

# KARIS

máj-jún 2015



## ROZHOVOR S PANI UČITEĽKOU VANTÁROVOU

PRVÁČKA KAPELA - ROZHOVOR  
.....  
CESTOVANIE - RÍM, ATÉNY  
.....  
ZLOKOT - ROZHOVOR  
.....

# EDITORIÁL



**N**everím vlastným očiam! Ak práve držíte v rukách posledné číslo Karisu, znamená to, že som prešla ťažkou skúškou osudu. Veru, nie je to práve jednoduchá robota. Hlavne v období, keď máme všetci hlavu niekde na dovolenke pri mori alebo u starých rodičov na dvore. Prázdniny sa neúprosne blížia, no najprv sa treba prebrodiť pomyselným močiarom písomiek a uzatváraní známok. Dúfam, že vám školský rok skončí podľa vašich predstáv a budete si môcť bez ďalších obáv na dva mesiace „zresetovať hlavu“. Najlepší spoločník na praktikovanie tejto aktivity je totiž časopis, a keďže zhodou náhod jeden držíte v rukách, bola by škoda to nevyužiť. Celá redakcia Karisu želá krásne prázdniny - vidíme sa v novom školskom roku!

*Alica Bednáríková*

# REDAKCIA

**Pedagóg:** PhDr. Beáta Makovická

**Šéfredaktor:** Alica Bednáríková

**Zástupca:** Marika Tisoňová

**Korektori:** Katarína Cigániková, Nora Mlynáriková, Radko Stolárik, Lujza Kočíková

**Grafici:** Martina Orvošová

**Propagácia:** Alica Bednáríková (koordinátor), Marika Tisoňová, Michaela Hanušia-  
ková, Radko Stolárik, Andrea Minichová, Míriama Bernátová, Lujza Kočíková, Rebeka  
Niníková, Katarína Cigániková, Jana Kováčsová, Jana Uhrinová, Erika Laššáková

**Redakcia:** Radko Stolárik, Marika Tisoňová, Vanda Zaklaiová, Alexandra Horkavá,  
Michaela Hanušia-  
ková, Andrea Minichová, Rebeka Niníková, Alica Bednáríková, Denisa  
Schlossárová, Rado Budoš, Helena Galbavá, Mária Rusnáková, Erika Laššáková, Jana  
Niepelová

**Fotografi:** Jana Niepelová

# OBSAH



5 Čo ste si nemali dať ujsť

9 Úspechy

10 Na čo sa môžete tešiť

**12 PANI UČITEĽKA  
VANTÁROVÁ - ROZHOVOR**

15 N-vecí, bez ktorých nemôže žiť...

**18 ROZHOVOR - PRVÁČ-  
KA KAPELA**

19 Memrise app - learning made  
joyful

**21 PRVÝ ROK NA GBAS-E**

23 English corner

**25 CESTOVANIE**

27 Kam na vysokú školu

28 Creative writing

30 Absolventi

33 Interesting useless facts

34 Reviews

36 Zlokot - rozhovor

37 Bakelita - Projekt 333

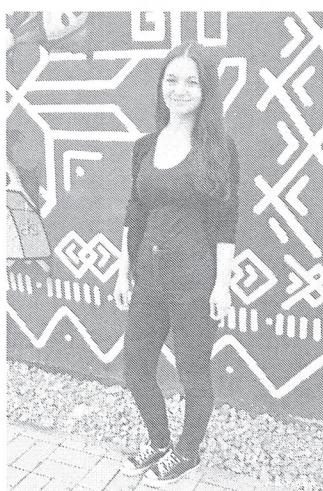
**39 INSANITY - TRÉNING**

40 Geology misconceptions

41 Intrák, privát, dochádzanie

43 Psychologické experimenty

# NÁZORY



Ako sa nám robilo na poslednom čísle?

Na každom čísle Kariisu sa podieľa množstvo ľudí z redakcie aj propagačného tímu, ktorí robia všetko preto, aby bolo čo najlepšie. Keďže mám od začiatku tohto školského roka možnosť byť súčasťou procesu tvorenia časopisu, môžem dosvedčiť, že každý jeden člen robí svoju prácu 100%. Preto je aj číslo, ktoré práve držíte v rukách plné hodnotných článkov a ja verím, že si každý z Vás nájde niečo, čo ho zaujme.

JANKA UHRINOVÁ

Kamaráti! Ani neváhajte a s chuťou sa ponorte do čísla ktoré práve držíte v rukách! Je plné zaujímavých článkov. Tvorba tohto čísla bola veľmi príjemná, svieža a hravá. Veľmi sa všetci teším z novej šéfredaktorky, ktorej držíme palce. Myslím si že KARIS má veľmi veľký potenciál na to, aby sa posúval vpred a aby mal čoraz viac a viac čitateľov (takže nie že ho dáš kolovať po triede!) Užite si články, rozhovory, prázdniny, slnko, vodu, pozbierajte zážitky a vidíme sa všetci spoločne v septembri oddýchnutí s úsmevom na perách!

MARIKA TISOŇOVÁ

Slnko svieti, nebo žiari, vtáčiky spievajú, leto prichádza a na GBASe sa znova predáva náš jedinečný časopis Karis. Myslím, že po namáhavom no úspešnom mesiaci sme to opäť dokázali a máme tu časopis plný zaujímavých článkov, nových rubriek, starých rubriek, kvalitných rubriek a ešte lepších rubriek. Dúfam, že oceníte našu snahu, pretože to robíme pre vás, ale aj vďaka vám. Verím, že Karis ostane naďalej obľúbeným, bude viac a viac prosperovať a napredovať.

ERIKA LAŠŠÁKOVÁ

# ČO VÁM UNIKLO?

## DEŇ ZEME

Ako by vyzeral kalendár, kde by sa pri dátume 22. apríl nevyskytoval nápis Deň Zeme? No samozrejme, že by to bolo hrozné, lebo by potom o ňom mnoho ľudí nevedelo! Avšak Bakelita myslela aj na ľudí, ktorí sa do kalendárov nepozerajú a pripravila program ku Dňu Zeme. Hoci sa kvôli iným školským akciám tento deň musel usporiadať o týždeň neskôr, teda 30. apríla, na kvalite mu to rozhodne neubralo! Tento pekný slnečný deň začal prednáškou od členov NP Malá Fatra, pokračoval cez veľkú prestávku súťažami Junk Art a kuchárskou, popri tom ste si na treťom poschodí mohli privlastniť rôzne materiály od GREENPEACE... Jednoducho, týmto dňom žil celý GBAS! Program vyvrcholil workshopom, kde si každý zo zúčastnených mohol vyrobiť svoje vlastné tričko s pomocou pečiatok či zasadiť vlastnú rastlinku do bee-friendly záhradky. I keď trochu zašpinení, Sučany sme všetci opúšťali spokojní a vyobliekaní do crop topov či napananí zo skvelého raw koláča, ktorý pripravili víťazky kuchárskej súťaže Ali Bednáriková a Deňa Rišianová. Zostáva už iba vychutnať si výhru, pričom obe spomínané sa zúčastnia stopovania medvedov v Národnom parku. A ak teraz ľutujete, že ste sa nezúčastnili, mám tu pre vás super správu – o rok sa na vás Bakelita chystá zas!

Mária Rusnáková



## NARODENINY KARISU

Štvrtok štrnásteho mája sa niesol v duchu Karis narodenín. Klub bol plný ľudí, chutná torta vylihovala v chladničke, prichádzali hostia. Akcia, na ktorú sa redakcia Karisu pripravovala niekoľko mesiacov, sa mohla začať.

Ako prvých sme vyspovedali dvoch hercov

Martinského divadla – František Výrostko ml. a Viliam Hriadeľ. Porozprávali o svojom prvom stretnutí, pôsobení na doskách, ktoré znamenajú svet a boli sme svedkami aj netypického hudobného vystúpenia. Po nich navštívila našu školu známa herečka, moderátorka a po no-

vom aj spisovateľka, ktorá zapožičala hlas známej Phoebe zo seriálu Priatelia – Bibiana Ondrejková. Dozvedeli sme sa všetko o jej hereckých začiatkoch, cez dabovanie a stretnutie seriálového Rossa až po písanie knížiek pre deti. Tiež sme zistili, že Bibiana sa venuje aj charitatívnej činnosti a že

prezývka Škorica jej prischla proti jej vôli. Fotili sme sa, okúsili tortu a zišli sa v príjemnej spoločnosti. Celá redakcia Karisu vám ďakuje za vašu prítomnosť a dúfa, že sa zúčastníte aj budúročných narodenín!

*Alica Bednáriková*



## OSVIENČIM

Keď sme ráno vyrazili autobusom na našu dlho plánovanú exkurziu, mnohí z nás nevedeli, alebo len tušili, čo nás čaká. Počuli sme veľa príbehov o tom, aký je to silný zážitok byť na tomto mieste a ako nás to poznamená na celý život.

V momente, keď sme vstúpili za brány tábora a ucítili sme jeho steny, zastihla nás ťažoba z osudov mnohých ľudí, ktorí na tomto mieste stratili životy. Keď uvidíte veci, čo po nich zostali, podmienky, v ktorých žili,

dotýkate sa stien, vnútri ktorých trpeli a boli ste na miestach, kde zomierali, až vám nabehnú zimomriavky po celom tele od krutosti, ktorú boli ľudia schopní urobiť iným ľuďom. Podľa môjho názoru by mal každý človek aspoň raz navštíviť bývalý koncentračný tábor Auschwitz-Birkenau pri Osvienčime. Miestami sme boli šokovaní a miestami až znechutení, ale myslím si, že bolo dôležité byť tam, aby sa už podobné hrôzy nikdy neopakovali.

*Radko Stolárik*



## UK TRIP

UK trip je na našej škole dlhoročnou tradíciou a udalosťou, na ktorú sa žiaci prvého ročníka tešia celý rok. A my sme neboli výnimkou. Keď konečne prišiel vytúžený 2. máj, všetci sme boli plní očakávania, nadšenia, ale aj strachu z neznámeho.

### Londýn

Našou prvou zastávkou po náročnej ceste autobusom bolo hlavné mesto Spojeného kráľovstva – Londýn. Tam už na nás čakal jeden zo symbolov mesta - Double-decker bus. Vďaka jazde po historickom centre s komentárom miestnej sprievodkyne sme si mohli vychutnať úchvatnú atmosféru britskej metropoly. Nasledovala 20-minútová plavba po Temži opäť s odborným výkladom. Neskôr sme mali príležitosť buď navštíviť

múzeum, alebo sa vmiesiť medzi miestnych obyvateľov, obdivovať krásy mesta, či urobiť spomienkové fotografie. Londýn je mesto, v ktorom si každý nájde niečo pre seba. A preto sme večer sadli do autobusu síce unavení, ale spokojní a odniesli sme si so sebou tie najkrajšie spomienky.

### Barnstaple

Náš hlavný cieľ a bydlisko na nasledujúci týždeň a pol sme dosiahli večer 4. mája. Okrem našich hosťovských rodín nás privíta



lo aj tradičné daždivé počasie. Preto sme sa pomerne rýchlo rozpŕchli „domov,“ kde sme sa konečne mohli zoznámiť s našimi rodinami a odpočinúť si po vyčerpávajúcom dni. Náš prvý deň sa opäť niesol v znamení poznávania. Spoznali sme školu a učiteľov, na čele ktorých stáli Roy a Angela. Zistili sme, ako budú vyzerať naše školské dni a pustili sme sa do objavovania Barnstaple.





Históriu mesta nám predstavil dobovo oblečený sprievodca Tom.

Ú t u l n é mestečko s usmievavými obyvateľmi v nás vzbudilo veľmi dobrý dojem.

### Výlety

Počas nášho pobytu nuda rozhodne nehrozila. Pro-

gram popri vyučovaní bol naplánovaný tak, aby sme nestratili ani hodinu. Hneď na začiatku sme navštívili prímorské mestá Woolacombe a Ilfracombe. Kým vo Woolacombe nás ohúril Atlantik rozprestierajúci sa kam až oko dovidelo, v Ilfracombe sme zas mohli obdivovať známu a kontroverznú sochu Verity. V podobnom tempe sme pokračovali aj ďalšie dni. Navštívili sme Exmoorsku Zoo, kde sme zvieratá obdivovali nielen spoza klietky či skla, ale tí odvážnejší z nás si mohli niektoré z nich na chvíľu podržať.

