



4You

magazine

www.magazineforyou.com 



4You Magazine - Shqip 

magazine4ushqip 



Revistë mujore e KFOR-it Nr. 201 - Nëntor 2023



MUSICBOX

Vesa LUMA

Norik Uka
PHOTOGRAPHY

Falas 

"4You Magazine" është publikim zyrtar i KFOR-it, prodhuar dhe financuar nga KFOR-i, i shtypur në Kosovë dhe shpërndahet pa pagesë. Përmbajtja nuk reflekton qëndrimin zyrtar të koalicionit apo të shteteve anëtare. KFOR-i pranon edhe i mirëpret opinionet tuaja dhe i publikon ato, por në formë të përmbledhur. Nëse kërkohet emri i autorit të mos tregohet, kjo mund të bëhet, por nuk do të publikohen letra anonime, shpifëse apo me qëllim të keq.

Kryeredaktore:

Leonora Shabanaj Nikshiq

Gazetarë:

Ali Rexha,
Violeta Matovic,
Jelena Simic Rasic

Fotografite:

Ekipi "4You"

Design & Layout:

Bekim Shabani &

Leopard Cana

Stafi editorial mund të kontaktohet në telefon:

038/503-603-2139

Letrat mund të dërgohen në adresën:

HQ KFOR - Kosova Film;

"4You Magazine";

Strasbourg Building;

10000 Prishtinë

E-mail:

magazineforyou2003@gmail.com

www.magazineforyou.com



Kopertina:
VESA LUMA

Editorial

Të dashur lexues të 4You Magazine, do të dëshiroja që t'ia kushtoj këtë editorial juve, rinisë sonë, dhe forcës suaj për të formësuar të ardhmen. Në një botë shpesh të mbështjellë nga pasiguria dhe të mbushur me sfida, unë gjej prehje dhe frymëzim në shpirtin e palëkundur që rrezaton nga secili prej jush, vrulli juaj rinor i paepur ngrihet si një rreze e shpresës, që e ndriçon rrugën drejt një të ardhmeje më të ndritur. Në zemrat tuaja gjendet një forcë e mahnitshme, një katalizator për ndryshime dhe një burim i frymëzimit.

Vrulli juaj rinor si agjent i ndryshimit

Tëksa shoh në mbarë botën, më mahnit vazhdimisht fuqia transformuese e mendjeve të reja si e juaja. Të patrembur në kërkim të ëndrrave tuaja, ju jeni arkitektët e inovacionit, dhe të sfiduarit e normave të përcaktuara me vendosmëri të pashoqe. Shpresa, e skalitur në pasionin tuaj, ju fuqizon juve që të përballeni me probleme nga ndryshimi i klimës e deri te drejtësia sociale, duke i dhënë jehonë besimit tuaj të patundur në një botë të formësuar nga empatia dhe uniteti.

Qëndrueshmëria e juaj në rrugën përpara

Përballë vështirësive, është guximi i juaj për të shpresuar që e ushqen qëndrueshmërinë tuaj. Çdo pengesë bëhet një shkallare, çdo vështirësi një mundësi për t'u rritur. Ëndrrat guximtare që ju i ushqeni sot janë baza e inovacioneve të së nesërme, duke u siguruar që flaka e shpresës të vazhdojë të ndriçojë fuqishëm, e pa penguar nga sfidat.

Ëndrrat tuaja sot, inovacionet tuaja nesër

Dua që ta theksojë rëndësinë e pranimit dhe ushqyerjes të kësaj force të pashoqe të optimizimit brenda jush. Duke investuar në ëndrrat dhe aspiratat tuaja, ne i mbjellim farat për një të ardhme jo vetëm të qëndrueshme por, edhe përplot me potencial. Duke ju fuqizuar juve përmes arsimimit dhe mentorimit, dhe lirisë për të eksploruar pasionet tuaja është sikurse të ujitësh një kopsht të lulëzuar - për ta siguruar një peizazh të ideve gjallëruese dhe pikëpamjeve të ndryshme.

Ndërtimi i një të ardhmeje të prekshme së bashku

Tëksa e përshkujmë kompleksitetin e kohës sonë, le të frymëzohemi nga shpirti juaj i palëkundur. Në duart tuaja, shpresa transformohet nga një koncept i largët në një forcë të prekshme që na shtyn përpara. Së bashku, të udhëhequr nga energjia dhe entuziazmi juaj, ne mund të ndërtojmë një botë ku shpresa nuk është vetëm një ideal kalimtar por, një forcë shtytëse, që e formëson fatin tonë dhe një të ardhme në të cilën mund të besojmë të gjithë ne.

Kjo është një thirrje për ju që të angazhoheni, për t'ua rikujtuar që në duart tuaja e keni fuqinë për të ndryshuar botën. Besoni në ëndrrat tuaja, sepse ato janë farat e një të ardhmeje me të cilën mund të krenohemi të gjithë. Me shpresë dhe admirim, deri në takimin tonë të radhës, vazhdoni të punoni për t'i bërë ëndrrat tuaja realitet.

Leonora

Indeksi



2. Editoriali, indeksi

4. **Shkolla e muajit:** GJIMNAZI "VËLLEZËRIT FRASHËRI" NË DEÇAN

6. **PËRKUSHTIMI I PALËKUNDUR I KFOR-it** PËR PAQE: PËRKUSHTIM I PËRTËRIRË

8. **Music Box:** ËNDRRA PA KUFIT: RIKTHEHET SHPIRTI I LIRË I VESA LUMËS

12. **PASTRIMI I RRUGËVE TË PRISHTINËS** TËRHEQË PËRKRAHJE TË GJITHANSHME

14. **World around Us:** STALLAT MË TË NJOHURA TË KUAJVE

16. **Do it Yourself:** SI TË DEKORONI KËLLËFIN E CELULARIT ME MARKERA AKRILIKË?

18. **Moviemania:** BOTA VEZULLUESE E FILMAVE TË FNFHK-së

20. **Health & Sports:** SPORTET MË TË ÇUDITSHME NË BOTË

22. **Generation #:** PREZANTIMI I IPHONE 15: ÇKA DUHET TË DINI?

24. **DONACIONI I DANCON E TRASON** RRUGËN E RAGBIT NË KOSOVË

26. **Your opinion about:** MENDIMI JUAJ PËR ARGËTIMIN NË FUNDJAVË?

28. **Wellbeing & teens:** PSE JANË ADOLESHENTËT TË LODHUR TËRË KOHËN?

30. **Brainteasers:** KËNDI ENIGMATIK

32. **Did you know?** VJESHTA

Editorial

Dear readers of 4You Magazine, I would like to dedicate this editorial to you, our youth, and your power to shape tomorrow. In a world often shrouded in uncertainty and beset by challenges, I find solace and inspiration in the unwavering spirit that emanates from each one of you. Your indomitable vigor emerges as a beacon of hope, illuminating the path to a brighter future. Within your heart lies a potent force, a catalyst for change and a wellspring of inspiration.

Your vigor as agents of change

As I look around the globe, I am continually amazed by the transformative power wielded by young minds like yours. Fearless in your pursuit of dreams, you are the architects of innovation, challenging established norms with unparalleled determination. Hope, embodied in your passion, empowers you to confront issues from climate change to social justice, echoing a resolute belief in a world shaped by compassion and unity.

Your resilience forging ahead

In the face of adversity, it is your audacity of hope that fuels your resilience. Each setback becomes a steppingstone, every obstacle an opportunity for growth. The audacious dreams you harbor today lay the foundation for tomorrow's innovations, ensuring that the flame of hope continues to burn brightly, undeterred by challenges.

Your dreams today, your innovations tomorrow

I want to emphasize the importance of acknowledging and nurturing this potent force of optimism within you. By investing in your dreams and aspirations, we sow seeds for a future that is not only sustainable but also brimming with potential. Empowering you through education, mentorship, and the freedom to explore your passions is akin to providing water to a flourishing garden—ensuring a landscape teeming with vibrant ideas and diverse perspectives.

Building a tangible future together

As we navigate the complexities of our time, let us draw inspiration from your unwavering spirit. In your hands, hope transforms from a distant concept to a tangible force propelling us forward. Together, guided by your energy and enthusiasm, we can build a world where hope is not just a fleeting ideal but a driving force, shaping destinies and molding a future we can all believe in.

This is your call to action, a reminder that in your hands lies the power to change the world. Believe in your dreams, for they are the seeds of a future we can all be proud of. With hope and admiration, until our next meeting, keep working to make your dreams come true.

Leonora

Index



3. Editorial, index

5. School of the month: "VËLLEZËRIT

FRASHËRI" GYMNASIUM IN DEÇAN

7. KFOR'S UNWAVERING DEDICATION TO PEACE: A RENEWED COMMITMENT

9. Music Box: LIMITLESS DREAMS: VESA LUMA'S FREE SPIRIT IS BACK

13. PRISTINA'S STREET CLEANUP DRAWS

DIVERSE SUPPORT

15. World around Us: THE MOST FAMOUS HORSE STUD FARMS

17. Do it Yourself: HOW TO DECORATE A PHONE CASE WITH ACRYLIC PAINT PENS?

19. Moviemania: HKIFF'S GLITTERING WORLD OF MOVIES

21. Health & Sports: THE WORLD'S STRANGEST SPORTS

23. Generation #: UNVEILING THE IPHONE 15: WHAT YOU NEED TO KNOW?

25. DANCON DONATION PAVES THE WAY FOR RUGBY IN KOSOVO

27. Your opinion about: YOUR OPINION ABOUT WEEKEND PASTIME?

29. Wellbeing & teens: WHY ARE TEENS ALWAYS TIRED?

31. LET'S LEARN TOGETHER

32. Did you know? AUTUMN

4You magazine

"4You Magazine" is an official publication of KFOR, produced and financed by KFOR, printed in Kosovo and distributed freely. The contents do not necessarily reflect the official point of view of the coalition or that of any of its member states. KFOR accepts and welcomes your opinions, it will publish some of these, eventually in a condensed form. If requested the name of the writer will be withheld but no anonymous, defamatory or malicious letters will be printed.

Chief Editor:

Leonora Shabanaj Nikshiq

Journalists:

Ali Rexha,

Violeta Matovic,

Jelena Simic Rasic

Photos by:

"4You" Team

Design & Layout:

Bekim Shabani &

Leopard Cana

The editorial staff can be contacted on:

038/503-603-2139

Any letters can be sent at:

HQ KFOR - Film City;

"4You Magazine";

Strasbourg Building;

10000 Pristina

E-mail:

magazineforyou2003@gmail.com

www.magazineforyou.com



Cover:

VESA LUMA

GJIMNAZI “VËLLEZËRIT FRASHËRI” NË DEÇAN

Kohë më parë z. Kushtrim Dacaj, profesor i lëndës së gjeografisë në Gjimnazin “Vëllezërit Frashëri” në Deçan, i bëri ftesë redaksisë sonë që të vizitonte këtë shkollë dhe ta prezantonte atë në rubrikën “Shkolla e Muajit”.



Drejtori Hamid Qorraj

Nga ana e tij drejtori Qorraj theksoi se që nga themelimi i tij më 9 dhjetor 1967, Gjimnazi “Vëllezërit Frashëri” është dalluar si një ndër shkollat më të mira në Kosovë. Madje, në fillim të viteve të ‘80-ta, numri i nxënësve arriti deri në 2250 për të cilët kujdeseshin 135 mësimitdhënës, gjë që e bëri atë një institucion edukativo-arsimor me potencial të madh intelektual. “Fatkeqësisht, sikurse shumë shkolla të tjera, edhe gjimnazi ynë nuk është duke u shpëtuar problemit të reduktimit të numrit të nxënësve. Kështu këtë vit akademik ne i kemi vetëm 550 nxënës dhe 50 mësimitdhënës. Kemi edhe mungesë të hapësirës së mjaftueshme dhe për këtë arsye jemi të detyruar që të vazhdojmë të punojmë me dy ndërrime. Mirëpo, kjo nuk na pengon që të vazhdojmë të arrijmë suksese në punën tonë të përditshme.”

Një shkollë me shumë miq

Kur bëhet fjalë për sukseset, sipas drejtorit Qorraj duhet theksuar se të gjitha janë rezultat i punës së përbashkët të nxënësve, prindërve dhe mësimitdhënësve, gjegjësisht funksionimit të jashtëzakonshëm të trekëndëshit pedagogjik. Kur ia shtojmë kësaj përkrahjen nga institucionet komunale, komuniteti si dhe KFOR-i, atëherë arritjet janë të pashmangshme. Në lidhje me këtë ai shtoi: “Ne u jemi tejet mirënjohës të gjithë atyre që kanë kontribuar dhe vazhdojnë të kontribuojnë në shkollën tonë duke filluar nga Drejtoria Komunale për Arsim, Kryetari i Komunës z. Ramosaj, pastaj KFOR-in Italian, një falënderim i veçantë shkon për donatorët zemërgjerë nga komuniteti deçanas, siç është zonjusha Sevdije Lataj dhe kompania

Mësim interaktiv

Me kënaqësinë më të madhe ne e pranuan këtë ftesë dhe u nisëm drejt këtij tempulli të dijes pa pasur shumë njohuri për atë që do të hasnim në këtë shkollë, për të cilën profesori Dacaj fliste me shumë krenari. Takimin e parë me z. Dacaj e patëm pak para se të fillonte ora e mësimit. Pa hezituar fare, ai na ftoi që të merrnim pjesë në këtë orë. Teksa shkonim në klasë z. Dacaj na tregoi se pothuajse që nga fillimi i punës së tij aty ai kishte insistuar në krijimin e një kabineti për lëndën e gjeografisë dhe më pas zhvillimin e mësimit ekskluzivisht në të. Kjo do të thotë, që secila klasë kur kanë gjeografi duhet të lëvizin nga klasa e zakonshme në këtë kabinet. Rezultatet e kësaj praktike i vërejtëm menjëherë pasi që nxënësit që nga fillimi e deri në fund të orës ishin tërësisht të përfshirë në procesin arsimor dhe z. Dacaj kishte arritur që vërtetë të zhvillonte “proces mësimor interaktiv,” dhe jo në stilin tradicional ku “mësuesi flet dhe nxënësit duhet të dëgjojnë!”

Përkundër sfidave sukseset vazhdojnë

Pas orës së mësimit u drejtuam për në zyrën e drejtorit të shkollës Ma. sc. Hamid Qorraj, i cili po ashtu na priti në mënyrë tejet të ngrohtë.





“VËLLEZËRIT FRASHËRI” GYMNASIUM IN DEÇAN

Some time ago, Mr. Kushtrim Dacaj, a geography professor at the “Vëllezërit Frashëri” Gymnasium in Deçan, invited our editorial team to visit their school and feature it in the “School of the Month” section.

MONI. Falë tyre ne kemi arritur që të realizojmë projekte të shumta si ndërtimin e Amfiteatrit të shkollës, krijimin e kabineteve për fizikë-kimi-biologji, teknologji informative, art, muzikë, gjeografi, muzeun e shkollës, ndërtimin e urës termike që e lidh shkollën me sallën e edukatës fizike, pajisjen e te gjitha klasave dhe kabineteve me projektor; duke e shndërruar gjimnazin tonë në një shkollë bashkëkohore.”

Punë e palodhshme - arritje konkrete

Ndër arritjet konkrete që kanë rezultuar nga ky angazhim z. Qorraj në mes të tjerash veçoi: “Në garat që u zhvilluan nga Koordinatori Nacional për Kulturë, Rini dhe Sport shkolla jonë i mori 13 vende të para në nivel kombëtar në shkencë natyrore - matematikë, shkencë shoqërore - gjuhë dhe komunikim, dhe sport. Po ashtu, në Testin Kombëtar të Arritshmërisë, në drejtimin e shkencave natyrore kalueshmëria e nxënësve tonë ishte 99 për qind.” Më tej ai theksoi se këto rezultate vijnë falë disiplinës së nxënësve dhe stafit të përkushtuar që i kanë të gjitha kualifikimet e nevojshme, cilësia e mësimdhënies dhe mësim nxënies, bashkëpunimi me prindërit dhe komunitetin, prurjet dhe infrastruktura.

