

KARIS



Au Revoir, KARIS



Over the past few years, Karis has become an integral part of our school. Surely, it has encountered many ups and downs along the way, but I am delighted to say that the time has come to celebrate yet another anniversary - this time our fourth!

But on a personal note, with the end of the school year fast approaching, it is time for me to step down. So, since this is the last issue under my leadership, I would like to tell you how immensely I have enjoyed my time here.

It has been a stimulating, challenging, and rewarding ride and, thanks to my incredible staff, a lot of fun. The people who have brought you this magazine every two months are a dedicated and talented group fuelled by a true passion. My admiration and respect for them are limitless, and it has been an honour and a privilege to lead them. And to you - our readers: know that we are deeply grateful for your loyalty and

support. Our mission first and foremost has always been to serve you, the reader. Going forward, I can wish you only one thing, of course: may you enjoy the following pages, always and forever!

Majka Sobčáková

editor-in-chief

Obsah

12 - The Unstoppable Fashionista

15 - 16 vecí, bez ktorých nemôže žiť...

17 - Nový vietor do plachiet

21 - Mystery Contributor

23 - História KARISu: Ako to všetko začalo?

27 - Dušou stále dieťa



KARIS crew



Pedagóg: PhDr. Beáta Makovická

Šéfredaktor: Mária Sobčáková

Zástupca: Alica Bednáríková

Korektori: Martin Hoľma, Ľubica Bystričanová, Kristína Lukašíková

Grafik: Filip Pilarčík

Propagácia: Alica Bednáríková (koordinátor), Marika Tisoňová, Michaela Hanušiaková, Radko Stolárik, Andrea Minichová, Miriama Bernátová, Lujza Kočíková, Rebeka Niníková, Katarína Cigániková, Jana Kováčsová, Jana Uhrinová, Erika Laššáková

Redakcia: Majka Sobčáková, Radko Stolárik, Marika Tisoňová, Vanda Zaklajiová, Martina Rievajová, Ester Malá, Alexandra Horkavá, Michaela Hanušiaková, Andrea Minichová, Rebeka Niníková, Alica Bednáríková, Denisa Schlossárová, Rado Budoš, Helena Galbavá, Natália Fačková, Mária Rusnáková, Erika Laššáková, Jana Niepelová, Peter Könyveš, Jana Niepelová, Mária Rusnáková

Fotograf: Kristína Kocáková

Názory



„Príde mi to neuveriteľné, no Karis tento rok oslavuje už štvrté narodeniny. Dá sa povedať, že sme na tejto škole spolu vyrastali a teší ma, keď vidím, ako veľmi sa posunul od svojich začiatkov. Neustále sa mení a vyvíja, ja sama som ako prispievateľka prešla už tromi rôznymi rubrikami, no pri cvičení sa cítim najviac doma. Verím, že Vám k tejto problematike dokážem povedať čo najviac. Už v minulom čísle ste mohli vidieť nový, vyspelejší dizajn. Toto číslo sme opäť nadupali až po strechu, dali sme si obzvlášť záležať, veď keď už oslavovať, tak poriadne! Určite teda nič nevynechajte, nový Karis za to stojí od prvej strany až po poslednú.“

- Ester Malá

„Fotiť ľudí do Karisu je vždy zábava, často sa práve pri fotení odhalí z charakteru človeka viac, než by sa mohlo zdať. Do tohto čísla som mala dokonca možnosť napísať článok v mene Bakelity, takže ak vás zaujíma budúcnosť našej Zeme, určite tento článok neprehliadnite.“

- Kristína Kocáková

„V redakcii Karisu som už od jeho úplného začiatku. Niekedy aktívne prispievam, inokedy sa zase iba pasívne prizerám, no stále vidím, ako tvorba nového čísla prebieha v priamom prenose. Je to už niekoľko rokov, odkedy som pridal svoj prvý článok, ale Karis si stále drží svoje postavenie v rukách študentov ako kedysi. S vekom prichádzajú inovácie, preto aj jednotlivé čísla Karisu napredujú a snažia sa priniesť zakaždým niečo nové, čím sa viac priblížia žiakom. Pranie do budúcnosti? Fashion police!“

- Peter Könyveš

Čo vám uniklo?

Denisa Schlossárová, Nina Pučeková, Silvia Kočková, Jana Niepelová, Mária Rusnáková, Silvia Babíková

Valentine's ball

Napriek tomu, že február nie je známy ako mesiac lásky, sviatok sv. Valentína slávia všetci. Zaľúbení, ale aj nezaľúbení. Ako každoročne, aj tento rok sme sa 12. februára stretli v Centre voľného času Kamarát v Martine a podporili študentskú spoločnosť Knock-knock, ktorá pre nás pripravila zaujímavý program, vrátane vystúpenia p. Ničíka a p. Rumana. Takisto sa nám predstavila školská kapela, plná talentovaných muzikantov, ďalšie študentské hudobné predstavenia a nezabudlo sa ani na tombolu, ktorá potešila nejedno súťaživé srdce.

„Valentínsky ples - módna prehliadka, no zároveň skvelá zábava. Tretiakom sa to opäť po-



k plesu štvrtáčka Lucka. Verím, že každý si v tento večer našiel svoje a uvidíme, ako vysoko posunú latku budúci tretiaci.

English Cartoons

Vtákovpysk Perry, Špiónky a dokonca aj Scooby Doo navštívili našu školu 3. 5. 2015 na pozvanie členov klubu Dreams&Teams. Pri ich dobrodružstvách sa študenti mohli prejsť pukancami, poležať si na pohodlných dekách, vyfarbovať si rozprávkové omaľovánky alebo si modelovať figúrky z plastelíny. Na akcii sa s nami rozlúčil aj doterajší predseda Dreams&Teams Tomáš Bajcár a za svoju nástupkyňu vymenoval Ninu Pučekovú. Obaja sa spolu podieľali na príprave akcie a zvládli to na výbornú. Najviac sa podarila propagácia a z feedbacku je jasné, že akcia nemala takmer žiadne mínusy. Dúfame, že všetky akcie Dreamsu budú aspoň také úspešné ako táto posledná!



darilo. Okrem skvelej hudby a ešte lepšieho programu sme si mohli vychutnať aj jedinečnú hru na gitarách našich pánov profesorov, čo potešilo nejednu romantickú dušu. Najlepšia zábava v kruhu najlepších priateľov. Čo môže byť lepšie? Navyše, keď človek vyhrá peknú cenu v tombole... Ďakujem za krásny večer!“ vyjadrila sa

Maturita 2015

Maturita. Nikdy by som neverila, že bude taká... ani ju neviem opísať. Obyčajná. Už od malička som z každej strany počúvala o skúške dospelosti, o tom, aké náročné je pre študentov zložiť ju, ako pri tom stresujú, potia sa im ruky, strácajú zmysel života. A potom to prišlo. Štyri roky sme sa na to aktívne pripravovali. Avšak vždy nám to prišlo ako niečo vzdialené, ako niečo, čoho sa obávať nemusíme, pretože to zatiaľ nemá dopad na náš terajší život. Niektorí dokonca zdieľali tieto pocity takmer celý prvý polrok štvrtého ročníka. Maturita sa ma netýka. Zatiaľ. Náhle prišiel marec a téma bežných rozhovorov sa zmenila z obľúbených seriálov a filmov na externý maturitný test. Bol všade. Na hodinách, na nástenkách, na internete. Nedalo sa na to nemyslieť. Pár dní pred veľkým dňom začalo mnoho ľudí strácať okrem pozitívneho pohľadu na svet aj životné ambície. Ja tu štátnicu určite nedám! Po strednej pôjdem pášť kravy a budem im čítať Harryho Pottera v angličtine. Aspoň niekto bude vzdelaný, keď už ja nie. A potom som tu bola ja. Malá kvapka v mori maturitných študentov. Nevie, či sa na reálne dojmy z maturity pýtate toho pravého maturanta. V deň D som vstala úplne rovnako ako v iné dni. Obliekla som sa, najedla a išla do školy. Po ceste som sa nezastavila v bufete, aby som si kúpila sedemdesiat percentnú čokoládu a nepriniesla som si so sebou ani žiaden talizman pre šťastie. Iba jedno pero navyše, náhoda vie byť krutá. Atmosféra v triede bola napätá. Nikto si to nechcel priznať, ale mnohým nebolo všetko jedno. Najmä vtedy nie, keď sme dostali test a na scéne sa objavila súca Ofélia s 2, 8 a 12-ročnými deťmi, pozorujúca Draka v DinoParku. Určite ste o tom počuli. Veru, sklamaro to aj mňa. Avšak som človek, ktorý to jednoducho nevzdáva a v písaní maturitného slohu som to SÚCEM-u všetko vrátila. Posilnená dobrým pocitom som vstala do ďalšieho rána. Vraj väčší fail to už byť nemôže. Našťastie, nebol. Angličtina bola na naše pomery z môjho pohľadu veľmi ľahká. Nevravím, že to

mám na stovečku, no štátnica sa dala zvládnuť aj ľavačkou, so zatvorenými očami a to rovno z polky ihriska. Takže all in all je to, myslím, v poriadku a vy nám držte palce, aby sme taký dobrý výkon bez väčšej ujmy na zdraví podali aj júni.

Les



Pot. Strach. Napätie. Nervy. Toto neprežívali 17. marca len naši štvrtáci, ale aj celý druhý ročník, ktorý sa zúčastnil divadelného predstavenia Les. Inscenácia z obdobia 19. storočia inšpirovala mladého režiséra Lukáša Brutovského. Ten jej dodal sviežu podobu, či už výberom hlavnej herečky, alebo kostýmov. Do prostredia aristokratického Ruska, GBASákom blízkeho z dejepisu či hodín slovenčiny, sa rozhodol obsadiť Janu Olhovú, ktorá stvárnila Rajsu Pavlovnu. Samozrejme, hlavná postava nebola to jediné, čo upútalo našu pozornosť. Postava Nešťastlivceva, v podaní Dana Heribana, zaujala väčšinu spolužiakov a zanechala intenzívny, i keď trochu pochmúrny dojem. Mnohí sa po predstavení dokonca priznali, že bolo ťažké vnímať



ho v negatívnej role, ktorá sa diametrálne líši od tej seriálovej, pozitívnej. Ako tento fakt vnímajú sami herci sme sa opýtali pani Olhovej. „Diváci chodia do divadla s predstavou, že herec bude rovnaký ako v telke, a keď sa tejto predstave vymyká, sú z toho v rozpakoch. A potom sú takí, napríklad bratislavské publikum, ktorí sa chodia dívať na ksichty.“ V neposlednom rade zaujala aj časť inscenácie, kedy Alexej a Rajsia prežili erotickú scénu priamo na klavíri. „Čo sa týka pikantností, samozrejme, že sme museli počas zahodiť zábrany. Takéto scény sa musia prijať s láskou a ochotou. Potom sa to hrá dobre,“ priznala Jana Olhová. Okrem toho prezradila, že najlepšie sa jej hrali extrémne scény, kde musela kričať, či pôsobiť napäto, a z reakcií našich spolužiakov bolo jasné, že práve tie sa im páčili najviac. Nováčik Brutovský teda svojou prvou hrou v tomto divadle nesklamal a získal si priazeň a obdiv nielen divákov, ale aj hercov.

Konferencia POPinfo a návšteva hviezdárne

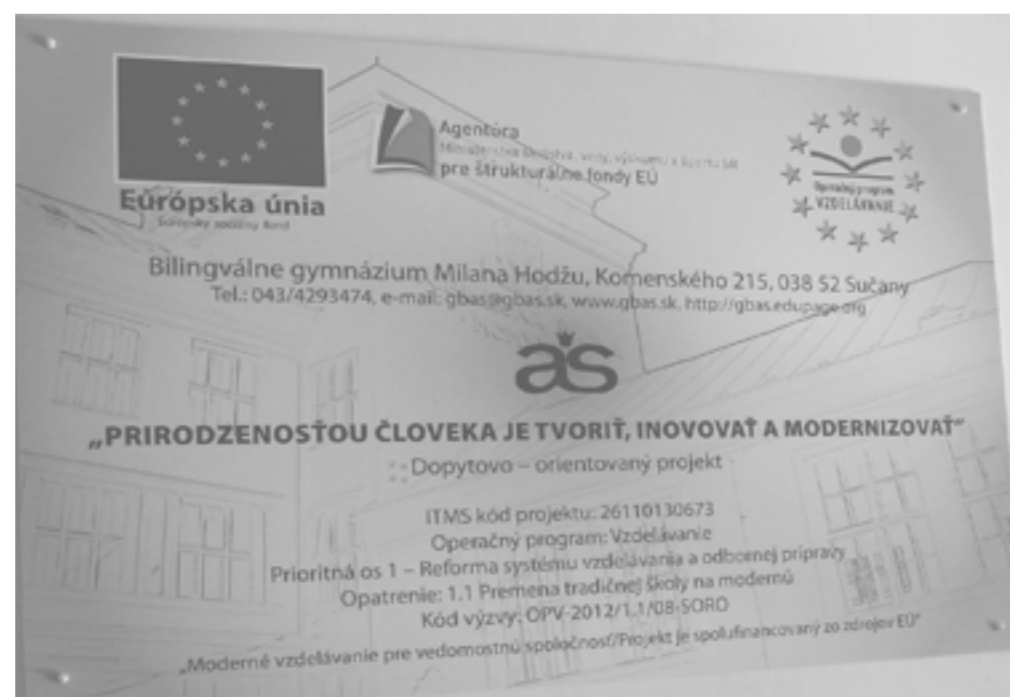
Dňa 20.3.2015 sa uskutočnila na martinskom gymnáziu akcia s názvom "POP Info", ktorej sa zúčastnili aj žiaci prvého ročníka. Konferencia bola zameraná na poskytnutie informácií o počítačoch. Študenti sa dozvedeli rôzne zaujímavé veci, napríklad ako fungujú mikroprocesory, ale aj informácie o marketingu a ekonomike. Zaujímavá bola prednáška pána Tomáša Uleja o jeho životnej ceste, ktorá mládeži ukázala, prečo je dobré študovať informatiku. Prednášky boli interaktívne a s možnosťou získať drobné darčkové predmety. Chceli by sme sa týmto poďakovať Gymnáziumu Viliama Paulinyho-Tótha za zorganizovanie tejto skvelej akcie, ktorá nám toho veľa dala. Počas akcie bolo takisto možné sledovať aj čiastočné zatmenie slnka priamo v astronomickom pozorovateľni gymnázia, čo žiakov potešilo, keďže takáto udalosť je veľmi vzácna. Nadviazala som kontakt s p. PaedDr. Šabom a dňa



25.3.2015 zorganizovala mimoškolskú exkurziu s 15timi žiakmi prvého ročníka, počas ktorej sme mali možnosť pozorovať hviezdy aspoň v počítačovom systéme, nakoľko nám počasie neprišlo a oblaky zakryli objekty nášho pozorovania. V druhej časti exkurzie sme si vyskúšali rôzne fyzikálne pokusy ako napr. rozsvietenie žiarivky bez pripojenia do elektrického prúdu alebo otočenie pohára s vodou hore dnom bez vytečenia jedinej kvapky.

Prirodzenosťou človeka je tvoriť, inovovať a modernizovať (kód projektu: 26110130673)

Projekt „Prirodzenosťou človeka je tvoriť, inovovať a modernizovať“ spolufinancovaný zo zdrojov EÚ je v plnom prúde. Jeho hlavnými aktivitami sú:

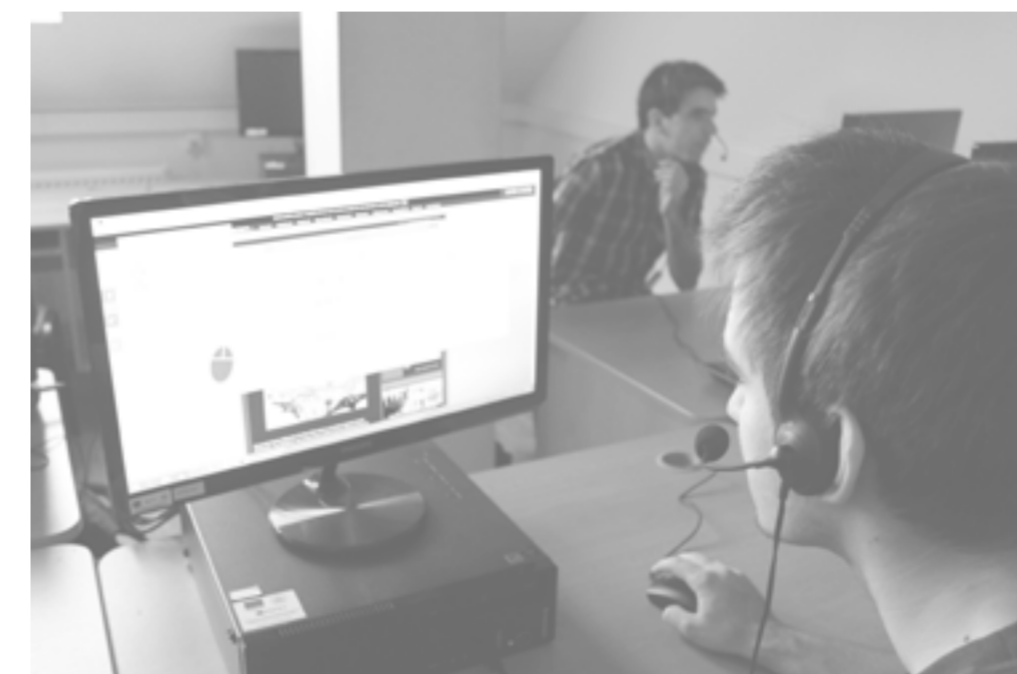


- inovácia výučby a didaktických prostriedkov k rozvoju kľúčových kompetencií žiakov
- implementácia inovovaných didaktických prostriedkov do vyučovania

Do projektu sú zapojené predmety - matematika, chémia, biológia, geografia, dejepis, informatika, programovanie, telesná výchova, francúzsky jazyk, nemecký jazyk, slovenský jazyk a literatúra, anglický jazyk, ekonomika.

