

NATURAL
POOL&SPA



@NATURAL POOL&SPA



WWW.NATURAL-KS.COM



+38348473473



SOJEVË, FERIZAJ

TRAVEL MAGAZINE

DHJETOR 2025 - JANAR 2026

GP MAGAZINE

AIRPLANE MAGAZINE

ODA E KOSOVËS

që ndihmon ndërtimin
e ekonomisë

SI TË ANKOHEMI

ndaj gjobave të
trafikut në Kosovë



EMOCIONET

e familjes Jashari
gjatë vizitës në
"Reporting House"

ARIAN BUJUPI,

ortopedi që solli në Kosovë
një "valixhe" plot përvojë
nga Gjermania

ECJA,

SI ZGJIDHJE

për parandalimin
e Alzheimerit

GP AVIATION

ZGJERON HARTËN E DESTINACIONEVE
AJRORE NË EVROPË



POLIKLINIKA SHOSHI

SKANO DHE PËRFITO
10% ZBRITJE NË TË GJITHA
SHËRBIMET TONA!



Prishtinë +383 48 124 298 - Istog +383 45 292 112 - Deçan +383 45 866 666



GOGAJ

ÇDO GJË PËR SHTËPINË TUAJ!

LEXO ARTIKULLIN NE FAQE: 31

"FUQIZOJMË
MARKËN TUAJ

SJELLIM REZULTATE
TË VËRTETA."



POSSIBILITIES & PARTNERS

CONTACT US

www.pfp-ks.com



DENTFIX
ORDINANCA STOMATOLOGJIKE

**Transform your
confidence with
our expert care!**

We specialize in advanced dentistry and precision hair transplant solutions, combining cutting-edge technology with personalized treatments. From radiant smiles to revitalized hair, we're here to help you look and feel as best as possible.

Prof. Asoc. Dr FEHIM HALITI



Part of DENTFIX GROUP



@dentfix_ks

+383 44 22 55 34

www.dentfix-ks.com

Ahmet Krasniqi Str. No 137,
Pristina, Kosovo



CARE & HAIR FIX
ESTHETICS & HAIR TRANSPLANT CLINIC

FESTOJMË RIKTHIMIN NË ATDHE DHE SUKSESIN

Magjia e dimrit vjen me shumë risi në hapësirën tonë. Lajmet për shtimin e linjave të reja të fluturimit nga Prishtina drejt Evropës janë dëshmi e vazhdueshme e rritjes së vendit tonë.

Dimri është koha kur emocionet e rikthimit, përqaftimet e ngrohta dhe kujtimet e fëmijërisë ndërthuren me aromën e natyrës, bardhësinë e borës dhe shijen e traditës. Prandaj, ky numër i GP Magazinë, i titulluar "Festojmë rikthimin në atdhe dhe suksesin", është përgatitur posaçërisht për të gjithë ju që festat e fundvitit do t'i jetoni mes rrënjëve, kulturës, historive dhe aventurës që na bashkon.

Në këtë edicion do të udhëtojmë së bashku nëpër zonat më të bukura të vendit – nga majat e Rugovës deri te muret e gurta të kalasë së Tepelenës. Reportazhet tona do t'ju shoqërojnë në çdo hap, me histori njerëzish, bukuri të natyrës dhe rekomandime për vendet që nuk duhen humbur.

Do të njiheni edhe me rrëfimet frymëzuese të mjekëve kosovarë të diasporës – profesionistë që jo vetëm kanë arritur sukses në vendet ku jetojnë, por kanë vendosur që, me bagazhin e tyre profesional, të kthehen në atdhe. Përmes zërit të tyre, e kuptojmë edhe më mirë forcën e një komuniteti që lulëzon kudo që ndodhet.

Në këtë numër sjellim për ju edhe një intervistë ekskluzive me kryetarin e Odës Ekonomike të Kosovës, z. Lulzim Rafuna, i cili flet për zhvillimet ekonomike, mundësitë e investimeve dhe rrugën që vendi ynë po ndërton drejt një të ardhmeje më të qëndrueshme. Në të njëjtën frymë, do të gjeni

edhe statistika të detajuara të zhvillimit, tendencat kryesore ekonomike dhe pasqyrën e progresit të viteve të fundit.

Në faqet e kësaj reviste nuk mungojnë as zanatçinjtë tanë të respektuar – zejtarët e këpucëve që me duart e tyre vazhdojnë traditën e mjeshtërisë së vjetër, duke ruajtur një pjesë të identitetit që na bën krenarë. Rrëfimet e tyre janë histori pasioni, durimi dhe arti të trashëguar.

Për të gjithë adhuruesit e udhëtimeve, kemi përgatitur një seksion të posaçëm me vendet më të preferuara për vizita në botë, shoqëruar me revieë të qyteteve, ushqimeve tradicionale dhe rekomandime se si t'i shijoni ato përvoja në mënyrën më të mirë.

Në aspektin praktik, do të gjeni këshilla juridike për ngasësit e trafikut, që të udhëtoni të sigurt dhe të informuar gjatë pushimeve, si dhe rekomandime profesionale për fitnesin dhe shëndetin, për të ruajtur vitalitetin dhe mirëqenien gjatë gjithë dimrit.

Si gjithmonë, vend të veçantë zënë rubrikat për fëmijët:

- Përrallat e bukura në gjuhën shqipe, për më të vegjlit që duan botën e imagjinatës;

- Këshillat nga mësuesi i diasporës, për t'i mbajtur nxënësit të lidhur me gjuhën, kulturën dhe identitetin e tyre, kudo që jetojnë.

GP Magazinë mbetet pranë jush.

Ju urojmë pushime të mbara, udhëtime të sigurta dhe një dimër të mbushur me përvoja të paharrueshme!



Adresa: Prishtinë, Mati 1. nr.31
Tel: +383 44 326 143
E-mail: service@gp-aviation.net
marketing@gpmagazine.info
Tel: +383 49 49 94 95





POLIKLINIKA SHOSHI

**MBI 35 VITE PËRVOJË NË SHËRBIMIN
E SHËNDETIT TUAJ.**

Poliklinika Shoshi - Prishtinë +383 48 124 298
Poliklinika Shoshi & Optika Ylli - Istog +383 45 292 112
Optika Shoshi - Deçan +383 45 866 666

@poliklinikashoshi.optikaylli
poliklinikashoshi.com



Molla Egër
AGROTURIZËM



E GJITHA NËN OMBRELLËN E NATYRËS

Shije Autentike nga
Zemra e Natyrës

Zbuloni një përvojë
unike agroturizmi në
Molla Egër, ku tradita
takohet me freskinë e
natyrës.

Ushqime tradicionale
shqiptare, mish i terun,
ramstek i terun,
suxhuk, mish rose,
mish qure, pule fshati
nga ferma jonë, fli, pite,
krelane, djathra të
ndryshme, kos, mazë,
tlyn, speca dhe domate
turshi, ajvar, pestil, –
gjithçka e përgatitur
me dashni dhe
përkushtim.

Vizitoni fermën dhe
bahçen tonë,
relaksohuni në parkun
për vizitor dhe kaloni
momente të veçanta
me familjen.

Molla Egër – gjithçka
tradicionle dhe bio.





VENDI I FAMILJES, SHOPPINGUT, ARGËTIMIT DHE KINEMASË MË SPEKTAKOLARE NË KOSOVË

Vetëm 2.8 kilometra larg qendrës së Prishtinës, në një lokacion të aksesueshëm nga çdo drejtim dhe me mbi 40,000 makina që kalojnë çdo ditë pranë tij, **Albi Mall** është më shumë sesa një qendër tregtare – është një botë e tërë për të eksploruar.

Me mbi **250 brende ndërkombëtare** që sjellin trendet më të fundit në modë, **Albi Mall** është destinacioni ku stili takohet me cilësinë. Prej Zara, Massimo Dutti, Zara Home, XYZ, Guess, Hugo, Replay, Armani Exchange, Boss, Mango, Parfois, Okaidi, Carpisa, Stilium e deri te Antony Morato, dhe shumë të tjera – këtu gjeni gjithçka që keni ëndërruar për garderobën tuaj.

Por **Albi Mall** nuk është vetëm modë. Është edhe shije, ritëm dhe emocione. Për një pauzë perfekte, zgjidh mes dhjetëra restoranteve dhe kafeneve moderne, nga kuzhina lokale te ajo ndërkombëtare.



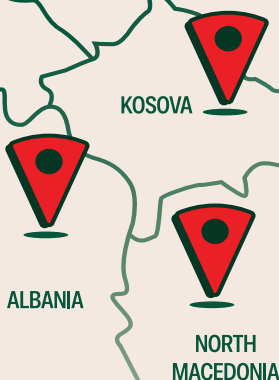
Me mbi 10 milionë vizitorë në vit,
Albi Mall është më shumë se një qendër
tregtare – *është vendi i familjes suaj.*

Dhe për ata që kërkojnë përjetime unike? **Cineplexx** tani ka sjellë për herë të parë në Kosovë teknologjinë mahnitëse të **IMAX** – ekrani më i madh, zëri më i fuqishëm dhe përjetimi më intensiv kinematografik që keni provuar ndonjëherë. Filmat nuk shikohen më, ata përjetoohen!

Për të vegjlit, **Albi Mall** është vendi i ëndrrave: kënd lojërash, aktivitete të pafundme dhe atmosferë që frymëzon imagjinatën. E për ata më aktivët – bowling, karaoke dhe ngjarje të përjavshme që sjellin çdo herë diçka të re.

CURRENTLY OPERATING
IN  26 LOCATIONS
AND 3 COUNTRIES

SINCE 2009 - ONLY THE BEST INGREDIENTS - 



SACHPIZZA®

www.sachpizza.com

SACHPIZZA

1

FIRST AND
THE LARGEST

WOOD FIRED PIZZA
CHAIN IN THE REGION

SACHPIZZA




**SACH
PIZZA**

KUSH JEMI NE?

Dardania Model është një fabrikë që prodhon dyer dhe dritare nga materiale si PVC, alumin, dru-alumin, si dhe mobilie përmes një departamenti të veçantë. Kompania vepron që nga viti 1958 dhe produktet e saj përmbushin standardet ndërkombëtare për efikasitet termik, performancë, dizajn, cilësi, dhe qëndrueshmëri.



Dyer

Dyert tona prej druri kombinojnë elegancën, sigurinë dhe qëndrueshmërinë, të personalizueshme sipas stilit dhe nevojave tuaja. Në Dardania Model, krijojmë dyer që përmirësojnë çdo hapësirë të shtëpisë tuaj.



Dritare

Dritare prej druri, alumini, PVC, me materiale cilësore sjellin stil, qëndrueshmëri dhe efikasitet energjie, të personalizueshme sipas nevojave tuaja. Në Dardania Model, përmirësojmë çdo hapësirë me dizajn dhe funksionalitet.

RUGOVA, PARAJSA E MALEVE DHE AVENTURËS NË KOSOVË



Në zemër të Bjeshkëve të Nemuna, vetëm pak minuta nga Peja, shtrihet Rugova, një vend ku natyra dhe aventura takohen në mënyrë të përkryer. Male që ngrihen si kështjella, ujëvara të kristalta, liqene të pastra dhe gryka të thella e bëjnë këtë rajon një destinacion të jashtëzakonshëm për të gjithë: nga fëmijët që zbulojnë magjinë e natyrës deri te të moshuarit që kërkojnë qetësi dhe relaksim.

Gentiana Ahmeti

Lumëbardhi, lumi që rrjedh nga male të mbuluara me pisha, ndan Grykën e Rugovës, duke krijuar një spektakël vizual të pazakontë, ku çdo hap është një mundësi për t'u habitur. Në këtë mjedis, Liqeni i Liqenatit dhe ai i Drelajve, të vendosur mbi 1,800 metra mbi nivelin e detit, ofrojnë paqe absolute dhe pamje të paprekura nga njeriu, ndërsa Tritoni, një amfib i rrallë, jeton në këto ujëra të kristaltë, duke i dhënë

natyrës një dimension të veçantë biologjik.

Rugova nuk është vetëm për ata që kërkojnë qetësi, adrenalinën mund ta provosh në Zip Line-in "Marimangat", një fluturim mes shkëmbinjve mbi Grykën e Rugovës, ku shpejtësia arrin deri në 60 km/h. Për adhuruesit e skijimit dhe shëtitjeve malore, fshati turistik Bogë ofron pistat dimërore dhe shëtitje në borë për të gjithë familjen.

Aventurat nuk do të përfundonin pa një përvojë autentike vendase. Pushimorja Hajla, e cila filloi aktivitetin në vitin 2012, ka krijuar një oazë qetësie dhe relaksimi për vizitorët:

“Pasi kishim hapësirë të mjaftueshme, duke e parë zhvillimin e turizmit malor, filluam në vitin 2012 me 3 bujtina, ndërsa me pas shkuam në zgjerimin e kapaciteteve, deri tani te kapaciteti 42 persona, që e kemi për momentin”.

Akomodimi në vila të ndërtuara me gurë dhe drurë, të përshtatur për 2, 4, 8 ose 10 persona, dhe ushqimet tradicionale bëjnë që çdo vizitor të ndjejë lidhjen me natyrën dhe kulturën lokale. Sfidat nuk mungojnë, veçanërisht mungesa e furnizimit me rrymë gjatë dimrit, por kjo nuk e pengon magjinë e përvojës që ofron Hajla.

“Zakonisht periudha qershor-tetor dhe dhjetor-janar janë më të ngarkuara, ndërsa në çdo kohë ia vlen të vizitohet. Çdo stinë ka magjinë e vet”, thonë ata.

Një tjetër biznes hotelierie është Hotel Magra Austria, një eco-hotel familjar që ka kontribuar në zhvillimin e turizmit malor të Rugovës.

“Qëllimi i hapjes së hotelit ka qenë zhvillimi i turizmit në atë zonë, fatmirësisht ndikimi ka qenë shumë i madh dhe pozitiv dhe tani Rugova është destinacioni numër 1 në Kosovë për turistët e huaj dhe vendorë”, thonë nga Magra Austria.

Bashkëpunimet me guida



lokale dhe operatorë turistikë të huaj sigurojnë ekskursione në male, ujëvara dhe kanione, por edhe degustime të ushqimeve tradicionale dhe vizita në fshatra karakteristike. Siç thonë ata:

“Këto bashkëpunime na ndihmojnë të krijojmë një përvojë të plotë dhe të sigurt për çdo mysafir, duke promovuar njëkohësisht turizmin e qëndrueshëm dhe kulturën vendase të Rugovës.”

Çdo vizitor që ecën në shtigjet e Rugovës, shijon ajrin e pastër,

panoramat që shtrihen deri në Hajla dhe Guri Kuq, ujërat e Liqenatit dhe Drelajve, dhe energjinë e fshatrave alpine, ku tradita dhe mikpritja janë pjesë e përditshme. Këtu, malet dhe lumi bashkëjetojnë me qetësinë e pushimoreve dhe gjallërinë e hoteleve që u ofrojnë vizitorëve një kombinim unik të aventurës, relaksit dhe kulturës lokale.

Rugova nuk është thjesht një destinacion, është një udhëtim për të eksploruar dhe për të kthyer kujtimet në përjetësi.

M **MONTEL GROUP**
LIGHTING

+383 48 113 800 | www.montel-ks.com | Rr. Lidhja e Prizrenit, Prishtinë





BERG AM LAIM
BAUMKIRCHNER STR.12
TEL:+491623962484




BÄCKEREI OREX KONDITOREI

SHIJE E VËRTETË SHQIPTARE!

Mirësevini në furrat tona në München, aty ku tradita dhe shija bashkohen në çdo produkt! Nga buka e sapopjekur me brumë të punuar me dorë, deri te hyrëkët krokantë e emhëlsirat tradicionale, ne sjellim aromën dhe shijen e kuzhinës shqiptare në tryezën tuaj. Ejani të shijoni recetat e trashëguara brez pas brezi, të përgatitura me përbërës natyralë dhe dashuri!



FOSTENRIEDER-ALLE
WINTETTHURER STR.2
TEL: +4915510382613



**TRADITË,
SHIJE
DHE CILËSI**

BÄCKEREI OREX KONDITOREI

Traditioneller Geschmack



*Ofertë fantastike
skandinave për të gjithë
brenda jetesës dhe
gjumit*

JYSK është një rrjet ndërkombëtar i mobilimit të shtëpisë me rrënjë skandinave që e bën të lehtë mobilimin e ambienteve në çdo shtëpi dhe kopsht, duke sjellur atmosferë skandinave që i'u jep një eksperiencë frymëzuese të blerjes me një dizajn minimalist dhe elegant.

Porosit online në **JYSK-ks.com** apo vizito dyqanet tona.

JYSK Prishtinë, JYSK Albi Mall, JYSK Royal Mall, JYSK Prishtina Mall,
JYSK Arbëri, JYSK Pejë, JYSK Prizren, JYSK Ferizaj, JYSK Gjilan,
JYSK Gjakovë, JYSK Mitrovicë, JYSK Podujevë.



PROJEKTET TONA AKTUALE:



PARK RESIDENCE, PRISHTINË

Në zemër të Prishtinës

📍 Rr. Holger Petersen ☎️ +383 44 458 458

PARK TOWERS, PODUJEVË

Komoditet, cilësi në Podujevë

📍 Rr. Zahir Pajaziti ☎️ +383 48 458 456



OBILIQ

E ardhmja e jetesës moderne

📍 Afër shkollës "Ibrahim Rugova" ☎️ +383 49 967 700

FUSHË KOSOVË

Jeta e re, ndërtuar me kujdes

📍 Rruga e Ulpit ☎️ +383 44 458 458



VITI

Zgjedhja më e mirë për të investuar

📍 Kongresi i Manastirit ☎️ +383 46 458 458

MERRNI HAPIN E DUHUR PËR TË SIGURUAR

të ardhmen tuaj...



RRETH NESH:

Në Berisha Group, besojmë se suksesi ynë është rezultat i një bashkëpunimi të fortë dhe të pandashëm mes secilit anëtar të ekipit tonë. Secili anëtar i kontribuon rritjes dhe zhvillimit të kompanisë me ekspertizën dhe profesionalizmin që ata ofrojnë në sferat që punojnë. Në secilin projekt që ndërmarrim, angazhohemi për të punuar së bashku për të siguruar që cilësia, profesionalizmi dhe integriteti të jenë në qendër të çdo faze të punës. Për ne, bashkëpunimi dhe komunikimi i hapur janë pika kyçe për të arritur rezultatet më të mira, dhe çdo sfidë është mundësi për t'u rritur dhe për të mësuar së bashku.

MISIONI YNË:

Misioni ynë është të krijojmë projekte të pasurive të patundshme që ofrojnë cilësi të jashtëzakonshme, qëndrueshmëri dhe mundësi investimi afatgjata, të cilat kontribuojnë në zhvillimin e qytetit dhe përmirësimin e kushteve të jetesës. Ne jemi të përkushtuar për të zhvilluar hapësira moderne dhe komode që përbushin jo vetëm nevojat e klientëve tanë, por edhe synimet e tyre për një jetë më të mirë dhe më të sigurt.

Çdo projekt i Berisha Group është një hap drejt ndërtimit të një të ardhmeje më të qëndrueshme, duke u fokusuar në përdorimin e materialeve të cilësisë më të lartë dhe duke integruar teknologjitë më të avancuara për të siguruar efikasitetin energjetik dhe cilësinë e jetesës.

DIVIZIONET TONA:



NGA 'KOSOVA TRANS' E DERI NË TRANSPORTIN E SHEKULLIT

Gentiana Ahmeti

Transporti me autobus ka qenë për dekada shtylla kryesore e lëvizjes në Kosovë. Edhe sot, pavarësisht zhvillimeve teknologjike, hapjes së tregut dhe shtimit të operatorëve, rrjeti i autobusëve mbetet mënyra më e përdorur dhe shpesh më e nevojshme për të udhëtuar brenda

vendit.