Në fund të bisedës sonë, drejtori Qorraj e dha një porosi shumë të thjeshtë për të gjithë të rinjtë në Kosovë: “Mos harroni që sfidat që i keni janë mundësi për rritje dhe zhvillim, duhet të jeni të vendosur dhe të besoni në vetvete. Rinia ka potencial që ta ndryshojë botën, por së pari filloni ta ndryshoni veten, ruani dhe luftoni për pasionet dhe ëndrrat tuaja. Kosova ka shpresë, sepse ju jeni shpresa!”

Interactive learning

We eagerly accepted the invitation and embarked on a journey to this temple of knowledge, with no idea of what awaited at this school, although Professor Dacaj spoke of it with great pride. Our first encounter with Mr. Dacaj happened just before his class began. Without hesitation, he invited us to join the lesson. On the way to the classroom, Mr. Dacaj explained that, from the beginning of his tenure at the school, he had insisted on establishing a geography laboratory and conducting lessons exclusively in it. This meant that every class, for geography lectures, moved from their regular classroom to the geography lab. We immediately observed the positive effects of this practice, as all the students were actively engaged in the learning process from start to finish. Mr. Dacaj had truly succeeded in creating an “interactive teaching process,” moving away from the traditional style where “the teacher speaks, and the students listen.”

Challenges don't deter success

After the class, we met with Ma. Sc. Hamid Qorraj, the school's director, who also welcomed us warmly. Director Qorraj emphasized that since its establishment on December 9th, 1967, the “Vëllezërit Frashëri” Gymnasium has distinguished itself as one of the best schools in Kosovo. In the early '80s, the number of students reached 2,250, cared for by 135 teachers, making it an institution with great intellectual potential. “Unfortunately, like many other schools, our gymnasium is not immune to the issue of decreasing student numbers. This academic year, we have only 550 students and fifty teachers. We also face a shortage of adequate space, forcing us to work in two shifts. However, this does not hinder us from continuing to achieve success in our daily work.”

A school with many friends

When it comes to the gymnasium's success, according to Director Qorraj, it is the result of the joint efforts of students, parents, and teachers, specifically the exceptional function of the pedagogical triangle. When we add to this the support from municipal institutions, the community, and KFOR, then the achievements are inevitable. In relation to this

he added: “We are very grateful to all those who have contributed and continue to contribute to our school, starting from the Municipal Directorate of Education, Mayor Mr. Ramosaj, and then the Italian KFOR. Special thanks go to generous donors from the Deçan community, such as Ms. Sevdije Lataj and MONI Company. Thanks to them, we have been able to accomplish numerous projects, including the construction of the school's amphitheater, the creation of laboratories for physics-chemistry-biology, information technology, art, music, geography, and the school museum, the construction of the thermal bridge connecting the school to the gym, and equipping all classrooms and laboratories with projectors, transforming our gymnasium into a contemporary school.”

Unrelenting effort - concrete achievements

Among the concrete achievements resulting from this engagement, Mr. Qorraj highlighted, “In competitions organized by the National Coordinator for Culture, Youth, and Sports, our school secured first place at national level in thirteen categories in natural sciences - mathematics, social sciences - language and communication, and sports. Also, in the National Graduation Test in natural sciences, the pass rate for our students was 99 percent.” He further emphasized that these results are the outcome of students' discipline, dedicated staff with all the necessary qualifications, the quality of teaching and learning, collaboration with parents and the community, contributions, and infrastructure.

At the end of our conversation, Director Qorraj gave a simple message to all young people in Kosovo: “Do not forget that the challenges you face are opportunities for growth and development. You must be determined and believe in yourselves. Youth has the potential to change the world, but first start by changing yourself, preserving and fighting for your passions and dreams. Kosovo has hope because you are the hope!”

PËRKUSHTIMI I PALËKUNDUR I KFOR-it PËR PAQE: PËRKUSHTIM I PËRTËRIRË



Në zemër të Ballkanit Perëndimor, ku një histori e trazuar shpesh i ka lënë në hije peizazhet e qeta dhe kulturat e gjalla të rajonit, një simbol i shpresës ka qëndruar për më shumë se dy dekada. Forca e Kosovës, ose më mirë e njohur si KFOR-i, është misioni shumëkombësh paqeruajtës që vazhdon të qëndrojë i fortë në përkushtimin e tij të palëkundur për ruajtjen e paqes dhe sigurisë.

Gjatë gjithë jetëgjatësisë së këtij misioni një konstante ka qenë gjithmonë e pranishme: ***burrat dhe gratë e KFOR-it mbeten të palëkundur në misionin e tyre.*** Megjithatë, angazhimi i tyre për paqen shkon përtej strategjive tradicionale ushtarake. Ai shtrihet në fushën e aktiviteteve që krijojnë një qasje gjithëpërfshirëse që përkon me vet thelbin e paqeruajtjes.

Dinamikat evoluese të paqeruajtjes

Për të kuptuar domethënien e angazhimit të KFOR-it, është thelbësore të kuptohen dinamikat evoluese të paqeruajtjes në shekullin e 21-të. Në një botë ku konfliktet nuk përputhen më me rregullat tradicionale të angazhimit, misionet paqeruajtëse duhet të përshtaten për të siguruar stabilitetin afatgjatë.

Përkushtimi i KFOR-it në Kosovë e ka parë atë të transformohet nga një forcë tërësisht ushtarake në një forcë që e kombinon një gamë

të gjerë aktiviteteve. Këto aktivitete i përfshijnë aspektet ekonomike, politike dhe sociale të paqes, duke u siguruar që rrënjët e stabilitetit po ushqehen gjatë gjithë kohës.

Stabiliteti sjell rritje ekonomike

Detyra kryesore e misionit është që të ofrojë një ambient të qetë dhe sigurt. Kjo, në anën tjetër, i nxit investitorët dhe sipërmarrësit, duke u bërë katalizator i mundësive ekonomike. Duke kontribuar për paqen, KFOR-i, po ashtu ndihmon në krijimin e një

mjedisi që është i përshtatshëm për krijimin e vendeve të reja të punës dhe promovimin e tregtisë. Rrjedhimisht, përmes përpjekjeve të tij KFOR-i kontribuon në mirëqenien e përgjithshme të të gjithë njerëzve që jetojnë në Kosovë.

Angazhimi politik dhe dialogu

KFOR-i shërben si ndërmjetës jetik, duke e promovuar angazhimin politik dhe dialogun ndërmjet komuniteteve të ndryshme në Kosovë. Roli i tij në lehtësimin e diskutimeve dhe

ndërtimin e urave ka qenë thelbësor në rrugëtimin e rajonit drejt paqes. Kjo qasje e ka mundësuar zgjidhjen e mosmarrëveshjeve politike dhe fuqizimin e liderëve lokal për të krijuar një vizion të përbashkët për të ardhmen.

Ndërtimi i komunitetit dhe integrimi social

Paqja nuk mund të mbahet pa integrimin e shoqërive dhe forcimin e komuniteteve. KFOR-i e pranon këtë dhe në mënyrë aktive i mbështet



nismat që e synojnë bashkimin e grupeve të ndryshme etnike dhe fetare. Këto përpjekje synojnë të ushqejnë frymën e bashkëjetesës dhe harmonisë.

Përkushtim për të mbajtur një mjedis të qetë dhe të sigurt për të gjithë

Ndërsa këto aktivitete luajnë një rol kyç në ruajtjen e paqes, KFOR-i i ruan kapacitetet e tij të reagimit dhe ndërhyrjes. Këto kapacitete shërbejnë si parandalim, duke siguruar që rajoni të mbetet i sigurt. Ato janë të gatshme që të reagojnë shpejt përballë kërcënimeve, duke i lejuar KFOR-it që të përmbushë përgjegjësinë e tij kryesore - ruajtjen e një mjedisi të qetë dhe të sigurt për njerëzit në Kosovë.

Kontingjente të reja të trupave: Forca e heshtur

Disponueshmëria e kontingjenteve të reja të trupave është forca e heshtur e KFOR-it. Është gjaku që e rinon misionin, duke e mbushur me përkushtim dhe angazhim të përtërirë. Ndërsa trupat e reja zënë vendin e tyre mes shokëve të tyre ushtarë, ato e sjellin me vete vendosmërinë e palëkundur për të mbrojtur dhe për të shërbyer.

Në këto trupa, ju e gjeni jo vetëm praninë fizike, por një përfaqësim të zotimit të komunitetit global për të mbështetur paqen e qëndrueshme të rajonit. Trupat e simbolizojnë një premtim për tu siguruar që Kosova të vazhdojë të përparojë në rrugën e saj drejt stabilitetit dhe pajtimit.

Rruga përpara

Përkushtimi i KFOR-it e mishëron frymën e shpresës në një rajon përplot vraga nga historia e tij. Është një dëshmi e dëshirës kolektive të botës për paqe, stabilitet dhe unitet. Ndërsa KFOR-i e vazhdon misionin e tij, na kujtohet se paqja nuk është një destinacion, por një udhëtim. Një udhëtim që ndërmerret bashkërisht, ku çdo hap na sjell më pranë një të ardhmeje më të ndritshme dhe më harmonike.

Sot, KFOR-i qëndron si simbol i shpresës, që na tregon se përkushtimi ndaj paqes nuk njih kufij. Është një përkushtim që të gjithë duhet ta përqafojmë dhe mbështesim, jo vetëm për Kosovën, por për të gjitha rajonet e botës që dëshirojnë qetësi. Përmes KFOR-it, ne e shohim se rruga drejt paqes është e shtruar me angazhim, qëndrueshmëri dhe përkushtim të palëkundur.



KFOR'S UNWAVERING DEDICATION TO PEACE: A RENEWED COMMITMENT

In the heart of the Western Balkans, where a turbulent history has often overshadowed the region's serene landscapes and vibrant cultures, a symbol of hope has persevered for more than two decades. The Kosovo Force, or more commonly known KFOR, is the multinational peacekeeping mission that continues to stand strong in its unwavering commitment to preserving peace and security.

During the entire longevity of this mission one constant has been ever-present: ***the men and women of KFOR remain steadfast in their mission.*** However, their commitment to peace goes beyond traditional military strategies. It extends into the realm of activities that forge a comprehensive approach that resonates with the very essence of peacekeeping.

The evolving dynamics of peacekeeping

To grasp the significance of KFOR's commitment, it is essential to understand the evolving dynamics of peacekeeping in the 21st century. In a world where conflicts no longer conform to traditional rules of engagement, peacekeeping missions must adapt to ensure long-lasting stability.

KFOR's commitment in Kosovo has seen it transform from a purely military force to one that combines a wide array of activities. These activities encompass the economic, political, and social aspects of peace, ensuring that the roots of stability are nurtured.

Stability brings economic growth

The mission's main task is to provide a safe and secure environment. This in turn entices investors and entrepreneurs, catalyzing economic opportunities. By contributing to peace KFOR also helps maintain an environment that is suitable for the creation of new jobs and promoting trade. Thus, through its efforts KFOR contributes to the overall well-being of all people living in Kosovo.

Political engagement and dialogue

KFOR serves as a vital mediator, promoting political engagement and dialogue among diverse communities in Kosovo. Its role in facilitating discussions and building bridges has been instrumental in the region's journey toward peace. This approach has facilitated the resolution of political disputes and the empowerment of local leaders to create a shared vision for the future.

Community building and social integration

No peace can be sustained without the integration of societies and the strengthening of communities. KFOR recognizes this and actively supports initiatives aimed at uniting different ethnic and religious groups. These

efforts seek to nurture the spirit of coexistence and harmony.

Dedication to maintain a safe and secure environment for all

While these activities play a pivotal role in peacekeeping, KFOR maintains its reaction and intervention capabilities. These capabilities serve as a deterrent, ensuring that the region remains secure. They are ready to respond swiftly in the face of threats, allowing KFOR to uphold its primary responsibility - the maintenance of a safe and secure environment for people in Kosovo.

Fresh troop contingents: the silent strength

The availability of new troop contingents is the silent strength of KFOR. It is the lifeblood that rejuvenates the mission, infusing it with renewed commitment and dedication. As fresh troops take their place among their fellow soldiers, they bring with them the unwavering determination to protect and serve.

In these troops, you find not only the physical presence but a representation of the global community's pledge to support the region's enduring peace. The troops symbolize a promise to ensure that Kosovo continues to progress on its path toward stability and reconciliation.

The way forward

The commitment of KFOR embodies the spirit of hope in a region scarred by its history. It is a testament to the world's collective desire for peace, stability, and unity. As KFOR continues its mission, we are reminded that peace is not a destination but a journey. A journey that is undertaken together, where each step brings us closer to a brighter and more harmonious future.

Today, KFOR stands as a symbol of hope, showing us that commitment to peace knows no boundaries. It is a commitment we must all embrace and support, not just in Kosovo but for all the world's regions yearning for tranquility. Through KFOR, we see that the path to peace is paved with dedication, resilience, and unwavering commitment.

ËNDRRA PA KUFË: RIKTHEHET SHPIRTI I LIRË I VESA LUMËS

Çfarë roli kanë luajtur “Ethet e së Premtes” në nisjen e karrierës suaj muzikore dhe si e formësuat ato zhvillimin tuaj artistik?

Një ëndërr e cila është bërë realitet, që më mësoi shumë për muzikën, për performancat, raportin me skenën, me mikrofonin, me njerëzit e profesionit që na drejtojnë në performancën më të mirë, përballja me publikun, me kamerat, me çdo gjë që e karakterizon një këngëtar. Më vjen keq që jo të gjithë këngëtarët e rinj e kanë këtë mundësi.

Cilët këngëtarë kanë ndikuar te muzika e juaj dhe si kanë ndikuar ata në stilin tuaj si artist?

Nëse flasim për këngëtarë të huaj, gjenerata imë është rritur nën ndikimin e pop-rokut, pastaj erdhi edhe RnB. Normalisht, ndikimi më i madh ishin Whitney Huston, Lauren Hill, Alicia Keys dhe shumë të tjerë. Ndërsa, sa i përket këngëtarëve shqiptar, Armend Rexhepagiqi ka qenë dhe mbetet një shembull i jashtëzakonshëm sesi duhet të jetë një muzikant.

Si do ta përshkruanit stilin tuaj muzikor dhe çfarë ju dallon nga artistët e tjerë?

Pavarësisht se ajo që kam dëgjuar shumë shpesh nuk është ajo të cilën e kam bërë në muzikë, muzika Pop RnB është stili im muzikor. Ndërsa, besoj se ajo që më dallon nga artistët e tjerë është kujdesi në

Në jehonat kumbuese të muzikës shqiptare, Vesa Luma rikthehet si një melodi që pasi i ka përshkruar kontinentet e ka gjetur rrugën për t'u kthyer në shtëpinë e saj. Pas sa viteve të kaluara në kulturën e larmishme të Zelandës së Re, Vesa është gati për t'iu rikthyer skenës sonë muzikore, për të na magjepsur sërish me meloditë e saj të paharrueshme. Në këtë intervistë ekskluzive me 4You Magazine, Vesa na tregon për rrugëtimin e saj të jashtëzakonshëm që nga hapat e parë në “Ethet e së Premtes” deri te ky rikthim në zemrën e muzikës shqiptare. Bashkohuni me ne në këtë odise muzikore të pasuruar nga pasioni, talenti, dhe përkushtimi i palodhur që ka përshkruar dekada dhe mijëra kilometra.