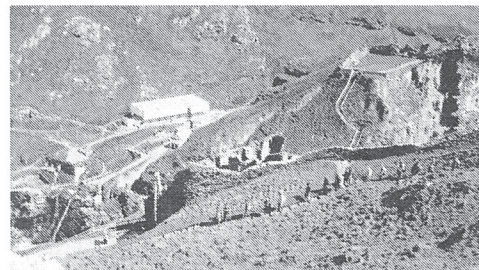
Zavítali sme do hlavného mesta Devonu a zároveň centra obchodu – Exeteru či ďalších prímorských mestečiek Lyntonu a Lynmouthu. Všetkým výletom však dominovala celodenná exkurzia v meste Tintagel, na ktorej sme objavovali legendu kráľa Artuša a navštívili sme miestny hrad. Odmenou za namáhavý výstup nám bol nádherný výhľad na okolitú krajinu a pobrežie.

Do nášho mimoškolského programu bol zaradený aj voľný deň s hosťovskou rodinou.



Hady a hmyz boli pre niekoho najočakávanejšia časť, iným naháňali strach.

Niektorí ho využili na výlet do iného mesta, niektorí len objavovali nové zákutia Barnstaple a iní sa spoznávali s rodinou pri hrách. Strávený deň s rodinami nám priniesol nový



Výstup to bol síce namáhavý, ale stál zato.

pohľad na život a kultúru obyvateľov Veľkej Británie. Našou poslednou spoločnou aktivitou pred odchodom bolo dopoludnie v Leisure centre, kde sme si mohli zašportovať podľa chuti.

### Disneyland

Na ceste domov nás čakala ešte jedna zastávka - Disneyland.

O č a k á v a n i a boli rôzne. Niektorí prišli s jasným cieľom stretnúť svojich detských

hrdinov, iní sa zas nevedeli dočkať, kedy budú môcť vyskúšať strmé horské dráhy. Atmosféra v parku bola naozaj rozprávková a mnohým žiakom sa návštevou Disneyho kráľovstva splnil ich detský sen.

UK trip bol akciou, na ktorú nikto z nás nezabudne. Získali sme nové skúsenosti, načerpali nové sily a vybudovali nové priateľstvá. Tie dva týždne ubehli naozaj rýchlo a zároveň nám dali tak mnoho.

Jana Uhrinová

## ŠPORTOVÝCH TALENTOV JE DOŠŤ, CHÝBAJÚ NÁM EMÓCIE

Našu školu nepochybne navštevujú výnimoční a talentovaní študenti. Tradične sa počas školského roka organizujú športové súťaže, v ktorých si naši študenti merajú sily s inými strednými školami. Spýtajme sa samých seba. Dávame do toho všetko, čo v sebe máme? Využívame dostatočne svoj športový talent a potenciál? Sme dostatočne aktívni a zapájame sa do športových krúžkov? V čom sme dosiahli úspechy a v čom by sme mohli byť lepší?

Pán učiteľ Gombársky má na to jasný názor: „Zúčastňujeme sa súťaží, ktoré majú svoj krúžok. Volejbal, basketbal, florbal a badminton. Je to viac-menej o záujme a hraní.“ Priznáva, že natrénovať niečo profesionálne v školských podmienkach je ťažké, no napriek tomu si myslí, že hrať s väčšou chuťou a úsilím by nebolo na škodu.

V basketbale sa tento rok chlapci zúčast-

nili pohára riaditeľa Gymnázia V.P. Tótha v Martine, kde získali druhé miesto a na februárových okresných majstrovstvách stredných škôl v Martine skončili tretí. Dievčatá sa súťaže v basketbale nezúčastnili, čo pán učiteľ Gombársky vysvetlil nasledovne: „Majú tu možnosť, no, bohužiaľ, ju nevyužívajú“.

Volejbalisti mali svoju súťaž v apríli, kde chlapčenské družstvo skončilo štvrté a die-



včenské o dve miesta vyššie. Ako pán učiteľ uvádza, v júni našich volejbalistov čakajú Turčianske hry, „na ktorých nám záleží, keďže pôjde o obhajobu nášho tradičného prvenstva.“

Čo sa týka florbalu, ten mal svoje majstrovstvá v novembri, kde chlapci obsadili tretie miesto a dievčatá štvrté.

Sám povedal, že by sa rád zúčastňoval aj iných, napríklad atletických súťaží. Iniciatíva takto talentovaných študentov však musí vychádzať od nich a nie od učiteľa.

Na otázku, či sa študenti jednotlivých ročníkov rovnomerne angažujú v športových krúžkoch a aktivitách, povedal: „Prváci sa väčšinou vyhovávajú, že majú veľa učenia, musia sa adaptovať, no to u mňa ako argument určite neobstojí. Preto sa sám snažím už od začiatkov študentov motivovať a inšpirovať. Som toho názo-

ru, že ak sa študent začne venovať, či už volejbalu, alebo inému športu od prvého ročníka a reprezentovať našu školu už ako prvák, je možné, že v piatom ročníku bude relatívne samostatný a môže pomôcť ako osobnosť“.

Pán učiteľ taktiež uviedol rok 2006, kedy sme sa vypracovali na Školu roka v okrese Martin a podotýka, že tento rok je naozaj veľmi ďaleko a rád by znova ocenil podobné uznanie. „Myslím si, že na škole máme dosť športovcov, len treba viac nasadenia a emócií. Nemôžem tie emócie dávať do toho len ja, pretože potom sa javím ako zúrivý“.

Myslím si, že k tomuto výstižnému vyhláseniu netreba nič viac dodať. Možno snáď len to, že úprimný pokrik pri smeči určite neuškodí.

*Denisa Schlossárová*

## NA ČO SA MÔŽETE TEŠIŤ

...lebo leto si treba užiť

**A** určite aj preskákať! A ak ešte netušíš, na akom festivale sa práve TY vyskáčaš, nemaj strach, lebo KARIS ti prináša prehľad najzaujímavejších, najenergetickejších a najlepších hudobných festivalov pod Tatrami. Už sa stačí len pobaliť. Pohoda? Pohoda!

Je zaujímavé, akú obsiahlu ponuku festivalov, o ktorých mnohí z nás „nemajú ani páru,“ na Slovensku máme. Okrem klasík, akými sú **Pohoda**, **Grape** či **Trident** však

územie niekdajšej Veľkej Moravy ponúka omnoho viac. Ako inak, aj tento rok, a dokonca práve dnes, začínajú hneď dve slovenské stálice - **Topfest a Hip Hop Žije 2015**.

Jedným z prvých už prázdninových festivalov bude multižánrový festival **Vrbovské vetry**. Od 4. júla si tak môžete naživo vypočuť Chiki Liki Tu-a či venezuelských Gypsy Ska Orquesta. Presne o päť dní neskôr začína najväčší slovenský festival **Bažant Pohoda**. Zaujímavým programom



sa môže pýšiť aj **AKM culture days 2015**. Okrem hudby program vyplnia filmy, prednášky, workshopy a výstavy, no a v našom zozname nesmie chýbať ani typický **RIP Fest** vo Veľkých Ripňanoch. Ako inak, vystúpia Horkýže Slíže, Desmod či Zoči Voči. Uskutoční sa 18. júla a lístky zoženiete už za 7€.

Koniec júla prináša nabitý program asi desiatky festivalov. My vám priblížime **Cibula Fest**, na ktorom tento rok bude Wanastowi Vjegy, Zóna A či Konflikt. Na Cibuli sa vyskáčete od 21€, pričom festival trvá tri dni. Pokračujeme festivalom **FestDobréBohunic**, pričom pri kúpe lístka sa zместíte do 20€.

Pre milovníkov blues tu je **Sitno Blues**, začínajúci 24. júla, pre milovníkov pohody zas 15. ročník **Žakovíc open** či klubový **BeeFree** festival, ktorý sa tento rok (opäť) presunul do klubov. Júl nám uzatvorí metalový **Gothoom Open Air Fest** a česko-slovenský **Fresh Fest** na Duchonke.

V prvom týždni ôsmeho mesiaca v kalendári sa môžete tešiť napríklad na jeden z najstarších slovenských hudobných festivalov - **Festival Červeník**. Ten už má

50 rokov a oslavovať ich môžete spolu s Rišom Müllerom, Smola a Hruškami či Slížami.

Ďalej vás čaká **Rock pod Kameňom**, začínajúci 7. augusta, multižánrový Galota Fest, konajúci sa na Zelenej vode pri Novom Meste nad Váhom či populárny **GRAPE**. Predstavia sa Foals, MØ, ba dokonca aj Sigma prijali pozvanie, tak ho neváhajte prijať aj vy, lebo lístok je váš už za menej ako 50€.

Nakoniec tu pre vás máme tri festivaly, počínajúc **Uprisingom**, na ktorý sa



čoskoro pobalí Bunny Wailer, Chuck Fenda, Little Pepe aj Cian Finn. Lístky nepochybne zoženiete aj na **Traktor RockFest** s line-upom obsahujúcim Pantera revival, six Between a mnoho ďalších. Lúčime sa s piešťanskou **Lodenicou**, teda 17. ročníkom najväčšieho slovenského festivalu country, folku, blue grass a trampskej hudby.

\*Informácie pre článok poskytol portál [citylife.sk](http://citylife.sk)

*Maria Rusnáková*





**N**ejeden človek, ktorý sa zúčastňuje na hodinách telesnej výchovy, z nich odchádza so svalovicou na bruchu. Údery, pády a nové, žiakmi vymyslené techniky sú skvelým spestrením dňa. Pani profesorka Vantárová je človek, ktorý nemá núdzu o podobné zážitky. Je to žena s veľkým srdcom a vysokým hlasom. Aj keď ju niekedy môžeme počuť až na druhú poschodie, učí nás s láskou a plným nasadením. Už niekoľko rokov odoláva Gombárskeho šarmu v spoločne zdieľanom kabinete a sama prináša na svoje hodiny kopec úsmevu. Na chvíľku pre nás odložila obľúbenú písťalku a nebála sa odpovedať na pár našich otázok.

#### Čo si na sebe najviac vážite?

Slušnosť. Snažím sa byť k ľuďom natoľko slušná, aby ku mne neboli neslušní, a takisto sa ku mne správali slušne. Každý človek si to zaslúži. Niečo, ako karma. To, čo dáte, sa vám vždy vráti. Preto by sme sa mali správať tak, ako chceme, aby sa ku nám správali ostatní. Keď však tak spätne uvažujem, stalo sa, že slušnosť sa mi občas

nevyplatila. Moji rodičia ma ale viedli k tomu, že aj zlé veci ma posilnia a posunú vpred.

#### Na základe čoho ste sa rozhodli stať sa telocvikárkou? Bol to sen stať sa učiteľkou, alebo vás k tomu dohnala láska a chuť venovať sa športu?

Vždy ma to bavilo a stále ma to baví. Aj na základe toho, že môj tatino bol veľký športovec, futbalista a hokejista a snažil sa nám spolu s mojím bratom šport vštepiť do srdiečka. Naučil nás lyžovať, korčuľovať, plávať, hrať loptové hry, čo sa nám v živote zišlo. Brat hral hokej, bol v reprezentácii do 20 rokov za ČSSR a ja som sa dala na telocvik. Aj pri príprave na FTVŠ, čo nebolo ľahké, stál tато pri mne.

#### Ako triedna učiteľka máte na starosti triedu 4.A. Mohli by ste ju obodovať na stupnici od jeden do desať?

Môžem bodovať len dievčatá, pretože chlapcov neučím, ale myslím si, že na tých osem a pol až deväť by to bolo. Body by

som im strhla asi len za to, že niekedy vedieť byť poriadne lenivé. Ale inak im nemám čo vytknúť. Mám ich všetkých rada, nie len dievčatá, ale aj chlapcov.

#### Zdieľate spolu s nimi aj maturitné stresy, alebo ste skôr ich povzbudzovateľ?

Niekedy s nimi prežívam aj stresy. Hlavne s tými, o ktorých viem, že s tým majú trochu problém, ale oni vedia že im vždy držím všetky svoje prsty a palce. Sú veľmi šikovní.

#### Chodievate rada na školské výlety a exkurzie, alebo to skôr beriete tak, že sa zase musíte motkať na tom istom mieste? Navyše, my žiaci vieme byť niekedy nevyspytateľní...

Na výlety so žiakmi zásadne nechodím. Dokonca ani s mojou triedou nie, pretože na to nemám čas. Keď ma však oslovia, aby som šla, v prípade potreby, alebo keby náhodou niekto vypadol, vôbec mi to nerobí problém. Exkurzií a výletov mám cez školský rok dosť a voľný čas určite radšej využijem s rodinou.