Pokračujeme v inovácii študijných materiálov, inovujeme a modernizujeme didaktické pomôcky, ktoré postupne začleňujeme do vyučovacieho procesu.

Učebne matematiky, chémie a informatiky sú vybavené novou technikou IKT. Chemicko-biologické laboratórium, vybavené novým zariadením - nábytkom i pomôckami, umožňuje žiakom efektívnejšie robiť pokusy a výskum. Laboratórne stoly sú pripojené k vode, čo uľahčuje prácu pri laboratórnych cvičeniach. Žiaci majú priamy kontakt s modernými technológiami rozvíjajúcimi ich schopnosti a kvality. Pri práci využívajú nové počítače, notebooky, projektory, interaktívne tabule, edukačné programovateľné stavebnice. Pracujú s modernými knižnými ti-



tulmi. Tých bolo spolu dodaných 2447 ks. Vo výučbe cudzích jazykov sa naplno využívajú výukové CD, CD prehrávače, slovníky. Študenti geografie sa tešia z nových veľkoplošných nástenných máp ako aj z ich pracovných zmenšení. Biológovia majú lepšiu predstavivosť o vnútri a častiach ľudského tela vďaka modelom sklada-

júcich sa z viacerých častí, napr. model krvného obehu, štruktúru kosti, model DNA. Používajú aj mikroskopy a sadu predpripravených preparátov. Nezaháľajú ani učitelia, ktorí sa zúčastňujú školení. Absolvovali ich už niekoľko: Digitálna chémia, Digitálna biológia, Manažment žiackych projektov, Využívanie edukačných programovateľných stavebníc vo vyuč. procese, Digitálny obsah vzdelávania, Využívanie prostriedkov IKT vo vyuč. procese.



Hodžafest 2015

Po dlhých mesiacoch príprav a plánovania, čakania a nedočkavosti, konečne nadišiel 23. apríl. Ani sme sa nenazdali a Hodžafest, najväčšia kultúrna udalosť GBASu, bol tu.

Program bol naozaj bohatý a každý si tu určite našiel niečo, čo ho zaujalo. Pre knihomolov bol pripravený literárny workshop Mädokýš, či beseda s úspešným blogerom a spisovateľom Samom Marcom. Priaznivci dramatického umenia si nepochybne užili workshop nášho absolventa Matúša Opartyho, predstavenie divadla Trma-Vrma alebo nepochybne kontroverzné brnenské „Řekni Ř“. Tí akčnejší sa započítali na tanečných workshopoch a určite zistili, že zvládnuť slovenské ľudové tance je naozaj makačka. Počas celého Hodžafestu bol k dispozícii, viac-menej oddychový, vifon workshop s premietaním animákov, v rámci ktorého sa

predviedol aj Fest Anča s animákmi pre dospe- plieskalo sa bičom. Na záver nemohla chýbať tradičná Improliga, ktorá dopadla nad očakávan- vala vystúpenia tretiackej skupiny MZ & Friends nia zúčastnených, keďže si zasúťažili a zaslúžene a jazzového tria Talent Transport a samozrejme, vyhrali aj hostia - Samo Marec a Matúš Oparty. nesmelo chýbať ani karaoke. Vážnejšie témy s Nakoniec by sa len patrilo dodať, že všetci z HF- nami rozoberala ombudsmanka Jana Dubov- crew (a dúfame, že aj vy - žiaci) boli nadmie- cová. Krásne počasie prialo aj vonkajšiemu ru spokojní, všetko vyšlo podľa plánu a pevne programu na grasse, kde rozvoniaval guláš a veríme, že o rok sa opäť uvidíme na Hodžafeste!

Úspechy, samé úspechy

Denisa Schlossárová, Martina Rievajová

Testy, skúšania, prijímacie skúšky, maturity a lu a často sa vracajú s diplomom či vecnou ce- omnoho viac. S tým sa musí popasovať každý nou. V krajskom kole olympiády z francúzštiny jeden študent. No myslím si, že je dôležité sa na 2. mieste umiestnila **Eliška Boľová** (nižšia spomenúť mená študentov, ktorí okrem ak- kategória) a na 3. mieste **Majka Sobčáková** (vyššia kategória). Z ruského jazyka sa na 1. mi- tívneho sebavzdelávania reprezentujú našu ško- este umiestnil **Matúš Sadloň** (kategória B2), na



2. mieste **Klára Findrová** (kategória B3) a na 3. mieste **Kristína Morgošová** (kategória B1). Okrem výhry v krajskom kole to **Matúš Sadloň** úspešne dobojoval aj v národnom kole olym- piády z ruskeho jazyka, a to získaním 2. mies- ta. Cudzími jazykmi však nekončíme. Na reci- tačnej súťaži Vajanského Martin sa na 1. mieste s prózou umiestila **Klára Deketová**. **Daniela Hanusová** si zas odniesla prvenstvo z celoštát- neho kola olympiády zo slovenského jazyka a literatúry. Takisto nesmieme zabudnúť na tal- entovaných zimných športovcov, ktorí v marci na Majstrovstvách stredných škôl v zjazdovom lyžovaní a snowboardingu obsadili nádherné dve priečky - na 3. mieste sa umiestil **Michal Salíni** a na 1. mieste **Veronika Školnová**.

Všetkým študentov gratulujeme a držíme palce na ceste k ďalším úspechom!

Vieš, aké máš práva?

25.3-27.3 som spolu s pani Kuricovou navštívi-

la krásne západoslovenské mestečko Modra, kde som, po prvé, reprezentovala školu na Ce- loslovenskom kole olympiády ľudských práv, a po druhé, chcela hrdým žiakom kadejakých škôl pre mimoriadne nadané deti a rôznym horeno- som ukázať, že sa veci nestačí len hlúpo naučiť naspamäť. Aspoň nie u nás v Sučanoch. Vôbec neviem, pre aký dôvod som sa rozhodla zúčast- niť školského kola, nakoľko filantropia určite nie je mojou charakteristickou črtou. Ale keďže školské aj krajské kolo dopadlo ako dopadlo, stá- la som pred porotou a plnou triedou odborníkov na ľudské práva (aspoň oni teda nadobudli taký dojem po prečítaní snád' všetkých medzinárod- ných dohovorov o právach všetkého). Najskôr som sa musela popasovať s modelovým prípa- dom, ktorý sa týkal nacistického pochodu v židovskej štvrti v USA. V druhom kole som obhajovala svoju esej o Malale Yousafzai a jej prínose pre vzdelanie. Veľmi príjemné témy. Z nás, 64 ochrancov ľudských práv, za prítomno- sti Moniky Beňovej a Ivana Štefanca, vybra-

li do grand finále dvanástich. Po tom, ako som započula svoje meno, som si len pomyslela: keby som vedela, že sa dostanem tak ďaleko, aspoň si zmyjem vlasy. Vo finále sme každý dostali jednu tému, na ktorú sme bez akéhokoľvek času na pre- myslenie museli reagovať monológom a potom odpovedať na otázky poroty pred 400 členným publikom. Vytiahla som si veľmi neoblíbenú sociologickú tému „Rodina- základ spoločnos- ti?“ Objavili sa tam aj ďaleko zaujímavejšie témy ako Charlie Hebdo či Vasil Biľak. A tak som si do Sučian priniesla bronz, cenu za najlepšiu esej a 3-denný pobyt v Bruseli. Či mi to niečo dalo? Som do istej miery idealistka a po súťaži a no- vom kamarátstve s úžasným chalanom, ktorý bol na vozíčku, som začala riešiť problém bez- bariérového prístupu v mojej obci. Spoznala som plno vysokoškolských učiteľov (už mám protek- ciu), povyhrávala skvelé ceny a tak trochu sa mi vrátila nádej, že možno nie všetci „skoro dos- pelí“ sú len egoistické a beznádejné individua. Celkom úspech, nie?

Na čo sa môžete tešiť?

Alica Bednáriková, Jana Niepelová

Bloom



„Jemný a čistý akustický zvuk kapely Bloom vznikol ako výsledok hľadania svojho vlastného hlasu v súčasnom rušnom svete.“ Už prvá veta uvedená na stránke tejto kapely ma dostala.

Snád' aj Vás. Ale aby sme neodbočili od kontex- tu, Bloom je (premenlivo) štvorčlenná mladá slovenská kapela. Majú charakteristický sound a v rámci ich turné a dobrého úmyslu zavítajú aj do Turčianskeho revíru. Dňa 28. mája o 20- tej hodine odohrajú koncert v Martinskom Bar- museu, kde ich bude sprevádzať harfistka Mária Kmetková. Moderné akustické pesničkárstvo v tom najčistejšom slova zmysle – môže si toto niekto nechať ujsť?

Garden party

Kedy? 27. 6.! Kde? Na „Grass-e“! Tradičná so- bota nesúca sa v duchu Garden Party prichádza

opäť ako posledná zastávka pred dvojmesačným odlúčením od namáhania mozgov. Absolventi, študenti, učitelia, všetci sa stretne, naplníme si žalúdky gulášom, zapijeme kofolou a zabavíme sa tak, ako sa patrí. Súčasťou programu bude exhibičná debata, tanečné vystúpenie absolventov pokročilého Venčeka, vystúpenie Drama Club-u a kopec súťaží. Príďte a presvedčte sa, že Gardenka je neodmysliteľnou súčasťou nášho gymnázia.



Staromestské slávnosti 2015

28.-30.5.2015 ovládnu Žilinu už po XXI. krát Staromestské slávnosti. Celé slávnosti začnú tradičným spôsobom- primátor mesta so sprievodom symbolicky odovzdá kľúče od mesta umelcom, ktorí sa na nasledujúce 3 dni stanú kráľmi a kráľovkami Žiliny. Nebudú chýbať ani trhy tradičných ľudových a umeleckých remesiel, počnúc stánkami s klobáskou a končiac umeleckými kováčmi či rezbármi. Presný program vystúpení bude postupne zverejňovaný, ale so skúsenosťami z predošlých ročníkov Vám môžem sľúbiť, že sa naozaj je na čo tešiť, a každý



si nájde niečo podľa jeho gusta.

Saigon 2015

Nie, nebudeme cestovať do Saigonu vo Vietname. Namiesto toho chceme pozvať všetkých, ktorí sa čo len trochu zaujímajú o motošport, 22.-24.5.2015 na brehy Váhu neďaleko Trenčína. Saigon 4x4 Trenčín-offroad zraz s najdlhšou tradíciou na Slovensku, ktorý sa každoročne koná v Rescue areáli Trenčín-Opatová je skvelou príležitosťou, ako stráviť májový víkend. Akcia nie je určená len pretekárom, ale jednoducho všetkým priateľom a priaznivcom zablatených kolies a silných terénnych tátošov. Keďže prístup k trati a výhľad na pretekajúcich je takmer z každého miesta perfektný, ani ako diváci nebudete o nič ukrátení. Hlavný deň pretekov, sobota, sa ukončí vyhlásením víťazov (a otvorením kotlíka so skvelým gulášom).

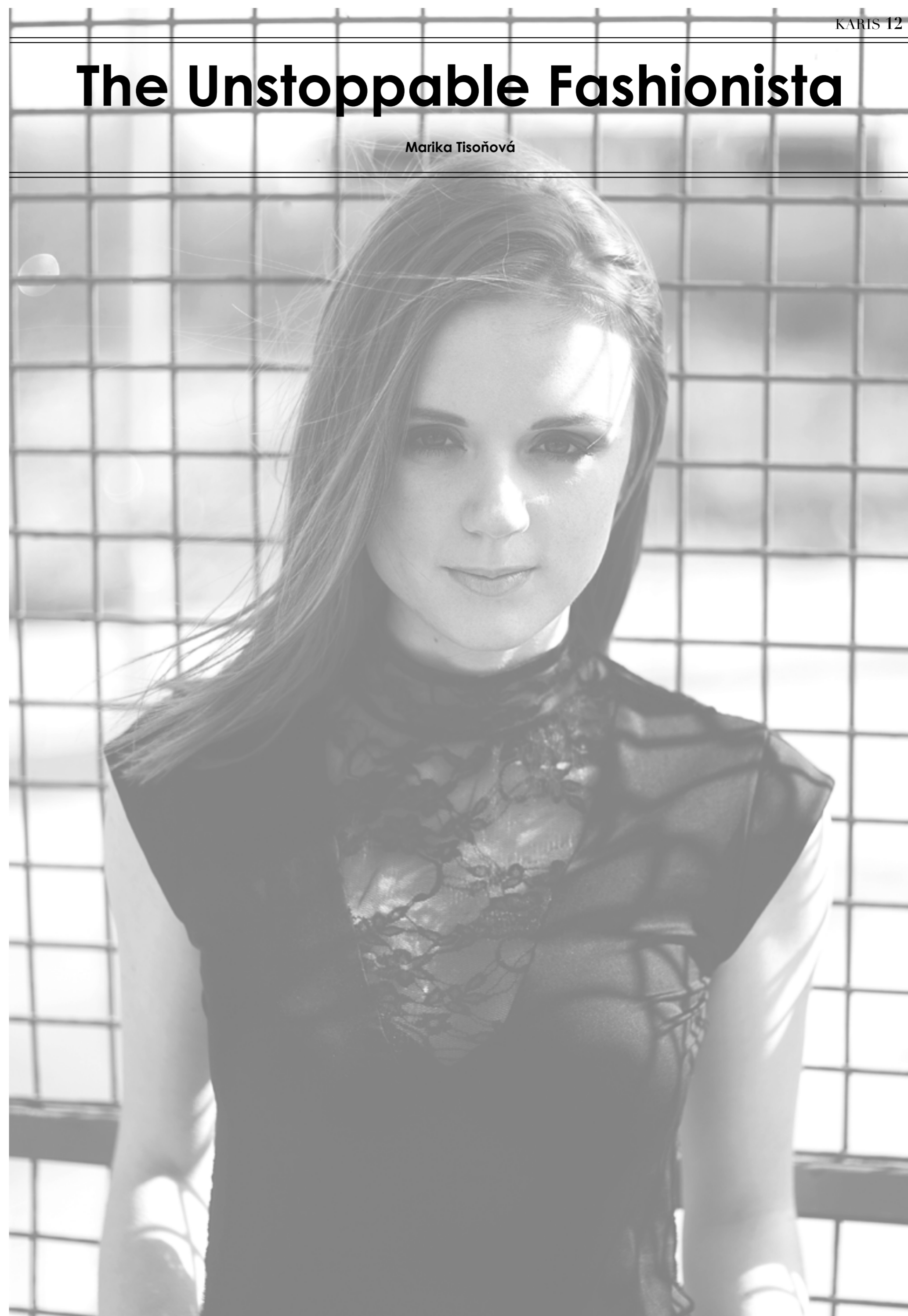


Halušky Terchová 2015

23. mája bude Terchová patriť všetkým milovníkom nášho národného jedla. V Amfiteátri Nad Bôrami sa už po niekoľký krát uskutoční súťaž vo varení a jedení bryndzových halušiek. Táto svojrázna a hlavne originálna súťaž sa teší obľube nielen u nás, ale aj u našich susedov, či už Čechov, alebo Poliakov. Súťažiť budú družstvá aj jednotlivci v disciplínach ako sú varenie bryndzových halušiek, jedenie halušiek na čas, pitie žinčice či jedenie syrovej nite. Celý deň budú spríjemňovať sprievodné akcie a kultúrny program.

The Unstoppable Fashionista

Marika Tisoňová



Majka Sobčáková has the pleasure of being the editor in chief this school year. Her ambitious spirit and her get-up-and-go helped to better KARIS - the school magazine. I can bet you cannot guess what other fascinating things lie deep in the heart of this young lady. To many, she seems like a girl who achieves anything she sets her mind on. But is she really so unstoppable?

Everybody knows you love fashion. When and how did it all begin?

Honestly, I don't even remember when it all began and when my undying passion for fashion was sparked. When I was a kid, I used to secretly sneak into my grandma's closet which to me seemed as the entrance to a secret world. I would try on her clothes and high heeled shoes and then I would practice walking around the room, pretending I was a runway model. But was I dreaming of breaking into the fashion in-

dustry? Not really... Instead, I fantasized about becoming a lawyer, a flight attendant or an actress. It was only when we reached the point when everyone started talking about the universities to which they'd decided to apply that I realized that the jobs I dreamt of had one thing in common (at least in my point of view): chic and stylish outfits that I would put together each and every morning before going to work. And that's how I figured out that I had had a thing for fashion all along.

Have you ever had the opportunity to attend a fashion show?