A mund të na tregoni shkurt për rrugëtimin tuaj nga jeta e hershme deri te arritja e famës si një këngëtare e suksesshme, duke e përfshirë përvojën tuaj në “Ethet e së Premtes”?

Qëkur e mbaj mend veten, kam ëndërruar që të kem punë me televizionin, me kamerat, me muzikën. Madje, kur kishim mysafir dilja para televizionit dhe bëja imitime, këndoja; ndoshta me pak frikë, por me shumë vullnet, dhe pastaj erdhën Ethet...



përzgjedhjen e këngëve, sepse dua që këngët e mia të jetojnë gjatë dhe t'i bëjnë ballë kohës.

A mund të veçoni disa nga këngët ose projektet tuaja të preferuara që e përfaqësojnë evolucionin tuaj muzikor?

Një prej këngëve të mia të preferuara është "Edhe për mua do të ketë një zemër," të cilën e ndje me zemër.

Si ka ndikuar marrëdhënia personale me bashkëshortin tuaj në muzikën apo bashkëpunimet tuaja krijuese?

Sigurisht, ne punojmë gjithë kohës bashkë, e marrim mendimin e njëri-tjetrit, por në anën tjetër gjithashtu jemi të dy shumë të pavarur në vendimet tona. Ndërsa, në jetën e përditshme shumë rrallë flasim për profesionin tonë, vetëm kur duhet patjetër.



Cili është mësimi më i vlefshëm që e keni mësuar për të balancuar një karrierë të suksesshme muzikore dhe një jetë personale të përbushur?

Mësimi më i vlefshëm është që secila gjë e ka kohën e vet. Pra, nëse jam me familjen, jam me familjen; nëse jam në punë, jam në punë; nëse jam me shoqëri, jam me shoqëri. Me fjalë të tjera, në jetë nevojitet të kemi baraspeshë.

LIMITLESS DREAMS: VESA LUMA'S FREE SPIRIT IS BACK

In the resounding echoes of Albanian music, Vesa Luma returns like a melody that has traversed continents and found its way back home. After years immersed in the vibrant culture of New Zealand, Vesa is ready to return to our music stage, to enchant us anew with her unforgettable tunes. In this exclusive interview with 4You Magazine Vesa speaks about her extraordinary journey from her first steps in "Ethet e së Premtes" to this reentrance into the heart of Albanian music. Join us in this musical odyssey, enriched by passion, talent, and the tireless dedication that has spanned the miles and years.

Can you share your journey from your early life to becoming a successful singer, including your experience on "Ethet e së Premtes"?

Ever since I can remember, I have dreamed of working in TV, with cameras, and in music. When we had guests, I would get in front of the TV and I would do imitations and sing; maybe with some timidity, but with a lot of will, and then came Ethet...

What role did "Ethet e së Premtes" play in launching your music career, and how did it shape your artistic development?

A dream came true, that taught me so much about music, performances, relationship with the stage, the microphone, professional people that guide us to the best performance, facing the audience, cameras, everything that makes a singer. I am sorry that not all aspiring singers get the same chance.

Who are your musical influences, and how have they impacted your style as an artist?

If we speak about foreign singers, my generation grew up under the influence of pop and rock, then came RnB too. Normally, the greatest influencers were Whitney Huston, Lauren Hill, Alicia Keys, and many more. Whereas, regarding Albanian singers, Armend Rexhepagiq, was and remains an extraordinary example how a musician should be.

How would you describe your musical style and what sets you apart from other artists?

Although what I listened to often was not what I did in music, Pop RnB music is my style. Whereas I believe that I differ from

other artists in that I am very careful in the selection of my songs, because I want my songs to live long and stand the test of time.

Can you share a few of your favorite songs or projects that represent your musical evolution?

One of my favorite songs is "Edhe për mua do të ketë një zemër," (There will be a heart for me too) which touches my heart.

How has your personal relationship with your husband influenced your music or creative collaborations?

Of course, we work together all the time, we ask each other's opinion, but at the same time we are both very independent in our decisions. Whereas, in our daily life we rarely speak about our occupation, only when we must.

What's the most valuable lesson you've learned about balancing a successful music career and a fulfilling personal life?

My most valuable lesson is that everything has its time. So, when I am with my family, I am with my family; when I am at work, I am at work; when I am with friends, I am with friends. In other words, life is all about balance.

Can you share any interesting experiences or adventures from your time in New Zealand that have left a mark on you?

In fact, New Zealand is known for extreme sports like bungee jumping or zorbing, which I have tried both. Although I would not try them again.

What would you consider the pinnacle of your music career so far?

A mund të ndani ndonjë përvojë apo aventurë interesante nga koha juaj në Zelandën e Re që ka lënë gjurmë tek ju?

Në fakt, Zelanda e re njihet për sportet ekstreme si kërcimi me litar (bungee jumping) apo vrapimi në sfera (zorbng), të cilat i kam provuar. Ndonëse, sot nuk do t'i provoja më.

Çka do të konsideroni kulmin e karrierës suaj muzikore deri tani?

Mendoj se akoma nuk e kam arritur kulmin e karrierës sime. E them këtë sepse jam shumë kërkuese ndaj vetes dhe asnjëherë nuk jam mjaftuar me punën që e kam bërë. Mirëpo, nëse mund të veçoj diçka që më bën të ndihem shumë mirë është që publiku më respekton dhe më do shumë pavarësisht sa herë kam bërë pauzë apo e kam ndjekur një drejtim të ri në jetën time.

A ka ndonjë projekt apo synim të ardhshëm që dëshironi të arrini në karrierën tuaj?

Tani që jemi kthyer në Shqipëri, kam menduar që mbase do të ishte mirë të kaloja kufijtë e mi muzikor, në kuptimin që të mos krijohet vetëm në gjuhën shqipe, por të provoj të krijohet edhe muzikë në gjuhën angleze.

Si e mbani lidhjen me fansat tuaj, si në Shqipëri/Kosovë ashtu edhe jashtë saj dhe çfarë roli e kanë ata në rrugëtimin tuaj?

Falë teknologjisë sot e kemi shumë më të lehtë komunikimin me fansat me njerëzit që e përcjellin muzikën dhe aktivitetet tona. Shpeshherë mendohem që të kuptoj se çfarë presin fansat nga unë, në mënyrë që të gjej atë baraspeshën në mes të asaj se ku jam unë dhe çfarë do të bëj më tutje.

A mund të ndani një takim ose përvojë të paharrueshme me ndonjë fans që ju ka prekur thellë?

I kam disa njerëz të cilët në vazhdimësi gjatë gjithë karrierës sime e kanë përcjellë çdo punë timen, çdo aktivitet,



çdo këngë të re, dhe jam shumë e lumtur që kam arritur që të takohem me ta. Sepse, në momente të caktuara kanë qenë pikërisht ata që më kanë frymëzuar që të mos ndalem edhe kur ka qenë shumë e vështirë.



A ka ndonjë bashkëpunim apo projekt të veçantë ëndrrash që ju aspironi që ta realizoni në të ardhmen?

Projekt i veçantë do të doja shumë të ishte ndonjë film artistik, flas për film të huaj normalisht, ku kolonën zanore të atij filmi do ta realizoja unë. Mbase po ëndërroj shumë, por pse jo?

Ëndrrat janë falas.

A mund të na jepni një prezantim të shkurtër të planeve tuaja të ardhshme, si në aspektin e karrierës suaj muzikore ashtu edhe në jetën personale?

Kam shumë plane sidomos për vitin 2024. Aty bëjnë pjesë një album muzikor, koncerte recitale dhe disa programe televizive. Pra, pres që angazhimi të jetë maksimal dhe shpresoj që të mos dalë ndonjë pengesë që të ma ndalë hovin.

Cila është këshilla më e mirë që ua kanë dhënë ndonjëherë?

Këshilla më e mirë ka qenë nga nëna e ime: "Mos u brengos dy herë".

Tri momentet kyçe në jetën tuaj?

1. Pjesëmarrja në Ethet e së Premtës
2. Ardhja në jetë e djalit tim
3. Shkuarja në Zelandën e Re.

Cila është fitorja më e madhe në jetë?

Fitorja më e madhe në jetë është djali im, dashuria ime për të dhe puna që e kam bërë me të nga momenti i lindjes deri më tash.

Facebook, Instagram, Snapchat, WhatsApp, TikTok apo...?

Nëse do të zgjidhja nga këto, mbase do të ishte TikTok, pasi që mund t'i shoh disa nga gjërat më interesante dhe më qesharake, por edhe për të kuptuar se çfarë është duke ndodhur në botë.

Telefonatat, posta elektronike (email), apo porositi (SMS)?

Posta elektronike definitivisht. Është diçka që është në zhdukje, por që e ka një ndjenjë ndryshe nga SMS-të apo telefonatat.

Porosia më e çuditshme, më qesharake dhe më e pavend që e keni pranuar nga ndokush?

Porositi më qesharake mbase i pranohet nga nëna ime, për shkak të opsionit



“Auto Correct”, i cili disa fjalë i ngatërron në mënyrën më të çuditshme dhe më qesharake. Nuk do të zbuloj më shumë për to, përndryshe “nuk do të kem më vend të nëna ime” - hahaha.

Cili është pengu më i madh në jetën tuaj profesionale?

Nuk e kam asnjë peng në jetën time profesionale. Gjithçka që kam dashur që ta realizoj e kam realizuar dhe për këtë jam shumë e lumtur.

Radhiti sipas rëndësisë: Puna, Talenti dhe Pasioni?

Talenti, pasioni, puna.

Lidhja e juaj me publikun dhe artin e Kosovës?

Lidhja është shumë e ngushtë, shumë emocionale dhe pa kompromis.

Cila është porosia e juaj për lexuesit tanë?

Dua që t'i inkurajoj të gjithë të rinjtë që kur nuk ndihen vetvetja, nuk ndihen mirë, nuk ndihen të vullnetshëm t'i kushtojnë shumë rëndësi shëndetit mendor, të flasin me njerëz, të flasin me profesionistë, dhe të shmangin morinë e lajmeve negative. T'i krijojnë vetes hapësirë dhe të merren më shumë me veten e tyre, të lexojnë më shumë. Kam dëshirë që ta jap këtë mesazh, sepse të gjithë ne, sidomos pas pandemisë, kemi përjetuar shumë ankth dhe stres. Kjo është porosia ime, përndryshe të gjithëve u uroj sa më shumë dashuri, pozitivitet, shëndet dhe sukses në punët e tyre.

I believe I have not reached the pinnacle of my career yet. I say this because I am very demanding of myself, and I have never been satisfied with my work. However, if I could single out something that makes me feel really good is that the audience respects and loves me regardless of the breaks I have taken or if I have followed a new course in my life.

Are there any upcoming projects or goals you'd like to achieve in your career?

Now that we are back in Albania, I have been thinking that it might be good to expand my musical barriers, in the sense of creating not only Albanian music, but to try and create music in English too.

How do you connect with your fans, both in Albania and abroad, and what role do they play in your journey?

Thanks to technology communication nowadays is very easy with fans, and people that follow our music and activities. I often try to sound out what fans expect from me, so that I can find the balance between where I am and what I will do in the future.

Can you share a memorable encounter or experience with a fan that touched you deeply?

There are some people that throughout my career have continuously followed all my work, activities, new songs, and I am really happy to have been able to meet them. Because in certain moments they have inspired me to keep going even through difficult times.

What can your fans look forward to in terms of your upcoming projects and music releases?

A special project I would like to do would be the soundtrack of a foreign movie. Maybe I am dreaming too much, but why not? Dreaming is free of charge.

Can you give us a glimpse into your future plans, both in terms of your music career and personal life?

I have a lot of plans, especially in 2024. They include a music album, individual concerts, and several TV shows. So, I expect maximum

engagement and I hope there will be no obstacles to hinder my work.

Best advice ever given to you?

The best advice I received from my mother: “Do not worry twice”.

Three key moments in your life?

1. Being part of “Ethet e së Premtes”.
2. The birth of my son.
3. Moving to New Zealand.

What is your greatest victory in life?

My greatest victory in life is my son, my love for him and all the work I have done with him from his birth until now.

Facebook, Instagram, Snapchat, WhatsApp, TikTok or...?

If I had to choose it would probably be TikTok, because I can see some of the most interesting and funniest things, but I can also find out what is going on in the world.

Phone calls, mail, or SMS?

Mail definitely. It is something that is fading, but it has a different feeling from SMS or phone calls.

Weirdest, funniest, and most inappropriate message you have ever received?

I probably receive the funniest messages from my mother, due to the “Auto Correct” option, which mixes some words in the weirdest and funniest way. I will not reveal more about them or “I will not be able to face my mom again” - hahaha.

Greatest regret in your professional life?

I have no regrets in my professional life. Everything I wanted I have accomplished, and I am very happy for that.

Rank according to importance: Work, Talent, and Passion?

Talent, passion, work.

Your connection to the audience in Kosovo?

It is a very close and emotional connection without any compromises.

What is your message to our readers?

I want to encourage all the young people when they do not feel like themselves, they do not feel good, or lack any will to pay more attention to their mental health, to talk to people, to professionals, and to avoid the myriad of negative news. To make space and work with themselves, and to read more. I want to give this message, because all of us, especially after the pandemic, experienced a lot of anxiety and stress. This is my message, and I also wish to all lots of love, positivity, good health, and success in their endeavors.

PASTRIMI I RRUGËVE TË PRISHTINËS

TËRHEQË PËRKRRAHJE TË GJITHANSHME



Rrugët e Prishtinës jehonin nga tingujt e vendosmërisë kolektive dhe shpirti i komunitetit teksa vullnetarët e etnive të ndryshme nga e gjithë Kosova i bashkuan forcat për t'i dhënë frymë qytetit të tyre. Organizuar nga OJQ "Let's Do It Kosova" dhe Ekipi Monitorues Ndërlidhës (LMT) K8 i KFOR-it, me mbështetjen e Komunës së Prishtinës, KRM "Pastrimi", ZjarriFiksve të Kosovës, Trafikut Urban të Prishtinës, Melodia PX, Premium Bakery dhe FRIX fushata e fundit për pastrimin e rrugëve ishte një simbol i unitetit dhe ndërgjegjes mjedisore. Pjesëmarrës të moshave dhe prejardhjeve të ndryshme, të pa ndalur nga dallimet e tyre, dolën krah për krah, për t'i fshirë mbeturinat dhe papastërtitë, duke e nisur një mision të përbashkët për të rinovuar peizazhin urban të Prishtinës.

Një vizion i përbashkët për një mjedis më të pastër

Demir Marković, një banor krenar i Prishtinës, e ilustroi frymën e kujdesit të komunitetit, duke thënë: "Shëndeti ynë varet nga pastërtia e qytetit tonë. Kujdesi për qytetin është i ngjashëm me kujdesin për shtëpitë tona." Ndjenjat e tilla ishin pasqyrim i qëllimit të unifikuar për të zhvilluar kujdesin për mjedisin dhe përgjegjësinë kolektive.

OJQ "Mladi Volonteri" nga Peja i Bashkohet Aksionit

Pjesëmarrja e disa anëtarëve të OJQ-së "Mladi Volonteri" nga Peja ishte një pikë e dukshme e nismës kolektive. Elma Sardanović, një pjesëmarrëse e përkushtuar, e theksoi natyrën gjithë përfshirëse të kauzës, duke theksuar se asnjë pengesë etnike, rajonale apo fetare nuk duhet t'i pengojë individët që të kontribuojnë për një komunitet më të pastër dhe më të shëndetshëm. "Uniteti ynë si banorë garanton qytete më të pastra dhe një mjedis më të shëndetshëm për të gjithë ne", theksoi ajo. Kolegu i saj, Rexhep Kojiq, e ndau të njëjtin këndvështrim, duke thënë: "Prejardhja jonë unike nuk duhet të na pengojë t'i bashkojmë përpjekjet për pastrimin e Prishtinës. Duke pasur parasysh që ndotja është burim për sëmundje të ndryshme, bashkëpunimi është imperativ për një mjedis më të pastër dhe më të shëndetshëm."

