
CRVENONOSNE NOVINE

22. BROJ, 2025.



Dragi naši,

pozivamo vas da zavirite u novi, blagdanski broj Crvenonosnih novina. Na stranicama koje slijede čekaju vas priče i fotografije iz domova za starije koje **CRVENI NOSOVI** klaunovidoktori redovno posjećuju u Osijeku, Splitu, Zagrebu i Rijeci. Novine pripremamo za one dane kada nismo u mogućnosti biti s vama uživo. Vidimo se sutra!

Vaši CRVENI NOSOVI

Naš 15. rođendan

Godina u kojoj slavimo naš 15. rođendan polako ide prema svom kraju. Velikih 15 godina, a nama se čini kao da smo tek jučer krenuli. Kad bismo to preveli u ljudske godine, reklo bi se da smo tinejdžeri. A zapravo, to nam i dobro stoji. Ozbiljni smo kad treba, ali ne možemo pobjeći od djeteta u sebi. I iskreno, ni ne želimo. A znamo da se i vama to sviđa, priznajte!

Lijepo je ponovno biti dijete, vratiti se u vrijeme kad je najveća briga bila hoće li lopta završiti na drvetu ili što ćemo se sljedeće igrati. Vratimo se mi onda u naše djetinjstvo, naše početke.

Krenuli smo s četiri klauna, jednom bolnicom i jednim posjetom mjesečno. Mali koraci, ali s puno nade u njima. A onda, trepneš, i 15 godina kasnije 35 naših klaunova redovito dolazi na 129 dječjih odjela u 21 bolnici i 13 domova za starije

osobe. I svaki put znamo da ne donosimo samo smijeh, nego i trenutke koji osvježe dan i smekšaju brige.

Ponosni smo na sve ove godine, ali još više na to što smo ih mogli doživjeti s vama. Jer vi ste nas dočekivali s osmijehom, znatiželjom, ponekad i onom simpatičnom izjavom „ajde da vidim što će ovaj napraviti“. Sve vaše priče, mudrosti i šale s guštom nosimo kući nakon svakog posjeta.

I zato, dok polako zatvaramo ovu rođendansku godinu, želimo vam reći da ćemo vam se i dalje vraćati. Uvijek veseli i nasmijani! I često s nekim novim klaunom koji vas jedva čeka upoznati!

Neka vam Božić bude miran i mekan kao deka preko koljena, a Nova godina vesela, zdrava i, naravno, puna smijeha.

Vaši CRVENI NOSOVI



Što smo sve zanimljivo organizirali ove godine?



Na Svjetski dan zdravlja, u suradnji s glazbenicima, održali smo jedan poseban koncert na hemato-onkološkim dječjim odjelima u četiri bolnice - u Zagrebu, Rijeci, Osijeku i Splitu. Koncert „Mali Gala“ pretvorio je bolničke sobe djece koja se liječe od malignih bolesti u koncertne dvorane stvorene baš za njih.

Pripremili smo putujuću izložbu koja je obišla četiri velika hrvatska grada – Osijek, Zagreb, Rijeku i Split. Na izložbi smo predstavili naše programe i podijelili priče ljudi kojima smo kroz ove godine donijeli osmijeh i olakšanje.



Družili smo se s našim poslovnim donatorima čija podrška, zajedno s građanima, omogućuje da osmijeh stigne do vas te svih onih kojima je najpotrebniji.



Organizirali smo i panel raspravu na temu „Uloga humora u onkološkom liječenju djece i odraslih“, gdje smo u razgovoru sa zdravstvenim i medicinskim stručnjacima te bivšim pacijentima istaknuli koliko umjetnost i smijeh mogu olakšati teške trenutke i donijeti nadu u bolničkom okruženju.



Skupljačica osmijeha i toplih riječi



Zovem se Buba Marić. Volim se smijati, plesati, pjevati, šaliti i posjećivati domove umirovljenika u Zagrebu. Rado čitam knjige, volim more, prirodu, biljke i životinje. Vješta sam u sklapanju stihova u trenutku, brzo mislim i volim puno pričati. Moji hobiji su ples,

sviranje, kuhanje i skupljanje osmijeha i riječi, a sve ih negujem posjećujući Domove umirovljenika!

Kada dođem s pjesmom, rado mi se pridruže u pjevanju. To me posebno raduje jer sobe tada ispuni radost, sjaj u očima, vedrina te osmjese na licima svih prisutnih.