#### Myslíte si, že výrok „mládež je čoraz horšia a horšia“ je pravdivý?

Je to vec názoru. Neplatí to vždy a vo všetkom, ale myslím si, že terajšia mládež si neváži samých seba a tým pádom si neváži ani ostatných. Nemyslím si však, že by sa to momentálne dalo nejako vyriešiť. Na to by sa musela zmeniť celá spoločnosť, a to sa samozrejme nedá. Na druhej strane viem, že sú medzi nami aj veľmi cielavedomí a slušní mladí ľudia, preto nemôžeme hádzať

všetkých do jedného vreca.

#### Ako vyzerá vaše oddychové popoludnie?

Prídem domov, nachovám psa, nachovám



andulu, a idem do záhrady. Tam mám skleník a veľmi rada pracujem s rastlinami. To je môj oddych. Pestujem si vlastnú zeleninku a tak.

#### Kde a ako vzniklo známe MICI, ktoré tak často používate?

Už ani neviem. Nejakو sa mi to priplietlo na jazyk. Je však pravda, že meno si niekedy zapamätám až vo štvrtom/piatom ročníku.

Ale zdá sa mi pekné, že na to MICI sa nikto neurazí. Je to také lúbezne, nie?

**Aké je zdieľať kabinet s pánom Gombárskym?**

No, dá sa. (smiech) Toto dúfam nemusím komentovať, že nie? (smiech)

**Stala sa vám v poslednom čase nejaká vtipná príhoda, o ktorú by ste sa s nami**

**SLUŠNOSŤ SÚČASŤOU  
VANTÁROVEJ TÍMU: „TY TOMU  
NEVERÍŠ, PRETO TI TO NEJDE!“**

**chceli podeliť?**

(smiech) Mali sme so štvrtáčkami na hodine testy všeobecnej pohybovej výkonnosti. Keď sme cvičili skok z miesta, jednému z dievčat, ktorým to nešlo som povedala, nech si dopomôže. Ona skočila a rukami sa posunula tak, že sa na zemi prešmykla ešte aspoň o meter a pol ďalej. Skoro padla hlavou na zem. Ale milé to bolo...

**Akým zaujímavým činnostiam ste sa venovali v detstve?**

Aké som bola dieťa? Moja mama hovorí, že veľmi dobré, poslušné. Vtedy ešte rodičia končili prácu o 15:00-15:30 a mohli sa venovať rodine, čo bolo fajn, lebo moji rodičia sa nám naozaj venovali. Chodili sme lyžovať, sánkovať, plávať, stanovať... Keď som začala chodiť do školy, chodievala som na výtvarnú na základnej umeleckej škole. Doteraz mi to ostalo, som celkom kreatívny človek. Neskôr som tancovala vo folklórnom súbore Marína, kde som po doštudovaní gymnázia skončila, lebo som šla na vysokú školu. Tam som ešte dva roky

tancovala v súbore GYMNIK. Také som ja bola dieťa.

**Sú vaše deti tiež športové typy?**

Mám jedného syna, ktorý má 26 rokov, je už samostatný. Samozrejme, že sme ho aj s manželom viedli k športu. Aj manžel je telocvikár. Naučili sme ho lyžovať, plávať, korčuľovať, bicyklovať.

Snowboardovať sa naučil s kamarátmi. A môžem povedať, že aj teraz, keď je už dospelý, sa tomu sem tam venuje, aj keď popri práci to už nie je také intenzívne.

**Čo hovoríte na páriky na školských chodbách? Pamätáte si aj vy na svoju prvú lásku?**

Páriky na školských chodbách sú fajn, pokiaľ ich prejavy na chodbách príliš nevyrušujú ostatných. Zaláskavenie by si mali nechať pre seba. Moja prvá láska bol Janko. Bol veľmi pekný a stále ma ťahal za vrkoče, vtedy som mala dlhé vlasy. Kúpil mi dokonca aj nanuk. Bolo to veľmi milé.

**HLÁŠKY Z POSLEDNEJ HODINY:**

*A vám čo...oči vydobali?*

*Ale dievčence ja nemám strojčeky nôh...Nedodali...Hýbte sa!*

*A vy na čom dnes fičíte, dievčatá? Ved' vy ste úplne mimo. No divaj!*

*No tak toto sa už aspoň trochu podobalo...*

*(Na dievčatá letí lopta ale ani jedna sa jej nedotkla aby ju odbila) A vy dve ste si čo pozerali? Akú má tá lopta farbu? Tvar? Div ste si oči nevyočili...*

*V: XY, ty tomu neveríš! Preto ti to nejde!*

*XY: Verím! Ja som pre tú loptu dnes obetovala život. Ved' už som aj na zemi dnes bola...*

Marika Tisoňová

# 19 VECÍ, BEZ KTORÝCH NEMÔŽE ŽIŤ

Člen Žiackej rady a debatného klubu, pravidelne zúčastňujúci sa na rôznych projektoch LEAF-u a iných organizácií, oslávi v lete, konkrétne 19. augusta, 19 rokov. My vám prinášame 19 vecí, bez ktorých nemôže žiť tretiak Kristián Fides.

1. **Indie/alternative hudba** – Ulahodiť môjmu hudobnému vkusu (vlastne nielen hudobnému) nie je vždy jednoduché, ale alt-J, The XX, Hozier, Bastille alebo Korben Dallas sú jedni z interpretov, ktorých pesničky by ste mohli začuť z mojich slúchadiel. Hudba nielenže pre mňa predstavuje dočasný únik z reality, ale často mi pomáha vidieť veci krajšie.

2. **Knihy** – či už slovu písanému, alebo hovorenému pripisujem veľkú moc, a preto si umenie slova veľmi vážim a obdivujem ho. Medzi mojich najobľúbenejších autorov súčasnosti bezpochyby patrí Dan Brown, ktorý ma svojimi záhadnými príbehmi plnými tajomstiev zakaždým nadchol a ukázal dovedy nepoznané zákutia.

3. **Diár** – Priatelia, s ktorými trávim väčšinu času, určite nepotrebujú o tom veľa počuť. Dosť si potrpím na detailoch a o všetkom, čo sa ma týka, chcem mať prehľad. To by však nebolo možné bez môjho (teraz už síce čiastočne rozpadnutého, ale zato pre mňa dôležitého) diára, do ktorého si zaznačujem takmer všetko, čo ma čaká a neminie.

4. **Perá PARKER** – sú pre mňa niečím špeciálnym a po tom, ako som dostal jedno na moje 18. narodeniny, neviem si už predstaviť, aké by bolo písanie bez nich.

5. **Môj parfum** – na prvý pohľad to možno vyznie veľmi vtipne, ale po 4 rokoch spoločného spolunažívania sa stal mojou súčasťou. Veľa ľudí ma už na základe tejto vône pozná, keďže dominantné drevíto-korenisté „tóny“ cítiť takmer zo všetkých mojich vecí.

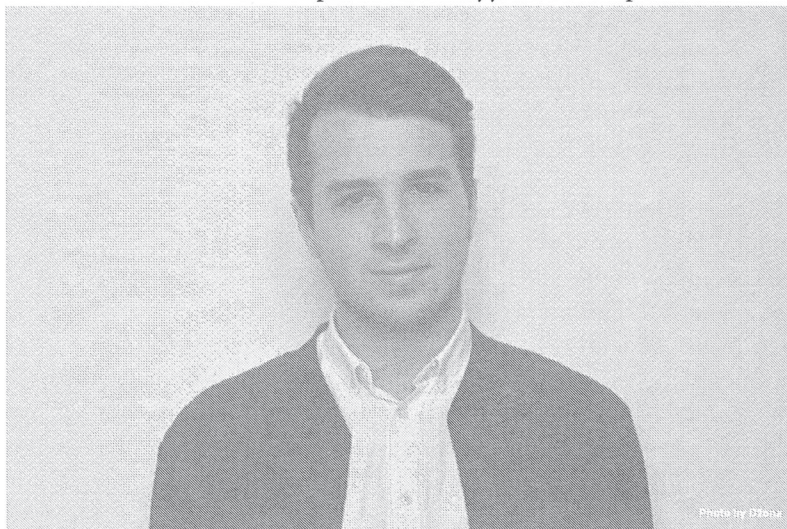
6. **Divadlo** – Divadelné predstavenie – ponorenie do sedačky, zimomriavky z neuveriteľných výkonov hercov sa mi vždy vryjú do pamäti. Divadlo je miesto, kde pociťujem pokoj a kde by som sa vracal znova a znova.

7. **Talianske jedlo** – Jedlo a samotné varenie mi vždy prinášalo radosť. Ingrediencie talianskej kuchyne ako pesto, sušené paradajky, parmezán atď. vždy patrili



medzi moje najobľúbenejšie. Všetky tieto ingrediencie spojené s akýmkoľvek druhom dobre pripravených cestovín v kombinácii s pohárom dobrého vína je pre mňa úplným „nebičkom v ústach“.

**8. Spánok** – Spánok je vec, ktorej nikdy nemám dosť a dostať ma z postele je často veľmi ťažké. Veď by vám vedeli moji spolubývajúci povedať o mojich piatich sériách b u d í k o v . . . (Verím však, že v budúcnosti sa to zlepší!)



**9. Seriály** – Počas dní, kedy sa stáva prokrastinácia hlavným bodom môjho harmonogramu, prichádzajú na scénu seriály. Suits, Game of Thrones, How to get away with murder, Outlander sú seriály, ktoré mi nikdy nedajú pokoj a nemilosrdne ma nechávajú čakať v napätí na nové epizódy.

**10. Tlač** – uspokojiť moju zvedavosť tiež nie je jednoduché, a keďže chcem stále vedieť, čo sa okolo mňa a vo svete deje, vždy rád siahnem po Denníku N, časopise týždeň. alebo inom zaujímavom (pováčšine zahraničnom) čítaní.

**11. Blogy** – sú pre mňa takisto zdrojom nových pohľadov a inšpirácií.

**12. Beh** - Nikdy mi nešli žiadne športy, preto som si pôvodne nemyslel, že sa v tomto rebríčku nejaký objaví. V poslednom čase však ani mňa neobišla mánia behu a zistil som, že predsa existuje šport, pri ktorom si aj ja dokážem prevetrať hlavu

a cítiť sa po ňom lepšie.

**13. MALALATA** – ladné rytmy swingu a príjemná atmosféra je to, čo toto DJ duo vie vždy poskytnúť na svojich bashaveloch. Je to perfektné miesto na zahodenie všetkých starostí za hlavu a zaswingovanie si so svojimi priateľmi. Nikdy neváham, keď sa môžem niektorého z nich zúčastniť. (Veď kto ich už zažil, vie o čom hovorím . . .)

**14. Mimoškolské aktivity** – ako debata, Žiacka školská rada, LEAF, TEDxYouth@Zilina a iné projekty zaplňajú väčšinu môjho voľného času. Aj keď niekedy premýšľam, prečo mám toho tak veľa, v konečnom dôsledku si uvedomujem, že práve to tvorí moju podstatu a že deň bez zdravej dávky stresu alebo nervov by už asi nebol ani dňom.

spomienok...

**15. Minimalizmus** – myšlienka minimalizmu pretavená do jemných tónov a geometrických tvarov je to, čo ma vždy uchvacovalo. Či už v móde, umení, architektúre alebo hudbe je zaujímavé, ako dokážeme nachádzať v jednoduchosti hlbšie významy a krásu.

**16. Priestor a čas**– Napriek tomu, že sa pokladám za relatívne spoločenský typ, sú momenty, kedy potrebujem čas len a len pre seba... V tomto čase väčšinou trávim svoje voľné chvíle práve aktivitami, ako čítanie, pozeranie seriálov atď.

**17. Cestovanie**- asi ako každý mladý človek v tejto dobe rád objavujem nové veci. Objavovať nepoznané, spoznávať nové kultúry, jazyky a miesta je niečo, čo nás nielen posúva ďalej, ale aj nám zanecháva množstvo nezabudnuteľných

**18. Domov** – je krycím menom pre Lipovskú Lúžnu, ktorá je mojou rodnou dedinou. Aj keď sa často sťažujem, že v nej nič nie je, po čase mi už začína chýbať to ticho a pokoj horského prostredia . Vraciam sa tam s radosťou...veď predsa tam mám takmer všetkých svojich najbližších :)

**19. Láska** – Vyhýbajúc sa všetkým možným klišé sa dostávam k tomu najväčšiemu, ktoré koniec koncov zastrejuje všetky ostatné. Priatelia, rodina, šťastie, dôvera sú dôležité piliere, na ktorých stojí šťastný život väčšiny ľudí. Všetky tieto časti sú takisto nesmierne dôležité aj pre môj život a bez podpory a lásky tých najbližších by ani môj život nebol taký pekný, ako je.

