

4You

magazine

www.magazineforyou.com

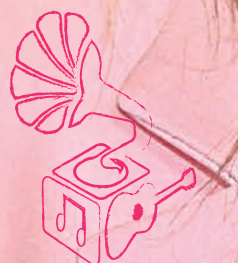


4You Magazine - Shqip

[magazine4ushqip](#)



Revistë mujore e KFOR-it Nr. 220 - Tetor 2025



MUSICBOX

Sabrina CARPENTER



"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 të mos tregohet emri i autorit, 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: Sabrina
CARPENTER**

Editorial

Një stinë plot ngjyra për një jetë plot ngjyra
Vjeshta më në fund ka ardhur, ajo periudhë e veçantë kur natyra e jep shfaqjen e saj më mahnitëse. Gjethet marrin nuanca të kuge të zjarra, të verdha të arta dhe portokalli të thellë, duke e pikturuar botën përreth nesh me bukuri dhe qetësi. Është një stinë ndryshimi, jo vetëm në natyrë, por edhe brenda nesh. Ndërsa ditët shkurohen dhe ajri freskohet, ky është momenti i përsosur për të ngadalësuar ritmin, për të reflektuar dhe për të vlerësuar atë që na rrethon. Në revistën 4You Magazine, e presim tetorin me një frymëmarrje të thellë dhe një buzëqeshje të gjerë. Është më shumë sesa koha e trikovë dhe aromës së kungullit, është një kohë për t'u lidhur, për të krijuar dhe për të festuar jetën me të gjithë larminë e saj të bukur.

4You në 6 gjuhë - Një urë mes nesh

A e dini që revista 4You Magazine botohet në gjashtë gjuhë të ndryshme? Shqip, serbisht, anglisht, turqisht, boshnjake dhe rome, gjashtë zëra që tregojnë një histori të vetme: historinë e rinisë së Kosovës. Ky shpirt shumëgjuhësh nuk ka të bëjë vetëm me përkthimin; ka të bëjë me përfaqësimin, përfshirjen dhe respektin. Çdo lexues i ri ka të drejtë të dëgjohet dhe të ndihet i dëgjuar, pavarësisht prejardhjes. Në një botë që ndonjëherë përpiqet të na ndajë, të flasësh gjuhën e tjetrit është një akt i fuqishëm uniteti. Është mënyra për të thënë: "Të shoh. Të respektoj. Dua të të kuptoj."

Të jetojmë së bashku - Më të fortë së bashku
Kosova është shpëtim dhe shumë komuniteteve,

kulturave dhe traditave dhe kjo është diçka për të cilën duhet të ndjehemi krenarë. Të gjithë e ndajmë këtë hapësirë: rrugët, shkollat, parqet, ëndrrat. Të jetosh së bashku do të thotë më shumë sesa të ekzistosh pranë njëri-tjetrit. Do të thotë të punosh së bashku, të respektosh dallimet dhe të ndërtosh një të ardhme të përbashkët. Shpesh nuk është e lehtë, por ia vlen, gjithmonë. Çdo akt i vogël mirëkuptimi, çdo buzëqeshje, çdo bisedë ndërkulturore, ato kanë rëndësi. Janë gurthemelet e pages dhe të bashkëpunimit.

Të flasim - Komunikimi është çelësi

Keqkuptimet ndodhin kur nuk flasim. Prandaj komunikimi i hapur është kaq i rëndësishëm, mes miqve, mes komuniteteve, mes brezave. Bëni pyetje. Ndani mendimet tuaja. Dëgjoni me mendje të hapur. Revista 4You Magazine është platforma juaj, hapësira juaj e sigurt, zëri juaj. Le ta përdorim për të festuar së bashku se kush jemi.

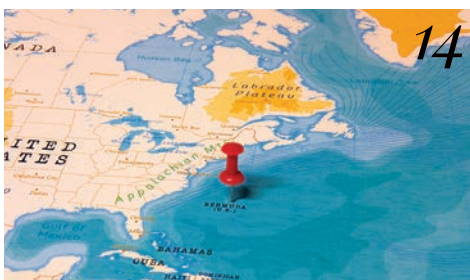
Gëzuar tetorin!

Ecnë mes gjeheve të arta. Thuani "mirëdita" në një gjuhë të re. Lexoni Revistën 4You Magazine. Këtë stinë, mos u kënaqni vetëm duke e admiruar bukurinë e vjeshtës, jetoni mesazhin e saj: ndryshimi është natyral, larmia është e bukur, dhe uniteti është i mundshëm.

Miq të mi të dashur, deri në takimin tonë të ardhshëm në nëntor, qëndroni të shëndetshëm!

Leonora

Indeksi



2. Editoriali, indeksi

4. Shkolla e muajit: SHFMU 'SADULLA BRESTOVCI' - NJË TRASHËGIMI E UDHËHEQJES DHE MËSIMIT GJITHËPËRFSHIRËS

6. MENDO PARA SE TË KLIKOSH: MPOSHT KURTHET E INTERNETIT

8. Lifestyle: SI TA NDËRTONI NJË SISTEM IMUNITAR TË FORTË?

10. Music Box: SABRINA CARPENTER: PRINCESHA E MUZIKËS POP ME NJË MIKROFON DHE NJË MISSION

12. DITA NDËRKOMBËTARE E PAQES: KFOR-I SI SHTYLLË E STABILITETIT NË KOSOVË

14. World around us: MISTERIET E TREKËNDËSHIT TË BERMUDËS: VENDI KU LOGJIKA PUSHON SË FUNKSIONUARI

16. Do it Yourself: SI TA BËNI VETË BALZAMIN NATYRAL PËR BUZË ME KANELE?

18. Moviemania: PREMIERAT MË TË FORTA TË TETORIT

20. Health & Sports: ZHAO XINTONG: YLLI I SNUKERIT QË E NDËRROI LOJËN

22. Generation #: NJOFITIMET - NDËRPRERËS TË VEJËL TË VËMENDJES

24. INSPEKTIME TË PËRBASHKËTA PËR SIGURI: KFOR-I DHE FSK DUKE BASHKËPUNUAR PËR NJË KOSOVË MË TË SIGURT

26. Your opinion about: MENDIMI JUAJ PËR NJOFITIMET TELEFONIKE

28. Wellbeing & teens: MIQËSIA NË PRAG TË SHKËPUTJES: SI TA MBIJETOSH KËTË DRAMË!

30. 5 MËNYRA SE SI E PËRDORNI IA-NË ÇDO DITË (PA E KUPTUAR FARE!)

32. Did you know? GJUHA

Editorial

A colourful season for a colourful life

Autumn is finally here, that special time when nature puts on its most stunning show. Leaves turn fiery red, golden yellow, and deep orange, painting the world around us with beauty and calm. It's a season of change, not only in nature but also within us. As the days grow shorter and the air turns crisp, it's a perfect moment to slow down, reflect, and appreciate what surrounds us. At 4You Magazine, we welcome October with a deep breath and a wide smile. It's more than just sweater weather and pumpkin flavours, it's a time to connect, create, and celebrate life in all its beautiful diversity.

4You in 6 languages - A bridge between us

Did you know that 4You Magazine is published in six different languages? Albanian, Serbian, English, Turkish, Bosnian and Roma, six voices telling one story: the story of Kosovo's youth. This multilingual spirit is not just about translation; it's about representation, inclusion, and respect. Every young reader has the right to feel seen and heard, no matter their background. In a world that sometimes tries to divide us, speaking each other's language is a powerful act of unity. It's a way of saying, "I see you. I respect you. I want to understand you."

Living together - Stronger together

Kosovo is home to many communities,

cultures, and traditions, and that is something to be proud of. We all share this space: the streets, the schools, the parks, the dreams. Living together means more than just existing side by side. It means working together, respecting differences, and building a shared future. It's not always easy, but it's always worth it. Each small act of kindness, each smile, each conversation across cultures, they matter. They are the building blocks of peace and cooperation.

Let's talk - Communication is key

Misunderstandings happen when we don't talk. That's why open communication is so important, between friends, between communities, between generations. Ask questions. Share your thoughts. Listen with an open mind. 4You Magazine is your platform, your safe space, your voice. Let's use it to celebrate who we are, together.

Happy October!

Take a walk in the golden leaves. Say "hi" in a new language. Read 4You Magazine. This season, let's not just admire the beauty of autumn, let's live its message: change is natural, diversity is beautiful, and unity is possible.

Until our next meeting in November, stay healthy my friends.

Leonora

Index



3. Editorial, index

5. School of the month: EJHS 'SADULLA BRESTOVCI' - A LEGACY OF LEADERSHIP AND INCLUSIVE LEARNING

7. Think before you click! OUTSMART THE ONLINE TRAPS

9. Lifestyle: HOW TO BUILD A STRONG IMMUNE SYSTEM?

11. Music Box: SABRINA CARPENTER: THE POP PRINCESS WITH A MIC AND A MISSION

13. International Day of Peace: KFOR AS A PILLAR OF STABILITY IN KOSOVO

15. World around us: MYSTERIES OF THE BERMUDA TRIANGLE: A PLACE WHERE LOGIC STOPS MAKING SENSE

17. Do it Yourself: HOW TO MAKE YOUR OWN NATURAL CINNAMON LIP BALM?

19. Moviemania: TOP OCTOBER RELEASES

21. Health & Sports: ZHAO XINTONG: THE SNOOKER STAR WHO CHANGED THE GAME

23. Generation #: NOTIFICATIONS - LITTLE ATTENTION BREAKERS

25. Joint Safety Inspections: KFOR AND KSF WORKING TOGETHER FOR A SAFER KOSOVO

27. Your opinion about: YOUR OPINION ON PHONE NOTIFICATIONS?

29. Wellbeing & teens: FRIENDSHIP ON THE EDGE: HOW TO SURVIVE THE DRAMA?

31. Crossword puzzle

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: Sabrina
CARPENTER**

SHFMU 'SADULLA BRESTOVCI' - NJË TRASHËGIMI E UDHËHEQJES DHE MËSIMIT GJITHËPËRFSHIRËS

Shkolla Fillore dhe e Mesme e Ulët "Sadulla Brestovci" në Gjilan është më shumë se një vend mësimi, është një institucion i ndërtuar mbi përkushtimin, kujdesin dhe vizionin arsimor. Në qendër të saj qëndron z. Ruhan Zymberi, një edukator me përvojë të gjatë dhe drejtor i respektuar. Tani në mandatin e tij të tretë dhe në vitin e fundit para daljes në pension, z. Zymberi e ka kaluar gjithë jetën e tij në arsim. Udhëheqja e tij e qetë, vlerat e forta dhe pasioni për mësimdhënie kanë lënë gjurmë të pashlyeshme te brezat e nxënësve dhe mësimdhënësve. Ndërsa ai përgatitet të përmbyllë këtë kapitull të rëndësishëm, shkolla që ai ka ndihmuar të formësohet vazhdon të lulëzojë.



Z. Ruhan Zymberi - Drejtor

Themele të forta dhe një komunitet mbështetës

Shkolla u hap zyrtarisht më 5 shtator 2012 me synimin për të krijuar një ambient të sigurt dhe frymëzues për nxënësit. Ndërtesa aktuale e shkollës u ndërtua mes viteve 2010-2012 dhe ofron kushte moderne dhe funksionale për mësim. Pa paralele të shumta, shkolla funksionon në mënyrë të unifikuar dhe të organizuar mirë, duke e krijuar ndjenjën e bashkësisë të nxënësit dhe stafi.

Sot, shkolla "Sadulla Brestovci" i ka 640 nxënës që i ndjekin mësimet në dy ndërrime. Stafi mësimor përbëhet nga 42 mësimdhënës të përkushtuar, të mbështetur nga 15 punëtorë teknikë dhe administrativë, gjegjësisht gjithsej 57 punonjës të shkollës. Shumica prej tyre kanë qenë pjesë e stafit që nga themelimi, duke krijuar një ambient të qëndrueshëm dhe përkrahës për nxënësit.

Bashkëpunimi me prindërit shihet si pjesë thelbësore e jetës shkollore. Edhe pse shumë prindër janë aktivë dhe mbështetës, shkolla vazhdon të punojë për forcimin e këtij partneriteti përmes takimeve të rregullta dhe politikave të

"dyerve të hapura", me qëllim të ndërtimit të besimit dhe ndarjen e përgjegjësisë për suksesin e nxënësve.

Mësim bashkëkohor dhe përfshirje gjithëpërfshirëse

Shkolla ofron kushte të mira për mësim cilësor, me klasa të organizuara mirë dhe kabinete të specializuara për gjuhën shqipe, matematikë, anglisht, histori, gjeografi, arte pamore, kimi, fizikë dhe teknologji informative. Vëmendje e veçantë i kushtohet lëndëve të shkencës dhe teknologjisë, të cilat mbështeten me mjete moderne për mësim praktik.

Pjesa më e madhe e mësimdhënësve janë trajnuar për zbatimin e kurrikulës së re dhe përdorin metoda bashkëkohore të mësimdhënies që e vendosin nxënësin në qendër. Edhe pse shkolla ende nuk ka sallë të edukatës fizike, mësimdhënësit angazhohen maksimalisht për të përmbushur kërkesat e programit, veçanërisht në lëndën e edukatës fizike.

Përfshirja është një nga vlerat kryesore të shkollës "Sadulla Brestovci". Ajo bashkëpunon ngushtë me Drejtorinë Komunale të Arsimit dhe i mbështet nxënësit me nevoja të veçanta përmes një ekipi të plotë

profesionistësh: psikologut, ndihmës mësuesve, edukatorëve mbështetës dhe logopedit. Kjo qasje gjithëpërfshirëse ndihmon që çdo nxënës të ndihet i vlerësuar, i përkrahur dhe i motivuar për të mësuar.

Arritje, inovacione dhe objektiva të ardhshme

Nxënësit marrin pjesë rregullisht në gara dhe arrijnë rezultate të shkëlqyera. Së fundmi, shkolla u rendit ndër tetë shkollat më të mira në garat e matematikës të organizuara nga Kolegji Mehmet Akif dhe Shoqata Humanitare Sulejmanie. Një nxënëse e klasës së gjashtë fitoi medalje të artë në raundin e dytë të Olimpiadës Ndërkombëtare të Matematikës STEM dhe do ta përfaqësojë Kosovën në finalen në Barcelonë. Shkolla gjithashtu shënon vazhdimisht rezultate të larta në Testin e Arritshmërisë.





Për të përmirësuar përvojën mësimore, shkolla i ka realizuar disa projekte: një klasë verore për mësim në ambient të hapur, një klasë burimore për nxënësit me nevoja të veçanta dhe fushë sportive të rinovuar. Këto ndërhyrje e bëjnë mësimin më dinamik dhe më tërheqës. Planet për të ardhmen përfshijnë ndërtimin e një palestere dhe modernizimin e kabineteve të Artit dhe Muzikës për të nxitur kreativitetin dhe zhvillimin e gjithanshëm.

Sfida më e madhe aktuale mbetet mungesa e një salle të edukatës fizike, që e kufizon aktivitetin fizik të nxënësve gjatë stinëve të ftohta apo me shi. Kjo ndikon negativisht si në zhvillimin fizik, ashtu edhe në mirëqenien mendore dhe emocionale të tyre. Shkolla shpreson se përkrahja e institucioneve lokale do ta mundësojë tejkalimin e kësaj pengese.



Mesazhi i fundit nga një veteran i arsimit

Mesazhi i z. Zymberi për të rinjtë e Kosovës është i thjeshtë por plot kuptim: "Vlerësojeni arsimin si çelësin e së ardhmes suaj. Përdoreni dijen për të ecur përpara, për të kapërcyer sfidat dhe për të ndërtuar një shoqëri më të mirë. Arsimi hap dyer, INVESTONI NË TË!"