Osmjesi su mi najdraži. Skupljam ih i njihovu toplinu čuvam u srcu još dugo nakon posjete. Uz osmijehe, skupljam i tople riječi koje me pak griju kao moj crveni termofor u prohladne dane. Neke od toplih riječi koje možete posuditi za svoj termofor kada vam se zima uvuče u kosti:

- **Kolačići**
- **Čaj od kamilice**
- **Pileća juha moje bake**
- **Ljubav**
- **Vuneni šal**
- **Mir**
- **Zagrljaj**
- **Blagoslov**
- **Topao pogled**



BRAK JE MRAK

Ponekad u Domu potražim savjete za brak, kojih mudri bake i djedovi, s višegodišnjim iskustvima baš na tu temu, imaju pregršt! Rado ih slušam, zapisujem savjete, razmišljam i promišljam kako ih primijeniti. Neki od savjeta koje sam dobila, a koje možete iskoristiti kada se nađete u bračnoj krizi:

- **Imajte razumijevanja jedno za drugo.**
- **Poštujte se bez obzira na sve.**
- **Šalite se i smijte zajedno.**
- **Radite stvari koje oboje volite zajedno.**
- **Nemojte niti previše biti zajedno, nemojte se gušiti. Svatko mora imati i vrijeme za sebe.**
- **Kompromis je najvažniji.**

KUHARICA PRAVA POSTAT ĆU JA

Kad god dođem u nedoumici što pripremiti za ručak, dobijem uvijek neki dobar prijedlog. Tako sam jednom tražila recept za dobru domaću kokošju juhu. S puno strpljenja opisivali su mi korak po korak put do dobre domaće kokošje juhe te s radošću očekivali ponovni posjet kada ću se pohvaliti s uspješno skuhanom juhom koja je bila za prste polizat!

RECEPT ZA JUHU:

Nabaviti dobrog domaćeg piceka. U juhu staviti i nogice i hrbat, srčeko i želuci isto dobro dođu, vrat također. Ako nemate puno mesa, dovoljan je i samo hrbat, ali onda juhu moramo pojačati s povrćem ili pilećom kockom za juhu, a može i malo vegete. Meso oprati i staviti u lonac, narezati puno povrća: mrkva, celer, peršin, koraba, cvjetača. Naliti vodu, nikako previše vode jer onda juha bude razvodnjena i preslaba. Sve to staviti kuhati i začiniti sa solju i paprom. Na kraju juhu procijediti i ukuhati domaće rezance po potrebi.

U domove dolazim s pjesmom, ali se uvijek vraćam s nečim puno većim – s mirom, zahvalnošću i srcem punim svjetlosti.

Svaki osmijeh koji dobijem, svaka riječ, svaki recept i svaki ples koji podijelimo, dio su mog svijeta.

I zato ću dolaziti sve dok ima onih koji žele zapjevati, nasmijati se i podijeliti topli trenutak.

**Jer dok ima osmijeha i toplih riječi
– ima i Bube.**

Ona pleše kao Isidora Duncan

Jako volim plesati. U Domu za starije osobe Trešnjevka u Zagrebu često zaplešem s jednim gospodinom na hodniku, a glazba i stihovi koje smo stvarale moja prijateljica Doktorica Rumenka i ja, jednog su maglovitog dana silno razveselili, nasmijali, ozarili i rasplesali korisnike doma na Trešnjevci.

I ne samo njih, nego i stručnu službu, osoblje i ravnatelja. Moje crvene cipelice rado zaplešu za sve one koji su to prije jako voljeli, ali noge ih više ne slušaju kao nekad. Ali zato njihove ruke, stopala ili prsti rado zaplešu sa mnom, a to posebno volim.

Jedna je posjeta Domu Medveščak u Zagrebu bila posebno rasplesana. Od jutra su moje noge jedva čekale zaplesati na glazbu i pjesmu moje prijateljice Lile, koja je svirala ukulele i prekrasno pjevala.

Pjesmom i plesom pozdravljale smo korisnike i sobu po sobu bojile duginim bojama, jer sam u rukama imala i lijepe šalove u bojama. Oni su plesali sa mnom i ja s njima. Plesale su i moje noge i ruke i glava i kukovi i koljena, crveni cvijet u kosi i šareni šalovi i crvene cipele i haljina, a lica umirovljenika postajala su vedrija svake sekunde. Tako je jedan gospodin, nakon što je vidio moj ples, rekao kako plešem poput Isadore Duncan, poznate američke plesačice, što mi je uljepšalo cijeli taj dan.