*Michaela Hanušiaková*



**S**peváčky Slávka Švárna, Paťa Zúbeková, Lenka Pálešová, Niky Fertetalová, Veronika Bergerová a Zuzka Nikodemová. Huslisti Lívia Faktorová a Rišo Sršeň. Flautisti Veronika B., Niky F. a Matej Koyš. Klaviristka Radka Lacová. Gitaristi Mišo Kvaššay, Adel a Terka Karošová. Bubeníčka Sarah Ivanovová. A maskot Kubo Košnár.

Prvýkrát sme ich videli vystupovať na imatrikuláciách, kde nám doslova vyrazili dych. Odvtedy ich vídavame takmer na každej školskej akcii. Prinášame vám rozhovor s úspešnou kapelou našich talentovaných prvákov.

**Prečo ste sa dali dokopy? Kto bol iniciátorom vzniku?**

-V podstate sme sa dali dokopy už pred imatrikuláciami, keď sme nacvičovali tie 2 pesničky, s ktorými sme vystupovali. A nápad to bol Maja Bergera, ktorý mal na starosti hudbu a sám to chcel tak nejak uhrať, aby sme sa dali oficiálne dokopy.

**Takže vystupujete v takom počte preto, lebo ste sa toľkí pozbierali už na imatrikuláciách?**

-Nie, bolo nás menej, ale postupne sa k nám pridávali ďalší prváci.

**Váš najčastejšie hraný hit je určite „I see fire“. Čí nápad bolo nacvičenie práve tejto pesničky?**

-Na tom sme sa zhodli všetci.

-Mali sme vo výbere veľa pesničiek, a zhodli sme sa na tejto jednej. Skúšali sme

ich nacvičovať viac, ale táto nám najviac sedela.

**Podľa čoho si vyberáte pesničky, s ktorými budete vystupovať?**

-Podľa toho, aké sú tam nástroje.

-A podľa toho, aké sú známe. :)

-Všetky pesničky sú tak približne v jednom štýle, že sú príjemné a aj sa chytia.

**Je vo vašej skupine niekto, kto vystupuje ako líder? (vedie nácviky, vyberá pesničky...)**

-(hromadne) Slávka. Nie je to oficiálne, ale



Photo by Džura

Slávke to tak prirodzene „prischlo“.

-(Slávka) My sa väčšinou tak dopíňame, že napríklad ja poviem, kedy sa stretneme, potom Paťa dá dokopy hudbu a už sa do toho všetci vrhnú a každý si urobí tú svoju pasáž pesničky. Kto hrá na gitare alebo inom nástroji, napíše si noty, kto spieva, naučí sa text a nakoniec je z toho pesnička, s ktorou vystupujeme.

**Stretávate sa pravidelne alebo len vtedy,**

**keď potrebujete cvičiť na nejakú školskú akciu?**

(smiech)

-Pokúšali sme sa o pravidelné stretnutia, ale nejakú nám to nevychádzalo, takže väčšinou sa stretneme až tesne pred akciou alebo vystúpením.

**Je medzi vami nejaký „stresák“? Ak áno, ako prežíva či už generálky, alebo priamo vystúpenia?**

-Všetci sme stresáci. Každý má takú prirodzenú trému pred vystúpením, ale navzájom sa podporujeme, takže to vždy zvládneme.

**Keďže spolu trávite pomerne veľa času, určite máte nejaké storky zo zákulisia vystúpení alebo z nácvikov. Prezradíte nejakú?**

-Napríklad, keď sme nacvičovali pred imatrikuláciami a už sme prvýkrát zahrli

celú pesničku tak, že sa to bez chyby podarilo, zrazu sa otvorili dvere, za ktorými stálo zopár ľudí a začali nám tlieškať, že sa im to páci a že nás počúvali cez dvere.

-Ale stávajú sa aj nepríjemnejšie veci. Deň pred Valentínskym plesom sme išli na generálku vyskúšať si ozvučenie. Ozvučenie vyhovovalo, veľmi dobre to znelo, tešili sme sa, aké super vystúpenie to bude a povedali nám, že to presne takto bude aj v deň plesu. No keď sme prišli pred plesom poslednýkrát odskúšať pesničky, bolo to úplne inak ozvučené a husle nemali žiadne mikrofóny.

**Kedy vás uvidíme vystupovať najbližšie? Viete, čo budete hrať?**

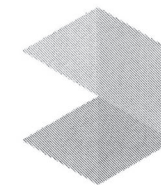
-Na GardenParty.

-(smiech) To, čo budeme hrať, sa aj my dozvieme najskôr týždeň predtým. :)

Mária Rusnáková, Jana Niepelová

## LEARNING, MADE JOYFUL – MEMRISE

*This section of Karis may often be read by desperate students who want to increase their grade average and seek for easier alternatives to sitting over 40 pages of notes. Then there are also other people this article (or should I say review) may help. They could just be hungry for knowledge and not really feeling like watching hour-long videos and documentaries. The app which I am going to introduce to you may help all of the groups of students aforementioned and I am sure we are going to hear about it more in the future. Behold: Memrise!*

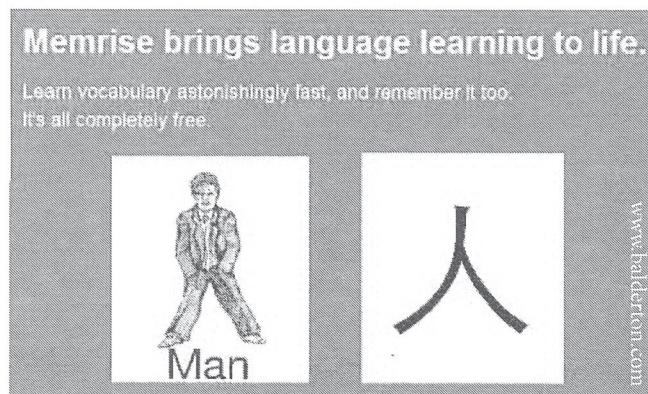
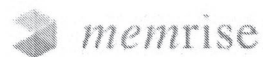


www.memrise.net

BETA  
**memrise**  
GROW YOUR MIND

**M**emrise is available on iTunes and on Google Play for free. It consists of several tests which are supposed to improve your vocabulary and several other facts in a much more comprehensible way. You can choose from more than 500 languages including American and French Sign Language and our beloved Slovak language. It has just been released this May so it is kind of new.

During each session you will get a few facts to learn and you will get frequently tested from these words. You will also get several helpful tips to remember them, for example if you choose to learn Chinese, and you will get to certain complicated



words, the app offers you to look at animations and gifs showing the resemblance of these words to other objects. While learning a new language you will progress from just learning vocabulary to making full sentences of the learnt vocabulary. This is done in forms of multiple-choice questions where you are supposed to choose the correct translation of a given sentence.

Over the course of this one session, you will learn at least five new facts or words. There is also a leader board so you can compete with your friends for the highest score. You can also create groups in which you can study with your friends and classmates so this app can be of great use to teacher as well as to students. You don't necessarily have to choose to learn languages. Memrise also offers courses from Maths, History, Memory training, Arts and so on and so forth. There is even a course on alcoholic drinks and Harry Potter spells. That I think is enough to get people interested.

#### My opinion

I think Memrise is a great app which is soon-to-become one of my favourites. Its versatility and general easiness to operate and orientate in makes it very engaging and fun, which is surprising considering this app is just in its baby years. What I see as the biggest flaw is that, while learning languages, it doesn't pay as much attention to structuring sentences as in other learning apps, but still the app is still very useful while

learning new vocabulary, which is what I, on the other hand, really like about this app. It will help you obtain new knowledge much more easily in comparison to cramming it from several-pages-thick books and any other studying material. So if you ask me? A definite learning must-have.

*Radko Stolároik*

# PRVÁCKY KVÍZ

**K**aždý rok na GBASe nám prinesie nových, výnimočných ľudí. Tohtoroční prváci nás prekvapili svojim talentom a intelektom, ako sa na elitnú školu patrí. Aké mali oni predstavy o GBASe a čo všetko im prvý rok ich stredoškolského života daroval? Odchytili sme si štyroch z nich a položili im tieto otázky:

- 1 Aké si mal/a očakávania od GBASu? V čom sa líšia od reality a v čom nie?
- 2 Čo ti dal GBAS počas prvého roku?

## SABÍNA KVASNICOVÁ, I.A

1 Keď som zistila, že niečo ako GBAS existuje, uvedomila som si, že to môže byť prvý krok na ceste ku kvalitnejšej vysokej škole v zahraničí. Čakala som teda, že mi táto škola otvorí obzory a ukáže nové smery do budúcnosti. Moje očakávania boli naplnené, pretože po necelom roku viem, že možností pre slovenských študentov je omnoho viac, ako som dúfala.

2 Za necelých 9 mesiacov sa zmenil hlavne môj prístup k známkam. Už viem, že je nad moje sily mať neustále dobré známky vo všetkom, že je lepšie zamerať sa na predmety, ktoré sú pre mňa podstatné. Od septembra som bola obklopená novými ľuďmi a táto rôznorodosť pováh a charakterov ma naučila, že ľudia nie sú takí milí ako sa zdajú, prvý dojem klame, bez priateľov, ktorí ňu podržia, ťažko prežiješ a najlepšie zistenie: je v poriadku byť „nad vecou“ a nezaujímať sa o veci, ktoré fascinujú väčšinu populácie.

## OLIVER ALAN ŠTAFURIK, I.B

1 Tak určite som od tejto školy očakával dosť, keďže to je jedna zo slovenských "elitných" škôl. Očakávania boli veľké - či už na štúdium, učiteľov, alebo náš prvácky kolektív. Táto škola sa mi zdá dokonca lepšia, ako som očakával. Som veľmi rád, že som tu a za nič by som toto rozhodnutie nevzal späť.

2

Za tento rok som si zlepšil najmä angličtinu, ale aj iné predmety, napríklad fyziku a matematiku, za čo som vďačný aj našim profesorom. Zároveň som počas tohto roku našiel veľa dobrých priateľov, za čo som veľmi vďačný. Prekvapilo ma, aká dobrá atmosféra vládne v priestoroch tejto školy medzi žiakmi a celým učiteľským zborom.

MICHAL MJARTAN, I.D

1

O GBASe som sa nesnažil urobiť si nejakú presnú predstavu, aby som nebol po nástupe na školu sklamaný. Jedinú vec, ktorú som od GBASu očakával, bolo veľa učiva a tým pádom aj veľa učenia sa, ale nie je to celkom tak.

2

Tak jednoznačne skvelých ľudí a myslím si, že na prvý rok je to celkom dostačujúce.

JANA UHRINOVÁ, I.C

1

Moje rozhodnutie ísť na GBAS bolo sprevádzané neistotou. O škole som toho veľa nevedela ani v deň zápisu a bála som sa neznámeho. Najviac ma pravdepodobne trápilo, ako si poradím s angličtinou. Bola to veľká zmena a mne bolo od začiatku jasné, že to nebude malina. Moje obavy sa aj naplnili a prvý mesiac bol pre mňa naozaj boj. Momentálne je situácia oveľa lepšia aj vďaka veľkej trpezlivosti učiteľov. Prvotný strach opadol a škola sa mi ukázala v dobrom svetle.

2

Pre mňa najhodnotnejšou vecou, ktorú mi GBAS dal, sú GBASáci. Ak je niečo, s čím som na škole nemala najmenší problém, tak to je zapadnutie do kolektívu. Svoju voľbu školy v tomto vôbec neľutujem. Ba čo viac, neviem si predstaviť, že by som sa rozhodla inak. Dennodne sa pohybujem medzi inteligentnými ľuďmi s vlastnými názormi. Na škole nás učia, ako myslieť a nie, čo si máme myslieť. Učiteľia a spolužiaci ma zmenili. K lepšiemu.

*Naším prvákom ďakujeme za rozhovor a prajeme veľa šťastia! :)*

*Andrea Minichová*

## FIVE MISTAKES THAT DRIVE ME NUTS: PART ONE

I've been teaching here for almost nine months and during this time I've found out that some mistakes occur over and over again. What follows is a list of five of the most common -- and the most annoying ones -- I've encountered so far.

### Articles

English articles are notoriously tricky, but there are a few cases when the rules are pretty straightforward and there is very little room for doubt. You never use articles with names of people or with "short names" of countries (with a very few exceptions like "the Netherlands"). It's always just Michael or Kate or Billy; or Germany or Britain or Honduras. Of course, when you use the "long name" of the country which contains the word "republic", "empire" or "kingdom", you have to use the definite article. So the Slovak Republic but only Slovakia. (BTW: As of today, there is no formal short version for the country to the west so, for the time being, you have to stick with "the Czech Republic").

