

ДОБРО МИ Е... БРОЙ 1. (21)

НИКОЛ МЕТОДИЕВА * БИЛЯНА СЛАБАКОВА *
ЯНА СТОЯНОВА * МАРИЯ ХРИСТОВА * ВИКТОР
ФИЛИПОВ * ЙОАН ЗАРКОВ



АНТИ ВЕЙП КАМПАНИЯ



Централната тема на нашия първи брой за учебната 2025/2026 година е АНТИ ВЕЙП КАМПАНИЯТА. Нашето 32. СУИЧЕ „Св. Кл. Охридски“ участва в този национален проект и на 10. 11. 2025 ще се присъедини към мащабната инициатива с изява на наши ученици и преподаватели.

Изразявам благодарността си към: Яна, Биляна, Никол, Мария и Виктор, които се съгласиха да участват в броя на вестника, който има този път една глобална тема.

Всеки от тях реагира изключително отговорно, оперативно и бързо. Държа да подчертая, че учениците са отделили от свободното си време, а то не е малко, за да се присъединят към каузата.

Яна Иванова е написала проблемна статия и понеже е профил с насока биология и здравно образование е разгледала проблема и от неговата научна основа.

Биляна Слабакова участва за пръв път в нашия вестник. Представена е с по-широк диапазон от свои стихотворения. Последните две са тематични и са специално създадени по повод на централната тема на 21-я брой на **“Лобо ми е...”**.

Никол Методиева наскоро представи великолепно своя статия в един от големите национални ежедневници, които все още излизат - **Капитал**. Така че имаме честта след един силен дебют Никол да се присъедини към екипа на училищния вестник.

Мария Христова и нейната народна песен се отклонява леко от глобалната тема, но пък творчеството е чудесно бягство от порока, бил той и свързан с тютюневите кълбета. За артистът здравето на гласа, а и на самото тяло, е от изключителна важност, защото то (тялото) е основният инструмент на актьора. А вероятно скоро ще се гордеем и с

професионално изпълнение на нашата Мими.

Единият кавалер в нашия екип е **Виктор Филипов**. Той вече е участвал и преди в нашите издания. Отново имаме възможността да се насладим на писателското му майсторство.

Другият кавалер е **Йоан Зарков**, който и друг път е представял свои рисунки.

Съвсем скоро екип от единадесетокласници: **Филип Германски, Виктория Плачкова, Ана Мария Петкова** подпомагани от училищните психолози - госпожа **Виктория Петрова**, госпожа **Десислава Сотирова** и госпожа **Ирина Цветанова** - представиха пред част от десетокласниците презентационна лекция, свързана с анти вейп кампанията. Очакваме с интерес и изненадата, която театралната работилница, ръководена от д-р **Диляна Филипова**, е подготвила.

В заключение на уводната си статия, бих споменал, че нашите ученици са способни да участват в благородни начинания. Обичат да са част от благотворителни инициативи. По този начин нашата училищна институция изпитва и своеобразна гордост, защото вижда гражданската позиция на едни млади, талантиливи, добросърдечни и качествени млади хора. Подобна проява от тяхна страна в едно по-скоро мрачно, отколкото оптимистично време, успява да вдъхне Надежда. Нека появяваме в способностите на своите младежи и девойки като ги подкрепим, укоражим и приветстваме: на добър час! И по-малко цигарки, вейпчета, нарзеленца и т. н.

*Петър Михайлов - главен редактор на **“Лобо ми е...”** :)

Проект „АНТИ ВЕЙП“

На 9 октомври 2025 г. в сутрешния блок на БНР-Програма „Христо Ботев“ беше представен пред широката общественост проект „АНТИ ВЕЙП“. Участие в предаването взеха д-р Нели Костова, директор на 32.СУИЧЕ и Никол Стоянова, ученичка от 12 клас.

По време на предаването г-жа Костова представи мотивите, с които училището се включва в този важен и изключително навременен проект. Беше подчертана ролята на Програма „Европа-2025“, чрез която партньорите по проекта имат възможност да отправят важни послания към младите хора на столицата.

Насоченост на проекта: Насърчаване на здравословен начин на живот и здравна култура сред младите хора от столицата. В по-широк смисъл тук се включват също грижата за психичното здраве и развитие на емоционалната интелигентност на младите столичани. Това ще се постигне чрез предоставяне на знания за вредата върху физическото и психично здраве от употребата на еднократните електронни цигари тип „вейп“.

Оригиналност на проекта: Създаване на иновативен механизъм за изграждане на млади ментори, които успешно да популяризират здравословен начин на живот, включително грижа за психичното здраве и развитие на емоционалната интелигентност на свои връстници от столицата.

В своето изложение Никол Стоянова, ученичка от 12 клас на 32.СУИЧЕ отправи важни послания към своите връстници: *„Моля ви, ценете здравето си, защото няма нищо по-важно от него. Да, може да се правим на готини в междучасието, но ви умолявам, дайте си сметка колко много си вредите в дългосрочен план – не си заслужава! Тук ще се обърна и с призив към родителите: наблюдавайте децата си, обръщайте им внимание, прекарвайте време заедно, говорете с тях – подкрепяйте ги. Аз искам да благодаря на моите родители за безусловната им подкрепа, за това, че са винаги до мен и ми показват правилния път, че са моята опора и всеки ден ми доказват, че няма невъзможни неща. Искане ми се всички родители да знаят и помнят колко много значат техните думи и тяхното присъствие, защото понякога именно те могат да спасят един живот. Знаем и колко трудно може да бъде да устоиш на изкушението, да не се поддадеш на любопитството и натиска от съученици – все пак всички сме чували изрече „Опитай – какво толкова може да стане?“ , но преди да го направите се запитайте „Какво ще спечеля, ако го направя? Има ли смисъл да увреждам здравето си в името на това да следвам една модна тенденция?“ Здравето, не е даденост, а често го приемаме за такава. Поставете себе си на първо място. Останете здрави!“*.