Taj njegov komentar kao da je otvorio neko staro prozorsko krilo u meni — prozor kroz koji su uletjeli mirisi proljeća, šum lišća i sloboda pokreta. Pomislila sam kako možda i u svakoj ruci koja zapleše sa mnom, u svakom osmijehu koji se razlije po licu, još uvijek živi sjećanje na neko davno plesno popodne, na bal ili svadbu, na glazbu s gramofona ili na mladost što se vrtjela po parketu. Ples nas sve poveže, kao nit svjetla, kao dah koji prolazi iz srca u srce.

CRVENI NOSOVI donose radost umirovljenicima, ali i umirovljenici donose radost, griju dušu i grle srce **CRVENIM NOSOVIMA**. To je prijateljstvo zaista posebno — plešemo zajedno kroz trenutke, kroz godine i kroz sjećanja. I svaki put kad zaplešem, kad se crveni cvijet u mojoj kosi zatrese u ritmu smijeha, osjećam da smo svi mi tada — barem na tren — bezvremenski, lagani i slobodni.



Kad se zajedno smijemo, osjećamo se mlađima

Pistacija Točkić Crtić i Torpedo u sunčanu Pulu stigli su s osmijehom, vrećicom trikova i mekanih spužvastih crvenih nosova, spremni za nove zagrljaje sa sada već starim prijateljima. Dom Alfredo Štiglić u Puli, u kojem gostujemo već nekoliko godina, dočeka nas je kao stara prijateljica – hodnici su nam poznati, lica dobro poznata, a ruke koje nas grle podsjećaju da su prijateljstva, i ona najjednostavnija, najdragocjenija.

Tijekom našeg posjeta plesali smo, pjevali i dijelili male trenutke smijeha koji su hodnike pretvarali u prave prostore sreće. Naši susreti uvijek počinju razgovorom i smijehom, a završavaju zagrljajem ili šalom koja se pamti. Kad se zajedno smijemo, osjećamo se mlađima te je svaki osmijeh najvrjedniji, a trenutak pažnje i prisutnost unose toplinu u cijeli dan.

Prepoznamo tko voli koju pjesmu, tko ples, a tko radije priču i tišinu. I upravo ta bliskost čini svaki posjet posebnim. Cijeli dom odzvanja pjesmom, šarenim šalovima i klaunskim cipelama koje plešu kroz prostor, a svaki susret pokazuje koliko je važno biti prisutan – ne samo fizički, nego srcem, slušanjem i dijeljenjem zajedničkih trenutaka.

Na kraju posjeta osmijesi, zagrljaji i zahvalni pogledi ostavljaju nas s osjećajem



da smo svi zajedno, makar na tren, stvorili prostor u kojem je svaki čovjek vidljiv, cijenjen i voljen. Pula nas podsjeća na snagu dugogodišnjeg prijateljstva, jednostavnog čina pažnje i osmijeha – i koliko dobrota i smijeh mogu ispuniti dušu.

***A ima i jako dobar sladoled
najčudnovatijih okusa!***

Let srcem **kroz Bugarsku**



Naše putovanje u Bugarsku započelo je letom, kako daleka putovanja često i započinju. Avionska krila i želja za krilima, inspirirala su nas na temu našeg putovanja i jednomjesečnog boravka i putovanja kroz Bugarsku. Cijelim putem pratio nas je miris bugarske ruže, nježan i postojan poput radosti koju donosimo. Gdje ima smijeha, igre i toplih pogleda, tamo i ljudi lete — pa makar samo srcem.

U Sofiji, među zvucima uličnih svirača i brujanjem grada pod planinom Vitošom,

susreli smo prve osmijehe. U domu za starije, dok su se u zraku miješali miris kave i ružinog sapuna, jedna mi je baka rekla: “Kada se smiješ, letiš, čak i ako ne možeš hodati.” I zaista, u tom smo trenutku svi poletjeli, nježno, poput latica koje vjetar nosi kroz hodnik.

U Plovdivu, gradu na sedam brežuljaka, sve je bilo u bojama — ulice, zidovi, šalovi i srca. U jednom domu baka s cvjetnom maramom započela je ples horò, a ja sam pokušavala pratiti njezine korake. “Ne gledaj noge, gledaj nebo,” rekla je, a ja sam je poslušala. U tom trenutku svi smo bili kao ruže na vjetru, rasplesane, slobodne i mirisne.