Fugizimi i të rinjve për një të nesërme më të mirë

Të rinjtë e luajtën një rol kryesor në këtë

fushatë pastrimi, duke e simbolizuar një ndryshim premtues në ndërgjegjësimin kolektiv. Në mesin e tyre ishte edhe Noa Bajgora, nxënëse e shkollës fillore dhe të mesme të ulët "Dardania", në Prishtinë. Mesazhi i saj për bashkëmoshatarët e saj dhe popullin e Kosovës ishte shumë i thjeshtë: "Ambient i pastër, jetë e shëndetshme!"



Luan Hasanaj, drejtor ekzekutiv i OJQ-së "Let's Do It Kosova", u shpreh për rëndësinë e rrënjësjes së kujdesit për mjedisin tek brezi i ri. "Bashkëngjitja e fëmijëve me përpjekjet tona sot është një shenjë pozitive që ata e kuptojnë rëndësinë e ruajtjes së mjedisit të tyre të jetesës", vuri në dukje ai. Nismat si kjo e shtrojnë bazën për një të ardhme më të ndërgjegjshme dhe më të përgjegjshme.

Një përgjigje kolektive ndaj sfidave mjedisore

Thirrja për përpjekje të përbashkëta jehoi përtej kufijve socialë apo institucionalë. Nënoficeri i klasës së dytë Fabio Carlone, kryekomandant i LMT-K8 që vepron në Prishtinë, u shpreh mirënjohës për këtë

përpjekje kolektive dhe theksoi:

"Përveç ndihmës në pastrimin e rrugëve të Prishtinës, aktiviteti ynë synon gjithashtu që t'ua kujtojë njerëzve se KFOR-i është këtu për të gjithë, si dhe për të theksuar rëndësinë e të punuarit së bashku për një të ardhme më të ndritur".

Një thirrje multikulturore për veprim të unifikuar

Ky aktivitet e vuri në pah një larmi frymëzuese individësh, që fliste për një angazhim të përbashkët ndaj një qëllimi të përbashkët. Kryetari i Prishtinës, z. Përparim Rama, e nënvizoi domethënien e këtij

bashkimi, duke thënë: "Bashkimi i etnive të ndryshme për një kauzë të përbashkët tregon gatishmërinë tonë për të punuar së bashku për të mirën e përbashkët." Ai më pas bëri thirrje për veprim kolektiv: "Prishtina vazhdon të përballet me një sfidë reale sa i përket ndotjes. Por, zgjidhja nuk është që të pritët vetëm nga institucionet

qeverisëse; të gjithë banorët duhet të bashkohen dhe të kontribuojnë në luftimin e ndotjes."

Një vegim i së ardhmes

Kjo fushatë e pastrimit kolektiv është dëshmi e vullnetit të komunitetit për t'u bashkuar për një të ardhme më të pastër dhe më të shëndetshme. Duke i tejkaluar kufijtë dhe duke e përqaftuar diversitetin, ky aktivitet e theksoi përgjegjësinë kolektive të secilit individ ndaj të mirës së përbashkët. Ai, gjithashtu, e demonstroi potencialin për arritje edhe më të mëdha përmes unitetit. Kjo frymë gjithëpërfshirëse e simbolizon një vizion më të gjerë për një mjedis më të begatë dhe më të shëndetshëm për brezat që do të vijnë.



Nënoficeri Fabio CARLONE

Statistikat e aktivitetit
 Sipas z. Luan Hasanaj, në përkrahimin kryesor u mbledhën dyqind pjesëmarrës të cilët u ndanë në katër lokacione: Lagjen Dardania, Qendren e Prishtinës, zonën rreth Pallatit të Rinisë, dhe një sërë stacionesh të autobusëve. Një grup shtesë prej pesëdhjetë individëve u vetë-organizuan në Lagjen Bregu i Diellit dhe u furnizuan nga organizatorët e aktivitetit me materialet e nevojshme për grumbullimin e mbeturinave. Në fund të aksionit, në të gjitha lokacionet e cekura, u mbledhën gjithsej 350 thasë me mbeturina dhe papastërti.

PRISTINA'S STREET CLEANUP DRAWS DIVERSE SUPPORT

The streets of Pristina echoed with the sounds of collective determination and community spirit as volunteers of various ethnicities from all over Kosovo joined forces to breathe new life into their city. Organized by the NGO "Let's Do It Kosovo" and KFOR's K8 Liaison Monitoring Team (LMT), supported by Pristina Municipality, KRM "Pastrimi", Kosovo Firefighters, Pristina Urban Traffic, Melodia PX, Premium Bakery, and FRIX the recent street cleanup campaign was a symbol of unity and environmental consciousness. Participants of varying ages and backgrounds, undeterred by differences, stood shoulder-to-shoulder, sweeping away litter and grime, embarking on a shared mission to rejuvenate Pristina's urban landscape.

A shared vision for a cleaner environment

Demir Markovic, a proud native of Pristina, exemplified the spirit of community stewardship, stating: "Our health hinges on the cleanliness of our city. Taking care of the city is akin to tending to our own homes." Such sentiments reflected the unified goal of fostering environmental mindfulness and collective responsibility.

NGO "Mladi Volonteri" from Peja/Pec joins the action

The participation of several members of the NGO "Mladi Volonteri" from Peja/Pec was a notable highlight of the collective initiative. Elma Sardanovic, a dedicated participant, stressed the inclusivity of the cause, emphasizing that no ethnic, regional, or religious barriers should hinder individuals from contributing to a cleaner and healthier community. "Our unity as residents warrants cleaner cities and a healthier environment for us all," she emphasized. Her colleague, Redzep Kojic, shared the same point of view, advocating: "Our unique backgrounds should not prevent us from joining efforts to clean Pristina. Given that pollution is a source for various diseases, collaboration is imperative for a cleaner and healthier environment."

Empowering the youth for a better tomorrow

The youth played a pivotal role in this cleanup campaign, signifying a promising shift in collective awareness. Among them was Noa Bajgora, a student of the Elementary and Junior High School "Dardania," in Pristina. Her message to her peers and the people of Kosovo was very simple: "Clean environment, healthy living!"

Luan Hasanaj, CEO of the NGO "Let's Do It Kosovo," remarked on the importance of instilling environmental guardianship in the younger generation. "Having children join our efforts today is a positive sign that they understand the significance of safeguarding their living environment," he observed. Initiatives like this lay the groundwork for a more conscious and responsible future.

A collective response to environmental challenges

The call for joint efforts resonated beyond social

or institutional boundaries. Warrant Officer 2nd Class Fabio Carlone, Chief Commander of LMT-K8 that operates in Pristina, expressed gratitude for the collective endeavor and stressed: "In addition to helping clean up the streets of Pristina, our activity also aims to remind people that KFOR is here for all and to emphasize the importance of working together for a brighter future."

A multicultural call for unified action

The event highlighted an inspiring diversity of individuals, signifying a shared commitment to a common goal. The Mayor of Pristina, Mr. Përparim Rama, underscored the significance of this unity, stating: "Various ethnicities joining hands for a common cause demonstrates our readiness to work together for the common good." He then urged for collective action: "Pristina continues to face a real challenge concerning pollution. But waiting solely on governing institutions isn't the solution; all inhabitants should unite and contribute to fighting pollution."

A glimpse of the future

This collective cleanup campaign serves as a testament to the community's willingness to unite for a cleaner and healthier future. By transcending boundaries and embracing diversity, the event underscored the collective responsibility of each individual toward the common good. It also demonstrates the potential for even greater achievements through unity. This inclusive spirit symbolizes a broader vision for a more prosperous and healthier environment for the generations to come.

Event statistics

According to Mr. Luan Hasanaj, the main rallying point attracted two hundred participants that were divided into four locations: Dardania Neighborhood, Pristina Center, Pallati i Rinisë (The Youth Palace) area, and numerous bus-stops. An additional fifty individuals organized themselves in the Bregu i Diellit neighborhood and received necessary materials from event organizers to collect litter. At the end of the event, a total of 350 bags of litter and grime were collected from all the mentioned areas.



STALLAT MË TË NJOHURA TË KUAJVE

Kuajt janë kafshë, qëndrimi dhe shpejtësia e të cilëve gjithmonë na lënë pa frymë. Ne e admirojmë bukurinë e tyre dhe e respektojmë besnikërinë dhe fisnikërinë e kësaj kafshe. Ata kanë qenë gjithmonë pjesë e historisë njerëzore. Por, pas çdo tregimi të jashtëzakonshëm për kuajt, ka një vend të veçantë që e luan një rol kyç në mbarështimin dhe kujdesin e këtyre kafshëve të bukura - e ato janë stallat. Në vijim, lexoni cilat janë stallat më të famshme dhe pse janë të rëndësishme për ruajtjen e kuajve dhe traditën e pasur që ata e ndajnë me njerëzit në mbarë botën. Nga kampionët e mbarështimit deri te trajnimi i kuajve të jashtëzakonshëm, këto stalla kanë lënë një gjurmë të pashlyeshme në botën e sportit të kuajve.



STALLA MBRETËRORE E ANDALUZISË (REAL ESCUELA ANDALUZA DEL ARTE ECUESTRE), SPANJË

Kjo stallë e themeluar në vitin 1973, ndodhet në Spanjë, në qytetin e Jerez de la Frontera. Është e njohur për rolin e saj në ruajtjen dhe promovimin e stilit klasik të kalërimit spanjoll dhe mbarështimit të kuajve të racës fisnike të kuajve andaluzianë. Stalla Mbretërore e Andaluzisë është veçanërisht e fokusuar në mbarështimin e kuajve andaluzianë, të cilët njihen për hirin, forcën dhe inteligjencën e tyre. Ajo për të cilën edhe njihet kjo stallë është kryerja e shfaqjeve klasike spanjolle të kuajve që përfshijnë figura dhe lëvizje mbresëlënëse të kuajve. Këto shfaqje tërheqin shumë vizitorë nga e gjithë bota dhe ua japin atyre mundësinë të shohin stilin tradicional spanjoll të kalërimit. Përveç mbarështimit të kuajve, stalla ofron trajnim për kalorësit në stilin klasik të kalërimit spanjoll. Kjo stallë e ka një histori të gjatë dhe prestigjioze dhe është gjithashtu një simbol i traditës spanjolle të kuajve.



GODOLPHIN, EMIRATET E BASHKUARA ARABE (EBA)

Kjo stallë ndodhet në shkretëtirë, në jug të qytetit të Dubait në Emiratet e Bashkuara Arabe. Dubai është një nga destinacionet kryesore turistike dhe tregtare në botë. Me rritjen e qytetit, u rrit edhe pasioni për kuajt. Kështu Sheikh Mohammed bin Rashid Al Maktoum e themeloi Godolphin si një shprehje të pasionit të tij të përjetshëm për kuajt dhe garat. Ky pasion për kuajt u shndërrua në një investim të madh dhe rezultoi në rritjen e ekipit më të madh dhe më global të garave në botë. Kjo stallë e ka një histori të pasur si qendër për mbarështimin e kuajve, ajo i ka disa stalla, një pistë private prej nëntë shkallësh dhe dy ringje për kas, si dhe dy banja kuajsh dhe një shirit vapimi. Stalla Godolphin është e njohur për prodhimin e vazhdueshëm të kampionëve në gara në rrafsh, duke i dominuar ngjarjet prestigjioze në mbarë botën. Angazhimi i Godolphin ndaj sportit dhe mbarështimit e bën atë një fuqi botërore në industrinë e kuajve të garave.



THE MOST FAMOUS HORSE STUD FARMS

Horses are animals whose attitude and speed always leave us in awe. We admire their beauty and respect this animal's loyalty and nobility. They have always been part of the human story. But behind every extraordinary story about horses there is a special place that plays a key role in the breeding and care of these beautiful animals - and those are stud farms. Read on to find out which are the most famous horse studs and why they are important for preserving horses and the rich tradition they share with people around the world. From breeding champions to training outstanding horses, these stud farms have left an indelible mark on the horse racing world.

COOLMORE STUD, IRLANDË

E vendosur në zonat rurale piktoreske të Irlandës, Coolmore Stud njihet si një stallë që i mbarështon dhe stërvit kuajt, veçanërisht kuajt e garës. Coolmore Stud u themelua në vitin 1975, dhe kjo stallë thuhet se është e famshme për mbarështimin e kuajve të jashtëzakonshëm si Sadler's Wells, Galileo dhe Australia, të cilët kanë arritur sukses të madh në pistat e garave në mbarë botën. Gjithashtu, kjo stallë luan një rol të rëndësishëm në botën e garave me kuaj dhe shpesh shoqërohet me vrapimet dhe garat më prestigjioze, si Derbi Epsom dhe Derbi i Kentakit. Historia e kësaj stalle të njohur vazhdon me dekada dhe ekspertët thonë se Coolmore Stud është një fuqi e riprodhimit të kuajve.

CLAIBORNE FARM, USA

E themeluar në vitin 1910, Claiborne Farm është një nga stallat më të famshme në Shtetet e Bashkuara të Amerikës. E vendosur në zemër të Kentakit, ajo është e njohur për mbarështimin e shumë kuajve të garave. Sekretariati, Swale dhe Lure janë disa nga kuajt më të famshëm të garave që janë kultivuar në këtë stallë. Claiborne Farm e ka luajtur një rol të rëndësishëm në zhvillimin dhe avancimin e kuajve të garave në Shtetet e Bashkuara dhe në mbarë botën. Përveç kuajve dhe mbarështimit, Claiborne Farm është gjithashtu e njohur për kujdesin superior ndaj kuajve, si dhe për ruajtjen e traditës së sporteve të kuajve. Ferma vazhdon të jetë një nga qendrat më të respektuara të mbarështimit të kuajve në SHBA dhe në botë.

ROYAL ANDALUSIAN SCHOOL OF EQUESTRIAN ART (REAL ESCUELA ANDALUZA DEL ARTE ECUESTRE), SPAIN

This stud farm founded in 1973 and located in the city of Jerez de la Frontera, Spain, is known for its role in the preservation and promotion of the classical Spanish dressage and the breeding of the thoroughbred Andalusian horse breed. The Royal Andalucía stable is particularly focused on breeding Andalusian horses, which are known for their grace, strength and intelligence. What this stud farm is also known for are classical Spanish equestrian shows that feature impressive horse figures and movements. These shows attract many visitors from all over the world, giving them the opportunity to see the traditional Spanish dressage. In addition to breeding horses, the stud farm offers trainings for riders in the classical Spanish dressage. The Royal Andalusian School of Equestrian Art has a long and prestigious history and is also a symbol of the Spanish equestrian tradition.

GODOLPHIN, UNITED ARAB EMIRATES (UAE)

This horse stud is located in the desert south of the city of Dubai, UAE. Dubai is one of the top tourist and commercial destinations globally. As the city grew, so did the passion for horses. Thus, Sheikh Mohammed bin Rashid Al Maktoum founded Godolphin as an expression of his lifelong passion for horses and horseracing. This passion for horses translated into a major investment and resulted in the growth of the biggest and most global horseracing team in the world. This stud farm has a rich history as a horse breeding center. The facility includes several barns, a nine-furlong private dirt

track and two trotting rings, as well as two equine spas and a treadmill. The Godolphin stable is known for consistently producing champions in flat racing, dominating prestigious events around the world. Godolphin's commitment to sport and breeding makes it a superpower in the horseracing industry.

