



FUŽE



htjela pokrenuti časopis za uređenje eksterijera i interijera na području Istarske županije te, iako je projekt bila podržala županija, problem je bio u grafičkom uređenju kojeg Morena nikako nije mogla pronaći.

Zaštićeni fuži

“To Nina je zapravo izmišljeni lik, kao Djed Mraz. Kao dizajn odnedavno je zaštićena u državnom Zavodu za intelektualno vlasništvo. To Nina trenutno izrađuje te ukrasne predmete, kaže Mo-



Fuži na humanitarnoj aukciji u Svetim srcima

Originalnost fuža kao nakita prepoznale su i vodeće županijske kulturne institucije, tako da će se fuži u četvrtak prodavati na humanitarnoj umjetničkoj aukciji “Sve najbolje/Tanti auguri II”.

u Svetim srcima. Projekt je podržala Istarska županija, Istarska kulturna agencija (IKA), Muzej suvremene umjetnosti Istre, Muzej Lapidarium Novigrad i Arheološki muzej Istre. Fuž u velikoj kuglici? idelan dar za podbor i originalan ukras za na bor.

renna i potvrđuje dojam sa početka teksta o radionici koja je kao iz bajke.

“To Nina radi fuže, većinom navečer, zato i svijetle u mraku, i to su svojevrsni

putokazi. Ovi fuži imaju karakter, ima ih više. Feruccio je glavni fuž i svi bijeli fuži su Feruccio, a onda dolazi Vjekoslav, pokazuje Morena i veli kako bi se Fuži uskoro trebali pojaviti u stripu i komentirati aktualnu situaciju, prvenstveno lokalnu scenu.

“Čim sam krenula, svi su poludjeli za fužima, kaže Morena i ljubitelje fuža naziva fužisti, a pokret “fužizam”. Fužista je sve više, glumac Rade Šerbedžija ima ukosnice, a leptir mašni ili, kako ih Morena zove “fužni”, neće odoljeti ni jedan hipster. A tek rajfovi ili obruči za kosu? Pa fuž je postao zamjena za mašnu. Zapravo to je redizajnirana mašna na istarski način. Tko bi rekao da će hrana postati prepoznatljiv regionalni modni artikl, koji bi recimo, Japance, rado nosile.

Fuži su izašli iz kuhinje, a Morena ih više ne kuha “Zao mi je jesti fuže, jer su oni postali kao moji kućni ljubimci”, kaže Morena, ali priznaje da su i dalje vrlo inspirativni.



LJEPOTA MAJČINSTVA je u stalnom prenošenju zdravih navika



SUNSET
centar

O d trenutka kada svoje dijete donesete na svijet, vi kao roditelji, svakodnevno utječete na njegov emocionalan, fizički i psihički razvoj. Hranjenje i njega samo su mali dio toga dok puno veću važnost imaju vaš dodir, maženje, vaše ponašanje, navike, izrazi lica i govor tijela koje ono svakodnevno vidi, osjeća i kopira.

Vježbanje sa djecom pomaže kako vama tako i djeci. Zajedničkim naporom upoznate svoja tijela, igrate se i razvijate djetetovu inteligenciju i ličnost na dokazano najbolji mogući način.

Sami ili u društvu druge vaše djece iskoristite svaki oblačan ili sunčan dan za šetnju i vježbanje. Slika 1. Sestra u brizi sa svojem mlađem bratu ili sestru dok ga ljuljuška u kolicima može razvijati svoje mišićne nogu i stopala podizanjem na polu-prste.

Slika 2. U paru je zabavno vježbati. Dok mama radi čučanj ravnih leđa, njezino dijete se isteže gurajući guzu prema natrag na



opružene noge. Zatim se zamijenite u vježbi čučanj-istezanje kao na slici. Po-



navljajte koliko vaš mališan ima strpljenja.

Slika 3. Bočno istezanje uz pomoć kolica. Držeći se jednom rukom za kolica i vanjsku ruku podignite visoko iznad glave i pomaknite kukove od kolica da istegnute bočne mišićne trupa. Zadržite poziciju koliko dijete želi, a zatim zamijenite stranu.

Slika 4. Podizanje nogu bočno, ispred ili iza tijela uz zadržavanje uspravnog stava pomoći će u razvoju ravnorožje. Istom vježbom možete utjecati i na koordinaciju. Pretvorite ovu vježbu u igru tako da zadajete brze promjene podizanja jedne ili druge noge (vježbate desno-lijevo) ili promjene noga naprijed-natrag-bočno.

Uvijek kada možete pružite priliku svom većem djetetu da pronade neku novu vježbu i poziciju tijela koju ćete zajedno odraditi i uvježbavati. Dječja kreativnost ne poznaje granice, nagrada će biti višestruka jer će vježbanje i pokret u njihovim glavama biti povezani s pozitivnim emocijama što ostaje u trajnoj memoriji.