Harmanli nas je dočekaao tišinom i blagim zrakom. Ondje su nas dlanovi škakljali paperjastim perjem, a zrak je mirisao na ružinu vodicu. Jedan djed je uzeo pero u ruku, promotrio ga i rekao: “I mi smo nekad tako letjeli — samo na biciklima.” Sloboda nikad ne nestaje; ona samo promijeni oblik.

I na kraju, Varna — more, sunce i vjetar koji miriše na sol i ruže. S terase doma smo promatrali more, pjevali i plesali dok su galebovi kružili iznad nas. Jedna mi je baka prišla i rekla: “Kad plešeš, izgledaš kao ptica.” Nisam joj rekla da se tako i osjećam.

Pri povratku kući, naši cu crveni nosovi bili pomalo izlizani, ali srca su bila velika i mirisna. Bugarska nas je naučila da sloboda nije samo let — to je i miris ruže koji ostaje u zraku dugo nakon što si otišao.

Emergency Smile



Emergency Smile je međunarodni program organizacije Red Noses International, u kojem sudjeluju klaunovi iz 10 partnerskih organizacija **CRVENIH NOSOVA** diljem Europe i svijeta (Austrija, Njemačka, Češka, Slovačka, Poljska, Litva, Slovenija, Mađarska, Hrvatska, Palestina, Jordan). Program donosi umjetnost, humor i nadu ljudima pogođenima kriznim situacijama – ratovima, prirodnim katastrofama,

migracijama ili socijalnom izolacijom.

Tijekom jednomjesečnih misija Emergency Smilea, profesionalni klaunovi odlaze u krizna područja i u privremene smještaje, domove, bolnice ili prihvatne centre, gdje kroz smijeh, glazbu, pokret i igru pružaju podršku djeci, obiteljima i starijima. U tim trenucima, klaunovi postaju most između tuge i radosti, između svakodnevice i nade – podsjetnik da se ljudskost i osmijeh mogu zadržati čak i u najtežim okolnostima.

Naš Torpedo, prije već više od deset godina, doselio je s Tenerifa u Rijeku, donoseći sa sobom miris oceana. Ondje je more bilo duboko, glasno i divlje.

U Rijeci ga je dočekalo drugačije more – mirnije, toplije i pitomije. Kad danas gleda prema Kvarneru, često se prisjeti i oceana i djevojke iz prošlosti koja mu je još uvijek u srcu, ali daleko, preko pučine. Zato naš Torpedo i dalje najradije pjeva o moru i o onome što je ostalo tamo negdje, na obalama Tenerifa.

Na morskome plavom žalu

Na morskome plavom žalu
Gdje čarlija vjetrić mio
Plavušu sam bajnu snio
O, kako sam sretan bio

I dok sam joj govorio
Drhtale su usne njene
Na morskome plavom žalu
Plakala je ljubeć mene

Eh, da mi je još jedared sresti
Da je pitam da l' me ona voli
Da joj kažem da me srce boli
Da je bez nje tužan život cijeli





*Dolazim svake zime, ali ne hodam,
u kući donosim blago i mir,
ponekad sam u kutu, ponekad na stolu,
lampice me vole, djeca me traže,
starinske ukrase pričama nahranim — tko sam?*



BOŽIČNO DRVCE (BOR)



*Bijelo od glave do pete,
nosi šešir, ali nema glave;
kad ga zagrlite, topi se. Što je?*



SNJEGOVIC



*Kroz zrak letim bez krila i bez snage,
hladan sam, ali mnoge razveselim,
svaki sam drugačiji, nitko mi nije brat blizanac,
na dlanu se rastopim, u polju stvaram tišinu — tko sam?*



SNJEŽNA PAHULJA



1		
---	--	--

Blagdanska križaljka



OKOMITO

- 2. Svetac, zaštitnik djece i pomoraca
- 3. ukrasna biljka sa crvenim bobicama, imela
- 4. dan prije Božića
- 8. Prijevozno sredstvo Sv. Lucije
- 9. bijela padalina, veseli djecu
- 10. rodno mjesto Isus