Yes, in fact, I have. It was about two years ago when my best friends and I won tickets to Bratislava Fashion Weekend. We attended several fashion shows featuring styles from prominent designers and top-notch brands, including Fendi and Roberto Cavalli. The shows themselves were incredible and I especially loved the energy and the vibe that filled the runway as the models started strutting down wearing the



latest designs. We even got invited to the after party where we mingled with the upper-class and people from the industry. Needless to say, it was a marvellous experience that certainly whetted my appetite for... more fashion.

Since you are such a fashion enthusiast, have you ever made or designed your own clothes?

Every time I say I want to pursue a career in fashion, people immediately assume that I want to become a designer and the next Coco Chanel. Well, as surprising as it might be, I am not planning to be one. I've never actually tried to construct any outfits nor have I drawn fashion sketches. It is the business side of fashion that catches my interest. After all, the fashion industry is not just about clothing. It is a huge field that offers a multitude of job opportunities. There is a lot of business that goes down from marketing to merchandising to buying.

I hope I will be lucky enough to be a part of something so beautiful and powerful as the world of fashion is.

Let's talk about your private life. Is there a person worth giving up your dreams or goals for?

As I don't want to reveal anything concerning my private life, I will keep the answer to myself. However, were I to be asked by someone to quit working on my dreams, that person would not be worth any of my precious time, would they?

This issue is your last as Editor-in-Chief. What is the most important single thing that you have learnt that you would like to pass on to your successors?

Don't get discouraged when things don't go the way you planned. All plans are subject to change you just have to know how to handle it. So many times it happened that the interviews which we were supposed to conduct got cancelled at the last minute, or that the pictures we took and wanted to feature in the magazine did not meet our expectations. But, I must admit, there was no occasion on which I wouldn't be glad that something did not work out the first time, because after being pushed beyond our limits the ideas got even bolder and the final results more gratifying.

Don't be humble. What have you accomplished recently that makes you proud of yourself?

What a tough question! But most probably it was my IELTS (International English Language Testing System) result that made me jump for joy (this way I would like to express my sincere gratitude to one very special teacher for all his help, guidance, and especially patience that he had with me).

Many people have a philosophy of life, a kind of recipe for happiness and fulfilment.



Do you have your own? If so, can you reveal it to us?

My life philosophy is to fail forward and never, never, never give up. As soon as you give up, you are never going to get what you want. And, therefore, when it comes to achieving my goals, I really am unstoppable. Furthermore, it is really important to have faith in your abilities in the face of self-doubt.

Where do you see yourself in the future?

What is your secret ambition?

My answer will be such a cliché... I would like to graduate, get a high-paying job, have a

blonde daughter and a good looking husband (who has to be an excellent cook, otherwise we will either go to restaurants very often or he or any other family member will die of food poisoning), live in a penthouse in Manhattan and have a summer house in Monaco, and spend the rest of my life travelling around the world. Besides, I plan to learn at least three other foreign languages including Spanish and Chinese. Oh and there is that hobby of mine that makes me seriously think of opening my own pole dance studio in the future. So, I guess, this isn't a typical response after all...

PHOTO BY: KLAUDIA POLONCOVÁ

16 vecí, bez ktorých nemôže žiť...

Michaela Hanušiaková

Milá „fashionistka“ s vycibreným umeleckým vkusom, zaujímajúca sa o fotenie, písanie, divadlo a pravdepodobne všetko spojené s umením, ktorá od mája tohto roka preberie žezlo karisáckej šéfredaktorky. Alica Bednáriková oslávila 4. apríla sladkých 16 rokov a pre Karis prezradila, bez čoho by sa jej žilo... (veľmi) ťažko.

1. Katastrofické filmy. Nepýtajte sa prečo, sama neviem. Nejak sa stalo, že som videla takmer všetky možné aj nemožné filmy o záchrane sveta a hrozbe zániku ľudstva. Kvalita kinematografického zážitku minimálna, ale ja som ich hltala rad-radom.

2. Mačky. Hlavy mojej rodiny aj naďalej odolávajú útokom zaobstarať si tohto chlpatého miláčika. Tak sa zatiaľ rozplývam nad každou malou potvorkou, čo mi skríži cestu.



3. „Greenovky“. Moja polička sa podlamuje z takmer kompletnej zbierky knížiek od Johna Greena. Nesúdiť, každý máme svoje guilty pleasures.

4. Island. Od čias, čo som narazila na Sigur Rós, už pretieklo veľa vody. Práve oni ma priviedli k záľube k islandskej kultúre, jazyku, prírode. Prekrižujem prsty dúfajúc, že sa mi jedného dňa podarí pozrieť sa tam.

5. Spotify. Ďakujem človeku, čo s touto vecou prišiel a zároveň preklínam toho, kto medzi pesničky prihodil úmorné reklamy ako povinný brainwash. Často tam nájdem skladby, ktoré sa nenachádzajú na Youtube. A celkovo, dá sa tam objaviť veľa dobrej muziky.

6. Sarkazmus. Vďaka nemu som sa už mnohokrát dostala do nepríjemných situácií. Postupom času som sa radšej naučila, kedy držať jazyk za zubami.

7. Arctic Monkeys. Arktické opice sú jednoducho veľmi pozoruhodné zvery. Naďabila

som na nich čistou náhodou a odvtedy som ich neprestala počúvať. Napokon mi je ich vyše sto songov málo.

8. Staré fotoaparáty. Kráse analógu som podľahla, keď sme s otcom sťahovali veci a ja som schmatla do ruky staručkú ruskú Viliu. Odvtedy som na to zlanárila mnoho ľudí z môjho okolia. Nie je nič krajšie, ako keď držíte vlastné fotografie prvý raz v ruke.

9. Kamaráti. Či sa s nimi vídam každý deň, alebo len raz za čas, som za nich veľmi vďačná. Tu na GBAS-e som postretávala kopec zaujímavých exemplárov.

10. Rodina. Sami o sebe hovoria, že sme netypická rodina. A možno aj sme. Keďže nemám súrodencov, tých mi bohato nahradili bratranci a sesternica. Každý je v niečom odlišný, a aj keď nemám rada sentimentálne reči, sú to ľudia, bez ktorých si neviem život predstaviť.

11. Čajovne a kaviarne. Tak ako gambleri vymetajú herne, ja vymetám kaviarne a čajo-

vne. Je to prvá vec, za ktorou idem, keď som v inom, neznámom meste.

12. Antikvaritáty a „sekáče“. Na podobných miestach akoby vo mne prestal fungovať akýkoľvek zdravý pojem o čase. No a, veď knihy by nemali mať dátum spotreby, nie? Popísané, s odkazmi od predchádzajúcich majiteľov, s podčiarknutými obľúbenými frázami - tie majú svoje čaro. No a čo sa týka oblečenia z druhej ruky, často sú to moje najobľúbenejšie kúsky. Čo tam po tom, že tie šaty si oblečiem raz za uhorský rok - stáli „dve pade“.

13. Zápiskník a diár. Mám jeden trikrát obliaty zápisník, ktorý so sebou neustále vláčim, keby ma náhodou koplá múza. Bez toho si neviem predstaviť ísť niekam na dlhší čas. No a diár, ten ak si zabudnem, nemám ani potuchy o tom,

čo mi treba urobiť a kam kedy idem.

14. Umenie. Ono je to strašné kliše a stavím sa, že nie som prvá, čo to sem šplechla. Ale je to tak, ak zoberieme do úvahy hudbu, literatúru, divadlo a kinematografiu, sú to veci, bez ktorých by som naozaj nevedela žiť.

15. Daria & Game of Thrones. Daria je víťaz v živote, cynická neobluda, ktorá v tomto rovnomennom animáku z deväťdesiatych rokov vystupuje. Znie to všelijako, ale Daria je ikona, ktorú si musíte zamilovať. No a Game of Thrones. Treba k tomu vôbec niečo dodávať?

16. Koncerty. Lúbim objavovať slovenské aj neslovenské kapely. Najmä také, čo nepozná veľa ľudí a do samotného vystúpenia ani ja sama.

Nový vietor do plachiet

Jana Niepelová



Sú sympatické, milé, mladé a na GBASE nie sú dlho. Stretávame sa s nimi na hodinách angličtiny či „nosky“. Prinášame vám rozhovor s novými tvármi učiteľského zboru - s pani profesorkami Katarínou Konečnou, Andreou Kuricovou a Lenkou Francúzovou.

Aké bolo vaše vysnívané povolanie, keď ste boli malé? Bola práca učiteľa vždy vašim cieľom alebo to bolo len odvíatie vetrom a čistá náhoda?

K.K.: Roky som snívala o farmácii. Ako dieťa som milovala vôňu lekárne a naškrobený biely plášť mojej mamy. Nemohla som ju však študovať, preto som si zvolila chémiu a metalurgiu. Dlhú som bola presvedčená, že učiť by som nikdy nemohla, ale učiteľstvo si ma našlo takmer proti mojej vôli. Keď som si uvedomila, že chémia medzi mnou a učiteľstvom funguje, vyštudovala som aj pedagogickú fakultu.

A.K.: Predstavovala som si rôzne povolania, dá sa povedať, že každú chvíľu som chcela robiť niečo iné. Bolo však obdobie, keď som veľmi túžila byť učiteľkou. Takže náhoda to asi nebude.

V čom sa podľa vás naša škola líši od iných a čo vám na škole chýba?

K.K.: Na GBASE som prikrátka na to, aby mi niečo chýbalo. Od iných škôl sa líši predovšetkým tým, že jej absolventi sú rešpektovaní a rešpektujú sa navzájom. Myslím si, že platí: „If you can make it here, you can make it anywhere.“



A.K.: Prvá vec, ktorá mi napadla pri tejto otázke, sú žiaci. Študenti na tejto škole sú cieľavedomí, šikovní a priateľskí. Čo mi chýba? Zvonenie.

L.F.: Každá škola má svoje pre a proti. Ale tu je jednoznačne úroveň oveľa vyššia (hlavne tá jazyková) a študenti si idú za svojím, vedia, čo chcú, majú cieľ a idú si za ním. A čo mi chýba? Ťažko povedať. Skúste sa ma opýtať o pár mesiacov.

Nahliadneme trochu aj do učiteľských vzťahov. Ako hodnotíte prístup kolegov ku vám ako „nováčikom“? Sú vzťahy v kabinete kamarátske alebo sú čisto pracovné?

K.K.: Moji kolegovia sú skvelé, obdivuhodné a ústretové osobnosti.

A.K.: Ako nováčik som sa veľmi bála, ako zapadnem do kolektívu. Obavy však boli úplne zbytočné. Vzťahy sú kamarátske, kolegovia sú ochotní pomôcť a vysvetliť, ako veci na škole fungujú.

L.F.: S niektorými kolegami sa poznám osobne už istú dobu, takže s nimi to je o kamarátstve. A čo sa týka prístupu kolegov, sú veľmi nápomocní a majú so mnou trpezlivosť. A to nielen angličtinári. V kabinete sme „až“ dve, takže priestor na rozhovor tu istotne je.

Aký predmet je podľa vás na strednej škole úplne nepodstatný a prečo?

K.K.: K tomu sa neviem vyjadriť...

A.K.: Ťažko hodnotiť, ktorý predmet je zbytočný. Predmety, ktoré škola ponúka študentom, im pomôžu nadobudnúť všeobecný prehľad, a tak sa potom sami rozhodnú, ktorým

smerom sa uberať.

L.F.: Nemyslím si, že niektorý predmet by bol vyslovene nepodstatný. Každý má niečo do seba a skôr či neskôr nadobudnuté vedomosti využijeme. Či už pri lúštení križovky alebo pri hraní bedmintonu. Je to skôr o sympatiách k danému predmetu. To, že som nemusela fyziku, neznamená, že je nepodstatná. Len mne nebola taká sympatická ako cudzie jazyky.

Hovorí sa o dobrých a zlých učiteľoch – skúste byť pravdivé a povedať, ako to vlastne je. Sú všetci učitelia ľudia na pravom mieste, zapálení pre vec? Ako má vlastne vyzeráť dobrý učiteľ?

K.K.: Myslím si, že dobrý učiteľ nemusí dobre vyzeráť. Učitelia sú ľudia ako všetci ostatní. V každom povolaní nájdete ľudí, ktorí svoju prácu robia srdcom, a potom aj tých druhých... Dobrý učiteľ je ten, ktorý svojich žiakov inšpiruje a motivuje k tomu, aby hranice svojho

poznania posúvali nie preto, že musia, ale preto, že chcú.

A.K.: Človek, ktorý sa rozhodne stať učiteľom, sa ním podľa mňa aj stane. Byť učiteľom nie je ani tak profesiou, ako poslaním. A ako má vyzeráť dobrý učiteľ? Dobrý učiteľ by mal vytvárať pozitívnu atmosféru, mal by byť rozhladený a takisto by mal mať rád svoje povolanie.

L.F.: Ťažko povedať, či vôbec existuje zlý učiteľ. Je to veľmi subjektívne. Ja napríklad môžem byť pre niekoho super učiteľka a druhému sa moje hodiny nemusia páčiť. Ale ak učiteľ vyučuje predmet, ktorý ho baví, tak to na hodinách vidno a vie pre ten predmet nadchnúť aj študentov. A dobrý učiteľ by si podľa mňa mal byť vedomý toho, že aj on je len človek a nie je neomylný.

A čo žiaci našej školy? Vidíte v nich naozaj tú takzvanú „elitu národa“ alebo ste mali trochu iné očakávania?

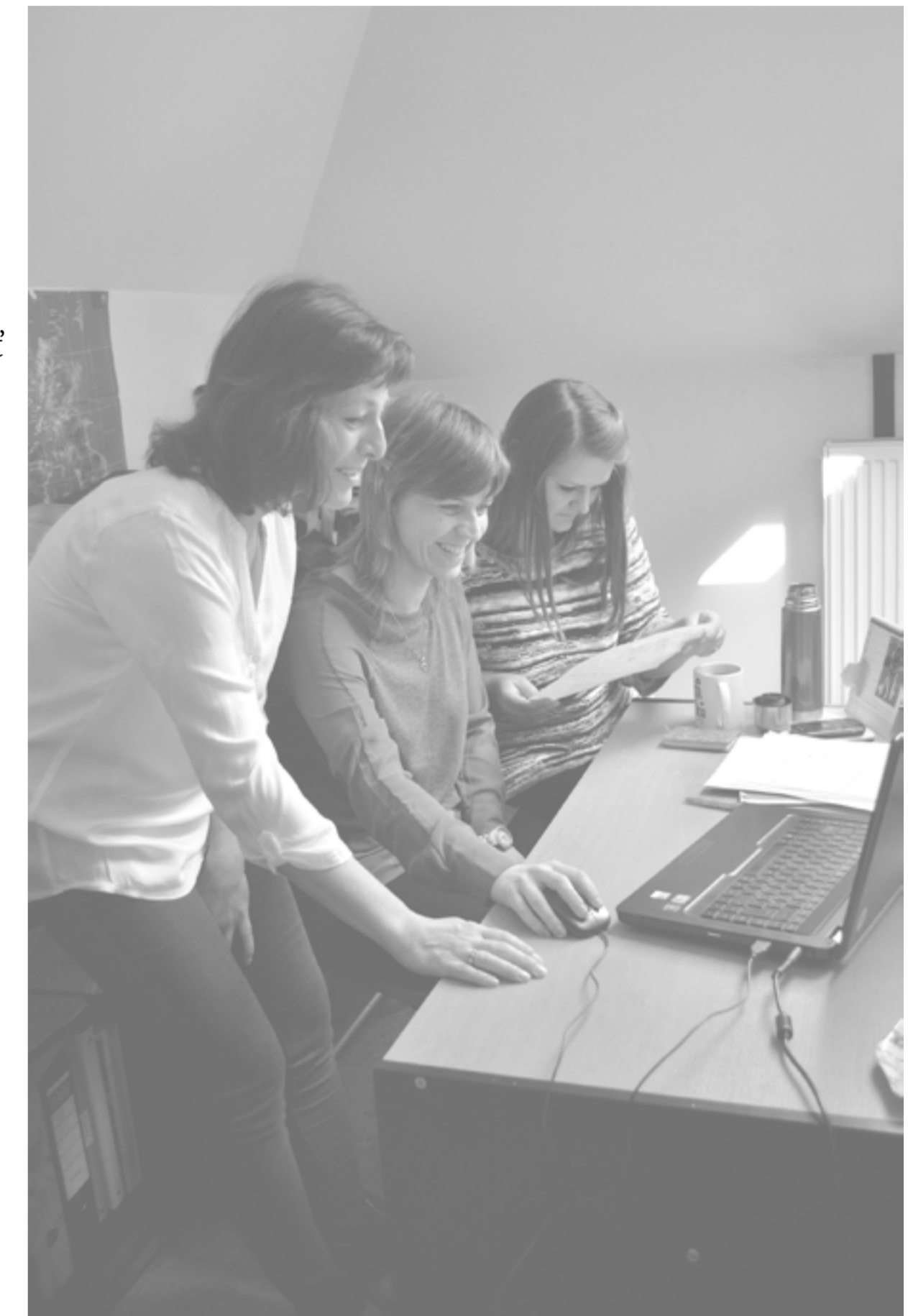
K.K.: Jednu absolventku tejto školy mám doma a desiatky ďalších osobne dobre poznám, takže som vedela „do čoho idem“.

A.K.: Ako som spomínala v predchádzajúcej otázke, žiakov na škole vnímam ako cieľavedomých, mladých ľudí.