COOLMORE STUD, IRELAND

Located in the picturesque countryside of Ireland, Coolmore Stud is known as a horseracing and breeding stable. Coolmore Stud was founded in 1975, and is said to be famous for breeding top horses, such as Sadler's Wells, Galileo and Australia, that have achieved great success on racetracks around the world. Moreover, this stud farm plays an important role in the horse racing world and is often associated with the most prestigious races and competitions, such as the Epsom Derby and the Kentucky Derby. The history of this renowned stud farm goes back decades. Experts say that Coolmore Stud is a racehorse breeding powerhouse.

CLAIBORNE FARM, USA

Founded way back in 1910, Claiborne Farm is one of the most famous stud farms in the United States of America. Located in the heart of Kentucky, it is known for breeding many top racehorses. Secretariat, Swale and Lure are some of the most famed racehorses that were bred at this stable. Claiborne Farm has played an important role in the development and advancement of racehorses in the United States and around the world. In addition to horses and breeding, Claiborne Farm is also known for superior horse care, as well as for preserving the horseracing tradition. The stud farm continues to be one of the most esteemed horse breeding centers in the US and globally.

SI TË DEKORONI KËLLËFIN E CELULARIT ME MARKERA AKRILIKË?

Në epokën e sotme dixhitale, celularët janë bërë pjesë e pazëvendësueshme e jetës sonë dhe përveç funksionalitetit, janë bërë edhe pjesë e stilit tonë. Pavarësisht nëse jeni i dhënë pas artit, modës ose thjesht dëshironi ta bëni celularin tuaj të duket ndryshe, ka shumë mënyra për ta kthyer këllëfin e zakonshëm në një vepër të vërtetë të vogël arti.

Materiali i nevojshëm

- markera akrilikë
- letër skicimi
- këllëf transparent për celular
- laps
- gomë
- gërrshërë dhe
- vizore



Dekorimi i këllëfit të celularit u lejon të shprehni stilin dhe kreativitetin tuaj, por edhe të luani lirshëm me teknika dhe materiale të ndryshme për të krijuar një dizajn unik. Në tekstin e mëposhtëm mund të lexoni se si ta dekoroni këllëfin e celularit tuaj në mënyrë kreative, të thjeshtë dhe të lehtë - me markera akrilikë.

1. Përgatitjet për vizatim

Së pari duhet të matim këllëfin e celularit tonë dhe të bëjmë një vizatim në letër. Këtë mund ta bëni duke e vendosur këllëfin në letër dhe me ndihmën e pikave në letër të shënimi madhësinë e pjesës së brendshme të këllëfit. Më pas duhet të lidhim pikat që kemi bërë dhe të përdorim vizoren për t'i lidhur ato së bashku për të krijuar formën e këllëfit. Mos harroni ta përjashtoni pjesën e kamerës së celularit sepse nuk dëshironi të vendosni pjesë të rëndësishme të vizatimit aty ku ndodhet kamera.

2. Përcaktimi i skicës

Pasi të keni përcaktuar formën e celularit tuaj, mund të krijoni vizatimin që dëshironi të ngjyrosni. Nëse nuk dini çfarë të vizatoni, mund të përdorni një nga vizatimet, të cilat mund të merren falas në internet dhe thjesht ta rregulloni në madhësinë e celularit tuaj. Këtë herë vendosëm të ngjyrosim shkronja dhe lule.

3. Vendosja e vizatimit për së mbrapshti në letër

Duhet ta kemi një këllëf transparent sepse duam të vizatojmë nga brenda, kështu ngjyra do të mbrohet dhe do të qëndrojë më shumë sesa nëse do të vizatonim nga jashtë. Por duke qenë se vizatimi ka shkronja mbi të, nëse e përdorim ashtu siç është, shkronjat do të jenë mbrapsht kur të vendos këllëfin, sepse do t'i shohim nga ana tjetër. Pra, ajo që duhet të bëjmë është ta vizatojmë atë për së mbrapshti. Dhe mënyra më e lehtë për ta bërë këtë është të ktheni vizatimin në anën tjetër.

4. Është koha për të ngjyrosur

Pasi të keni mbaruar vizatimin, ju rekomandojmë të prisni atë dhe ta lidhni me shirit ngjites në pjesën e jashtme të këllëfit të celularit. Sigurohuni që vizatimi të jetë vendosur në

vendin e duhur dhe kontrolloni nëse gjithçka është e saktë përpara se të filloni të ngjyrosni. Gjëja e parë që do të ngjyrosim janë shkronja pasi që ato do të jenë pjesa qendrore e dizajnit. Në këtë vizatim, ne kemi krijuar një mbishkrim që do ta mbushim duke përdorur një marker të bardhë akrilik. Kjo është pjesa argëtuese, kështu që mos u ngutni, merreni shtuar dhe relaksohuni ndërsa ngjyrosni. Mos u shqetësoni nëse nuk e mbulonni në mënyrë perfekte vizatimin, ose nëse vijat janë pak të holla ose të pabarabarta, sepse do të ngjyrosim një shtresë të dytë ku do të korrigojmë të gjitha detajet. Nëse bëni ndonjë gabim diku, mund ta fshini me një gomë ose me një faculetë letre pak të lagur.

5. Ngjyrosja e luleve, shkronjave dhe shtimi i detajeve

Para se të filloni të ngjyrosni lulet që do të kenë ngjyra të ndryshme, duhet të jeni të vetëdijshëm se do të ngjyrosim edhe për së mbrapshti. Ose mund të ngjyrosni njërin anë duke lënë hapësira boshe për t'i mbushur me një ngjyrë tjetër më vonë. Kur të keni përfunduar vizatimin e të gjitha pjesëve me marker akrilik, atëherë mund ta hiqni atë. Ne ju rekomandojmë ta bëni këtë përpara se të vazhdoni pasi kjo do t'ju lejojë të shihni më mirë se si duket gjithçka nga ana e djathtë dhe nëse ka ndonjë gjë që ju duhet të përmirësoni ose modifikoni. Tani që vizatimi ka përfunduar, mund ta lini ashtu siç është ose të shtoni detaje për ta bërë më të bukur. Ne kemi shtuar vija nën shkronja si hije dhe shtuam disa pika të verdha në hapësirat boshe për t'i mbushur ato.

Kjo është e tëra. Shpresojmë se ju ka pëlqyer sugjerimi ynë se si të dekoroni këllëfin e celularit tuaj. Nëse keni ndonjë sugjerim kreativ, na shkruani në: magazineforyou2003@gmail.com

DO IT YOURSELF

HOW TO DECORATE A PHONE CASE WITH ACRYLIC PAINT PENS?

In today's digital age, mobile phones have become an indispensable part of our lives, and apart from their functionality, they have also become part of our style. Whether you are into art, fashion, or simply want to make your phone look different, there are plenty of ways to turn an ordinary phone case into a real little piece of art.

Decorating a phone case allows you to express your style and creativity, but also to play freely with different techniques and materials to create a unique design. Read on to find out how to decorate your phone case in a creative, simple and easy way - with acrylic pens.

Material you will need

- acrylograph paint pens
- sketch paper
- clear phone case
- pencil
- eraser
- scissors and
- ruler

1. Preparations for sketching

First thing we need to do is measure the phone case and make the sketch on paper. You can do this by placing the case on the paper and mark the size of the inside of the case with the help of dots on the paper. Then we need to connect the dots we made and use the ruler to join them together to create the shape of the phone case. Don't forget to draw the camera space of your cell phone because you don't want important parts of the drawing in the space where the camera is located.

2. Sketching the drawing

Once you have the shape of your phone delimited, you can create the drawing you want to paint. If you don't know what to draw, you can use one of the sketches, which can be downloaded free of charge on the Internet and simply adjust it to the size of your phone. This time we decided to paint a lettering and flowers.

3. Sketching on the paper backwards

We are using a clear case because we want to paint on the inside, because that way the paint will be protected and last longer than if we paint on the outside. But since the drawing has lettering on it, if we use it as it is, the letters will be backwards when we put the case on, because we will be seeing them from the other side. So what we have to do is paint it backwards. And the easiest way to do that is to turn the sketch backwards, before transferring it on the case.

4. Time to paint

After you have finished sketching, we recommend cutting out your sketch and attaching it to the outside of the phone case using washi tape. Make sure the

sketch is placed in the right place and check that everything is correct before you start to paint. The first thing we will paint is the lettering because it will be the central part of the design. On this sketch, we have made a lettering that we will fill using a white acrylograph paint pen. This is the fun part, so don't rush, take your time and relax while painting. Don't worry if you don't cover the drawing perfectly, or if the lines are a little thin or uneven, because we will paint a second layer in which we will correct all the details. If you make a mistake, you can wipe it off with an eraser or a little bit of damp paper towel.

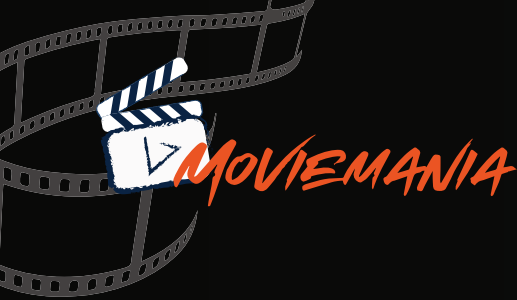
5. Painting the flowers, lettering and adding details

Before starting to paint the flowers, which will have different colors, you have to be aware that we are also going to paint backwards. Or you can paint a single layer leaving empty spaces that you will fill later with another color. Once you have finished tracing all the parts of the drawing with the acrylograph pens, you can remove the sketch. We recommend that you do this before going on as this way you will be able to see better how everything is looking from the right side and if there is anything you need to improve or modify. Once the drawing is finished, you can leave it as it is or paint some details to add some color. Here we added lines under the lettering as a shadow and added some yellow dots in the empty spaces to fill in.

And that's all. We hope you liked our proposal how to decorate your mobile phone case. If you have any creative ideas, write to us at: magazineforyou2003@gmail.com



(Source: <https://www.archerandolive.com>)



BOTA VEZULLUESE E FILMAVE TË FNFHK-së

Kur bëhet fjalë për festivalet e filmit, Festivali Ndërkombëtar i Filmit në Hong Kong (FNFHK) nuk është asgjë më pak se një karnaval joshës kinematografik. Imagjinoni këtë: një ekstravagancë magjepsëse që bashkon regjisorë të nivelit të lartë, aktorë ikonë dhe talente aspiruese nga e gjithë bota, të gjithë të mbledhur në zemrën e gjallë të Hong Kongut.

第四十七屆香港國際電影節

30.3 - 10.4.2023

HKIFF47

主辦 Presented by
香港國際電影協會
HK International Film Festival Society



THE 47th HONG KONG INTERNATIONAL FILM FESTIVAL

Një simfoni kinematografike

Nëse mendoni se FNFHK është vetëm një tjetër festival filmi, atëherë ndalini pak. Ai është një begati kinematografike vjetore 18-ditore që e ka mahnitur audiencën që nga themelimi i tij në vitin 1977. Po pra; kjo ekstravagancë legjendare është gati dyzet vjeçare dhe nuk ka të bëjë vetëm me filmin. Është një gjigand kulturor, ku çdo vit shfaqen mbi 200 tituj nga rreth 70 vende. Kjo shumëllojshmëri e pamasë e filmave është garanci që ka diçka për të gjithë, pavarësisht nëse jeni të interesuar për dramën magjepsëse, trilerët mbresëlënës apo dokumentarët që të ngrohin zemrën.

Pse ka rëndësi?

Si fillim, FNFHK e ofron një portë drejt një bote të kinemasë

që mund të mos e përjetoni askund tjetër. Ai nuk ka të bëjë vetëm me filmat e suksesshëm ose filmat më të fundit të super heronjve, por është një strehë për filmat e pavarur dhe ata ndërkombëtarë. Këta janë filmat që tregojnë histori unike dhe që i zgjerojnë horizontet tona, shpesh duke iu shpëtuar kufizimeve të kinematografisë konvencionale.

FNFHK shërben gjithashtu si një pikënisje për kineastët e talentuar, duke u dhënë atyre një platformë globale për të shfaqur punën e tyre. Është terreni i mbarështimit për Tarantinon e ardhshëm ose Bong Joon-ho. Kur flasim për Bong Joon-ho, a e dini se kryevepra e tij kinematografike "Parasite" e pati premierën aziatike në FNFHK? E shihni, nuk bëhet fjalë vetëm për filma të panjohur; aty lindin legjendat kinematografike.

"Dragon Seal Award"

Tani, ju mund të pyesni veten, "Çfarë u ofron FNFHK krijuesve të filmave?" Këtu

vjen "Dragon Seal Award" (Çmimi i Vulës së Dragoit), çmimi i lakmuar që i bën zemrat e regjisorëve dhe producentëve të garojnë. "Dragon Seal Award" e nderon përsosmërinë në realizimin e filmave në disa kategori, duke e përfshirë filmin më të mirë, regjisorin më të mirë, aktorin më të mirë dhe aktoren më të mirë. Fitimi i një prej këtyre çmimeve prestigjioze në FNFHK mund të jetë një ndryshim jetik për kineastët në zhvillim, duke i shtyrë ata në qendër të vëmendjes globale.

Ngazëllimi në ar

Ngjashëm me statujën e artë të Oscar-it, trofeu i "Dragon Seal Award" është një simbol i arritjeve kinematografike. Kjo bukuri vezulluese është gdhendur në formën e dragoit kinez, i cili, në kulturën kineze, është një simbol i forcës, fuqisë dhe fatit të mirë. Ky çmim nuk ka të bëjë vetëm me njohjen; është një përfaqësim i rrugëtimit të një artisti dhe një dëshmi e zëjes së tyre.



HKIFF'S GLITTERING WORLD OF MOVIES

Një festival për të gjithë
FNFHK nuk është vetëm për elitën e filmit; është për çdo kinefil të ri që ekziston. Festivali pret shfaqje në kategori të ndryshme, nga filmat e zakonshëm deri tek filmat e pavarur që jehojnë me shije unike. Por, kjo nuk është e gjitha; ai shpesh përfshinë programe speciale për entuziastët e rinj të filmit. Është një shans për të takuar profesionistë të industrisë, për t'u përfshirë në diskutime që provokojnë mendime dhe ndonjëherë edhe për të ndenjur sup më sup me aktorët e preferuar.

Finalja e madhe
Ndërsa titujt e fundit shfaqen dhe "Dragon Seal Award" u ndahet filmave dhe regjisorëve më të mirë, FNFHK u lë vizitorëve të tij një përvojë të pashlyeshme kinematografike. Është vendi ku pasioni takohet me artin dhe ku adhuruesit e rinj të filmit mund të lidhen me histori, ëndrra dhe talente globale.



Në një botë ku shpesh dominojnë filmat e mëdhenj të kinematografisë konvencionale, FNFHK e ofron një thesar historik të ndryshme, autentike, ku secila e flet një gjuhë universale përmes thjerrëzave të kulturës dhe krijimtarisë. Pra, nëse jeni një regjisor i ri, një aktor në zhvillim, ose thjesht dikush që i pëlqen një histori magjepsëse në ekranin e madh, FNFHK është vendi për ju.

When it comes to film festivals, the Hong Kong International Film Festival (HKIFF) is nothing short of an alluring cinematic carnival. Picture this: a captivating extravaganza that brings together top-notch directors, iconic actors, and aspiring talents from around the world, all congregating in the vibrant heart of Hong Kong.