6		
---	--	--

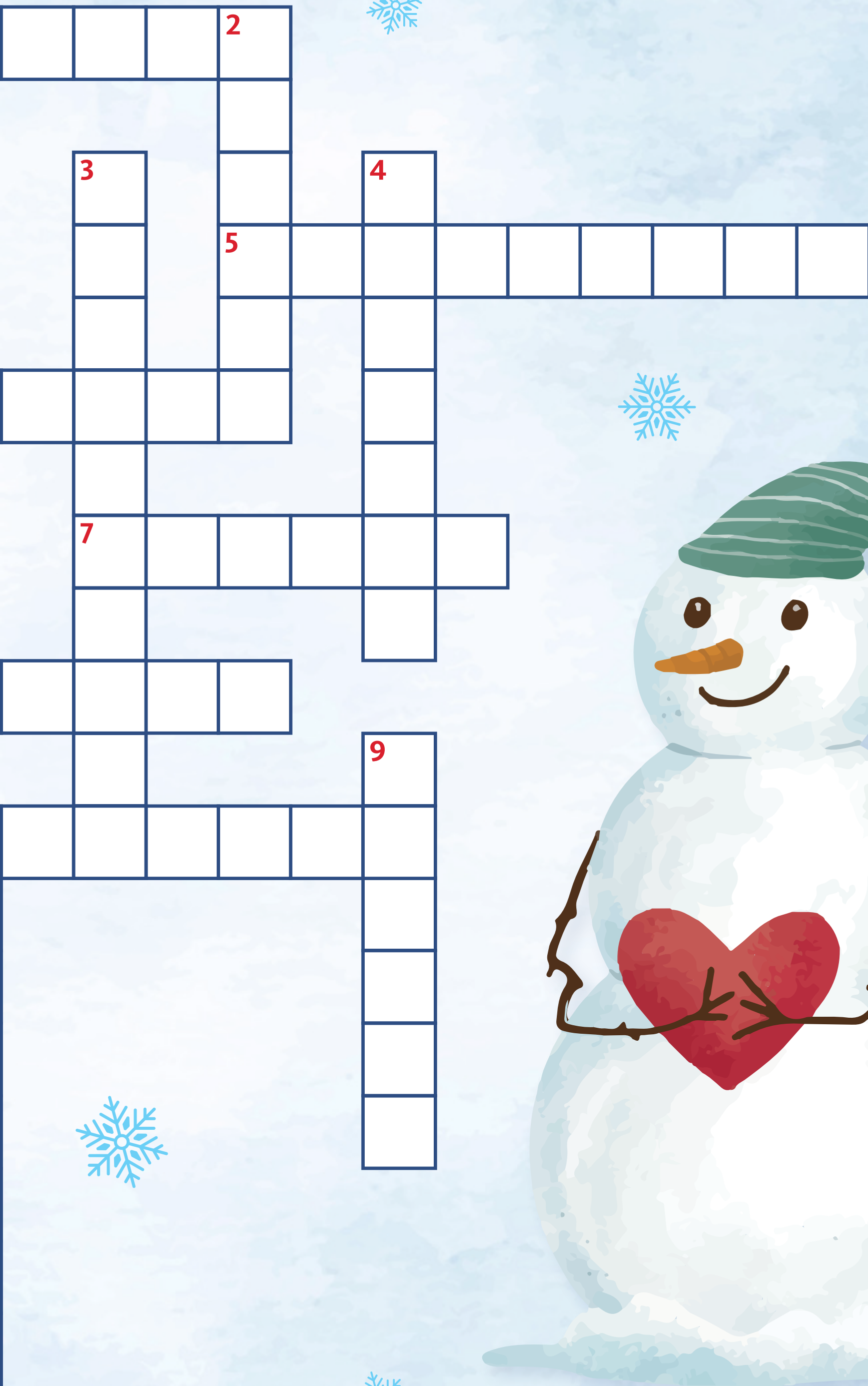
VODORAVNO

- 1. slavimo ga dan nakon Božića
- 5. blagdanska rolada od oraha
- 6. sadimo ju netom prije Božića u male posude
- 7. blagdanski balet P.I. Čajkovskog
- 8. jedan od sveta tri kralja
- 10. pjevačica Maja, pjesma "Sveta ljubav"



8		
		10





snijeg, zima, pahulja, rukavice,
bor, čaj, sanjke, gruda, lampice, poklon



S	N	I	J	E	G	T	O	P	L	O	O
Z	I	M	A	L	A	M	P	I	C	E	E
P	A	H	U	L	J	A	S	N	I	J	E
R	U	K	A	V	I	C	E	Z	I	M	A
Č	A	J	B	O	R	S	A	N	J	K	E
S	A	N	J	K	E	C	A	R	O	L	A
G	R	U	D	A	P	O	K	L	O	N	I
L	A	M	P	I	C	E	Z	V	O	N	C
T	O	P	L	I	S	N	I	J	E	G	A
Z	V	E	Z	D	A	N	A	N	O	C	I
H	L	A	D	N	A	Z	I	M	S	K	A
O	S	M	I	J	E	H	T	R	E	N	U