Проект „АНТИ ВЕЙП“ се изпълнява с финансовата подкрепа на Столична община – Програма „Европа“ 2025 от Сдружение „Национална школа по мениджмънт“, в партньорство с Район „Възраждане“ на Столична Община и 32.СУИЧЕ „Св. Климент Охридски“.

ВИЖ НА: <https://school32.com/2025/10/10/10-10-2025-%d0%b3/>



РИСУНКА НА

ЙОАН ЗАРКОВ - 10. Б. КЛАС

ПРЕДСТАВЯМЕ ВИ БИЛЯНА СЛАБАКОВА ОТ 11. КЛАС

Когато зимата си отиде

Снегът се трупаше, бял и мек,
за моята душа лек
беше студено и красиво
утрото тихо и лъжливо

чувах само сутрешния трафик
вървях и слушах своите песни любими
беше ми стар навик
да мисля за онези думи незаменими

гледах наоколо другите хора
да бъда щастлива като тях знаех че не
мога
съдбата е крайно жестока
за нас тя е като майка строга

когато зимата си отиде,
част от мен също изчезна
вятъра още ми вееше в косите
появи се по земята покривка зелена

чувствах се носталгично
всичко се повтаря
но в същия момент се оказва различно
нова глава в нашите животи се отваря

но очите ми виждат само снега
който вече го няма,
вълните на брега
всичко се оказва измама

сеозните идват и си отиват
но винаги се връщат
хората обаче късно разбират
че те същите няма да бъдат

Аз вече разбрах това,
че всички ще потънем в черна тъма
отново смятам, че беше късно
защото вече виждам че отчасти всичко
е тъмно.

Син поглед, сив живот

Има един тъжен цвят,
разпръснат по целия свят.
Цвета на небето,
както и на морето.

Живота ми понякога е син.
Светът изглежда мним.
Сякаш времето е спряло,
всъщност то е отлетяло.

Но сърцето ми също е синьо,
отново усещам колко е студено и
свито.

Сякаш животът ми е отишъл на кино,
лентата се повтаря, всичко цветно е
изтрито.

Всичко веднага става сиво
безцветно, скучно и мъждиво,
отново изглежда фалшиво.
Но за мен това е повече от красиво.

Все още има синьо, но ще се оправя.
Има неща които искам да забравя
Всичко беше изпълнено със смях,
какво щастливо момиче бях.

Преди не беше син моят живот,
само морето и големият небосвод.
Имам син поглед - неизбежно.
Имам сив живот - безметежно.

Чудя се на онези пеперуди,
сякаш са покрити с рубини или
изумруди.

Те са толкова идеални и красиви,
винаги пълни с енергия, игриви.

За тях сигурно животът е много по-
цветен.

Предполагам, защото той е мимолетен.

Преди не разбирах, че не е толкова
лесен.

Въпреки всичко е красив като любовна
песен.





АМЕДО

МОДЕЛИАНИ „АЛИСА“

Алиса

Чували сме за "Алиса в страната на чудесата".

Слушали сме приказки за ангелите в небесата.

За света на идеите са ни говорили,
за това какво е съвършенство сме
спорили.

Алиса много неща би могла да каже,
и детското в теб тя може да покаже.

Лъжа няма да се окаже,
променяме се, тя може да го докаже.

Имаме мечти и желания.

Жадни сме за познания.

Искаме да видим блясък,
без значение дали е кратък.

Има преуспели хора,
не знаят що е умора.

мечтаят всеки час и ден,
те са като теб и мен.

Искаме да сме на техните места сега,
но все още свободни ходим по брега.
Всеки човек е различен и незаменим,
точно с какво, можем да определим.

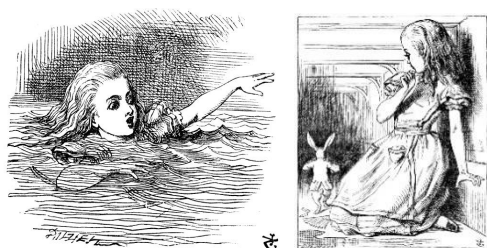
Мечтите ни карат да летим,
те не ни оставят да спим.

Искаме да оставим следа,
после ще си сменим реда.

Трябва да се забавляваме,
важна е почивката, да не забравяме.
всеки си има свое призвание,
всеки иска да получи признание.



АЛИС ПЛЕЗЪНС ЛИДЪЛ:
https://bg.wikipedia.org/wiki/Алис_Лидъл



Без изкуство

Светът без музика ще е грешен.

Светът без комедия ще стане смешен.

Ако в него няма рисуване,
 ние вечно ще робуваме.

Изкуството е много важно.

Без него ще бъде страшно.

Емоциите ни няма да бъдат споделени,

ние завинаги ще останем
 неопределени.

Ще бъдем заключени в собствените си
 улове.

Ще станат едни и същи всички
 градове.

Ще гледаме празните стени.

Ще гледаме с копнеж към морските
 вълни.

Няма да има повече мечти за нас.

Ще четем интересни неща за вас.

последните свободни мечтатели,

Най-искрените арт създатели.

Светът без изкуство няма ни да
 харесва,

Абсолютно всеки човек ще го упреква.

Времето ще минава бавно,

то просто ще изтече безславно.