Megjithatë, ata që e kanë përjetuar transportin urban e ndërrurban në dekadat e kaluara e kujtojnë ndryshe. Isa Murseli nga Ferizaj, ish-biletar i kompanisë “Kosova Trans”, e përshkruan atë periudhë me një saktësi që sot tingëllon thujtë nostalgjike:

“Funksionimi i lidhjes së autobusëve në atë kohë ka punuar gjithmonë me orar të caktuar dhe kanë qenë shumë precizë. Më herët ka qenë më mirë, ndoshta për shkak të saktësisë”, thotë Murseli.

Sipas tij, sot numri i autobusëve është shumë më i madh, linjat më të shpeshta dhe qarkullimi më dinamik, duke e bërë udhëtimin më të aksesueshëm, por njëkohësisht duke humbur standardin e hekurt të organizimit të dikurshëm. Ajo që dikur ishte sistem i vogël, por i rregullt, sot është rrjeti i gjerë, mirëpo shpesh i pakontrolluar.

Stacioni i Autobusëve në Prishtinë

Nëse ka një vend ku ky transformim është i dukshëm, ai është Stacioni i Autobusëve në Prishtinë, zemra e lidhjes rrugore të Kosovës dhe pika nga e cila nis





pothuaj çdo rrugëtim brenda dhe jashtë vendit. I themeluar në vitin 1977 dhe i vendosur në lokacionin aktual që prej vitit 1983, stacioni ka kaluar faza të ndryshme administrative, deri në vitin 2015, kur u shndërrua në ndërmarrje publike të Komunes së Prishtinës.

Sot funksionon plotësisht si ndërmarrje vetëfinancuese, me të hyrat që sigurohen nga peronët, shitja e biletave për operatorët, ruajtja e bagazhit, parkingu, poligonet e autoskollave dhe hapësirat komerciale.

Sheqir Abazi, udhëheqës i Shërbimit të Transportit, e përshkruan rolin e tij kështu:

“Stacioni i Autobusëve i Prishtinës shërben si qendra kryesore e transportit rrugor në Kosovë, duke lidhur kryeqytetin

me qytete të tjera brenda vendit (linja ndërrurbane) dhe me destinacione të shumta ndërkombëtare në rajon dhe në Evropë”.

Ky funksionim e bën stacionin pikën më të rëndësishme të qarkullimit për qytetarët, studentët, punëtorët dhe udhëtarët e rregullt.

Rrjeti ndërrurban: 21 destinacione brenda Kosovës

Nga Prishtina nisen çdo ditë autobusë drejt 21 destinacioneve brenda Kosovës – një rrjet i dendur që funksionon pothuajse gjatë gjithë ditës.

Top 10 destinacionet ndërrurbane me më së shumti nisje: Ferizaj, Gjilan, Drenas – Skenderaj, Pejë – Deçan – Junik, Prizren, Gjakovë, Mitrovicë, Rahovec, Istog, Shalë

27 destinacione ndërkombëtare

Rrjeti ndërkombëtar përfshin 27 destinacione, duke e bërë Kosovën të lidhur ngushtë me rajonin dhe Evropën: Shqipëri, Gjermani, Shkup, Beograd, Tetovë, Austri, Slloveni, Preshevë, Bujanoc, Novi Pazar, Belgjikë, Suedi, Luksemburg, Herceg Novi, Danimarkë, Novi Sad.

Në total, stacioni mbulon 48 destinacione, duke u shndërruar në njëën më të rëndësishme të lëvizjes njerëzore në vend.

Për ata që duan të njohin Kosovën përtej kryeqytetit, autobusët janë shpesh zgjedhja më praktike dhe më e përballueshme. Nga Prishtina mund të arrish drejt Rugovës, Rahovecit, Prizrenit, Gadimes, Brezovicës dhe qindra fshatrave e qytezave që ndër vite e kanë mbajtur gjallë udhëtimin me autobus.



A JE
GJALLË?

RRUGA PËRTEJ FORMËS



Nje qasje moderne dhe elegante në dizajnin e brendshëm. Dyert Filomuro të njohura për integrimin e tyre të plotë me murin, ato eliminojnë kornizat tradicionale dhe krijojnë një vazhdimësi vizuale që e bën ambientin të duket më i gjerë, më harmonik dhe më bashkëkohor.



Kuzhinat moderne bashkojnë linja të pastra dhe funksionalitet të zgjuar për një hapësirë elegante e praktike. Me materiale cilësore dhe dizajn minimalist, ato sjellin harmoni dhe efikasitet në çdo ditë.



VENDI ME 99% QASJE NË INTERNET SHTON NUMRIN E TURISTËVE

Kosova po hyn në mesin e vendeve më të digjitalizuara në rajon dhe po shënon një rritje të qëndrueshme në sektorin e turizmit. Të dhënat e fundit të Agjencisë së Statistikave të Kosovës (ASK) tregojnë se 99% e ekonomive familjare kanë pasur qasje në internet gjatë vitit 2024 - një përqindje që e rendit vendin ndër shoqëritë më të lidhura digjitalisht në Evropën Juglindore.

Ky nivel i lartë i digjitalizimit po reflektohet edhe në sektorë të tjerë të ekonomisë, përfshirë turizmin dhe shërbimet hoteliere, pasi interneti po luan rol vendimtar në mënyrën si qytetarët informohen, rezervojnë dhe përdorin udhëtimet e tyre.

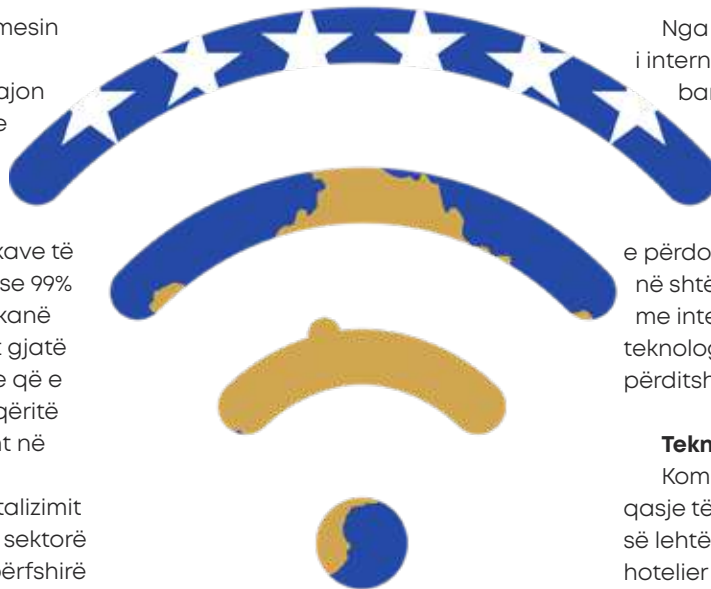
Turizmi në rritje – më shumë vizitorë dhe më shumë net qëndrime

Sipas të dhënave të publikuara për muajin shtator 2025, në hotelet e Kosovës janë regjistruar gjithsej 64 727 vizitorë (vendorë dhe të huaj). Nga ta, 39,1% ishin vendorë, ndërsa 60,9% vizitorë të huaj.

Krahasuar me të njëjtën periudhë të vitit 2024, kur numri i vizitorëve ishte 62 393, vërehet një rritje prej 3,7%.

Po ashtu, numri i qëndrimeve net arriti në 146 598, prej të cilave 50,6% u realizuan nga vizitorët vendorë dhe 49,4% nga të huajt.

Rajoni i Pejës mbetet destinacioni më i kërkuar për pushuesit vendas, me 8 281 vizitorë vendorë dhe 25 048 net qëndrime, duke dëshmuar se turizmi malor



vazhdon të jetë një ndër pikat më të forta të ofertës turistike të Kosovës.

Ndërsa, sa u përket vizitorëve të huaj, numri i tyre ka mbetur i qëndrueshëm, 39 397 vizitorë, me pjesën më të madhe që kanë ardhur nga Shqipëria, Gjermania, Zvicra dhe Turqia.

Internet për të gjithë - 99% e familjeve kosovare online

Sipas Anketës së Përdorimit të TIK-ut në Ekonomitë Familjare (2024), qasja në internet në Kosovë është pothuajse universale.

Vetëm 0,8% e familjeve kanë deklaruar se nuk kanë qasje në internet, ndërsa 0,2% nuk e dinë ose nuk janë të sigurt.

Përqindja më e lartë e përdoruesve i përket grup-moshës 16–24 vjeç, me 38%, ndërsa pjesëmarrja bie gradualisht në grupmoshat më të vjetra - deri në 10,7% për moshën 65–74 vjeç.

Nga aspekti gjinor, përdorimi i internetit është pothuajse i barabartë: 50,3% meshkuj dhe 49,7% femra, që tregon një barazi të dukshme digjitale ndërmjet gjinive.

Përveç kësaj, 89% e përdoruesve të internetit kanë në shtëpi një televizor të lidhur me internet, duke dëshmuar se teknologjia është bërë pjesë e përditshmërisë familjare.

Teknologjia, si nxitëse e turizmit

Kombinimi i një popullsie me qasje të gjerë në internet dhe rritjes së lehtë të vizitorëve në sektorin hotelier tregon për një lidhje të qartë midis zhvillimit teknologjik dhe promovimit të turizmit. Rezervimet online, platformat digjitale të udhëtimit dhe rrjetet sociale janë bërë mjete kryesore për promovimin e destinacioneve si Peja, Prizreni apo Rugova. Bizneset turistike tashmë po i shfrytëzojnë rrjetet sociale dhe faqet e internetit për të tërhequr klientë, duke bërë që përdorimi i internetit të jetë një motor real zhvillimi ekonomik.

Një vend i lidhur dhe i vizituar

Me 99% të familjeve të lidhura në internet dhe rritje të vazhdueshme të numrit të vizitorëve, Kosova po dëshmon se zhvillimi digjital dhe turizmi mund të ecin paralelisht.

Kjo përfshirje teknologjike po krijon një gjeneratë të re udhëtarësh vendas që informohen online, rezervojnë me një klikim, dhe ndajnë përvojat e tyre në mediat sociale - duke e bërë Kosovën një destinacion gjithnjë e më të dukshëm në hartën turistike të rajonit.



Temaj Qeramikë



temaj.qeramike



www.temaj.eu



temaj.qeramike




temaj
QERAMIKË

ZGJEDH, KOMBINO E STILIN TËND KRIJO

ATY KU KUALITETI NDRIQON SHTEPINË TUAJ!



TEMAJWinDoor



Temaj Window



temaj.window



www.temaj.eu



temajwindow

vipa



SHIJE TË PAREZISTUESHME

Vipa Chips gjithmonë pranë jush!



Vitamina • Minerale • Hekur • Proteina



Sempre

Rritemi së bashku me minerale dhe vitamina.

Biskotat Sempre janë të prodhuara nga përbërës të ushqyeshëm, duke i siguruar fëmijës tuaj vitamina dhe minerale thelbësore.

Duke kafshuar dhe përtypur biskotat Sempre, më të vegjlit tuaj stimulojnë mishin e dhëmbëve dhe lehtësojnë daljen e dhëmbëve të parë.



Një porcion (100g) SEMPRE biskota përmban:

Energji	Proteina	Sheqer	Yndyrna	Natrium
343 kcal	9.0 gram	24.13 gram	10 gram	0.3 gram
18%				

Vlera mesatare e rekomanduar për fëmi në bazë ditore për konsumim prej 1800 kcal



ODA E KOSOVËS QË NDIHMON NDËRTIMIN E EKONOMISË

Gentiana Ahmeti

Lulzim Rafuna është drejtor aktual i Odës Ekonomike të Kosovës. Ai drejtoi forumin më të madh të bizneseve të vendit, të themeluar shumë vjet më parë, e që u bë zëri i bizneseve të vendit. Në një ekonomi të pasluftës, sfidat ishin të mëdha, por oda ndihmoi në ndërtimin e një zëri të përbashkët të ndërmarrësve në raport me shtetin dhe botën e jashtme. Në intervistën për GP Magazinë, i pari i Odës flet për misionin dhe sfidat e OEK-ut.

GP Magazinë: Si do ta përshkruanit rolin e OEK-ut në nxitjen e zhvillimit ekonomik të Kosovës?

Lulzim Rafuna: Oda Ekonomike e Kosovës (OEK), e themeluar në vitin 1962, është institucioni i vetëm në Republikën e Kosovës i themeluar me ligj. Ajo ka një prani gjithëpërfshirëse në gjithë vendin, përmes 7 zyrave rajonale, dhe përfaqëson një rrjet të gjerë, prej më shumë se 18,000 anëtarësh dhe mbi 37 shoqata sektoriale. OEK-u shërben si zëri kryesor i sektorit privat, duke përfaqësuar dhe duke promovuar në mënyrë aktive interesat e biznesit në Kosovë. Misioni i saj përfshin ofrimin e platformave për rrjetëzim biznesor, avokim politikash, lehtësim të tregtisë dhe investimeve, si dhe mbështetjen e iniciativave për zhvillim ekonomik të qëndrueshëm. Në nivel ndërkombëtar, OEK është anëtar i organizatave prestigjioze, si Oda Ekonomike Ndërkombëtare (ICC), Eurochambres dhe Forumi Investiv i 6 Odave Ekonomike të Ballkanit Perëndimor (B6 CIF), duke forcuar kështu rolin e saj si ndërmjetës në skenën globale.



GP Magazinë: Si e vlerësoni klimën aktuale të investimeve në Kosovë dhe cilët sektorë po tregojnë rritje më të madhe?

Lulzim Rafuna: Me gjithë sfidat e shumta dhe përparimin ngadalë, klima e investimeve në Kosovë karakterizohet nga një dinamikë pozitive dhe përparim i vazhdueshëm. Sidoqoftë, është e qartë se nevojitet shumë më tepër punë, duke pasur parasysh potencialin e madh që ekziston. Kosova ndodhet në një pozitë gjeografike strategjike, e cila e bën atë një kandidat ideal për t'u shndërruar në një qendër të investimeve të huaja në rajon.

Për të realizuar misionin e saj, ajo organizon vazhdimisht misione tregtare, merr pjesë në panaire ndërkombëtare, organizon takime B2B, ofron programe trajnimi dhe shërbime të specializuara për të nxitur ekonominë e gjelbër dhe transformimin digjital të bizneseve vendase.

GP Magazinë: Cilat janë avantazhet konkurruese që e bëjnë Kosovën tërheqëse për investitorë të huaj?

Lulzim Rafuna: Kosova ofron një ambient jashtëzakonisht konkurrues

për investitorët e huaj, duke qenë e pozicionuar në një rrugë lidhëse të Ballkanit dhe të Evropës. Në aspektin fiskal, vendi aplikon një nga regjimet më të favorshme në rajon, me një normë të ulët tatimore, prej 10% për tatimin mbi fitim. Në rast se një kompani nuk ka fitim, ajo nuk paguan asnjë tatim. Për më tepër, tatimi mbi dividendë është i liruar, tatimi mbi të ardhurat personale varion nga 0% deri në 10% - një nga normat më të ulëta në rajon, ndërsa TVSH-ja zbatohet në një normë bazë prej 18%. Tatimi i akcizës aplikohet vetëm për kategori të caktuara

mallrash, siç janë: duhani, alkooli, vaji dhe automjetet.

Vendi ynë dallohet për një demografi të re, pasi mbi 52% e popullsisë është nën moshën 35-vjeçare, duke ofruar kështu një fuqi punëtore të re, të shkolluar dhe me njohuri të gjuhëve të huaja, dhe pothuajse çdo individ flet të paktën dy gjuhë të huaja.

Një avantazh tjetër strategjik madhor është qasja e privilegjuar në tregun e Bashkimit Evropian me mbi 500 milionë konsumatorë, e siguruar përmes Marrëveshjes së Stabilizim-Asocimit. Në kuadër të marrëveshjes së CEFTA-s, tregtia me vendet e rajonit të Ballkanit është e çliruar nga taksa doganore, duke ofruar qasje në një treg prej rreth 17 milionë konsumatorësh. Po kështu, marrëveshja e tregtisë së lirë me Republikën e Turqisë ofron, gjithashtu, 0% tatim doganor për mallrat e importuara dhe të eksportuara nga Kosova.

Kosova ka infrastrukturë rrugore shumë të re, e cila e lidh atë në mënyrë efikase me tri porta detare shumë të rëndësishme: Durrësin në Shqipëri, Barin në Mal të Zi dhe Selanikun në Greqi. Një faktor tjetër pozitiv është përdorimi i euros si monedhë zyrtare, i cili kontribuon në stabilitetin ekonomik dhe i lehtëson transaksionet ndërkombëtare.

GP Magazinë: Si po ndihmon OEK-u në ndërlidhjen e bizneseve kosovare me tregjet evropiane dhe ato ndërkombëtare?

Lulzim Rafuna: Oda Ekonomike e Kosovës (OEK) vepron në mënyrë aktive si ndërmjetëse dhe katalizatore për ndërlidhjen e bizneseve kosovare me tregjet evropiane dhe ndërkombëtare. Nëpërmjet një strategjie shumëdimensionale, ajo organizon drejtpërdrejt misione tregtare dhe koordinon pjesëmarrjen e bizneseve vendase në panairë ndërkombëtare, duke i vënë ato në kontakt të drejtpërdrejtë me partnerë të mundshëm. Një aspekt thelbësor i këtij veprimtarie është lobimi dhe ndërtimi i rrjetit global. OEK-ku ka ndërmarrë hapa

strategjikë, duke lidhur marrëveshje bashkëpunimi me disa nga odat ekonomike më të fuqishme botërore, siç janë ato të Federatës së Odave Arabe Saudite, Katarit, Emirateve të Bashkuara Arabe (Dubai dhe Abu Dhabi), Luksemburgut, si dhe me odat e Selanikut dhe Athinës në Greqi. Këto marrëveshje synojnë të lehtësojnë në mënyrë praktike qasjen e bizneseve kosovare në këto tregje të vështira dhe me kërkesa të larta. Përveç kësaj, për të garantuar suksesin afatgjatë, OEK-u po fokusohet gjithashtu në ngritjen e kapaciteteve të bizneseve vendase, për t'u përshtatur dhe për të shfrytëzuar në masë të plotë kushtet dhe mundësitë unike që ofrojnë tregjet ndërkombëtare.

GP Magazinë: Cilët janë disa nga shembujt më të suksesshëm të bizneseve vendase që OEK-u i konsideron histori frymëzuese?

Lulzim Rafuna: Për Odën Ekonomike të Kosovës, historitë më frymëzuese të suksesit shihen te bizneset vendase prodhuese, të cilat kanë shfrytëzuar mbështetjen për të depërtuar me sukses në tregjet ndërkombëtare. Një shembull i ndritur është sektori i teknologjisë së informacionit (ICT), ku kompani kosovare shërbimesh IT eksportojnë me sukses zgjidhjet e tyre në tregje evropiane, duke kontribuar kështu në suficitin e eksportit të shërbimeve të vendit. Megjithatë, fokusi kryesor i OEK-ut aktualisht mbetet i përqendruar në përmirësimin e kapaciteteve prodhuese. Përballë deficitit të qëndrueshëm tregtar në produkt, jemi të përqendruar në përkrahjen e bizneseve tona prodhuese, duke i ndihmuar ato të gjejnë partnerë dhe blerës të besueshëm në tregjet e huaja

GP Magazinë: Në çfarë mënyre OEK-u po i mbështet startup-et dhe ndërmarrësit e rinj në Kosovë?

Lulzim Rafuna: Oda Ekonomike e Kosovës e ka një qasje proaktive dhe shumëdimensionale për mbështetjen e startup-eve dhe ndërmarrësve të rinj, duke e

identifikuar këtë si një prioritet strategjik për zhvillimin ekonomik të vendit. Një shtyllë kryesore e kësaj mbështetjeje është zhvillimi sistematik i kapaciteteve nëpërmjet ofrimit të shumë ofertave trajnuese që synojnë ngritjen e aftësive praktike të fuqisë punëtore dhe ndërmarrësve. OEK-u organizon dhe nxit pjesëmarrjen në ngjarje të



DIAMANTI CLEANING

PËR NJË HIGJENË MAKSIMALE

Zgjidhni Diamanti Cleaning

- ✓ SHËRBM CILËSOR
- ✓ STAF PROFESIONAL
- ✓ PAJISJE DHE PRODUKTE MODERNE
- ✓ GARANCI NË PUNË

+383 49 552 663

+383 44 552 663

posaçme, të dedikuara inovacionit dhe ndërmarrësisë, duke ofruar platformë për ekspozim, rrjetëzim dhe shkëmbim përvojë.