L.F.: Ako som už spomínala, je tu plná škola cieľavedomých, mladých ľudí. Teda aspoň v 1. a 3. ročníku sú takí. Čo sa týka mojich očakávaní, tie boli minimálne sčasti naplnené.

Čo je typické pre váš systém výučby? Máte nejaké zaužívané praktiky, ktoré sa snažíte priniesť žiakom a uľahčiť im tak štúdium?

K.K.: Nemám žiadne zvláštne praktiky.



Každého z mojich študentov vnímam ako individuálnu a zaujímavú osobnosť.

A.K.: Ako nováčik nemôžem hovoriť o zaužívaných praktikách. Skúsenosti a metódy vyučovania získavam od učiteľov, ktorí už v tejto oblasti pôsobia dlhšie.

L.F.: Rada komunikujem so študentmi a myslím si, že to postrehli. Keď vysvetľujem gramatiku, nechcem, aby to bolo len suché podávanie faktov, tak sa snažím čo najviac zapájať študentov (čo je niekedy nadľudský výkon, hlavne skoro ráno alebo poobede). A príklady hľadám v mojich obľúbených filmoch (napr. Doba ľadová).



Mystery Contributor

Some time ago, a very special person (who shall remain unnamed, to protect the others - whom I see, and, indeed, who see themselves as very special persons with regard to me - from jealousy), anyway, this special person asked me to write something for this publication. And she told me what she wanted it to be. Her brief was:

“You know how we all come to Sucany and then, after a few years, we leave... Could your contemporary self interview your younger self and could you make some sensational revelations about your younger self and could you please, please, NOT be boring?”

I said, Majka, this is mission impossible.

1. What do I remember about my younger self? Zilch, zippo, nil and nada. All my free memory capacity is busy figuring out where I put my mobile phone (and/or my keys) five minutes ago.

2. Even if I did remember, there are no earth-shattering revelations to make. I am a simple person, no match for the strong personalities flaunting their egos on the pages of publications like this. There is no Inner me, different from the Outer me you meet.

3. And, finally, “not boring?” It is like inviting a leopard to a safari birthday party and telling him: “Lep, it’s Zeb’s seventeenth! Everyone is expected to be striped!”

However, I understand the editors’ situation. Something has to be printed. Unable to come up with something new, and also wishing to prove the above-mentioned, I finally decided to publish an earlier piece of writing in which nothing is remembered or revealed and which is, unsurprisingly, quite boring. Also, acting like Rumpelstiltskin, I will provide 3 uninteresting prizes for 3 people who guess my identity. This is a piece of writing, originally dedicated to one specific person on one specific occasion:

Now, correct me if I’m wrong, but I have always thought that the (somewhat overrated, if you ask me,) art of dance consists in the ability to transfer one’s body weight deftly, and repeatedly, as well as seemingly effortlessly, and oftentimes not without a touch of elegance, from one lower extremity to the other, guided by the beat of the music. This requires, apart from a predilection for such pastimes, a certain degree of practical skill, and a considerable level of fitness.

Unbeknownst to you, your current interlocutor has recently undergone a knee surgery. The good news is that this fact did not seriously diminish his ability to take the dance floor by storm and show the competitors who’s the wizard of the waltz, the panther of the polka, the tiger of the tango, or, for that matter, the rhino of the rumba.

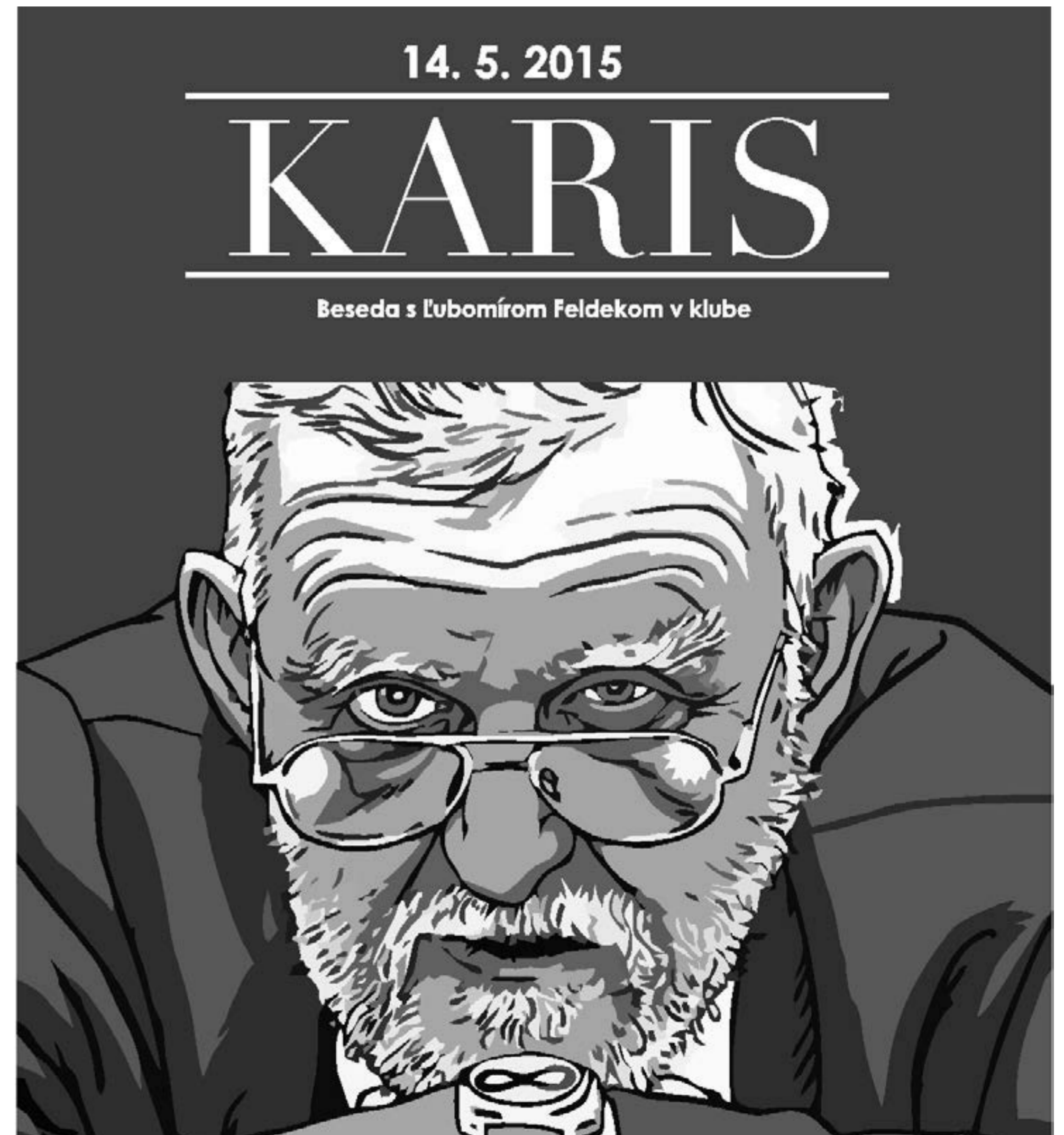
The bad news is that these skills could only have been seriously affected, had they ever existed in the first place. Somehow I was born without the urge to express, or even generate personal wellbeing by

rhythmic, repetitious movements that require a great deal of coordination.

All I expect from my knee ligaments now is to get me from A to B (without making me wince too much), where the distance between the two aforementioned points is more or less equal to the number of steps, multiplied by the length of the same; which, you will agree, is not really

what the sophisticated logistical exercises taking place on the dance floor are all about.

You don’t really want to dance with me. You would end up looking like one of Tchaikovsky’s favourite swans trying to move a new grand piano single-handedly up a circular staircase. And we don’t want that, do we?



História KARISu: Ako to všetko začalo?

Andrea Minichová, Alica Bednáriková

Adrián Mišala 2011/2012

Milí čitatelia! Či už ste tu prvý rok, alebo sa chodbami Gbasu potulujete už nejaký ten piatok, náš časopis vás celou (občas strastiplnou) cestou sprevádza. Osudom skúšaný Karis si prešiel mnohými zmenami a do jeho chodu bolo obetované nespočetné množstvo času, práce a námahy. Teraz vám prinášame exkluzívny pohľad na to, ako to vyzeralo pred štyrmi rokmi, kedy sa v študentských kruhoch o časopise len šepkalo.

2010/2011

Písal sa 21. január 2011 a na školskej chodbe sa objavil stánok s týmto časopisom. Rozdával sa zadarmo a jeho hrdým šéfredaktorom bol vtedajší prvák Kristián Filip. „Moje pôsobenie v Karise začalo, keď som bol prvák a zapojil sa do vtedy ešte bezmenného časopisu pod vedením učiteľa angličtiny. Ten veľmi s časopisom nepracoval, tak ma vtedajší predseda Sučany Alumni požiadal, aby som začal niečo s časopisom robiť. Ja som oslovil ľudí, ktorých som videl na stretnutiach, a plus mojich spolužiakov, profesorku Gombársku a začali sme sa stretávať a budovať časopis,“ spomína Kristián. V tých dobách bol jeho obsah zväčša v anglickom jazyku. „Pod mojím vedením si Karis vybudoval štruktúru, image a meno. Šéfredaktori po mne definitívne dot-



iahli Karis do iného, lepšieho štádia po všetkých stránkach.“ Karis ako časopis tak týmto začal svoju púť. Časopis bol vydávaný počas zvyšku školského roka a študenti a učители si naň postupne začínali zvykať a brať ho ako súčasť školského života. „Ako povedal americký reportér Walter Lippmann: “The final test

of a leader is that he leaves behind him in other men the conviction and the will to carry on.” A to si myslím, že sa podarilo,“ dodáva Kristián. V máji 2011 tiež k časopisu pribudol propagačný tím, ktorý funguje dodnes, a jeho koordinátorkou sa stala Majka Sobčáková.

2011/2012

Bam! Nový šéfredaktor, rubriky a vzhľad. Tak prekvapil Karis na začiatku nového školského roka. Pod palcom ho mal Adrián Mišala, ktorý popisuje svoje začiatky takto: „Do Karisu som sa dostal v priebehu môjho a aj jeho prvého roku a to ako predseda redakčnej rady. Podľa môjho názoru sa v začiatkoch Karis venoval príliš všeobecným témam, ktoré nemuseli každého veľmi zaujímať.“ Aké zmeny s jeho nástupom prišli? „Postupom času sme dospeli k názoru, že by bolo potrebné venovať sa viac škole a žiakom v nej. V priebehu letných mesiacov sme potom s Kristiánom Filipom pripravovali nové rubriky, ktoré by Karis mohli posunúť ešte na vyššiu úroveň. Už na začiatku školského roka 2011/2012 bol Karis úplne iný ako v jeho začiatkoch,“ hovorí Adrián. Počas desiatich mesiacov tak šéfoval časopisu a zabezpečoval jeho fungovanie. „Je pravda, že s odstupom času by som mnoho vecí urobil inak, no som hrdý na každé jedno vydanie Karisu, ktoré vyšlo, či už s mojou pomocou ako šéfredaktor, alebo len s mojím článkom,“ vyhlasuje jeho vtedajší šéfredaktor.

2012/2013

Tento rok bol pre Karis snáď najpestrejším, aspoň čo sa zmien týka. Po Adriánovi prevzala žezlo terajšia tretiačka Barbora Schererová, ktorá však opustila svoj post po necelom me-



siaci. Časopis sa ocitol v kritickej situácii a muselo sa rýchlo konať. Novou šéfredaktorkou sa stala Beáta Štefančíková, ktorá opísala svoje začiatky takto: „Šéfredaktorkou som sa stala za veľmi zvláštnych, náhodných, prapodivných okolností, po odbornom schválení a preklepnutí Kikom, ktorý asi v tom čase prenechanie štafety neskúsenej druháčke považoval za dobrý nápad, navyše to bolo počas školského roka, takže som takpovediac naskočila do rozbehnutého vlaku.“ Karisom začali lomcovať nové zmeny, predovšetkým týkajúce sa vydávania a nákladov s tým spojenými. Sučany Alumni ukončili spoluprácu s časopisom a snaha nájsť nových sponzorov ne-

Beáta Štefančíková 2012/2013

fungovala práve podľa predstáv. Beáta však mala hodnotný prínos pre Karis a Karis za odmenu obdaroval ju. „Pre mňa to bolo pestré a predovšetkým veľmi poučné obdobie. Získala som nové skúsenosti, spoznala nových ľudí a na chvíľu mala možnosť venovať sa niečomu, čo ma skutočne baví – písaniu.“

2013/2014

Tak ako september privítal nových žiakov, Karis sa tešil v poradí už piatej šéfredaktorky. Stala sa ňou Petra Abrahámová, vtedajšia piatačka. Časopis sprevádzala po svojej ceste už od jeho zrodu a písala články o športe. Počas jej vedenia sa Karis renovoval: „Zmenili sme tlač, grafiku, štruktúru článkov. Zapracovali sme na reklame, predaji, články sa stali pestrejšími, kreatívnejšími a venovali sme sa diano na škole.“ Pýtali sme sa, v čom bolo špecifické jej šéfovanie, na čo nám bez váhania odpovedala: „Vždy som sa snažila byť líder tímu, robiť veci na viac ako 100%. Chcela som zanechať stopu, niečo zmeniť a urobiť Karis lepším. Najkrajšie spomienky mám na vydanie prvého čísla, keď som videla, že naša tvrdá práca sa pretavila do podoby prvého vytlačeného časopisu. Druhou spomienkou je beseda s Adelou Banášovou. Vtedy som si povedala, že to, čo robím, malo, má a bude mať zmysel, ak do všetkého, do čoho sa pustím, dám nielen hlavu, ale aj srdce.“ Ako prišiel máj, časopis potreboval novú riadiacu ruku, ktorou sa stala Majka Sobčáková.

2014/2015

Majka je takisto jednou zo študentov, ktorí boli Karisu verní od samých počiatkov: „Moje pôsobenie v Karise začalo po vydaní jeho



prvého čísla, nakoľko ma úplne očaril entuziazmus, ktorý priam sršal zo spolužiakov, ktorí sa podieľali na jeho tvorbe. Zo začiatku som písala len recenzie, neskôr mi boli pridelené prvé rozhovory. Po pár mesiacoch Kristián Filip vytvoril propagačný tím a menoval ma za jeho koordinátorku. Za jeho chod som bola zodpovedná až do konca minulého roka, kedy som bola zvolená za šéfredaktorku celého časopisu.“ Mária spolu s redakciou odvieďla skvelú prácu. Každý siahol na dno svojej kreativity, aby priniesol GBAS-u to, čo si zaslúži. Karis sa vyvíjal spolu so žiakmi a dospel do podoby, akú poznáte dnes. Tento rok hrdo slávi už štvrté narodeniny. Pani profesorka Makovická, garant časopi-

Majka Sobčáková 2014/2015

su už 3. rok, zhodnotila jeho priebeh týmito slovami: „Prešiel rok a Karis opäť bude oslavovať narodeniny. Už štvrté. Teší ma, že sa v škole nájde stále tím nadšencov, ktorí vymýšľajú, píšu, hľadajú zaujímavé témy, osobnosti. Tak ako noví žiaci prichádzajú a absolventi opúšťajú našu školu, aj Karis prirodzene vystriedal viacerých šéfredaktorov, prispievateľov a aj garanta. Ale zmena je všade okolo nás a je stále čo zlepšovať.“

Priania do budúcnosti

Kristián Filip

Karisu prajem veľa ďalších a čoraz lepších čísel. Keď sa o ďalších 5 rokov zastavím na GBASe, verím, že budem môcť vidieť výťažky na profesionálnej úrovni a stretnúť vášnivých ľudí, ťažko pracujúcich na kvalitnej robote.

Adrián Mišala

Karisu do budúcnosti prajem, aby nezišiel z cesty zlepšovania sa a aby bol s každým ďalším vydaním o kúsok lepší ako predtým.

Barbora Schererová

Karisu prajem do budúcnosti všetko dobré.

Beata Štefančíková

Karisu prajem, aby rástol do krásy pod dľaňami šikovných mladých ľudí, ktorí sa s láskou, radosťou a nasadením budú púšťať do písania! Aby nesplynul v dave iných školských časopisov a vždy sa svojim výnimočným obsahom a množstvom názorových článkov odlišoval od ostatných, aby bol pravdivým obrazom školy a v neposlednom rade, aby bol potešením pre tých, ktorí tvoria, i pre tých, ktorým je určený. To bude preň asi najväčším úspechom.