EJHS 'SADULLA BRESTOVCI' - A LEGACY OF LEADERSHIP AND INCLUSIVE LEARNING

Sadulla Brestovci Elementary and Junior High School (EJHS) in Gjilan is more than just a place of learning, it is a school shaped by dedication, care, and vision. At the heart of it all stands Mr. Ruhan Zymberi, a veteran educator and respected school principal. Now in his third mandate and final year before retirement, Mr. Zymberi has spent his life on education. His calm leadership, strong values, and passion for teaching have left a lasting mark on generations of students and teachers. As he prepares to close this important chapter, the school he helped shape continues to thrive.

A strong foundation and supportive community

The school officially opened on September 5, 2012, with the goal of creating a safe and inspiring space for students. The current school building was constructed between 2010 and 2012, offering a modern and functional environment. With no remote classes, the school remains united and efficiently organized, promoting a strong sense of community among students and teachers alike.

Sadulla Brestovci School currently has 640 students who attend classes in two shifts. The teaching staff includes 42 committed teachers, supported by 15 technical and administrative staff members, making a total of 57 school workers. Many of these staff members have been with the school since its founding, creating a stable and nurturing educational atmosphere.

Cooperation with parents is seen as an essential part of school life. While many parents are active and supportive, the school continues to work on improving this partnership to strengthen the "student-school-parent" triangle. Regular parent meetings and open-door policies help build trust and encourage shared responsibility for student success.

Modern learning and inclusive education

The school offers good conditions for quality learning, with well-organized classrooms and several subject laboratories for Albanian language, mathematics, English language, history, geography, visual arts, chemistry, physics, and ICT (Information and Communication technology). Special focus is given to science and technology classes, supported by modern tools for practical learning.

Most teachers are trained in the new curriculum and use modern, student-centered teaching methods. This allows for interactive and engaging lessons, even though the school lacks a gym. Despite this, teachers work hard to meet curriculum requirements, especially in physical education.

Inclusivity is a strong value at Sadulla

Brestovci School. The institution cooperates closely with the Municipal Education Directorate and supports students with special needs through a full team of professionals, including a psychologist, teaching assistants, support educators, and a speech therapist. This inclusive approach helps every student feel seen, supported, and empowered to learn.

Achievements, innovation, and future goals

Students regularly participate in competitions and achieve excellent results. Recently, they were among the top eight schools in math competitions organized by Mehmet Akif College and the Sulejmanie Charity Association. A sixth-grade student even won a gold medal in the second round of the international STEM math Olympiad and will represent Kosovo in the finals in Barcelona. The school also consistently performs well in national Achievement Tests.

To improve the learning experience, the school has launched several projects: a summer classroom for outdoor lessons, a resource classroom for students with special needs, and a renovated sports field. These improvements make learning more dynamic and inclusive. Future plans include constructing a gym and upgrading Art and Music cabinets to better support creativity and all-round development.

The biggest challenge remains the lack of a physical education hall, which limits student activity during cold and rainy seasons. This affects both their physical and emotional wellbeing, making it a priority for future improvement. The school hopes that continued support from local institutions will help overcome this obstacle.

A final message from a veteran of education

Mr. Zymberi's message to Kosovo's youth is simple but powerful: "Value education as the key to your future. Use knowledge to grow, overcome challenges, and help build a better society. Education opens doors, INVEST IN IT!"

MENDO PARA SE TË KLIKOSH!

Mposht kurthet e internetit



Interneti është përplot video, foto, lajme dhe mesazhe. Ne i hapim, i shikojmë, dhe shpërndajmë por, jo gjithçka që e shohim në internet është e vërtetë. Ka njerëz që krijojnë përmbajtje të rreme me qëllim. Këta individë, të njohur si element armiqësorë, duan të të mashtrojnë, të të zemërojnë ose të të ngatërrojnë. Ndonjëherë, shtiren sikur janë nga qyteti yt apo nga shkolla jote. Të tjera herë, përhapin gënjeshtër për organizata si KFOR-i apo NATO-ja. Dezinformimi nuk është thjesht një shaka apo një gabim, ai është një armë që përdoret për të prishur besimin, për të nxitur urrejtje dhe për të krijuar frikë. Fatmirësisht, është në dorën tënde që ta ndalosh. Duke u menduar mirë, duke bërë pyetje dhe duke i raportuar përmbajtjet e dyshimta, ti e mbron veten, miqtë, shkollën e madje edhe komunitetin tënd.

Profilat e rreme nuk janë vetëm bezdisëse, por edhe të rrezikshme

Rrjetet sociale janë të mbushura me njerëz që nuk i njeh, dhe jo të gjithë ata që i shihni në rrjet janë ashtu si ata pretendojnë se janë. Profilat e rreme krijohen lehtë dhe shpesh përdorin foto të vjedhura, emra të çuditshëm dhe mesazhe që duken të dyshimta. Këto llogari mund të duken miqësore, por synimi i tyre është të mbledhin informacion personal apo të përhapin gënjeshtër që krijojnë ndasi.

Disa prej tyre shtiren sikur janë vendas, përdorin emra apo shprehje të njohura për të krijuar besim. Mund të të dërgojnë mesazhe me pyetje të çuditshme apo të përpiqen të ndikojnë në mendimin tënd për tema serioze. Ata mund të postojnë përmbajtje kundër paqeruajtësve, të shpërndajnë lajme të rreme për KFOR-in apo të dërgojnë lidhje të dyshimta. Rreziku qëndron tek fakti se këto profile shpesh duken normale. Ata mund të postojnë citate, imazhe me humor apo selfie.

Nëse një profil duket i çuditshëm, është krijuar

rishtas, nuk ka foto reale apo të bën pyetje personale, mos iu përgjigj. Mos e shpërndaj përmbajtjen e tyre. Raportoje atë llogari dhe bllokoje. Ky veprim ndihmon për të ndaluar përhapjen e gënjeshtërve.

Jo çdo tregim apo video e tregon të vërtetën

Është e lehtë të besosh diçka që duket dramatike. Një video e shkurtër me një titull të fortë mund të bëhet virale shumë shpejt. Një artikull me titull tronditës mund të shpërndahet qindra herë para se dikush të kontrollojë nëse është i vërtetë. Zakonisht, këto tregime e përdorin frikën apo zemërimin për të tërhequr vëmendjen, e nganjëherë edhe përdorin video të vjetra nga vende të tjera të cilave iu vendosin tituj të rinj për t'i bërë të dukesh si të reja. Të tjerë i montojnë pamjet për të fshehur të vërtetën. Qëllimi i tyre nuk është të informojnë, por të shkaktojnë konfuzion. Ndonjëherë ata duan të dëmtojnë besimin ndaj grupeve si KFOR-i, EULEX apo Kombet e Bashkuara. Tjera herë ata synojnë të nxisin përçarje brenda komunitetit tënd.

Kjo është arsyeja pse para se të besosh apo të shpërndash diçka, duhet t'i bësh disa

pyetje. Nga vjen ky postim? A është nga një burim i besueshëm? A është publikuar edhe diku tjetër? Nëse diçka duket tepër ekstreme apo kërkon që të reagojë menjëherë, ndalu dhe mendo. E vërteta kurrë nuk ka nevojë për mashtrime.

Ti e ke fuqinë ta bësh internetin më të sigurt

Lundrimi në internet duhet të jetë argëtues dhe i sigurt. Mirëpo, siguria nuk vjen vetëm nga fjalëkalimet. Ajo fillon nga zgjedhjet e mençura. Çdo herë që vendos të mos shpërndash një postim të rremë, e dobëson atë. Kur e raporton një profil të dyshimtë, ndihmon edhe

të tjerët. Kur mendon para se të klikosh, ti e mbron veten, familjen, shokët dhe komunitetin tënd. Kërcënimet kibernetike nuk janë gjithmonë të dukshme. Ato nuk paraqiten vetëm si viruse, por edhe si komente apo mesazhe që duken të zakonshme. Pas tyre mund të fshihet një plan për të përhapur gënjeshtër apo për të shkaktuar dëm. Prandaj, është e rëndësishme të jesh vigilent. Nuk ke nevojë të jesh ekspert teknologjie për të qenë i sigurt në internet. Mjafton të jesh kureshtar, i kujdesshëm dhe i përgjegjshëm. Edhe veprimet më të vogla, si kontrollimi i burimit të një postimi apo raportimi i një





mesazhi të dyshimtë, mund të ndalojnë diçka të rrezikshme përpara se të përhapet.

Në botën e sotme, të jesh i mençur në internet është po aq e rëndësishme sa të jesh i kujdesshëm në jetën reale. Interneti ka përmbajtje argëtuese dhe mjete të dobishme, por edhe kurthe. Disa janë të lehta për t'u zbuluar, të tjerat fshihen pas emrave të rremë dhe postimeve miqësore. Dezinformimi është i fuqishëm, por bëhet i dobët kur të rinjtë qëndrojnë të vëmendshëm. Çdo herë që mendon para se të klikosh, ti e zgjedh të vërtetën përpara gënjeshtërisë, sigurinë përpara rrezikut dhe bashkimin përpara përçarjes.

5 shenja që tregojnë se diçka në internet mund të jetë e rreme:

1. Nuk ka foto apo video personale
2. Emër përdoruesi i çuditshëm apo profil i kopjuar
3. Tituj emocionalë ose ekstremë
4. Mesazhe që kërkojnë informacione personale

⚠️ Kujdes:

Dezinformimi është një armë digjitale që e dëmton besimin dhe paqen. Mos ndihmo në përhapjen e tij.

✅ Si të veprosh:

- Mendo para se të klikosh
- Kontrolllo faktet
- Raporto profilet dhe përmbajtjet e dyshimta

💡 **Tregohu i zgjuar. Qëndro i sigurt. Mbro atë që ka rëndësi në jetën virtuale dhe atë reale.**



THINK BEFORE YOU CLICK!

Outsmart the online traps

The internet is full of videos, pictures, stories, and messages. We scroll, we watch, and we share, but not everything we see online is real. There are people who create fake content on purpose. These individuals, known as hostile actors, want to trick you, make you angry, or confuse you. They might pretend to be someone from your town or your school, or they might spread lies about organizations like KFOR and NATO. Disinformation is not just a joke or a mistake. It is a weapon used to damage trust, spread hate, and create fear. Luckily, it's in your hands to stop it. By thinking carefully, asking questions, and reporting suspicious content, you protect yourself, your friends, your school, and even your community.

Fake profiles are not just annoying, they are dangerous

Social media is full of people you do not know, and not everyone you see online is who they claim to be. Fake accounts are easily created. They often use stolen pictures, strange names, and messages that feel off. These accounts may seem friendly, but their main purpose is to collect information or spread lies that divide people.

Sometimes these fake profiles pretend to be local, using familiar names or language to seem real. They may send messages that ask questions or try to change your views about serious issues. They may post things against peacekeepers, share false news about KFOR, or send odd links. The danger is that these accounts often look normal. They might post quotes, funny images, or selfies.

If an account seems strange, is newly created, never shows real photos, or asks personal questions, do not reply. Do not share what they post. Report the account and block it. This action helps stop lies from spreading.

Not every story or video tells the truth

It is easy to believe something that looks dramatic. A short video with a strong title can go viral fast. A story with a shocking headline might be shared hundreds of times before anyone checks if it is true. Usually, these stories use fear or anger to get attention, and sometimes they even use old videos from other places and add new titles to make them seem recent. Others edit clips to hide the full story. The goal is not to share facts but to cause confusion. Other times they want to damage trust in groups like KFOR, EULEX or the UN. Others want to start arguments in your community.

This is why you should ask questions before you believe or share anything. Where did the post come from? Is it from a trusted site? Can you find the same news somewhere else? If something feels extreme or pushes you to react quickly, stop and think. The truth never needs tricks.

You have the power to make the internet safer

Being online should be safe and fun, but that comes from smart choices, not just passwords. Each time you avoid sharing a fake post, you weaken it. When you report a fake profile, you help others. When you think before clicking, you protect yourself, your family, friends, and community. Cyber threats are not always easy to spot. They do not just come as viruses. Sometimes they appear as normal-looking comments or messages. Behind them may be a plan to spread lies or cause harm. This is why being alert matters.

You do not need to be a tech expert to be safe online. Just stay curious, careful, and responsible. Even small actions, like checking where a post came from or reporting a strange message, can stop something dangerous before it spreads.

In today's world, being smart online is as important as being careful in real life. The internet has fun content and helpful tools, but also traps – some are obvious, others hide behind fake names and friendly posts. Disinformation is strong, but it becomes weak when young people pay attention. Every time you think before you click, you choose truth over lies, safety over danger, and unity over division.

5 signs something online may be fake:

1. No personal photos or videos
2. Strange username or copied profile
3. Emotional or extreme headlines
4. Messages asking for private info

⚠️ Warning:

Disinformation is a digital weapon used to harm trust and peace. Do not help it spread.

✅ What to do:

- Think before you click
- Check the facts
- Report suspicious accounts and content

💡 **Stay smart. Stay safe. Protect what matters online and offline.**

SI TA NDËRTONI NJË SISTEM IMUNITAR TË FORTË? Tetori është koha ideale për ta forcuar imunitetin!



Erdhi stina e vjeshtës, dhe bashkë me të: erërat, shiu, ditët më të ftohta... dhe shpesh edhe ftohja. Ditët janë më të shkurtra, dielli më i rrallë, zgjimi në mëngjes më i vështirë. Tetori na ka futur butësisht në vjeshtë – koha kur natyra qetësohet, ndërsa trupi ynë kërkon më shumë kujdes. A jemi gati që ta përballojmë dimrin me fuqi të plotë?



Imuniteti nuk na bie në mend çdo ditë, derisa ndiejmë gërvishtje në fyt ose përfundojmë në shtrat me temperaturë. Por, në të vërtetë, ne duhet të kujdesemi për të para se të sëmuremi.

Ushqimi - më shumë sesa vetëm ngopje

Trupi ynë e do ushqimin e mençur. Vitaminat dhe mineralet nuk janë vetëm për sportistët – ato janë baza e shëndetit. Shto më shumë:

- Vitaminë C nga kivi, limoni, portokalli, brokoli dhe specat.
- Zink nga farat e kungullit, drithërat integrale, vezët dhe arrat.
- Probiotikë nga kefiri dhe kosi – sepse shëndeti fillon në zorrë.
- Frutat sezonale? Mollët, rrushi, dardhat – trupi e di se çka i duhet kur e sheh vjeshtën në treg.

Gjumi. Tingëllon thjeshtë, por...

Ekrani i telefonit gjatë natës mund të presë. Nëse flini më pak se 7 orë, imuniteti bie, përqendrimi humbet, lodhja bëhet kronike. Gjatë gjumit trupi "riparohet", rigjenerohet dhe riformatohet. Mundohu të flegjsh çdo natë në të njëjtën kohë, për të paktën 7 orë.

Lëviz - për trup më të mirë dhe humor pozitiv

Nuk ke nevojë për palestër çdo ditë. Mjafton një ecje prej 20 minutash për tërheqje muskujsh dhe për të marrë frymë thellë. Aktiviteti fizik jo vetëm që e forcon trupin, por edhe e qetëson mendjen – përfitim i dyfishtë për imunitetin. Nëse nuk ke motivim, gjej një shok për ecje ose dëgjo një podcast të mirë.

Thuaj "Jo" stresit (ose të paktën përpigu)

Vjeshta sjell obligime – shkollë, lëndë të reja, mësim dhe aktivitete jashtëshkollore. Mos lejo që stresi të të pushtojë. Gjej mënyra të vogla për t'u qetësuar: merr frymë thellë, ec, fik njoftimet në pajisjet digjitale të paktën për një orë. Miqtë, librat, muzika apo disa minuta qetësi ndihmojnë shumë.

Ujë dhe çaj - kombinimi yt për vjeshtën

Hidratimi është i rëndësishëm gjatë





gjithë vitit, edhe pse në dimër ndiejmë më pak etje. Mirëpo, kjo nuk do të thotë që uji nuk është i rëndësishëm. Marrja e rregullt e lëngjeve e ndihmon sistemin imunitar, rrit përqendrimin dhe të bën të ndihesh më mirë brenda dhe jashtë. Çajrat janë aleat i shkëlqyer – xhenxhefil, nenexhiku, kamomili apo çaji jeshil me limon mund të bëhen pjesë e rutinës ditore.

