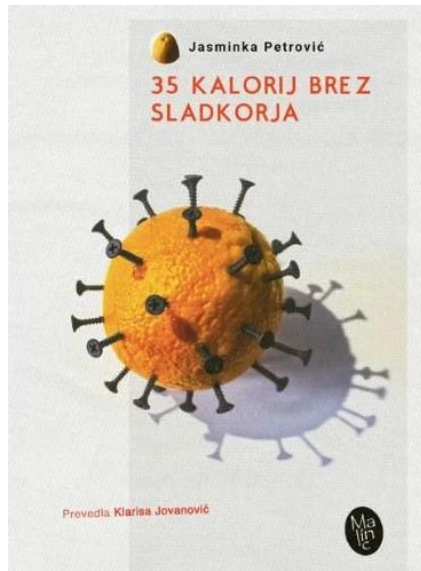


Petrović, Jasminka: **35 kalorij brez sladkorja**.

Prev. Klarisa Jovanović. Spremno bes. Jacqueline Oliver prev. Barbara Pregelj. Medvode: Malinc, 2023, 136 str.

| M – 4. stopnja

| Anoreksija | dekleta | družina | duševne motnje | ljubezen | odraščanje | počitnice | prehranjevalne motnje | prijateljstvo



Odličen problemski roman srbske avtorice, primeren za mlade v SŠ in tudi že v 3. triletju OŠ; s svojo večplastnostjo osvešča, spodbuja pogovore med mladimi in starši ter drugimi vzgojitelji ... lahko je v pomoč pri spoznavanju motenj prehranjevanja, anoreksije idr. Spodbujamo mlade, da ga berejo in se pogovarjamo z njimi tudi »preventivno«; tedaj k pogovoru morda povabimo tudi šolskega psihologa ali kakšnega drugega strokovnjaka.

Obenem pa je roman prijazen za branje, tudi oblikovan v skladu s kriteriji oblikovanja gradiv za bralce z disleksijo, duhovit, humoren, povsem primeren za branje za bralno značko.

Jovana, dijakinja 2. letnika beograjske gimnazije, se odzove tetinemu vabilu, naj zimske počitnice preživi pri njih, s seboj pripelje tudi prijateljico Taro, novo sošolko, s katero pa se še ne poznata dobro. Takoj se pokaže Tarina drugačnost, potreba po urejeni zunanosti, kar Jovana občuduje, njena bratranca pa nikakor ne, toda počasi vsi spoznavajo, da ima Tara motnje prehranjevanja in tetina družina s pomočjo informacij na internetu spozna, da ima Tara anoreksijo.

### **Spodbude za branje:**

Ob vsem, kar smo že zapisali in je možno prebrati na hrbtni strani knjige in na njenem zavihku, je vsekakor dobrodošla tudi strokovna spremna beseda Jacqueline Oliver »Življenje v 35-ih kalorijah«.

Po branju najprej prisluhnemo spontanim odzivom mladih bralcev. Izmenjamo mnenja, morda dodamo svoje izkušnje (s hujšanjem, spremljanjem vplivnic idr.)

Pogovor vodimo tako, da se vendarle temeljito pogovorimo o obeh dijakinjah in drugih osebah v romanu. **Tara** sledi zahtevam svojih staršev, da je vzorna hčerka in odlična dijakinja, obenem pa prav zaradi pomanjkanja iskrene pozornosti in topline s strani staršev, ki živita ločeno, seveda pa tudi zaradi predlogov vplivnic na internetu (zahtev sodobne lepotne industrije!) skuša v svojem življenju nadzorovati vsaj svoje telo ... in zboliti. **Jovana** še ne pozna prav dobro svoje nove sošolke in prijateljice, sprva jo občuduje in ji skuša slediti, sčasoma pa spoznava, da to ni v redu. Je delovna, toda zna se sprostiti, ne komplicira in se ne obremenjuje s svojo zunanostjo. Ima zdrav kritičen odnos do sebe in drugih, marsikaj rešuje z dobro voljo in humorjem. **Vsi člani tetine družine** gojijo iskrene medosebne odnose, sodelujejo in si pomagajo, pogumno in s humorjem sprejemajo življenjske izzive in premagujejo različne težave, imajo zdrav odnos do hrane, delajo, se ukvarjajo s športom itd. (Poklepetamo o teti in stricu ter obeh njenih sinovih.) Oni so tudi tisti, ki pomagajo Tari in njeni mami k prvemu koraku do zdravljenja. **Tarina mama** je nesrečna ženska, hladna do hčere, stremi k uspehu in ugledu, toda na koncu se sooči s hčerino boleznijo, k temu veliko pripomore prav razumevanje Jovanine tete in njene družine.

Na kaj želi opozoriti pisateljica, ko v osnovno zgodbo vgradi še eno? (V tej spoznamo sestri, ki prebirata zgodbo o Tari. Starejša, Tanja, trpi za anoreksijo, in se tudi zaradi knjige odloči za zdravljenje.) (Branje in pogovor sta lahko v pomoč pri soočenju s problemi!) Gre avtorica vendarle že malo čez rob, ko zapiše, da se Tara in Tanja srečata na zdravljenju v bolnišnici? (Ali pa so nam morda takšni zapleti in prepleti v zgodbi všeč? 😊)

Pogovor sklenemo, kako je možno preseči motnje hranjenja.

Pa vendar še nekaj: kaj sporoča naslovnica? Takole vendar okrasimo pomarančo z nageljnovimi žbicami (klinčki) v času adventa!?! Toda pogledjmo pozorno, v tej pomaranči so žebli! Nageljnove žbice (ki z nageljni nimajo nobene zveze) so dobile ime zato, ker imajo obliko starinskega žeblja. Razmišljamo: Hrano nujno potrebujemo, lahko pa zaradi nje tudi zbolimo. Hrana je praznik, lahko pa tudi ...???

### **Nadaljnje spodbude za branje:**

V marsikaterem problemskem mladinskem romanu naletimo na motnje prehranjevanja idr. Katerih se spomnimo?

Najprej zagotovo roman Janje Vidmar *Debeluška*, morda v zbirki Domače branje Knjiga pred nosom (Mladinska knjiga, 2008) s spremno besedo Vesne Markič in didaktičnim besedilom Mojce Honzak.

V Priporočilnici je kratka predstavitev knjige Jane Frey *Zrak za zajtrk* in tam je naštetih še nekaj knjig s to tematiko: <https://www.bralnznacka.si/sl/priporocene-knjige/zrak-za-zajtrk>