*оцветете по желание



The perfect girl

She always walks with grace,
with a bright smile on her face.
She's the perfect girl,
somebody's world.

Her eyes are shining,
they are beautiful even if she's crying.
Her hands are soft to the touch,
if you knew her you'd love her so much.

Her voice is low,
feelings must not show.
her voice is pitched high
when she tries to lie.

She blushes because she is shy.
She won't tell you why.
The sunsets remind us of her,
Being without her feels like a blur.

Everybody waits for her to show,
they want to see her dancing the hall.
Her gaze is always bright,
she could light up the darkest night.

Вейпосете – заслужават ли си?

Поколението на 21-ви век – ние сме най-облагодетелстваните хора от знания, свобода и възможности от всякакво естество, живеещи в най-безопасните за нашето здраве и най-спокойните за сигурността на живота ни времена, познати в историята на човешката цивилизация. Но въпреки големината на целия този букет от благоприятни обстоятелства на нашето съвремие, днешният човек все пак остава неудовлетворен от



живота поради всевъзможни причини. В такива моменти човек все по-често се сблъсква и прибягва до външни средства, вещества и субстанции, целейки по този начин да запълни вътрешната празнина в себе си, да се откъсне от напрегнатия го свят поне за миг, да притъпи чувството на нещастие поне за миг, да се самозалъже, че е щастлив, макар и за миг. Проблемът на това примамливо „бягство от света на житейските проблеми“ е, че човек абсолютно съзнателно поема по пътя на развалянето на качеството си на живот и влошаването на здравето си, от което неминуемо следва и съкращаването на

продължителността на живота му. И то във времена, когато човек е на един клик разстояние от цялото знание на света, касаещо нашето здраве, когато медицината се развива със светлинни темпове, когато темата за човешкото здраве е навсякъде актуална и все така гръмогласна. Но паралелно с нея, все по-мащабно се развива, глобализира и нормализира вейп индустрията, сякаш напълно непокътната от темата за здравето – на всяка улица, всеки ден, виждаме позната сцена: тийнейджърски групи, младежи или възрастни с вейпове в ръцете, издишвайки облаци дим, но колко от тях осъзнават какво всъщност вдишват? Къде изчезва личната отговорност към здравето на всеки един от тези хора в мига, в който попадне вейп в ръцете им?



Концепцията за вдишване на различни вещества за развлекателни цели е древна, датираща от хиляди години, но въпреки това идеята за използване на електронни устройства за изпаряване и поемане на вещества е сравнително нова. Главните „виновници“ за изобретяването и налагането на вейповете на световния пазар са най-вече значителните технологични и научни постижения на човечеството, както и все по-масовото осъзнаване на здравните рискове и опасности, свързани с употребата на традиционните тютюневи изделия. Тези три компонента подготвят идеалната почва за създаването на по-малко вредна алтернатива за пушене от нормалните цигари, които все по-убедително доказват на целия свят, че всъщност са доста вредни за здравето. Именно това предначертава сегашния възход на модерната вейпинг ера, която реално не изкоренява вредния навик за пушене, а само заменя степента на вреда на самото изделие. И така вейп компаниите започват да промотират вейповете като по-безвреден и щадящ здравето вариант на пушенето, като по-този начин подлъгват човечеството, че ако има някаква вреда от пушенето на вейпове, то тя е почти незначителна в сравнение с нормалните цигари, което стимулира все повече и повече хора от всякакви възрасти да

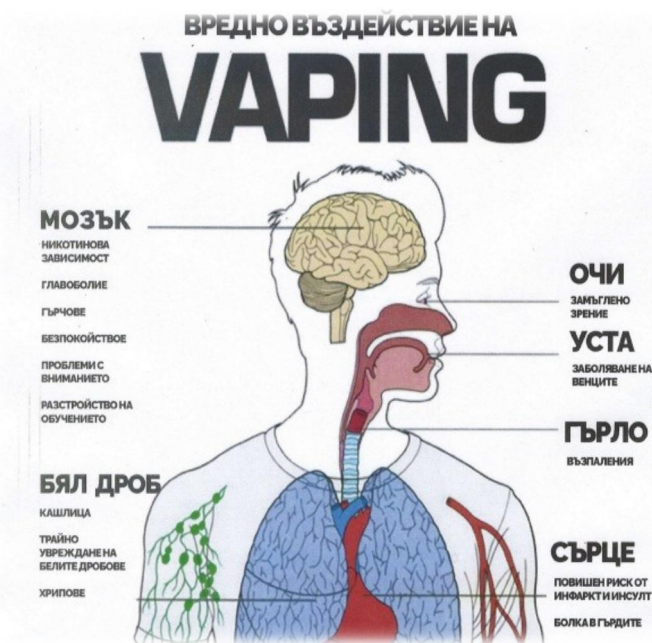


залагат на вейповете.

Но макар и по-малката вреда в сравнение с цигарите, това по никакъв начин не променя факта, че реално вейповете са вредни за здравето. Един от най-големите рискове при вейпинга е, че той е все още твърде нов като метод за пушене и следователно липсват задълбочени изследвания, които да доказват категорично всички вреди в дългосрочен план върху организма, някои от които могат да бъдат и необратими за човека. Точно това незнание и несигурност за всичките потенциални щети върху здравето от научна гледна точка всъщност е голям проблем, защото хората, които пушат вейп буквално не знаят какво точно си причиняват с това тяхно безразсъдно действие. Разбира се, вредата от вейповете е относителна, като варира в зависимост от възрастта на индивида и неговото здравословно положение, продължителността на пушене, химичния състав на поетата течност (тъй като състава на течността и концентрацията на веществата в нея са различни за всеки вейп производител, както и за разнообразните вкусове на течностите). Но все пак според изследвания вече е доказано, че вейповете могат да причинят възпаления в белите дробове, нарушавайки нормалното функциониране на дихателната система, повишено кръвно налягане, проблеми със сърцето, възпаления на устната кухина. Също и голяма част от химикалите, съдържащи се в дима от

електронните цигари, са способни да понижат работоспособността на определени имунни клетки, което би отслабило защитния механизъм на организма за справянето с бактериални и вирусни инфекции и би нарушило възстановяването на увредени тъкани. Оттук всеки може да си направи извода, че „по-малко вредно“ не означава „безвредно“.