A cinematic symphony

If you think of the HKIFF as just another film fest, think again. It's an annual 18-day cinematic bonanza that has been dazzling audiences since its inception in 1977. That's right; this legendary extravaganza is almost forty years old, and it is not just about movies. It is a cultural juggernaut, with over 200 titles from around 70 countries screened every year. This immense variety of films ensures that there's something for everyone, whether you're into gripping dramas, mind-bending thrillers, or heartwarming documentaries.

Why it matters?

For starters, the HKIFF provides a gateway to a world of cinema you might not experience anywhere else. It's not just about blockbusters or the latest superhero flicks, but a haven for independent and international films. These are the movies that tell unique stories and broaden our horizons, often escaping the constraints of mainstream cinema.

The HKIFF also serves as a launchpad for talented filmmakers, giving them a global platform to showcase their work. It's the breeding ground for the next Tarantino or Bong Joon-ho. And speaking of Bong Joon-ho, did you know his cinematic masterpiece "Parasite" had its Asian premiere at the HKIFF? See, it's not just about obscure films; it's where cinematic legends are born.

The Dragon Seal Award

Okay, you might be wondering, "What's in it for the filmmakers?" Enter the Dragon Seal Award, the coveted prize that makes the hearts of directors and producers race. The Dragon Seal Award recognizes excellence in filmmaking across several categories, including Best Film, Best Director, Best Actor, and Best Actress. Winning one of these prestigious awards at the HKIFF can be a game-changer for emerging filmmakers, propelling them

into the global spotlight.

Glamour in gold

Akin to Oscar's golden statuette, the Dragon Seal Award trophy is a symbol of cinematic achievement. This glittering beauty is carved in the shape of the Chinese dragon, which, in Chinese culture, is a symbol of strength, power, and good fortune. This award isn't just about recognition; it's a representation of an artist's journey and a testament to their craft.

A festival for everyone

The HKIFF isn't just for the film elite; it's for every young cinephile out there. The festival hosts screenings in various categories, from mainstream to independent movies that resonate with unique tastes. But that's not all; they often include special programs for young movie enthusiasts. It's a chance to meet industry professionals, engage in thought-provoking discussions, and sometimes even rub shoulders with favorite actors.

The grand finale

As the final credits roll, and the Dragon Seal Awards are bestowed upon the finest films and filmmakers, HKIFF leaves its visitors with an indelible cinematic experience. It's where passion meets art, and where young film buffs can connect with global stories, dreams, and talents.

In a world where mainstream blockbusters often dominate, the HKIFF offers a treasure trove of diverse, authentic stories, each speaking a universal language through the lens of culture and creativity. So, whether you're a budding filmmaker, an actor in the making, or just someone who loves a captivating story on the big screen, the HKIFF is where you belong.

SPORTET MË TË ÇUDITSHME NË BOTË

Ka sporte të ndryshme në botë për të cilat ndoshta nuk keni dëgjuar dhe që duken mjaft të pazakonta dhe të çuditshme, por gjithsesi ato janë pjesë e një familjeje të madhe sportive dhe mbledhin fansa në të gjithë botën. 4You Magazine ua prezanton disa nga sportet më të pazakonta që tërheqin entuziastë në mbarë botën.

Bartja e grave

Ky, thënë të paktën, sport i çuditshëm është i popullarizuar në Finlandë. Në qytetin Sonkajarvi, çdo vit nga 30 qershori deri më 1 korrik, mbahet një garë apo festival i madh botëror, ku burrat i bartin gratë e tyre nëpër një shteg plot pengesa. Si çmim, fituesi merr aq litra birrë sa peshon gruaja e tij. Popullariteti i festivalit është rritur aq shumë me kalimin e kohës sa që sot garat në këtë sport zhvillohen në Australi, Amerikë, Angli dhe Hong Kong.



Rrokullisja e djathit

Banorët e Gloucestershire në Angli e kanë praktikuar një sport të pazakontë për 200 vjet - rrokullisja e djathit tatpjetë. Cooper's Hill, ku mbahet festivali, vizitohet nga dhjetëra mijëra njerëz çdo vit. Një rrotë djathi me peshë katër kilogramë hidhet poshtë kodrës dhe detyra e garuesve është të përpiqen ta kapin atë. Duke qenë se është një shpat shumë i pjerrët dhe djathi i famshëm anglez "Double Gloucester" lëviz me një shpejtësi mbi 100 kilometra në orë, detyra është shumë e vështirë. Për shkak të sasisë dhe ashpërsisë së lëndimeve, festivali u ndalua zyrtarisht, por adhuruesit e këtij sporti ende e mbajnë atë.



Zorbing

Zorbingu e ka origjinën në Zelandën e Re dhe është në listën e sporteve ekstreme, kështu që ju mund ta praktikoni atë në mënyrë profesionale. Në lojë, çdo lojtar futet në një top të madh gome transparente, e lidh veten me rripa sigurie dhe rrotullohet në sipërfaqen e dëshiruar, zakonisht në bar. Versioni ekstrem i këtij sporti është konkurrues dhe zhvillohet në kodra, ku garuesit rrokullisen tatpjetë me shpejtësi të madhe. Loja u krijua në vitet nëntëdhjeta të shekullit të kaluar dhe që atëherë ajo është bërë shumë e njohur në të gjithë botën. NASA e ka shfrytëzuar këtë koncept për të ndërtuar automjetet që më pas u përdorën në misionet kërkimore në Mars.

Boks shah

Dhjetë vjet më parë në Berlin u mbajt gara e parë në sportin e atëherëshëm ende të ri - një kombinim i dy sporteve të vjetra: boksit dhe shahut. Një ndeshje i ka gjashtë raunde në tabelën e shahut dhe pesë raunde në ring. Një raund i çdo disipline luhet në mënyrë alternative, kështu që pas çdo raundi të boksit, një tabelë shahu futet në ring dhe lojtarët e luajnë shah për katër minuta. Fituesi është i pari që arrin mat ose nokaut.

Hekurosja ekstreme

Ky sport besohet se e ka origjinën në vitet e nëntëdhjeta të shekullit të kaluar dhe ideatori i tij është Phil Shaw, një



THE WORLD'S STRANGEST SPORTS



alpinist i pasionuar nga Leicester. Gjithçka nisi kur në një nga ngjitjet e tij alpiniste, ai e kup-toi se nuk e kishte hekurosur këmbët, ndaj vendosi ta hekuroste aty për aty. Madje, disa prej adhuruesve të këtij sporti shkuan një hap më tej, duke i hekurosur rrobat e tyre gjatë skijimit, lëshimit me parashutë, në shkëmbinj, në shkretëtirë, në rrugë të frekuentuara apo edhe në fund të detit. Ka edhe gara ndërkombëtare të sponsorizuara nga prodhuesit e hekurove të hekurosjes si Rowenta. Madje, në vitin 2002 kampionati botëror u mbajt në Gjermani. Rregullat janë të thjeshta - merreni një hekur dhe një dërrasë hekurosjeje dhe gjejeni një vend ekstrem ku do ta hekurosni një rrobë tuajën.

Muggle-quidditch
Në fillim, kur e dëgjoni emrin e sportit, mund të mendoni se ka të bëjë me Harry Potter, dhe kjo është e vërtetë. Edhe pse lojtarët nuk fluturojnë mbi fshesa, ata ende i kanë ato në dorë. Më saktësisht, lojtarët vrapojnë me një fshesë mes këmbëve dhe përpiqen të shënojnë gol. Për ta luajtur këtë sport nuk keni nevojë për magji, vetëm pak vullnet të mirë, aftësi fizike dhe shkathtësi për të hedhur dhe për të kapur topin.

There are several sports in the world that you have probably never heard of and that seem quite bizarre and strange, but they are nevertheless part of a large sports family and gather fans all over the world. 4You Magazine presents some of the most unusual sports that attract fans all over the world.

Wife carrying

This, to say the least, strange sport is popular in Finland. In Sonkajarvi, a big world competition, or festival, takes place every year from June 30 to July 1. Husbands carry their wives through a track with many obstacles. As a prize, the winner gets his wife's weight in beer. The festival's popularity has grown gradually, so today competitions are held in Australia, America, England, and Hong Kong.

Cheese rolling

The inhabitants of Gloucestershire in England have been practicing an unusual sport for 200 years - cheese rolling down a hill. Every year, tens of thousands of people visit Cooper's Hill, where the festival is held. A cheese round weighing four kilograms is thrown down the hill, and the competitor's task is to try to catch it. As it is a very steep slope, and the Double Gloucester cheese, the famous English cheese, moves at a speed of over 100 kilometres per hour, the task is very difficult. The festival was officially banned due to the large number and severity of injuries, but fans of this sport still hold it.

Zorbing

Zorbing, which originated in New Zealand, is on the list of extreme sports, so you can do it professionally. Each game player must get inside a big transparent rubber ball, fasten himself with safety belts, and roll on the desired surface, usually grass. The extreme version of this sport is competitive and takes place on hills, where competitors descend to the foothills at high speed. The game was created in the nineties of the last century, and over time, it has become popular all over the globe. NASA adopted this concept to construct the vehicle it later used in research missions to Mars.

Chess boxing

In Berlin ten years ago, the first

competition was held in the then-new sport - a combination of two old sports: boxing and chess. A match consists of six rounds on the chessboard and five rounds in the ring. One round of each discipline is played alternately, after each round of boxing, a chessboard is brought into the ring, and the players play it for four minutes. The winner is the one who reaches either checkmate or knockout first.

Extreme ironing

This sport allegedly originated in the nineties of the last century, and its originator is Phil Shaw, a passionate alpinist from Leicester. It all started when, during one of his alpinist ascents, he realized that he had not ironed his shirt, so he decided to do it on the spot. Some of the supporters of this sport even went a step further, ironing their clothes while skiing, skydiving, on cliffs, in deserts, on busy streets, or even at the bottom of the sea. There are also international competitions sponsored by iron manufacturers such as Rowenta. In 2002, the world championship was held in Germany. The rules are simple - you take an iron and an ironing board and look for an extreme place where you will iron a piece of clothing.

Muggle-quidditch

At first, when you hear the name of the sport, you might think it has something to do with Harry Potter, and that is true. Even though the players do not fly on broomsticks, they still have them on hand. In fact, the players run with a broom between their legs and try to score a goal. To play this sport, you do not need magic, just a little goodwill, physical fitness, and the ability to throw and catch the ball.

PREZANTIMI I IPHONE 15: ÇFARË DUHET TË DINI?



Në peizazhin gjithnjë në zhvillim të teknologjisë, Apple vazhdon të shtyjë kufijtë e inovacionit me çdo version të ri. Seria e iPhone ka qenë në krye të këtij revolucioni teknologjik dhe iPhone 15 i shumëpritur nuk bën përjashtim. I mbushur me veçori të fundit dhe një dizajn elegant, iPhone 15 premtan të ripërcaktojë përvojën e telefonave të mençur. Le të thellohem në veçoritë kryesore që e bëjnë iPhone 15 një pajisje të spikatur.

Dizajni

iPhone 15 krenohet me një dizajn elegant dhe minimalist, duke i qëndruar besnik estetikës së nënshkrimit të Apple. Pajisja është krijuar nga materiale me cilësi të lartë, duke siguruar qëndrueshmëri dhe një ndjesi të cilësisë maksimale. Me një profil më të hollë dhe korniza të reduktuara, iPhone 15 e ofron një ekran përfshirës që e maksimizon përvojën e shikimit pa kompromentuar rehatinë.

Ekрани

Një nga veçoritë e spikatura të iPhone 15 është ekрани i tij më i avancuar. Pajisja e ka një ekran OLED të gjallë dhe me rezolucion të lartë që jep ngjyra të vërteta dhe të zeza të thella. Teknologjia 'ProMotion' e siguron një përvojë më të butë dhe më të përgjegjshme të përdoruesit, duke i bërë lëvizjet dhe lojërat të duken

ndihen jashtëzakonisht të natyrshme.

Sistemi i kamerës

Apple ka qenë gjithmonë një lider në fotografimin e telefonave të mençur dhe iPhone 15 e çon atë në një nivel tjetër. Pajisja e përmban një sistem të avancuar kamerash me lente të shumta, duke përfshirë opsionet e gjera, ultra të gjera dhe telefoto. Performanca e përmirësuar në dritë të ulët dhe stabilizimi i përmirësuar i imazhit rezultojnë në foto dhe video mahnitëse, edhe në kushte sfiduese. Softueri i kamerës i fuqizuar nga IA i optimizon cilësimet në kohë reale, duke siguruar që çdo shprehje të jetë e përsosur.

Performanca

Nën kapakun e tij iPhone 15 mbështetet nga çipi më i fundit A15 Bionic, i cili ofron shpejtësi dhe efikasitet të pashembullt. Pavarësisht nëse jeni duke kryer shumë detyra, duke luajtur ose duke përdorur aplikacione që kërkojnë burime intensive, iPhone 15 i trajton të gjitha me lehtësi. Integrimi i

aftësive të 'machine learning' (mësimit të makinerive) e rrit më tej performancën, duke iu përshtatur sjelljes së përdoruesit me kalimin e kohës për një përvojë të personalizuar.

Lidhshmëria

iPhone 15 i mbështet standardet më të fundit të lidhjes, duke përfshirë 5G,





gjë që siguron shpejtësi të lartë interneti dhe lidhje të përmirësuar të përgjithshme. Me shpejtësi më të larta të shkarkimit dhe ngarkimit, përdoruesit mund të shijojnë transmetim pa probleme, lojëra në internet pa vonesa dhe transferime të shpejta të skedarëve.

Jetëgjatësia e baterisë

Pavarësisht karakteristikave të tij të fuqishme, iPhone 15 i jep përparësi efikasitetit të baterisë. Pajisja është e ka një bateri me kapacitet të lartë që e optimizon konsumin e energjisë, duke u ofruar përdoruesve përdorim të zgjatur me një mbushje të vetme. Aftësitë e mbushjes së shpejtë ua mundësojnë që të kaloni më pak kohë të lidhur me një burim energjie dhe më shumë kohë duke e përdorur pajisjen tuaj.

iOS 16

iPhone 15 operon me versionin më të ri të sistemit operativ të Apple, iOS 16. Ky përditësim i softuerit prezanton veçori të reja, përmirësime në ato ekzistuese dhe një ndërfaqe të thjeshtë të përdoruesit. Me përditësimet e rregullta dhe arnimet e sigurisë, përdoruesit mund të presin një përvojë përdoruesi pa probleme dhe të sigurt.

iPhone 15 e përfaqëson kulmin e përkushtimit të Apple ndaj inovacionit dhe përvojës së përdoruesit. Me një dizajn elegant, veçori moderne dhe performancë të pakrahasueshme, kjo pajisje e përforcon pozicionin e Apple si lider në industrinë e telefonave të mençur. Ndërsa teknologjia vazhdon të evoluojë, iPhone 15 qëndron si një dëshmi e mundësive të pakufishme që na presin.

UNVEILING THE IPHONE 15: WHAT YOU NEED TO KNOW?

In the ever-evolving landscape of technology, Apple continues to push the boundaries of innovation with each new release. The iPhone series has been at the forefront of this technological revolution, and the much-anticipated iPhone 15 is no exception. Packed with cutting-edge features and a sleek design, the iPhone 15 promises to redefine the smartphone experience. Let's delve into the key features that make the iPhone 15 a standout device.

Design

The iPhone 15 boasts a sleek and minimalist design, staying true to Apple's signature aesthetic. The device is crafted from high-quality materials, ensuring durability and a premium feel. With a slimmer profile and reduced bezels, the iPhone 15 offers an immersive display that maximizes the viewing experience without compromising on comfort.

Display

One of the standout features of the iPhone 15 is its state-of-the-art display. The device sports a vibrant and high-resolution OLED display that delivers true-to-life colors and deep blacks. The ProMotion technology ensures a smoother and more responsive user experience, making tasks like scrolling and gaming feel incredibly fluid.