### Written

The phrase "it's written" is used only when you talk about "physical reality" -- that there is writing on a surface. It is perfectly acceptable to say "there's something written on the wall" when you are talking about a wall covered in graffiti or "there something written in this notebook" when you find a page covered in writing among many blank pages. But when you are talking about the content of a text, there are other phrases to choose from. Probably the most universal is "it says" (it says here, it says in the book, it says on the noticeboard). You can also try other things: "In the book the author talks about ...", "The article mentions ...", "The author writes that ...", "It was said in the news that ..."

### Way and how

These two words never occur in English next to each other, whatever your internet searches turn out. You can say "This is how you do it" or "This is the way you do it" or "This is how to do it" or "This is the way to do it" or "This is how it's done". You can say almost anything except putting way and how next to each other. So please, don't do that since this is probably my biggest pet peeve.

## Years

As a history teacher, I've been getting this a lot. When giving a time reference, you just say: "My brother was born in 1997." If you want to be more specific, feel free to give additional details: "My brother was born in May 1997." Or, providing even more insight into your family history, you can add: "My brother was born on 7 May 1997 at 3:03 am." Whatever you decide to say, do not use the word year or the phrase "in the year". This makes you sound rather old-fashioned since the full phrase is "in the year of Our Lord" and I think it's gone out of fashion.

## Addressing your teacher

There are many ways you can talk refer to your teachers. But when talking directly to someone, the best way to address a teacher is to use Mr. or Mrs. together with the person's surname. So I am "Mr. Kolcún". (And that's it for the official context; what you choose to call me among yourselves I do not even venture to guess, although I harbor few illusions.)

*BONUS: Because I'm just correcting Y2 essays I would like to point out that in most cases, there is no comma before that.*

I know that most of you know these things. But it never hurts to refresh your memory and to point out things explicitly. I hope this will eliminate the "ways how" and "mr. teachers" in the future. Take care.

DK



## RÍM

Ahojte! V tomto článku vám napíšem o ceste, ktorá ma nakoniec šťastlivo zaviedla do Ríma. Konkrétne do Zagarola, čo je malé mestečko pár kilometrov od Ríma, som šiel kvôli Erasmusu - projektu s názvom You(th)4Europe, ktorého sa zúčastnili zástupcovia z Talianska, Španielska, Česka, Slovenska, Turecka, Chorvátska, Rumunska a Bulharska.



Celé to začalo 6. mája skoro ráno, keď som plný očakávaní a nadšenia nasadol do vlaku v Bratislave smerujúceho do Budapešti. Po chvíľke obdivovania hlavnej vlakovkej stanice v Budapešti som sa pomaly vybral na letisko v Budapešti, ktoré nakoniec nebolo ani zďaleka tak blízko centra a ani maďarské názvy ulíc neboli tak ľahko zapamätateľné, ako som si predstavoval.

Po vyčerpávajúcom dni som sa konečne podvečer ocitol v nádhernom Ríme, kde bolo už od prvej chvíle cítiť príjemnú a priateľskú atmosféru z každej strany. Počas prvých dvoch dní sme mali možnosť nazrieť hlbšie do ulíc Ríma a navštíviť čo najviac krás, ktoré sa odkrývajú na každom

rohu tohto kultúrneho a historického centra Európy.

Po dvoch dňoch a prezretí pamiatok, ako Koloseum, Altare della Patria, Pantheon, Fontána di Trevi, Vatikán (a samozrejme mnohých ďalších) sme sa s desiatkami nachodených kilometrov presunuli do Zagarola, kde na nás čakal nasledujúci týždeň.

Napriek diverzite kultúr, jazykov a tradícií sme sa počas týždňa spojili v jednu veľkú skupinu Európanov pracujúcich spoločne na rôznych projektoch. Dni plné workshopov, roleplays a rôznych seminárov o Európskej únii nám rozšírilo obzory a poskytlo množstvo nových informácií. Týždeň v medzinárodnom prostredí nám ukázal, aké je dôležité pre lešpiu spoločnú budúcnosť hľadať to, čo nás navzájom spája a nie rozdiely.



Po slnečnom týždni v priateľskom prostredí Wiki Hostel s okolím vysadeným bambusom sme sa museli rozlúčiť so všetkými novými kamarátmi a pripraviť na návrat do reality... Spomienky a zážitky z týchto 10 dní mi však v hlave budú rezonovať ešte veľmi dlho.

*Kristián Fides*

# HAPPINESS. IT'S YOUR RIGHT!

Šťastie je aj tvoje právo bola hlavná myšlienka projektu Erasmus+, na ktorú ma vybrali ako jednu z piatich slovenských delegátov cez organizáciu Magna Carta NGO. Projekt bol zameraný na ľudské práva v krajinách EÚ ale aj vo svete a boli sme tam mladí zástupcovia siedmich štátov (Slovensko, Česko, Poľsko, Litva, Lotyšsko, Grécko, Taliansko).

Strávila som nezabudnuteľných 10 dní v Aténach, počas ktorých som bola naozaj šťastná. I keď nie všetko bolo ideálne, naučila som sa aj, ako sa zachovať vo veľmi stresujúcich situáciách. Či už ide o stratenie sa v 5 miliónovom meste, robenie interview s miestnymi o gréckej politike, alebo nočné prechádzky anarchistickými uličkami.

Veľké dobrodružstvo sa začalo už večer 21. apríla, kedy som na bratislavskom letisku nastúpila do Ryanair lietadla. Po príjemnom lete, cestou aténskym metrom a motaní sa uličkami sme našli nakoniec náš hostel a hneď som sa cítila istejšie, keď som sa poriadne spoznala s ostatnými účastníkmi.

Každý deň bol veľmi rôznorodý, začínajúci sa rannými workshopmi či aktivitami úzko či nepriamo súvisiacimi s témou ľudských práv. Jedno doobedie sme napríklad boli reportérmi oslovených ľudí na námestiach, zisťujúc názory na súčasné problémy Grécka, inokedy sme prezentovali problémy v našich krajinách,

počúvali prednášku o bezpečnosti osobných údajov a nakoniec robili na vlastných projektoch. Všetky časti programu boli nastavené tak, aby sme čo najlepšie spoznali mesto, navzájom medzi sebou a uvedomili si, s akými problémami sa stretávajú ľudia v tých-ktorých krajinách dennodenne, o čom sa možno ani nepíše, a že v konečnom dôsledku sme si všetci rovni.

Atény ma ako mesto dosť prekvapili. Očakávala som veľké historické námestia plné pamiatok na každom rohu. V skutočnosti tam človeka čakajú špinavé, preplnené ulice, ktoré sú v noci dosť desivé. Niektoré časti sú dokonca natolko anarchistické, že tam vraj policajti neprídu, ani keby tam niekoho zabil. Náš hostel bol práve neďaleko takejto časti, čo nočné prechádzky robilo ešte dobrodružnejšími, i keď sme chodili vo väčších skupinách. Akropola, múzeá, neďaleký Poseidonov chrám v Souniu či výhľady na mesto boli ale úchvatné a za návštevu určite stoja.

Týchto 10 dní mi zmenilo pohľad na veľa vecí. Mala som si zrazu možnosť zažiť tak veľmi odlišný život s ľuďmi, ktorých som dovtedy nikdy nestretla. Len to lúčenie na konci bolo najťažšie. Plánujeme sa určite stretnúť, pretože i za takú krátku dobu sa z nás stali veľmi dobrí priatelia. Podobnú skúsenosť prajem zažiť každému, ja sama sa chcem určite zúčastniť ešte ďalších.

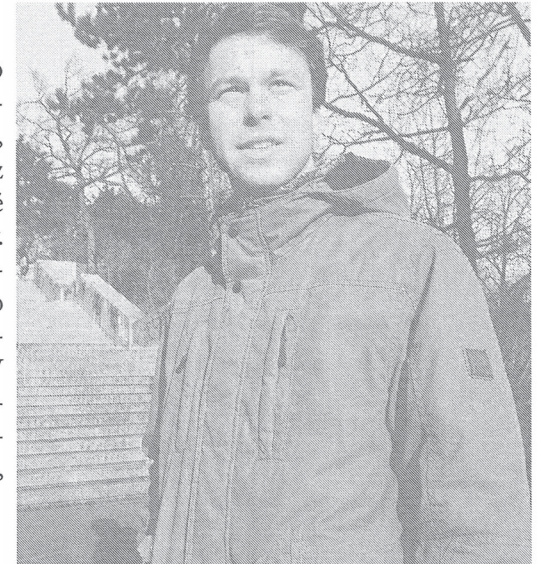
Vanda Zaklaiová



# KAM NA VYSOKÚ ŠKOLU

## A čo ďalej ?

Kariéra, štúdium, budúcnosť. Všetko mi to dýcha na krk, spôsobuje tie najhoršie nočné mory a ja stále neviem, kam sa rozbehnúť. Určite ste aspoň raz v živote mali podobné myšlienky, ktoré vám spôsobovali kľče. Preto sme tu my. Prinášame vám našu pravidelnú rubriku o vysokých školách, ktorá vás možno trochu postrčí či motivuje vďaka subjektívnym názorom našich absolventov. V dnešnom čísle vám predstavíme University of Edinburgh, ktorej čerstvým členom je náš bývalý študent Jakub Brindza, študujúci informatiku a matematiku.



## University of Edinburgh

University of Edinburgh je jednou z najprestížnejších svetových univerzít a to je aj skutočne cítiť z atmosféry, ktorá panuje v rámci celého kampusu. Ako každá iná škótska univerzita ani táto nevyžaduje od študentov poplatky za školné, čo je veľkým pozitívom pre tých, ktorí chcú študovať na výnimočnej univerzite, v motivujúcom ak-

ademickom prostredí, no na druhej strane nemajú až také finančné možnosti.

V prvom rade by som chcel vyzdvihnúť mesto ako také. Edinburgh je mesto pokojné, neuponáhľané a útulné. Navštevujú ho húfy turistov a takúto medzinárodnú atmosféru možno pocítiť i na kampuse samotnom - človek môže spoznať priateľov rôznych národností, čo osobne považujem za skvelý spôsob spoznávania nových kultúr.

Čo sa týka štúdia, najvýznamnejším prínosom sú tutoriály v malých skupinkách (3 - 10 študentov), pretože tu sa skutočne vyžaduje aktivita, prispievanie do diskusie, a teda aj pripravenosť, čo je skvelá príležitosť upevniť a rozšíriť si svoje vedomosti. Bolo by zbytočné snažiť sa vo všeobecnosti popísať nejaké vlastnosti štúdia, keďže tie sa často líšia podľa odboru a odporučil



by som jednoznačne vyhľadať si najaktuálnejšie informácie, ktorých je plný web. Dovolím si ale povedať, že University of Edinburgh má skvelé zázemie, dokonalý systém a podmienky pre štúdium a

jednoznačne vytvára priestor, kde môže mladý človek profesionálne, ale aj osobnostne významne narásť.

*Jakub Brindza*

## Názov univerzity

University of Edinburgh

## Podmienky prijatia

Anglické testy ( TOEFL, IELTS, CAE) , Personal statement, UCAS application

## Kolko ma to bude stáť

školné je bezplatné, ubytovanie 260 £ / mesiac, strava a ostatné výdavky 100 - 150 £ / mesiac

## Katedry

Archeology, Law, Medicine, Computre science, Architecture, Art, Biological sciences, Business, Chemistry, Design, Economic, Education, History, Geography, Mathematics, Music , Philosophy, Physics & Astronomy, Politics & International Relations, Psychology, Social Anthropology, Social Work, Sociology, Sport, Veterinary Medicine

*Erika Laššáková*

# CREATIVE WRITING

## How to sneeze out a yellow fish

**Y**ou may say, “Wow that sounds so cool!” but, trust me, it only gets better. The mere thought of sneezing out fish! You could impress your date, your boss or your mother, depending on the circumstances. Of course, there are people who would say that this sounds a bit conspicuous, or, simply, odd, but, trust me! It's 100% genuine.

The first thing you need are the ingredients. Go grab yourself a plate, and some yellow food coloring to start with. And, most importantly, the fish. Any kind will work, but I recommend trout because it leaves a nice spicy smell in your nose for hours after the sneeze. You can also add flavoring at this step, by pouring some carrot juice over the fish. Or, if you fancy something more unordinary, try papaya.

When you have all of the ingredients ready, we can start. Sever the fish in half, so it's easier for you to fit it into your nose. Carefully pour all of the yellow coloring over the two halves. If you took the fish out of the freezer and it's still frozen, make sure to heat it in a kettle twice first. Then, slowly put one half of the fish into one of your nostrils, and the other half of the fish into the other nostril.

“But will it not like harm my nose or something,” you ask? Drop all your worries, my friend. It's harmless both to you and to the people around you when you sneeze it out. It just might make breathing through your nose a bit difficult, but you can simply breathe through your mouth. “Are there any benefits to this,” you ask

further? Yes, if you sneeze out a severed yellow fish in front of your love interest, they will instantly fall in love with you and have an irresistible urge to marry you.