Duket si shumë, por nuk ke nevojë ta ndryshosh gjithë jetën menjëherë. Fillo me hapa të vegjël: ha më shëndetshëm në mëngjes, bjer më herët në gjumë, dil jashtë të paktën për dhjetë minuta në ditë. Çdo hap e forcon imunitetin dhe të përgatit për ditët e ftohta. Vjeshta është ftesë për t'u ngadalësuar, për t'u përkujdesur për veten dhe për të bërë zgjedhje të mençura.



Mos harro – një sistem imunitar i shëndetshëm sjell më shumë energji, më pak ditë me sëmundje dhe më shumë fokus – për t'i përballuar sfidat e vjeshtës.

HOW TO BUILD A STRONG IMMUNE SYSTEM?

October is here – the perfect time to strengthen your immune system!

Autumn has arrived, and it didn't come alone – it brings wind, rain, colder days... and more frequent colds. The days are getting shorter, the sun appears less often, and getting out of bed in the morning is becoming harder. October has gently pulled us into autumn – a time when nature slows down, and our bodies ask for a bit more attention. Now is the right moment to ask ourselves: Are we ready to face the winter at full strength?

Immunity isn't something we think about every day, until we feel that scratch in the throat or end up in bed with a fever. But in reality, we should think about it before we get sick.

Food - more than just feeling full

Your body thrives when you feed it wisely. Vitamins and minerals aren't just for gym-goers – they are the foundation of good health. Make sure to include more:

- Vitamin C from kiwis, lemons, oranges, broccoli, and peppers.
- Zinc from pumpkin seeds, whole grains, eggs, and nuts.
- Probiotics from kefir and yogurt – because health (yes, that health) begins in the gut.
- And don't forget seasonal fruits – apples, grapes, pears. Your body knows what it needs when it sees autumn at the market.

Sleep. Sounds simple, but...

Late-night scrolling can wait. If you sleep less than 7 hours, your immunity drops, concentration fades, and fatigue becomes chronic. Your body "repairs" itself, restores, and resets during sleep. Try to go to bed at the same time each night and aim for at least 7 hours of sleep.

Get moving - for a healthier body and mind

You don't need to hit the gym or train daily. A 20-minute walk is enough to stretch and breathe. Exercise doesn't just strengthen the body – it clears the mind too. That's a double win for your

immune system. If you struggle with motivation, find a walking buddy or play a good podcast while you move.

Say "No" to stress (or at least try)

Autumn often brings more responsibilities – school, new subjects, and studying, extracurricular activities. Try not to fall into a whirlwind of stress. Look for small ways to calm yourself: breathe, walk, and turn off notifications on smart devices for at least an hour. Friends, a book, music, or even a few quiet minutes can help.

Water and tea - your autumn combination

Staying hydrated is important all year, even if you feel less thirsty in winter. That doesn't mean water is any less vital. Regular fluid intake supports your immune system, boosts concentration, and helps you feel better inside and out. Teas are great allies – ginger, mint, chamomile, or green tea with lemon can become part of your daily ritual.

It may sound like a lot, but you don't need to change your whole life overnight. Start with small steps – eat a healthier breakfast, go to bed earlier, spend at least ten minutes outdoors each day. Each of these steps builds your immunity and prepares you for the colder days ahead. Autumn is the perfect invitation to slow down, focus on yourself, and make smarter choices.

Don't forget – a strong immune system means more energy, fewer sick days, and better focus – just what you need for autumn's challenges.

SABRINA CARPENTER

PRINCESHA E MUZIKËS POP
ME MIKROFON DHE NJË MISSION

Nga një figurë adhuruere e Disney-t në një yll të fuqishëm të muzikës pop Sabrina Carpenter mund t'a ketë filluar karrierën e saj në kanalin televiziv "Disney Channel", por mos u mashtroni, ajo është shumë më tepër sesa thjesht një yll që nga fëmijëria. Vetëm në moshën 25 vjeçe, ajo e ka pushtuar tashmë botën e televizionit, filmit dhe muzikës, duke dëshmuar se nuk është vetëm e talentuar, por edhe e pandalshme. Qoftë duke realizuar performanca mahnitëse në skenë, duke thyer internetin me tekstet e saj të këngëve, apo duke luajtur në filma, ngritja e Sabrinës është diçka që çdo adoleshent duhet t'a shikojë dhe ndoshta edhe të mësojë prej saj. Suksesi i saj i parë i madh erdhi në vitin 2014 kur e luajti personazhin Maya Hart në 'Girl meets world', atë shoqen e ngushtë "cool" e rebele që të gjithë dëshironim fshehurazi të ishim. Mirëpo, teksa shumica e njerëzve e njihnin për aktrimin e saj, Sabrina kishte ëndrra më të mëdha. Ajo gjithmonë e dinte se muzika ishte dashuria e saj e vërtetë, dhe ajo e kishte zërin, pasionin dhe aftësitë si kantautore për t'a vërtetuar këtë.

**Tingulli i Sabrinës:
Tërheqës, i zgjuar
dhe plot vetëbesim**

Le të flasim për muzikë. Nëse nuk ju ka ngelur në mendje hiti i Sabrinës "Espresso" këtë verë, atëherë a jeni fare online? Kënga u bë menjëherë një sensacion viral, jo vetëm sepse është tërheqëse dhe ju ngelet në kokë (gjë që është plotësisht e vërtetë), por sepse e rrezaton ndjenjën e një femre të re që e di vlerën e saj dhe nuk ka frikë t'a shprehë atë. Tingulli i Sabrinës e përzie

muzikën pop me një sasi të vogël guximi dhe një sasi shpirti. Mendoni për tekste të zgjuara, ritme argëtuese dhe sasinë e duhur të qëndrimit. Nga këngë si "Nonsense" e deri tek "Feather", ajo nuk ka frikë të përziejë flirtin me feminizmin, ose humorin me zemërthyerjen. Ajo nuk vepron sipas rregullave tipike të princeshave të muzikës pop, ajo i rishkruan ato. Pikërisht kjo është ajo që e bën muzikën e saj të ndërlidhshme me dëgjuesin. Pavarësisht nëse po përballeni me dashurinë tuaj të parë, po shëroheni nga një ndarje e keqe, apo thjesht po përpiqeni të gjeni vetëbesimin tuaj, Sabrina e ka një këngë që e flet gjuhën tuaj.

**Mbretëresha e trendeve
të TikTok**

Një arsye pse Sabrina Carpenter është bërë shumë e famshme vitet e fundit: ajo di si t'a zotërojë internetin. Këngët e saj nuk janë bërë vetëm për transmetim; ato janë bërë për t'u ndarë me të tjerë. Adhuresit krijojnë vallëzime në "TikTok", mima dhe redaktime virale me tekstet e saj, gjersa vetë Sabrina iu bashkohet atyre. A e mbani mend kur ajo i jepte funde të reja dhe 'djallëzore' këngës "Nonsense" në çdo shfaqje live? Ato momente i bënë fansat të nxitonin për të postuar video-klipet në internet. Sabrina e ka zotëruar

artin e lidhjes me audiencën e saj, jo vetëm të performojë për ta. Ajo u përgjigjet 'tweet-save' të fansave, bën duete në "TikTok" dhe e përqafton humorin e Gjeneratës Z. Shkurt: ajo është një nga ne, vetëm me një zë të jashtëzakonshëm dhe shumë më tepër shkëlqim.

Ikonë mode në krijim e sipër

Le të mos harrojmë, Sabrina është gjithashtu një ikonë mode e vërtetë. Veshjet e saj në tapetin e kuq janë një përzierje perfekte e shkëlqimit Y2K, elegancës moderne dhe dramës përrallore. Qoftë me një korse me gurë të çmuar apo një fustan të shkurtër të frymëzuar nga stili "vintage" (klasik), ajo gjithmonë e tërheq vëmendjen dhe frymëzon veshje. Por, më shumë sesa thjesht duke veshur rroba të bukura, ajo e përdor modën për të shprehur se kush është: e guximshme, plot gjallëri dhe vetvetja pa asnjë rezervë. Për adoleshentët që ende po përpiqen të gjejnë stilin e tyre, ajo është një kujtesë se është në rregull të eksperimentojnë, të bien në sy dhe të argëtohen me pamjen e tyre.

**T'i qëndrosh besnike vetes
në një industri kërkuese**

Bota e argëtimit nuk është gjithmonë e mirë, veçanërisht ndaj të rejave. Sabrina është përballur me kritikë, thashetheme e madje edhe urrejtje në internet. Por në vend që t'a lejojë këtë t'a dëshpëroj, ajo e ka shndërruar atë në karburant për muzikën dhe zhvillimin e saj. Ajo shpesh flet hapur për ankthin, vetëbesimin dhe vetëzbulimin. Në intervista, ajo i inkurajon fansat e rinj të kenë durim me veten dhe të ndjekin ëndrrat e tyre, madje edhe nëse njerëzit dyshojnë në ato. Kjo ndershmëri është freskuese në një botë plot filtra dhe përsosmëri. Në një intervistë, ajo tha: "Nuk dua kurrë të jem një gjë. Dua të jem shumë gjëra." Dhe ajo po e vërteton pikërisht këtë, një aktore, këngëtare, kantautore, performuese, muzë mode dhe një zë i brezit të saj.



SABRINA CARPENTER

THE POP PRINCESS WITH A MIC AND A MISSION

From Disney darling to Pop star powerhouse, Sabrina Carpenter might have started her career on Disney Channel, but don't be fooled, she's far more than just another child star. At just 25, she has already conquered the worlds of television, film, and music, proving she's not only talented, but unstoppable. Whether she's delivering show-stopping performances on stage, breaking the internet with her lyrics, or starring in movies, Sabrina's rise is something every teen should watch, and maybe even learn from. Her first big break came in 2014 when she played Maya Hart on 'Girl meets world', the cool, rebellious best friend we all secretly wished we were. But while most people knew her for her acting, Sabrina had bigger dreams. She always knew music was her true love, and she had the voice, passion, and songwriting chops to prove it.

Sabrina's sound: Catchy, clever, and full of confidence

Let's talk music. If you haven't had Sabrina's hit "Espresso" stuck in your head this summer, are you even online? The track became an instant viral sensation, not just because it's catchy (which it totally is), but because it captures the vibe of a young woman who knows her worth and isn't afraid to say it. Sabrina's sound blends pop with a splash of sass and a sprinkle of soul. Think clever lyrics, fun beats, and just the right amount of attitude. From songs like "Nonsense" to "Feather", she's not afraid to mix flirtation with feminism, or humour with heartbreak. She doesn't play by the typical pop princess rules, she rewrites them. And that's what makes her music so relatable. Whether you're navigating your first crush, healing from a messy breakup, or just trying to find your confidence, Sabrina's got a song that speaks your language.

The Queen of TikTok trends

One reason Sabrina Carpenter has blown up in recent years: she knows how to own the internet. Her songs aren't just made for streaming; they're made for sharing. Fans create TikTok dances, memes, and viral edits featuring her lyrics, and Sabrina herself plays along. Remember when she freestyled new, cheeky endings to "Nonsense" at every live show? Those moments had fans racing to post the clips online. Sabrina has mastered the art of connecting with her audience, not just performing for them. She replies to fan tweets, duets TikToks, and embraces Gen Z humour. In short: she's one of us, just with a killer voice and a lot more glitter.

Fashion icon in the making

Let's not forget, Sabrina is also a total fashion icon. Her red-carpet looks are a perfect mix of Y2K glam, modern chic, and fairy-tale drama. Whether she's in a rhinestone corset or a vintage-inspired mini dress, she always turns heads and inspires outfits. But more than just wearing pretty clothes, she uses fashion to express who she is: bold, playful, and unapologetically herself. For teens still figuring out their own style, she's a reminder

that it's okay to experiment, stand out, and have fun with how you look.

Staying true in a tough industry

The entertainment world isn't always kind, especially to young women. Sabrina has faced criticism, rumours, and even online hate. But instead of letting it bring her down, she's turned it into fuel for her music and growth. She often talks openly about anxiety, confidence, and self-discovery. In interviews, she encourages young fans to be patient with themselves and to chase their dreams, even if people doubt them. That honesty is refreshing in a world full of filters and perfection. In one interview, she said, "I never want to be one thing. I want to be a lot of things." And she's proving exactly that, an actress, singer, songwriter, performer, fashion muse, and voice for her generation.

What's next for Sabrina?

With each new song, Sabrina is stepping deeper into the spotlight, and the world is paying attention. She's opened for Taylor Swift on The Eras Tour, headlined her own shows, and is set to release more music that promises to shake up pop even more. She's not just making waves; she's creating her own ocean. So, whether you're a longtime fan or just discovering her music, one thing is clear: Sabrina Carpenter is here to stay, and she's doing it her way. Get ready for more catchy anthems, jaw-dropping performances, and moments that will have you pressing replay again and again.

Çka mund të presim nga Sabrina në të ardhmen? Me çdo këngë të re, Sabrina po del gjithnjë e më shumë në pah dhe bota po i kushton vëmendje. Ajo e ka hapur koncertin për Taylor Swift-in në turneun "The Eras Tour", ka dhënë shfaqje të saj dhe është gati të vazhdojë të publikojë muzikë që premtan ta trondisë edhe më shumë muzikën pop. Ajo nuk po shkakton valë; ajo po e krijon oqeanin e saj. Dhe pavarësisht nëse jeni një adhurues i kahershëm apo sapo e keni zbuluar muzikën e saj, një gjë është e qartë: Sabrina Carpenter është këtu për të qëndruar dhe po e bën sipas mënyrës së saj. Përgatituni për himne më tërheqëse, performanca mahnitëse dhe momente që do t'ju bëjnë ta ridëgjoni pafundësisht muzikën e saj.

DITA NDËRKOMBËTARE E PAQES:

KFOR-i SI SHTYLLË E STABILITETIT NË KOSOVË

Kur bota bashkohet më 21 shtator për të shënuar Ditën Ndërkombëtare të Paqes, kjo na kujton në mënyrë simbolike rëndësinë e solidaritetit ndërkombëtar dhe të mos dhunës. Në Kosovë, në qendër të vëmendjes është KFOR-i – misioni paqeruajtës më i gjatë dhe më i suksesshëm i udhëhequr nga NATO, ku që nga viti 1999, ky mision ndërkombëtar ka siguruar stabilitet dhe siguri për të gjitha komunitetet që jetojnë në këtë rajon.

KFOR-i është ende i pranishëm në zona të ndryshme të Kosovës, ku vepron në bashkëpunim me institucionet vendore, UNMIK-un dhe EULEX-in. Roli i tij nuk është luftarak, por mbi të gjitha parandalues, stabilizues dhe mbrojtës, me qëllim që të ruhet paqja, të mbështetet dialogu dhe të shmangen tensionet që mund të rrezikojnë jetën e përditshme të qytetarëve. Megjithatë, KFOR-i nuk është vetëm një prani ushtarake, por edhe shprehje e përgjegjësisë ndërkombëtare dhe garanci që paqja nuk shihet si e mirëqenë, por që ajo ndërtohet, ruhet dhe mbrohet çdo ditë. Prania e KFOR-it për më shumë se dy dekada në Kosovë është dëshmi e angazhimit afatgjatë për t'i mundësuar njerëzve një jetë me siguri, besim dhe respekt të ndërsjellë, pavarësisht përkatësisë etnike, fetare apo politike.

