

## Editoriál



Neviem, či to takto pripadá iba mne, alebo v tom nie som sama (v čo dúfam), ale tento školský rok náš internát postretlo mnoho zmien. Či už tieto zmeny boli pozitívne, to nech posúdi každý

sám. Zmeny nastali aj v našom internátnom časopise – SPOLOČNE. Máme čoraz viac prispievateľov, čomu sa ja osobne veľmi teším (dúfam, že nám pribudne aj viac čitateľov☺). Jedna zmena sa týka aj toho, že naša šikovná Evelyn, ktorá pilne pracovala na poste šéfredaktorky minulý rok, sa pobrala ďalej študovať, a tak túto úlohu musel prevziať niekto iný. Som veľmi rada, že som nakoniec túto úlohu dostala ja. Aj keď pani vychovávateľku niekedy hnevám a nestíham jej odovzdávať materiály, naozaj ma to veľmi baví a verím, že to na našom časopise aj bude vidieť.

Dúfam, že aj vy pocítite zmeny, akými sú nové rubriky: schránka dôvery – odpovede, odkazovka, inzeráty a rady do života. Niektoré z nich vás iste dobre rozosmejú.

Veronika Želinská  
šéfredaktorka

## Upútali nás tieto akcie v ŠI:

### „ Spoločne ďalej v Európe “ Projekt cezhraničnej spolupráce

Projekt *SPOLOČNE ďalej v Európe* ako pokračovanie projektu *SPOLOČNE SA UČME EURÓPU*.

Program cezhraničnej spolupráce: Maďarská republika – Slovenská republika 2007 – 2013.



únie. Aj my redaktori sme sa zúčastnili slávnostného otvorenia 2. časti projektu *SPOLOČNE ĎALEJ V EURÓPE*, kde boli srdečne privítaní hostia z Maďarska, ale aj zástupcovia našich nadriadených orgánov koordinátorkou projektu PhDr. A. Prevoznákovou, riaditeľkou ŠI Ing. Melániou Konečnou, pedagógmi a žiakmi ŠI.

#### Hlavný cieľ projektu

Prostredníctvom podujatí rozvíjať vzdelanostnú európsku spoluprácu, európske hodnoty, myslenie, cítenie, zodpovednosť za seba, životné prostredie a spoločnosť, výchovu k tolerancii iných národov a minoritných skupín ako základ pre posilnenie pozitívneho prostredia pre dlhodobú spoluprácu a spolunažívanie v mieri, ktorý sa považuje za najvyššiu hodnotu Európskej

#### **Stretnutie v Maďarsku:**

Vďaka financovaniu EÚ sme skupinka žiakov z nášho internátu Medická 2 spolu s 20 žiakmi z Petőfi kolégia dostali možnosť zúčastniť sa v Miskolci dňa 20.-23. októbra 2009 v tábore environmentálnej výchovy, ktorý sa nachádza v prekrásnom prostredí v dedinke Szilvásvárad na severe Maďarska. Počas troch

dni sme zažili mnoho zaujímavých situácií, veľa sme sa naučili a taktiež získali nové kamarátstva. Prvý deň sme sa vybrali prebádať historicky známe, no najmä zaujímavé mesto Eger, nazývané aj stovežaté mesto. Navštívili sme napríklad Baziliku a popozerali sme sa aj v historickom centre. poobede pokračovali turistickou prechádzkou v spoznávaní blízkeho okolia. Na druhý deň nás čakal trochu náročnejší program, a to zdolávanie „adrenalínovej trate,, v lese, ktorá zo začiatku vyzerala byť zaujímavá a najmä ľahká, ale nakoniec sa z jeden a pol hodinovej trate stala náročná skúška pre naše psychické i fyzické schopnosti. Našťastie sme to nakoniec všetci zvládli s úsmevom na tvári, aj keď mierne vyčerpaní. Po opätovnom nabití síl sme sa vybrali lesnou železnicou do



Národného parku v pohorí Bükki. Za účasti ekologov sme merali vzorky pôdy a vody, a tak sme zisťovali rôzne skutočnosti o čistote potoka Szalajka a o živočíchoch žijúcich v tomto okolí pomocou chemických a biologických rozborov. Po zostupe z Národného parku sme svoje posledné sily vyčerpali na bobovej dráhe, ktorú sme si samozrejme tiež užili. Večer patril rôznym aktivitám, na ktorých sme sa zabavili a odreagovali po náročnom dni a kvízom, kde sme si porovnali svoje vedomosti získané počas dňa s ostatnými žiakmi. Naša snaha a následné víťazstvo bolo odmenené chutnou tortou. Posledný deň, zároveň aj deň odchodu patril predpoludňím návšteve väzenského múzea Panoptikum, kde sme mohli vidieť zaujímavé expozície zo života vo väzení a spôsobov

trestov zo starších čias. Cestou domov sme sa zastavili v Miskolci, kde sme sa lúčili so žiakmi z družobného internátu a kde sme navštívili obchodné

centrá. Nakoniec aj keď s menším smútkom z odchodu, ale predsa s radosťou, sme sa vrátili naspäť domov na Slovensko.