BONUS: Koje se još riječi kriju u osmosmjerci? *Zaokružite i njih!*

Svijet demencije



Vjerujem da je prirodno stanje svakog čovjeka sreća. I vjerujem da nitko, bez obzira na psihofizičko stanje u kojem se nalazi, nije lišen tog urođenog osjećaja koji je dublji nego što ponekad mislimo. Za mene je svijet demencije nešto novo. Nešto o čemu tek počinjem učiti i osjećati.

U tom je smislu nedavna radionica Magdalene Schamberger bila pravo blago i odličan uvod u početak mog rada u domu Park. Iza mene je nekoliko posjeta spomenutom domu. Sva tri puta, nadam se još mnogima, imao sam dojam uronjenosti u neki gusti medij. Tekućinu unutar koje se krećemo usporenije, pažljivije, nježnije i iznad svega svjesnije!

Družimo se s osobama koje imaju slojevite procese unutar sebe, prisiljene su se adaptirati na jedan drukčiji svijet u kojeg ja kao Ivan i Čarli zavirujem poput gosta - malo bojažljivo, jer ne znam puno o njemu, sa dozom opreza da ne narušim neki red

kojeg svatko od štićenika ima unutar i izvan sebe, ali s punim povjerenjem u onu urođenu i svima svojstvenu sreću i radost koju klaun dijeli sa unutarnjeg izvora svoga bića. Taj izvor jednako je prisutan u svakome od nas. On nije samo tjelesan i za njegov život potrebno je malo. Dodir drugog ljudskog bića, topli pogled, razumijevanje. Hrabrost da otvorimo dušu i srce sebi i drugima. U tom se trenutku ti izvori spajaju i nanovo vidimo da smo zapravo jedno biće kojem je potrebna ljubav i prihvaćanje.

Svaki pogled zrači neku neodoljivu prisutnost u trenutku. Trenutku koji ne gleda ni natrag ni naprijed. Tu je. Uvijek. Ne umanjujem činjenicu bolesti, otežanih životnih okolnosti, velikog utjecaja stanja demencije na osobu i njenu obitelj i okolinu, ALI vidim veliku radost i snagu u PRIHVAĆANJU svega što nam donosi život.

Moguće je probuditi djetinju zaigranost i nevinost. S ljubavlju.

Što klaun donosi ljudima s demencijom?



CRVENI NOSOVI razvili su poseban klaunovski program za oboljele od demencije „*S klaunom do sjećanja*“. Klaunovi koji rade na programu sveobuhvatno su educirani na umjetničkom, medicinskom i psihološkom polju kako bi što kvalitetnije mogli pristupiti oboljelima.

“Klaunovi ne pokušavaju pratiti povijest

pacijenta niti ispravljati što je zaboravljeno. Oni su stručnjaci za biti u trenutku, ovdje i sada. Možemo biti što god osoba želi da budemo. Oni projiciraju svoju stvarnost na nas, a mi kao stručnjaci improvizacije i fleksibilnosti možemo postojati i improvizirati u njihovoj stvarnosti.”, govori Magdalena Schamberger, neovisna kazališna redateljica, kreativna suradnica i učiteljica koja ima više od 25 godina

kreativnog rada s osobama koje žive s demencijom.

Jedna od zanimljivih poveznica između klaunova i osoba s demencijom jest i sličnost u kratkoročnom pamćenju.

„Obiteljima jako teško pada kada osoba gubi pamćenje. Međutim, u klaunovski nastup je uklopljeno da i oni imaju kratkoročno pamćenje te da često griješe. Spotaknu se jednom, pa opet, pa treći put, i ljudi se smiju. **Mislim da je fantastično fokusirati se na ono što imamo zajedničko i tako im dati osjećaj povezanosti i pažnje.**“, objašnjava Magdalena.

Također, klaunovi u svome radu sa starijima reagiraju na dijelove osobe koji još odlično funkcioniraju – to su kreativnost, ritam, humor i emocionalno pamćenje, nadodaje Magdalena. Na taj način kreiraju pozitivno i ugodno okruženje.