Kontributi për sigurinë dhe paqen e përditshme

Roli i KFOR-it është më së shumti i dukshëm në aktivitetet e tij të përditshme, të cilat shpesh mbeten të padukshme, por janë thelbësore për ruajtjen e besimit ndërmjet komuniteteve. Patrullimet, prania në zona të ndjeshme, mbështetja logjistike për strukturat civile dhe



gatishmëria për t'u përgjigjur ndaj sfidave të sigurisë e krijojnë bashkë një rrjet sigurie që e mundëson funksionimin normal të shoqërisë. Është veçanërisht e rëndësishme të theksohet se KFOR-i vepron në mënyrë të paanshme dhe në interes të të gjithë njerëzve. Prania e tij i përforcon përpjekjet që mosmarrëveshjet të zgjidhen nëpërmjet dialogut, duke i përdorur të gjitha mjetet e mundshme për të përkrahur paqen dhe parandaluar përshkallëzimet. Në këtë kuptim, KFOR-i jo vetëm reason kur është e nevojshme, por shpesh vepron në mënyrë parandaluese, përmes bashkëpunimit me udhëheqës lokalë, institucione arsimore dhe organizata joqeveritare që e promovojnë paqen dhe bashkëpunimin ndëretnik.

Stabiliteti si themel i përparimit

Gjatë viteve, prania e KFOR-it e ka mundësuar zhvillimin e kapaciteteve lokale të sigurisë,

përmirësimin e infrastrukturës civile dhe rikthimin e besimit ndërmjet komuniteteve. Edhe pse numri i ushtarëve është zvogëluar në krahasim me periudhën fillestare, efikasiteti i misionit mbetet i lartë falë metodave moderne të punës, fleksibilitetit dhe bashkëpunimit të ngushtë me strukturat lokale. Është e rëndësishme të kuptohet se paqja nuk është vetëm mungesa e dhunës, por edhe prania e sigurisë, lirisë së lëvizjes, besimit ndërmjet njerëzve dhe respektit ndaj dallimeve. Në këtë drejtim, KFOR-i e luan një rol kyç në krijimin e një mjedisi ku të gjitha komunitetet ndihen të mbrojtura dhe të barabarta.

Dita Ndërkombëtare e Paqes në Kosovë e ka një domethënie të veçantë. Ajo jo vetëm na e kujton të kaluarën, por edhe na drejton kah e ardhmja, ku komunitetet, me mbështetjen e misioneve si KFOR-i, ndërtojnë një shoqëri paqeje, bashkëpunimi dhe stabiliteti. KFOR-i mbetet një shtyllë e kësaj të ardhmeje, simbol i përkushtimit të komunitetit ndërkombëtar për ruajtjen e vlerave të paqes dhe të mos dhunës. Në këtë ditë, bota kujton se paqja dhe siguria janë procese të përditshme që kërkojnë durim, përgjegjësi dhe bashkëpunim. Shembulli i Kosovës tregon se paqja dhe bashkëjetesa janë të mundshme, kur ekzistojnë vullneti, dialogu dhe një mbështetje e besueshme si ajo që e ofron KFOR-i.

Në një kuptim më të gjerë, ruajtja e paqes po bëhet një sfidë globale në një kohë kur konfliktet, pasiguritë dhe tensionet politike po



përhapen përtej rajoneve të prekura nga lufta. Ndryshimet klimatike, migrimi, pabarazitë ekonomike dhe ekstremizmi e komplikojnë më tej panoramën e sigurisë në botën moderne. Në këtë kontekst, çdo shembull i suksesshëm i ruajtjes së paqes, si misioni i KFOR-it në Kosovë, e përbën një model me vlera universale. Ai tregon se bashkëpunimi ndërkombëtar, prania e dialogut dhe gatishmëria për të mbrojtur të drejtat e njeriut mund të krijojnë themele të qëndrueshme për stabilitet. Paqja nuk është një luks, por një nevojë themelore për çdo shoqëri. Ruajtja e saj kërkon përkushtim në nivel lokal, por edhe solidaritet global. Prandaj, shënimi i 21 shtatorit ka rëndësi të madhe kudo, nga Kosova e deri te çdo komunitet që dëshiron të jetojë pa frikë, me dinjitet dhe në liri.



Dita Ndërkombëtare e Paqes, e cila shënohet çdo vit më 21 shtator, është themeluar nga Kombet e Bashkuara për të kujtuar njerëzimin për rëndësinë e mos dhunës, tolerancës dhe mirëkuptimit të ndërsjellë. Sot, në një botë të mbushur me sfida, kjo datë e ka një rëndësi të veçantë, jo vetëm si simbol, por edhe si një rikujtim për vlerën e përpjekjeve të përditshme për ruajtjen e stabilitetit. Një nga shembujt e përkushtimit afatgjatë ndaj paqes është misioni i KFOR-it në Kosovë, i cili për më shumë se dy dekada kontribuon në siguri, besim dhe bashkëjetesë paqësore të të gjitha komuniteteve.

Na vizitoni në:
Visit us at:



INTERNATIONAL DAY OF PEACE

KFOR AS A PILLAR OF STABILITY IN KOSOVO

When the world comes together on 21st September for the International Day of Peace, we are symbolically reminded of the importance of international solidarity and non-violence. In Kosovo, the longest-running and most successful NATO-led peacekeeping mission takes centre stage - KFOR, an international mission that has been providing stability and security for all communities living in the region since 1999.

KFOR is still present today across Kosovo, where it operates in cooperation with local institutions, UNMIK and EULEX. Its role is not combatant, but primarily preventive, stabilizing and protective - with the aim of maintaining peace, supporting dialogue, and preventing tensions that could threaten the daily lives of citizens. However, KFOR is not only a military presence, but also an expression of international responsibility and a guarantee that peace is not taken for granted, but built, maintained and protected on a daily basis. KFOR's presence in Kosovo for more than two decades demonstrates a long-term commitment to enabling people to live in security, trust, and mutual respect, regardless of their ethnic, religious, or political affiliation.

Contributing to security and peace in everyday life

KFOR's role is particularly evident in its daily activities, which often remain invisible but are crucial to maintaining trust between communities. Patrols, presence in sensitive areas, logistical support for civilian structures and readiness to respond to security challenges all form a safety net that allows society to function normally. It is particularly important to emphasize that KFOR acts impartially and in the interests of all people. Its presence reinforces efforts to resolve disputes through dialogue, using all available means to support peace and prevent escalation. In this sense, KFOR not only reacts when necessary, but often acts preventively by working with local leaders, educational institutions and non-governmental organizations that promote peace and inter-ethnic cooperation.

Stability as the basis for progress

Over the years, KFOR's presence has also created space for the development of local security capacities, the improvement of civilian infrastructure and the restoration of trust between communities. Although the number of soldiers has been reduced compared to the early days, the effectiveness of the mission remains high thanks to modern working methods, flexibility and close co-operation with local structures. It is important to understand that peace does not only mean the absence of violence, but also the presence of security, freedom of movement, trust between people and respect for diversity. This is where KFOR has a key role to play: to create a framework in which all communities feel protected and equal.

The International Day of Peace in Kosovo has a special significance. It not only commemorates the past, but also points to the future, where communities are building a society of peace, co-operation and stability with the support of missions like KFOR. KFOR remains a pillar of that future, a symbol of the international community's commitment to upholding the values of peace and non-violence. On this day, the world is reminded that peace and security are everyday processes that require patience, responsibility and joint work. The example of Kosovo shows that peace and coexistence are possible - if there is the will, the dialogue and the reliable support offered by KFOR.

In a broader sense, peacekeeping is becoming a global challenge at a time when conflict, insecurity and political tensions are spreading beyond war-torn regions. Climate change, migration, economic inequalities and extremism further complicate the security situation in the modern world. In this context, every successful example of peacekeeping, such as the KFOR mission in Kosovo, has the value of a universal model. It shows that international cooperation, the presence of dialogue and the willingness to protect human rights can create lasting foundations for stability. Peace is not a luxury, but a basic need of every society. Maintaining it requires commitment at local level, but also solidarity at global level. That is why it is important to celebrate 21 September everywhere, from Kosovo to all communities that want to live without fear, in dignity and freedom.

The International Day of Peace, celebrated annually on 21 September, was established by the United Nations to remind humanity of the importance of non-violence, tolerance and mutual understanding. Today, in a world full of challenges, this date has a special meaning, not only as a symbol, but also as a reminder of the value of daily efforts to maintain stability. One example of a long-term commitment to peace is the KFOR mission in Kosovo, which has contributed to security, trust and peaceful coexistence among all communities for more than two decades.

MISTERIET E TREKËNDËSHIT TË BERMUDËS

VENDI KU LOGJIKA PUSHON SË FUNKSIONUARI

Trekëndëshi i Bermudës, i njohur edhe si “Trekëndëshi i Djallit”, e përfshin zonën mes Miami (Florida), Bermudës dhe Porto Rikos në Oqeanin Atlantik. Ky regjion është bërë sinonim për zhdukje avionësh, anijesh dhe njerëzish – shpesh pa asnjë gjurmë. Edhe pse shumë nga rastet kanë ndodhur gjatë shekullit të XX, misteri dhe kurioziteti mbijetojnë sot e kësaj dite.



Zhdukjet e para: fillimi i legjendës

Një nga ngjarjet më të njohura dhe enigmatike ishte zhdukja e “Fluturimi 19”, një skuadër bombarduesish amerikanë që u zhduk më 1945 gjatë një fluturimi stërvitor. Pilotët e humbën orientimin dhe komunikimin. Kur u dërgua një avion për kërkim – u zhduk edhe ai. Ky rast ishte nxitje për një lumë teorish që pasuan.

Zhdukjet më të famshme në Trekëndëshin e Bermudës:

- Fluturimi 19 (1945) - Pesë bombardues torpedo të marinës amerikane dhe një avion kërkimi, gjithsej 27 persona – zhduken pa gjurmë.
- USS Cyclops (1918) - Anije e madhe amerikane me 306 persona. Asnjë copë e mbetur nuk u gjet.
- Star Tiger dhe Star Ariel (1948 - 1949) - Dy avionë pasagjerësh të kompanisë britanike “BSAA”, zhduken pa asnjë kontakt.
- SS Marine Sulphur Queen (1963) - Anije mallrash me 39 anëtarë të ekuipazhit, herën e fundit u pa pranë Floridës.
- Avioni DC-3 (1948) - Fluturim me 32 pasagjerë që u zhduk para uljes në Miami - pa sinjal, pa mbetje.

Këto raste mbeten enigmë edhe sot, pavarësisht teknologjisë moderne të kërkimit dhe mbikëqyrjes satelitore.



Teoritë konspirative: alienë, portale dhe civilizime të humbura

Në mungesë të përgjigjeve të prekshme, publiku shpesh i drejtohet teorive që e lidhin shkencën me fantastikën. Disa besojnë se zhdukjet janë rezultat i rrëmbimeve nga qeniet jashtëtokësore, ndërsa të tjerë pretendojnë se brenda trekëndëshit ndodhet një portal hapësinor që çon në dimensione të tjera. Ka edhe nga ata që mendojnë se nën sipërfaqen e detit fshihen mbetjet e civilizimit të humbur të Atlantidës, energjitë e të cilit kanë ndikuar në pajisjet elektronike dhe dukuritë atmosferike. Edhe pse tingëllojnë si fantashkencë, këto teori kanë shumë ndjekës dhe janë rrënjësuar thellë në kulturën pop. Në vitet e fundit, studime shkencore të avancuara kanë dhënë shpjegime reale për ndodhitë në Trekëndëshin e Bermudës, pa nevojën për teori të mbinatyrshme. Hipoteza më bindëse lidhet me hidratatet e metanit: depozita nënujore të metanit që, kur lëshohen nga





aktivitetet sizmike, krijojnë fluska që e pakësojnë dendësinë e ujit – duke shkaktuar fundosje të papritura.

Satelitët dhe analizat meteorologjike kanë zbuluar se në rajon krijohen valë të mëdha të papritura (mbi 30 metra) dhe mikro-shpërthime atmosferike, veçanërisht kur uji i ngrohtë i rrymës së Golfit përplaslet me fronte të ftohta. Këtë e vërtetojnë matjet nga Universiteti i Southampton-it.

Studimet gjeofizike dhe hartat e sakta të relievit nënujor, të realizuara me sonarë dhe dronë AUV, tregojnë se nuk ka “përçarje magjike” magnetike – vetëm devijime normale të deklinacionit të busullës, jo anomalitë. Analizat statistikore të navigimit tregojnë qartë se niveli i zhdukjeve nuk është më i lartë sesa në koridoret detare me trafik të dendur, por për shkak të qarkullimit të lartë, këto raste mbeten më të dukshme.

Sekreti që vazhdon...

Magjia, alienët, portalet dhe Atlantida mbeten pjesë e legjendës popullore por pa baza shkencore. Edhe pse misterioz, trekëndëshi në dekadat e fundit nuk paraqet më shumë zhdukje sesa rajonet e tjera të frekuentuara në det. Megjithatë, për shkak se ende nuk ka prova bindëse për secilin rast misteri vazhdon të jetojë. Trekëndëshi i Bermudës mbetet një nga vendet më intriguese në planet. Pavarësisht nëse beson në shkencë apo në mistikë, një gjë është e sigurt – tërheqja ndaj këtij fenomeni nuk do të zhdukët së shpejti. Për sa kohë që do të ketë ngjarje të pashpjeguara, do të ketë edhe mistere që presin të zbulohen.

MYSTERIES OF THE BERMUDA TRIANGLE A PLACE WHERE LOGIC STOPS MAKING SENSE

The Bermuda Triangle, also known as the "Devil's Triangle," covers the area between Miami (Florida), Bermuda, and Puerto Rico in the Atlantic Ocean. This region has become synonymous with the disappearance of ships, planes, and people, often without a trace. Although many of these incidents occurred in the 20th century, the fascination and mystery persist to this day.

The first disappearances: the beginning of the legend

One of the most famous and mysterious events was the disappearance of "Flight 19," a squadron of U.S. bombers that vanished in 1945 during a routine training flight. It turned out that the pilots became disoriented and lost communication. When a rescue plane was sent to search for them, it too - disappeared. This case triggered a wave of theories that followed.

List of the most famous disappearances in the Bermuda Triangle:

- **Flight 19 (1945)** – Five U.S. Navy torpedo bombers and a rescue plane, a total of 27 men, vanished without a trace.
- **USS Cyclops (1918)** – A massive U.S. Navy cargo ship with 306 people aboard. Not a single piece of wreckage was ever found.
- **Star Tiger and Star Ariel (1948-1949)** – Two passenger planes from the British airline BSAA disappeared without any contact.
- **SS Marine Sulphur Queen (1963)** – A cargo ship with 39 crew members, last seen off the coast of Florida.
- **DC-3 Aircraft (1948)** – A flight with 32 passengers vanished just before landing in Miami, with no signal and no wreckage.

These cases remain a mystery even today, despite modern search techniques and satellite surveillance.

of the sea lie the remains of the lost civilization of Atlantis, whose energies supposedly affect electronic devices and weather phenomena. Although this all sounds like science fiction, these theories have many supporters and are firmly rooted in popular culture. In recent years, intensive scientific studies have provided realistic explanations for the events in the Bermuda Triangle, without the need for supernatural theories. The most convincing hypothesis is about methane hydrates: underwater deposits of methane, which are released due to seismic activity, create bubbles that reduce the density of water, causing sudden sinking.

Satellite monitoring and meteorological analyses have revealed that numerous rogue waves appear (sudden massive waves, sometimes over 30 meters high) and micro dispersers form over the region, especially due to the collision of the warm waters of the Gulf Stream with cold fronts. This is also confirmed by measurements from the University of Southampton.

Detailed geophysical surveys and precise maps of the underwater terrain, performed by sonar and AUV drones, indicate that there are no "magical" magnetic disturbances, the differences in magnetism are related to normal compass declination, not anomalies. Analysis of navigation statistics clearly show that the rate of disappearances is not higher than in other dense sea corridors, however, due to heavy traffic, disappearances remain more striking.

The secret that lasts

Magic, aliens, portals and Atlantis remain part of the populist legend, but without scientific basis. Although mysterious, the triangle has not shown more disappearances in recent decades than other frequent maritime areas. However, the fact that there is still no conclusive evidence for every case makes the popular mystery persist. The Bermuda Triangle remains one of the most intriguing places on the planet. Whether you believe in science or mysticism, one thing's for sure, the allure of this phenomenon isn't going away anytime soon. As long as there are unexplained events, there will be mysteries waiting to be solved.

