N-ro 1/2012
24a jaro (2a periodo)

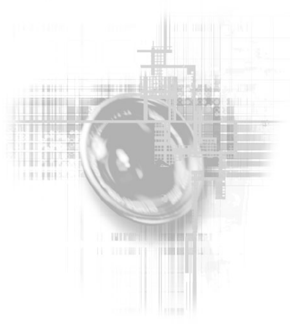
inter ni dirite

LA JUNULARA FORUMO

Redaktis: Amelie Matt – Muntis: jpa

En februaro, NJE aranĝos kabansemajnfinon en Brensholmen apud Tromsø. Nun estas sufiĉe da aliĝantoj kaj oni ne plu povas aliĝi. Ni renkontiĝos esperantistojn ne nur de Norvegio, sed ankaŭ estas partoprenontoj de Finnlando kaj Anglio. Vere internacia renkontiĝo en la preskaŭ plej norda angulo de Norvegio! La raporto pri la norda lumo-renkontiĝo sekvos en la venonta eldono de *IND*.

– *Amelie*

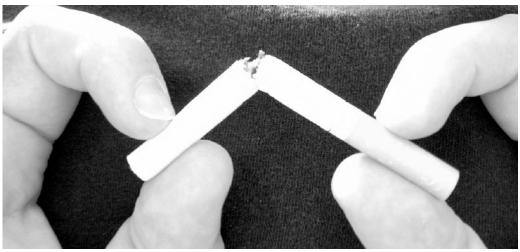


Ree nova jaro…

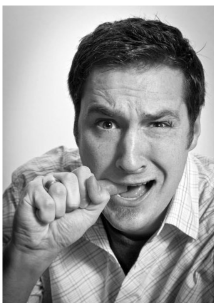
Ĉiu nova jaro komencas kun bonaj intencoj. Oni volas ĉesigi fumadon, redukti pezon aŭ eviti streson. Kelkfoje oni sukcesas, sed ofte la intencoj ne transvivas februaron.

En januaro, la ekzercadejoj viglegas kaj ĉiuj estas entuziasmaj. Multaj planas trejni multfoje kaj longe, ĉar ili malbonkonsciencas post kristnaska glutemeco, sed tio ne estas bona ideo. La plej multaj bonaj intencoj malsukcesas en februaro, ĉar la intencoj ne estis atingeblaj.

Ofte, la intencoj ne estas sufiĉe konkretaj. ”Mi volas redukti pezon” ne sufiĉas. La intenco devas



Qfamily @ Flickr (CC BY 2.0)



JeremyMP @ Flickr (CC BY-NC 2.0)

cheesy42 @ Flickr (CC BY-NC-ND 2.0)

esti klara kaj konkreta. ”Mi volas maldikiĝi kvarkilograme” estas pli bone. Oni bezonas klaran celon. Se vi volas komenci trejnadon, ne havu tro grandajn, nerealismajn planojn. Diri ”Mi volas kuri maratonon ĉi-jare” ne bonas, se vi neniam posedis kurŝuojn. Realisma intenco estus ”Mi volas rapid-promeni ĉiutage”. Tre gravas, ke oni kalkulas kun malzenitoj kaj malfacilaj tempoj. Ne funkcias dieti, kiam la tuta familio festmanĝas. Oni nur malfeliĉas kaj verŝajne prokrastas la intencon ĝis la venonta jaro.

Helpas glui entuziasmigan notaĵon sur la fridujo, kiu admonas vin nokte, kiam vi apetitas. Aŭ telefoni al amiko, kiam la cigaredoj logas. Deklaru vian intencon al viaj amikoj, ĉar vi certe ne volas malsukcesi antaŭ ili. Eble ili havus la saman intencon kaj vi volas trejni kune?

Amelie Matt

IJK ikkje i Japan

Etter planen skulle IJK – den årlege vekeslange sommarleiren med hundrevis av ungdomar – gått av stabelen i Tenri i Japan i sumar. Diverre har dei slitt med organiseringa og måtte gi opp forsøket. Men fatt mot: TEJO (Tutmonda esperantista junulara organizo, som NJE er tilknytt) jobba på spreng i tre veker saman med både Kina og Vietnam, og sistnemnde kjem til å arrangera IJK i år. Byen er Hanoi, Vietnam, og datoane er enno 5.–12. august. Gle deg til god, gamaldags esperantofest!

Leif Arne Storset

La lago de testudo en Hanojo.

Fotis: Cyril Doussin @ Wikimedia (CC BY-SA 2.0)

© Øverli. distr. strandoverli@yahoo.com