Petra Abrahámová

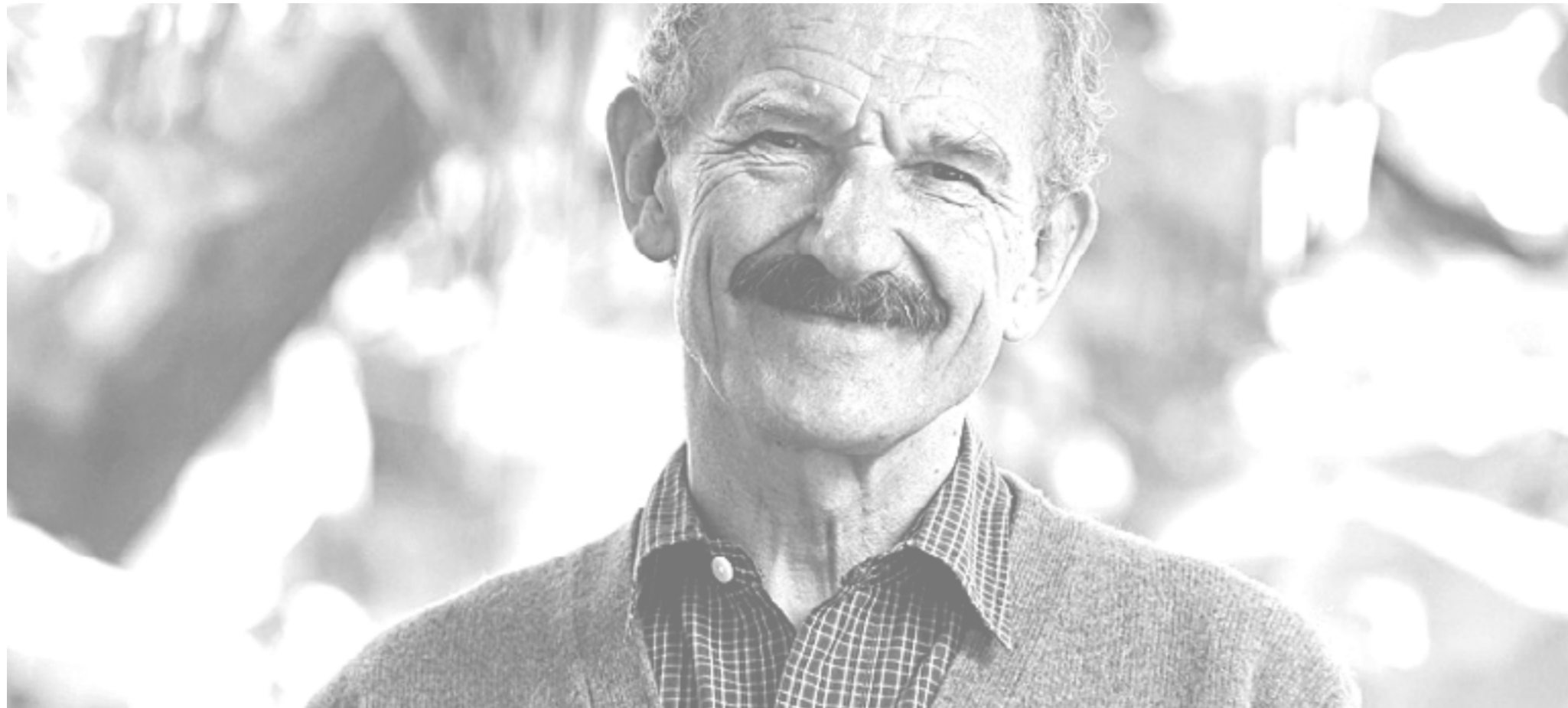
Popriala by som Karisu len veľa úspechov, šikovných redaktorov, skvelé vedenie, podporu zo strany profesorov a študentov. Nech je Karis čítaný mladými ľuďmi s otvorenou myslou a písaný kreatívnymi študentmi, ktorí chcú niečo zmeniť a niečo nové priniesť.

Majka Sobčáková

Pevne verím, že Karis bude žať úspechy i naďalej, či už na Štúrovom pere, alebo medzi samotnými študentmi. Celej redakcii prajem do budúcnosti veľa šťastia a hlavne mnoho ďalších skvelých nápadov.

Dušou stále dieťa

Andrea Minichová, Alica Bednáriková



Dušan Dušek. Meno, ktoré sa stalo priam synonymom slova fantázia. Ak ho nepoznáte vy, staršia generácia určite áno. No nedajte sa oklamať. Publikuje totiž diela pre všetky vekové kategórie. Od detských kníh si často odbehne aj k dráme a všetko mu to ide s ľahkosťou, akú mu môže závidieť ne jeden autor. Je majstrom detailov, ktoré v dielach nadobúdajú nevídaný význam. Do jeho tvorby okrem knižiek ako *Kufor na sny* patria aj *Gombíky* zo starej uniformy či *Počúvať* je zadarmo. Keďže organizácia karisáckych narodenín si vyžadovala pátranie po kontaktoch na známe slovenské osobnosti, Dušana Duška sme obísť nemohli. Prísť k nám na školu, bohužiaľ, nemohol. Napriek tomu bol veľmi ochotný a sám navrhol, že nám odpovie na pár otázok.

Ako sa staviate k faktu, že jedna z Vašich kníh, *Kufor na sny*, je zaradená do povinnej literatúry pre študentov stredných škôl?

Netušil som, že sa také niečo chystá a že moja knižka bude zaradená medzi povinné číta-

nie. Prvá myšlienka bola asi takáto: teraz, keď je to povinné čítanie, už to naozaj nikto čítať nebude. Sám som nikdy nebol nadšeným čitateľom tzv. povinných kníh. Do svojho čitateľského denníka som prepisoval texty od mojich dobrých spolužiakov. Možno by sa to celé malo volať ZAKÁZANÉ ČÍTANIE. To by určite prilákalo viac čitateľov, najmä chlapcov, lebo dievčatá vždy čítajú viac, ochotnejšie a dychtivejšie ako chlapci. Na druhej strane – v knihe je 33 poviedok, takže dúfam, že každý si tam pre seba nájde aspoň jednu, ktorá ho osloví.

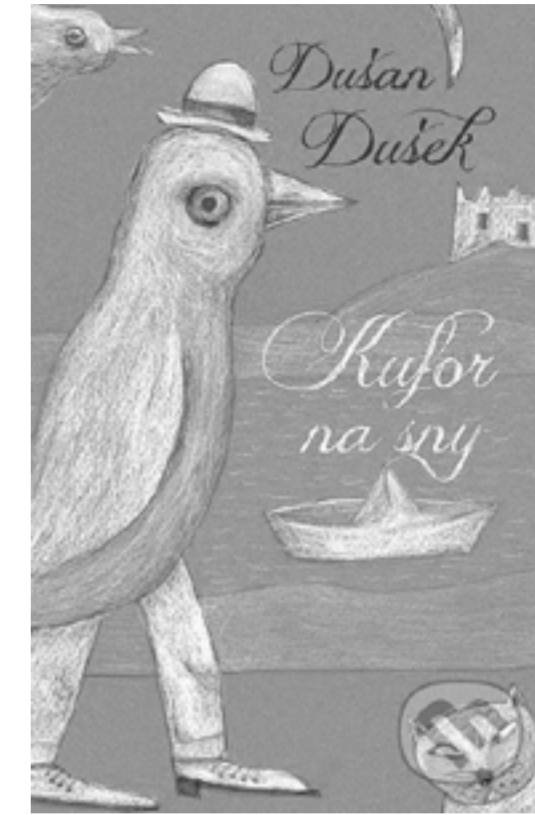
Nemáte strach z nepochopenia Vašej tvorby? Vaše knihy sú totiž plné symbolov, alegórii, detailov okamihu, myšlienok, pričom samotný príbeh s dejom ustupuje do úzadia. Nebojíte sa práve toho, že ste mnohými ľuďmi zostal nepochopený?

Nemyslím si, že v literatúre treba vždy a všetko pochopiť a vysvetliť – napriek tomu sa mi text môže páčiť. Alebo presnejšie: vždy ten text môžete pochopiť a vyložiť si ho po svojom, ná-

jsť v ňom súvislosti a emócie, o ktorých nevie ani sám autor. Text prózy je ponuka na komunikáciu, na rozhovor – a do takejto komunikácie vstupuje každý s vlastnými životnými a čitateľskými skúsenosťami, ktoré ovplyvňujú celkový zážitok z čítania. Ak budú jeden text čítať povedzme traja čitatelia, každý z nich si o texte bude myslieť aspoň v detailoch niečo iné. A mňa to ako autora iba poteší. Nie spisovateľ, ale čitateľ má vždy pravdu.

Vaša tvorba je snová, hravá, nežná, plná detskej duše. Čo si teda myslíte o tom, že ste nikdy, ak to tak môžeme povedať, nedospel?

Ak by to bola pravda, ani trochu by som sa nehneval. Nikto nepoužíva jazyk tak zázračne a



Dušanovi Dušekovi ďakujeme za rozhovor a prajeme veľa úspechov.

slobodne ako deti.

Aký je Váš názor na súčasnú tvorbu?

Stále vznikajú skvelé a výnimočné knihy, treba ich len pre seba objaviť, strčiť do nich nos, začítať sa a na všetko ostatné zabudnúť.

Last. One. Ever.

Peter Könyveš

Inokedy glosa, no dnes iba krátky stĺpček. Očividne sa už nedeje nič tak veľmi otravné. Mnoho vody pretieklo v tom sučianskom Váhu. Nie v každej triede je umývadlo. Človeku je clivo a ani po zábradlí sa nemôže spustiť, lebo z neho trčia kolíky. Piaty rok je to tu už fakt nuda. Dvere na grass sú vždy zamknuté, keď ich najviac potrebujem. Milada je až v suteréne a mne sa nechce chodiť po schodoch. Problémov je veľa, no iba jeden stojí za zmienku. Svet je malý, yet I still haven't run into Beyoncé. Ale zato som šiel vlakom v piatok. To znamená, že som si chtiac-nehtiac vypočul reči iných žiakov školy. Z týchto reči mi bolo dosť nekomfortne. Nie z toho, že rozprávali tak strašne afektovane (ale áno, aj z toho), nie z toho, že dievčina držala Johna Greena (naozaj?), ale z toho, že naše názory sa nezhodovali. Nezhodnosť názorov je úplne bežná vec – ak by som sa mal nad každou nezhodou pozastavovať, nedajbože rozčuľovať,

tak by to svedčilo o značnej psychickej nerovnováhe. Ale nad týmto som sa pozastavil. Slečny ohovárali učiteľov. Nie je tajné, že ja nie som práve správna vzorka na ideálny vzťah s pedagógmi, o tom sa už hovorilo, no aj tak si myslím, že je nevyhnutné rešpektovať ľudí, čo vás chcú niečo naučiť. Z toho všetkého, čo som počul, ma najviac fascinuje, ako ľudia nadávajú na testy z angličtiny. Nemôžem o sebe tvrdiť, že by som bol nejaký lingvista, ale uznajte sami, že už samotný názov školy o tom jazyku niečo naznačuje. Väčšina z nás si túto školu vybrala dobrovoľne a s vedomím, že ak ešte nevie, tak sa bude musieť naučiť po anglicky. Takže fňukanie o tom, že podstatné meno od furious nie je more furious (podstatné meno?!) ale fury, alebo to, že sa niekomu nechce učiť nepravidelné slovesá, je irrelevantné a pre mňa absolútne nepochopiteľné. Čo dodať? When in doubt about who's to blame, blame the English.

3 APPS THAT REMEMBER STUFF WILL HELP YOU

Radovan Stolárik

As students, we face extremely stressful situations requiring extreme levels of mental and emotional abilities on a practically regular, daily basis. Sometimes it may be hard to keep up with the constant challenges and pressure that the best high school in Slovakia keeps regularly throwing at you. So just to hopefully make this burden a little bit easier, I have compiled a list of apps that can improve your memory and, consequently, will greatly lessen your anxiety. Every app mentioned is free for purchase (plus some additional payments here and there) and available on Google Play and on App Store so most of you are able to give all of them a try.

Elevate

Elevate allows the app user to train several brain faculties, for example listening, memory and comprehension. In addition it focuses on practical language and Maths skills like estimation, comparing values, name recall and so on. Elevate provides a variety of daily exercises and premium subscribers get access to a greater amount of exercises exceeding the ordinary daily dose. Users who train at least 3 times a week have reported a dramatic increase in confidence, productivity and earning power. It was even voted as the Best App of 2014 and Editor's Choice on Apple.



Fit Brains Trainer

The brain-boosting app Fit Brains Trainer features more than 360 games to perfect your memory, concentration and other mental faculties. There is also a scoring system, which tracks your progress in each mental skill relative to the users of the same age group or of the same gender. As you improve, the sessions get increasingly more difficult thus providing a solid brain workout for you. As a consequence, your overall mental agility will improve together with your hand-eye coordination, reactions and mood.



Lumosity

The extremely popular Lumosity is split into sessions of three games to suit your goals: memory, attention, problem solving, processing speed or flexibility of thinking. It provides proven cognitive science techniques from the Human Cognition Project designed so that they would be entertaining enough for a casual user. Lumosity exercises focus on pattern recognition, reflexes and abstract puzzle solving. The app tracks your scores and gradually increases the difficul-



ty of the exercises based on your progress. Using Lumosity has also shown an improvement in cognitive abilities in patients suffering from cancer and Turner syndrome, so in conclusion – definitely worth a try.

My opinion:

While I was doing my research for this article, I stumbled across many other articles with headlines like “Lumosity is a SCAM” and “Those memory-improvement apps will not help you” and so on. It is very probable that these apps won't work for every single person in the world, but in my honest opinion they are worth investing your time in, because even if the benefits they bring are questionable, they are likely to at least entertain you.

Some other opinions:

- “Those apps are amazing and they are actually helpful! I have a feeling once I began using them, I started to remember things more easily. However, a placebo effect might occur as the person who is playing it becomes convinced that they are getting better. But there is something to it.”

- “I have heard of them, but I have been kind of sceptical. I might give them a try though.”

- “My friends are always talking about those apps, about how much it improved their lives. I eventually gave in to peer pressure and downloaded Lumosity myself and it really did bring the benefits it promised. My memory got better and my grades improved. I would definitely recommend it or any other app of the same nature.”

DO ANYTHING, BUT DO SOMETHING!

Dušan Kolcún

How to improve your English? The good news is: there are ways -- other than learning from your textbook. What is even better is the fact that all these ways are fun. Or rather, they can be. It is all up to you.

It is no rocket science and everything can be summed up in one sentence: Live with English. Today, this is no problem. But to make it seem less like learning, live with the type of English you like. Or rather -- do what you like, just do it in English.

Read books. Any books. But read them in English. Of course, reading what was originally



written in English is much better than reading something which was translated, but any English will do. I've seen people reading Hry o život, throwing away the great opportunity to read Hunger Games instead. I know it might seem daunting to read a 500-page book in a foreign language, but this will get easier with time. Another option is to read it in Slovak first and then to read the English original. Or start with shorter books; they will not demotivate you as much. In any case, however, it will get easier with time and the more you read, the more you'll enjoy it.

Watch films and series, in English of course. This will help you greatly with spoken English, with accents, and with pronunciation. If you're having trouble understanding, use subtitles, English ones if possible. Eventually, you'll find out that you no longer need them. In addition, by watching documentaries, you'll kill two birds with one stone -- you might prepare for a biology test and at the same time improve your English as well.



Listen to music. You can take it anywhere. Song lyrics are a great source of new vocabulary and you can learn many new interesting phrases. Listening to music can also help with pronunciation. In addition, hearing music will help you remember the lyrics, so it will also be easier to recall the words.

If you want to actually do something while learning English, play video games. Here, the choice is obvious: the more plot and characters and dialogues, the better, so RPGs like Skyrim and Mass Effect will give you much more English than Call of Duty. But: any game will help you. And: this hardly seems like learning at all. And yet, you will learn.

The bottom line is that you should not think about learning English as only the English lessons you have in school. Any contact with English will help. Of course, for a test, it will be necessary to pick up the textbook, but the more you interact with English outside the classroom, the less time it will take you to prepare for the test, since you will know many things from other sources.

Of course, in some cases, caution is recommended: You need to learn proper grammar and not everything you hear in movies or songs is grammatically correct. (In fact, most native speakers -- of any language -- do not use grammar correctly; just think of your Slovak.) But any exposure to English will be beneficial. And today, you can be in contact with English 24/7. **Use it!**



PS: All of the above of course apply to any other language, not just English. Speaking of which, I really should brush up on my German.

Na čaji s bohmi Indie

Marika Tisoňová



Nikola Košnárová, známa aj ako Koshna, je veľký dobrodruh, o čom svedčí jej nebojnosť zbalíť batoh a vybrať sa do neznáma. Táto absolventka, ktorá úspešne ukončila štúdium na našej škole minulý rok, sa na začiatku tohto školského roku vydala na potulky po Indii. Ako dopadlo jej dobrodružstvo? Milí čitatelia, neváhajte a ponorte sa do tohto príbehu s nami!

Pár strán z môjho cestovateľského denníka o Indii

Po 11-hodinovom lete z Paríža vystupujeme na letisku v hlavnom meste indického štátu Maháráštra počtom obyvateľov prevyšujúcich

18 miliónov - v Mumbaji. Vezieme sa v ríkši nočným indickým mestom plným ľudí, života, posvätných kráv, odpadu, pouličných psov a hlodavcov. Čaká nás 8500 kilometrov po Indii.

Na druhý deň ráno navštevujeme jednu z najlepších vysokých škôl v Indii s názvom TATA Institute of Social Sciences. Tata je indická rodina, ktorá je priekopníkom v mnohých priemyselných odvetviach. Založili tu hutnícky priemysel, bavlníkové plantáže, elektrárne a značne prispeli k priemyselnému rozvoju celej Indie. V súčasnosti vlastní nadnárodný konglomerát TATA Group, operujúci vo viac než 80-tich krajinách na 6-tich svetových kontinentoch.