Освен на нашата физиология, вейповете вредят още и на нашата психика най-вече чрез силното пристрастяване, до което употребата им води. Обикновено грабващите незабавно окото интересни дизайни на опаковките, оригиналните вкусове и привлекателни аромати и не на последно място – популярността на пушенето в заобикалящата ни социална среда, са предпоставки навика на пушене на вейп да се задълбочи, преминавайки в пристрастяване и зависимост, особено при младите, които често започват от любопитство - „само за проба“, а след месеци не са в състояние да спрат. Именно децата и младежите са изложени на най-голям риск, тъй като пазарът е зает с несертифицирани и потенциално опасни вейп течности, които могат да съдържат



токсични вещества. Основната съставка на всички вейп течности е никотинът – веществото, спомагащо най-много състоянието на пристрастяване към вейпинга, като в зависимост от самия производител концентрацията му може да варира в различни стойности, независимо от общоприетите здравни регулации за неговото процентно съдържание. Например в България има вейпове с 5% никотин в течността, което се води за незаконно, тъй като надвишават нормата за съдържание на никотин, поради което тези вейпове не се продават в стандартните магазини, а само се поръчват електронно, което пък от своя страна вместо да ограничава достъпа, реално го улеснява, понеже онлайн пазаруването е все по-предпочитан и удобен за хората метод за пазаруване. Никотинът в състава на вейповете е огромен проблем, поради факта, че е токсично вещество, което отключва в организма силна зависимост към веществото, причиняваща увреждания и на психическо и на физиологическо ниво. Приет в големи количества, никотинът може да доведе до редица сериозни здравословни проблеми, включително сърдечно-съдови заболявания, рак и увреждания на дихателната система. В зависимост от дозата той може да има както стимулиращ, така и потискащ ефект върху нервната система, като предозирането може да доведе до гадене, повръщане, световъртеж, треперене, дезориентация, гърчове, изпадане в кома и при фатални случаи – смърт, което представлява така нареченото никотиново натравяне. Пушачите на вейп трябва да внимават и за друга проблемна съставка, спадаща в

графата на незаконните вещества, а именно – тетрахидроканабинол (THC) – основното психоактивно вещество в канабиса. Употребата на вейпове с THC е изключително опасна, защото количеството на тази съставка често остава замаскирана от сладките вкусове и ароматите в течността, поради които човек трудно би усетил, че приема наркотично вещество. Това от своя страна тласка организма към сериозна зависимост и предозиране и за съжаление в повечето случаи потърпевшият го осъзнава твърде късно преди фаталния край, а в някои случаи трагедията настъпва преди каквото и да е осъзнаване. Например случая от началото на тази година с 14-годишното момче от Плевен, което след употреба на вейп със забраненото наркотично вещество, пада от седмия етаж на блок и загива.

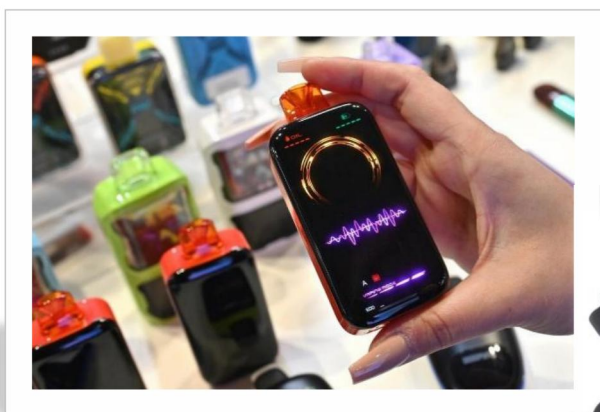
Злощастната съдба на това дете и на всички останали хора в световен мащаб, попаднали в лапите на вейп пристрастяването, ни показва, че вейпингът оформя порочен кръг, към който организмът губи способността си да се съпротивлява на изкушението в



дългосрочен план – човек си мисли, че контролира вредния си навик, но постепенно губи всякакъв контрол над себе си и достига до трагични ситуации.

Употребата на вейпове, освен че е вредна, тя е и непрактична и безсмислена, защото вейповете източват пари, без да дават никаква реална полза върху организма. Да пушиш вейп е скъпо удоволствие, което не носи нищо със себе си освен временна или дългосрочна зависимост. Цените на вейповете се определят спрямо това дали вейпът е за еднократна употреба или за многократна употреба (при нея батерията на вейп устройството може да се зарежда), от броя дръпки, които могат да бъдат направени преди цялата течност да се е изпарила, и от различните екстри, с които вейп устройството е оборудвано (вече се правят вейп модели с вграден дисплей или пък с

функция за регулиране на силата на вкуса на течността при вдишване).