Magdalena Schamberger redovito vodi

radionice Compassionate Clowning, Clowning & Melodrama i Artful Minds diljem svijeta te je podržala pokretanje i razvoj programa zdravstvenog klauniranja u ustanovama za starije, prilagođenim osobama koje žive s demencijom, u nekoliko zemalja.

Magdalena je također počasna profesorica na Fakultetu zdravstvenih znanosti Sveučilišta Queen Margaret, a **u Hrvatsku je došla na poziv CRVENIH NOSOVA kako bi u sklopu Nacionalnog kampa održala radionicu na kojoj nam je prenijela svoje znanje o radu sa starijim osobama, posebice onima oboljelim od demencije.**

Svi klaunovi u CRVENIM NOSOVIMA prolaze edukaciju te svladavaju visoku razinu pedagoških, psiholoških, socijalnih, komunikacijskih i umjetničkih vještina, a kompleksnost posla zahtjeva da uvijek rade na kvaliteti i taj rad nikada ne prestaje.



Topla mješavina sjećanja, radosti i dobrih želja

Kada godina krene prema svom kraju, lijepo je napraviti mali ritual koji nas podsjeti koliko smo toga prošli, koliko toga nosimo u sebi i koliko toga još uvijek možemo darovati životu. Evo jednog jednostavnog, nježnog recepta za dobru novu godinu.

Sastojci:

- 1 šalica lijepih uspomena
- 2 žlice zahvalnosti
- 1 dobra namjera za sebe
- 1 dobra želja za nekoga drugog
- Malo strpljenja
- Malo smijeha (može i više)
- Omiljeno piće ili čaj
- Papirić i olovka



Priprema:

1. Promiješajte uspomene

Prisjetite se **jedne lijepe stvari koja se dogodila** u protekloj godini. Može biti velika, ali i sasvim sitna: osmijeh, posjet, telefonski poziv, pjesma na radiju. Tu uspomenu lagano “umiješajte” u svoje misli, kao da ju grijete na laganoj vatri.

2. Dodajte zahvalnost

Napišite tri stvari na kojima ste zahvalni. To mogu biti ljudi, dani, navike, zdravlje, dobar doručak, sunčan prozor; što god vam srce kaže.



.....

.....

.....

3. Zamotajte jednu želju

Zapišite svoju želju za 2026. godinu. Može biti skromna, može biti velika, sve želje imaju pravo živjeti. Izrežite papirić i spremite ga u ladicu ili novčanik. Time ste pripremili svoj mali “paketić nade”

.....

.....

.....

4. Umiješajte dobrotu

Zatvorite oči i pomislite na jednu osobu kojoj želite nešto dobro u novoj godini. Ne morate to reći naglas, dobra misao već putuje sama. Nacrtajte joj blagdansku čestitku

5. Poslužite se toplineom

Natočite si čaj, kavu ili omiljeni sok. Prije prvog gutljaja izgovorite lagano: **“Neka Nova godina donese mir, zdravlja i trenutke koji vrijede.”**

6. Ukrasite smijehom

Ako ste u društvu, ispričajte jedni drugima nešto što vas uvijek nasmije. Ako ste sami, prisjetite se nečega što vas je nekada nasmijalo. Smijeh je najbolji ukras svakog početka. ***Poklonite nekome kuglicu smijeha!***

Dvanaest velečanstvenih

U listopadu se u domu Trešnjevka u Zagrebu održao Cirkus Varijete, program kroz koji smo kroz pet dana zajedno s korisnicima doma uvježbavali razne cirkuske vještine, te na kraju petog dana imali nastup pred publikom.

Cilj nije da vještine budu savršeno izvedene. Svaka nespretnost i neuspjeh je dobrodošao. Ako tanjuri koji se vrte na vrhu štapića padnu – bit će smijeha i zabave za publiku i pljesak podrške. Ako se tanjuri ostaju vrtjeti do kraja – bit će čuđenja i pljesak ushita. U bilo kojem slučaju, publika voli svoje glumce i podržava ih.

Cirkus varijete su vodili klaun Čarli i klaunesa Maštalić, a sudjelovalo je dvanaest korisnika doma, jedanaest dama i jedan gospodin. Svi su odabrali svoje točke za nastup i svoje šarene kostime. Veliki cirkuski paravan s rasvjetom odavao je dojam profesionalnog kazališta.