Camera system

Apple has always been a frontrunner in smartphone photography, and the iPhone 15 takes it to the next level. The device features an advanced camera system with multiple lenses, including wide, ultra-wide, and telephoto options. The improved low-light performance and enhanced image stabilization result in stunning photos and videos, even in challenging conditions. The AI-powered camera software optimizes settings in real-time, ensuring that every shot is picture-perfect.

Performance

Under the hood, the iPhone 15 is powered by the latest A15 Bionic chip, delivering unparalleled speed and efficiency. Whether you're multitasking, gaming, or using resource-intensive applications, the iPhone 15 handles it all with ease. The integration of machine learning capabilities enhances performance further, adapting to user

behavior over time for a personalized experience.

Connectivity

The iPhone 15 supports the latest connectivity standards, including 5G, ensuring lightning-fast internet speeds and improved overall connectivity. With faster download and upload speeds, users can enjoy seamless streaming, lag-free online gaming, and swift file transfers.

Battery Life

Despite its powerful features, the iPhone 15 prioritizes battery efficiency. The device is equipped with a high-capacity battery that optimizes power consumption, providing users with extended usage on a single charge. Fast-charging capabilities ensure that you spend less time tethered to a power source and more time using your device.

iOS 16

The iPhone 15 runs on the latest iteration of Apple's operating system, iOS 16. This software update introduces new features, enhancements to existing ones, and a streamlined user interface. With regular updates and security patches, users can expect a seamless and secure user experience.

The iPhone 15 represents the pinnacle of Apple's dedication to innovation and user experience. With a sleek design, cutting-edge features, and unmatched performance, this device cements Apple's position as a leader in the smartphone industry. As technology continues to evolve, the iPhone 15 stands as a testament to the limitless possibilities that lie ahead.

DONACIONI I DANCON-it E TRASON RRUGËN E RAGBIT NË KOSOVË



Fushat sportive "Princi" në Prishtinë u gjallëruan të dielën, më 22 tetor 2023, teksa Edicioni Shkollor i Kupës së Botës në Mini Ragbi (Mini Rugby World Cup School Edition) e mbledhi një përzierje dinamike të sportistëve të rinj nga komunitete të ndryshme, mbështetësve të pasionuar dhe mysafirëve të nderuar për një ditë të mbushur me përsosmëri sportive.

Vizioni për të ardhmen

Z. Barret tha: "Qëllimi nuk ishte thjesht të garoja në ragbi, por t'i frymëzoja të rinjtë në Kosovë që ta përqafojnë këtë sport. Aktualisht, Kupa Botërore e Ragbit për meshkuj po zhvillohet në Francë, dhe Kupa e Botës në Ragbi për femra në Zelandën e Re. Këto dy ngjarje të mëdha sportive shërbyen si frymëzim për mini-kupën tonë botërore." Ai më pas e shtjelloi rëndësinë e kësaj ngjarjeje, veçanërisht në lidhje me rolin e tij në inkurajimin e sportistëve të rinj në Kosovë. Me Lojrat Mesdhetare 2030 përpara, ku Kosova do të jetë nikoqire

e tyre, ragbi zë një pozitë qendrore në zhvillimin e sportit të Kosovës. Kjo ngjarje e shënon hapin e parë në ndërtimin e një ekipi kombëtar konkurrues për të ardhmen.

Donacioni, i kontribuar nga KFOR DANCON, sjell ndryshim në fushën e zhvillimit të ragbit të të rinjve dhe fëmijëve në mbarë Kosovën. Fondet do të dedikohen tërësisht për ta bërë sportin më të qashtë dhe për të inkurajuar një brez të ri lojtarësh. Është një nxitje e rëndësishme dhe Marku ishte vërtet i befasuar dhe i kënaqur që e pranoi atë.

Mirëseardhje e ngrohtë nga mysafirët specialë

Nikoqirja Giovanna Ottaviani Aalmo e nisi ditën me një mirëseardhje të ngrohtë. Ajo e nisi gjithçka me prezantimin e ekipeve konkurruese. Më pas, ajo ia dha fjalën Shkëlqesisë së Tij, Ambasadorit Francez Olivier Guérot. Teksa shprehu krenarinë e pamasë për mbështetjen e këtij eventi, ai iu uroi çdo të mirë të gjitha ekipeve dhe nënvizoi rëndësinë e jo vetëm fitores, por edhe të shijimit të çdo momenti në fushë.

Ngjarja vazhdoi me një fjalë rasti nga nënkoloneli Antonio Campagna, Shef i Shtabit të MSU Carabinieri nga Italia. Përveç, mbështetjes logjistike që ekipi i tij kishte dhënë për transport dhe ushqim, fjalimi i nënkolonelit Campagna e nënvizoi ndikimin e gjerë të ragbit. Ai theksoi se ky sport nuk kishte të bënte vetëm me konkurrimin, por ishte në thelb gjithëpërfshirës, duke i inkurajuar të gjithë fëmijët që të shijonin çdo aspekt të ngjarjes.

Kontributi i rëndësishëm i DANCON

Momenti më i rëndësishëm i ngjarjes ndodhi kur kapiteni Stefan Høegh, komandanti i Detachmentit të Gardës Daneze, doli në skenë. Me pasion në zërin e tij, ai theksoi se si ngjarjet si Marshi i DANCON-it krijojnë lidhje që i kapërcejnë kufijtë kulturorë dhe gjeografikë. Megjithatë, ajo që i pushtoi zemrat e të gjithëve ishte njoftimi i tij.

Vetëm ditë më parë, ushtarët e tij kishin orkestruar marshimin tradicional DANCON në kampin Novosellë. Ngjarja i bashkoi rreth 800 pjesëmarrës nga 20 vende të ndryshme, duke e bërë atë një sukses të jashtëzakonshëm. Nuk ishte vetëm për nxitjen e unitetit; ishte për të bërë një ndryshim të preکشëm në të ardhmen e ragbit të Kosovës. Me një buzëqeshje të përzemërt, kapiteni Stefan e



dorëzoi një donacion të konsiderueshëm për të mbështetur Ragbin e Kosovës, një dëshmi e përkushtimit dhe pasionit që ai dhe ekipi i tij kishin për këtë sport. Ky ishte një rast për festë, me një çek simbolik që iu dorëzua Giovanna Ottaviani Aalmo dhe Mark Barret, Sekretar i Përgjithshëm i Federatës së Ragbit të Kosovës (FRK).

Thirrja për të përqaftuar ragbin

Daris Lekovic, anëtar i ekipit të Ragbit në Pejë dhe një nga trajnerët që ndihmuan në organizimin e kësaj ngjarjeje tha: "Një nga rolet tona si anëtarë të federatës

dhe si lojtarë të ragbit është ta promovojmë këtë sport tek fëmijët duke ndihmuar në trajnimin e tyre dhe duke i ndihmuar ata që ta kuptojnë lojën. Përgatitja për këtë ngjarje filloi tash sa kohë pasi ne i vizituam këto shkolla, duke i trajnuar dhe përgatitur ato për këtë ditë. Mesazhi im për të rinjtë është që të vijnë dhe ta provojnë ragbin sepse nuk mund të të pëlqejë vërtet diçka pa e provuar."

Aaron Aalmo, një gjashtëmbëdhjetë vjeçar i Klubit të Ragbit të Prishtinës, e theksoi fuqinë e komunitetit në përqafimin e këtij sporti. "Unë jam gjysmë italian dhe gjysmë norvegjez, dhe ishte nëna ime që më frymëzoi të filloja të luaja dhe të ushtrroja ragbi. Në fillim nuk isha shumë i interesuar për këtë sepse ushtrimet ishin herët në mëngjesin e fundjavave, por tani jam mësuar me këtë orar dhe me të vërtetë kam filluar ta dua këtë sport. Ajo që më ka prekur më shumë ishte diversiteti brenda komunitetit tonë të ragbit. Është jashtëzakonisht frymëzuese të shohësh njerëz me prejardhje dhe kultura të ndryshme të bashkohen për të punuar shumë për një qëllim të përbashkët. Ëndrra ime është që të ndihmoj që ragbi të bëhet një sport popullor në Kosovë dhe ndoshta edhe ta shoh Kosovën të fitojë Kupën e Botës një ditë."

Marshi DANCON është një ngjarje tradicionale e orga nizuara që nga viti 1972 nga kontingenti danez (DAN CON) si pjesë e misioneve paqeruajtëse ndërkombëtare. Marshi DANCON shërben për qëllime të ndryshme, duke e nxitur shoqërimin, duke e promovuar fitnesin fizik dhe duke mbledhur fonde për qëllime bamirësie. Pjesëmar rësit marshojnë nëpër terrene sfiduese, duke e forcuar punën ekipore dhe qën drueshmërinë. Kjo ngjarje e simbolizon unitetin, forcimin e bashkëpunimit dhe vullnetit të mirë ndërkombëtar, si dhe ofrimin e mbështetjes për iniciativat lokale.

Na vizitoni në:
Visit us at:



DANCON DONATION PAVES THE WAY FOR RUGBY IN KOSOVO

The sport fields "Prince" in Pristina roared to life on Sunday, October 22, 2023, as the Mini Rugby World Cup School Edition brought together a dynamic mix of young athletes from different communities, passionate supporters, and distinguished guests for a day filled with sporting brilliance.

Special guests extend warm welcome

Kicking off the day with a warm and inviting welcome was the host, Giovanna Ottaviani Aalmo. She set the stage and introduced the competing teams. Then she gave the floor to His Excellency, French Ambassador Olivier Guérot. As he expressed immense pride in supporting this event, he extended his best wishes to all the teams, underlining the importance of not just winning but savoring every moment on the field.

The day's proceedings went on with Lieutenant Colonel Antonio Campagna, Chief of Staff of MSU Carabinieri Italy. Apart from the logistical support his team had provided in terms of transportation and sustenance, Lt. Col. Campagna's speech underscored the far-reaching impact of rugby. He emphasized that this sport was not just about competition but was inherently inclusive, encouraging all children to relish every aspect of the event.

DANCON's momentous contribution

The event's most notable moment occurred when Captain Stefan Høegh, the Danish Guard Detachment Commander, took the stage. With passion in his voice, he shared the narrative of how events like the DANCON March created bonds that transcended cultural and geographical boundaries. Yet, what captured everyone's hearts was his announcement.

Only days earlier, his soldiers had orchestrated the traditional DANCON March at Camp Novoselo. The event saw almost 800 participants from 20 different countries come together, making it an extraordinary success. It wasn't just about fostering unity; it was about making a tangible difference in Kosovo's rugby future. With a heartfelt smile, Captain Stefan handed over a substantial donation to support Kosovo Rugby, a testament to the commitment and passion he and his team held for this sport. This was an occasion for celebration, with a symbolic check being presented to Giovanna Ottaviani Aalmo and Mark Barret, General Secretary of the Kosovo Rugby Federation (KRF).

Vision for the future

Mr. Barret expressed: "The goal wasn't merely to compete in rugby but to inspire young people in Kosovo to embrace the sport. Currently, the Men's Rugby World Cup is taking place in France, and the Women's Rugby World Cup is in New Zealand. These two major sporting events served as the inspiration for our own mini-world cup." He then elaborated on the significance of this event, especially regarding its role in encouraging young athletes in Kosovo. With the Mediterranean Games 2030 ahead, where Kosovo will take the stage as the host, rugby assumes a central position in Kosovo's sports development.

This event marks the first step in building a competitive national team for the future.

The donation, contributed by KFOR DANCON, is a game-changer in the realm of youth and children's rugby development throughout Kosovo. The funds will be dedicated entirely to making the sport more accessible and to encourage a new generation of players. It's a significant boost, and Mark was genuinely surprised and delighted to receive it.

The call to embrace rugby

Daris Lekovic, a member of the Peja/Pec Rugby team and one of the coaches that helped in organizing this event stated: "One of our roles as members of the federation and as rugby players is to promote this sport among children by assisting in their training and fostering their understanding of the game. The preparation for this event commenced some time ago as we visited these schools, training and preparing them for this day. My message to the youth is to come and try rugby because you cannot truly like something unless you've given it a try."

Aaron Aalmo, a sixteen-year-old member of the Pristina Rugby Club, emphasized the power of community in embracing this sport. "I am half Italian and half Norwegian, and it was my mother who inspired me to start playing and training rugby. At first, I wasn't too keen on it because training sessions were early on weekend mornings, but I've grown accustomed to this schedule and have truly come to love the sport. What struck me the most was the diversity within our rugby community. It's incredibly inspiring to see people from different backgrounds and cultures coming together to work hard for a common goal. My dream is to help make rugby a mainstream sport in Kosovo and perhaps even see Kosovo win the World Cup one day."

The DANCON March is a traditional event organized by the Danish Contingent (DANCON) as part of international peacekeeping missions since 1972. The DANCON March serves various purposes, fostering camaraderie, promoting physical fitness, and raising funds for charitable causes. Participants march over challenging terrain, building teamwork and resilience. This event symbolizes unity, strengthening international cooperation and goodwill, as well as providing support for local initiatives.

Mendimi juaj për argëtimin në fundjavë?



DORESA TOLAJ



Cili është argëtimi i juaj i preferuar gjatë fundjavës?

Gjatë fundjavës preferoj të dal për shëtitje me familje apo me shoqërinë. Kjo është mënyrë shumë e mirë për t'u çlodhur.

A preferoni t'i kaloni fundjavat brenda apo jashtë shtëpisë?

Është më interesante dhe argëtuese të dalësh të shohësh e të njihesh me gjëra të reja se sa të qëndrosh në shtëpi në monotoninë e përditshmërisë.

Cili është lokacioni juaj për fundjavën ideale dhe pse?

Bjeshkët e Deçanit janë lokacioni që do ta veçoja për një fundjavë ideale. Aty gjej qetësi shpirtërore si askund tjetër.

What is your favorite weekend pastime?

During the weekend, I prefer to go for a walk either with family or friends. It is a very good way to relax.

Do you prefer to spend weekends indoors or outdoors?

It is more interesting and fun to go out to see and gain new experiences than to stay at home in the everyday monotony.

What is your ideal weekend getaway and why?

Deçani Mountains stand out as the location for an ideal weekend. There I find peace of mind like nowhere else.



ALI GASHI



Cili është argëtimi i juaj i preferuar gjatë fundjavës?

Një mbledhje me kushërinj të moshës sime duke biseduar për librat e artin, si dhe aventurat e jetës.

A preferoni t'i kaloni fundjavat brenda apo jashtë shtëpisë?

Brenda shtëpisë dhe pjesën më të madhe të kohës brenda mureve të dhomës sime, aty ku e tërë rrëmuja është e vendosur saktë në vendin e vet.

Cili është lokacioni juaj për fundjavën ideale dhe pse?

Oborri i ndonjë objekti prej guri, të rrënuar e të braktisur. Kjo ngaqë gjithnjë më intrigon estetika e bukurisë së degraduar, nostalgjia dhe historia që fshihet nën mbetjet e saj.

What is your favorite weekend pastime?

A gathering with cousins my age talking about books and art, as well as life's adventures.

Do you prefer to spend your weekends indoors or outdoors?

Inside the house and most of the time within the walls of my room, where all the clutter is placed in its correct place.

What is your ideal weekend getaway and why?

The yard of any dilapidated and abandoned stone building. Because I am always intrigued by the aesthetics of degraded beauty, the nostalgia and the history that is hidden under its remains.



AGIM DEMHASAJ

Cili është argëtimi i juaj i preferuar gjatë fundjavës?

Një aktivitet që e kam praktikuar gjatë fundjavave tash sa kohë është eksplorimi i Bjeshkëve të Deçanit. Nuk ka gjë më mirë se të shkosh atje dhe të largohesh nga stresi i përditshëm.