Një hap shumë i rëndësishëm për të ardhmen është angazhimi i OEK-ut për të luajtur një rol vendimtar në reformimin e sistemit të arsimit profesional përmes themelimit të Qendrës për Arsim Dual. Kjo nismë synon të fuqizojë në mënyrë të qëndrueshme të rinjtë me aftësi dhe shkathtësi që kërkon tregu, duke rritur kështu potencialin për shfaqjen e një brezi të ri ndërmarrësish të suksesshëm dhe konkurrues.

GP Magazinë: A ka projekte konkrete që synojnë zhvillimin e industrisë së teknologjisë dhe inovacionit?

Lulzim Rafuna: Oda Ekonomike e Kosovës e ka përcaktuar nxitjen e teknologjisë dhe inovacionit si një nga prioritetet kryesore për zhvillimin ekonomik të vendit. Për këtë qëllim, OEK-u po e implementon një qasje shumëdimensionale. Një nga idetë që mund të bëjnë ndikimin është themelimi i Institutit UPCO në bashkëpunim strategjik me Universitetin e Prishtinës dhe Komunën e Prishtinës. Përveç kësaj, për të forcuar ekosistemin, OEK-u ka nënshkruar një sërë marrëveshesh bashkëpunimi me institucione të shumta të arsimit të lartë. Ky rrjet partnerësh synon të krijojë një kanal të qëndrueshëm për transferimin e njohurive, kërkimit të zbatuar dhe përgatitjes së të rinjve me aftësi të nevojshme për tregun e punës. Një fokus i veçantë i OEK-ut mbetet mbështetja për rritjen e eksporteve të sektorit ICT, i cili tashmë është një kontribues i rëndësishëm, duke përbërë 10.4% të të gjithë eksporteve të shërbimeve në vitin 2024.

GP Magazinë: Si e shihni imazhin e Kosovës sot për një investitor apo vizitor të huaj?

Lulzim Rafuna: Në përgjithësi, imazhi i Kosovës përballet me sfida, për shkak të një të shkuare të vështirë dhe realiteteve politike. Megjithatë, puna jonë e fokusuar ka

për qëllim ndërtimin e një narrativi të ri që thekson mundësitë reale ekonomike: një ekonomi në rritje, infrastrukturë në zhvillim e sipër dhe një klimë jashtëzakonisht të favorshme biznesi. Synimi është që investitorët të marrin vendime bazuar në potencialin e qartë për fitim dhe rritje, të cilin Kosova e ofron përmes kushteve të saj konkurruese, duke e paraqitur atë si një vendim biznesi të mirë përballë çdo sfide.

Në këtë kuadër, Oda Ekonomike e Kosovës u prin të gjitha evenimenteve të saja me prioritet që të realizohen në Kosovë, në mënyrë që të kemi sa më shumë biznese të huaja në vend, të cilat mund ta shikojnë direkt se sa është zhvilluar Kosova. Kjo praktikë është thelbësore për të ndryshuar perceptimin e krijuar nga rrugë të tjera. Sidoqoftë, është jashtëzakonisht e rëndësishme të theksohet se për të ardhmen Qeveria e Republikës së Kosovës duhet ta përfshijë në mënyrë sistematike diplomacinë ekonomike, si mjet strategjik për promovimin e vendit, duke përfshirë këtu edhe sektorin privat. Oda Ekonomike e Kosovës është e gatshme dhe e përkushtuar ta marrë këtë përgjegjësi.

GP Magazinë: Cilat janë prioritetet kryesore të OEK-ut për 5 vitet e ardhshme?

Lulzim Rafuna: Prioritetet kryesore të OEK-ut për 5 vitet e ardhshme janë të strukturuar në tri faza kryesore. Faza e parë përqendrohet në forcimin e biznesit vendor, përmes përmirësimit të kushteve operative dhe krijimit të një mjedisi biznesi të sigurt dhe tërheqës brenda vendit. Faza e dytë synon

zgjerimin rajonal dhe evropian të bizneseve kosovare, duke i ndihmuar ato të depërtojnë në tregjet e CEFTA-s dhe të Bashkimit Evropian. Faza e tretë përqendrohet në depërtimin strategjik në tregje të reja globale me potencial të lartë, veçanërisht në Lindjen e Mesme dhe në Afrikë, përmes ndërtimit të marrëdhënieve dhe ndërmjetësimit të lidhjeve të bizneseve për të hapur rrugë të reja rritjeje për ekonominë kosovare. Për fat të mirë, Kosova tashmë ka biznese të zhvilluara që kanë arritur kufijtë e tregut lokal. Për të mbajtur trendin e zhvillimit, është e nevojshme që këto biznese të gjejnë tregje të reja të jashtme.

Dy prioritetet e tjera thelbësore janë avancimi i pjesëmarrjes së grave në biznes dhe angazhimi i nxënësve dhe studentëve përmes programeve të OEK-së për të nxitur startup-et dhe hulumtimin dhe zhvillimin (R&D). Këto nisma synojnë të krijojnë kushte që të rinjtë ta shohin të ardhmen e tyre në Kosovë, jo jashtë saj.

GP Magazinë: Cili do të ishte mesazhi juaj për komunitetin ndërkombëtar të biznesit në lidhje me Kosovën?

Lulzim Rafuna: Në zemër të Evropës Juglindore, ne ofrojmë diçka më shumë se një klimë të favorshme biznesi; ne ofrojmë një partneritet për rritje. Këtu do të gjeni një fuqi punëtore të re, të shkolluar dhe të etshme për të mësuar; qasje pa taksa në tregje me qindra milionë konsumatorë dhe një stabilitet politiko-ekonomik që e bën Kosovën një vend të sigurt për të investuar të ardhmen.

Po, Kosova është një vend me sfida, por pikërisht sfidat krijojnë mundësitë më të mëdha. Na lejon t'ju tregojmë potencialin tonë të papërfutur.



NATURAL POOL & SPA

1 Pishinë e brendshme për të rritur Premium
1 Pishinë e brendshme për të rritur me qasje direkte në pishinën e jashtme (e përshtatshme për cdo stinë)
1 Pishinë për fëmijë

1 Indoor swimming pool for adults Premium
1 Indoor swimming pool for adults with direct access into the outdoor swimming pool (available at any season)
1 Swimming pool for children

4 Sauna të jashtme finlandeze
4 Sauna të brendshme finlandeze
1 Saun e brendshme me rreze infra të kuqe
1 Saun e brendshme bimore

4 Outdoor Finnish saunas
4 Indoor Finnish Saunas
1 Indoor Infrared Sauna
1 Indoor Herbal Sauna

5 Jacuzzi të jashtëm me ujë të ngrohtë
3 Jacuzzi të jashtëm me ujë të ftohtë
3 Jacuzzi të brendshëm

5 Outdoor Jacuzzis with warm water
3 Outdoor Jacuzzis with cold water
3 Indoor Jacuzzis

1 Hammam (Banjë Turke) | 1 Hammam (Turkish Bath)

2 Solarium për rrezitje | 2 Tanning Bed Solarium

RRETH NESH / ABOUT US

Natural Pool & SPA është një vend perfekt që ofron një përvojë unike për ata që kërkojnë qetësi dhe relaks! /

Natural Pool & SPA Is a perfect place that offers a unique experience for those looking peace and relaxation!

+383 48 473 473
WWW.NATURAL-KS.COM

Masazh | Massage

  
@NaturalPool&Spa



NDËRTIME CILËSORE!

Komplekse me lokacion ideal dhe hapësira
të mjaftueshme për çdo stil të jetesës!

 **Arbëri, Prishtinë**



20

YEARS TOGETHER



ZERMATT, ZVICËR



Një nga zonat më atraktive në alpet zvicerane është zona e Zermatt. Pamja përrallore ku malet ngrihen mbi fshatin e qetë dhe maja ikonike

e Matterhornit janë përjetim që nuk duhet ta humbisni. Në zonë pistat janë pa fund, mbi 360 kilometra, dhe bora është perfekt gjatë gjithë vitit. Këtu, luksin e ndjen në çdo detaj nga resortet elegante deri te restorantet alpine që shërbejnë si tradicionale nën dritën e kandilave.

CHAMONIX, FRANCË



Zona tjetër e rekomanduar për të pushuar gjatë dimrit është Chaminic në Francë. Chamonix nuk është thjesht

vend për ski, por për sfidë. Rrëshqitjet e gjata, terrenet e egra dhe pamjet që të lënë pa frymë e bëjnë këtë destinacionin e ëndrrave për skiatorët profesionistë. Në mbrëmje, qyteti ndizet nga dritat, muzika dhe aromat e verës franceze.

ST. MORITZ, ZVICËR



Moriz në alpet zvicerane është vendi ku sporti takohet me aristokracinë. Me më shumë se 150 vjet traditë, St. Moritz është

simbol i klasës. Patinazhi në liqenin e ngrirë, garat me kuaj në akull dhe shëtitjet me slitë janë aq të famshme sa vetë skijimi. Një gotë shampanjë në dorë dhe pamja e Alpeve përballë St. Moritz të mëson se si të shijosh dimrin me stil.

VENDET E REKOMANDUARA PËR PUSHIME GJATË DIMRIT

Skijimi është sport, i cili u garanton miliona njerëzve në botë atraktivitet dhe pushime gjatë stinës së dimrit. I llogaritur si sport i kushtueshëm, skijimi ka shërbyer për ndërtimin e një industrie të tërë të hoteleve dhe rezorteve në mbarë botën.

Pa dyshim, për adhuruesit e aventurës, më poshtë janë vendet më të bukura në botë për t'u vizituar për ski, aty ku sporti dhe natyra bëhen një.

CORTINA D'AMPEZZO, ITALI



Nëse kërkon kombinimin perfekt të sportit dhe artit të jetesës, Cortina është përgjigjja. E rrethuar nga majat e

mrekullueshme të Dolomiteve, kjo zonë është pjesë e trashëgimisë botërore të UNESCO-s. Italianët e quajnë "Mbretëresha e borës" - një vend ku skijimi shoqërohet me kafe të ngrohtë, kuzhinë të rafinuar dhe moda alpine që nuk zhgënjën kurrë.

KITZBÜHEL, AUSTRI



Në Kitzbühel, bora është një mënyrë jetese. Ky fshat alpin, me shtëpi druri dhe dritare të ndriçuara, është një nga

më të vjetrit në Evropë. Çdo janar, e gjithë bota mbledhet këtu për garën legjendare Hahnenkamm. Ski, muzikë, birrë austriake dhe mikpritje që të ngroh shpirtin - është përjetimi që nuk harrohet.

BANSKO, BULLGARI



Në zemër të maleve Pirin, Bansko ofron një përzierje të rrallë të natyrës, historisë dhe çmimeve të përballueshme. Pistat e gjata,

hotelet moderne dhe ushqimi tradicional bullgar e bëjnë këtë destinacionin ideal për familje dhe për ata që kërkojnë pushime dimërore pa shpenzime të tepërta. Bora është e butë, njerëzit të buzëqeshur dhe atmosfera e ngrohtë, si rakia bullgare.

ASPEN, SHBA



Në Kolorado, Aspen është sinonim i skive dhe stilit. Këtu takohen milionerët, artistët dhe sportistët në kërkim të borës së përsosur. Katër male për çdo nivel, qendra moderne, jeta e natës plot energji dhe verërat kaliforniane - Aspen

është dimri që nuk do të doje të mbaronte kurrë. sushi të freskët.



BREZOVICA, KOSOVË

Në jug të Kosovës, mes maleve të Sharr-it, shtrihet një nga mrekullitë e Ballkanit. Brezovica ofron terrene të mahnitshme për ski, ajër të pastër dhe një mikpritje që vetëm shqiptarët dinë ta japin. Nuk është resort luksoz, por është vendi ku ndien vërtet aromën e dimrit - zjarr në oxhak, raki e ngrohtë dhe qetësi që të pushton shpirtin.



1 KUSH JEMI?

Një emër që përfaqëson përkushtim, cilësi dhe traditë. **Gogaj** me 34 vite përvojë në shërbim të klientëve, kanë ndërtuar një themel të fortë mbi besimin, profesionalizmin dhe përkushtimin ndaj çdo detaji.



2 ÇFARË OFROJMË?

Në Gogaj, ofrohet çdo gjë për shtëpinë tuaj, duke mbuluar çdo nevojë me cilësi dhe përvojë.

- **Hidrosanitari & Qeramikë** - Zgjidhje moderne dhe funksionale për banjën tuaj.
- **Ndriçim** - Dritë dhe stil për çdo ambient.
- **Ngrohje Qendrore** - Sisteme efikase për komoditet gjatë gjithë vitit.
- **Mobileri** - Dizajn i menduar për rehati dhe funksionalitet.
- **Elektroshtëpiake & Kuzhina** - Teknologji praktike për jetën e përditshme.
- **Kopsht** - Mobilje kopshti dhe aksesori.
- **Bau** (materiale ndërtimi) Gjithçka për ndërtim dhe rinovim të sigurt.

LAUFEN Në GOGAJ



Brendi prestigjioz zviceran **Laufen**, i njohur për cilësinë dhe dizajnin e produkteve sanitare, ka zgjedhur Gogaj si partnerin e saj për tregun lokal, për shkak të përvojës dhe reputacionit të kompanisë.

Me mbi 34 vite në treg, Gogaj është sinonim i profesionalizmit, korrektësisë dhe shërbimit cilësor - vlera që përputhen në mënyrë perfekte me standardet e larta të Laufen. Kompania ka infrastrukturën,

eksperiencën dhe kapacitetin për të siguruar që produktet e Laufen të arrijnë te klientët me kujdes maksimal dhe me garanci. Ky bashkëpunim tregon besimin e markave të njohura botërore te Gogaj si partneri ideal për të ofruar produktet më të mira në tregun shqiptar dhe rajonal. Gogaj është zgjedhja e besueshme për cilësi zvicerane.

KU NDODHEMI? 3

Gogaj është afër jush -si fizikisht, ashtu edhe online.

Deçan -Lokacioni i parë dhe vendi ku filloi historia 34 -vjeçare.

Kompleksi Goga Pejë -Një qendër moderne me gamë të plotë produktesh për shtëpinë tuaj.

Online - Tani gjithçka që ofrojnë mund ta porositni lehtësisht edhe përmes platformës dhe rejtjeve sociale online, nga komoditeti i shtëpisë suaj.

ROYAL MALL

Mbretëresha e Qytetit!

royalmall.pr





SI TË ANKOHEMI NDAJ GJOBAVE TË TRAFIKUT NË KOSOVË

Me një rrjet jo të avancuar të transportit publik, Kosova mund të vizitohet lehtësisht me makinë dhe mjete private të transportit.

Rrugët e Kosovës llogariten si rrugët më të sigurta në rajon dhe ato mbikëqyren nga një rrjet i tërë policësh trafikur, të cilët i kontrollojnë rregullat e trafikut.

Në përgjithësi, në Kosovë, shpejtësia e lejuar në vendbanime është 40 kilometra në orë, ndërsa shpejtësia maksimale në rrugët rajonale është 80 km në orë. Në autostradat e vendit, "Ibrahim Rugova" dhe "Arbën Xhaferi", shpejtësia maksimale është 130 kilometra në orë.

Kosova është në mesin e vendeve me gjoba të larta për kundërvajtësit në trafik dhe zbaton rregullin e ndalimit të patentës për kundërvajtësit recidivistë dhe kundërvajtjet e rënda.

Për të garantuar zbatimin e të drejtave të njeriut, ligji ka paraparë që për secilën gjobë të trafikut qytetarët të mund të ankohen ndaj

vendimit të policëve.

Në rast se policia ju ka shqiptuar një gjobë, por ju nuk jeni pajtuar, atëherë ligji ju garanton që brenda 8 ditësh të paraqisni një ankesë në Departamentin për Ankesa të Policisë së Kosovës. Ky mekanizëm ligjor është profesional, i cili trajton secilin pretendim të qytetarëve dhe, varësisht nga situata, mund të vendosë ta anulojë gjobën apo ta ulë dënimin e shqiptuar nga policia.

Çka duhet të dimë për ankesën

Për të hartuar ankesën për gjobat në trafik, nuk është e nevojshme që qytetari të ketë avokat. Gjithmonë këshilla ligjore është e rekomandueshme, por ju mund ta hartoni ankesën thjesht dhe ta dërgoni te mekanizmi përkatës. Ankesa gjithmonë duhet të jetë e shkruar dhe në të duhet të paraqiten provat dhe pretendimet e qarta, me të cilat argumentoni pse polici ka gabuar kur ju ka shqiptuar gjobën.

Në provat që ju mund të

paraqitni para komisionit mund të jenë dëshmitarët, fotografitë apo edhe video-materialet, në rast se keni materiale të tilla.

Para, komisionit ju duhet t'i paraqisni edhe rrethanat në të cilat ka ndodhur ngjarja. Shembull, nëse keni pasur arsye të forta për shkeljen e rregullave të shpejtësisë, ju duhet t'i argumentoni ato me prova. Ngjashëm, ju duhet të argumentoni nëse keni shkelur ndonjë rregull tjetër dhe nuk keni qenë të informuar për atë rregull.

Shembull, nëse ju jeni gjobitur për tejkalim në vijë të plotë, por në atë zonë nuk ka fare vija dhe shenja, atëherë fotografitë nga rruga do t'ju ndihmojnë për të provuar pafajësinë tuaj para komisionit.

Gjithmonë ju duhet ta mbani në vëmendjen tuaj se afati për të paraqitur ankesën është 8 ditë nga dita e shqiptimit të gjobës. Pas këtij momenti, gjoba do të bëhet e plotfuqishme dhe ju duhet ta paguani në tërësi atë.

FRESCO TASTE

Taste the freshness of Prishtina



As your journey brings you to the vibrant heart of Prishtina, discover Fresco Taste, a modern café paired with a curated grocery corner offering premium snacks, chocolates, nuts, beverages, hot chocolates, and quick-grab essentials. Located inside Union Center, Fresco Taste blends fresh, innovative dishes with a welcoming, contemporary vibe.

A Culinary Oasis in the City

Step inside and you're met with a fresh, stylish and comfortable space crafted around quality. Every dish and drink reflects our commitment to fresh flavors made everyday and thoughtful design.

Beyond the Plate



An Unforgettable Experience

Fresco Taste is not only about great food. It is about elevating everyday moments. Enjoy your coffee, breakfast, or lunch, then browse our selection of curated treats, from gourmet chips and chocolates to signature hot chocolates and specialty drinks. The friendly staff make every visit feel seamless, whether you are grabbing a quick break, meeting someone, or recharging during your day in the city.

Before you continue exploring Prishtina, take a moment at Fresco Taste, where café culture meets curated convenience under one roof.





BOTOKSËT E SHITUR ONLINE, RREZIK PËR SHËNDETIN

Qindra faqe online, në mbarë botën, janë hapur së fundmi duke ofruar për shitje produkte të BOTOX, por përdorimi i produkteve që në bazë kanë helme e që përdoren për qëllime estetike është i rrezikshëm dhe mund të shkaktojë probleme serioze.

Agjencia Amerikane për Produkte Medicinale doli gjatë muajit nëntor me një paralajmërim serioz ndaj shitjes së produkteve të Botox Online.

FDA-ja dërgoi letra paralajmëruese në disa faqe interneti që shisnin versione të falsifikuara ose të paaprovuar të Botox-it, ose ilaçeve të ngjashme të injektuara.

(FDA) tha se po vepronte pas marrjes së raporteve për lëndime të lidhura me këto produkte, duke përfshirë efekte toksike.

Botox është një formë e holluar dhe e pastër e botulinumit, një nga substancat më toksike në botë. Ky përbërës vepron duke bllokuar përkohësisht sinjalet nervore dhe duke bërë që muskujt të relaksohen. Ndërsa është më i njohur për përdorim kozmetik, Botox është gjithashtu i aprovuar në SHBA për një numër kushtesh mjekësore, përfshirë spazmat muskulore, çrregullimet e syve dhe migrenën.