Okay, now that the fish is inserted in your nose, all you have to do next is simply wait for the right moment, and then sneeze.

Thank you for reading this tutorial, as it's totally remarkable.

\*You should consult your doctor before inserting any objects into your nose, fish, or no fish. I'm not responsible for any harm to your health.

*By Miki Dobrodej (@AceMartinov)  
Year 1, 2014/2015*

## Hesitation

Eyes open for the light  
One blink and it's over  
This moment shall pass  
For time can't go slower

One hesitant moment  
That's your breaking point  
Can't go any further  
Ships sailing from the port

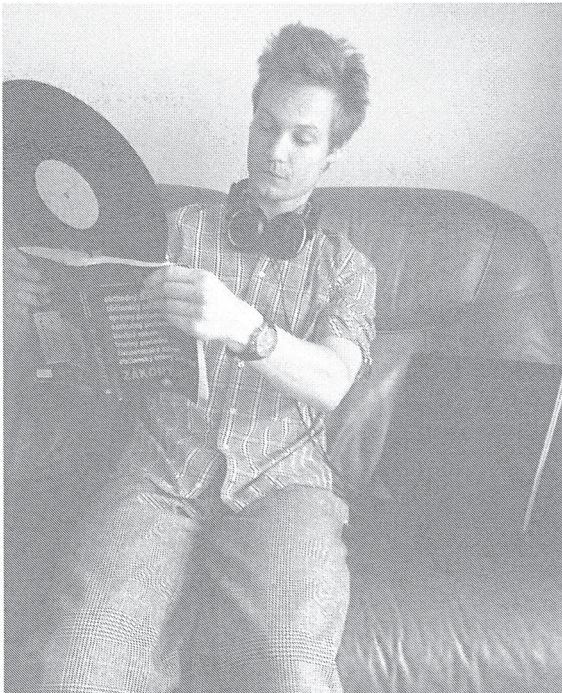
One sparkling moment  
Life just goes so fast  
Doesn't wait, doesn't stop  
We live and we last

Until it stays in the past

*By Lucy Halamová (@LucyHalamova), Year 2, 2014/2015*

# PARTY LAWYER

**P**eter Polubojarov, Pepon, DJ Freeman. Many names, one face. Man with sense of humour and infinity of opinions and advices. He was studying Law and Criminology at University of Groningen and now can be proud of himself as a lawyer. Many girls are sad, maybe a little, that he doesn't have dreadlocks anymore but it's totally useless because in his heart he is still the same.



- **What was the biggest struggle when you were studying?**

The biggest struggle was definitely not to transform the magic triangle good grades - social life - girlfriend into a line segment.

- **Did you have any problems with finding an accomodation?**

In Groningen, a city in which out of 200 000 inhabitants 55 000 are students, it is incredibly difficult to get a decent accomodation for a reasonable price (under 350€ a month). I know what I am talking about, because during my masters year, I've been living from September to January without my own accomodation - basically a homeless person. I used to sleep and spend time in various places, such as library, non-stop bars, squats, university, but foremost at my friends' places. Looking back at these four months, I actually have no idea how I made it, but I have to express eternal gratitude to people who provided

me with shelter on a voluntary basis. However in some twisted way of being, I sort of enjoyed these four months as a homeless person and I have learnt a lot about life.

- **If you could tell some positives and negatives about your years of studying what would it be?**

The most positive thing was definitely the fact that I genuinely enjoyed and liked the disciplines which I was studying - LLB International and European law and LLM Criminal law and Criminology. Although some subjects like economics or finance law were far less interesting, and the tempo and difficulty of first year was murderous,

later when you find your studying style and start truly understading the deep mechanics of your study discipline, the further you get, the more you will like it, till it eventually becomes your passion and you will slice through your exams easily. Another positive thing is that we are obliget to bring and work with legislation during exams, whereas in Slovak law faculties students cannot and therefore they just have to learn it by heart, which is completely retarded way of studying, obviously. I don't really know about any negatives.

- **What did you need or what was the requirements for attending this university? Did you not have any entrance exams, all you**

need is a good GPA from all of your high-school years and final high school exams, solid CV, catchy motivation letter, good references (thank you Mr. Ruman), and IELTS with at least 6.5. All of this gets considered by an admission board and when they think you will fit in, you're in. In my case, what definitely helped was the fact that at that time I was still a professional tennis player.

- **And what about job? Did you have any problem with finding a job?**

I have to say, that I stupidly missed important deadlines for paid internships and I eventually had to go for an unpaid one in Eurojust, in The Hague, from where I have returned only a couple of weeks ago.

Currently I work in a law office in Martin, where due to my solid CV, I was instantly wanted and employed. I plan on staying there only temporarily though, since finishing an university abroad and then working back in Slovakia is a total waste of your studies.

- **An interesting thing is that when you were looking for a job you had to cut off your dreadlocks. Do you think it's fair that you had to change your visage?**

I think that it is more important what has man in his head, rather than on his head... Regretably in law and legal services, there is some standard of visage which you have to follow, if you want to be taken seriously, so yeah, they had to go. I don't however mourn them, it has been beautiful seven years and everything has to change, if it wants to survive - that is the very point of





evolution, basically.

- **Many of us know you as a DJ Freeman, have you ever thought about doing it as a full time job?**

If you want to be successful and live purely out of DJing drum and bass, then you have to be a successful producer with releases on well-known music labels. I was never into production, since I barely had the proper time, equipment nor patience for it. I always considered DJing as a loveable hobby of mine, although I've never even dreamt of becoming a well known DJ, since I know that without production it is impossible.

- **What Netherlands offers to students and Slovakia not?**

Netherlands definitely offers greater personal freedom, more liberal philosophy of life and bigger cultural diversity. Plus legalized prostitution, soft drugs, euthanasia and registered homosexual partnerships - but I am not really into any of those... ;)

- **Your heart is charmed by our beautiful student - Danica. So I suppose that you can refute known saying that long-distance relationship is bullshit...**

Love and stupidity have something in com-

mon - they are borderless, therefore if you truly love her, there is no obstacle which would stop you from doing that.

- **It might be a cliché but is anything you want to say to our students as a graduate?**

Don't study, learn. We study a couple of years, but learn during our whole life, therefore it is important to transform academic studying into practical learning for life. In combination with this, you also have to learn how to learn and how your brain works. It is always rewarding to be good at something, but it is more rewarding to be happy while doing it.

- **Do you have any life philosophy as a help in life?**

From a substantial point of view, I principally try to eliminate three basic negative emotions from my life, which are basically the root of all human evil - fear, anger, and hatred. Sometimes it is not easy, but it is manageable through training and self-discipline. From a formal point of view, I always try to find intersection between what I genuinely like to do, what I am good at and what gives me some sort of reward (preferably financial). And be nice to people.

*Marika Tisoňová*



[www.freevector.com](http://www.freevector.com)

## INTERESTING USELESS FACTS

1. A rodents' teeth never stop growing. They are worn down by the animal's constant gnawing on bark, leaves, and other vegetables.
2. American Airlines saved \$40,000 in 1987 by eliminating one olive from each salad served in first class.
3. In New York State, it was illegal to buy any alcohol on Sundays before noon.
4. 98% of Japanese are cremated.
5. A cow gives nearly 200,000 glasses of milk in her lifetime.
6. Despite a population of over a billion, China has only about 200 family names.
7. Buckingham Palace has 602 rooms.
8. Grapes explode when you put them in the microwave.
9. Nerve impulses to and from the brain travel as fast as 170 miles (274 km) per hour.
10. India has a Bill of Rights for cows.
11. Cats have over 100 vocal sounds; dogs only have 10.
12. Humans use a total of 72 different muscles in speech.
13. It is forbidden for aircraft to fly over the Taj Mahal.
14. Scientists have found an interesting correlation. If you saw a black and blue dress, there is over 80% likelihood that you smoked weed in the past two months.
15. Because of the angle at which its oesophagus enters its stomach, the horse is physically unable to vomit.
16. Apple iPad's retina display is actually manufactured by Samsung.
17. 1% of the Earth's wood supply is used by IKEA.
18. Time travel depictions in films and TV are banned in China.
19. There are over 500,000 slaves in Mauritania today.
20. The first Apple logo featured Isaac Newton.
21. Over 90% of American films made before 1929 are lost, no copies are known to exist.
22. Phobias may be memories passed down through generations in DNA.
23. 1 in 10 Americans think HTML (Hyper Text Markup Language) is a sexually transmitted disease.
24. Alexander the Great, Napoleon, Mussolini and Hitler, all suffered from ailurophobia, the fear of cats.
25. Google intends to scan all known existing 129 million unique books before 2020.

*Vanda Zaklaiová, Helena Galbavá*



<http://jetsetcitizen.com/>

# REVIEWS

## MONTH REVIEW-BOOK

### The Little Cute Friend

„Môj sen v detstve bol byť fotografkou, mala som asi trinásť, štrnásť...kedy som si, samozrejme povinne, vyskúšala vyvolať film v tanku a namotať cievku na záchode. Len tam bola „absolútna tma,“ pokiaľ Vám niektorý člen domácnosti, v záchvate potreby práve vtedy použiť vecko, dobrácky nezapol svetlo s otázkou: „No a ty tu čo robíš potme?“ No už fakt h...o.“

What is necessary when writing a book? A pen. Paper. And Kvetka Veverková. That's just enough to write something like Le(n) čo hlava dala. It's just putting ordinary stories on paper and a nice font that decorates it. Kvetka mixed up marvellous, realistic stories with pure truth and it is all packed in square-shaped package of ninety-five pages.

In the short story called „Kúsok môjho sveta“ the author speaks about the times when she could be alone in absolute dark, which means the toilet, and play with photos. It is a story from her childhood with flavour of bright humour and moments that had to be put on paper. Kvetka describes dreams and passions from her teenage years to adulthood by few words, therefore the short story isn't long and boring, which applies also on the other short stories from this book.

In my favourite short story, which is divided into three parts, Kvetka speaks about the times when she was unemployed and how she coped with that situation. It has a simple title – Ako som bola nezamestnaná 1.,2. and

3. This story has to suit everybody, because it is bittersweet, as life on its own is, which goes hand in hand with her style of writing that is very understandable, with almost no ambiguous words, but still a bit ironic.

Moreover, this little cute friend (as I man-



static.sashe.sk

aged to call it) contains not only short stories, but also poems that seem like some kind of a play with words, but in fact it is a play of words with people's worlds. To conclude, this book is available in every Martinus.sk store in Slovakia, so...any ideas for this evening?

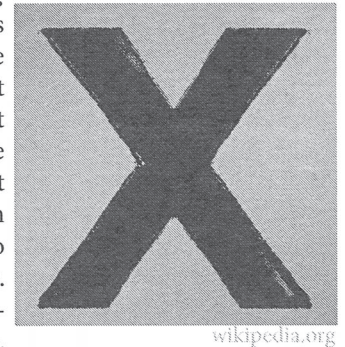
**Opinion of a student:** "I always enjoy reading books in this style. It's fresh and funny, optimistic and full of life. It's the kind of book that cheers me up when I am sad and shows me the beauty of life"

Denisa, 2nd year

Mária Rusnáková

### ED SHEERAN - MULTIPLY

For a long time, I've been resisting to listen to Ed Sheeran's new album. Maybe because I was afraid it wouldn't be the same, or maybe it was just pure laziness. Anyway, now that I've found the time to listen to it, I deeply regret I haven't changed my mind sooner. I am in no way disappointed. He remains with his wisdom, both musically and lyrically. It is possible to say that he kept his style, although this album seems pretty different to the previous ones. I was happy to discover he included way more rapping in the new songs. They are very catchy, folky, sometimes even R&B-like. It continues to amaze me how simple, yet genius his songs can be. Hopefully, he'll keep it that way in the future as well.



### MARINA AND THE DIAMONDS - FROOT

What a change. From dark and pessimistic songs, Marina Diamandis, also known as Marina and the Diamonds, has jumped into these fruity, happy songs full of life. It was a risk, but she managed to make it appropriate to her reputation. With the first released song „Froot“ she proved that she is capable of producing songs in a variety of genres. Even if anyone hated it at first, he could not resist. This song was later followed by „Happy“ and „Immortal“ and in March, she released the full album. It truly is different from her previous work, yet Marina kept her style. It includes funk and rock songs, ballads, all consisting of hard-hitting drums. If her musical growth continues in this way, we have a lot to look forward to.