Спрямо тези характеристики цената на



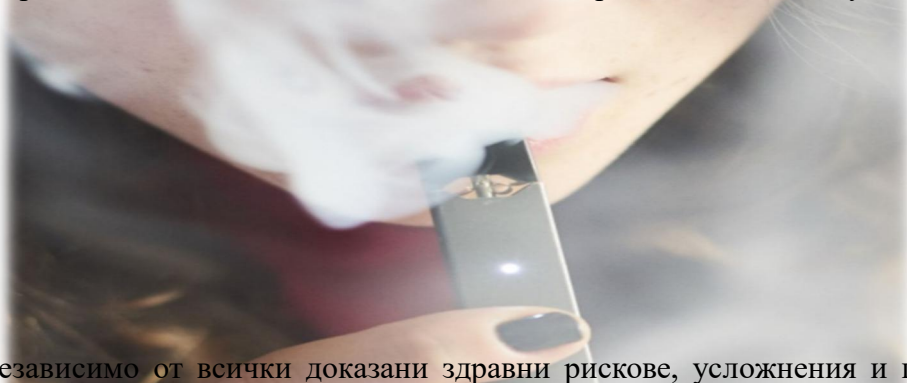
един вейп е средно в диапазона от 15лв до 50лв., като колкото повече пуши даден човек, толкова по-често и по-непоносимо зависимостта му го кара да си купува повече вейпове, за да може да си изкара седмицата докрай, без тотално да откачи от липсата на никотин. Тоест колкото повече се задълбочава с времето пушенето на вейп от даден човек, толкова повече организъмът му го кара да си набавя все повече и повече нива на никотин, за да може мозъкът да се задоволи напълно, тъй като с времето мозъкът свиква с дадено количество на никотин и за да се запази чувството на истинско удоволствие, просто човек трябва да увеличава никотиновите дози, което освен до сериозни здравословни проблеми води и до големи безсмислени финансови разходи. В този случай човек буквално плаща, за да вреди на себе си, вместо да вложи парите си в нещо смислено и ползотворно.

С все по-бързо растящите темпове на вейп потреблението се оформя и друг проблем, който вече е и на глобално ниво, а именно – проблемът със замърсяването на околната среда, причинено от изхвърлените вейпове. Устройствата съдържат батерии и пластмаса, които се разграждат в продължение на столетия, замърсявайки биосферата. Изхвърлените вейпове са електронен отпадък, а никой не се занимава с това да ги рециклира правилно. Изводът тук е, че вредният навик всъщност надхвърля пределите



на личен проблем, превръщайки се и в екологичен такъв, което вреди на всички екосистеми на земята. Това е и несправедливо към самата планета, тъй като тя плаща за вредните навици на хората със своята замърсеност.

Съвременната представа за „модерност“ и за „свобода“ на сегашното поколение е тотално преобърната, превръщайки се в обществен проблем, като масовата употреба на вейпове подпомага разрастващия се конфликт на ценности. Много млади хора мислят, че вейпът в ръка е символ на независимост и стил, но всъщност той е знак на зависимост, защото „свободен“ не е човекът, който трябва да дръпне от вейпа, за да се успокои. Истинската свобода се крие в това да не зависиш от нищо, а не да следваш модата. Вейпингът превръща хората в роби на своя навик, като изцежда от тях капка по капка тяхното здраве, качеството им на живот, парите им и тяхната свобода, оставяйки ги безсилни пред самите себе си да се опълчат на така краткото моментно удоволствие.



Но независимо от всички доказани здравни рискове, усложнения и проблеми, пряко свързани с употребата на вейпове, хората все пак продължават да търсят вътрешна утеха в пушенето. Може би защото масово хората не мислят в дългосрочен план или изобщо дори не желаят да се замислят за бъдещите последствия от техния вреден навик. Може би защото за пушачите е далеч по-важно да се почувстват щастливи и удовлетворени точно тук и сега, макар и изкуствено постигнато, отколкото да се потрудат повече, за да постигнат истинско здравословно щастие в живота. За тези, отчаяни от живота хора, веднъж попаднали в капана на пушенето, вейповете вече не са отрова, а тяхното изцеление от ежедневните житейски несгоди, защото вейпингът предоставя едно интересно за мозъка изживяване, докарвайки го до краткотрайна еуфория, въпреки вредите, които донася със себе си. Това се превръща в една илюзия за пушачите, че вейповете им помагат да живеят по-лесно и „по-добре“, макар и това да е само заблуда. За други пък, пушенето на вейп е задължителен елемент от тяхното чувство за принадлежност към дадена обществена прослойка, което отново е едно огромно объркване за вярващите, че пушенето е равно на повече приятели и социални контакти. Много тийнейджъри, под натиска на тяхното пушещо обкръжение, в последствие и те пропусват. А огромна част от всички хора, пушещи вейп, всъщност го правят от чиста скука, тъй като нямат достатъчно стойностни неща в своя живот, които да ги крепят и да ги държат настрана от изкушаващия, вреден навик. Но каквито и да са причините за посягането към вейповете, едно е ясно – човек не може да реши своите вътрешни проблеми с пушене, защото чрез вейпинга проблемите не само че си остават скрити под повърхността нерешени, но и нещо повече – задълбочават се още повече,

разрушавайки здравето. А какво значение има всичко останало в живота, ако здравето го няма?

Смятам, че темата за вредата от вейповете е изключително важна и несъмнено заслужава много повече обществено внимание, особено сега, когато всеки втори вече пуши. Защото едва когато грижата за здравето ни се превърне от обществото в мода, едва тогава може би ще настъпи истинска промяна към по-добро. Колкото повече хора се образуват по-темата, толкова по-бързо вейп ерата ще отшуми и ще се срина, спасявайки здравето на онези, които се колебаят дали да започнат да вейпват. Всички пушачи са избрали лесния път към бързото удоволствие, с което съзнателно или несъзнателно погребват качеството си на живот, парите си, свободата си, но най-вече – те се разделят със своето здраве и то в името на някаква ароматизирана течност с никотин, която не допринася с абсолютно нищо хубаво към животите им. А не е ли именно здравето основната и най-висшата ценност, към която всеки човек изначално трябва да се стреми?