Letrat paralajmëruese të FDA-s shkakton kryesisht në faqet kozmetike. Në çdo rast, FDA tha se kompanitë ofronin versione jozyrtare ose me etiketa të gabuara të ilaçeve të ngjashme me Botox-in, të cilat nuk janë aprovuar nga agjencia. Përveç ilaçit origjinal, i prezantuar nga Allergan në 1989, FDA ka aprovuar disa versione konkurrenente.



Ilaçet e aprovuara nga FDA për Botox mbajnë paralajmërimin më serioz të agjencisë, një etiketë të futur në kuti që paralajmëron mjekët dhe pacientët se këto medikamente mund të shkaktojnë efekte serioze ose kërcënuese për jetën.

Në raste të rralla, toksina mund të përhapet përtej vendit të injektimit në pjesë të tjera të trupit, duke paralizuar ose dobësuar muskujt e nevojshëm për të marrë frymë dhe për të qëndruar. Shenjat e botulizmit përfshijnë vështirësi në qëndritje ose frymëmarrje, të folur të paqartë dhe dobësi muskulore. Këto simptoma mund të shfaqen disa orë pas injektimit.

Në njoftimin e saj FDA tha se pacientët duhet të marrin këto ilaçe vetëm nga profesionistë shëndetësorë të licencuar dhe të trajnuar për t'i dhënë ato. Pacientët që përjetojnë shenja të botulizmit duhet të "kërkojnë menjëherë kujdes mjekësor", vuri në dukje agjencia.



BONITA
KONSTRUKSION

BONITA KONSTRUKSION

Investimi që kthehet në vlerë.

INVESTO SOT NË VIENA

VLERË QË RRITET BUZË ADRIATIKUT



Në Golem po ngrihet një projekt modern që bashkon qetësinë e detit me komoditetin bashkëkohor. I zhvilluar nga Bonita Konstruksion, kompleksi "Viena" sjell cilësi, siguri dhe potencial të lartë investimi për çdo blerës.

Vetëm pak hapa nga bregu, **"Viena"** ofron apartamente me arkitekturë moderne, shumë dritë natyrale, izolim cilësor dhe infrastrukturë të plotë – **një zgjedhje ideale për banim, pushime apo qira sezonale.**

PSE IA VLEN TË INVESTOSH?

- Lokacion premium pranë Adriatikut
- Menaxhim profesional për qiratë
- Kërkesë e garantuar gjatë gjithë vitit

KUSHTET PËR BLERËSIT:

- Vetëm 40% parapagim
- Këste fleksibile
- Zbritje për pagesat e plota
- Mundësi personalizimi sipas shijes tuaj



📍 **GOLEM — KOMPLEKSI "VIENA"**

☎ **+355 69 238 6456**



HISTORIA E NJË ZANATI QË **S'KA VDEKUR KURRË**

Gentiana Ahmeti

**Në një qoshe të qetë të
Gjilanit, mes zhurmës së
makinave dhe ritmit modern
të qytetit, vazhdon të
dëgjohet tingulli i njohur, ai i
çekanit që godet lëkurën.**

Tingulli vjen nga dyqani “Këpucëtar Agimi”, një punëtori që mban në jetë një traditë mbi 120 vjeçare, e trashëguar brez pas brezi.

Në këtë vend, ku koha duket se ndalet, punon Erdin Ozunmehmet, 32 vjeç, këpucëtari që ka zgjedhur ta vazhdojë rrugën e gjyshit dhe të babait të tij.

“Ky biznes është trashëguar nga gjyshi im, babi, tash unë, nga viti 1908”, thotë me



krenari, ndërsa duart e tij me shenja pune “përkëdhelin” një palë këpucë që presin të “rikthehen në jetë”.

Një pasion që nisi në fëmijëri Erdini e kujton qartë momentin kur filloi të mësonte zanatin – në moshën vetëm 10-vjeçare.

“Kur kam fillu me u marrë me zanatin e këpucëtarit, kam



qenë vetëm 10 vjeç dhe në atë kohë babi më ka thënë mundesh me vazhdu edhe shkollën edhe zanatin, por mua më ka pëlqy zanati më shumë”.

“ Që atëherë, aroma e lëkurës dhe tingulli i qepjes janë bërë pjesë e përditshmërisë së tij. Për të, këpucëtaria nuk është thjesht një punë, është një trashëgimi që flet me duar, një histori që nuk shkruhet me fjalë, por me qepje të hollë, me kujdes dhe durim.

Zanat që sfidon kohën moderne

Në një botë ku gjithçka zëvendësohet shpejt, artizanët si Erdini janë bërë rojtarë të mjeshtërisë. Megjithatë, ai e pranon se koha ka ndryshuar shumë.

“Në vitet e fundit gjërat kanë ndryshu goxha shumë, për shkak se vite më parë këpucët kanë qenë me kualitet më të lartë dhe njerëzit kanë kërku që me i riparuar, ndërsa tani kualiteti i këpucëve është më i dobët dhe kërkesat për rregullim janë më të vogla.”

Teksa e tregon këtë, ai shikon rreth e qark dyqanin, raftet e mbushura me këpucë të vjetra, lëkura të ndryshme,





dhe vegla që duken sikur kanë histori të tyre. Çdo palë që hyn aty, mbart kujtime dhe çdo riparim është një përpjekje për t'i dhënë edhe pak jetë asaj kujtese.

Si çdo zejtar, edhe këpucëtari përballet me ditë të mira e ditë të qeta.

“I kemi disa ditë kur punë ka mirë, por disa ditë të tjera janë më të dobëta, për shembull dje kemi nejt tanë ditën për shkak të mungesës së klientëve, por tani është sezoni i dimrit dhe kemi punë”.

Megjithatë, as mungesa e klientëve, as tregu modern nuk e kanë bërë të ndalojë. Ai e di se vlera e zanatit nuk matet me fitim, por me trashëgiminë që mbetet pas.

Një trashëgimi 120-vjeçare në duar të reja

Në Gjilan numri i zejtarëve është zvogëluar, por Erdini është i vendosur të vazhdojë aty ku u ndalën gjeneratat para tij.

**“Në qytetin e Gjilanit unë jam zejtari më i vjetër, që 120 vjet trashëgimtar i këtij zanati”.
Sot, “Këpucëtar Agimi” nuk prodhon më këpucë të reja, si dikur.**

“Ne bëjmë riparimin e të gjithë këpucëve, ndërsa babi dhe gjyshi në kohën e tyre kanë punu edhe këpucë të reja, por tani nuk po mundemi, për shkak se tregu në anën tjetër është shumë i lirë dhe ne nuk kemi llogari”.

Por, për Erdinin rëndësi ka që dera e këtij zanati të mos mbyllet kurrë. Ai e mban gjallë me dashuri, me durim dhe me bindjen se disa punë s’mund të zëvendësohen as nga koha, as nga teknologjia.





Për shëndet të mirë!

Shërbimet:

- Laboratori i biokimisë dhe hematologjisë
- Laboratori i mikrobiologjisë
- Mjekësi familjare
- Pediatri
- Nefrologji
- Psikologji
- Kardiologji
- Endokrinologji
- Pulmologji
- Ortopedi
- Urologji
- Radiologji (perfshirë CT, radiografi)
- Kirurgji e përgjithshme

Prishtinë
Prizren
Suharekë
Gjilan
Mitrovicë
Ferizaj

Qendra Tregtare Dardha	+383 48 32 31 30
Rr. Wesley Clark,	+383 48 52 00 08
Rr. Skënderbeu	+383 48 52 00 04
Rr. 7 shtatori	+383 49 52 01 25
Rr. Minatorët e Trepçës	+383 48 52 00 05
Rr. Uran Tinova	+383 48 52 05 25

Olive Clinic kujdeset për shëndetin tuaj!

TRANSPORT

PËR MALLËRA DHE AUTOMOBILË

KOSOVË ↔ ZVICËR ↔ KOSOVË



SHËRBIMET:

- ✓ Përvojë shumëvjeçare
- ✓ Siguri maksimale
- ✓ Infrastrukturë moderne
- ✓ Profesionalizëm
- ✓ Kapacitete të mëdha
- ✓ Çmime konkurruese

ZVICËR:
+41 76 700 2121 | +41 79 640 1306

KOSOVË:
+383 48 33 69 88

ibas

www.ibas.world

038 600 300

MOS PAGUAJ provizion për me çu pare në Kosovë!

Si funksionon?



- Familjari yt hap një llogari IBAS në Kosovë;
- IBAS i gjeneron një konto numër (IBAN anglez) me qasje në SEPA;
- Ju transferoni nga konto numri juaj nga cilado bankë në Evropë, në konto numrin e familjarit tuaj që e ka hapur në IBAS;
- Paratë mbërrijnë brenda sekondave në Kosovë;
- Ju nuk paguani provizion, sepse transferi juaj llogaritet si brenda Zonës Ekonomike Evropiane;
- Familjari yt paguan me Mastercard të IBAS nëpër dyqane ose i tërheq paratë, PA PROVIZION, në bankomatët e cilësdo bankë në Kosovë.



Llogaria **PREMIUM**

- IBAN të Kosovës dhe IBAN të Anglisë me qasje në **SEPA** (Sistemin e pagesës të Bashkimit Evropian);
- Dy transfere **PA TARIFË**, për çdo muaj nga Bashkimi Evropian;
- Aktivizim me një klik të 750 eurove kredi për pagesa, **PA INTERES** për 3 muaj;
- Kartelë të Mastercard për realizimin e pagesave në POS, **PA TARIFË**;
- Dy tërheqje në muaj, **PA TARIFË** në bankomatët e çfarëdo banke në Kosovë.

Llogaria **REMITENCA**

Kujdesi Shëndetësor

- IBAN të Kosovës dhe IBAN të Anglisë me qasje në **SEPA** (Sistemin e pagesës të Bashkimit Evropian);
- Sigurim shëndetësor spitalor **deri në 25,000 euro**;
- Dy transfere **PA TARIFË**, për çdo muaj nga Bashkimi Evropian.



Skano këtë QR code për ta hapur ueb faqen dhe **dërgo tek familjari yt** për ta instaluar aplikacionin e IBAS dhe hapur **konto numrin online**.

Hapja e llogarisë në IBAS është pa pagesë.



AVIONËT E SË ARDHMES QË MUND TË PREKIN QIELLIN

Koncepti i avionëve me krah të përzier, në të cilët trupi i avionit dhe krahët formojnë një strukturë të vetme, nuk është i ri. “Por ky dizajn radikal mund të bëhet së shpejti një koncept i besueshëm për aeroplanët e linjës”, shkruan BBC.

Në mars të vitit 2025, një avion i vogël, me kontroll nga larg, në formën V, u ngrit për herë të parë nga Pendleton UAS Range në Oregonin lindor. Ai u kodua “Steve” (për Scaled Test Vehicle - Mjeti i Testimit të Skalës) dhe ky mjet pa pilot fluturoi vetëm 16 sekonda në fluturimin e tij të parë, por kjo nuk kishte rëndësi.

Fluturimet e para dhe ato pasuese të Steve ishin hapat e parë drejt një rruge që krijuesi i tij, Outbound Aerospace, shpreson se do të çojë në lansimin e një aeroplani radikal të ri, me krah të përzier dhe 200-250 vende në vitin 2030. Me një hapësirë krahësh prej 171 ft (52 m), rreth tetë herë më



e madhe se ajo e Steve, ky aeroplan tashmë është emëruar “Olympic”.

Ideja që krahët dhe trupi i një avioni mund të bashkohen në mënyrë të qetë, pa një vijë të dukshme ndarjeje, për të rritur efikasitetin



aerodinamik, daton më shumë se 100 vjet më parë. Në 1924, avioni i parë i regjistruar me krah të përzier fluturoi për herë të parë dhe pastaj u rrëzua.

Që atëherë, teknologjia e krahut të përzier është lënë kryesisht në duart e ushtrisë amerikane për zhvillimin e bombarduesve të tyre. Tani, nevoja urgjente e industrisë së aviacionit për të ulur emetimet mund të nënkuptojë se koha ka ardhur për aeroplanin e parë komercial me krah të përzier. Por a mund të përballojnë start-up-et si Outbound Aerospace sfidat e mëdha që mbeten?

Fluturimet e Steve synojnë të tregojnë se dizajni inovativ i avionit me krah të përzier, i start-up-it me bazë në Seattle, funksionon dhe se teknologjia "e re" e prodhimit e kompanisë mund të ofrojë këtë tip të ri të aeroplanit të mesëm më shpejt dhe më lirë se prodhuesit e mëdhenj ekzistues, si Airbus dhe Boeing.

"Kalojmë nga një dizajn krejt i pastër te një demonstrues brenda rreth 12 muajsh", thotë Jake Armenta, ish-inxhinier i Boeing dhe bashkëthemelues dhe shef i teknologjisë i Outbound Aerospace. Ai beson se ekipi i tij ka treguar se mund të reduktojë kohën prej 5-10 vjetësh ose më shumë që mund të marrë zhvillimi i një avioni komercial. "Avioni që fluturoi për herë të parë ishte saktësisht nëntë muaj nga dita kur hapëm për herë të parë dyert e fabrikës sonë."

Tani demonstruesi i tyre teknologjik po gjen një përdorim të ri si dron transporti.

"Tani Steve ka provuar interes për Departamentin e Mbrojtjes së SHBA dhe për klientë civilë, sepse ka një depo të madhe ngarkese dhe mund të jetë më i lirë se dizajnet konvencionale. Kështu që ky është produkti i parë që po sjellim në treg."

Outbound nuk është kompania e vetme që ndjek këtë rrugë. "Ne besojmë se mund të ulim ndjeshëm kohën dhe shpenzimet kapitale të zhvillimit të këtyre avionëve, por gjithsesi do të jetë shumë e shtrenjtë", shton Aaron Boysen, drejtor i zhvillimit të biznesit në Outbound. "Duhet të fitojmë të ardhura më herët se 10 vjet më vonë."

Pavarësisht skepticizmit të investitorëve për realizueshmërinë e planeve të tyre, Outbound ka arritur të mbledhë rreth 1 milion dollarë (rreth 765,000 £) në financim para-seed deri tani. Ky është investimi i parë që një start-up merr për të kthyer idetë në realitet dhe ka mundësuar punësimin e pesë stafeve të përhershme, kontraktorëve dhe punonjësve me orar të pjesshëm, sipas nevojës.

Ka të paktën dy start-up të tjerë në garë për të ndërtuar aeroplanin e parë me krah të përzier, i cili është quajtur nga disa si "Shkëndija e shenjtë e aviacionit," sipas analistit Bill Sweetman.

Pamjet kompjuterike të Olympic duken shumë ndryshe nga aeroplanët aktualë me trup dhe krahë, që prodhojnë Boeing dhe Airbus. Shpesh quhen "krahë fluturues", këta avionë janë më efikas aerodinamiksht se aeroplanët konvencionalë.

BINAKU
KLIMA • VENTILIM • NGROHJE • PROJEKTIM

Pristina, Kosovë
 ☎ **+383 44 169 249**
 ☎ **+386 49 169 249**
 ✉ **binaku_6@hotmail.com**



Nëse një kompani mund të realizojë saktë një dizajn me krah të përzier, studimet e NASA-s sugjerojnë se mund të djegin deri në 50% më pak karburant duke përdorur teknologjinë më të fundit, të reduktojnë emetimet dhe zhurmën ndjeshëm, të ofrojnë kabina deri në 40% më të mëdha, dhe si rezultat, mund të hapin rrugë ajrore të reja.

Disa mbështetës të këtij rifillimi radikal të avionit komercial kanë ambicie më të mëdha. Ata shpresojnë që start-up-et si Outbound dhe konkurrentët e saj, si JetZero dhe Nautilus, do të hapin tregun e linjave ajrore për dizajne të reja që nuk vijnë nga Airbus ose Boeing, duke akuzuar këtë duopol për pengimin e ideve të reja në industri.

JetZero ka marrë profilin më të lartë nga të gjitha start-up-et në garën për të zhvilluar aeroplanin e parë të madh komercial me krah të përzier. Me bazë në Long Beach, Kaliforni, kompania ka marrë 235 milionë dollarë nga Forca Ajrore e SHBA dhe investime të mëtejshme

nga United Airlines dhe Alaska Airlines për zhvillimin e modelit të tyre Z4. United Airlines ka një "rrugë" për të porositur deri në 200 Z4 nëse ai përmbush kërkesat e tyre.

Outbound Aerospace nuk shqetësohet nga progresi i dukshëm i rivalëve të saj. "Publikimi rreth JetZero dhe porosive të tyre na ndihmon të gjithëve, sepse fut trupat me krah të përzier në diskutimin e linjave ajrore dhe industrisë", thotë Boysen.

Dizajnet me krah të përzier kanë qenë ambicie e shumë dizajnerëve që nga fillimet e aviacionit. Materialet e avancuara, dizajni me ndihmën e kompjuterit (CAD) dhe aerodinamika tridimensionale e kanë ndihmuar këtë interes të ri.

Outbound përdori shtypjen 3D të avancuar për të prodhuar mjete

dhe për të "provu" se mund të ndërtonte një avion fluturues nga fibra karboni dhe demonstruesin e tyre "më lirë se të tjerët", thotë Armenta.

Aktualisht, Outbound po kthejnë Steve në dronin Gateway, i cili mund të shitet ndërkohë. Pas kësaj, ata planifikojnë një version të përmirësuar me dyfishin e hapësirës së krahëve, një avion biznesi me rreze ultra të gjatë dhe Olympic, si dhe një aeroplan edhe më të madh të planifikuar për vitet 2040. Por do të ketë shumë sfida për t'u kapërcyer deri atëherë.

"Ka një bazë të madhe talenti inxhinierësh, menaxherësh dhe liderësh, të aviacionit këtu në Seattle, të cilët, singërisht, janë të etur për diçka të re", thotë Boysen "dhe kjo është arsyeja pse jemi këtu."





KAMELEONI
SISTEME ALUMINI

“Ndreqe terasen ftofja kojshisë”



+383 49 800 020
www.kameleoni.biz
info@kameleoni.biz

📍 Kameleoni SHPK 📱 @kameleoni.llc

Rruga e pejë nr 460, Miradi e epërme 12000 Fushë Kosovë





ECJA, SI ZGJIDHJE PËR PARANDALIMIN E ALZHEIMERIT

Rritja e numrit të hapave që bëjnë çdo ditë mund të ngadalësojë rënien njohëse të të moshuarit që tashmë kanë shenja biologjike të hershme të sëmundjes së Alzheimerit, sipas një studimi të ri vëzhgues.

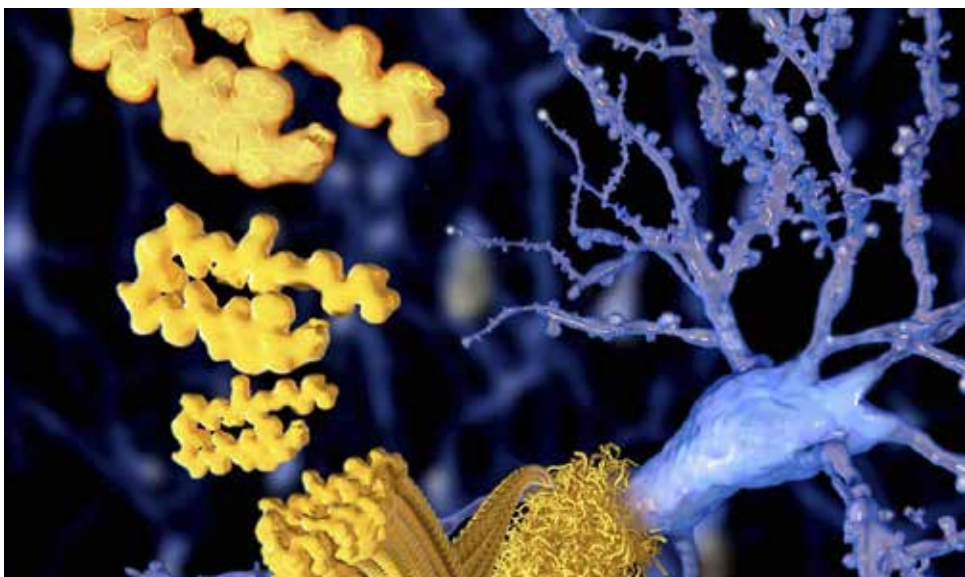
Prania e proteinave beta-amiloid dhe tau janë shenja karakteristike të Alzheimerit, një sëmundje e rëndë e trurit që ndikon kryesisht në përpunimin e memories, në të menduarit dhe aftësitë njohëse.