Monika a Iveta

## Spomienky na Kežmarské žľaby

„Hurá chata“. Táto myšlienka odznela v hlavách nás všetkých, ktorý sme navštívili chatu Crocus v Kežmarských Žľaboch v rámci plnenia úloh Peer programu. Počasie nám síce neprialo, ale my sme sa vedeli výborne zabaviť aj v daždi.

Cestou z Popradu do Kežmarských Žľabov sme obdivovali krásu všetkých hotelov a penziónov. Keď sme dorazili na chatu, ubytovali sme sa a išli na večeru. Bola výborná. Potom sme mali spoločné stretnutie, kde sme sa spoznávali a zároveň mali zaujímavý výcvik, na ktorom sme sa naučili veľa nového. Ráno sme utekali na raňajky a po nich sa pripravili na túru. Náš smer cesty bol Hrebienok. Veľmi sa nám nechcelo, ale nik z nás netušil, že bude sranda. V Starom Smokovci sme sadli na lanovku a išlo sa. Navštívili sme Reinerovu chatu, Bielickú

a... Urobili sme mnoho fotiek, aby nám zostala aj nejaká pamiatka. Najúžasnejší bol vodopád. Bolo to niečo krásne. Všetci v dobrej nálade sme sa vracali na chatu, kde sme sa celí zmoknutí, hodili pod sprchy.. Náplňou celého stretnutia boli večerné psychologické výcviky, kde sme sa mnoho naučili, získali nové informácie a zážitky. A potom nastal sladký spánok

Prišiel utorok a my sme sa začali baľiť, upratovať neporiadok čo po nás zostal. Najedli sme sa a išli na vlak do Košíc. Veľmi sa mi to tam páčilo a nikdy nezabudnem na všetky zážitky. Chcem sa poďakovať aj našim vedúcim – pani riaditeľke, pánovi zástupcovi a našej pani psychologičke, ktorí museli na nás dávať veľký pozor, aj keď sme vraj boli veľmi poslušní. ☺

Monika

## MMM – spoluorganizátorka Berka

Ako iste viete, v Košiciach sa 4. októbra odohrala najväčšia udalosť udalostí – 86. ročník Medzinárodného maratónu mieru. Nevieam ako vy, ale ja týchto vytrvalcov, ktorí sa prihlásia na maratón (40,195km) veľmi obdivujem. Jedným z týchto vytrvalcov je aj môj strýko, vďaka ktorému som sa dostala do organizačného výboru maratónu. Najprv som s ostatnými organizátormi roznášala smerové tabule a kužele po bežeckej trase, aby sa maratónci „nestratili“. Presne o desiatej zaznel výstrel a maratónci vyrazili na svoju púť. Niektorí štyridsaťdva kilometrov, iní dvadsaťjeden a pol kilometrov, ale aj na štvorkilometrovú, a to

korčuliari, bežci, hadbikeri a vozičkári. Zúčastnili sa všetky vekové kategórie a to od 1 do 90 rokov. Dokonca ste tam mohli vidieť aj psov. Tí najmenší to mali ale najľahšie, pretože sa len vozili v kočíkoch. Ja, ako organizátorka, som mala prístup na všetky miesta maratónskeho zákulisia. Z toho dňa som si odniesla mnoho zážitkov, a spoznala veľa nových ľudí. Preto, ak ste ešte neboli na maratóne, tak vám odporúčam, aby ste sa na budúci rok prišli pozrieť. Tá atmosféra je na nezapltenie a určite sa vám tam bude páčiť.