Po odchode z Mumbaja si užívame vonkajšie prespávanie a divú prírodu. No na ďalší deň máme problém s lístkami na vlak. Zháňať a kupovať lístky na vlak v Indii je neskuťočne komplikovaná vec a na vysvetlenie by mi nestačil ani samostatný článok. Doteraz neviem, či som to sama úplne pochopila napriek tomu, že vlakmi sme chodili stále. V istom momente sme pochopili, že lístky do ležadlového vozňa už nezoberieme, sú vypredané. Nezostáva nám teda nič iné, ako kúpiť lístky do najlacnejšej triedy (ktorých sa predáva neobmedzený počet, napriek tomu, že počet miest je samozrejme obmedzený) a cestovať 13 hodín v noci vo vozni s niekoľkokrát prekročenou kapacitou. Konečne India ako má byť. Tú cestu neviem slovami opísať, to musíte zažiť. Musí vám stačiť toto: Áno, dá sa to prežiť, počasie je to celkom zábavné a po návrate domov už na to spomínate s úsmevom na tvári...

Vystupujeme v štáte Kerala, v prístavnom meste Kochi. Kerala má 20-percentnú menšinu kresťanov a práve kresťanstvo je tu tretím najrozšírenejším náboženstvom. Taktiež je veľmi čistá oproti ostatným štátom Indie, má najnižší počet vražd, najvyššie percento gramotnosti, najvyššiu priemernú dĺžku života a považuje sa za štát s najmenšou mierou korupcie v celej Indii.

Cesty autobusom v Indii sú nekonečné, a keď vás na sedadle nadhadzuje 10cm do vzduchu

pri každej jame (o ktoré nie je núdza), cítite sa ako na kolotoči. Aby bol zážitok intenzívnejší, 100km trvá približne 4 hodiny, ak náhodou nejдете do kopca, vtedy je to ešte komplikovanejšie. Cestu do Munnaru doslova prečkávam, stúpame od prímorského mesta až do výšok nad 1500m.n.m., každá zákruta bolí a očami sa snažím fixovať na nejaký statický predmet a upokojiť žalúdok. Keď vystupujeme, ani neviem, koľko prešlo hodín. Šťastne stojíme na pevnej zemi a Munnar nás privíta typickým počasím. Je zima. Prší. Rýchlo si hľadáme izbu na prespanie, netúžime po ničom inom ako po posteli. Na druhý deň ráno sa vydávame do múzea čaju. Čajové plantáže tu kedysi založili Briti aj s dodnes známou značkou Kannan Devan Hills Plantations.



Vstupujeme do múzea, ktoré má pred názvom nápis (ako inak) - "Tata". Pozeráme sa na výrobu a spracovanie čajových listov v autentických strojoch, zúčastňujeme sa prednášky a obzeráme fotografie tohto miesta zo starých čias. Výroba čaju sa mi zrazu javí ako nádherná alchymia. Nechce sa nám ani veriť, lebo keď znova vyjdeme von, privíta nás studený vietor a dážď...

Vraciame sa z hôr, nastupujeme na 13-hodinový vlak do štátu Goa a odtiaľ máme nameriané do mesta Hampi, ktoré v sebe skrýva nádherný chrámový komplex, pozostatky vtedajšieho hlavného mesta ríše Vijayanagara

zo 14.storočia.

Už pri prvom pohľade sme nadšení. Konečne krásna príroda, neobývané územia a dych mesta, ktoré zaniklo.

Po návšteve celého komplexu smerujeme o kúsok ďalej a to do Badami. Badami je známe chrámami vytesanými do červených pieskovcových skál zo 6.storočia. Mesto nás prekvapuje červenou pôdou a tiež faktom, že na uliciach je viac prasiatok ako kráv. Spíme na kopci nad chrámom, kde na nás v noci začalo pršať. V noci sa tiež ozývajú opice oveľa agresívnejšie ako cez deň a my dúfame, že ich prestaneme zaujímať. Nakoniec nám vzali len pár vecí, ktoré sme nemali zabalené v batohu a dali nám pokoj. Avšak pri nočnom vrieskaní stoviek opíc číhajúcich v tesnej blízkosti to bolo prvýkrát, kedy som v Indii mala naozaj strach.

Ráno odchádzame a znova zisťujeme, že je nemožné zohnať lístky do lôžkového vozňa a sme zmierení s ďalšou prebdenou nocou. Ďalšia vec, ktorú som sa v Indii naučila. Treba spať, keď sa dá, lebo nikdy neviete, kedy budete mať tú príležitosť znova...

Vraciame sa do Mumbaja, odkiaľ máme o dva dni ďalší vlak. V Mumbaji prvýkrát navštevujeme bohatú štvrť, plnú obchodov s elektronikou, mužmi v oblekoch, chudobných čističiek ich topánky a tu vstupujeme do nákupného



centra, kde nás čaká ďalší šok. Predstavte si, že sa tlačíte vo vozni regionálneho vlaku, ktorý funguje namiesto metra, ženy sú oddelené od mužov, majú vlastný vagón, poslednú polhodinu máte výhľad na najväčší ázijský slum - Dharavi, oblieva vás pot, vzduch je horúci a vlhký a ani nie o hodinu na to sa otvoria pred vami automatické dvere v nákupnom centre a zrazu šok. Európa. Kúsok Európy v Indii. Indky v minišatách a šortkách, Starbucks s pressom za dve eurá, ľudia zahľadení do smartfónov a dievčatá držiace chlapcov za ruku.



Ako keby nebolo niečo v poriadku. V Indii nie je totižto prípustné prejavovať akúkoľvek romantickú náklonnosť na verejnosti. Taktiež ženy majú takmer vždy zahalené nohy a plecia. Zvlášť v štáte, ktorého je Mumbaj hlavným mestom, v Maháraštre, kde je veľmi známa zložka morálnej polície zvaná Shiv Sena. Stáva sa, že páry, ktoré sa na ulici pobožkajú, sú zbité, tiež zastrašujú obchodníkov, ktorí chcú predávať veci, čo majú niečo spoločné s dňom sv. Valentína, keďže ten je pre nich "podporovačom obscénosti a vulgárnych aktov". No tam v tom nákupnom centre, akoby existoval nejaký iný, paralelný, absolútne rozdielny vesmír s inými pravidlami...

Konečne sa vydávame na sever. Štát Himachal Pradesh sa nachádza na úpätí Himalájí. Tu dostáva cesta autobusom nový rozmer. Nazvala by som ho: "Ešte pomalšie". Autobus tu

do kopcov stúpa rýchlosťou 10km za hodinu. My sme už ale zvyknutí na všetko a pomaly sa približujeme k cieľu - centru tibetskej exilovej populácie v Indii, dedine Dharamsala, kde žije aj súčasný najvyšší „prevtelenec“ tibetskej budhistickej školy Gelugpa- Dalajláma XIV.

Dharamsala sa nachádza vo výške viac ako 2000 m.n.m. Pre mňa najkrajšie miesto v Indii. Konečne čerstvý vzduch, príjemná atmosféra a hory (a najlepšie koláče, aké som kedy jedla). Asi to platí, že na horách žijú len dobrí ľudia. Ideme na Triund Hill, čo je 9 km vzdialený vrchol vo výške 2850 m.n.m. Po ceste stretávame mníchov, počasie sa mení, pohlcuje nás hmla, avšak nám to nevadí a pretrváva v nás radosť z

pohybu, z prírody. Keďže to bola naša posledná zastávka pred odchodom na Slovensko, musím povedať, že posledná zastávka na ceste po Indii bola naozaj : To najlepšie na záver...



Viete už, kam na vysokú školu?

Erika Laššáková

Máme tu ďalšie číslo časopisu Karis a s ním prichádza naša pravidelná rubrika o vysokých školách. Ešte stále ste si neodpovedali na otázky o svojej budúcnosti? Čo po strednej? Akú vysokú si vybrať? Ako pokračovať? Alebo ste si už odpovedali, no nevíete, či ste urobili správne? Tento článok vás pomôže nasmerovať, či oboznámiť o školách doposiaľ nepoznaných. Pre tentoraz sme sa rozhodli zaloviť v umeleckých vodách. Prinášame vám dva pohľady našich absolventiek Evky Habánikovej a Viki Remiarovej, ktoré si vybrali štúdium v umeleckých odboroch.

University of Arts London - Camberwell College of Arts

„University of Arts London - Camberwell

College of Arts Camberwell College of Arts pôvodne známa aj ako Camberwell College of Arts and Crafts bola založená v roku 1898 a je jedna zo šiestich popredných sesterských univerzít umenia spadajúcich pod University of Arts London (UAL). Každá univerzita z tohto celku sa líši prednosťami v iných odboroch, ktoré sú stavané na kreatívnej báze. Camberwell vedie svojimi programami pre výtvarné umenie (sochárstvo, maľba, fotografia, atď.), ilustráciu, grafický dizajn a prípravným ročníkom zvaným Foundation in Art and Design, ktorý je vysoko žiadaný na prestížnych umeleckých školách v Anglicku a Škótsku, pretože pripravuje študentov na bakalárske štúdium ľubovoľného umeleckého zamerania. Tento program som začala v septembri 2014 a už o pár týždňov ma čaká záverečná výstava aj so zaslúženým diplomom. Počas tohto kurzu



som v prvom štádiu vyskúšala všetky umelecké smery (fine art, communication, design) a v novembri som sa zamerala na módný a textilný dizajn. Cieľom tohto programu je viesť sa rozhodnúť, ktoré bakalárske zameranie vám najviac sedí, pričom niekoľko študentov sa vráti späť k akademickým predmetom. Ako foundation student som mala zaručené miesto na bakalárske štúdium spomedzi univerzít UAL, a keďže je tento kurz jeden z najlepších, dostala som sa na štúdium módného dizajnu na University of Brighton a London College of



Fashion (súčasť UAL). Vďaka príprave portfólia počas tohto roku a hlavne s pomocou niekoľkých učiteľov som sa dostala na popredné módné programy v rámci nielen Anglicka, ale aj celého sveta. Túto cestu by som veľmi odporučila študentom, ktorí sa nevedia rozhodnúť medzi akademickým a umeleckým smerom, pričom možností na štúdium je nespočetne veľa, od dizajnu cez kreatívnych direktorov až po reklamu. Rok na tejto škole mi otvoril oči v rámci náročnosti umeleckých smerov a život v Londýne ma naučil rýchlym reflexom a prispôbivosťou. Teším sa na nasledujúce roky plne inovácií a nocí prebdených pri štúdiách a každej kreatívnej duši tento rok medzi strednou školou a bakalárskym štúdiom odporúčam.“

- Eva Habániková



Názov: University of Arts London - Camberwell College of Arts

Podmienky prijatia: IELTS testy, kópia vysvedčení, personal statement, osobné portfólio tvorby. Všetky tieto podmienky rozhodnú o prijatí.

Kolko ma to bude stáť: školné £3500, ubytovanie cca £440, cestovné cca £70, zvyšok (food and leisure) cca £100

Katedry: Graphic design, Illustration, Drawing, Painting, Photography, Sculpture, Design

Vysoká škola výtvarných umení

„Vysoká škola výtvarných umení je najstaršou a najväčšou vysokou školou, ktorá na Slovensku poskytuje vzdelanie v umeleckej oblasti. Ponúka široké spektrum študijných odbor-



ov, od klasických, ako sú maľba či socha, až po súčasnejšie - ako dizajn, fotografia, intermédiá, atď. Výučba prebieha v ateliéroch, kde sa celý semester pracuje na zadaniach. V jednom ateliéri sa stretávajú študenti zo všetkých ročníkov (okrem prvákov, ktorí majú prípravné kurzy), takže je tu interakcia medzi študentmi z rôznych ročníkov. Keďže študentov na VŠVU nie je veľa, pedagógovia majú dosť veľký priestor na to, aby sa im mohli venovať, čo je, myslím si, výhoda oproti iným školám, kde prijímajú stovky študentov do ročníka. Výsledné práce sú vystavované vždy na konci semestra na verejnom prieskume, keď je škola otvorená pre širokú verejnosť a návštevníci sa môžu pozrieť na to, čo sa na škole práve deje. Okrem ateliérov máme odborné a teoretické predmety, ktoré sa líšia pre každý odbor. Ja študujem textilný dizajn, a preto mám medzi odbornými predmetmi napríklad ručnú tlač a základy šitia, keďže sa kladie dôraz na to, aby študent nielen navrhoval, ale mal aj praktickú zručnosť a vedel, ako si sám vyrobiť vec, ktorú navrhne. Preto je na VŠVU veľmi veľa rôznych dielní s prístrojmi od výmyslu sveta, takže vyrobiť sa tu dá naozaj skoro všetko. Veľmi dôležitá je kresba, ktorá je tiež rozdielna pre každý odbor. Väčšinou však ide o figurálnu kresbu aktu v životnej veľkosti. Práve s kresbou

som mala (a aj stále mám) najväčší problém, pretože na rozdiel od mojich spolužiakov, ktorí sú poväčšine z umeleckých stredných škôl, som sa jej nevenovala dostatočne a potom ako som bola prijatá, som toho veľa nenakreslila, čo ma neskôr dobehlo. Nevýhodou školy je, že nemá vlastný internát, preto iba prváci dostanú miesto na internáte a potom si musia hľadať podnájom. Počas štúdia v Sučanoch ma to takisto ako väčšinu gbasákov lákalo ísť študovať na vysokú školu do zahraničia, no napriek tomu svoje rozhodnutie ostať na Slovensku a študovať v Bratislave neľutujem. Je to síce ešte veľmi krátky čas, keďže mám za sebou len prvý semester, ale myslím si, že aj slovenská vysoká škola dokáže ponúknuť veľa možností.“

- Viktória Remiarová



Názov: Vysoká škola výtvarných umení Bratislava

Podmienky prijatia: úspešne prejsť prijímacími skúškami (2 kolá)

1. Písomné testy (z histórie, literatúry, dejín výtvarného umenia, filozofie, estetiky a pod.)

Hodnotenie domácich prác.

Výtvarné úlohy

2. Test z cudzieho jazyka

Výtvarné úlohy

Pohovor pred katedrovou komisiou

Kolko ma to bude stáť: Nič. Štúdium je úplne bezplatné. Vedľajšie výdavky sú individuálne
Študijné programy: Výtvarné umenie, dizajn, architektonická tvorba, reštaurovanie, textilná tvorba, fotografia, úžitkové umenie, socha, maľba

Creative Writing

Lucia Magáthová

SOCIAL MEDIA

Our hero, Lydia,
didn't like social media
'I don't like smartphones, and I'm glad!'
apparently is what she said

She would climb Mount Everest
before posting things on Pinterest
She would cook a tasty meal
and wouldn't make it a big deal

When she's waiting for a bus
she ignores the pleads to 'Follow us!'
She asked me who was Kardashian
she thought she was born Hungarian

She doesn't care about her look
on Instagram or Facebook
Are you asking yourself why?
I want to ask her, too, I'll try

Maybe it's all very fine and she's free
to not know about a killing spree
I can tell Lydia it's a win
to invite the whole world in

By © Lucia Magáthová (@lmagathova) Year 1,
2014/2015

See more at:
www.gbaswriters.weebly.com

Aris

Lubica Bystričanová

Starému báčikovi z vyšného konca umrel vlčiak Aris. Bol to najlepší pes, akého báčik hore na salaši mal a rád s ním chodieval do dediny. „Uhryzne Ťa,“ varoval deti, keď našahovali roztrasené ruky k vlhkému ňufáku. Lenže Aris len vyplazil jazyk a sliny stekali na chodník. Ešte aj skúpy krčmár Ľubo mu dovolil ležať pod stolom. Vtedy hltavo chlípala pálenku, ktorá sa porozlievala pri častých bitkách. Oblizoval aj lepkavé prsty a brechal na rozzúrené ženy, ktoré večer prišli drahých manželov Ťahať domov. „Dobrý Aris, dobrý psík!“ rozliehalo sa krčmou, kým sa štamgasti ukrývali po tmavých

kútoch.

Inokedy ním strašili malé deti. „Ak nebudeš poslúchať, schytí Ťa Aris a vynesie Ťa hore do košiara.“

Keď ho potom aj s báčikom stretli na ulici, triasli sa a pevne sa držiac maminej sukne dúfali, že vlčiak ich neposlušnosť nevyčítí.

Najradšej ho však mal pán starosta, lebo mu Aris na jeseň minulého roku zachránil dve ovce pred nočnou vlčou návštevou. Odvtedy nebolo lepšieho psa v dedine. Dokonca ani keď mu Aris ešte tej zimy pred očami podrhol sliepku, ho starosta neprestal mať rád.

„Ten pes je jediným spojením báčika a ľudskosti,“ hovorieval.

Báčik psa zakopal pod starým smrekom na úbočí hory. Veľmi plakal a dva týždne nezišiel dolu do krčmy. Iba potom pán farár za dve pivká dvanástky dovolil zazvoniť na kostolnej veži na počesť zosnulého Arisa.

„Budeme mať štence,“ povedal raz starosta. „Za lacný peniaz vám jedno dám, báčik.“

Ale ten už nechcel. Celkom sa zmenil. Oči mu zožltli, rysy tváre zbrunátneli. Raz na jar sa dokonca stalo – a chlapi to aj odprisahali – že báčik v krčme odrazu padol na kolená a hlta-vo chlípala rozliatu pálenku. Keď potom prišli nahnevané ženušky, odkiaľsi z kúta sa ozvalo zlovestné vrčanie. Niektorí sa dokonca poz-

abudol a skríkol: „Dobry Aris, dobry psik!“ Aj deti už strašili inakšie. „Slušny bud, lebo ťa báčik zoberie a za psa ťa vychová!“

A deti sa ho báli ešte viac ako Arisa. „Nechytajte ho, lebo vás uhryzne,“ varovali jeden druhého.