Amiloidi mund të fillojë të akumulohet në hapësirat midis neuroneve që në të tridhjetat, duke ndikuar potencialisht në komunikimin midis qelizave të trurit. Ndërsa depozitat e amiloidit rriten, ato mund të shkaktojnë përhapje

të shpejtë të proteinave anormale tau, të cilat formojnë nyje brenda qelizave të trurit dhe kështu i vrasin ato.

“Aktiviteti fizik mund të ndihmojë në ngadalësimin e grumbullimit të tau - proteina

më e lidhur me humbjen e memories, dhe të vonojë rënien njohëse të njerëzit me Alzheimer të hershëm”, tha autori kryesor i studimit, dr. Wai-Ying Wendy Yau, neurologe dhe studiuese në sëmundjet e memories në Spitalin



Massachusetts General në Boston.

“Rënia njohëse u vonua mesatarisht për tre vjet te njerëzit që ecnin 3,000 deri në 5,000 hapa në ditë dhe për shtatë vjet tek individët që ecnin 5,000 deri në 7,500 hapa në ditë”, tha Yau në një e-mail.

Megjithatë, duke u mbështetur vetëm te një numër specifik hapash në ditë për të parandaluar Alzheimerin është shumë thjeshtësuese, tha neurologu dr. Richard Isaacson, drejtor i kërkimeve në Institutin për Sëmundjet Neurodegenerative në Florida. Ai nuk ishte pjesë e studimit.

“Bëhem shumë i kujdesshëm ndaj numrave tërheqës si të ecësh 5,000 ose 7,000 hapa,” tha Isaacson, i cili kryen studime mbi përmirësimin njohës te njerëzit që janë gjenetiksht të rrezikuar nga Alzheimeri.

“Nëse dikush ka yndyrë të tepërt trupore, nëse dikush ka predijabet, ose ka presion të lartë të gjakut, vetëm ecja e një numri të caktuar hapash nuk mjafton”, shtoi ai. “Çdo person ka nevojë për një plan individual të përshtatur.”

Ekspertët thonë se ecja të paktën 60 minuta në ditë ofron përfitime reale, si për zemrën, ashtu edhe për trurin.

Asnjë rënie në beta-amiloid

Studimi ishte i vogël, vetëm 296 persona midis moshës 50 dhe 90 vjeç, por kërkuesit përdorën matje objektive, gjë që rriti besueshmërinë e studimit 14-vjeçar të publikuar të hënën në revistën Nature Medicine.

“Forca e këtij studimi qëndron në kombinimin e skanimeve shumë të specializuara serike që matin depozitimin e amiloidit dhe tau në tru, me vlerësime njohëse



dhe numrin fillestar të hapave. Kjo është unike”, tha Masud Husain, profesor i neurologjisë dhe neuroshkencës njohëse në Universitetin e Oksfordit. Ai nuk ishte pjesë e studimit.

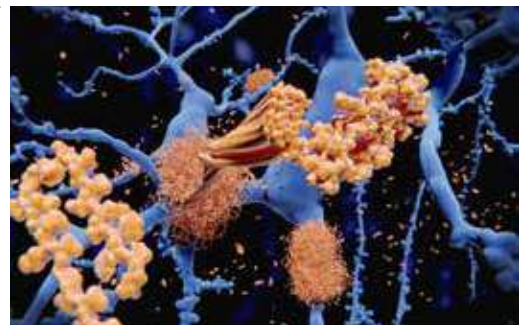
Hapat u matën me pedometer; pjesëmarrësit iu nënshtruan testeve njohëse vjetore për një mesatare prej nëntë vjetësh dhe të gjithë morën një skanim PET në fillim të studimit për të matur nivelet e amiloidit dhe tau. Një grup më i vogël mori një skanim të dytë PET në fund të studimit.

Ndërsa grumbullimi i tau u ngadalësua mes 3 dhe 7 vjet për njerëzit që ecnin deri në 7,500 hapa në ditë, njerëzit sedentarë kishin një rritje të shpejtë të proteinave tau dhe rënie më të shpejtë në funksionin njohës dhe atë të përditshëm, zbuloi studimi.

Një gjetje e pazakontë ishte mungesa e një lidhjeje midis aktivitetit fizik dhe rënies së beta-amiloidit, i cili shfaqet para tau.

“Përkundrazi, për një sasi të caktuar të amiloidit të ngritur, numri më i lartë i hapave lidhej me grumbullim më të ngadaltë të tau, që shpjegonte pjesërisht lidhjen me ngadalësimin e rënies njohëse,” tha Yau, e cila, gjithashtu, është instruktore në Shkollën Mjekësore Harvard.

Për shkak se studimi ishte vetëm vëzhgues, ai nuk mund të tregojë shkakësi të drejtpërdrejtë, tha



Yau. Megjithatë, studime të tilla forcojnë njohuritë ekzistuese se ajo që është e mirë për zemrën - si ecja, ulja e stresit, gjumi cilësor dhe dieta me bazë bimë - është, gjithashtu, e mirë për trurin, thonë ekspertët.

“Ne e dimë prej vitesh se miqtë që ushtrojnë në rrotat e tyre kanë rreth 50% më pak amiloid në trurin e tyre”, tha Isaacson. “Ndërsa kemi nevojë për më shumë kërkime te njerëzit, jam i bindur që ushtrimi i rregullt ul grumbullimin e amiloidit dhe përmirëson njohjen.”

Me gjithë studimin, mjekët rekomandojnë që, përpos ecjes të ndërmerren edhe hapa të tjerë në parandalimin e sëmundjes, ndërsa në rast se pacientët kanë shenja të kësaj sëmundje, kontrolli mjekësor është i domosdoshëm. Tentativat për ta kuruar sëmundjen në mënyra alternative janë të pasuksesshme nëse nuk zhvillohen në konsultim me specialistët mjekësorë.

ROCK
YOUR
SPACE



S
O
L
O
S

www.solos.studio
f i solos.studio

FURNITURE
LIGHTING
& MORE



 KERASAN



The beauty
remains eternal

www.kerasan.net
f i krasankosova

Sistemi i kamerave (CCTV)

Alarmi kundër vjedhjes dhe zjarrit (Intruder & Fire alarms)

Kontroll i qasjes (Access control)

Menaxhimi i orarit të punës (Time & Attendance systems)

Instalime të infrastrukturës LAN (LAN infrastructure installation)

Sistemi i menaxhimit të ndërtesave (Building management systems - BMS)

Sistemi i adresimit publik (Public address systems)



+383 49 514 600



info@inetkosova.com



Rr. Mirjane Dragovic p.n.,
Çagllavicë, Prishtinë, Kosovë



inet



INET – Kosovë



inetkosova



INET (Prishtina, Kosovo)

DYER PËR GARAZHA



GERMAN TORE



Përfaqësues nga firma:

novoferm



+383 45 338 157



German Tore



germantore



info@germantore.com



GP AVIATION, ME REKORD TË RI PASAGJERËSH **ZGJERON** HARTËN E DESTINACIONEVE AJRORE NË EVROPË

Pesë aeroporte të reja evropiane do të mirëpresin, gjatë muajve të parë të vitit 2026, fluturimet e reja direkt nga Aeroporti Ndërkombëtar i Prishtinës dhe anasjelltas. Në kuadër të planit të saj zhvillimor, GP Aviation ka paralajmëruar nisjen e linjave të reja direkte drejt Aeroportit të Vjenës, Salzburgut, Milanos, Brukselit dhe Oslos. Me hapjen e këtyre linjave, numri total i destinacioneve ku operon GP Aviation do të zgjerohet në 31, duke e rritur ndjeshëm prezencën e kompanisë në tregun evropian të transportit ajror. Zgjerimi i rrjetit të fluturimeve nga Prishtina drejt qendrave të reja evropiane pritet të përforcojë pozicionin konkurrues të kompanisë dhe të krijojë mundësi më të lehta dhe më cilësore udhëtimi për pasagjerët.

GP Aviation, si një ndër kompanitë më dinamike në treg, ka shënuar rritje të vazhdueshme të numrit

të pasagjerëve dhe operimeve nga Aeroporti Ndërkombëtar i Prishtinës. Sipas të dhënave zyrtare, kompania ka arritur një rekord të ri në fund të muajit tetor 2025, duke transportuar mbi 1.4 milion pasagjerë në 26 destinacione evropiane dhe anasjelltas.

Përveç ndikimit në rritjen e qarkullimit ajror, GP Aviation është shndërruar edhe në një motor të rëndësishëm të zhvillimit ekonomik në vend. Kompania punëson mbi 60 anëtarë të stafit të fluturimit nga Kosova, përfshirë edhe dy pilotë, duke kontribuar drejtpërdrejt në krijimin e vendeve të reja të punës dhe në zhvillimin e kapitalit njerëzor në sektorin e aviacionit.

Flota aktuale e GP Aviation përbëhet nga avionë modernë të tipit ... (vendosni modelin), të cilët sigurojnë operime efikase, standarde të larta sigurie dhe komoditet për pasagjerët.

HARTA E DESTINACIONEVE

PRISHTINË
BASEL
ZÜRICH
GENEVA

STUTTGART
MÜNCHEN
DÜSSELDORF
HANNOVER
MÜNSTER
OSNABRÜCK
NÜRNBERG
BERLIN
MEMMINGEN
HAMBURG
DORTMUND
KÖLN

LUBJANË
GÖTEBORG
MALMÖ
LUXEMBURG
STOCKHOLM
HELSINKI
VJENË
SALZBURG
MILANO BERGAMO
BRUKSEL
OSLO





www.fatiim.com

info@fatiim.com

+383 (0) 45 322 250

Çakllavicë, Prishtinë, 10000

*Spitali "FATI IM" është **spital modern** që bashkon ekspertizën ndërkombëtare me teknologjinë më të avancuar, duke ofruar kujdes gjithëpërfshirës në fusha të ndryshme të mjekësisë, si:*

**GJINEKOLOGJI | INFERTILITET | KIRURGJI
GASTROENTEROLOGJI | UROLOGJI
PEDIATRI | ENDOKRINOLOGJI
KARDIOLOGJI | LABORATOR**



swinto | SEPA

**TRANSFERO PARA
NGA TË GJITHA BANKAT
E EVROPËS NË KOSOVË**

- ✓ Tarifë fikse vetëm 3€
- ✓ Transferet mund të realizohen 24/7
- ✓ Brenda sekondave me SEPA Instant



+383 48 999 945 | 0800 500 55

www.swinto.com

Shkarko Aplikacionin



SKANO QR CODE





REKORDET BOTËRORE GJATË FESTAVE TË FUNDVITIT

Festat e fundvitit nuk shërbejnë vetëm për të sjellë gëzim dhe atmosferë festive, por, gjithashtu, janë një mundësi për të thyer rekorde botërore. Nga pemët e Krishtlindjeve, dritat spektakolare, ëmbëlsirat gjigande, deri te fishekzjarrët që ndriçojnë qiellin, komunitete nga e gjithë bota e shfrytëzojnë këtë periudhë për të krijuar momente të paharrueshme.

PEMA MË E MADHE ARTIFICIALE E KRISHTLINDJEVE

Në Kolombo të Sri Lankës, Arjuna Ranatunga Social Services vendosi një rekord mbresëlënës më 24 dhjetor të vitit 2016. Pema e Krishtlindjeve kishte 72.1 metra



lartësi dhe 20.2 metra gjerësi, duke u bërë një atraksion i vërtetë vizual gjatë karnevalit treditor në Gelle Face Green. Ky monument

prej druri dhe dekoratash është shembull i madhësisë dhe kreativitetit që festat e fundvitit mund të shfaqin.



REKORDET PËR DRITAT E KRISHTLINDJEVE

194,672 drita në një pemë: Në Malmedy të Belgjikës, më 10 dhjetor 2010, Kiwanis Malmedy/ Haute Fagnes ndezi një pemë me një numër të jashtëzakonshëm dritash. Për banorët dhe vizitorët, pamja ishte thjesht magjike, duke krijuar një atmosferë festive të paharrueshme.

612,000 drita në një pemë artificiale: Në Osaka, Japoni, më 8 nëntor 2022, Universal Studios Japan vendosi një rekord tjetër, duke ndezur 612,000 drita në një pemë artificiale. Kjo shfaqje kombinon teknologjinë dhe artin për të dhuruar një përvojë vizuale të jashtëzakonshme për vizitorët.

ËMBËLSIRAT MË TË MËDHA TË KRISHTLINDJEVE

Pudingu më i madh: Banorët e Aughton, Lancashire, Mbretëria e Bashkuar, realizuan më 11 korrik 1992 një puding gjigand, i cili peshoi 3.2 tonë. Ky rekord tregon se bashkimi i komunitetit mund të krijojë një gjë të jashtëzakonshme, duke festuar traditat e Krishtlindjeve në mënyrë spektakolare.

Keki më i madh nga orizi ngjitës: Në Siem Reap të Kamboxhisë, më 13 prill 2015, 100 kuzhinierë përgatitën një keki prej 4,040 kg, me gjatësi 5,20 m dhe diametër 1,13 m, për të festuar Vitin e Ri Kamboxhian. Kjo ëmbëlsirë gjigante është një shembull i përpjekjes kolektive dhe kreativitetit kulinar.



FISHEKZJARRËT MË SPEKTAKOLARË PËR VITIN E RI

Në Abu Dhabi, Emiratet e Bashkuara, më 1 janar 2022, Sheikh Zayed Festival dhe Ministria e Çështjeve Presidenciale ndezën 22,240 fishekzjarrë gjatë një shfaqjeje 36-minutëshe. Shfaqja filloi në mesnatën e 31 dhjetorit 2021, duke shënuar një fillim spektakolar për Vitin e Ri. Publiku mbeti pa frymë nga madhështia e shfaqjes, e cila kombinon teknologjinë me kreativitetin për të krijuar një atmosferë festive të paharrueshme.

Këto rekorde tregojnë se festat e fundvitit nuk janë thjesht momente për të festuar, por edhe mundësi për të treguar kreativitet, përkushtim dhe madhështinë e projekteve

që mund të hyjnë në historinë botërore. Qytetet dhe komunitetet nga e gjithë bota vazhdojnë të sfidojnë limitet, duke e kthyer festimin e Krishtlindjeve dhe Vitit të Ri në një spektakël global.



EMOCIONET E FAMILJES JASHARI GJATË VIZITËS NË “REPORTING HOUSE”

“Reporting House”, njëra nga qendrat më të mëdha të dokumentimit të luftës në Kosovë, ka mirëpritur në një vizitë të veçantë anëtarë të familjes Jashari nga Prekazi.

Besarta Jashari, e mbijetuar e sulmit të marsit 1998 ndaj familjes Jashari, bashkë me vëllain e saj, Bekimin, dhe familjarë të tjerë ishin në fund të tetorit në muze.

Besarta ishte nga dëshmitaret e vetme të cilat shpëtuan gjallë gjatë ofensivës së Marsit 1998 ndaj familjes Jashari. Në atëkohë ajo ishte vetëm 10 vjeçe dhe do të shndërrohej në rrëfyesen kryesore të ngjarjeve, pasi kishte përjetuar në lëkurën e saj sulmin dhe masakrën ndaj familjes.

Në eksplorimin e muzeut Besarta u emocionua kur u ndodh para njërit prej ekspozateve të muzeut.

Në “Raporting House”, përveç mijëra materialeve filmike, kuratorët kanë vendosur edhe disa ekspozate nga ngjarjet që lidhjen me luftën dhe muzeun. Në mesin e tyre është një fletore me vizatime të fëmijëve të Jasharëve.

Ky ekspozat iu dha muzeut nga Donika Shahini, gazetarja që e kishte vizituar shtëpinë e Jasharëve, dy javë pas sulmit, si pjesë e ekipit të televizionit publik japonez. Shahini e ruajti fletoren 25 vjet dhe e ekspozoi për herë të parë më 10.06.2024, kur u hap “Reporting House”.

Bekim Jashari, i cili erdhi me bashkëshorten dhe fëmijët, ka shkruar në fletoren e kujtimeve në muze fjalët: “Sot, bashkë me motrën Besartën, bashkëshorten, fëmijët – Feriden dhe Hamzën, bëmë vizitën këtu. Një emocion i veçantë dhe i papërshkrueshëm,

kthim në kohë të vështira të popullit tonë. Uroj që mos të harrohet historia e popullit tonë! Jeta dhe Donika, ju përgëzoj për punën e palodhshme.

“Gazetarja Donika Shahini këtë vizitë e përshkroi me fjalët “Sot e përqafova historinë”. “Pas 27 vjetësh, gjithë profesionalizmi e gjithë psikologjia kishin vetëm një emër në trurin tim, Besarta Jashari. Ajo është vetë historia jonë, e kaluara dhe e ardhmja që po e mbajmë e që na mban fort. Teksa kaloja faqet e fletoreve të fëmijëve të Jasharëve, dëgjoja ofshamat e Besartës e të Bekimit, e konfirmoja se Prekazi është dhimbja dhe krenaria jonë e madhe. Në sytë e saj pashë dhimbjen, fëmijërinë e vranë, dhe qëndresën që s’ka fjalë ta përshkruajë”, ka thënë Shahini.

Sipas Shahinit, ata kujtuan sot jo vetëm fëmijët e Jasharëve, por

përmes tyre edhe 1,434 fëmijët e vrrarë të Kosovës gjatë luftës. “Ishte emocion që e kaloi edhe vetë emocionin. Sot, e përqafova lirinë tonë”, ka shtuar ajo.

Kurse, Jeta Xharra, producentja e “Reporting House”, e ka falënderuar gjithë familjen për vizitën dhe i ka ndarë përshtypjet prej takimit të saj të parë me Besartën. “Me taku një njeri kaq modest e elegante, grua që mbi 10 vjet punon si ekonomiste dhe i rrit 3 fëmijë pas gjithë asaj dhune e traume nëpër të cilën ka kaluar, është edhe një dëshmi që liria e Kosovës s’ka ardhur rastësisht, ka ardhur për shkak të njerëzve të fortë. Më lanë përshtypje dy gjana prej bisedës me të sot. E para, Besarta punon dhe nuk pret që dikush t’i japë diçka falas vetëm pse është vajza e Hamzë Jasharit dhe e dyta, më la mbresa rrëfimi i saj se si ka jetuar në Drenicë edhe pas vrasjes së familjarëve të saj, ka jetuar deri në fund të bombardimeve dhe asnjëherë s’ka lakmuar të dalë jashtë Kosovës, edhe pse i ka pasur plot familjarë jashtë”, ka thënë Xharra.

Që nga viti 1991 deri në vitin 1998, Prekazi dhe Drenica ishin rrethuar disa herë nga forcat policore, ushtarake e paraushtarake serbe. Më 30.12.1991 ishte kryer sulmi i parë ndaj familjes Jashari, ndërsa sulmin e dytë forcat serbe e kanë kryer në muajin janar të vitit 1998. Më 22 janar forcat serbe e kanë sulmuar familjen Jashari, por edhe kësaj beteje fëmijët dhe gratë e familjes Jashari i rezistuan. Megjithatë, në këtë betejë, që ka zgjatur afër 30 minuta, të plagosura kanë mbetur Iliriana, vajza e Rifat Jasharit dhe Selvetja, vajza e Hamzë Jasharit. Në sulmin e tretë, që ka ndodhur më 5, 6 dhe 7 mars të vitit 1998, janë vrrarë 55 persona, 22 prej të cilëve ishin familjarë të ngushtë



të komandantit legjendar Adem Jashari. Këtij sulmi i ka mbijetuar vetëm Bashkimi, djali i Rifatit, i cili ia ka dalë që mes datave 5 - 6 mars të largohej nga rrethimi dhe t’i shpëtojë sulmit, si dhe Besarta,

vajza e Hamzës, e cila kishte mbijetuar në rrënojat e shtëpive të sulmuara me gjithfarë armatimi nga forcat serbe, dhe kishte parë rënien e gjithë anëtarëve të tjerë të familjes së saj.