Berenika

## La Rambla a Dni španielskej kultúry

La Rambla je ulica v Barcelone a nachádza sa na nej množstvo umelcov, či už ide o živé sochy alebo o pútačov zábavy. A práve atmosféru tejto ulice naša škola Gymnázium Park mládeže prenáša na hlavnú ulicu do Košíc. Každoročne my, študenti,



sa prezliekame za sochy a čarujeme úsmevy na tvárach ľudí. Naša trieda tento rok pričarovala čarodejníkov z Rokfortu. Je pre nás potešením zmeniť sa čo i len jediný deň na niekoho iného. No Košická La Rambla je iba jedna z udalostí, ktoré sa odohrávajú počas Dní španielskej kultúry. V pondelok, keď tento týždeň začína, študenti nášho gymnázia mohli navštíviť predstavenie Don Quijot de la Mancha podľa Sancha a v utorok balet Carmen. V stredu sme sa mali možnosť zúčastniť svätej omše v španielčine, ktorú celebroidali kňazi, ktorí pôsobili na misiách

v Equádore. Pre mňa to bol silný duchovný zážitok. Vo štvrtok naši spolužiaci podali úžasný výkon, keď predviedli nám dve predstavenia v španielčine. No a v piatok som si musela privstať a spolu so svojimi spolužiakmi sa nachádzať už o 5:30 v Košickej STV, pretože sme mali priamy vstup do Ranného magazínu v súvislosti s týmito pre nás významnými dňami. A napokon, v nedeľu to všetko ukončila La fiesta española, kde sme sa mohli všetci vyblázniť.

Už sa veľmi tešíme na ďalší rok, ktorý bude aspoň o toľko lepší, ako bol tento od minulého.

Lucia a Veronika

## Neničte nás, sme tu pre vás!

Všetko to začalo odstávkou výťahov na dva týždne. Týmto chcem úprimne poprosiť tých, ktorí „zveľadujú“ naše výťahy škrabancami, aby to už viac nerobili! Prosím! K čomu vám to pomôže? Je to pre vás frajerina alebo zábava??? No mne to takto nepripadá. Musíte to robiť? Je to pre vás uspokojujúce? Navštívte psychológa, a ak vám už ani ten nevie pomôcť, tak psychiatra. Na výťahoch vaše umenie vôbec nie je pekné. A ak sa vám nepáčia čisté a novovyzerajúce výťahy, tak tu máme aj schody. Ak som vám neprehovorila do duše, tak si vstúpte do svedomia sami, pokiaľ ho nemáte otupené. Za vaše porozumenie a pochopenie vám z celého srdca veľmi ďakujem. A verím, že ak sa aj vinník nenájde (čo je jasné), ničenie výťahov prestane.

Lucia

## ÓDA NA VÝTAHY

Ktosi uši nat'ahuje:  
„Čože? On už funguje?“  
Pýta sa ho sprava, zľava,  
či to iba zdanie máva?

Povezie nás hore, vyššie,  
ukryje aj za zátišie.  
Berie nohám zát'aže,  
ľahšiu cestu ukáže.

Tašky z pliec nám odoberá,  
Nemať ho, to bola zmena.  
Po tvári mu preto nepíšte  
A zvezie vás aj najbližšie.

Soňa



## Rubrika : Zdravý internát Svetový deň ovocia



13. októbra sme v rámci projektu „Zdravý internát“ oslávili Svetový deň ovocia. Vo vestibule si ho pripomenuli žiaci ovocnými jednohubkami a svojimi názormi na vitamíny a ovocie vôbec spestrili okoloidúcim a spolubývajúcim čas večere.

Nika

## Jedlo ako liek



Tak ako každý rok, aj v tomto školskom roku sa uskutočnila obľúbená a žiadaná výstava jedál racionálnej výživy pojená s ochutnávkou a výkladom pod názvom „Jedlo ako liek“. Účastníci boli mimoriadne spokojní a bola to pastva nielen pre žalúdok ale aj pre oči. Prítomní boli milo prekvapení nástenkou, programom, výkladom a získaním množstva informácií

a písomných materiálov. Zaujímavým prínosom bola výstava kníh s tematikou racionálnej stravy a liečby rôznych ochorení. Aj pani riaditeľka Ing. Melánia Konečná vyjadrila spokojnosť organizátorkám tejto akcie, vychovávateľkám T. Zahradníčkovej a M. Tejovej, keď ochutnávala dobroty, ktoré pripravili pod ich vedením dievčatá hlavne z 5. ale aj z 3. a 4. poschodia.