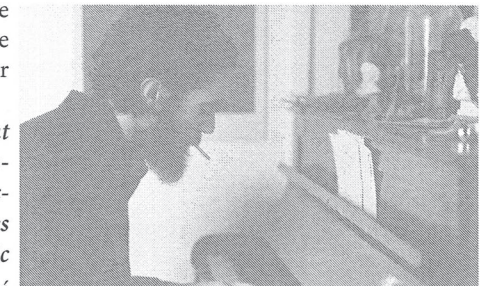


### KEATON HENSON - ROMANTIC WORKS

Powerful songs you can never get enough of. You'll have goose bumps, you'll feel sad, suddenly full of emotions and you will like it. Romantic Works is the third studio album by a British musician called Keaton Henson. The whole album is instrumental, many songs feature the cellist Ren Ford. It was released without any previous announcement and rarely performed live due to Henson's stage fright. Romantic Works has received many positive responses. The Guardian referred to it as „remarkable“ and Keaton Henson was told to have „achieved genuine greatness“. Undoubtedly, the emotions of his songs are felt in the music rather than told.

„Romantic Works is an old photograph, frayed at the edges, but able to conjure a bittersweet memory. It is the soundtrack to a movie which doesn't exist, a movie which shows in bold but simple frames the fragility of the human mind.“ – Sputnik Music

Alica Bednáríková



saturnineindetails.blogspot.com

## ČO VZNIKNE SPOJENÍM ZLA A NADÁVKY? ZLOKOT!

Čerstvo-nečerstvá kapela na slovenskej scéne sa čoraz viac dostáva do povedomia (aj) našich študentov, a KARIS, keďže dbá na svojich čitateľov, prináša exkluzívny rozhovor s Lyrikom a Stankou.

**Ako by ste teraz, po niekoľkých rokoch účinkovania, popísali svoje začiatky?**

Stanka: Naše začiatky boli euforické. Tešili sme sa z niečoho nového, čo sme ešte ani jeden predtým nerobili. Mali sme aj šťastie, že už nás ako – tak ľudia poznali z našich predchádzajúcich alebo súčasných projektov.



**Ako vnímate ocenenie z Radio\_Head Awards – Nováčik roka?**

Lyrik: Skvelo, pretože sa nám podarilo hudbou vynísať fresh ako nováčikovia a pritom sme starí harcovníci. Je super žiť s vedomím, že aj keď si „starý“, stále si fresh. Škoda, že mnohým sa zostať fresh dlho po skončení školy nepodarí.

**Ako vznikali názvy vašich albumov?**

Lyrik: Génus aj Idiot je niekedy rozoznateľný

na jednej tvári, na jednom človeku. Každý z nás v mnohom osciluje medzi týmito protipólmi. A Zlokot tiež, myslím našu tvorbu a životné postoje, povahy, štýly, texty, vnímanie reality. Je však lepšie skromne začať s Idiotom a skončiť neskromne s Géniom, ako naopak.

**Čo hovoríte na slovenskú scénu a mainstream?**

Stanka: Na Slovensku je veľa hudobného smogu, ale aj veľa kvalitnej hudby, len treba mať uši a oči otvorené. My máme, my to sledujeme a chodíme na koncerty iných kapiel. Aj keď si to možno väčšia časť slovenskej populácie nemyslí, ale na Slovensku máme aj kvalitné kapely.

**A čo Vaše texty? Ako prebieha ich tvorba, a ako nakoniec svoje texty vnímate?**

Lyrik: Texty píšem ja. Ale niekedy mám pocit, že to nepíšem ja, ale sám tajomný Zlokot, entita, o ktorej je ťažké povedať, či je to anjel alebo démon, alebo Lolita z podsvetia,

alebo Gryf, alebo v astrále zatúlaný alchymista, alebo len opilec a vandrák, alebo intelektuál, ktorý mi to celé šepká do ucha, keď spím a on sa nado mnou skláňa, nechuták jeden. Vždy ma to dostane, že ako je možné, že si tak sadnem ku kompu alebo k poznámkovému bloku a načmáram tie úžasné sprostosti, ktoré, chvála Bohu trojjedinému, niekoho zaujímajú, niekoho nadchnú, niekoho naštvú a niekoho nechajú chladným.

Mária Rusnáková

## EKOLOGICKÉ RIEŠENIE RANNEJ DILEMY



Určite sa vám už niekedy stalo, že ste ráno stáli pred preplnenou skriňou a nevedeli, čo na seba. Máte v šatníku obrovské množstvo vecí, no sú tam iba preto, že je vám ľúto ich vyhodiť. Možno si tiež hovoríte, že ich niekedy ešte možno oblečiete.

Američanka Courtney Carver prišla s riešením. Jej Project 333 pozostáva z toho, že si vyberiete iba 33 kusov oblečenia (netýka sa to oblečenia, čo nosíte doma a spodného prádla) a všetko ostatné vložíte do krabice, zalepíte ju a odložíte. Módni maniaci sa pri čítaní tohto článku už určite začínajú chytať za hlavu a to som ešte nedoplnila tú najdôležitejšiu vec: týchto 33 kusov oblečenia je to jediné, čo môžete nosiť počas nasledujúcich 3 mesiacov.

Znie to nepredstaviteľne? Vlastne to vôbec nemusí byť také nereálne. Keď si na internete prečítate skúsenosti ľudí, čo Project 333 vyskúšali, uvidíte, že im to náramne uľahčilo život. A nielen to. Už nemajú potrebu nakupovať toľko oblečenia, ktoré by potom aj tak pravdepodobne nenosili.

Zamyslite sa nad tým. Sme obklopení, ba priam až zavalení kopou vecí, ktoré vlastne

nepotrebujeme a vôbec sme si ich nemuseli kúpiť. A netrpíme tým iba my. Trpí tým aj príroda. Pretože na to, aby sme si mohli kúpiť v obchode obyčajné tričko, to tričko musí byť vyrobené vo fabrike, s veľkou pravdepodobnosťou niekde v Ázii, potom prepravené loďou do Európy a transportované až do predajne vo vašom meste. Vlastne precestuje pol zemegule. Koľko splodín bolo vypustených do ovzdušia počas tejto cesty? A k tomu si ešte prirátajte environmentálne dopady výroby bavlny.

### *Smutný príbeh Aralského jazera*

*Aralské jazero sa nachádza na hraniciach Kazachstanu a Uzbekistanu, uprostred bavlníkových plantáží. Ešte v 60. rokoch to bolo štvrté najväčšie jazero sveta. Dnes Aralské jazero v tejto podobe už neuvidíme, čo je*

www.sacredearthpartners.com

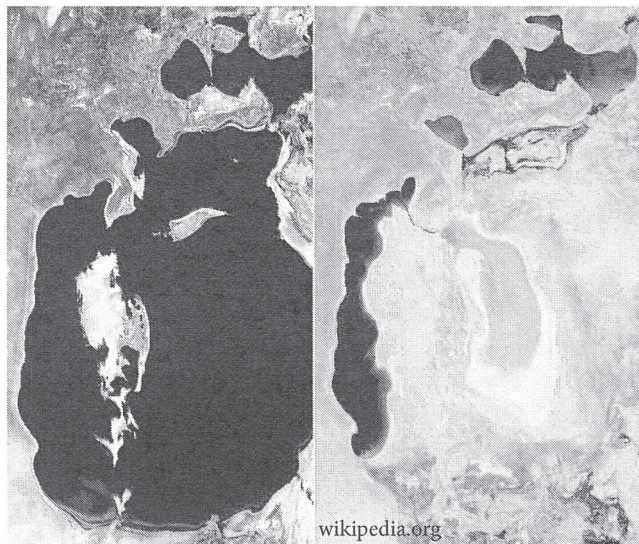


*dôsledok monštruózneho projektu zavlažovania púští, na ktorých sa mala pestovať bavlna. Tento projekt v roku 1954 začala sovietska vláda. Veľká časť vody z Amurdarje a Syrdarje, dvoch riek, ktoré tisíce rokov napájali Aralské jazero, bola zvedená do sústavy zavodňovacích kanálov a jazero začalo vysychať. Voda v jazere je dnes už v podstate jedovatá kvôli vysokému obsahu soli a hnojív. Na obrázku vidíte porovnanie veľkosti jazera v roku 1988 a v roku 2008.*

A to všetko kvôli nepremyslenej hromadnej produkcii bavlny.

Je dôležité zamýšľať sa nad tým, čo kupujeme. Nielen nad tým, či je cena výhodná, ale aj nad pôvodom, prostriedkoch na výrobu alebo nevyhnutnosťou každej veci. A to platí nielen pre šatstvo, ale aj pre všetko ostatné. V našej spoločnosti je bežné nakupovať pre radosť. Shopoholici bez nakupovania dokonca nevedia vydržať. Avšak je dôležité vždy sa zamýšľať nad dopadmi našich rozhodnutí na životné prostredie. Takže nabudúce, keď budete mať pocit,

že nemáte čo na seba, choďte sa najskôr pohrabať do matkovej či otcovej skrine alebo podľa najnovšej módy do najbližšieho second handu pohľadať značkové kúsky, či



wikipedia.org

si skúste okrášliť tričko, ktoré už dlho nenosíte. Pretože zemeguľa nepatrí len nám,

ľuďom, a podľa toho by sme sa k nej mali správať.

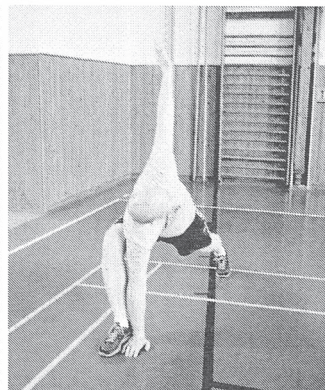
Silvia Matisová za Bakelitu

## WORKOUT PRE SKUTOČNÝCH BLÁZNOV!

Na leto mnohí z nás pripravujú svoje telo do plaviek, a keďže leto sa už naozaj neúprosne blíži, je potrebné siahnúť po účinnom tréningu. S istotou môžem povedať, že INSANITY takým tréningom je, a nielenže vaše telo vrysuje do božských tvarov, ale vám aj pomôže nadobudnúť kondičku a vyžmýka z vás aj ten posledný gram tuku. Viac už v článku.

### Čo, kto a prečo?

INSANITY je dvojmesačný cvičebný plán zameraný na posilňovanie celého tela a na postupné vytvorenie kondí-



cie. Plán sa skladá z 10 tréningov, ktorých videá nájdete v dnešných dňoch aj zadarmo na internete. Každý deň sa cvičí iný tréning a siedmy deň je vždy voľný. Okrem toho raz za dva týždne sa absolvuje Fit test, ktorým zaznamenávate svoje pokroky. Shaun T, vynálezca tohto tréningu, sa snažil vytvoriť ťažký, no účinný tréning, pri ktorom sa nadriete, no po skončení určite budete chcieť cvičiť ďalej. A či sa mu to podarilo? Pre mňa osobne bolo cvičenie určite peklom, avšak rozhodne to stálo za to! Podľahol mu dokonca aj jeden z našich profesorov – pán Sadloň. Ten sa k cvičeniu dostal cez svoju priateľku a zúčastnil sa ho niekoľkokrát v rámci skupinového cvičenia vo fitness centre. „Pri INSANITY aj človek s kondičkou zistí, že kondičku nemá,“ hovorí. Aj na samotnom obale DVD edície sa dočítame, že INSANITY je niečo, čo dokáže skrátiť ročné trápenie na dva mesiace.

### Čo potrebujete?

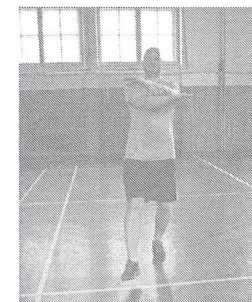
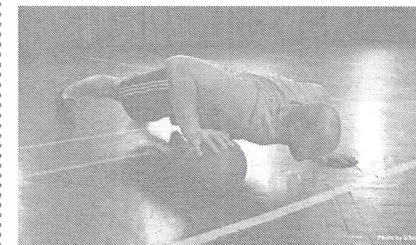
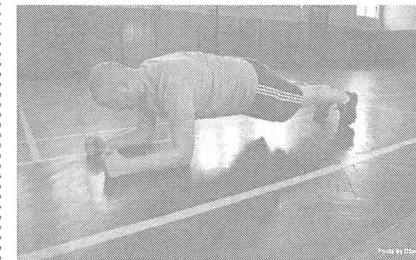
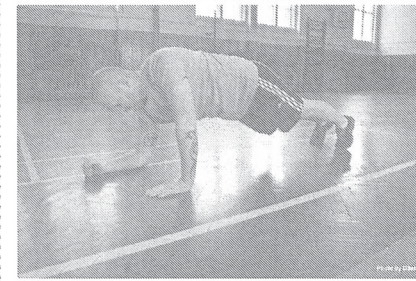
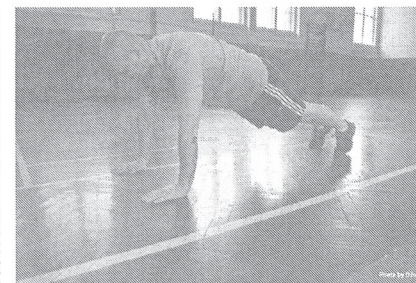
- priestor veľkosti asi 4x4m
- aspoň 0.7l pitnej vody
- pri niektorých cvikoch aj podložku

Okrem toho na internete je možné nájsť aj celý kalendár s názvami tréningov, stravovací plán či dokonca doplnkové cvičenia a popisy jednotlivých cvikov.