Istý pastier dokonca tvrdil, že na vlastné oči videl, ako báčik sám bez zbrane zahnal svorku vlkov zakrádajúcu sa ku košiaru. Ževraj štekal, vrčal, zuby ceril. Celé leto potom nezišiel dole. Iba na jeseň, keď ovce už boli doma u gazdov, kráčal báčik po chodníku ku krčme.

Zrazu niekto vykrikol: „Aha! Spod košele mu trčí vlčí chvost!“

A pán farár už utekal zvoniť na kostolnej veži.

I know that I belong here

Denisa Schlossárová



Have you ever felt that it is impossible to reach your goals or achieve your dreams? Have you ever told yourself, that it is not that easy to accomplish all of yours wishes? If so, you should definitely read this article about Kristián Filip. Kristián is an ex-student of GBAS, who decided to take his life into his hands and move forward. Now, as a student of Soka University in America, he is fulfilling his dreams. How did he do it all so fast?

Firstly, I would like to ask you why did you leave GBAS and what was the main reason for making this decision?

Well first of all, I think it is important to mention that I did not necessarily leave GBAS because I wanted to or desired to, even though I was not content with how school handled certain things including finances, relationships between teachers and students and so on. Everyone and I mean literally everyone, who has met me knows that I love the United States of America. I like the country itself, its history, politics, culture, nature and even its current problems and issues. So since the 6th grade I knew this was the place I wanted to live. And I must say I am the kind of person who works hard to achieve his goals and dreams. I believe that a person should do whatever makes them happy. So I knew I wasn't completely happy where I was because it wasn't the US. So throughout my sophomore and junior year I contacted literally hundreds of schools, applied to two, got into one and here I am. I got a full ride to a private IB boarding school in the middle of the desert in Sedona, Arizona. From there I got into a college of my dreams. It was the best decision of my life.

Why did you decide to go to the United States of America?

I kind of explained that already but I can per-



haps elaborate more on that. I believe there is a lot of bad and negative stuff about America we often hear in Europe that perpetuates our stereotypes and misconceptions about this country. I know I will not change anyone's opinion by saying that not all Americans are fat and stupid but I think it is very sad and limited that many of my peers and adults back home think this way. I must say I definitely feel freer and more myself in the US. I love how the majority of people here are just so accepting of everyone's differences. America cherishes diversity and celebrates differences. And again, I know it's not ideal everywhere in the US, but I believe that a majority of places here are very tolerant. Sometimes people are even too liberal for me here (haha).

What are the benefits of studying there and what do you like most about it?

Well again, I learned respect. I learned how to accept people of different beliefs, appearances, and I am trying to cherish it. I love diversity, and I think it teaches you a lot about yourself and those around you. This level of diversity can be found only in the US. That'd be the main reason I would say. Second of all, the quality of higher education in the United States is one of the highest in the world. The US has the best colleges and universities with very good educational programs, beautiful campuses, priceless opportunities and large endowments. So college has been definitely a wonderful experience for me. For me it is not only about the education I am receiving, it is also about my personal growth, finding myself and trying to become independent by having responsibilities, going to school, working, paying my bills and so on. That feeling of almost living on my own is very empowering, and I feel like it acts sort of like a driving force that makes me keep working hard.

How difficult is it to be so far away without all the things you were used to back home?

I don't really know (haha). As is the same for most of my classmates, I've been living in

dorms since my freshman year of high school so by being away from my family first for a week, then for a year, now for two years, you kind of get used to that feeling of being on your own. However, I definitely see different levels of independence between now and high school. I think GBAS, VVS in Arizona and now SUA in California all created a good smooth transition for me. Plus I am very adaptable. I can get used to almost any environment if my basic needs are met.

What do you miss the most about Slovakia?

Family, friends and food. It is funny how my perception of my parents has dramatically changed over the past few months. From being a typical teenager who is annoyed by his parents to an adult who recognizes the qualities of his parents and what they taught him. Regarding friends, I miss some people I did not get a chance to see last summer so practically I haven't seen some individuals for about two years now. And finally, although I like American food I still miss Slovak food (candy, homemade food, restaurants, pizza) big time!

How does your ordinary day in California look like?

I wake up at 7:30 it's a beautiful sunny morn-

ing, 20C (70F) as almost every day, I go to the school cafeteria to grab some breakfast to go. I go to class or work until lunch. After lunch at 1 o'clock I have another class, and after that class I go to another class or work again until 5 or 5:30. That's my day from Monday through Friday. I'm trying to work as much as I can now which is about 20 hours a week. It's kind of hard to do while going to school at the same time but I'm doing my best. My school offers a variety of job positions. I was lucky enough to get a job as a graphic design assistant. I get paid California minimum wage which is \$9 dollars per hour. At the end of the day, I am tired but feeling very accomplished. I am happy that I have things that keep me busy.

You are known as one of the greatest students in our school and also as a founder of the school magazine Karis. Where did you get the idea for starting it?

Oh, thank you! I was just very proactive when I first got to GBAS. I remember it was my freshman year in September 2010 and a bunch of my classmates and I went to a Sučany Alumni meeting where we found out about SA's plans for that year. One of the things on their list was to start a school magazine. They asked us if we were interested, and we said yes. First, a lot of people were interested, but as time progressed people lost interest because the teacher who was in charge of the magazine at first was not really doing anything. So Tomas Jacko asked me if I could get people and a teacher to start working on something. So I did. Back in the day, there were about 28 people from all grades who came up with the current name of the magazine, Karis. It was based on the idea of so-called karis binders we have in Slovakia which students use to store all their class notes. So you end up with this one big binder with notes from all different classes and subjects. Karis, the magazine, is supposed to be just like that,

you have a variety of topics so everyone can relate to it.

Are you involved in similar activities in your American school?

Not yet. I'm planning my big comeback into the world of school politics though (haha). I am very caught up in my work and school now. But I'll be running for some student government positions here next year. If that doesn't go well, I will probably try to revive a school magazine that is sort of dying off right now. We'll see. I just don't have time for any of that right now.



Would you like to stay living in the USA?

Of course I want to stay here. I am already planning my future here. I still have a little more than 3 years ahead of me but I am trying to figure out what and how exactly I can keep making my dreams come true. I'm trying to establish some legal foundation for myself here by having a social security number, California state identification ID, a driver's license, a car maybe. Having that I hope I can get a job here easier and so on. We'll see what's in store for me.



INTERESTING USELESS FACTS

Vanda Zaklaiová, Helena Galbavá

Whether you are looking for some interesting pieces of information or you are just bored, this little pile of interesting useless facts will definitely give you something to think about. Have you ever wondered what Stalin's first job was or why Hitler kept his moustache? Answers to these and more questions with a few hilarious statistics are just below!

1. There are no clocks in Las Vegas gambling casinos.
2. Dogs and cats are right and left-pawed just like humans are right and left-handed.
3. It is illegal to Cross Minnesota State borders with a Duck On Top Of Their Head.
4. Whistling Underwater Is Illegal In Vermont.
5. Newborns don't produce tears. In spite of their crying sounds; babies' tears don't begin to flow until they're around 4 to 13 weeks old.
6. In Torino, Italy, it is against the law not to walk your dog at least three times a day.
7. People only use 10% of their brains right? Wrong! Though only a small amount of neurons are firing at any one moment, the rest are still playing a role somewhere.
8. Hitler wanted to maintain his moustache because he thought it would make his nose look smaller.
9. Stalin's first job was as a weatherman.
10. At its peak the Roman Empire stretched for 2.51 million square miles. It was only the 19th largest empire in history.
11. It has been calculated that in the last 3,000 years there have only been 240 years of peace

in the world.

12. Up until the 1800s dentures were often made from the teeth of dead soldiers.
13. In ancient Rome, urine was used as a mouthwash.
14. The founders of Hewlett-Packard flipped a coin to see which one of their names would be first in the company name. They were also best friends.
15. After each player has moved three times in a game of chess, there are 121 million possible routes that the match could follow.
16. The Titanic may have sunk due to one tiny mistake. The ship's 2nd officer was replaced at the last minute, and he forgot to return his key. There is a theory that the key may have opened the locker where the binoculars were kept. A surviving crew member backs up the theory, claiming they didn't have access to the binoculars, which would've helped them see the iceberg soon enough to change course.
17. The word "suns" upside down is still „suns“.
18. Animal Planet made a fake documentary about the existence of mermaids. Twice.
19. The average bloke will cry six times a year while the average woman will empty her tear ducts somewhere between thirty and sixty-four times.
20. If a cockroach touches a human, it runs to safety to clean itself.
21. Mars is populated entirely by robots.
22. Due to name confusion, staffs of the Slovak and Slovenian embassies meet once a month to exchange wrongly addressed mail. .
23. Only 8% of the money on Earth is physical cash

Movie reviews

Radovan Budoš

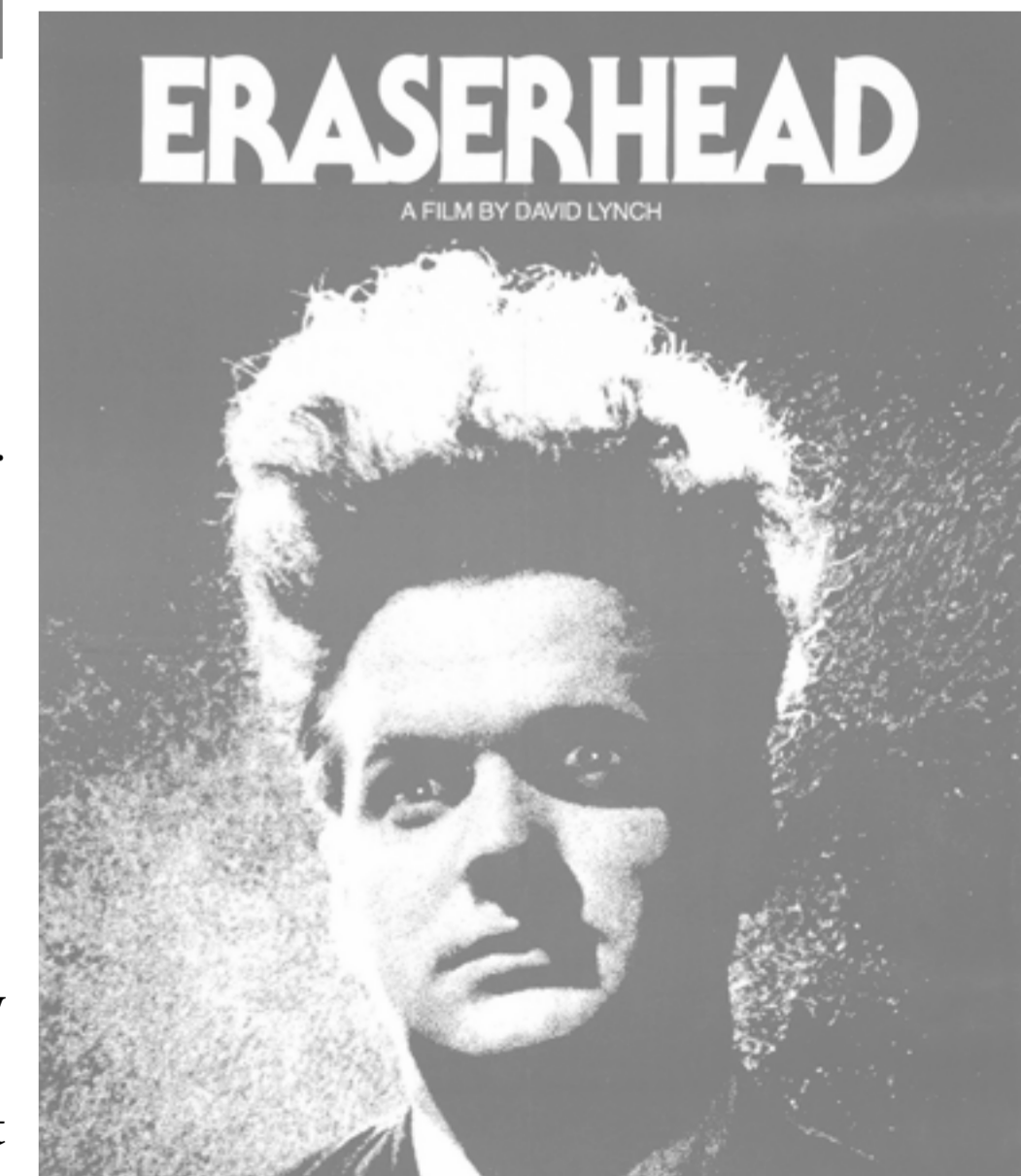
Dune



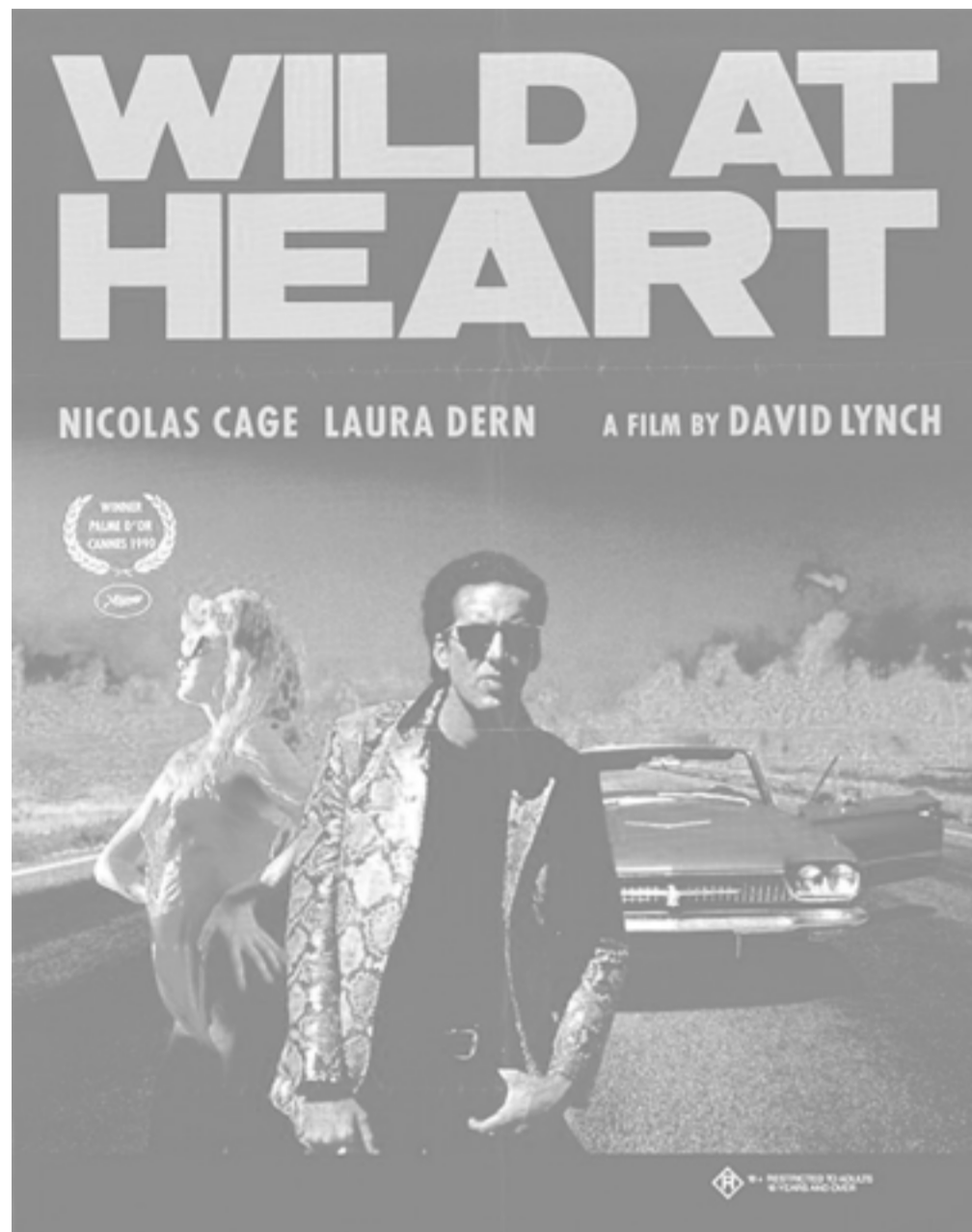
The fun thing about this film adaptation of the famous Frank Herbert novel is that David Lynch turned down directing the final episode of Star Wars to make Dune. Other than that, it is not much fun. It was Lynch's first (and only) try at a space opera and it has several problems. The one that comes to mind first is the awful script. The cast led by young Kyle MacLachlan did a solid job. Saying those awkward lines would have been troublesome even for the best actors you could think of. For a sci-fi movie with such a high budget, Dune ended up as a fiasco. Even Lynch knows it. Personally though, I have to admit I sort of enjoyed it. To me, it was Star Wars in a whole new universe and that kind of thing makes me interested. And even if I don't feel like watching it again, it made me want to read the novel. Fun fact: Sting is a cast member here. He sucks.