Muzeu “Reporting Hous” është një përvojë unike për vizitorët. Muzeu është i hapur nga e marta deri të shtunën, nga ora 10:00 deri në orën 18:00. Ai ndodhet në ish-objektin e Gërmisë në sheshin “Skënderbeu” në Prishtinë.

Hyrja në muze është falas, ndërsa për grupe vizitorësh ekipi organizon vizitë të përgjithshme. Për të rezervuar vizitë të veçantë, ju mund të kontaktoni me muzeun në faqen e Facebook, ose në numrin e telefonit +383 48 831 998

DESIGN

REKLAMA 3D

Be Only Premium

DIGITAL PRINT

ADVERTISING

MATERIALE
PROMOCIONALE

BRANDING

LED SCREEN



+383 (0)38 60 60 68
+383 (0)45 87 87 87
+383 (0)45 97 97 97

Highway Prishtina - Shkup 6-th km
10000 Prishtinë, Kosovë
info@zhakiadvertising.com
www.zhakiadvertising.com

NËNA SHQIPTARE NË DIASPORË DHE EDUKIMI IDENTITARI I FËMIJËS

(Këshilla të mësuesit për nënat)

Shkruan: Nuhi GASHI

1. Edukimi, familja, nëna

Shpjeguar më së thjeshti, me edukim identitar kuptojmë formimin e fëmijës me të gjithë bërësit e asaj që e quajmë vetëdije e krenari për prejardhjen e përkatësinë kombëtare (etnicitet), ose e njohur në traditën shqiptare shkurt si shqiptari (të qenët shqiptar).

Edukimi identitar i fëmijës është një proces kompleks dhe i vazhdueshëm me ndërveprime rolesh të subjekteve të shumta. Nëse ky edukim në Atdhe zhvillohet më lehtë dhe me mbështetjen potencialisht shumë më mirë të koordinuar ndërmjet faktorësh e subjektsh, në diasporë ballafaqohemi me një realitet tjetër, të cilit për arsye të shumta jo rrallë i mungojnë premisat themelore të zhvillimit normal e të natyrshëm. Së këndjemi, themi se ai na shfaqet gjithnjë e më kompleks dhe kërkon përkujdesje të veçantë e të vazhdueshme për t'i shmangur interferimet e ndryshme të çfarëdo natyre qofshin ato. Veçmas komplekse do të jetë gjetja dhe aplikimi i një modeli të zhvillimit të baraspeshuar brenda një ndërthurjeje midis gjuhëve, kulturave dhe përbërësve të tjerë identitarë. Këtu duhet veçuar kontekstin shoqëror të shtetit, ta quajmë pritës, që natyrshëm në raport me prejardhjen e fëmijës me sfond migrimi shquhet me specifikat e diversitetit e tij, që jo rrallë mund të manifestohet edhe me nuanca 'tensionesh' a 'konfliktesh' të rrafshit identitar (vlera, kode, norma të ndryshme.), pastaj me sfidat e përditshme me të cilat ballafaqohet fëmija, si koha e kufizuar (kërkesat e shumta të fëmijës për edukim e arsimim plotësues, lojë e argëtim dhe 'lufta' e subjekteve e faktorëve të shumtë, konkurrenca e ofertave të ndryshme për ta 'pushtuar' kohën e lirë të fëmijës...), mungesa e burimeve të mjaftueshme ose të përshtatshme dhe vështirësitë e shumta për t'i pasur në dorë këto burime sa më lehtë e sa më shpejt, etj. Kështu që, përvoja na mëson se për ta arritur qëllimin e dëshiruar fillimisht duhet ndërtuar një model përkujdesjeje që i jep përparësi koordinimit të mençur e ndërvëprimit të baraspeshuar mes faktorësh, subjektsh etj. në rrethana konkrete e në nivele të përshtatshme.

Më tej, në rastin tonë, kur flasim për rëndësinë e këtij edukimi përpara na del gjuha amtare (shqipe) si boshti kurrizor i identitetit shqiptar. Është ai faktori e mjeti i domosdoshëm i vazhdimësisë së qenësisë identitare kulturore shqiptare ndër breza; si në diasporë, si në Atdhe. Po ashtu, ky edukim krijon premisat normale edhe për zhvillimin e një identiteti të shëndetshëm ndërkulturore (e njohur si kompetenca ndërkulturore) dhe e bën fëmijën të përgjegjshëm, të ndërgjegjshëm e krenar

ndaj përkatësisë së tij ndaj dy apo edhe më shumë gjuhësore e kulturore. Në këtë mënyrë, ai do të ketë kompetencat e duhura edhe për jetë, mësim, karrierë e punë sa më të sukseshme, të qenët sa më i integruar në të gjitha fushat e jetës, pjesëmarrje të një niveli tjetër gjithnjë e më cilësorë e më të sukseshme deri në përmasa globale. Në këtë mozaik zhvillimor identitar stabiliteti emocional dhe një hartë e baraspeshuar e emocioneve do të dalin në pah si tipare e përparësi të çmuara. Të gjitha këto si pjesë dhe në funksion të asaj që e quajmë intelgjencë emocionale-e domosdoshme për personalitetin e ndërtuar më së miri.

Gjithnjë e gjithandej edukimi identitar i atribuohet para së gjithash një mirëkoordinimi e bashkëveprimi ndërmjet tre faktorësh a subjektsh themelorë; familjes, shkollës dhe rrethit (komunitetit dhe shumësisë së mjeteve, metodave e formave të punës). E kur është fjala te familja, nëna shquhet me rolin e saj të veçantë dhe natyrshëm të pazëvendësueshëm.

Shikuar nga një perspektivë më përfshirëse, janë një mori faktorësh psikologjikë, arsimorë, shoqërorë, familjarë, antropologjikë etj. që e diferencojnë rolin e nënës në familjen shqiptare. Përtej kësaj e përtej përkatësisë kombëtare është edhe faktori biologjik, i cili e krijon dhe e ndërtton raportin e veçantë. Shikuar nga perspektiva e zhvillimit kulturor, e edukimit e arsimimit, e emancipimit të nënës shqiptare, e pjesëmarrjes dhe e përfshirjes së saj, në ditë tona, në krahasim me një të kaluar jo të largët, veçmas te brezi aktual kemi një përparim të dukshëm, i cili patjetër mund dhe duhet të manifestohet edhe me rol gjithnjë e më kompetent në edukimin e fëmijës. Patjetër që përparimi i referohet edhe nivelit tjetër të arsimimit dhe kulturës së hapjes dhe të komunikimit më dinamik në të gjitha rrafshet. Frymën pothuaj iluministe në raport me fëmijën në diasporë, gjithnjë e më karakteristike për familjen shqiptare sot dhe edhe si formë profilaktike ndaj rrezikut të përhershëm të asimilimit, duhet parë si një resurs të çmuar edhe në edukimin me vlerat identitare. E këtu, nëna shqiptare duhet të shfaqet me të gjitha potencialet e saj sa më të kultivuara e të mirorientuara. Sa më pak ose fare 'kujdes' për mirëmbajtjen e mentalitetit konservator e të mbylljes në emër të ruajtjes e të kultivimit të një 'identiteti burimor' lokal apo provincial (jo tipik me shqiptarinë autentike), ndërkaq sa më shumë hapje e pjesëmarrje, sa më shumë bashkëveprim në nivel të familjes dhe të lidhjeve të tjera, sa më shumë bashkëpunim me shkollën e mësuesin/en (veçmas Shkollën Shqipe në Diasporë), me komunitetin dhe me institucionet e format e organizimit të tij kulturor e arsimor, sa më shumë lidhje e komunikim (fizik e virtual) me Atdheun etj., duhet të jenë veprime të përditshme e të qëndrueshme. E them me plot gojë se në këto raporte, para së gjithash duke

iu referuar përvojës sime profesionale e përfaqësuese (qoftë si mësues, qoftë si zyrtar shteti apo qytetar i lirë e me kureshtje njohëse e motivim kërkimor) të gjatë e të pasur, të kontakteve të shumta edhe me joshqiptarë (kolegë apo titullarë arsimorë të shteteve respektive), sa herë diskutonim për rolin e nënës shqiptare në raport me shkollën (gjithnjë i mëshoja kësaj teme për të pasur edhe opinionin e tjetrit për nënën shqiptare), ose me gjysmëzëri ose edhe hapur sikur përmendej pamjaftueshmëria dhe vështirësitë e bashkpunimit me të (nënën), pamjaftueshmëria e angazhimit të saj sistematik veçmas në komunikim dhe në pjesëmarrje publike. E di që gjendja, kryesisht përmes hapjes, pjesëmarrjes e ndërgjegjësimit, gjithnjë është duke ndryshuar për të mirë, por njëkohësisht e di që aktualisht nënat shqiptare (veçmas në diasporë) kanë ende shumë e shumë për të bërë si për veten dhe profilin e tyre, si për fëmijët.

Sigurisht që dikush do të pyeste çka me martesat e përziera (milste) ose me nënat që nuk janë shqiptare, ndërkaq ndërgjegjshëm rrisin fëmijë edhe me indentitet shqiptarë? Si të veprojnë ato? Sigurisht që kjo është një temë po aq komplekse e sfiduese dhe kërkon një hapësirë tjetër e më të gjerë për t'u trajtuar. Por, një gjë duhet thënë se edhe për këto situata ka alternativa të sukseshme që lidhen fillimisht me vullnetin e mirë të nënës dhe me mirëkuptimin, bashkëpunimin e angazhimin e babait e të gjithë familjes, të mësuesit/es të gjuhës shqipe (Shkollës Shqipe), komunitetit shqiptar etj.

2. Diferencimi e përqëndrimi i veprimit në tri fushat më të rëndësishme dhe një katalog këshillash konkrete për nënat

E para, rolin e nënës shqiptare në edukimin identitar të fëmijës në diasporë dhe vështirësitë me të cilat ballafaqohet ajo në jetën e punët e përditshme gjithsesi duhet parë në raport me statusin/pozitën e saj në familje e në shoqëri. Natyrisht, kundrejt kësaj, edhe në raport me kënaqësinë e lumturinë që krijon rezultati i arritur. Parimisht e përgjithësisht, si kudo, ky rol identifikohet e ushtrohet në kuadër të një bashkëpunimi e mirëkoordinimi me faktorë, rrethana e subjekte të tjerë të shumtë. Por, ndër ta, në praktikë e sipas peshës shquhen tre sosh: a) familja dhe roli i nënës brenda saj, b) shkolla dhe jo vetëm Shkolla Shqipe (qoftë ajo formale, qoftë e vetorganizimit vullnetar shqiptar, qoftë e formatit tjetër), por edhe vendore (në gjuhën e vendit pritës) dhe c) rrethi shoqëror (marrëdhëniet me komunitetin shqiptar në diasporë dhe në Atdhe brenda formave, metodave e mjeteve të shumta të organizimit). Fundja, nga pikëpamja e praktikës ndërvëpruse pedagogjike, kjo përbën atë trekëndëshin shumë e kaheër të njohur didaktik; shkolla, familja, rrethi. Pikërisht brenda

këtij ndërveprimi subjektsh, faktorësh e institucionesh (qofshin ato të formave të vetorganizimit kulturor-patriotik shqiptar, qofshin ato formale e të mbështetura nga shteti pritës, qofshin të mbështetura nga Atdheu) rrjedh e zhvillohet roli i nënës. Ta shohim atë më për së afërmi nëpër zërat e sipërpërmendur e sipas detyrimeve konkrete.

- a) Roli i nënës brenda familjes: Te të gjithë popujt dhe te të gjitha kulturat në këtë botë familja bart rolin e parë në edukimin identitar të fëmijës. Kush është nëna shqiptare dhe si të identifikohet e përcaktohet më për së afërmi statusi e roli i saj:
- Ti, si nënë që je, falë 'shenjtërisë' e fuqisë sate, që fillimisht natyrshëm buron nga qenësia jote biologjike, si garantuese e vazhdimësisë identitare-kulturore përmes bërësve themelorë identitarë (gjuhë, kulturë, arte, histori, gjeografi, lojë, kulinari, zakonde, kode, krijimtari, kalendar familjar të festave kombëtare dhe familjare me vlerë identitare etj.) ke rol vendimtar në edukimin identitar të fëmijës;
 - Ti, me sjelljen tënde tipike prej nëne, me gjuhën tënde (shqipe) i ofron fëmijës modelin më të mirë të komunikimit gjuhësor- atë në gjuhën amtare – dhe e bën atë gjithnjë e më krenar me të;
 - Ti, së bashku me të tjerët (bashkëshort, vëlla, motër, gjysh, gjyshe etj.) krijon kushte e ambient familjar të ngrohtë e tërheqës (rend, 'normë', orar, kohë minimale) për komunikim në gjuhën amtare për të gjitha temat e mundshme;
 - Ti, me magjinë e nënës, në rrafshin emocional, edhe pse përkohësisht apo edhe 'përjetësisht' ndodhesh në diasporë, ke rol parësor në ndërtimin e modelit më të mirë të vetëbesimit identitar të fëmijës (veçmas me rëndësi është mënyra e jetesës dhe e komunikimit në e për gjuhën shqipe dhe kulturën shqiptare) dhe një baraspeshe e stabiliteti emocional (me rëndësi për integritet emocional);
 - Ti, e ndërgjegjshme siç je e duhet të jesh gjithnjë, ke detyrë morale e patriotike të kërlesh e të gesh fusha e modele të duhura e të vazhdueshme të ndërveprimit me fëmijën (së bashku, në nivel të familjes, ndërto një dialog të përditshëm për tema të interesit konkret, si: origjina, gjuha, kultura, kënga, filmi, trashëgimia, kuzhina kombëtare, loja, familja në diasporë dhe në Atdhe, krijimtaria gojore /varësisht prej moshës, p.sh. një përrallë para gjumit etj./, etj.);
 - Ti, me afërsinë, butësinë e dashurinë prej nëne, ke rol të rëndësishëm në menaxhimin e 'konfliktëve' e 'presioneve' identitare të fëmijës (zakonisht të bartura nga jashtë; kopsht, shkollë, rreth) duke e rikonfirmuar e pranuar natyrshëm e më krenari edhe qenësinë e tij dy e më shumë gjuhësore e kulturore (identitare).
 - Ti, me mençurinë e afërsinë e një nëne, së bashku me të tjerët në familje, kujdesu për kompetencën digjitale të fëmijës (rrjetet, blogjet, IA-në) duke krijuar premiset e duhura për mirëpërdorimin e saj edhe në funksion identitar.
 - Ti, me fuqinë 'hyjnore' që të siguron mëmësia, kërk, gjej e zbato forma, metoda e strategji bashkëveprimi personalisht e në nivel të familjes edhe me subjekte e faktorë

të tjerë të edukimit (mësuesi i gjuhës amtare, Shkolla Shqipe, lidhja me fëmijët e tjerë dhe me nënat e tjera të familjeve tjera shqiptare, rrethi etj.).

- b) Shkolla (Shqipe) dhe roli i nënës:
- Ti, e ndërgjegjshme për rolin tënd në edukimin identitar të fëmijës, je shtylla e fuqishme e lidhjes dhe e koordinimit të punëve ndërmjet familjes e shkollës, veçmas me Shkollën Shqipe dhe me mësuesin a mësuesen shqiptare;
 - Ti, në vazhdimësi dhe e pajisur me vullnet nënë për punë të mençura dhe dëshirën e zjarrtë për sukses të fëmijës, e edukuar në frymën e duhur patriotike, duhet të jesh kujdestarja më e përgjegjshme e motivimit të fëmijës për ta ndjekur mësimin për dhe në gjuhën shqipe dhe për kulturën shqiptare, sepse pikërisht aty dhe aty më mirë e më lehtë se kudo (përmasa profesionale e punës) zhvillohet, kultivohet, forcohet, ushqehet identiteti kombëtar;
 - Ti, duke u koordinuar me mësuesin/en e gjuhës shqipe dhe me anëtarët e tjerë të familjes, harto një plan e orar të veçantë të punës në shtëpi me fëmijën për t'i thelluar kompetencat e fëmijës në të gjithë zërat e edukimit identitar;
 - Ti, me rolin tënd të përgjegjshëm, me pjesëmarrjen tënde aktive e të përditshme si ndërmjetëse, e lidh më së miri punën ndërmjet shtëpisë (familjes) e shkollës (mësueses);
 - Ti, me vullnetin e guximin për ta thelluar pjesëmarrjen, përmes lidhjeve e punës së përbashkët me nënat e tjera e formacionet e ndryshme të prindërve për shkollën (këshilli i prindërve/ i shkollës, rrjetet e ndryshme të komunikimit e të bashkëpunimit të ndërsjellë), e shtrinë, e konkretizon dhe e zhvillon më tej funksionin e nënës, prindit, familjes, mësuesit etj. në edukimin identitar të fëmijës;
 - Ti, me vullnetin e dëshirën e zjarrtë të nënës për ta ndërtuar sa më thellë fëmijën me vlerat themelore identitare shqiptare, po ashtu, e koordinuar me mësuesin/en, merr rolin edhe të vazhdimet e të thellimit të punëve e të detyrave të mbetura në shkollë (gjithnjë sipas një plani e orari të caktuar e me përmbytje sa më përfshirëse e të përshtatshme me vlerë identitare për moshën e fëmijës), sepse pa punën tënde në shtëpi kurrë nuk do të mjaftonte ajo kohë e paktë që fëmija e kalon në shkollë;
 - Ti, këmbëngulëse tashmë në detyrat tuaja si nënë, puno për t'i siguruar fëmijës pjesëmarrje në çdo veprimtari interne ose publike që e organizon shkolla (programe të ndryshme tematike, lojëra sportive, vizita njohëse me artefaktet e trashëgimisë shqiptare në vendin pritës, vizita e ekskursione mësimore në Atdhe etj.), sepse aty ndodh jo vetëm edukimi, por edhe kënaqësia e krenaria e pjesëmarrjes dhe e suksesit;
- c) Nëna dhe rrethi shoqëror: Edhe më tej në modelet e sjelljes së shqiptarit në familje sikur dominon norma e të qenit të babës si i paracaktuar për punë e përgjegjësi jashtë shtëpisë, derisa nënës i atribuohet roli tjetër, i punëve brenda shtëpisë. Në këtë rolin tjetër zakonisht përfshihet edhe përkujdesja ndaj fëmijëve. Së këndejmi, duke qenë më e pranishme, kjo normë e

sjelljes (gjë që nuk është për t'u lavdëruar, sepse zgjidhja më e mirë është baraspesha e përgjegjësisë /të drejtave e detyrimeve/, rrjedhimisht ndërveprimi i koordinuar) vetvetiu sikur e vë në fokus përgjegjësinë e nënës në edukimin identitar të fëmijës. Sidoqoftë, përtej kësaj kontradikte a disbalance, nëna shqiptare gjithnjë kishte dhe do të ketë rol në mirëpërdorimin e funksioneve të shumfishta të rrethit shoqëror në edukimin identitar të fëmijës në diasporë. Si të përshkruhet ky rol më për së afërmi e sipas detyrave e veprimeve konkrete me rrethin; subjektet, faktorët, themelat, shoqatat, grupet e interesit, mediet, institucionet etj.?