A preferoni t'i kaloni fundjavat brenda apo jashtë shtëpisë?

Dalja nga shtëpia e prish rutinën, i nxit lidhjet sociale dhe të fton në aventura, të gjitha duke e balancuar punën dhe relaksim.

Cili është lokacioni juaj për fundjavën ideale dhe pse?

Bjeshkët e Deçanit janë vendi im i preferuar për fundjavë të përsosur. Ato e ofrojnë një arratisje nga rutina.

What is your favorite weekend pastime?

An activity that I have practiced during the weekends for some time now is the exploration of Deçani Mountains. There is nothing better than going there and getting away from the daily stress.

Do you prefer to spend weekends indoors or outdoors?

Getting out of the house breaks the routine, encourages social connections, and invites you to adventure, all while balancing work and relaxation.

What is your ideal weekend getaway and why?

Deçani Mountains are my favorite place for a perfect weekend. They offer an escape from the routine.

Ju lutemi na dërgoni mendimet tuaja për fundjavën në këtë email: magazineforyou2003@gmail.com

Your opinion about weekend pastime?



ELISA HADERGJONAJ



Cili është argëtimi i juaj i preferuar gjatë fundjavës?

Pikturimi është aktiviteti im i preferuar në fundjavë. Përmes tij i thelloj aftësitë kreative dhe procesi krijues më qetëson.

A preferoni t'i kaloni fundjavat brenda apo jashtë shtëpisë?

Preferoj t'i kaloj në vende të qeta dhe frymëzuese, jashtë, sepse aty e gjej qetësinë dhe frymëzimin që më lejon t'i shpreh emocionet dhe kreativitetin tim.

Cili është lokacioni juaj ideal për fundjavën dhe pse?

Deçani, sepse është lokacion i veçantë me peizazhe tërheqëse dhe arkitekturë të lashtë, të cilat ia japin një dimension të theksuar artistik.

What is your favorite weekend pastime?

Painting is my favorite weekend activity. Through it I deepen my creative skills and relax during the creation process.

Do you prefer to spend weekends indoors or outdoors?

I prefer to spend them in quiet and inspiring places, outside, because there I find calmness and inspiration that allows me to express my emotions and creativity.

What is your ideal weekend getaway and why?

Deçani, because it is a special location with attractive landscapes and ancient architecture which give it a pronounced artistic dimension.



EN MUSHKOLAJ



Cili është argëtimi i juaj i preferuar gjatë fundjavës?

Gjatë fundjavës parapëlqej të dal për alpinizëm (hiking).

A preferoni t'i kaloni fundjavat brenda apo jashtë shtëpisë?

Fundjava duhet të kalohet në ambiente të reja duke parë dhe fituar përvoja të reja, jo brenda shtëpisë.

Cili është lokacioni juaj për fundjavën ideale dhe pse?

Në ndonjë vend pa zhurmë, në një shtëpi afër plazhit ose duke bërë alpinizëm (ngjitje në Via Ferrata), etj.

What is your favorite weekend pastime?

During the weekend, I prefer to go hiking.

Do you prefer to spend weekends indoors or outdoors?

The weekend should be spent in new places seeing and gaining new experiences, not inside the house.

What is your ideal weekend getaway and why?

In a place without noise, in a house near the beach or going hiking (Via Ferrata climbing), etc.

Happy Weekend



EDA RAMOSAJ



Cili është argëtimi i juaj i preferuar gjatë fundjavës?

Aktiviteti im i preferuar për fundjavë është të frekuentoj ndonjë vend argëtues apo t'ia kushtoj vetes një ditë duke shikuar ndonjë film apo thjesht duke pushuar.

A preferoni t'i kaloni fundjavat brenda apo jashtë shtëpisë?

Ndoshta mendim jopopullor, por fundjavën preferoj ta kaloj brenda shtëpisë, të reflektoj mbi javën që lash pas, të lexoj, të shikoj filma.

Cili është lokacioni juaj për fundjavën ideale dhe pse?

Vendndodhja për një fundjavë të përsosur për mua do të ishte një shtëpi e rehatshme në male ose pranë një liqeni apo lumi të qetë.

What is your favorite weekend pastime?

My favorite weekend activity is to go somewhere fun or take a day to myself watching a movie or just relaxing.

Do you prefer to spend weekends indoors or outdoors?

Maybe an unpopular opinion, but I prefer to spend the weekend indoors, reflecting on the week I left behind, reading, watching movies.

What is your ideal weekend getaway and why?

The perfect weekend location for me would be a comfortable home in the mountains or by a quiet lake or river.

Please send us your thoughts on weekend at this email: magazineforyou2003@gmail.com

PSE JADOLESHENTËT JANË TË LODHUR TËRË KOHËN?

Obligimet në shkollë, detyrat e shtëpisë, miqtë, kompjuteri, televizioni, interneti, të gjitha këto janë prioritete në raport me gjumin, andaj sipas statistikave adoleshentët flenë vetëm 7-8 orë në ditë. Kjo nuk i mjafton organizmit tuaj në këtë periudhë të ndjeshme zhvillimore, kur jeni duke u përballur me ndryshime të shumta fizike dhe psikologjike. Adoleshentët kanë nevojë për rreth 9 orë gjumë dhe humtimet tregojnë se vetëm çdo i katërti adoleshent fle aq gjatë.



Shumë pak gjumë

Ne e dimë që juve adoleshentëve ju pëlqen të qëndroni zgjuar natën vonë dhe kjo është arsyeja pse e keni të vështirë të zgjoheni në mëngjes. Kjo nuk do të thotë se jeni dembel, por ka mënyra për t'u përshtatur me pjesën tjetër të botës. Thjesht duhet të zbuloni se si funksionon ora juaj e brendshme.

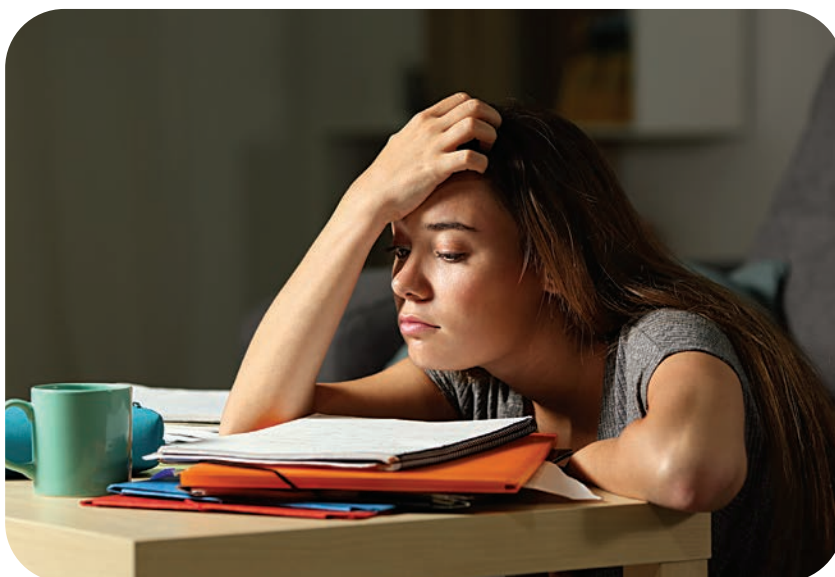
Edhe pse nuk tingëllojnë e tmerrshme, mungesa e gjumit mund të ketë pasojë të rënda shëndetësore. Përgjumja gjatë ditës e bën të vështirë përqendrimin, si dhe mësimnxënien ose qëndrimin zgjuar në klasë. Mungesa e gjumit mund të ndikojë në ndryshimet e disponimit. Shumica e adoleshentëve kanë nevojë për rreth nëntë orë gjumë për ta ruajtur vigjilencën optimale gjatë ditës. Megjithatë, vetëm disa prej jush flenë mjaftueshëm. Punët e shtëpisë, detyrat e shtëpisë dhe miqtë kanë përparësi ndaj gjumit.

Ritmet cirkadiane

Ekspertët pohojnë se edhe gjumi më i gjatë në fundjavë nuk është zgjidh-

je, pasi që nuk mund ta kompensojë gjumin e humbur gjatë javës. Përkundrazi, ai krijon edhe më shumë "huti" në organizëm, sepse ua "ngatërrojnë" orën biologjike. Të gjithë e kanë një orë të brendshme biologjike që e përcakton

cilat janë arsyeja pse shumica e fëmijëve bien në gjumë rreth orës 20:00. Por në pubertet, kjo orë e brendshme ndryshon dhe e fshinë kohën kur fillon të shfaqet përgjumja - zakonisht, përgjumja tek adoleshentët zhvendoset rreth orës 23:00 ose më vonë.



Si të jeni më të pushuar dhe ta mundni plogëshinë?

Mungesa e gjumit mund të ketë pasojë të rënda shëndetësore, dhe të prishë suksesin në shkollë, pasi që shkakton mungesë vëmendjeje dhe përqendrimi. Mungesa e gjumit mund të ndikojë edhe në ndryshimet e shpeshta të humorit.

temperaturën e trupit, ciklet e gjumit, oreksin dhe ndryshimet hormonale. Proceset biologjike dhe psikologjike që e ndjekin ciklin e kësaj ore të brendshme 24-orëshe quhen ritme cirkadiane, të

Prandaj, nëse doni ta ndihmoni veten dhe të zgjoheni më të çlodhur, ka disa mënyra për ta arritur këtë:

Përshtateni dritën - Me afrimin e



kohës së gjumit, ulni nivelin e dritave në shtëpi. Fikni të gjitha dritat gjatë natës. hapeni perden në dhomën tuaj për t'u zgjuar me dritën e mëngjesit.

Përmbajuni orarit të gjumit

Edhe pse mund të jetë shumë e vështirë, përpuni të zgjoheni dhe të shkoni në shtrat në të njëjtën orë çdo ditë, madje edhe në fundjavë.

Mos dremitni gjatë ditës - Nëse jeni të përgjumur gjatë ditës, bëni një sy gjumë jo më shumë se 30 minuta, sepse vërtet mund të ketë efekt freskues. Nga ana tjetër, gjumi i tepërt gjatë ditës e pamundëson gjumin gjatë natës.

Mos konsumoni tepër kafeinë

Pak kafeinë, veçanërisht në mëngjes, patjetër do t'ju ndihmojë të qëndroni zgjuar. Nga ana tjetër, shumë kafeinë e pamundëson gjumin gjatë natës.

Krijoni një rutinë para gjumit

Inkurajoni veten që të angazhoheni në aktivitete relaksuese para gjumit, pas dushit dhe shmangni dëgjimin e muzikës me zë të lartë, luajtjen e videoljërave, bisedat në telefon ose përdorimin e internetit. Do të ishte mirë nëse nuk kenë televizor në dhomën tuaj ose ta kufizoni kohën që e kaloni para ekranit.

Në fund, mos harroni - një dietë e shëndetshme, e rregullt dhe e ekuilibruar ju ndihmon që ta kapërceni lodhjen dhe plogëshinë!

WHY ARE TEENS ALWAYS TIRED?

Duties at school, homework, friends, computer, TV, internet, all these take priority over sleeping, thus according to statistics teenagers sleep only 7-8 hours per day. That is not enough for your body at this sensitive stage of development, when you are faced with numerous physical and psychological changes. Teenagers need about 9 hours of sleep, and research shows that only one in four teenagers sleeps that much.

Too little sleep

We know that teenagers love to stay up late into the night, so you find it hard to wake up in the morning. That does not mean you are lazy, but there are ways to fit in with the rest of the world. You just must figure out how your internal clock works.

Although it may not sound bad, lack of sleep can cause serious health consequences. Sleepiness during the day makes it difficult to concentrate study or stay awake in class. Too little sleep can affect mood swings. Most teenagers need about nine hours of sleep to be optimally awake during the day. However, few of you get enough sleep. Household works, homework and friends take priority over sleeping.

Circadian Rhythms

Experts say that sleeping longer at the weekend is no solution either, as you cannot make up for what you missed during the week. On the contrary, it creates even more "confusion" in your organism because it "messes up" your biological clock. Every person has an internal biological clock that determines body temperature, sleep cycle, appetite, and hormonal changes. The biological and psychological processes that follow the cycle of this 24-hour internal clock are called circadian rhythms, which is why most children fall asleep around 8 p.m. At puberty, this internal clock changes, erasing the time when sleepiness begins - and usually teenage sleepiness shifts to around 11 p.m. or later.

How to be more rested and defeat lethargy?

Lack of sleep can have serious health

consequences and affect success in school because it causes a lack of attention and concentration. Too little sleep can also affect frequent mood swings. So, if you want to help yourself and wake up more rested, there are several ways to do this:

Adjust the lights - As bedtime approaches, reduce the lights in the house. Turn off all lights at night. Open the curtain in your room so that the morning light wakes you up.

Stick to a sleep schedule - Although it can be difficult, try to wake up and go to bed at the same time, every day, even on weekends.

Do not take a nap during the day - If you are sleepy during the day, take a nap for no more than 30 minutes, as it can really have a refreshing effect. On the other hand, too much sleep during the day will make it impossible for you to fall asleep at night.

Do not take too much caffeine - A little caffeine, especially in the morning, will help you stay awake. On the other hand, too much caffeine will make it impossible for you to fall asleep at night.

Create a bedtime routine - Encourage yourself and engage in relaxing activities before bed after showering, and avoid listening to loud music, playing video games, talking on the phone, or using the Internet. It is better not to have a TV in the room or limit the time you spend in front of the screen.

Finally, do not forget - a healthy, regular, and balanced diet will help you overcome fatigue and lethargy!



Dreni



Jelena

Në qendrën tregtare U tržnom centru

Fjalor - Reçnik

Qendër tregtare	Tržni centar
Dyqan/shi-tore	Prodavnica
Vitrinë	Izlog
Veshje	Odeća
Këpucë	Cipele
Blerës	Kupac
Shitës	Prodavac
Restorant	Restoran
Kafiteri	Kafić
Librari	Knjižara
Arkëtar/e	Kasir/ka
Arka	Kasa
Kartë krediti	Kreditna kartica
Listë blerjesh	Spisak za kupovinu
Ofertë	Ponuda
Zbritje	Popust
Provim	Probati
Veshje për meshkuj	Muška odeća
Veshje për femra	Ženska odeća
Veshje për fëmijë	Dečija odeća
Bluzë	Bluza
Pantallona	Pantalone
Xhup	Jakna
Xhaketa	Sako
Fustan	Haljina
Fund	Suknja
Çantë	Torba
Çizme	Čizme
Parfum	Parfem
Kozmetikë	Kozmetika
Para	Novac



Është gjithmonë kënaqësi t'i eksplorosh dyqanet. Uvek je zabavno istraživati prodavnice.



A ke ndonjë gjë specifike që po kërkon ta blesh?
Da li imaš nešto određeno što želiš da kupiš?



Kam nevojë për një palë atlete. Po ti?
Trebaju mi nove patike. A ti?



Unë jam në kërkim të një fustani për një festë familjare.
Ja tražim haljinu za jedno porodično okupljanje.



Kur jemi duke folur për fustanet, e ke parë butikun e ri që është hapur së fundmi?
Kada već govorimo o haljinama, da li si videla novi butik koji je nedavno otvoren?



Jo akoma, por kam dëgjuar gjëra të mira për të.
Le të ndalemi pajetër atje.
Ne još, ali čula sam dobre stvari o njima. Hajde da definitivno odemo tamo.



Did you know?

Përkushtimi ia hap dyert imagjinatës, e mundëson vizionin, dhe na i jep gjërat e duhura për ta kthyer ëndrrën tonë në realitet.

James Womack