Conspiracy theories: aliens, portals, and lost civilizations

In the absence of tangible answers, the public often turns to theories that blend science and fiction. Some believe that the disappearances are the result of abductions by extra-terrestrial beings, while others claim that within the triangle is a time-space portal that leads to other dimensions. There are also those who believe that beneath the surface



DO IT YOURSELF



SI TA BËNI VETË BALZAMIN NATYRAL PËR BUZË ME KANELLË?

Me ardhjen e ditëve të ftohta, lëkura jonë dhe veçanërisht buzët, kërkojnë kujdes dhe mbrojtje shtesë. Në vend se të përdorni balzama plot kimikate dhe përbërës sintetik, ju propozojmë që ta krijoni vetë një balzam natyral, i cili është i lehtë për përgatitje dhe përmban vetëm përbërës të natyreshmë. Ky balzam me kanellë jo vetëm që hidraton, por edhe e lëshon një aromë të këndshme dhe freskuese, ideale për sezonin e vjeshtës.

Përbërësit e nevojshëm

- 1 lugë gjelle gjalpë kakao
- 1/2 lugë gjelle gjalpë Shea
- 1/2 lugë gjelle vaj kokosi
- 1 lugë gjelle dyll blete
- 1 shkop kanelle, i bluar
- Një kavanoz qelqi rezistent ndaj nxehtësisë
- Tubat bosh për balzam
- Shtë për kullojë
- Një hinkë e vogël



Pse të zgjedhim balzamin natyral për buzë?

Një nga synimet e vetëdijes së re për shëndetin dhe ekologjinë është zvogëlimi i përdorimit të produkteve me kimikate të dëmshme. Përbërësit natyral si gjalpi i kakaos dhe gjalpi Shea e ushqejnë dhe mbrojnë lëkurën, vaji i kokosit jep hidratim shtesë, ndërsa dylli i bletës e siguron ngurtësinë e nevojshme. Kanella sjell jo vetëm freski, por edhe veti që e ndihmojnë shëndetin e lëkurës së buzëve. Mund ta përdorni për kujdes të përditshëm, por edhe si maskë nate. Lexoni më poshtë mënyrën e thjeshtë për ta përgatitur.

Udhëzimet për përgatitje

1

Hapi 1: Përgatitja e përbërësve

Vendosni gjalpin e kakaos, gjalpin Shea, vajin e kokosit dhe dyllin e bletës në kavanozin e qelqit.

2

Hapi 2: Shtoni kanellën

Futeni shkopin e kanellës në një qese plastike dhe bluajeni butësisht në grimca të vogla (jo në pluhur). Shtoni grimcat në kavanozin me gjalpin e kakaos, gjalpin Shea, vajin e kokosit dhe dyllin e bletës.

3

Hapi 3: Shkrija dhe përzierja

Hidhni rreth 5 cm ujë në një tenxhere dhe vlojeni. Vendoseni kavanozin në tenxhere (kujdes që uji të mos hyjë brenda). Përziejeni masën derisa përbërësit të shkrihen dhe të përzierhen. Lëreni masën për 15-20 minuta në ujin e ngrohtë që kanella të përthithet mirë. Përgatitni tubat për mbushje.

4

Hapi 4: Mbushja e tubave

Hiqeni kavanozin nga tenxherja dhe kullojeni përmes sitës për të hequr grimcat e kanellës. Me ndihmën e hinkës, derdhni menjëherë përzierjen në tuba, pasi që ajo ngurtësohet shpejt.

Lëreni balzamat të ngurtësohen plotësisht në temperaturë ambiente për 24 orë. Nga kjo sasi do të përfitoni rreth 5-6 balzama. Dhe kaq. Balzami juaj natyral për buzë me kanellë është gati. Ky produkt është një aleat i shkëlqyer për ditët e ftohta pasi që hidraton, ushqen dhe mbron në mënyrë tërësisht natyrale. Duhet pranuar se procesi nuk është aspak i ndërlikuar, ndërsa përfitimet janë të shumta, duke filluar nga buzët më të shëndetshme deri te kënaqësia që e keni krijuar vetë. Provojeni dhe shijoni butësinë dhe aromën çdo ditë!

Shpresojmë që ky propozim ju ka pëlqyer. Nëse edhe ju keni ndonjë ide, shkruani tek magazineforyou2003@gmail.com dhe ndani me ne përvojën tuaj.

HOW TO MAKE YOUR OWN NATURAL CINNAMON LIP BALM?

With the arrival of colder days, our skin, especially our lips need extra care and protection. Instead of using lip balms full of chemicals and synthetic ingredients, we suggest making your own natural lip balm, which is easy to prepare and contains only natural ingredients. This cinnamon lip balm not only hydrates but also gives a pleasant, refreshing scent that's perfect for autumn.

Ingredients:

- 1 tablespoon cocoa butter
- 1/2 tablespoon shea butter
- 1/2 tablespoon coconut oil
- 1 tablespoon beeswax
- 1 cinnamon stick, crushed
- 1 small heat-resistant glass jar
- Empty lip balm tubes
- Fine strainer or mesh sieve
- Small funnel



Why choose a natural lip balm?

One of the goals of today's health and eco-conscious lifestyle is to reduce the use of products with harmful chemicals. Natural ingredients like cocoa butter and shea butter nourish and protect the skin, coconut oil provides additional hydration, and beeswax gives the balm the necessary firmness. We've added cinnamon, which gives a gentle, refreshing note and offers benefits for the health of your lips. You can use it daily or apply a thicker layer as an overnight lip mask. Below is a quick and easy way to make this balm at home.

How to make it

1 Step 1: Prepare the ingredients
Place the cocoa butter, shea butter, coconut oil, and beeswax in the glass jar.

2 Step 2: Add the cinnamon
First put the cinnamon stick in a plastic bag and gently crush it - not into powder, just into smaller chunks. Add these to the jar where you previously placed cocoa butter, shea butter, coconut oil, and beeswax.

3 Step 3: Melt and combine
Pour about 5 cm of water into a pot and bring it to a boil. Place the jar with the ingredients into the pot (make sure no water gets into the jar). Stir occasionally until everything melts and combines. Let the jar sit in the hot water for another 15-20 minutes so the cinnamon can properly infuse the mixture. Prepare your empty lip balm tubes during this time.

4 Step 4: Pour the balm into tubes
Remove the jar from the pot and strain the mixture through the sieve to remove cinnamon bits. Using a funnel, quickly pour the liquid balm into the tubes since the mixture sets fast.



Let the balms harden completely at room temperature, ideally for 24 hours. This recipe yields about 5 to 6 lip balms. And that's it - your natural cinnamon lip balm is ready. This kind of balm is the perfect ally for the colder months because it hydrates, nourishes, and protects your lips in a completely natural way. You'll agree that the process isn't complicated, and the benefits are numerous, from healthier lips to the satisfaction of having made the product yourself. Give it a try and enjoy the softness and natural fragrance every day.

We hope you liked this suggestion! If you have an idea of your own, write to us at magazineforyou2003@gmail.com and share your experience with us!



Tetori vjen i mbushur me filma për çdo shije - nga drama të bazuara në krime të vërteta e legjenda të sportit, deri te animacione plot rrëmuje dhe aventura nga e ardhmja. Qoftë në kinema apo nga komoditeti i divanit, këto shtatë premiera do t'ju mbajnë të ngjitur pas ekranit me ethe, emocione, humor dhe aksion:

**ROOFMAN**

Zhanri: Dramë Kriminale

Rolet: Channing Tatum, Kirsten Dunst

Pse duhet ta shikoni:

Bazuar në një histori të pabesueshme të vërtetë, Roofman e rrëfen jetën e Jeffrey Manchester (Channing Tatum), një ish-ushtar që kthehet në hajdut të restoranteve të ushqimit të shpejtë. I quajtur "Roofman" sepse hynte

nëpër restorante përmes çatave, ai shndërrohet në një mister mediatik. Pasi arratiset nga burgu, fshihet me muaj në një dyqan lodrash derisa dashuria ia ndërlikon gjithçka.

THE SMASHING MACHINE

Zhanri: Dramë Sportive / Biografi

Rolet: Dwayne "The Rock" Johnson, Emily Blunt

Pse duhet ta shikoni:

Përgatituni të hyni në ring me The Smashing Machine, një histori mbresëlënëse për legjendën e MMA-së, Mark Kerr.

Nga ëndrrat e fëmijërisë në Ohio deri te lavdia në UFC, jeta e Kerr-it ishte plot fitore të dhimbshme dhe beteja të brendshme.

Dwayne Johnson e sjell një performancë të fuqishme në këtë rrugëtim emocional dhe fizik.



Szostak, Sean McNamara

Pse duhet ta shikoni:

Kur nëntëvjeçari John O'Leary e pëson një aksident gati fatal, mjekët nuk i japin asnjë shpresë. Por përmes besimit, familjes, komunitetit dhe lidhjes së veçantë me idhullin e tij të bejsbollit, Jack Buck, ai arrin ta përballojë të pamundurën. I bazuar në një histori të vërtetë, Soul on Fire është një udhëtim frymëzues mbi shërimin, mirënjohjen dhe fuqinë e shpirtit njerëzor për të rilindur nga tragjedia.

PETS ON A TRAIN

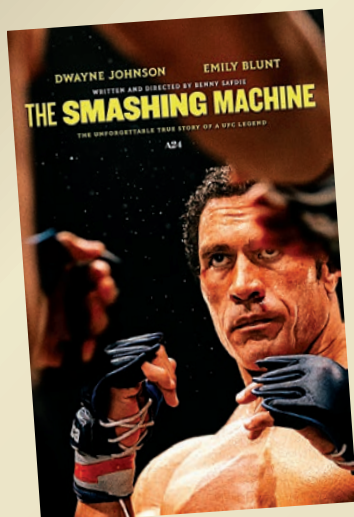
Zhanri: Aventurë e Animuar / Familjar

Zërat: Damien Ferrette, Hervé Jolly, Kaycie Chase

Pse duhet ta shikoni:

Çfarë ndodh kur disa kafshë të përfshira në krime përfundojnë aksidentalisht në mes të një grabitjeje moderne në tren? Kaos, komedi dhe bashkëpunim! Pets on a Train e bashkon Falcon-in, një rakun të zgjuar hajdut, dhe

Rex-in, një qen polic besnik, ndërsa përpiqen të shpëtojnë pasagjerët e tjerë.

**TRON: ARES**

Zhanri: Sci-fi / Aksion

Rolet: Jared Leto

Pse duhet ta shikoni:

Universi digjital zgjerohet përsëri me Tron: Ares, kapitulli më i ri në sagën legjendare.

Jared Leto interpreton Aresin, një program i vetëdijshëm që arratiset nga rrjeti dhe hyn në botën reale. Me efekte vizuale mahnitëse dhe një histori që trajton inteligjencën artificiale, identitetin dhe kontrollin, ky thriller teknologjik është një festë për adhuruesit e fantashkencës dhe aksionit.

**SOUL ON FIRE**

Zhanri: Dramë Frymëzuese

Rolet: William H. Macy, Stephanie





GOOD FORTUNE

Zhanri: Komedi Fantastike

Rolet: Aziz Ansari, Keanu Reeves, Seth Rogen

Pse duhet ta shikoni:

Qielli përplaslet me rrëmujën në Good Fortune, një komedi pozitive për një engjëll të ngathët me emrin Gabriel, i cili përpiqet të "rregullojë" dy jetë, por i ngatërron të gjitha. Me pasoja qesharake dhe një dozë të mirë ndjeshmërie, filmi na kujton se shanset e dyta shpesh vijnë në mënyra të papritura.

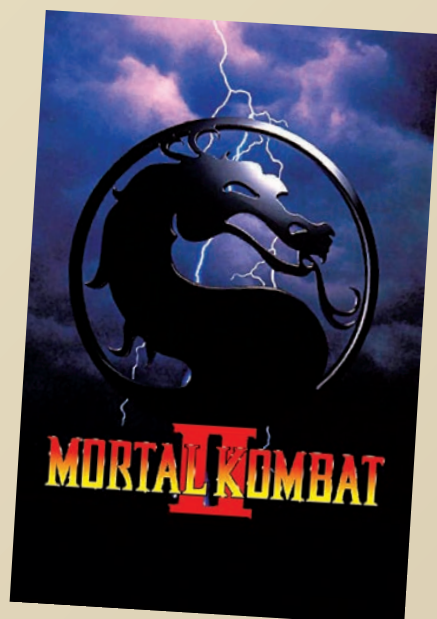
MORTAL KOMBAT II

Zhanri: Aksion / Fantazi

Rolet: Lewis Tan, Hiroyuki Sanada, Jessica McNamee

Pse duhet ta shikoni:

Turneu brutal rikthehet në këtë vazhdim shpërthyes të hitit të vitit 2021. Luftëtarët e Tokës përballen sërish me forcat e "Outworld" (Botës së Jashtme), kësaj radhe me edhe më shumë legjenda në betejë.



TOP OCTOBER RELEASES

October promises to offer movie lovers everything from true crime and legendary sports drama to animated chaos and futuristic adventures. Whether you are heading to the theater or streaming from your sofa, this month's lineup delivers something for every taste: suspense, heart, humor, and action. Here are seven exciting new releases you will not want to miss:

ROOFMAN

Genre: Crime Drama

Starring: Channing Tatum, Kirsten Dunst

Why you should watch:

Based on a wild true story, Roofman follows Jeffrey Manchester (Channing Tatum), a former Army Ranger who turned fast-food burglar. Nicknamed "Roofman" for cutting through restaurant roofs to commit his heists, Manchester becomes a media mystery. After escaping prison, he hides out in a toy store for months, until love complicates everything.

THE SMASHING MACHINE

Genre: Sports Drama / Biopic

Starring: Dwayne "The Rock" Johnson, Emily Blunt

Why you should watch:

Get ready to step into the ring with The Smashing Machine, the gripping story of MMA legend Mark Kerr. From childhood wrestling dreams in Ohio to becoming one of the most feared fighters in UFC history, Kerr's life was filled with brutal victories and painful personal battles. Dwayne Johnson delivers a powerful performance in this emotional and physical journey.

TRON: ARES

Genre: Sci-fi Action

Starring: Jared Leto

Why you should watch:

The digital frontier expands again in Tron: Ares, a stunning new chapter in the legendary franchise. Jared Leto stars as Ares, a sentient program who escapes the grid and enters the real world. With dazzling visuals and a thought-provoking story about AI, identity, and control, this high-tech thriller is set to excite fans of both science fiction and action.

SOUL ON FIRE

Genre: Inspirational Drama

Starring: William H. Macy, Stephanie Szostak, Sean McNamara

Why you should watch:

When nine-year-old John O'Leary suffers a near-fatal accident, doctors give him

no chance of survival. But through faith, family, community, and a powerful connection with his baseball idol Jack Buck, he overcomes unimaginable odds. Based on a true story, Soul on Fire is an inspiring journey of healing, gratitude, and the human spirit's ability to rise from tragedy.

PETS ON A TRAIN

Genre: Animated Adventure / Family

Voice Cast: Damien Ferrette, Hervé Jolly, Kaycie Chase

Why you should watch:

What happens when animal outlaws accidentally end up in the middle of a high-tech train heist? Chaos, comedy, and teamwork! Pets on a Train features Falcon, a clever raccoon thief, and Rex, a loyal police dog, as they try to save their fellow passengers. Bursting with energy and heart, this animated tale is a fast-paced family favorite in the making.

GOOD FORTUNE

Genre: Fantasy Comedy

Starring: Aziz Ansari, Keanu Reeves, Seth Rogen

Why you should watch:

Heaven meets chaos in Good Fortune, a feel-good comedy about a bumbling angel named Gabriel who tries to "fix" two lives but ends up turning everything upside down. With hilarious consequences and just the right dose of heart, this film reminds us that second chances come in unexpected ways.