- Ti, si qenie shoqërore e konsoliduar gjithnjë e më tepër në të gjitha rrafshet, së bashku me bashkëshortin e të tjerët e familjes ke rol të veçantë në edukimin e duhur të fëmijës me vetëdijen e pranisë dhe të përfshirjes sa më dinamike, ndërvepruese e krijuese në jetën shoqërore, veçmas në jetën shoqërore të komunitetit shqiptar, sepse pikërisht brenda këtij komuniteti jeta me të gjitha ngjyrat e saj frymon para së gjithash shqip;
- Ti, përmes lidhjes së fëmijës me rrethin, i ofron atij jo vetëm të drejtën e mundësinë për zhvillim sa më të lehtë e të natyrshëm identitar, por edhe ia mbjell e kultivon përgjegjësinë ndaj këtij edukimi, i cili do të duhej ta bënte krenar gjatë gjithë jetës;
- Ti, me dashurinë e fuqinë e nënës, varësisht prej moshës së fëmijës, do ta përgatitësh atë emocionalisht e racionalisht jo vetëm për pjesëmarrje aktive e krijuese në sa më shumë forma të organizimit kulturor-arsimor të rrethit, por edhe në modelimin e projektimit sa më të përshtatshëm e të pranueshëm për moshën e tij të veprimtarive të ndryshme;
- Ti, si nënë që je, së bashku me bashkëshortin e të tjerët në familje dhe me mësuesin/en e gjuhës shqipe, sipas një plani e kalendarit të veçantë, përgatite paraprakisht dhe lidhe fëmijën me të gjitha format e modelet e organizimit kulturor e arsimor të rrethit shoqëror, të vlefshme për edukimin identitar të fëmijës (shoqata, organizata, klube, institucione, biblioteka, shoqëri artistike e sportive, forume kulturore, qendra argëtimi, medie, festivale, programe të ndryshme, kinema, ngjarje familjare, rrjete të ndryshme shqiptarësh për komunikim kulturor, etj.);
- Ti, me fuqinë motivuese e bindëse të nënës, edukojë fëmijën me nevojën e pjesëmarrjes dhe të bashkëpunimit me shkollat e institucionet e vendit pritës, bëjë atë krenar me rrënjët e tij identitare dhe të denjë e pa asnjë kompleks vogëlsie, kompetent në përfaqësimin e vetes së tij si shqiptar në komunikimet ndërkulturore;
- Ti, si një patriote e devotshme që je, bë gjithçka të mundshme e që i përket detyrimit prindor për lidhjen e fëmijës me Atdheun (edhe me prani fizike, edhe në komunikime virtuale; vizita sa më të shpeshta e të rregullta, pjesëmarrje në ngjarje me interes për edukimin identitar, takime e ngjarje familjare, njohje me të afërmit e bashkëmoshatarët në Atdhe, nxit e mbështet shkrimin e ditarëve, krijimin e albumeve me kujtime, nxit e mbështet guida turistike kulturore me prani edhe të bashkëmoshatarëve joshqiptarë, etj.)



POLIKLINIKA SHOSHI

MBI 35 VITE PËRVOJË NË SHËRBIMIN E SHËNDETIT TUAJ.

Në zemër të kujdesit shëndetësor bashkëkohor në Kosovë qëndron Poliklinika Shoshi, me mbi tri dekada përkushtim dhe standard të lartë profesional. Me lokacione moderne në Prishtinë, Istog dhe Deçan, kjo poliklinikë është sinonim i cilësisë, inovacionit dhe trajtimit të personalizuar për çdo pacient.

Stomatologji & Implantologji

Në Poliklinikën Shoshi ofrohen të gjitha shërbimet e stomatologjisë duke përfshirë:

Implantologji me teknologji të avancuar, ku përdorimi i implanteve me ngarkim të menjëhershëm bën të mundur vendosjen e dhëmbëve brenda një kohe shumë të shkurtër, pa nevojë për pritje të gjata. Ky proces është efikas, i sigurt dhe me çmime të volitshme, duke ofruar rikthim të menjëhershëm në funksion dhe estetikë.

Estetikë dentare për buzëqeshje natyrale

Ortodonci me aparat fiks, të lëvizshëm dhe aparate ortodontike transparente (aligners) për një përvojë efikase drejt një shtrirjeje perfekte të dhëmbëve



Kirurgji maksillofaciale & plastike

Një tjetër shtyllë e fortë e Poliklinikës Shoshi është kirurgjia maksillofaciale, që përfshin:

Kirurgji të nofullave për probleme funksionale apo estetike

Rinoplastikë (kirurgji e hundës) dhe otoplastikë (kirurgji e veshëve)

Trajtimin e anomalive të lindura me qasje multidisciplinare dhe teknologji të fundit



Oftalmologji e avancuar dhe Okuloplastikë

Nga diagnostikimi tek ndërhyrjet kirurgjikale

Poliklinika Shoshi ofron të gjitha shërbimet e specializuara në oftalmologji:

Blefaroplastika, apo kirurgjia e kapakëve-një ndërhyrje e sigurt dhe minimale që eliminon lëkurën e tepërt dhe fryrjet rreth syve, duke ju dhënë një pamje më të re dhe më të freskët.

Kirurgji me laser për kataraktën (perden e syrit).

Intervenim kirurgjik për glaukomën (tensionin e syrit).

Kirurgji për strabizmin (sytë e kryqëzuar).

Kirurgji e kanaleve të lotit.

Diagnostikim me OCT, Angio-OCT, ultrazë - te rastet me diabet, hipertension dhe sëmundje të tjera sistemike.

Shërbime optike me përcaktim digjital të dioptrisë dhe syze nga markat më të njohura botërore.



POLIKLINIKA SHOSHI

Dermatologji & Estetikë me teknologji të gjeneratës së re.

Në klinikën tonë, ofrojmë një gamë të plotë trajtimesh të personalizuar që kombinojnë teknologjinë më të avancuar me kujdesin dermatologjik profesional si dhe me lasera të gjeneratës së fundit, të personalizuar sipas nevojave të secilit pacient.

Fillers & Botox – Përdoren për të rimodeluar tiparet, reduktuar rrudhat dhe rikthyer volumet natyrale të fytyrës, gjithmonë me rezultate të balancuara dhe harmonike.

Trajtime inovative për pastrim të thellë të fytyres, hidratim dhe rigjenerim të lëkurës.

Laseri PicoSure® Pro ofron rezultate të dukshme, është shumë efektive në largim të hiperpigmentimeve, kapilarëve edhe për tatuazhe me ngjyra të vështira (jeshile, blu, e kuqe).

Të parët të paisur me laser me një sistem inteligjent, i përshtatshëm për heqjen e qimeve (maksimumi 6-8 seanca), njolla, kapilarë të zgjeruar, dhe tonifikim të përgjithshëm të lëkurës.

Teknologjia e fundit e CO2 Laser – Ideal për trajtime më të thella: rigjeneron lëkurën, zbut rrudhat, përmirëson cicatricet (shenjat nga aknet, djegiet ose ndërhyrjet kirurgjikale) dhe jep efekt “lifting” pa ndërhyrje kirurgjikale.

Trajtim pa dhimbje me sedacion Baldus

Poliklinika Shoshi është pionier në trajtimin e pacientëve me frikë apo ankth nga ndërhyrjet mjekësore, duke përdorur sedacionin koshient nga Baldus Sedation – teknologji gjermane, që siguron një përvojë të qetë dhe pa dhimbje.

POLIKLINIKA SHOSHI - QENDRA KU SHËNDETI DHE KUJDESI TAKOHEN

Për çdo nevojë shëndetësore – nga një konsultë e thjeshtë te trajtimet më komplekse Poliklinika Shoshi është zgjedhja e parë e mijëra pacientëve në vend dhe diasporë.

**Na gjeni në Prishtinë, Istog dhe Deçan.
Ku përkushtimi ndaj pacientit nuk ka kompromis!**

Poliklinika Shoshi - Prishtinë **+383 48 124 298**

Poliklinika Shoshi & Optika Ylli - Istog **+383 45 292 112**

Optika Shoshi - Deçan **+383 45 866 666**

@poliklinikashoshi.optikaylli
poliklinikashoshi.com



DHELPRA, KORBI DHE DARDHA

Njëherë e një kohë, në një pyll të gjelbër e plot jetë, doli për shëtitje një dhelpër e hollë e dredharake. Ndërsa ecte mes drurëve, sytë i ranë mbi një pemë të lartë, ku në majë të saj varej një dardhë e artë, aq e bukur sa të merrte mendjen.

“Mmm... ç’dardhë e shijshme!”
- tha me vete dhelpra, duke lëpirë buzët.

Por, përpara se të afrohej, një korb i zi fluturoi e u ul në degën e pemës. Pa humbur kohë, korbi kapi dardhën me sqepin e tij të fortë. Dhelpra mbeti poshtë, duke menduar si ta mashtronte.

Dhelpra, që di të përdorë më shumë fjalë se forcë, ngriti sytë dhe i tha me zë të ëmbël:

“O zog fisnik! Sa pendë të shkëlqyera ke! S’kam parë ndonjëherë një zog kaq të bukur. Me siguri je mbreti i të gjithë shpendëve.”

Korbi, i kënaqur nga fjalët e mira, filloi të fryhej nga



mendjemadhësia. Dhelpra vazhdoi:

“Jo vetëm që je i bukur, por thonë se ke edhe zërin më të mrekullueshëm. A do të më këndosh një nga këngët e tua? Do të ishte nder për mua ta dëgjoja!”

Korbi, i mbushur me krenari, hapi sqepin për të kënduar. Por sapo e bëri këtë, dardha i ra nga goja dhe përfundoi drejt e në duart e dhelprës.

Dhelpra e mori me gëzim, e fshiu pak nga pluhuri dhe tha me të qeshur:

“Faleminderit, korb i dashur! Sot mësova se bukuria dhe krenaria shpesh na bëjnë të humbim atë që kemi në dorë!”

Dhe, kështu, dhelpra iku e kënaqur me dardhën e saj, ndërsa korbi mbeti duke e parë i penduar për kotësinë e vet.

CAPVIN13



Rruga B
Pejton Ukshin Hoti
Albi Mall

IKONA E FAMILJES SIME

Capvin13 – pizzeria më e njohur në Kosovë, e veçantë për produktet e saj 100% italiane. Një brand i krijuar nga **Maestro Vincenzo Capuano** dhe i sjellë nga **Amir Rrahmani**, drejtpërdrejt nga Napoli i Italisë, tashmë në zemrën e Kosovës.



Capvin13 numëron 57 pika në **Itali**, 3 në **Kosovë**, 1 në **Holandë**, 2 në **Gjermani** dhe 1 në **Singapor**.

+383 43 830 831



**"Fuqizojmë markën tuaj.
Sjellim rezultate të vërteta."**

Në një botë gjithnjë e më të ndërlidhur,
PFP – Possibilities for Partners është partneri juaj
strategjik për rritje, vizibilitet dhe ndikim.

Na Kontaktoni Këtu!

☎ +383 43 899 331
🌐 www.pfp-ks.com ✉ info.pfp.ks@gmail.com
📍 Prishtinë, Rexhep Luci, Pristina, Kosovo



Marketing & Strategji

Fushata të personalizuara që arrijnë
audencën tuaj ideale.



Marketing Dixhital

Menaxhim i rrjeteve sociale, Google Ads,
Email Marketing dhe më shumë.



Web Design & Development

Website të dizajnuar me kujdes,
funksionale dhe të optimizuara.



Public Relations

Ndërtim dhe ruajtje e një imazhi pozitiv
për markën tuaj.



Produksion Multimedial

Video profesionale, grafika kreative,
përbajtje audio dhe vizuale për çdo
platformë.



Zgjidhje IT

Sisteme të personalizuara që rrisin
efikasitetin dhe automatizimin.

***Që nga marketingu klasik dhe dixhital, e deri te prodhimi kreativ, ndërtimi i faqeve të internetit dhe zgjidhjet
inteligjente IT, ne ofrojmë zgjidhje të personalizuara për çdo biznes që synon të dallohet dhe të rritet.***

DREKA, UJI DHE HISTORIA E TEPELENËS



Në një udhëtim komod nga Tirana, ju do të arrini për më pak se 3 orë në zonën e Tepelenës. Me një histori të gjatë, të ndërtuar mbi muret e kalasë, qyteti ofron një eksperiencë të paharruar për vizitorët e zonës.

Me një histori që daton që nga antikiteti i kohës së Epirit, Tepelena u zhvillua ndër vite gjatë kohës së Mesjetës dhe Perandorisë Osmane, duke arritur një zhvillim të lartë, sidomos në kohën e Ali Pashë Tepelenës.

Kalaja e qytetit, e cila mban emrin e Ali Pashë Tepelenës, ruan në vetvete historinë e luftërave, ndërsa për vizitorët ajo është një eksperiencë e paharrueshme e gjurmimit të jetesës brenda kalasë. Edhe pse nën restaurim, kalaja ofron një eksperiencë të bukur për vizitorët që dëshirojnë të eksplorojnë jetën brenda fortesave të gurta.

Banorët e zonës jetojnë brenda mureve të kalasë, në shtëpi të ulëta të ndërtuara enkas për t'iu përshtatur jetës brenda kalasë, në një zonë ku nuk ekziston trafiku dhe çdo gjë duhet të bëhet duke përdorur qarkullim alternativ.

Rrugëtimi për në Tepelenë, përpos njohjes së historisë, shoqërohet edhe me ndalesa për plazhe atraktive në lumenjtë e zonës.

Tepelena përshkohet nga dy lumenj të mëdhenj: lumi Vjosa dhe lumi Drino, duke e bërë qytetin një zonë me pasuri të mëdha ujore.

Skaj lumit Vjosë, në disa zona, janë ndërtuar plazhe, të cilat gjatë verës janë shumë atraktive. Në paragjykim, njerëzit do të hezitonin të laheshin në këto plazhe për shkak të frikës nga uji i ftohtë, por digat e ndërtuara me gurë mundësojnë që uji të ngrohet dhe vizitorët të kenë mundësinë të bëjnë plazh në ujërat e pastra të zonës.

Lumi Vjosa njihet si një ndër lumenjtë më të pastër dhe lumi që ruan rrjedhën më të gjatë të

paprekur nga njeriu në Evropë, dhe vizita në këtë lum është një përjetim i rrallë për secilin.

Pak kilometra nga dalja e Tepelenës, në drejtim të Gjirokastrës, vizitorët i pret një mrekulli tjetër - "Uji i Ftohtë i Tepelenës", një rrjedhë ujore e pastër, e cila gjarpëron përmes malit drejt Vjosës.

Për të mbërritur te Uji i Ftohtë, mjafton të ndjekësh rrugën që zbret nga kalaja e Tepelenës drejt Vjosës. Aty, nën hijen e maleve, dëgjon një zhurmë të lehtë që rritet ngadalë - rrjedha e ujit që del nga shpella gëlqerore në shpatet e malit.

Uji është aq i kthjellët sa mund të numërosh çdo gur në fund të tij dhe aq i ftohtë sa të zgjon shpirtin me një gllënjë të vetme. Edhe në mes të korrikut, kur dielli digjet mbi rrugë, temperatura e ujit mezi kalon 10 gradë.

Banorët vendas thonë me humor: "Kush pi ujë nga burimi i Tepelenës, nuk lodhet më kurrë."

Skaj Vjosës dhe buzë rrjedhës së ujit të ftohtë, vizitorët mund të qëndrojnë në resortet e zonës ku janë ndërtuar hotele moderne dhe me cilësi të lartë.

Për ata që nuk dëshirojnë luksin, por kanë dëshirë për tradicionale, në zonën e Tepelenës janë



ndërtuar disa resorte agroturizmi, të cilat ofrojnë mundësinë unike të përjetimit të traditave vendase.

Mos harroni të provoni ushqimet

Nëse ndaleni një ditë në Tepelenë, në këtë qytet të vogël të mbështetur mes maleve dhe luginës së Vjosës, do ta ndjeni menjëherë aromën e mikpritjes që del nga çdo shtëpi. Nuk është rastësi që këtu thonë se: "Një shtëpi pa erën e gatimit është si një dimër pa zjarr."

Në Tepelenë, ushqimi nuk është vetëm nevojë, por pjesë e identitetit dhe krenarisë vendase.

Qengji me trahana - mbreti i sofrës tepelenase

Në çdo festë familjare, apo ditë të shënuar, në mes të tryezës gjen gjithmonë qengjin e furrës me trahana. Mish i butë që shkrin në gojë, i mbuluar me një shtresë trahanë të zier në kos shtëpie. Përgatitet ngadalë, me kujdes dhe durim, ndërsa aroma përhapet nëpër avllitë prej guri.

"Ky është gatimi që na bashkon të gjithëve rreth sofrës", thotë znj. Zana, një amvise nga fshati Toç. "Sekreti është të mos kesh ngut - se siç themi ne, trahana nuk do ngutje."

Lakrori me barishte - shija e thjeshtë e jetës malore

Në kuzhinën e Tepelenës nuk mungon as lakrori me hithra e barishte - një byrek me petë të holla, të hapura me dorë, që mbushet me hithra, spinaq, qepë të njoma e majdanoz. Piqet në saç, nën prush,



dhe shoqërohet me kos të trashë.

Një gatim i thjeshtë, por që ruan në vete aromën e pranverës dhe punën e duarve të grave që e trashëgojnë këtë recetë brez pas brezi.

Mishi në saç - mjeshtëria e zjarrtë e burrave

Në shumë fshatra përreth, si në Bëncë apo Luzat, mbliidhen burrat rreth zjarrit për të gatuar mishin në saç. Një copë e mirë keci apo qengji, e pjekur ngadalë nën prush, me erëza të egra si trumzë e rigon. Tym i lehtë, mish që shkrin dhe një gotë raki për shoqëri - një ritual që mbledh njerëzit dhe krijon kujtime.

Shijet e fshatit - djathi, kosi dhe mjalti

Në sofrën tepelenase gjithmonë ka vend për djathin e bardhë të deles dhe kosin e trashë, të cilët prodhohen në shtëpi, nga qumështi i bagëtive që kullosin në shpatet e maleve të Bënjës dhe Hormovës. Shpesh shoqërohen me bukë misri

dhe mjaltë mali - një mëngjes i thjeshtë, por mbretëror në shije dhe shëndet.

Ëmbëlsira me kujtime - oshmare dhe petulla me mjaltë

Në mbrëmje, pas një dite pune, në shumë shtëpi përgatiten oshmaret - trahana e ëmbël e zier me gjalpë dhe sheqer, që kujton fëmijërinë.

Të tjerët preferojnë petulla të ngrohta me mjaltë e kanellë, që përhapin aromë në çdo qoshe të shtëpisë.

Rakia e Tepelenës - shenja e mikpritjes

Në çdo shtëpi, në çdo festë apo vizitë, të mirëpresin me një gotë raki rrushi. Nuk është thjesht pije, por mënyra tepelenase për të thënë "mirë se erdhe".

Në fund, gjithçka përfundon me buzëqeshje dhe fjalinë e zakonshme: "Mos u ngri pa ngrënë diçka, se këtu nuk lejohet njeri të ikën bosh."

Fillo një jetë të re, në zemër të Prizrenit!

GASHI GRAND COMPLEX

gashigrandcomplex.com

Rr. Kastritotët
Prizreni i ri

+383 49 926 400

+383 44 442 725

Blej banesën e Endrës.



BËJA VETËS NJË TË MIRË DUKE U KUJDESUR PËR LËKURËN TËNDE!

Shërbimet tona

- ☒ Kirurgji Plastike
- ☒ Gjinekologji
- ☒ Dermatologji
- ☒ Shërbime Estetike

Me 13 vite përvojë, që nga viti 2012 kujdesemi për lëkurë të shëndetshme në të 2 klinikat në Prishtinë.

Prof. Lec.
Krenar Dobrosi



ART
MOTION

315+
KANALE TV

40+ LIGA
SPORT HD

INTERNET DERI
500 Mbps

TË GJITHA
KANALET
DIGITALB

tring

BIG BROTHER
VIP KOSOVA

BIG BROTHER
VIP

Tjetër nivel

Çdo ligë,
çdo emocion.



www.artmotion.net 0800 20 500

kujtesa

- **290+** Kanale • **30+** Liga sportive • Internet deri në **500Mbps** • **Digitalb**
- **BigBrother VIP Kosova** • **BigBrother VIP Albania** • Kanalet e **Cinestar**

Kujtesa jote,
përjetim i ri!

0800 400 40
www.kujtesa.com



FESTAT DHE NGJARJET KULTURORE GJATË DHJETORIT DHE JANARIT

Gentiana Ahmeti

Koncerte, organizime festive, e shumë e shumë ngjarje kulturore pritet të zhvillohen gjatë dhjetorit dhe janarit në Kosovë.