И за всички, които все още се чудят дали вейпингът си заслужава, отговорът е ясен – категорично не си заслужава.

ЯНА ИВАНОВА ОТ 10. Е КЛАС

РИСУНКА - ЙОАН ЗАРКОВ - 10. Б. КЛАС



От гледната точка на една жертва

Изпитвам нуждата да пуша.

Открай време никой не ме слуша.
Защо изобщо го правя?
Какво искам да забравя?

Миризмата е като на бонбони
По-добре от безвкусните балони
Но пък защо не си дръпна и от тях?
Няма да отида в ада, не е грях.

Не изпитвам глад
Чувствам ментов хлад
Черешова свежест
Невидима тежест

Малинова сладост
Изгубена младост
Да споделя вейп с приятели е радост
Да ме убеждават да спра е наглост

Не ме интересува какво съдържа
Важното е допамина ми да поддържа
Когато не пуша съм раздразнен
От чуждо пристрастяване бях заразен

Аз съм винаги в някаква криза
В работата ви това не влиза
Троя се, това е зле
Но се чувствам по-добре

Два пъти се тровиш

Въздухът от много време не е чист.
От болка ще се превиваш като лист.
Всеки човек за глътка кислород е жаден,
освен ако на вейповете не е отдаден.

Какъв е смисълът два пъти да се тровиш?
Срещу поредния невидим враг се бориш.
Аромат прекрасен,
Състав опасен.

Невидима верига около нашите вратове,
Трябва да виждаме различни светове.
Задушава ни сладкия и опияняващ мирис,
На ягода, грозде, малина, вишна, и ирис.

Вейповете трябва да бъдат спрени,
Ценностите ни да бъдат укрепени
Тези възрастни и деца са заслепени
От обществения натиск са осакатени

Мислят, че е забавно и интересно
Да бъдат заблудени е лесно
Впечатлени от цветове и картинки
Правят скандални клипове и снимки

Тези хора имат семейства вкъщи
Загубват се по причини едни и същи
Трябва сега тази отрова да се премахне
Преди поредният невинен живот да угасне

БИЛЯНА СЛАБАКОВА ОТ 11. КЛАС

Всеки вейп изглежда невинен

– малко устройство,
миришецо на ягода, ванилия
или дъвка. Но зад този

приятен аромат се крие химическа буря. Във всяка капка от течността има никотин, формалдехид, ацеталдехид и метали като никел и олово – вещества, които бавно изгарят белите дробове отвътре. Парата, която изглежда чиста, всъщност е смес от токсини, които навлизат дълбоко в тялото и увреждат клетките.

Белите дробове на човек, който вейпва, не се пълнят с въздух, се покриват с микроскопичен слой от химикали, които пречат на нормалното дишане. Това води до възпаления, болки в гърдите, хронична кашлица и усещане за задух. А когато мозъкът получава по-малко кислород, идва и умората, **раздразнителността, тревожността.**

Най-коварното в тази зависимост е, че тя започва тихо с едно дръпване „за проба“. После идва второто, третото... и неусетно тялото вече не може без никотина. Мозъкът на тийнейджър, който все още се развива, свиква със стимула и започва да го търси постоянно. Така вейпът се превръща **не в играчка, а в врата към зависимост**, която дърпа младия човек надолу.

В последните години вейповете станаха част от ежедневието. Цветни, ароматни, модерни – те изглеждат безобидни. Но зад облака дим се крие нещо, което не се вижда на пръв поглед – **опасност за здравето, зависимост и измамна илюзия за свобода.**

Именно срещу тази заблуда се изправя проектът „АНТИ ВЕЙП“, който цели да покаже истината – не чрез скучни лекции, а чрез изкуство, емоция и реални истории. В рамките на проекта бе създаден учебен филм „Познаваш ли заплахата вейп?“ – късометражна продукция, която с творчески подход и силно послание разкрива какво всъщност стои зад модерната „пушеца“ тенденция.

Вейпът обещава удоволствие, но дава зависимост. Обещава свобода, но всъщност те държи вързан за едно устройство, което краде здравето ти по малко всеки ден.

Истинската алтернатива е движението. Спортът е онази сила, която ти дава всичко, което вейпът само обещава – адреналин, увереност, дъх, енергия и самочувствие. Там няма дим, няма токсини, има само чист въздух и ритъмът на твоето сърце, което бие силно, защото е живо. Усещаш онова, което нито един вейп не може да ти даде: истинска свобода.

Затова не търси щастие в парата. Намери го в движението, в усмивките, в живота, който те чака навън.

Поздрави,

Никол Методиева – 12. КЛАС



ЙОАН ЗАРКОВ – 10. Б.

Кога съм далеч от тука
и га седна на някой камък
По света га забродя без тебе,
в очите на гората щом те видя,ке те питам
Кой няма нужда от мама,бе,майко,бе...

Га завали далеч от тука и що сърцето ми остане пусто
И га седна на някой камък
тебе майко да те спомня
В стъпките лунни га те видя,ке те питам
Кой няма нужда от мама,бе,майко,бе...

И щом се върна тука и тебе га те няма,
вратите затворени щом зърна
и улиците тихи щом ги чуя
И тази къща останала глуха
Без тебе майко,без смеха ти,глуха и без плача ти,ке те питам
Кой няма нужда от мама,бе,майко,бе...