MORTAL KOMBAT II

Genre: Action / Fantasy

Starring: Lewis Tan, Hiroyuki Sanada, Jessica McNamee

Why you should watch:

The brutal tournament returns in this explosive sequel to the 2021 hit. Earth's warriors face off once again against the forces of Outworld, with even more legendary fighters joining the battle. Expect stunning fight choreography, iconic fatalities, and a darker tone as the fate of the realms hangs in the balance.

ZHAO XINTONG

YLLI I SNUKERIT QË E NDËRROI LOJËN

A ke dëgjuar ndonjëherë për snukerin? Është një sport argëtues që ngjan pak me bilardon, por rregullat janë të ndryshme dhe kërkon shumë aftësi dhe fokus. Dhe rishtas, një lojtar i ri bëri histori në snuker: Zhao Xintong nga Kina. Ai u bë lojtari i parë nga Kina kontinentale dhe e tërë Azia që e fitoi Kampionatin Botëror të Snukerit! Kjo është një arritje shumë e madhe, dhe historia e tij është vërtet frymëzuese.

8 Ditët e para: Një fans i ri i snukerit

Zhao lindi më 3 prill 1997 në një qytet të ngarkuar që quhet Shenzhen në Kinë. Kur ishte vetëm 8 vjeç, filloi të luante snuker. Imagjino të jesh kaq i ri dhe ta duash një lojë që shumë të rritur e gjejnë të vështirë! Prindërit e tij ishin shumë mbështetës dhe madje ia ndërtuan një dhomë stërvitjeje në shtëpi, ku ai mund të luante sa herë të donte.

Ai punoi shumë, stërviti vazhdimisht, dhe në vitin 2016, kur ishte nëntëmbëdhjetë vjeç, Zhao u bë profesionist. Kjo do të thotë që filloi të luante snuker si punë. Që në fillim, njerëzit e vunë re se ai ishte ndryshe. Stili i tij ishte i shpejtë dhe emocionues, andaj tifozët ia dhanë nofkën "Cikloni" për shkak të goditjeve të tij të shpejta dhe të fuqishme.

🏆 Ngjitja e shkallëve: Fitoret e para të mëdha

Zhao nuk u bë kampion brenda natës. Atij desh të fitonte shumë ndeshje dhe turne para momentit të madh. Në sezonin



2021-2022, ai e fitoi turneun e tij të parë të madh, Kampionatin e Mbretërisë së Bashkuar. Ai e mundi Luca Brecel në finale me rezultatin 10-5. Kjo fitore bëri që njerëzit të vëzhgonin me kujdes. Zhao po tregonte se mund të mposhtë disa nga lojtarët më të mirë në botë!

Pastaj, në vitin 2022, erdhi një moment tjetër i mahnitshëm. Në German Masters, Zhao e fitoi një finale pa i dhënë asnjë fraksion kundërshtarit të tij. Kjo është si të fitosh çdo raund të një loje pa humbur asnjëherë! Kjo ishte shumë e rrallë dhe tregoi sa i mirë po bëhej ai. Në maj 2022, Zhao ishte renditur i gjashti në botë. Për një të ri, kjo ishte shumë mbresëlënëse.

📌 Një pengesë në rrugë:

Pezullimi dhe rikthimi

Jeta nuk është gjithmonë e lehtë, as për yjet. Në fillim të vitit 2023, Zhao u përball me një problem të madh. Ai u pezullua nga snukeri profesionist për 20 muaj për shkak të një skandali me manipulim ndeshjesh. Manipulimi i ndeshjeve do të thotë të përpiqesh të mashtrosh duke vendosur kush fiton apo humbet para se loja të fillojë. Zhao nuk ishte direkt i përfshirë në mashtrim, por e dinte dhe nuk e raportoi

menjëherë. Kjo do të thoshte që ai duhej të ndalonte së luajturi sportin e tij të preferuar për një kohë.

Mirëpo, më e bukura është që Zhao nuk u dorëzua. Kur pezullimi i tij përfundoi në shtator 2024, ai filloi të luante përsëri, por këtë herë si amator (që do të thotë se nuk ishte profesionist atë moment). Ai punoi më shumë se kurrë më parë, duke i fituar katër turne radhazi në QTour, gjë që ia dha mundësinë të rikthehej si profesionist për sezonin 2025-2026.

🌟 Hyrja në histori: KAMPION BOTËROR!

Pjesa më e mirë e historisë së Zhao-s erdhi në vitin 2025. Pavarësisht se ishte amator, ai u kualifikua për Kampionatin Botëror të Snukerit duke i fituar katër ndeshje të vështira kualifikuese. Në gjysmëfinale, ai u përball me një nga lojtarët më të mëdhenj të të gjitha kohërave, Ronnie O'Sullivan, i cili e ka fituar shtatë herë kampionatin më parë.

Zhao nuk lajti thjesht mirë, ai e shkatërroi Ronnie-n me rezultatin 17-7! Pastaj në finale, Zhao e mundi Mark Williams 18-12, duke u bërë lojtari i parë nga Kina kontinentale dhe e tërë Azia që e fitoi Kampionatin Botëror të Snukerit. Ky ishte një lajm i madh! Imagjino gëzimin për Zhao-n, familjen e tij dhe tifozët e snukerit në gjithë Kinën dhe Azinë.





★ Pse ka rëndësi fitorja e Zhao-s?

Fitorja e Zhao-s është më shumë se një person që e fiton një trofe. Ajo tregon se snukeri po rritet në Kinë dhe Azi, ku shumë të rinj po fillojnë ta duan këtë sport. Zhao është bërë model për shumë fëmijë që duan të luajnë snuker dhe të ëndërrojnë për më shumë.

Historia e tij na mëson se pavarësisht sfidave që të dalin përpara, madje edhe të mëdha si pezullimi, nëse punon fort, qëndron i fokusuar dhe beson në vetvete, mund të rikthehesh edhe më i fortë.

🧠 Çfarë e pret Zhao-n?

Tani që Zhao është kthyer në turnetë profesionale si Kampion Botëror, të gjithë janë të emocionuar të shohin çfarë do të bëjë më tej. A do të fitojë më shumë kampionate? A do të vazhdojë të habisë botën e snukerit me stilin e tij të shpejtë dhe emocionues? Një gjë është e sigurt: Zhao Xintong është një lojtar që duhet ndjekur!



⚡ **Fakt argëtues**
Zhao quhet "Cikloni" për shkak të shpejtësisë dhe fuqisë së goditjeve të tij. Andaj, herën tjetër që do të shikosh snuker, kush-toji vëmendje goditjeve të tij rrufe!

ZHAO XINTONG

THE SNOOKER STAR WHO CHANGED THE GAME

Have you ever heard of snooker? It's a cool sport that looks a bit like pool, but the rules are different, and it takes lots of skill and focus. Well, there's one player who has made snooker history recently: Zhao Xintong from China. He became the first player from mainland China and all of Asia to win the World Snooker Championship! That's a huge deal, and his story is really inspiring.

🕒 **Early days: A young snooker fan**

Zhao was born on April 3, 1997, in a busy city called Shenzhen in China. When he was just 8 years old, he started playing snooker. Imagine being so young and already loving a game that many adults find tricky! His parents were super supportive and even built a small practice room at home for him. This way, Zhao could play anytime he wanted.

He worked hard, practiced a lot, and in 2016, when he was nineteen, Zhao turned professional. That means he started playing snooker as his job. From the start, people noticed he was different. His style was fast and exciting, and fans gave him the nickname "The Cyclone" because of how quick and strong his shots were.

🏆 **Climbing the ladder: First big wins**

Zhao didn't become a champion overnight. He had to win many matches and tournaments before the big moment. In the 2021-2022 season, he won his first major tournament, the UK Championship. He beat Luca Brecel in the final with a score of 10-5. This win made people sit up and take notice. Zhao was proving he could beat some of the best players in the world!

Then, in 2022, came another amazing moment. At the German Masters, Zhao won a final match without letting his opponent win a single frame. That is like winning every single round in a game without losing once! This was super rare and showed just how good he was getting. By May 2022, Zhao was ranked sixth in the world. For someone so young, that was really impressive.

📉 **A bump on the road: Suspension and comeback**

Life isn't always easy, even for stars. In early 2023, Zhao faced a big problem. He was suspended from professional snooker for 20 months because of a match-fixing scandal. Match-fixing means trying to cheat by deciding who wins or loses before the game is played. Zhao wasn't directly involved in cheating but knew about it and didn't report it right away. This meant he had to step away from his favorite sport for a while.

But here's the cool part: Zhao didn't give up. When his suspension ended in September 2024, he started playing again, but this time

as an amateur (which means he wasn't a professional player at that moment). He worked harder than ever, winning four events in a row on the QTour, which earned him a chance to come back as a professional for the 2025-2026 season.

🏆 **Making history: WORLD CHAMPION!**

The best part of Zhao's story came in 2025. Despite being an amateur, he qualified for the World Snooker Championship by winning four tough qualifying matches. In the semifinals, he faced one of the greatest players ever, Ronnie O'Sullivan, who had won the championship seven times before.

Zhao didn't just play well, he crushed Ronnie with a score of 17-7! Then in the final, Zhao beat Mark Williams 18-12, becoming the first player from mainland China and all of Asia to win the World Snooker Championship. This was huge news! Imagine the joy for Zhao, his family, and snooker fans all over China and Asia.

⚡ **Why Zhao's win matters?**

Zhao's victory is more than just one man winning a trophy. It shows that snooker is growing in China and Asia, where lots of young people are starting to love the sport. Zhao has become a role model for many kids who want to play snooker and dream big. His story also teaches us that no matter what challenges come your way, even big ones like being suspended, if you work hard, stay focused, and believe in yourself, you can come back stronger.

🧐 **What's next for Zhao?**

Now that Zhao is back on the professional tour as the World Champion, everyone is excited to see what he does next. Will he win more championships? Can he keep surprising the snooker world with his fast and exciting style? One thing's for sure: Zhao Xintong is a player to watch!

⚡ **Fun Fact**
Zhao is called "The Cyclone" because of how fast and powerful he plays. Maybe next time you watch snooker, keep an eye out for his lightning shots!

NJOFTIMET SHKËPUTËSIT E VEGJËL TË VËMENDJES

Sa herë ju ka ndodhur që t'a keni marrë telefonin "vetëm për një minutë", sepse ju ka ardhur një njoftim dhe pa pritmas e kuptoni se ka kaluar gjysmë ore? Njoftimet janë bërë si shkëputës të vegjël të vëmendjes, një tingull, një ekran që dridhet, ose një pikë e vogël e kuqe dhe menjëherë e ndjeni nevojën për të kontrolluar se çfarë po ndodh. Në shikim të parë, gjithçka duket e padëmshme. Dikush e merr një mesazh në "Instagram", një tjetër një video në "TikTok", dikush e merr një pëlqim (like) në "Snap"... Por problemi lind kur e kuptoni se sa shpesh na ndërpresin këto njoftime kur jemi duke mësuar, kaluar kohë me familjen tonë ose edhe duke pushuar.



Çfarë mund të bëni?

- Nuk do të thotë t'a hedhni telefonin në sirtar dhe t'a harroni. Thjesht "zbuteni" pak.
- Fikni njoftimet e panevojshme. Mund t'a lini aktiv vetëm Viber-in ose SMS-at, nëse prindërit ju dërgojnë mesazhe.
- Aktivizoni "Mos më shqetëso" (Do Not Disturb), teksa mësoni ose fleni, aktivizojeni opsionin që i bllokoi të gjitha njoftimet.
- Lëreni telefonin në një dhomë tjetër - kur dëshironi të bëni një detyrë ose të pushoni, lëreni disa metra larg jush. Do të shihni sa më i shpejtë dhe më i qetë do të jeni.
- Caktoni një kohë për rrjetëzim - për shembull vendosni të kontrolloni mediat sociale pas shkollës dhe në mbrëmje, në vend që t'a bëni atë vazhdimisht gjatë ditës.

Si njoftimet "vjedhin" përqendrimin

Sa herë që telefoni juaj bie, truri juaj kalon në një detyrë tjetër. Edhe nëse përgjigjeni brenda pesë sekondash, duhet shumë kohë për t'u rikthyer në atë që po bënit. Shkencëtarët thonë se trurit i duhen deri në 20 minuta për t'u rifokusuar pas një ndërprerjeje. Imagjinoni të uleni dhe të përpiqeni të mësoni një mësim nga biologjia. Filloni të mbani mend diçka dhe pikërisht kur gjithçka ka kuptim për ju, mbërrin një njoftim. E shikoni atë, përgjigjeni dhe pastaj ju duhen edhe dhjetë minuta të tjera për t'u rikthyer në ritëm. Nëse kjo ju ndodh më shumë se një herë, të mësuarit zgjat shumë më tepër seç duhet dhe bëhet torturë.

Nuk jeni të pranishëm edhe kur jeni aty

Njoftimet nuk ndikojnë vetëm në shkollë. Sa herë keni dalë me miqtë dhe të gjithë kanë qenë duke i shikuar telefonat e tyre

në të njëjtën kohë? Është sikur të jeni fizikisht bashkë, por secili është në botën e vetë digjitale. Në vend që të qeshni dhe të flisni, të gjithë e kontrollojnë se kush ka bërë "like" ose çfarë ka postuar. Telefoni na vjedh momente që mund të jenë argëtuese dhe të paharrueshme.

Aplikacionet punojnë kundër jush (me qëllim)

Pas çdo gjëje ka një truk; aplikacionet janë të dizajnuara për t'ju mbajtur në ekran sa më gjatë që është e mundur. Kjo është arsyeja pse ato ju dërgojnë kujtesa

(reminders), pëlqime dhe mesazhe të reja, vetëm që t'ju bëjnë të klikoni përsëri. Ajo ndjesia se "ndoshta më ka ikur diçka" në të vërtetë është e planifikuar. Sa më shumë kohë që kaloni në internet, aq më shumë reklama shihni e kështu aplikacionet fitojnë para.





NOTIFICATIONS LITTLE ATTENTION BREAKERS

How often have you picked up your mobile phone "just for a moment" because a notification popped up, and suddenly half an hour has passed? Notifications have become little attention breakers: a noise, a flickering screen or a small red dot and you immediately feel the need to check what's going on. At first glance, it all seems harmless. Someone receives a message on Instagram, another person sees a TikTok video, someone gets a like on Snapchat... But the problem starts when you realise how often these notifications interrupt us, while we're studying, spending time with the family or even trying to relax.

A po humbisni diçka nëse nuk shikoni menjëherë?

Në fillim do t'ju duket e çuditshme. Vazhdimisht do të keni ndjesinë se po ju ikë diçka. Por, me kalimin e kohës e kuptoni se bota nuk ka marrë fund për shkak se nuk e patë klipin ose mesazhin menjëherë. Në vend që të ndjekim çdo njoftim, mund të mësojmë t'i shijojmë gjërat e vërteta përreth nesh.

Ju jeni përgjegjës, jo telefoni

Mos harroni, njoftimet nuk janë shefi juaj. Ju vendosni se kur t'i shikoni mesazhet, e jo anasjelltas. Kur i fikni ose i injoroni, ia ktheni vetes kohën dhe vëmendjen. Kjo do të thotë që mund të bëni më shumë gjëra që vërtet ju interesojnë, të luani basketboll, të shikoni një film, të dilni me shokët e shoqet, ose thjesht të argëtoheni pa u ndjerë sikur jeni vazhdimisht nën presion.



How notifications "steal" your concentration

Every time your phone "pings", your brain switches to a new task. Even if you answer within five seconds, it takes a long time to get back to what you were doing. Scientists say it takes up to 20 minutes for the brain to refocus after an interruption. Imagine you are sitting down and trying to learn a biology lesson. You start to memorise something and just as everything is making sense, a notification comes. You look at it, react to it, and then it takes you another ten minutes to get back on track. If this happens to you again and again, learning takes much longer than it should and becomes an ordeal.