Eraserhead

Eraserhead, Lynch's debut, is one of the most disturbing, noisy, anxious and annoying movies I've seen in my entire life. The whole film looks like a nightmare in an industrial world. There is no plot, not much dialogue and when there is a dialogue, it is highly surreal. Some experimental scenes ended up being more funny than creepy, but it was still in its own bizarre way. It is very likely that the whole film is a metaphor to Lynch's troubles during the time of shooting. Eraserhead is arguably his most personal work. My problem with the film is that it is incredibly difficult to watch. I've been planning to watch it again for quite some time, but I just can't seem to dive into the horrors of Eraserhead again.



Wild at Heart



If there is a single movie where Lynch parodies himself, this would be it. While the general plot is serious, you just can't take Nicolas Cage dressed in a snake-skin jacket doing martial arts to heavy music seriously. The main character, played by Cage is in fact so ridiculously cheesy and over-the-top that I was having trouble taking the whole film seriously. Wild at Heart is easily Lynch's least unique film. It is the most accessible one as well. And although the storyline is completely straight-forward, it contains some weird surreal elements. However, those add apparently nothing to the plot, so understanding the movie should be a piece of cake. I've seen people comparing it to Tarantino movies and I can only agree. To me, Wild at Heart is nothing more than a sweet, fun spin-off film that adds a different kind of thing to Lynch's varied filmography. It is his least weird film, which makes it weird in its own way. Speaking of weirdness...

Inland Empire

Yes, Inland Empire is the epitome of weirdness. It is everything you didn't understand in the David Lynch movies put together into one three-hour long mammoth. It is his most recent, most incoherent and by far his freakiest film.

If anyone asks me whether I like Inland Empire or not, I honestly don't know. I've watched it in full twice and I can't make much out of it. The first 45 minutes aren't that bad, it clearly is about an actress who is supposed to star in a film. The thing is, the film she's shooting is supposed to be a remake of a Polish film which wasn't finished because of a murder. However, after the first 45 minutes it changes the direction in a single moment. The remaining two hours are consisting of unexplainable scenes without any sort of chronology. It looks like everything made in Inland Empire is a rough sketch that ended up unfinished. It certainly



is very experimental; the whole film is shot in DV-camera which makes it even more difficult to watch.

Yet, there is something extremely fascinating about Inland Empire. It might be the strange combination of the bad graphics and great sounds. It might be the top notch performance of Laura Dern. It might even be the mysterious

show where rabbits talk about nothing, which is shown several times during the movie's three hours. I don't know what I liked about the film and I don't know what I didn't. What I know for sure though, is that Inland Empire is a total mockery of Hollywood and therefore an adequate potential swansong for David Lynch.

Your style is your story

Majka Sobčáková

Since this is my last fashion article written for Karis, I'd like to say goodbye in a big style. When I was younger, there was a time in my life when I thought of becoming a journalist. A well-dressed journalist with a terse and impeccable style. So I guess it's not really surprising for any of you that I very quickly fell in love with the most iconic and shoe-loving columnist. Her name was Carrie Bradshaw and she was the lead character on HBO's Sex and the City.

"When I first moved to New York and I was totally broke, sometimes I would buy Vogue instead of dinner. I felt it fed me more."

- Carrie Bradshaw

On 6 June 1998, Sarah Jessica Parker and her signature Manolos walked onto the small screen and a cultural phenomenon was born. From Dior to Fendi, from Oscar de la Renta to that Vivienne Westwood wedding dress, her wardrobe was - and still is - the stuff our dreams are made of. Carrie undoubtedly taught us the A to Zs of fashion. She defined fearless fashion: plaid crop tops, mismatched prints,



menswear-inspired ensembles and over-the-top embellishments. Who else would pair jewelled panties with a sapphire blue blazer, or wear a teal bird on her head to her own wedding? Sure some of the outfits Carrie wore were ridiculous but she always owned whatever she put on herself. She had a sense of style that was unique to her personality and she used her outfits as a way to express her day-to-day feelings. She wasn't a slave to trends, but defined them. We've got to hand it to the costume designer Patricia Field, though. She is the brains behind Carrie's iconic outfits (hope you all remember the infamous tutu skirt!) that according to her own words encompassed all of New York - from uptown and downtown Manhattan to the boroughs surrounding the city.



Health benefits of sauna bathing

Natália Fačková

The best thing one can do to its body when it comes to healing is to support its own body system. Our body is like a perfect machine that is capable of healing itself and regenerating. And it actually repairs itself every day, by substituting the old cells by the new ones. If we listen to our own body carefully (according to how we feel: depressed, tired, sick) and give it only the best fuel that helps it to function properly, for example by eating food that contains the necessary nutrients, like vitamins and minerals, cooked meals, drinking lots of water, etc., it will be able to fight diseases and stressful situations much more easily. I think that it is a better idea to take care of the body preventively rather than taking all the different pills when already sick. The medicines

surely do help when a person is sick, but at the same time it harms the body as a whole. And sauna is one of the things that can be used to support the body and make it stronger so that it can take care of itself more efficiently. Among the most important benefits of sauna are:

1. It helps your body to get rid of toxins: By inducing sweating that is responsible for cooling the body down by releasing water in a form of vapour together with the waste products of the metabolism.
2. Makes your hair look better: Our body has many specialized organs that condition our hair better than the synthetic products that are often costly and when overly used, they might even make the hair more damaged. The sauna

activates the sebaceous glands on your scalp which release certain compounds that moisturize and condition your hair, making it look fabulous.

3. Makes your skin look younger: The hot temperature in sauna gets the blood flowing to your skin which helps in growth of the new cells and also helps to exfoliate the dead cells. Also the heat of sauna activates the oils in your skin which are natural moisturizers.
4. Good for your heart: Sitting in a sauna is actually similar to a mild exercise because the heat in the sauna dilates the capillaries and improves blood flow.



Defying the gravity or: Gluteus Rockymus

Ester Malá

Buns, cheeks, butts, bases call them what you like but bottoms are indeed what the world seem to have been revolving around for some time now. Praised in songs, media all around, people are willing to pay loads for them. Now...let's be honest with ourselves for a minute. Do you really think this attention is unjustified? ...didn't think so. So what could we do about that? Even though sitting in the yard and drinking loads of chocolate-vanilla milk shakes promises success, I am sorry but it doesn't work that way. It only works when YOU work. And for that the fitness world always has something to offer. Spring is here, there's no time to waste. Thereby I proudly introduce you to the 'Kings' that will bring your gluteus to their maximums. All you need to do is give them 5-10 minutes

of your day, they will reward you with so much more.

Squat

This exercise is well known, even so usually highly underrated. When done properly, squat it truly 'his majesty'. It has an effect on all butt muscles together with your core and legs. You can find many great challenges all around the internet. Let's go step by step.

1. Stand with feet a little wider than shoulder-width apart, hips stacked over knees and knees over ankles.
2. Roll the shoulders back and down away from the ears. Note: Allowing the back to round will cause unnecessary stress on the lower back. It's important to maintain a neutral spine throughout the movement.



Lift bent left leg a few inches off floor; lower. Do 20 reps. Switch sides, repeat.

Cat-pose

1. Start on floor on all fours. Lift bent left knee to hip level so that it's pointing slightly out to side as hips stay even.
2. Tuck pelvis under so that your back is not overextended. Do 20 pulses, lifting and lowering left leg from the level of your back upwards.
3. Next, cross left knee again to the hip level, this time bring the leg all the way down (without actually touching the floor) and then lift it back up. Make sure not to rush. Rather work slowly making sure to really press the muscles. Out to left side do 20reps, foot flexed. Switch sides, repeat.



3. Initiate the movement by inhaling and unlocking the hips, slightly bringing them back. Keep sending hips backward as the knees begin to bend. Make sure to keep your bodyweight towards heels.

4. While the butt starts to stick out, make sure the chest and shoulders stay upright, and the back stays straight. Keep the head facing forward with eyes straight ahead for a neutral spine.

5. The best squats are the deepest ones your mobility allows. Optimal squat depth would be your hips sinking below the knees (again, if you have the flexibility)

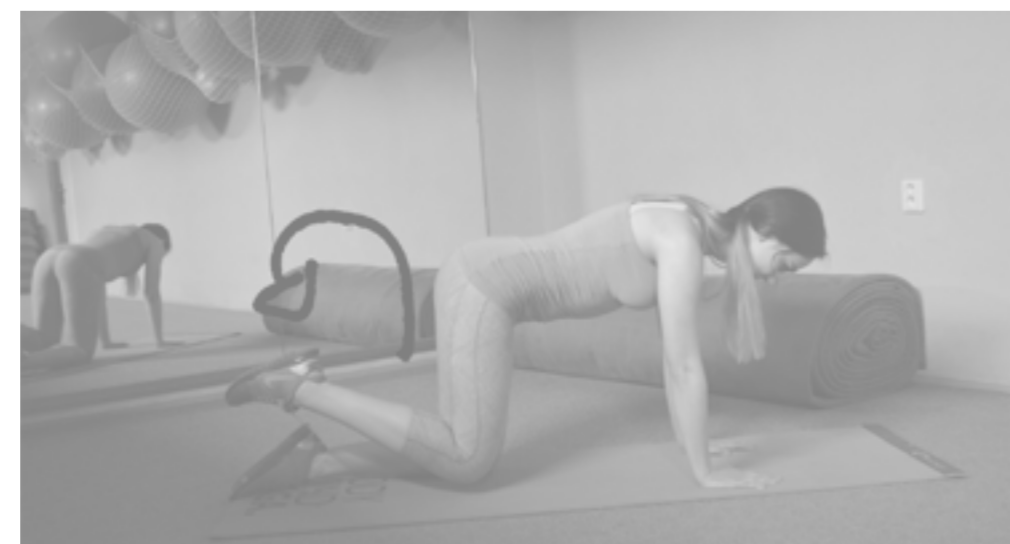
Pro tip: Squatting onto a box until the butt gently taps it will be a reminder to squat low.

Let curl lift

You can do this exercise in two variations, lying flat or in a cat-pose. Don't worry, you don't need to choose, simply do both!

Flat

Lie face down on floor with head on folded arms, squeezing a 1-pound dumbbell or rolled-up towel behind bent left knee, foot flexed. Tuck pelvis to flatten out low back.



Those we can't live without

Kristína Kocáková

Imagine it's year 2030. You finally found some time in your busy schedule to visit your grandma in the countryside and you are really looking forward because she promised to bake your favourite cinnamon-apple pie. When you arrive to her house she greets you with a warm smile and a hug but when you look at her you can see strange mixture of feelings in her eyes, sadness and apology. „No apples this year Darling...” she says, „again.” You walk with her around the house to the huge orchard you remember from your childhood. It's late September and you can still recall the picture of hundreds of apples hanging from the branches, teasing you to steal one for yourself. The mere thought of biting into its juicy flesh makes your mouth water and you realise that you have almost forgotten how a real apple tastes like. Those apples, as well as tomatoes, cashews, onions, strawberries and carrots, you buy in supermarket everyday



are okay, you got used to their slightly synthetic taste but they are no match for the real ones you remember from the times you were a kid. The trees you see now in front of you are but a shadow of their ancestors. They are still magnificent, standing high, branches rich with leaves, but you know that they are sterile, fruitless, producing only thousands of flowers in May, which then just fall unpollinated, to the ground where they rot. Your grandma takes you softly by your hand and leads you back to her house.

This may look like a grim vision but it's not as far from truth as it may seem. I could continue with naming crops we could never eat again – almonds, cherries, avocados, cucumbers, peaches, pears... the list is endless. And it is not just a matter of food, in 15 years time we could all say good bye to comfy cotton clothes and cosmetics containing macadamia or coconut oil. You may ask “Why should this catastro-



phe happen?” Well, the reason is simple – there would be no bees on Earth.

Since the 90's farmers all around the world reported strange and sudden disappearances of honeybees. Later studies found out that it was caused by introducing a new type of pesticide to market. Bees that collected pollen from plants treated with this chemical exhibited strange behaviour – they were disoriented and confused. Internally this phenomenon was named the “mad bee disease”. The bees were literally shaking to death. After huge protests of farmers this dangerous pesticide was banned. But the problem prevailed.

Many of pesticides used in commercial agriculture nowadays contain chemicals belonging to a group called neonicotinoids. These can cause acute and chronic poisoning of individual bees but can affect whole colonies. This can happen when the swarm flies through a cloud



Your produce choices
with bees



Your produce choices
without bees



of pesticide above a field. The bees aren't able to return to their hive and their queen is left for dead. But pesticides aren't the only thread. Honeybee colonies are also jeopardized by parasites, climatic change and loss of biodiversity. In 2003 the European Union banned the usage of three pesticides containing neonicotinoids. It's a good start for creating a bee-friendly environment, but there is more to be done. And every single one of us can contribute. This may sound like a cliché but one way how to help bees is to buy local crops which were grown without using “bee-killing” pesticides. You can also sign a petition to persuade governments to ban usage of dangerous pesticides and take steps to protect biodiversity. And finally you can plant flowers which are attractive for bees and grow your own plants without pesticides. We in Bakelita understand that not everyone has the time and suitable place to grow plants. That's why we would like to invite you to come and “Adopt” your own plant which will be planted on Grass during the Earth day! We are looking forward!

Slávne psychologické experimenty s neslávnyimi výsledkami

Alexandra Horkavá

Milgramov experiment o miere poslušnosti

V roku 1963 uviedol psychológ Stanley Milgram do chodu experiment, ktorý mal ukázať, ako ďaleko sú ľudia schopní zísť vo svojej poslušnosti k autorite. Aj napriek tomuto cieľu však boli účastníci informovaní o tom, že sa zúčastnia výskumu, ktorého výsledky majú pomôcť ľuďom zlepšiť si pamäť, a že bude skúmaný vplyv bolesti na učenie.

Pokusné subjekty vytvorili dvojice „učiteľ-žiak“. Skúmaná osoba sa stala učiteľom, zatiaľ čo úloha žiaka pripadla spolupracovníkovi experimentátora. Tohto faktu si však tzv. „učiteľ“ vedomý nebol. Jeho úlohou bolo prečítať pár slov žiakovi a potom otestovať jeho pamäť tým, že mu povedal jedno slovo z páru, zatiaľ čo žiak mal doplniť to druhé. Nesprávne odpovede boli trestané elektrošokmi, ktoré ale podľa slov pána Milgrama neboli nebezpečné.

Učiteľ mal pred sebou „generátor šokov“ s tridsiatimi tlačidlami v rozmedzí od 15 až po 450 voltov. Tie po hranicu šesťdesiat voltov boli označované ako „slabý šok“, po 240 voltov sa jednalo o „veľmi silný šok“, zatiaľ čo hranica pre „pozor, nebezpečenstvo“ bola stanovená na 420tich voltoch. Zbytok generátora bol označený už len krížikmi.

Zo začiatku sa žiak pomýlil len málo krát. Čím viac elektrických šokov však dostal, tým viac chýb robil. Učiteľ síce počul žiaka vo vedľajšej miestnosti kričať a plakať už pri 150tich voltoch a odmietal pokračovať, Stanley Milgram, ktorý ho však kontroloval, ho neprestával povzbudzovať, ba častokrát aj nútiť. Pri 270tich voltoch boli výkriky čoraz silnejšie,

330 však už zaznamenalo len ticho.

Výsledky pokusu boli škandálne. Všetci účastníci pokračovali minimálne k tristo voltom, 63% z nich však až ku koncu stupnice. A to aj napriek strachu zo žiakovej smrti. Experiment bol nakoniec niekoľko krát opakovaný, výsledky sa však nikdy výraznejšie nelíšili. Jediné zistenie, ku ktorému vedci došli tak bolo to, že s poklesom autority experimentátora alebo inštitúcie, v ktorej sa pokus odohrával, klesala aj poslušnosť, resp. že čoraz nižšie percento „učiteľov“ udeľovalo žiakom silné, ba až konečné elektrošoky.



Po skončení experimentu sa učiteľ aj žiak stretli a dozvedeli sa, že boli oklamaní. Po roku im bol všetkých zaslaný dotazník - v ktorom mali vyjadriť svoj názor k tomu, čo sa odohralo. Väčšina z nich sa zhodla na tom, že svoju účasť neľutujú; ba im to i prinieslo niečo nové. Stanley Milgram však už to šťastie nemal. Do konca svojho života bol za tento neetický výskum kritizovaný.

Chemistry Misconceptions

Alexandra Horkavá

This part of science misconceptions deals with the biggest chemistry absurdities that were ever told or thought. Sometimes, while reading it, you just have to doubt those people's sanity...



1. All objects containing air float.
2. same gas.
3. A "thick" liquid has a Pressure and force are synonymous.
4. Gases do not have mass
5. Ice cannot change temperature.
6. Boiling is the maximum temperature a substance can reach.
7. Heat is a substance
8. Particles of solids have no motion.
9. Air and oxygen are the higher density than water.
10. Heat only travels upward, it rises.
11. Wood floats and metal sinks.
12. Objects sink in water because they are heavier than water.

13. Objects that readily become warm, are good conductors of heat, do not readily become cold.
14. Gases do not matter because most are invisible.
15. Melting/freezing and boiling/condensation are often understood only in terms of water.
16. Helium and hot air are the same gas.
17. Temperature is a property of a particular material or object---metal is naturally cooler than plastic.
18. Moving fluids contain higher pressure.
19. Liquids of high viscosity are also liquids with high density.
20. Mass/volume/weight/heaviness/size/density may be perceived as equivalent.



Sponzori



martinus.SK