И щом заплача по пустите улици
и в тая сграда га се върна яз,без тебе
и щом забродя тука сама
и щом в ума ми заехти плача
И щом йоще сиянията ми стъклени те търсят,в земята и в небето,ке те
питам
Кой няма нужда от мама,бе,майко,бе...

МАРИЯ ХРИСТОВА – 12. КЛАС

*По традиция, посатвена от д-р Диляна Филипова се организира ежегоден кастинг за театралния клуб към 32. СУЧЕ, който ръководи госпожата по философия и гражданско образование вече 6-7 години. Някои от постановките на клуба "Персефона" са представени на международния театрален фестивал в Малта. Мария Христова трета година вече е част от екипа на д-р Филипова. Помолих я да сподели на страниците на вестника ни своята песен, която е написала с текст, близък до народния говор (западен, македонски). благодарен съм, че прие! – *пЕТЪР МИХАЙЛОВ – "ЛОГО МИ Е..."

Хобита за хобити

(Посвещава се на една специална част от обществото)

В града е честа гледка,
и по-честа навярно ще става.
Същества, сякаш избягали от клетка,
дирия от тях винаги остава.

Нехаен живот във всекидневното море.
Нима има коли около тях?!
Сконфузно ги гледа всяко преминаващо дете.
Беда нова задава се пак.

Засмян змей зад тъгля наднича -
какво сега човек да очаква?
Уличният философ на София се наричал...
Плюе огън и минувачите разплаква.

Чупещата чупакабра -
дали ще чупи спирките пак?
Това не е постъпка храбра!
Отново лежи откъртен поредният знак...

Левитиращият Левиатан
безучастен във времето остава.
Закон и правосъдие има, но не дотам -
обречен е разумът на забрава.

За кумира на вампира ясно ни е.
Чалгата е музика, нали?
Хората са вече убедени -
пий и си хвърляй поредните пари.

По дискотеките модерно си остана -
проста музика и танци!
Цента на две човекът го разрязва...
Всеки петък появяват се марсианци!

Хобита за хобити -
това е положението днес.

Хората живеят ден за ден, и то нелепо.
Нямат никъв мижав интерес.

С погледи в телефоните крачат -
това не е нещо ново, нали?
Бели се случват и накрая плачат,
покосени от поредните бедни.

Какво става с тези хора?
Не мислят, а по улиците ходят!
И вейпове лапнали в уста -
това е днешната беда!

Нашето лято

Лятото, двамата по брега.
Заедно по горещия пясък,
Нощем - разходки край морската вода,
писахме имената си под лунния блясък.

Аз взех твоята ръка.
Помня всеки твой дъх
Играхме със сърцата си като деца.
Няма да забравя нежния ти лъх.

И бързо мина нашето лято...
Днес все още те помнят моите очи.
Твоето лице със злато сякаш бе полято.
Незабравими остават отминалите дни