You are not present, even if you are there

Notifications don't just affect school life. How many times have you met up with friends only to find that everyone is staring at their mobile phones at the same time? It's like being physically together, but everyone is lost in their own digital universe. Instead of laughing and talking, everyone is busy checking who likes what or who has posted something new. The mobile phone silently steals moments that could have been joyful and unforgettable.

Apps (intentionally) work against you

There's a trick behind this: apps are designed to keep you glued to the screen for as long as possible. That's why they send you reminders, new likes and messages just to keep you clicking again. The feeling of "maybe I missed something" is actually intentional. The more time you spend online, the more adverts you see, and

What can you do?

- You don't have to throw your mobile phone in a drawer and forget about it. Just "tame" it a little.
- Switch off unnecessary notifications. Only leave Viber or SMS on when your parents are messaging you.
- Switch on the "Do not disturb" option when you are studying or sleeping and block all notifications.
- Phone in another room - if you want to do a task or take a break, leave it a few meters away from you. You'll see how much faster and calmer you are
- Set a time for networking - for example, decide to check social media after school and in the evening, rather than constantly during the day.

that's how the apps make money.

Do you miss something if you don't look at it straight away?

It will be strange at first. You'll constantly feel like you're missing something. But over time, you'll realize that the world hasn't ended because you didn't watch a video or message straight away. Instead of chasing after every notification, we can learn to enjoy the real things around us.

You are in charge, not your mobile phone

Remember: notifications are not your boss. You decide when to check your messages, not them. If you switch them off or ignore them, you get your time and attention back. And that means you can do more of the things that really matter to you, such as playing basketball, watching a film, going out with friends or just having fun, without feeling like you're constantly under pressure.

INSPEKTIVE TË PËRBASHKËTA PËR SIGURI

KFOR-I DHE FSK DUKE BASHKËPUNUAR PËR NJË KOSOVË MË TË SIGURT

Inspektimet e përbashkëta të sigurisë zhvillohen gjatë gjithë vitit në Kosovë, për t'u siguruar që mbeturinat industriale të rrezikshme të mos paraqesin rrezik për njerëzit apo mjedisin. Shembuj të qartë të këtij bashkëpunimi të vazhdueshëm ishin inspektimet e kryera së fundmi në termocentralin "Kosova A" në Obiliq dhe në kompaninë "Euro Steel" në Pejë. Këto inspektime u realizuan nga Forca e Sigurisë së Kosovës (FSK), së bashku me specialistët finlandezë për Çështje Kimike, Biologjike, Radiologjike dhe Bërthamore (CBRN) që shërbejnë në kuadër të KFOR-it.

Çfarë janë lokacionet TIM dhe pse kanë rëndësi?

Lokacionet me Mbeturina Industriale Toksike (TIM) janë lokacione ku ruhen mbeturina kimike ose radioaktive. Në Kosovë, shumë prej këtyre materialeve janë lënë pas nga fabrikat e vjetra të cilat nuk janë më në funksionim. Për shembull, lokacioni në Pejë përmban mbeturina nga ish-fabrika e pjesëve të veturave "Zastava". Pas privatizimit, kompanitë që i morën këto lokacione i trashëguan edhe materialet e rrezikshme. Derisa të ndërtohet një depo qendrore për ruajtjen e tyre, kompanitë si Euro Steel duhet të sigurohen që këto mbeturina të ruhen në mënyrë të sigurt, me ndihmën e njësive të FSK-së dhe njësive CBRN të KFOR-it. Në lidhje me këtë, nënkolonel Darko Pupovic nga KFOR-i deklaroi: "Inspektimi i lokacioneve TIM është një nismë shumë e rëndësishme që



realizohet në bashkëpunim nga KFOR-i dhe FSK-ja. Ky partneritet synon që të garantojë sigurinë dhe mbrojtjen e mjedisit në zonat e prekura nga materialet e rrezikshme." Ndërsa toger Juuso nga kontingjenti finlandez shpjegoi se KFOR-i i mbështet institucionet e Kosovës me kontrollat e rregullta të sigurisë: "Këto përpjekje ndihmojnë në ndërtimin e një mjedisi të sigurt dhe të qetë për të gjithë njerëzit dhe komunitetet në Kosovë," tha ai.

Pse është i rëndësishëm bashkëpunimi ndërmjet KFOR-it dhe FSK-së?

KFOR-i dhe FSK-ja nuk bashkëpunojnë vetëm gjatë inspektimeve, por gjatë gjithë vitit. "Bashkëpunimi na ndihmon të reagojmë shpejt dhe në mënyrë të koordinuar nëse ndodh ndonjë incident, siç është një rrjedhje kimike ose zjarr në ndonjë lokacion industrial," tha Taulant Tahiraj nga FSK-ja. "Gjithashtu ai na e rrit aftësinë për të vepruar në mënyrë profesionale dhe në përputhje me standardet e sigurisë të NATO-s dhe BE-së." Sipas nënkolonelit Pupovic, ky bashkëpunim ndihmon në uljen e tensioneve ndëretnike dhe ndërtimin e besimit ndërmjet komuniteteve.

Të mbrojmë njerëzit dhe mjedisin, së bashku

Roli i KFOR-it e përfshin ndihmën për FSK-në në ndërtimin e njohurive dhe aftësive për menaxhimin e materialeve të rrezikshme. Kjo është veçanërisht e rëndësishme teksa Kosova vazhdon të zhvillohet dhe të harmonizohet me standardet evropiane dhe ndërkombëtare. Inspektimet përfshijnë edhe vlerësime mjedisore për t'u siguruar që nuk ka rrezik për komunitetetet përreth. "Rreziqet me të cilat përballemi përfshijnë kimikate të panjohura, mbeturina toksike dhe



burime radioaktive,” tha Tahiraj. “Menaxhimi i këtyre materialeve është pjesë e rëndësishme e planit të përgjithshëm të sigurisë së Kosovës, veçanërisht në raste emergjencash civile.” Në inspektimet e fundit morën pjesë edhe përfaqësues nga Ministrinë e Shëndetësisë dhe Planifikimit Hapësinor, Policia e Kosovës dhe agjenci të tjera. Të gjithë pjesëmarrësit ranë dakord për një gjë: vazhdimi i bashkëpunimit është çelësi për një Kosovë të sigurt.



★ Një përgjegjësi e përbashkët për të ardhmen

Për shumë vite, KFOR-i dhe FSK-ja kanë bashkëpunuar për të inspektuar lokacionet me mbetje toksike në tërë Kosovën. Ky bashkëpunim zhvillohet në kuadër të katër mandateve themelore të FSK-së: reagimit emergjent, asgjësimit të mjeteve shpërthyes, menaxhimit të materialeve të rrezikshme si dhe shuarjen e zjarreve dhe mbrojtjen civile. Përpjekjet e tyre të përbashkëta synojnë t'i parandalojnë aksidentet, të ndërtojnë besim dhe të mbrojnë mjedisin. Siç theksoi nënkoloneli Pupovic: “Besimi dhe bashkëpunimi juaj me këto forca janë thelbësore për një shoqëri harmonike.” Siguria është përgjegjësi e përbashkët dhe bashkëpunimi e forcon atë.



JOINT SAFETY INSPECTIONS

KFOR AND KSF WORKING TOGETHER FOR A SAFER KOSOVO

Joint safety inspections are carried out throughout the year in Kosovo to help ensure dangerous industrial waste does not pose a risk to people or the environment. A clear example of this ongoing cooperation took place recently at the “Kosova A” power plant in Obiliq and the “Euro Steel” company in Pejë/Peć. These inspections were conducted by the Kosovo Security Force (KSF), together with Finnish Chemical, Biological, Radiological, and Nuclear (CBRN) specialists serving in KFOR.

What are TIM Sites and why do they matter?

Toxic Industrial Materials (TIM) sites are places where chemical and radioactive waste is stored. In Kosovo, many of these materials were left behind by old factories that no longer operate. For example, the site in Pejë/Peć contains waste from the former car parts factory “Zastava.” After privatization, the companies that took over these sites also inherited the dangerous materials. Until a central storage facility is built, companies like Euro Steel must ensure these materials are safely stored, with the assistance of KSF and KFOR CBRN units. In relation to this Lieutenant Colonel Darko Pupovic from KFOR said: “The TIM Site Inspection is a very important initiative conducted cooperatively by KFOR and KSF. This partnership aims to ensure the safety and environmental protection of areas affected by hazardous materials.” Whereas Lieutenant Yuso from the Finnish contingent explained, that KFOR supports Kosovo’s institutions with regular safety checks: “These efforts assist in building a safe and secure environment for all people and communities in Kosovo,” he said.

Why is KFOR-KSF cooperation so important in this field?

KFOR and KSF work together not only during inspections but also throughout the year. “Cooperation helps us respond quickly and in a coordinated manner if an incident occurs such as a chemical spill or a fire at an industrial site,” said Taulant Tahiraj from the KSF. “It also increases our ability to act professionally and follow NATO and EU safety standards.” According to Lieutenant Colonel Pupovic, their cooperation helps reduce ethnic

tensions and builds trust between communities.

Protecting people and the environment together

KFOR’s role includes helping KSF build its knowledge and skills in handling dangerous materials. This is especially important as Kosovo continues to develop and align with European and international standards. The inspections also include environmental evaluations to ensure there is no risk to nearby communities. “The risks we face include unknown chemicals, toxic waste, and radioactive sources,” said Tahiraj. “Managing these materials is an important part of Kosovo’s overall safety plan, especially in cases of civil emergencies.” The recent inspections were also attended by representatives from the Ministry of Health and Spatial Planning, Kosovo Police, and other agencies. Everyone involved agreed on one thing: continued teamwork is the key to keeping Kosovo safe.

★ A shared responsibility for the future

For several years, KFOR and KSF have worked together to inspect toxic waste sites across Kosovo. This cooperation takes place within the KSF’s four core mandates: emergency response, explosive ordnance disposal, management of hazardous material, fire-fighting and civil protection. Their joint efforts aim to prevent accidents, build trust, and protect the environment. As Lieutenant Colonel Pupovic emphasized, “Your trust and cooperation with these forces are vital for a harmonious society.” Safety is a shared responsibility and cooperation makes it stronger.

Mendimi juaj për njoftimet telefonike



BLERON KRASNIQI



A ndihmojnë njoftimet në telefon për të mbajtur lidhje, apo janë shpërqendrim?

Unë mendoj se po, ndihmojnë: a) ndihmojnë të qëndrojmë në kontakt online kur nuk jemi fizikisht bashkë me të tjerët. b) edhe mund të na shpërqendrojnë, por kjo varet nga mënyra se si i përdorim. Faktorët kryesorë që ndikojnë janë: shoqëria apo grupi me të cilin rrimë, mënyra e përdorimit dhe përdorimi i tepërt.

A mund të kalosh një ditë të tërë pa parë njoftimet në telefon?

Po, mundem. E di që nuk ndikohem nga shoqëria, edhe nëse njoftimet janë të rëndësishme. Për 8 vjet kam qenë çdo ditë me të njëjtët njerëz, por nuk jam ndikuar kurrë nga ta. Personalitetin tim e kam ndërtuar vetë, ashtu siç kam dashur.

A e kontrollojnë njoftimet kohën tënde?

Jo. Nuk u kushtoj shumë rëndësi. Për mua janë më të vlefshme bisedat që ndodhin kur jemi të pranishëm fizikisht.

A i kthen frika nga humbja e njoftimeve në varësi?

Jo, sepse njoftimet nuk më krijojnë ndonjë përshtypje të veçantë dhe nuk më argëtojnë.

Do phone notifications help you stay connected, or are they just a distraction?

I think they help: a) They help us stay in touch online when we are not in the same place or physically together. b) They can distract us, but it depends on how we use them.

The main factors are our group of friends, how we use the phone, and using it too much.

Can you go a whole day without checking notifications on your phone?

Yes, I can. I know I'm not easily influenced by my friends, even if the notifications are important. For example, I've spent 8 years with the same people every day, but I've never let them change me. I've always stayed true to myself and built my personality the way I wanted.

Do notifications control your time?

No. I don't give them much attention. I prefer face-to-face conversations.

Does fear of missing something turn notifications into an addiction?

No. Notifications don't impress me or entertain me.



VLERA KADRIU



A ndihmojnë njoftimet në telefon për të mbajtur lidhje, apo janë shpërqendrim?

Mendoj se më shpërqendrojnë, sidomos kur dua të përqendrohem në ndonjë punë tjetër.

A mund të kalosh një ditë të tërë pa parë njoftimet në telefon?

Varet. Nëse jam me dikë që më mbush ditën, atëherë po, mundem.

A e kontrollojnë njoftimet kohën tënde?

Jo gjithmonë, por shpesh po.

A i kthen frika nga humbja e njoftimeve në varësi?

Po. Shpesh kam frikë se mos më ikën diçka e rëndësishme, dhe kjo më bën t'i kontrolloj njoftimet vazhdimisht.

Do phone notifications help you stay connected, or are they just a distraction?

I think they distract me, especially when I need to focus on something else.

Can you go a whole day without checking notifications on your phone?

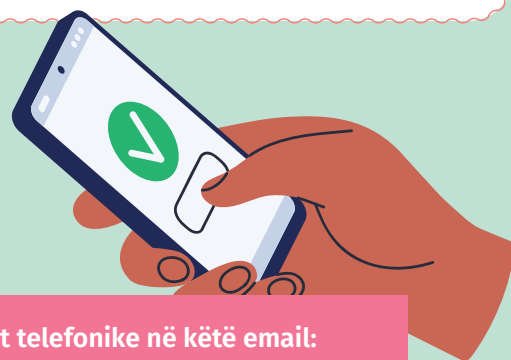
I don't think so. But it depends – if I'm with someone I enjoy spending the whole day with, maybe I could.

Do notifications control your time?

Not always, but often yes.

Does fear of missing something turn notifications into an addiction?

Yes. I often feel afraid that I might miss something important, and this makes me check my notifications all the time.



Ju lutemi na dërgoni mendimet tuaja mbi njoftimet telefonike në këtë email:
magazineforyou2003@gmail.com

Your opinion on phone notifications?



ELSA XHYMSHITI



A ndihmojnë njoftimet në telefon për të mbajtur lidhje, apo janë shpërqendrim?

Mendoj se janë shpërqendrim. Kur jemi duke bërë detyra dhe na vjen ndonjë njoftim, sidomos nga grupi i klasës për ndonjë debat apo përplasje, na kap kureshtja dhe harrojmë çfarë ishim duke bërë.

A mund të kalosh një ditë të tërë pa parë njoftimet në telefon?

Jo, nuk mundem. U kush-toj shumë rëndësi.

A e kontrollojnë njoftimet kohën tënde?

Po, ndonjëherë. Por e kuptoj se është humbje kohe të merresh me gjëra të parëndësishme.

A i kthen frika nga humbja e njoftimeve në varësi?

Po. Kam frikë mos më ikën ndonjë mesazh urgent dhe kjo ndikon që të krijohet varësi, edhe për gjëra të panevojshme.

Do phone notifications help you stay connected, or are they just a distraction?

I think they are a distraction. For example, when I'm doing homework and my phone is near, I get distracted easily. If something happens in our class group, like an argument, I get curious and forget about the homework.

Can you go a whole day without checking notifications on your phone?

No, I can't. I care a lot about these things.

Do notifications control your time?

Yes, but not always. It's often a waste of time to focus on unimportant things.

Does fear of missing something turn notifications into an addiction?

Yes, I think so. It can make us addicted even to things we don't really need. I'm afraid I might miss an urgent message.



LEARTA MALOKU



A ndihmojnë njoftimet në telefon për të mbajtur lidhje, apo janë shpërqendrim?

Mendoj se më shpërqendrojnë shumë. Njoftimet nuk vijnë vetëm nga një aplikacion, por nga disa, dhe secila më tërheq vëmendjen me përmbajtje të ndryshme. Prandaj, kur dua të përqendrohem, preferoj ta lë telefonin larg.