### Čo ďalej?

Keďže INSANITY nie je novinkou na trhu, vznikli mnohé pokračovania či odnože. Insanity 25, Insanity Asylum či Insanity Max: 30. Stačí si ich nájsť na internete a postupne sa zdokonaľovať. Určite však neodporúčam začať napr. „dvadsaťpäťkou,“ pretože sa netreba zbytočne preceňovať. Takisto aj preto, že svalovica bude predsa len znesiteľnejšia po začiatničnom tréningu.

Mária Rusnáková



## SCIENCE: GEOLOGY MISCONCEPTIONS

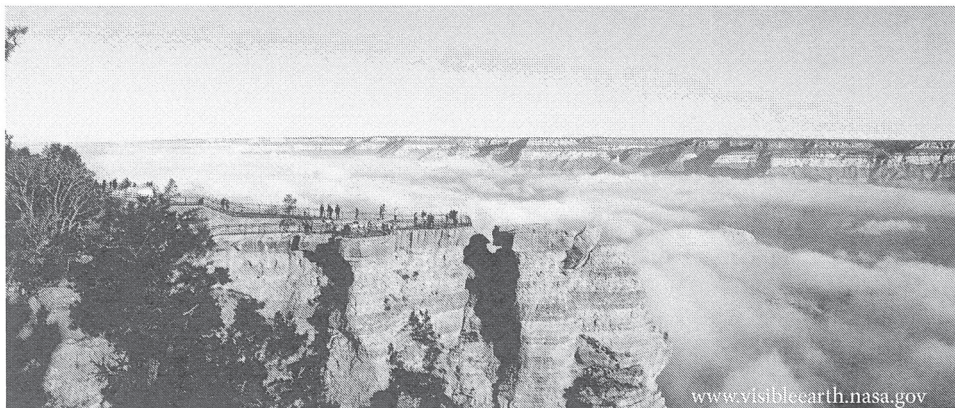
Do you know anything about geology? Many people think they do. But is it really so? Try to read this text and maybe you'll notice some opinions that are equal to yours. If you don't, lucky you. But if you do, maybe it's time to learn something more about our planet and the dangers it hides.

1. Any crystal that scratches glass is a diamond.
2. Rocks must be heavy.
3. Continents do not move.
4. All radioactivity is manmade.
5. The Earth is two thousand years old.
6. The edge of a continent is the same thing as a plate boundary.
7. Earthquakes are rare events.
8. Volcanoes are dominantly tropical features.
9. Deserts are subject to extreme temperature changes as freezing nights alternate with blazingly hot days.
10. Tropics are warmer because there is

more water located there to absorb heat.

11. Asthenosphere is liquid
12. Plate motion is rapid enough that continent collision can cause financial and political chaos, while rifting can divide families or separate a species from its food source.
13. Volcanoes are only hazards, not important long-term resources.
14. Sea level is constant
15. Floods are rare, atypical, almost unnatural events rather than normal river behaviour.
16. Equator is warmer because the tropics are closer to the Sun.
17. Waterfalls can increase in height over time.
18. There is little to no life in desert areas.
19. Rocks grow.
20. Blowing up Earth-bound comets and asteroids at the last minute will save the day.

*Alexandra Horkavá*



## ZRKADLO, ZRKADLO, KDE BUDEM BÝVAŤ?

Aj vy si kladiete otázku, kde budete počas piatich najdôležitejších rokov svojho života prebývať? Či dochádzať, či zvoliť intrák? Zahodte starosti a začítajte sa do tohto článku, lebo iba tu nájdete plusy a mínusy života na internáte, priváte a toho doma.

### INTERNÁT

+ je určite lacnejší ako privát  
 + nemusíš si variť, k dispozícii sú raňajky a večere  
 + stretávaš sa s ľuďmi aj z iných škôl  
 + vďaka pravidlám o nočnom pokoji sa v noci vyspíš  
 + vďaka väčšej skupine ľudí rýchlejšie zoženieš pomoc, či už s učením, alebo jedlom

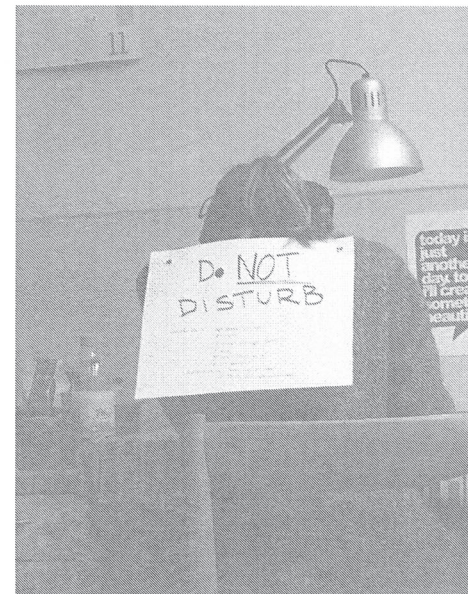
- obmedzená sloboda (vychádzky)
- mnoho pravidiel a zákazov, ktoré doma (možno) nemáš
- zákaz navštevovania opačného pohlavia na izbách
- nehody s vychovávateľmi
- kontrola izieb
- problémy s vykurovaním, oknami či zápachom
- pokoj na učenie zväčša iba v študovni



### PRIVÁT

+ vlastné pravidlá po dohode medzi členmi privátu  
 + návštevy kamarátov, zahŕňajúce aj ponocovanie  
 + väčší pocit domova  
 + viac času (ak máš privát v blízkosti školy)  
 + život na dedine= (zväčša) väčší pokoj  
 + lepší chod ubytovania (elektrospotrebiče, kúrenie,...) ako na internáte

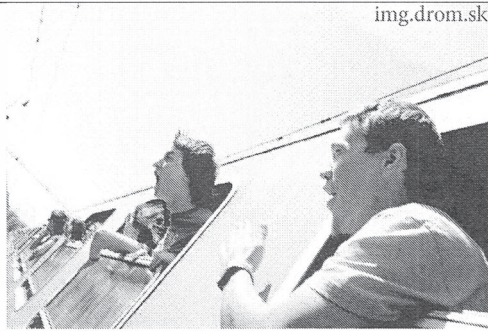
- oveľa väčšia zodpovednosť za prenajaté priestory
- menšie možnosti v rámci služieb nachádzajúcich sa v Sučanoch (papiernictvá, tlačiarne...)



- cena je vyššia ako za internát
- nehody s niektorými obyvateľmi privátu
- nočný život ( i keď to môže byť pre niektorých brané ako plus)

### DOCHÁDZANIE Z DOMU

- + väčšia sloboda v rámci cestovania aj správania sa v obytných priestoroch
- + (takmer) vždy plná chladnička
- + familiárne prostredie
- + nižšie náklady za cestovné (ktovie dokedy), stravu aj ubytovanie
- + počas dochádzania sa ocitáš v meste, teda máš poruke obchody a služby



- cestovanie je časovo náročné
- nežiješ v skupine cudzích ľudí, nezvykáš si na samostatnosť

\*Za pomoc pri tvorbe článku ďakujeme Melánii Martincovej.

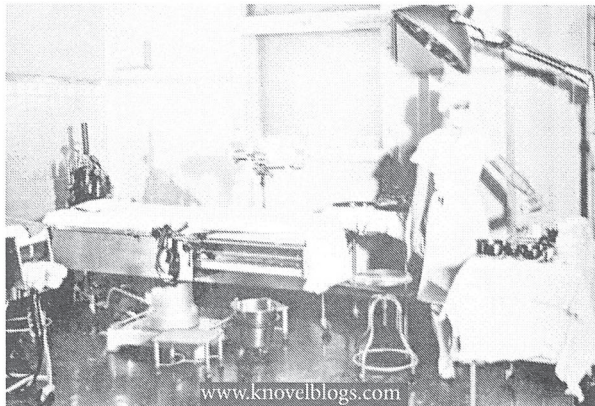
Mária Rusnáková

## PSYCHOLOGICKÉ EXPERIMENTY A ICH NESLÁVNE VÝSLEDKY

Aj tentokrát sa pozrieme na zdravotný experiment s veľmi šokujúcim a prekvapivým výsledkom, ktorý ovplyvnil vnímanie pracovného vzťahu doktor - zdravotná sestra na dlhé roky po tom, čo bol zverejnený. V dnešnej dobe nám neostáva nič iné len dúfať, že to, čo bolo v minulosti všedné a nespochybniteľné, už dnes neplatí, a ak by sme niečo podobné skúsili teraz, výsledky by sa diametrálne odlišovali...

### HOFLINGOV NEMOCNIČNÝ EXPERIMENT

V roku 1966 sa Charles Hofling, renomovaný psychiater, rozhodol vykonať experiment, ktorý mal za úlohu zistiť, aký level



www.knovelblogs.com

poslušnosti funguje vo vzťahu lekára a zdravotnej sestry.

Experiment sa uskutočnil v nemocnici, kde dvadsiatim dvom sestram neznámy lekár, ktorý sa predstavil pod menom „Dr. Smith“ telefonicky prikázal, aby nadávkovali pacientovi 20 miligramov fiktívnej drogy „Astroten“. Flaša s týmto „liekom“ bola síce umiestnená na mieste,

kde sa uschovali aj všetky iné medikamenty, no Astroten samotný chýbal na zozname povolených liekov. Charles Hofling sa okrem toho aj ubezpečil, aby na príručke o dávkovaní lieku bolo jasne napísané, že

maximálna denná dávka Astrotenu nesmie prekročiť 10 miligramov.

Na úvod tohto pokusu autor uskutočnil anketu v nemocničnom prostredí, kde účastníci rôznych druhov (pacienti, doktori, zdravotné sestry) mohli vyjadriť svoj názor sa výsledok pokusu. Výsledky ankety ukázali, že viac ako 80% ľudí si myslí, že zdravotná sestra by v takom prípade lekára neposlúchla. Uvedli k tomu tri hlavné dôvody:

1. Lekárom odporúčané množstvo lieku dvojnásobne prekračovalo maximálnu dennú povolenú dávku.
2. Astroten nebol v zozname oficiálnych liekov, ba nebol ani napísaný na zozname liekov,

ktoré mali určení pacienti užívať.

3. Zdravotné sestry by nemali prijímať rozkazy od cudzích doktorov.

Výsledky však viac - menej nepríjemne prekvapili všetkých. Z pôvodného množstva 22 zdravotných sestier až 21 vykonalo príkaz lekára a pacienti nadávkovali neodporúčanú dávku neznámeho lieku odporúčaného neznámym lekárom. Respektíve, tento experiment odhalil nebezpečný druh vplyvu, ktorí majú doktori nad sestričkami. Ich reakcia bola nebezpečná pre pacienta, porušili tým všetky bezpečnostné pravidlá, ktorými sa mali riadiť a ohrozili aj svoju budúcu pozíciu. A to všetko len preto, lebo to nejaký neznámy doktor povedal.

Alexandra Horkavá

## SPONZORI:



martinus.sk



**Dumbier**

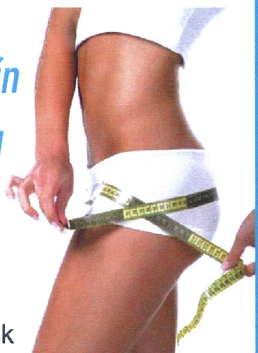
*Light сыр*



- ✓ vysoký obsah bielkovín
- ✓ vysoký obsah vápnika

✓ **len 3% tuku**

viac informácií na [www.srydumbier.sk](http://www.srydumbier.sk)



**MISTRO**  
VÝROBA REKLAMY

*Naši spokojní zákazníci  
so svetelnou reklamou:*

TESCO Galéria  
Konica Minolta  
Lekárne Aqua...

Viac na: [www.mistro.sk](http://www.mistro.sk)

Rozsvieťte s nami svoje podnikanie...

**Voľná reklamná plocha.  
Viac info v redakcii časopisu.**