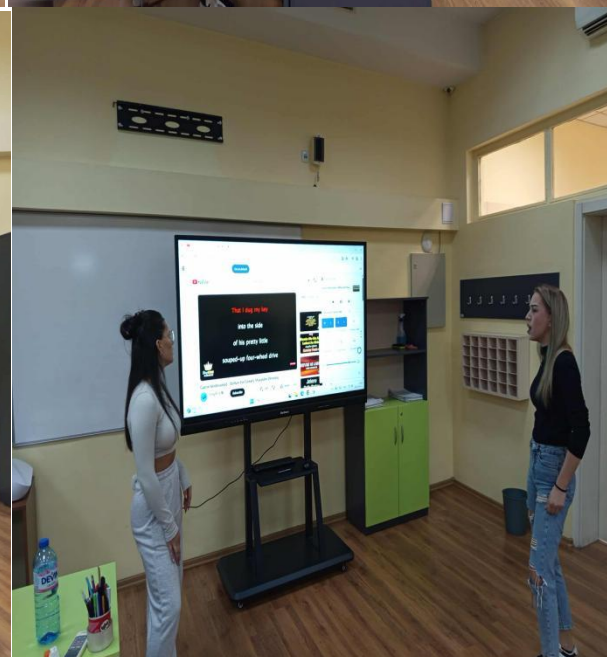
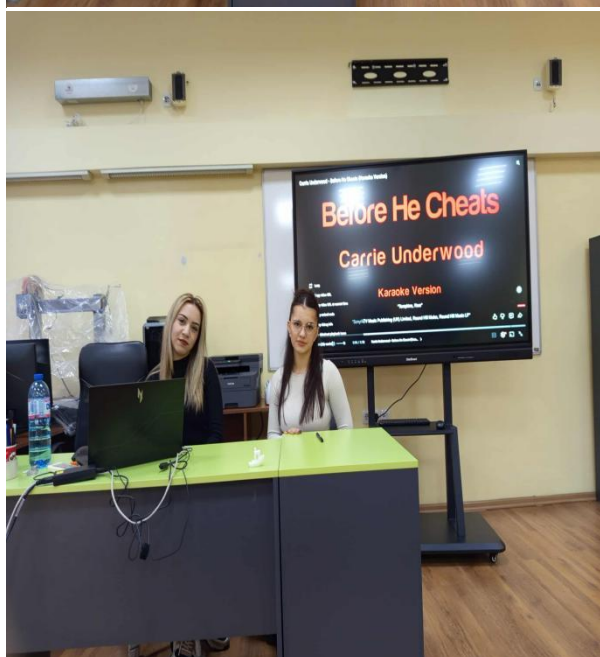
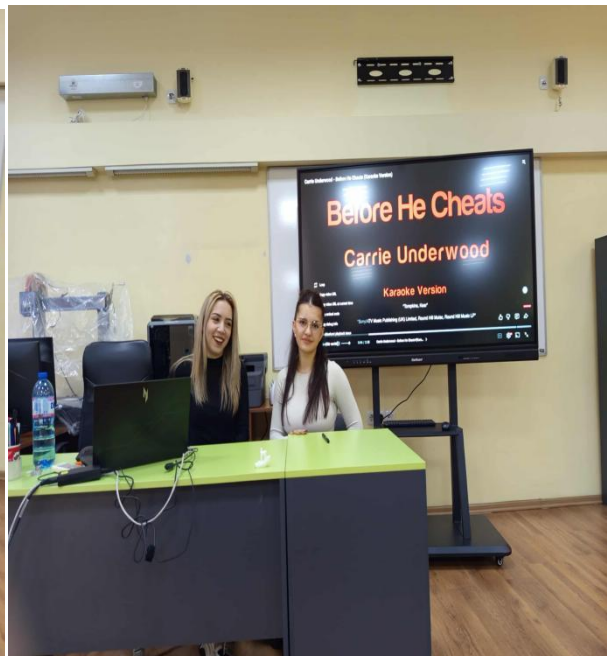
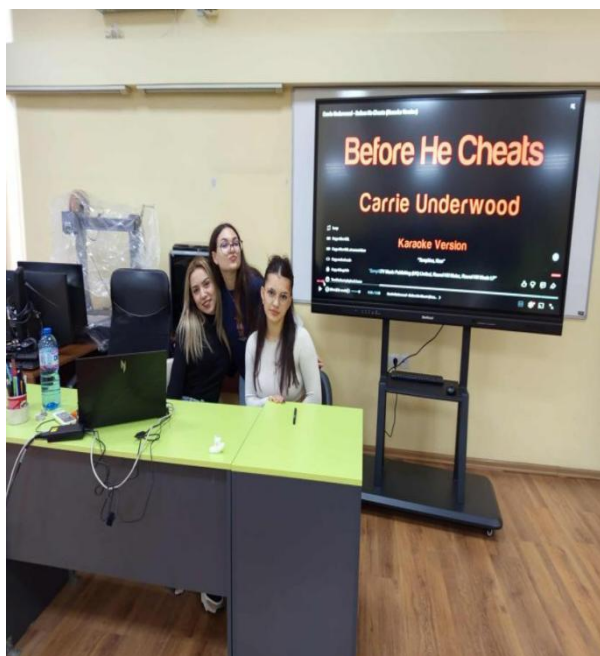
ВИКТОР ФИЛИПОВ - 12. КЛАС

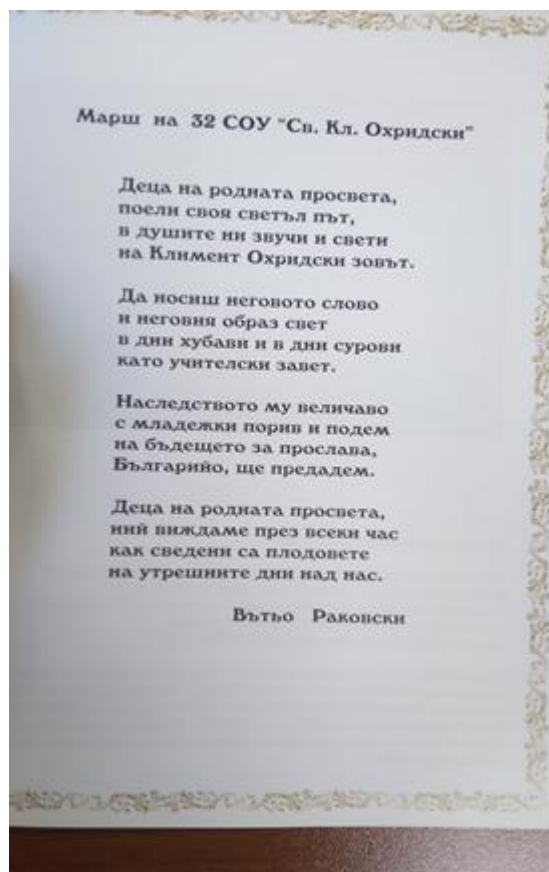
РАБОТЕН ПРОЦЕС - ЧАСТ ОТ ПОДГОТОВКАТА ЗА КОНЦЕРТА АНТИ ВЕЙП КАМПАНИЯ

Това са: Виктория Митова - 12. В.

Андреа Бодурова - 11 в

Неда Генчева - 12. В.





Марш на 32 СОУ "Св. Кл. Охридски"

Деца на родната просвета,
посли своя светъл път,
в душите ни звучи и свети
на Климент Охридски зовът.

Да носим неговото слово
и неговия образ свет
в дни хубави и в дни сурови
като учителски завет.

Наследството му величаво
с младежки порив и подем
на бъдещето за прослава,
България, ще предадем.

Деца на родната просвета,
ний виждаме през всеки час
как сведени са плодовете
на утрешните дни над нас.

Въльо Раковски

Училищен вестник на 32. СУИЧЕ
"Св. Климент Охридски", свързан
изцяло с живота, който протича на
атзи територия. Редакционна
колегия: Биляна Слабакова; Виктор
Филипов; Никол Методиева; Мария
Христова; Яна Иванова. Броят е
приключен на 07. 11. 2025 г. Главен
редактор на бр. 1. (21.) - господин
Петър Михайлов, учител по БЕЛ в
32. СУЧЕ.