A mund të kalosh një ditë të tërë pa parë njoftimet në telefon?

Jo, sepse gjithmonë mendoj se mund të ndodhë ndonjë emergjencë që duhet ta di menjëherë.

A e kontrollojnë njoftimet kohën tënde?

Po, por kur jam në shkollë përpiqem ta kufizoj veten edhe pse më vijnë njoftime.

A i kthen frika nga humbja e njoftimeve në varësi?

Po, sepse frika që mund të humbas ndonjë lajm urgent kthehet në varësi.

Do phone notifications help you stay connected, or are they just a distraction?

They distract me a lot. Notifications don't come just from one app, but from many, and each one has something interesting that catches my attention. So, when I need to focus, I try to stay calm and keep my phone away.

Can you go a whole day without checking notifications on your phone?

No, because I always think there might be an emergency that I must know about.

Do notifications control your time?

Yes, but during school hours I try to limit myself, even when notifications pop up.

Does fear of missing something turn notifications into an addiction?

Yes, the fear of missing an emergency message can turn into an addiction.



Please send us your thoughts on phone notifications on this email:
magazineforyou2003@gmail.com

MIQËSIA NË PRAG TË SHKËPUTJES: SI TA MBIJETOSH KËTË DRAMË!

Hej! A të duket ndonjëherë sikur drama me shokët është fundi i botës? Lexoje këtë tekst, është udhëzuesi yt për kaosin e miqësive, ndjenjave dhe raporteve në botën rinore.

Së pari - nuk je çmendur dhe nuk je i vetmi

Nëse ndihesh sikur marrëdhëniet me shokët janë si një "rollercoaster" pa rrip sigurie, nuk je vetëm. Sot jeni shokët më të mirë, nesër nuk flisni, pasnesër dikush ndërhyr dhe gjithçka shkon në greminë. Mirë se vini në adoleshencë, ku ndjenjat janë të forta, e lidhjet ende të brishta. Ndoshta dikush të ka lënë pas dore, ndihesh i përjashtuar, i tradhtuar apo madje edhe i turpëruar para të tjerëve. Ndoshta e pyet veten se çka the gabim. E gjithë kjo është normale. Në këtë periudhë mësojmë si të jemi pjesë e një grupi pa e humbur veten. Dhe shpesh gabojmë.

Pse ndodh kjo?

Trupi yt po kalon në stuhi (hormonet "egërsohen"), truri po zhvillohet (po, shkencërisht e vërtetuar), dhe ti po përpiqesh të kuptosh kush je dhe ku e ke vendin. Miqësitë kanë më shumë rëndësi se kurrë, dhe kur thyhen, ndihen si zemra e copëtuar. Mes kësaj përzierje

emocionesh, gjërat e vogla bëhen të mëdha: një mesazh që nuk erdhi, një ftesë që s' e ke marrë, një fjali e thënë para të gjithëve. Gjithçka duket personale. Dhe shpesh është.

Çka mund të bësh kur shpërthen drama?

Mos vepro menjëherë në afekt. E di, dëshiron të reagosh, ta mbrosh veten, të thuash diçka të fortë. Por, prit pak. Merr frymë. Shtyje impulsin e "hak-marrjes së menjëhershme". Nesër mund ta shohësh ndryshe.

Provo të tregosh se si ndihesh

Nuk ke nevojë të sulmosh. Thuaj thjesht: "Më lëndoi kur e bërë atë." Shumë nuk janë të vetëdijshëm sa rëndë ndikojnë fjalët e veprimet e tyre.



Gjej njerëz që të kuptojnë

Nëse ndihesh vazhdimisht keq në shoqërinë e një grupi të caktuar, ajo nuk është shoqëria e duhur për ty. Nuk ke pse të jesh pranë njerëzve që të poshtërojnë, të përgojnë ose të shfrytëzojnë.

Mos u turpëro nëse shpreh interesim

Të jesh i lënduar nuk do të thotë se je i dobët. Do të thotë që të intereson miqësia. Dhe kjo është forcë, e jo dobësi.

Miqësitë ndryshojnë. Dhe kjo është në rregull!

Në moshën e adoleshencës, shumica e miqësive formohen dhe përfundojnë sikur këngët në top-lista. Disa zgjasin, disa jo. Disa rikthehen. Disa zhduken.



përgjithmonë. Gjithçka është pjesë e historisë tënde. Mëson kujt t'i besosh, si të vendosësh kufij dhe si të zgjedhësh ata që të ndihmojnë të jesh versioni më i mirë i vetes.

Kur drama bëhet serioze

Nëse ndihesh si shënjestra e talljeve, fyerjeve, thashethemeve apo përjashtimit, nuk është më "vetëm dramë". Kjo është dhunë emocionale. Mos hesht. Tregoji prindit, mësuesit, psikologut të shkollës – dikujt që i beson. Nuk ke nevojë që këtë ta kalosh vetëm.

Dhe më e rëndësishmja: vlera jote nuk matet me popullaritetin

E di, është e lehtë për t'u thënë, por është e rëndësishme ta mbash mend: ti nuk je vetëm ajo që të tjerët e thonë për ty. Vlera jote nuk varet nëse një grup të "do", nëse je në një bisedë, në një histori apo në një ftesë për ditëlindje. Vlera jote qëndron në atë që mban brenda teje, në sa i vërtetë, i ndershëm, i dhembshur dhe i aftë të ngrihesh mbi dramën ti je.

DHE NË FUND...

Drama do të jetë gjithmonë aty, por ti mund të mësohesh si të mos bëhesh pjesë e saj ose të dalësh më i fortë. Nëse sot qan për një miqësi, nesër mund të kuptosh sa shumë ke mësuar për veten. Dhe kjo është pjesë e rritjes.

FRIENDSHIP ON THE EDGE: HOW TO SURVIVE THE DRAMA?

Hey, does drama with friends sometimes feel like the end of the world? That's exactly why you should read this text, it's your guide through the chaos of friendships, emotions, and relationships in the teenage world.

First – you're not crazy, and you're not the only one

If it seems to you that relationships with friends are like riding a roller coaster without a seat belt, you are not alone. Today you are best friends, tomorrow you don't see each other, the day after tomorrow someone "interferes" with you and everything goes to hell. Welcome to the world of adolescence, where emotions are strong and relationships are still unstable. Maybe someone turned their back on you, maybe you feel excluded, betrayed or even humiliated in front of others. You might be wondering what you said wrong. It's all normal. In this period, we all learn how to be part of a group without losing ourselves. And yes, we often make mistakes.

Why is this happening?

Because your body is in chaos (hormones are raging), your brain is developing (seriously, scientifically proven), and you're trying to figure out who you are and where you belong. Friendships mean more to you now than ever, and when they break, it hurts like someone broke your heart. Because actually, it is. In that mix of feelings, small things become huge: a message that didn't arrive, a call you weren't included in, a sentence said in front of everyone. Everything seems personal. And it often is.

What can you do when the drama starts?

Don't react in the heat of the moment

I know, you want to send a message, defend yourself, say something powerful. Wait. Breathe. Resist the impulse for "instant revenge." Chances are, tomorrow you'll see it differently.

Try to express how you feel.

You don't have to attack. Just say, "It hurt when you did that." Many people are not even aware of the impact of what they do or say.

Find people who understand you.

If you constantly feel bad in the company

of a certain group, it is not the company for you. You don't have to be around people who humiliate, gossip or use you.

Don't be ashamed for caring.

Being hurt doesn't mean you're weak. It just means you care about the relationship. And that's strength, not weakness.

Friendships change. And that's okay!

In your years, most friendships form and fall apart like songs on the charts. Some will last, some won't. Some will come back. And some won't. And that's all part of your story. You're learning who to trust, how to set boundaries, and how to choose the people who bring out the best version of you.

When the drama gets serious

If you feel like you're constantly the target of mockery, insults, rumours, or exclusion, that's no longer just "typical drama." That's emotional abuse. In that case, don't stay silent. Talk to a parent, teacher, school counsellor, or someone you trust. You don't have to go through it alone.

And now the most important thing:

Your value isn't measured by how popular you are

I know, it's easy to say, but it's important to remember: you are not just what others say about you. Your value does not depend on whether a group "loves" you, whether you are in a chat, on a story or in a birthday invitation. Your value is in what you carry inside you, in how true you are, honest, compassionate and capable of rising above the drama.

AND AT THE END...

There will always be drama, but you can learn how not to be a part of it, or how to come out of it stronger. If you're crying over a friendship today, tomorrow you might realize you've learned a lot about yourself. And that's part of growing up.

5 MËNYRA SE SI E PËRDORNI IA-NË ÇDO DITË (PA E KUPTUAR FARE!)

Teknologjia e fshehur rreth nesh

Mendoni se IA përdoret vetëm nga gjigantët e teknologjisë? Gabim. Nëse keni parë një video, shkruar një mesazh, ose bërë një selfie – tashmë e keni përdorur Inteligjencën Artificiale, edhe pa e ditur! Ja 5 mënyrat kryesore si IA është pjesë e jetës suaj:

1. FYP-ja juaj është një tru IA

TikTok dhe Instagram nuk ju lexojnë mendjen, por duket sikur po. IA analizon çfarë pëlqeni, sa gjatë shikoni dhe kë ndiqni, për t'ju sugjeruar videon e radhës.

2. Selfiet përdorin IA

Kur kamera juaj e zbut lëkurën, shton filtra, ose hapet me fytyrën tuaj – është IA. Edhe aplikacionet që ju kthejnë në viza-tim? Po, magjia e IA-së.

3. Asistentët zanorë

“Hej Siri, çfarë është IA?” Kur Siri, Alexa apo Google ju përgjigjen, është IA që kupton dhe flet si njeri.

4. Kontrolli i drejtshkrimit dhe përgjigjet e shpejta

Autocorrect që ju rregullon fjalët? Gmail që sugjeron “Dakord!” ose “Shihemi së shpejti”? Është IA që parashikon çfarë doni të shkruani.

5. Loja me kundërshtarë smart

Armiku “kompjuter” në lojë? IA e bën të reagojë, të përshtatet dhe ta mbajë lojën interesante.

Duhet të shqetësoheni?

Jo shumë. Por kini parasysh: nëse IA ju tregon vetëm një lloj përmbajtjeje, mund të humbisni ide të reja.



✓ Në fund:

IA nuk është fantashkencë. Ajo është tashmë këtu duke ndikuar në atë që shihni, thoni dhe luani.

5 WAYS YOU USE AI EVERY DAY (WITHOUT EVEN REALIZING IT!)

The hidden tech all around you

Think AI is only for tech geniuses or big companies? Think again. If you've ever watched a video, typed a message, or snapped a selfie, you've already used Artificial Intelligence without even noticing! Here are five everyday ways AI is part of your life:

1. Your FYP is an AI brain

TikTok and Instagram don't “read your mind,” but it feels close. AI studies what you like, how long you watch, and who you follow to suggest the next video.

2. Your selfies use AI

When your camera smooths skin, adds filters, or unlocks with your face, that's AI. Even those apps that turn you into a cartoon? Yep, AI magic.

3. Voice assistants

“Hey Siri, what's AI?” When Siri, Alexa, or Google answer you, that's AI understanding and speaking back in human language.

4. Spell-check and smart replies

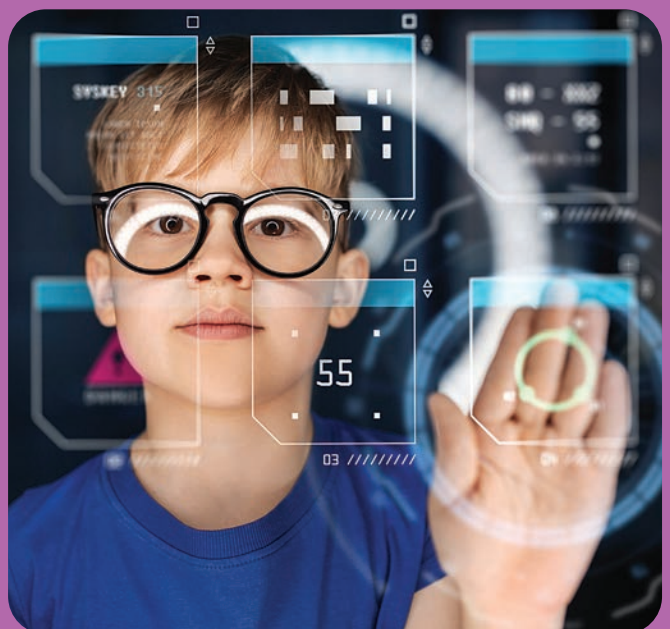
Autocorrect fixing your spelling? Gmail suggesting “Sounds good!”? AI is predicting what you want to say.

5. Smarter games

That “computer” enemy in your game? AI makes it react, adapt, and keeps the challenge fun.

Should you worry?

Not really, but remember: if AI only shows you one type of content, you might miss new ideas.



✓ The bottom line:

AI isn't science fiction. It's already here shaping what you see, say, and play.

FJALËKRYQ SKANDINAV

	AKTORJA E NJOHUR AMERKANE NGA FOTO	AMPER-METËR	"VALUE AT RISK"	PJESË E MOLEKULËS	ENDAC-AK, SHTE-GTAR	QË KA TË BEJE ME ARITMETIKEN, ARITMETIK								
TREVA FUSHORE ME BAR TË LARTË NË AFRIKË														
JOPROFESIONIST, DILETANT														
NUMRAT "NATYRAL"		PËRFAQËSUESI I ROMËVE STINË VITI												
D. V.			LUMË NË SHQIPËRI QYTET NË ITALI											
E ËMA E REMIT DHE ROMULIT				D. M. TË ARDHURAT VJET. TË PAPËS										
AKTORE JONA, DOBROSHI					ENERGJI EMËR I TRE MBRETERVE TË PERGAMIT									
ILAÇET, MEDIKAMENTET														
ZANORJA E PARAFUNDIT		BABAI NDAJ TË BIRIT KULULLA												
INICIALET E FUTBOLLISTIT, MESI			THUPËR BILIARDI ELEMENT KIMIK (Cu)											
"OVER-ACTIVE BLADDER"				L. O. MAKINA PRESUESE			KRYE-QYTET I JORDANISË	KABINË KU BËJMË LARJEN E TRUPIT	URAN E RREZE	QYTET NË BREGDETIN KROAT	E BIJA E ZEUSIT DHE ERISËS (MIT.)	VEPËR E ANDREA SKANJE-TIT	DHËNIE E TIPAREVE TË QYTETIT NJË QENDREJE	
LLOJ PESHKU (PASHQ.)					TENISTE BRITANIKE, EMMA AMPER									
REGJISOR ITALIAN, SKOLA	VEZË PESHKU AKTOR AMERIKAN, AKIM					MJESHTËR MURESH I PËRKËT POSTËS								
				SHIKOVA DHE IKA NUMËR THEMELOR					FOLJE (ANG.) DYLUFTIM, PËRBALLJE					
AKTORE AMERIKANE, XHENIFER							D. T. PJESA E TEATRIT KU LUAJNË AKTORET			ALI ASLLANI PJESË E NJË JAVE				
M. E.		ART (LAT.) GRUP I PËRBERËRË NGA AZOTI E HIDROGJENI				EMËR MASHKULLI QYTET UNIVERSITAR NË ANGLI					AZOT PJESË E DHOMËS (SHQ.)			
ITALIA (SHKURT.)				NGJITJA E ETIKETAVE EMËR (M.) BOSH NJAK										
KORNIZË (SHQ.)					LLOJ MAJMUNI (SHBA) E. M.				QYTET NË MAL TË ZI SELEN					
OKSIGJEN		OPERË E WEBER-it ZANORJA E DYTË							VESSHJE E GRAVE NË INDI LITËR					
E JASHTËZAKONSHME, E RRALLË											PËREMËR PRONOR			



*"Një gjuhë tjetër është
një vizion tjetër i jetës."
- Federico Fellini*