Mesha e Krishtlindjeve dhe festimet e Vitit të Ri janë dy ngjarjet kryesore që do zhvillohen me shumë pompozitet gjatë dhjetorit dhe në fillim të janarit. Prishtina, kryeqyteti i vendit, planifikon që për vizitorët të ketë një program të gjerë kulturor në sheshin "Skënderbeu". Bina tradicionale e festave të fundvitit me shtëpizat e vendosura do t'i mirëpresë vizitorët për më shumë se 1 muaj. Në qytete të tjera, po ashtu, do të vendosen shtëpiza druri për të shënuar festat e fundvitit e bashkë me to edhe performanca të artistëve. Atmosferën festive do ta plotësojnë koncertet dhe



performancat muzikore nga grupe dhe këngëtarë vendorë, duke krijuar një eksperiencë të paharrueshme dimërore. Për ata që dëshirojnë të pasurojnë ditët e tyre në Kosovë me art, Galeria Kombëtare e Kosovës është një destinacion i domosdoshëm. E hapur nga e marta deri të premten (10:00 – 18:00) dhe të shtunën e të dielën (10:00 – 17:00), galeria ofron ekspozita të artit bashkëkohor dhe klasik, duke prezantuar krijimet e artistëve vendorë dhe ndërkombëtarë. Gjatë dhjetorit dhe janarit, Teatri

Kombëtar i Kosovës do të sjellë një program të pasur me shfaqje teatrale të ndryshme, nga dramë e komedi me performancë eksperimentale. Programi publikohet paraprakisht në rrjetet sociale, duke ofruar mundësi për të planifikuar vizitat dhe përjetuar artin skenik në një nga institucionet më të rëndësishme kulturore të vendit. Nga atmosfera festive deri te ekspozitat e artit dhe shfaqjet teatrale, Kosova ofron një përvojë të plotë për të gjithë ata që udhetojnë në këtë vend gjatë muajve të dimrit.

JEPNI JETË KOPSHTIT TUAJ!



•383 49 777 406

www.lulishtjalabi.com

Magjistralja Prishtinë-Ferizaj



GROUP
Blendi

**shpejt,
lirë dhe
kualitet**

SHTYPSHKRONJË | REKLAMA & 3D | MATERIAL ZYRTAR
MATERIAL SHKOLLOR | RAFTA METALIK | KARRIGE PËR ZYRE

 www.blendi-ks.com

  [blendigroup](https://www.facebook.com/blendigroup)



KATALOGU
MAKINERIVE



KATALOGU
PROMOCIONAL



BLUETAXI
044 800 900
049

**BLUE TAXI
PO JU PRET**

REHATI, SIGURI, KORREKTËSI





ARIAN BUJUPI, ORTOPEDI QË SOLLI NË KOSOVË NJË “VALIXHE” PLOT PËRVOJË NGA GJERMANIA

Gentiana Ahmeti

Në një nga sallat moderne të ortopedisë në Prishtinë, dr. Arian Bujupi operon me qetësinë e dikujt që e njeh çdo detaj të profesionit të tij. Për të, çdo ndërhyrje kirurgjikale është më shumë se punë, është rikthim i një pasioni që lindi në Prishtinë, u zhvillua në Gjermani, dhe tani po lulëzon sërish në Kosovë.

Pas 15 vjetësh pune dhe specializimi në Gjermani, ai vendosi të kthehet në vendlindje, së bashku me familjen e tij. Një vendim që, siç thotë vetë, “e kemi marrë e gjithë familja bashkë”.

Nga “shkollat shtëpi”, te sallat moderne të kirurgjisë

“I lindur në Prishtinë, shkollën fillore e kam përfunduar në Prishtinë, shkollën e mesme të mjekësisë ‘Ali Sokoli’ në Prishtinë, në vitet e 90-ta”, tregon ai. Ishin vite kur mësimi zhvillohej në kushte të jashtëzakonshme “në ‘shkolla shtëpi’, për shkak të situatës në vitet 90-ta”.

Në vitin 2000, ai nisi Fakultetin e Mjekësisë, periudhë gjatë së cilës, siç e kujton, “ka qenë organizues edhe i protestave, si rezultat i së cilave 3 dekanë janë larguar nga postet e tyre”.

Por, realiteti pas diplomimit

nuk u dha hapësirë ambicieve të tij profesionale. “Edhe pse i kam përfunduar studimet në vitin 2007, deri në vitin 2010 asnjëherë nuk ka qenë as edhe një konkurs për me hy si mjek... kjo më bëri të mendoj për një alternativë tjetër”.

Ajo alternativë do të ndryshonte krejtësisht jetën e tij.

Nga Prishtina në Gjermani, rruga që nisi me gjashtë muaj mësim të gjuhës

Në atë kohë, një kompani gjermane kishte ardhur në Kosovë për të rekrutuar mjekë, me kushtin që të dinin gjermanisht. Arianit i mungonte njohja e gjuhës



Pas 15 vjetësh, ai vendosi të kthehej. Jo nga nostalgjia, por nga nevoja për të sjellë diçka që mungon: përvojë moderne në ortopedi.

gjermane, por jo vendosmëria. Brenda gjashtë muajsh, ai e mësoi gjermanishten dhe mori rrugën drejt Gjermanisë, me një qëllim të qartë: të bëhej specialist ortoped.

“Fillimi në Gjermani ka qenë i tmerrshëm, nuk ka qenë fare i lehtë... prej një jete me shumë aktivitet, i kisha lënë 3 puna me shku me punu në një regjion më të qetë, më malor, edhe profesionalisht nuk ka qenë e lehtë

me u integru në një ekip që ka pas shumë më shumë përvojë sesa ne”, rrëfen ai.

Por, me përkushtim, ai përfundoi specializimin dhe nisi të punonte në klinika prestigjioze në Sommerda dhe më pas në Frankental, ku kaloi një dekadë duke ndërtuar karrierën e tij. Ishte aty ku pasioni për ortopedinë u bë pjesë e pandashme e jetës së tij.

“Ortopedia më ka pëlqy para se me shku në Gjermani... atje e kam ndje që është drejtimi im”.

“Në valixhen time janë 100 proteza të operuara”

“Mua më bën shumë krenar që ajo ‘valixhe’ që me shumë përvojë e kam marrë në Gjermani dhe jam kthi me një numër të madh të operacioneve që mund t’i bëj tani në fushën e ortopedisë... jam krenar, sepse në atë ‘valixhen’ time janë 100 proteza të operuara”.

Në Kosovë, shumë nga operacionet që ai i kryen me lehtësi ende nuk realizohen në shumicën e spitaleve. Kjo për të është sfidë dhe motivim njëkohësisht.

“Kur kam komunikuar me shumë kolegë dhe e kam kuptu që shumë operacione nuk bëhen, kjo më ka

bërë me mendu edhe me u kthi në Kosovë.”

Kthimi me qëllim

Sot, dr. Bujupi punon në spitalin privat “United Hospital”. Ai planifikon që në të ardhmen të kontribuojë edhe në sistemin publik, por për momentin ai është i kujdesshëm.

“Kam frikë nga diçka që më dëshpëron në sistem shëndetësor shtetëror... kjo mundet me më bë me u ndie shumë keq kur unë nuk mundem me vendos për shumë sende dhe për me hy e me ba diçka pa e pasë mbështetjen logjistike më frikëson shumë.”

Për të, kthimi nuk është thjesht rikthim në vendlindje, por një mision për të aplikuar njohuritë e fituara dhe për të ngritur standardet e ortopedisë në Kosovë.

Në fund, historia e dr. Arian Bujupit është një shembull frymëzues i përkushtimit dhe besimit në profesion. Nga “shkollat-shtëpi” të viteve ‘90, te sallat moderne të kirurgjisë në Gjermani, e tani sërish në Prishtinë, rrugëtimi i tij dëshmon se pasioni dhe këmbëngulja mund ta kthejnë çdo pengesë në mundësi.





**SIMPLY
NAAATURAL!**

HAIR TRANSPLANT



TRANDEVUE
HAIR CLINIC



TRANDEVUE
HAIR CLINIC



Where natural results come first!

At Trandevue Clinic, our work is simple to explain but difficult to match. We focus on delivering **hair transplant results that look completely natural.**

Located in **Pristina, Kosova**, we have grown into a trusted destination for patients from Europe, the USA, and the Balkans. People come to us for one reason: to feel confident with a hair transplant result that blends into their everyday life without looking "done."



5 star
patient rating



24/7
patient support

Recognized for Quality

Receiving the "**Hair Transplant Clinic of the Year**" award at Best of Europe Awards in Istanbul was a proud moment for our team. It confirmed the care, honesty and effort we put into every treatment.

Flokun e sotit mos e le për nesër!

Në klinikën Trandevue, puna jonë është e thjeshtë për t'u shpjeguar, por e vështirë për t'u arritur. Fokusoheми në **rezultate të mbjelljes së flokëve që duken plotësisht natyrale.**

Të vendosur në **Prishtinë, Kosovë**, jemi shndërruar në një destinacion të besuar për pacientë nga Evropa, SHBA-ja dhe Ballkani. Njerëzit vijnë tek ne për dy arsye: të ndihen të sigurt me mbështetjen e jashtëzakonshme dhe rezultate të mahnitshme.



5 yje
vlerësim nga klientët



24/7
mbështetje

Të njohur për Cilësi

Marrja e çmimit "**Klinika më e Mirë e Mbjelljes së Flokëve**" në Best of Europe Awards në Stamboll ishte një moment i veçantë për ne. Ky vlerësim konfirmoi kujdesin, ndershmërinë dhe përpjekjen që vendosim në çdo trajtim.

Services

- Hair transplant
- Beard transplant
- Eyebrow transplant
- Hair mesotherapy
- PRP hair treatment
- Face treatments
- Hollywood facials



Shërbimet

- Mbjellja e flokëve
- Mbjellja e mjekrës
- Mbjellja e vetullave
- Mesoterapi për flokë
- PRP (plasma) për flokë
- Mirëmbajtja e fytyrës
- Hollywood facials



Richard Holbrooke
Pristina, Kosova



+383 48 37 38 37



trandevue.com

SEKRETET PËR NJË TRUPTË SHËNDOSHË

SEKRETET E TRUPIT TË SHËNDETSHËM: SI TË KUJDESEMI PËR GJUNJËT, SHPINËN DHE ZEMRËN PA OBSESIONIN E PESHËS



Në një kohë kur shumë njerëz matin suksesin shëndetësor vetëm me peshoren, ekspertët paralajmërojnë: përqendrimi te forma fizike është më i rëndësishëm se numrat në kilogramë. Shëndeti nuk matet me peshën, por me mënyrën se

si lëvizim, si marrim frymë dhe si e trajtojmë trupin tonë çdo ditë.

KYÇET E KËMBËVE - ÇELËSI PËR TË LEHTËSUAR DHIMBJET NË GJUNJË, IJË DHE SHPINË



Sipas fizioterapistëve, shumë nga dhimbjet kronike që ndiejmë në gjunjë, ijë apo shpinë fillojnë në një vend që shpesh e neglizhojmë: kyçet e këmbëve. Kur ato janë të ngurta ose të bllokuara, trupi detyrohet të kompensojë me lëvizje jo natyrale që

shkaktojnë tension në pjesët e tjera. Ushtrimet e lehta për lëvizshmëri, si rrotullimi i kyçeve dhe ecja zbathur në sipërfaqe të buta, ndihmojnë në rivendosjen e balancës dhe reduktojnë dhimbjet.

ECJA - ILAÇI MË I THJESHTË PËR ZEMRËN DHE JETËGJATËSINË



Një sërë studimesh të fundit tregojnë se ecjet e gjata janë të lidhura ngushtë me përmirësimin e shëndetit të zemrës dhe me një jetë më të gjatë. Madje, edhe nëse nuk arrini 10.000 hapa në ditë, mos u shqetësoni. Shkenca e

re thotë se edhe disa mijë hapa në ditë mjaftojnë për të ruajtur shëndetin, sidomos kur ecja bëhet në ritëm të qëndrueshëm.

ARTROZA DHE GJUNJËT – AEROBIKU MUND TË JETË ALEATI JUAJ



Personat që vuajnë nga artroza shpesh shmangin lëvizjen nga frika e dhimbjes, por ekspertët theksojnë të kundërtën: ushtrimet aerobike të lehta si çiklizmi, noti apo ecja në ujë mund të ulin inflamacionin, të forcojnë muskujt përreth gjurit dhe të lehtësojnë dhimbjen në mënyrë natyrale.

KURTHI I MUSKUJVE PAS KËRCIRIT: PSE SHTRIRJET NUK MJAFTOJNË



Nëse i ndieni këmbët gjithmonë të ngurta, problemi mund të mos jetë mungesa e shtrirjes, por mënyra se si i përdorni muskujt. Shtrirjet e zakonshme nuk mjaftojnë nëse muskujt e pasmë (hamstring) janë të tensionuar nga qëndrimi ulur për shumë orë. Zgjidhja? Ushtrime forcimi dhe lëvizjeje dinamike, që rikthejnë ekuilibrin natyral të trupit.

ECJA JAPONEZE ME INTERVALE - SEKRETI I NJË FORME TË QËNDRUESHME



Një trend i ri që po fiton popullaritet është ecja me intervale japoneze, një kombinim i periudhave të shkurtra ecjeje të shpejtë me ecje të ngadaltë. Ky ritëm ndihmon në përmirësimin e qëndrueshmërisë, nxit djegien e kalorive dhe përmirëson shëndetin kardiovaskular, pa pasur nevojë për pajisje apo palestër.

FRYMËMARRJA - THEMELI I FORCËS DHE STABILITETIT



Ekspertët e fitnesit theksojnë gjithashtu fuqinë e frymëmarrjes së vetëdijshme. Frymëmarrja e thellë dhe e kontrolluar ndihmon në aktivizimin e muskujve të trungut, përmirëson qëndrimin dhe rrit fuqinë gjatë ushtrimeve. Në thelb, mënyra se si marrim frymë ndikon drejtpërdrejt në mënyrën si lëvizim dhe si e ndiejmë trupin tonë.

Mirësevini në Hotel Bonita

NË GOLEM, KAVAJË!

DESTINACIONI IDEAL PËR PUSHIME TË PAHARRUESHME!

Hoteli me 5 yje ofron pishina të brendshme dhe të jashtme, SPA, qendër fitnesi, plazh privat dhe restorant me kuzhinë cilësore

+355 69 822 9985 | www.hotelbonita.al

Trendi modern i hotelerisë

Mirësevini në Bonita Luxury Resort!

- ✓ Akomodime luksoze
- ✓ Kuzhinë e klasit botëror
- ✓ Relaksohuni dhe rigjallërohuni



+355 69 559 9916 | www.hotelbonita.al

PRISHTINA

RENT A CAR

Shijo Pushimet Tuaja

Me veturat e modeleve të fundit!



Skeno > Shkarko > Rezervo > Zbritje përfito



+38344240383



rentacar-prishtina.com

SkyShop



Shoqëruesi yt në çdo udhëtim

Në një botë ku gjithçka lëviz shpejt, ka pak gjëra që mbetin të njëjtat – si freskia natyrore e Miros. Ky ujë mineral natyral buron nga zemra e tokës së Kosovës, i filtruar në mënyrë të natyrshme përmes gurit kuarc, duke ruajtur një përbërje të pasur me kalcium, magnez dhe silikate.

S'ka rëndësi ku po shkon – rëndësi ka si ndihesh gjatë udhëtimit. Në aeroplan, mbi re, larg rutinës, Miros

është përkujdesja që merr me vete. Sepse nuk është thjesht ujë – është përzgjedhje. Është stil jetese. Është një mënyrë për të thënë “unë kujdesem për veten”.

Miros është për ata që përqendrohen në detajet që kanë vlerë – të natyrshme, të pastra, të vërteta. Në çdo gllënjë, ndjen pak nga toka jonë, pak nga kujdesi ynë, dhe shumë nga ajo që meriton ti.



SkyShop Coffee&Tea



3 in 1 Nescafe Stick 20g
2 in 1 Nescafe Stick 20g
Nescafe Classic Stick 20g

2.50€

LOYD

Cranberry Tea Bag
Forest Fruit Tea Bag
Camomile & Honey Tea Bag

2.50€



SkyShop Soft Drinks

Coca Cola 0.33l
Coca Cola ZERO 0.33l
Fanta Orange 0.33l
Fanta Exotic 0.33l
Schweppes 0.33l
Schweppes Tonic 0.33l
Sprite 0.33l
Multi Sola 0.5l
Ice Tea 0.33l



3.00€



RC Cola 0.33l
2.50€



Red Bull 250ml **4.00€**
GO+ 250ml **2.50€**
Veroni Isotonic **3.00€**

Malyrat Water Mirros 0.5l
Sparkling Water Mirros 0.33l

2.50€

Capri Sun 0.33l

3.00€

Capri Sun 0.20l

2.50€

Jaffa 0.25l

2.50€



SkyShop

Alcoholic Beverages

Ballantines Finest 0.05l
Absolut Vodka 0.05l
Chivas Regal 0.05l
Beefeater Gin 0.05l
Jack Daniel's 0.05l
Jägermeister 0.05l

5.00€



Cabernet Sauvignon 187ml
Chardonnay 187ml

5.00€

Peja Hellnes 0.5l
Peja Weizer 0.5l
Peja Pilsner 0.5l
Heineken 0.33l

4.00€



SkyShop Snacks



Skittles
m&m's 2.00€



Kinder Chocolate 50g
Kinder Joy 20g

2.00€



Bake Rolls 80g
Milka 80g

2.50€



Pringles Chips 40g

3.00€



Eti Crax
Sedefi Hey
Stobi Flips

2.00€



Haribo

3.00€



Biskota Sempre



Kids
Sempre



Vipa Chips
Classic Mix
Crunch
Apple chips

2.50€

2.50€



Oreo 154g
 Snickers 51g
 Mars Bar 51g
 Bounty Bar 51g
 Twix Bar 51g
 Kinder Bueno 43g
 Kit Kat 42g
 Milkiss Cake Orange
 Milkiss Cake Milk Cocoa

2.50€

SkyShop
 Snacks



Musli
 Pop Kek 45g
 2.00€



7Days Croissant Double 60g
 7Days Croissant Cacao 60g
 2.50€

SkyShop Meals



200g

Cheese Sandwich

Sanduiq me djath

5.00€

200g
Dried Beef meat Sandwich
Sanduiq me përshutë viqi

5.00€



Soba Cup Noodles

5.00€



SkyShop Cigarette



MARLBORO GOLD +

29.00€



Winston BLUE +

24.00€



Camel FILTERS +

25.00€



MARLBORO RED +

29.00€



Terea Amber +

23.00€



GOGAJ

ÇDO GJË PËR SHITËPINË TUAJ!



GËZUAR FESTAT E FUNDVITIT!

  GOGAJ.INFO  +383 45 155 001

 www.gogaj.com





SHIJA E ATDHEUT *në çdo destinacion*

★★★★
MIKPRITJE ME ZEMËR, ÇDO DITË!



"CILËSI QË MBROJNË"

DIZAJN QË FRYMËZON."

- DYER TË
BLINDUARA,
- DYER TË
DHOMAVE
- DYER **ANTIZJARR**
- NGJYRA
- PANELA **DEKORATIVË**

I N N
DOORS
STEEL DOORS - INTERIOR DOORS



📞 +383 49 134 173

📍 Rruga e Pejës, Fushë Kosovë,
Kosovo, 12000

📷 indoors.kosova

📘 indoors.steel



Veli Furniture

Riformoni shtëpinë tuaj

VELI Furniture ofron moblie klasike dhe moderne të dizajnuara me kujdes, duke kombinuar cilësinë me stilin. Me fokus të veçantë në shërbimin ndaj klientit, ne sigurojmë zgjidhje të personalizuar për çdo ambient të shtëpisë suaj. Zgjidhni elegancën dhe komoditetin që ju përshtatet.



+383 48 333 382

velifurnitureks@gmail.com