajte lijevo-desno kao kad prelazite cestu jedno pet-šest puta. Zatim pogledajte gore u slučaju da na stropu ima pauka, pa dolje ako mislite da vam se ušuljao mali miš u sobu. Ponovite pet-šest puta. Ustanite s kreveta i raširite ruke pa napravite pet-šest laganih krugova put naprijed, pa put nazad. Vrijeme je za mobilizaciju kukova! Blago raširite noge u stajaćem

položaju i zdjelicom oponašajte mikser uljevo, pa udesno i to sve, zamisli, pet-šest puta! Već ste se dovoljno razbudili da biste mogli započeti pozdrav suncu!

Lijevom rukom otvorite desno krilo prozora, a desnom rukom lijevo krilo. Pustite svježi zrak da ispunи Vašu sobu! Potražite sunce, duboko udahnite pa na izdah na sav glas viknite: DOBRO JUTRO SUNCEEE!!! Ukoliko nema sunca, već je vani oblačno i kišovito, pozdravite kišu i oblake. Oni također vole biti pozdravljeni a na kraju pristojno je.





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.