Osim cirkuskih točaka, bilo je tu i plesnih, pjevačkih, nekoliko viceva, glumačkih skečeva, poezije a i osnovali smo zbor pod nazivom „Krpice sa zeljem”. Zbor je gitarom predvodila gospođa Ljubica i svi su zajedno otpjevali pjesme „Kad naš brod plovi” i „Ti si rajski cvijet”.

U publici je, osim korisnika doma i njihovih zaposlenika, došao jedan razred sportske gimnazije i jedna vrtićka grupa djece s tetama. Tri generacije u domu



umirovljenika. Predivno! Velikom se dvoranom izmjenjivao smijeh i pljesak.

A naših dvanaest veličanstvenih bilo je veličanstveno u svojim nastupima. Na kraju su s nama podijelili svoje dojmove i rekli nam da su presretni što su bili dio Cirkus varijetea i jedva čekaju da se ova čarolija ponovi.



Ljubica Maričić:

Devedesetišest mi je godina tek!



Nasmijana, vedra i skromna gospođa Ljubica je dugogodišnja korisnica Doma Trešnjevka. Nenametljivo se i oprezno pridružila Cirkus Varijeteu. Prvi je dan pomalo neprimjetno promatrala i tiho sudjelovala u procesu zajedničkog rada i upoznavanja s CRVENIM NOSOVIMA. Ali, gospođa Ljubica je drugog dana sa sobom ponijela svoju najvažniju, veliku prijateljicu – gitaru! Njezin je doprinos uvećao cijeli događaj. Svirala je, pjevala, a ujedno je bila i najstarija osoba na nastupu. Evo, što je draga gospođa Ljubica s nama podijelila:

LJUBICA: (držeći ruku na prsima) Joooj, pa ovaj nastup mi je uljepšao cijeli tjedan. Ma ne tjedan, cijeli mjesec i više od toga. Bilo je prekrasno. To nikada neću zaboraviti. Hvala vam puno.

MAŠTALIĆ: Pa zar ste mislili da bi Cirkus Varijete mogao proći bez Vas i Vaše gitare?

LJUBICA: U domu znaju da ja sviram i zovu me kad god je neka zajednička zabava ili nastup. Mi tu imamo puno aktivnosti.

MAŠTALIĆ: Što ste mislili tog prvog dana kad smo došli s 2 velika kofera punih šarenih rekvizita?

LJUBICA: Ma ja vam jako slabo čujem a i slabo vidim. Mislila sam odustati prvog dana kad ste došli jer nisam dobro razumjela što mi trebamo raditi. Dobro da nisam odustala.

MAŠTALIĆ: Bitna je zabava i da svatko nastupa s nečim što želi ili zna ili čak i da ne zna ali želi znati. Publici je smiješno i zabavno i kad nam nešto ne ide.

LJUBICA: Nisam zaboravila svirati. To znam. Ne vidim dobro ali gitaru jednostavno znam.

MAŠTALIĆ: Što vam se najviše svidjelo na nastupu u Cirkus Varijeteu?

LJUBICA: Joj, pa sve. A toliko je ljudi bilo u publici. I ona dječica iz vrtića. I mi svi u kostimima... predivno. Ja sam sada toliko sretna. Jako ste nas razveselili svojim dolaskom. Mi smo jako željni zabave.

MAŠTALIĆ: A smijete mi šapnuti koliko imate godina?

LJUBICA: Nije to tajna. Devedeset i šest mi je godina tek. Al čujte, ne dam se ja. Idem na vježbe. Trebam biti aktivna.

MAŠTALIĆ: Vi ste bili najstariji od svih na nastupu. Koje su Vaše želje?

LJUBICA: Zdravlje i samo zdravlje. I da se svaki dan bar malo nasmijemo. A kad nam vi Noseki dođete onda ćemo se smijati još više.



Mi, CRVENI NOSOVI klaunovidoktori uz pomoć umjetnosti profesionalnog klauniranja, humora i smijeha vraćamo ljudima u teškim i kriznim situacijama i okolnostima osjećaj radosti, sreće i optimizma.

Redovito posjećujemo djecu u bolnicama i starije i nemoćne osobe u domovima diljem Hrvatske. Pružamo im pomoć i podršku u nošenju sa strahovima, nesigurnostima i dosadom te im donosimo osmijeh i veselje.



CRVENI NOSOVI **klaunovidoktori**

Medulićeva 34 , 10 000 Zagreb

email: info@crveninosovi.hr

tel: +385 1 561 32 81

www.crveninosovi.hr

Naklada: 315 primjeraka