Veronika

## Rubrika: Recepty zdravej výživy

### Zemiaky zapečené so syrom a petržlenom

**1 kg zemiakov, 250 g tvrdého syra, 50-60 g masla, 2hrste petržlenovej vňate, soľ**

Zemiaky uvaríme v šupke. Zatiaľ čo sa varia, nastrúhame syr, petržlen posekáme nadrobno, maslo rozpustíme. Časťou masla vymastíme pekáč. Uvarené zemiaky ešte horúce olúpeme a poriadne rozpučíme. Polovicu rozpučených zemiakov

zarovnáme do pekáča, posolíme, posypeme polovicou petržlenu, polovicou syra, pokvapkáme polovicou masla, ktoré nám ostalo, zarovnáme druhou polovicou zemiakov, posolíme,

posypeme druhou polovicou petržlenu a syra a pokvapkáme maslom, ktoré nám ostalo. Vložíme do vyhriatej rúry a zapečieme (15-20 minút pri 200°C). Podávame so zeleninovým šalátom.

## **Baklažán, cuketa s cestovinou**

**Baklažán, soľ, olivový olej, 2 strúčiky cesnaku, čerstvý alebo sušený rozmarín.**

Ošúpaný baklažán pokrájame na plátky, ak sú veľké poprekrajujeme ich, osolíme. Po 15 minútach opláchneme studenou vodou a poutierame do sucha. Na olivovom oleji

speníme nadrobno pokrájaný cesnak, pridáme plátky baklažánu, čerstvý, alebo sušený rozmarín a opečieme do zlatista. Podávame na uvarených cestovinách.

T.Z.

## **Možno zachránili**

Do tejto vyhlásenej sa zapojilo 10 z ktorých sa úspešnými s dvoma



to: Patrik Dokšanský, František Juhász, Mário Jedinák, Soňa Krupejová, Nikola Kandrává a za vychovávateľov Ing. M. Kováč a A Šemorádková. Ďalší študenti, hlavne zo SZŠ, darovali krv jednotlivo, alebo za svoju školu. Akcia úspešne splnila svoj cieľ, motivovala študentov k pozitívnemu prístupu k ľuďom, ktorí potrebujú pomoc a k ušľachtilému skutku.

## **sme životy**

humánnej akcie, Červeným krížom študentov ŠI, päť predsa stalo darcami krvi spolu pedagógmi Boli

A.Š.

## Vo svojom malom kráľ'ovstve

Ak by ste prišli do internátu vo voľnejších dňoch, teda cez víkend, možno by ste ho našli pracovať na skalke pred našim internátom. Stále ju obskakuje, vylepšuje, polieva. Skalku vníma ako svoje dieťa, ktoré potrebuje neustálu opateru. Kto to je? Nuž náš pán vrátnik Ján Spišák. Spýtali sme sa ho teda na tú pastvu pre oči, ktorá skrášľuje vstup do internátu celé vegetačné obdobie.

### Ako sa zrodila myšlienka urobiť pri vchode skalku?

Môj hlboký vzťah k prírode a k záhradke mi našepkal: „Ten najbližší a neokukaný kútik musí každého, kto príde do internátu nadchnúť“.

Skalka je podľa mňa moderná do exteriérov, ale robil som to najmä preto, že ma fascinujú kamene. Každý je iný, tak ako človek a nebojím sa povedať, že každý je akoby osobnosťou.



Prihovára sa vám a vyžaruje vlastnú energiu.

### Ako sa tie kamene dostali až sem pred internát?

Vykopal som ich čakanom a takmer vydoloval ako baník v „kráteri“ za internátom na južnej strane. V tej nepriehľadnej džungli som našiel doslova poklady, o ktorých nikto nepredpokladal.

### Skalka hovorí o tom, že ľudia, ktorí tu žijú, majú zmysel pre záhradnú architektúru. Kto vám ešte pomáhal?

O kvety sa postarala pani riaditeľka a niečo som doniesol z vlastnej záhradky, ktorej sa s radosťou a pôžitkom venujem. Radili mi aj ženy z kuchyne a poradil mi aj časopis Záhradkár ba aj z internetu čerpám námety, pretože aj keď sa to nezdá, taká skalka je skutočná veda.

Nikola

## Rubrika : Naše talenty

### Majster sveta: Dominik Kačala

Na našom internáte býva **majster sveta v silovom trojboji!** Je to žiak 2.ročníka SOŠ technickej. Toto ocenenie nie je jeho prvým, dvakrát získal titul majster SR a dvakrát majster EU.

Majstrom sveta sa stal vo francúzskom meste St. Dizier neďaleko Paríža. Navštívili sme ho na 8. poschodí ŠI.

#### **1.Priblíž šport, ktorému sa venuješ?**

Tak, venujem sa silovému trojboju. Skladá sa z troch disciplín (tlak, mŕtvý ťah, drep). Na každú disciplínu sú 3 pokusy, pri ktorých sa váha pridáva.

#### **2.Ako dlho sa mu už venuješ?**

Tomuto športu sa venujem už takmer 3 roky a posilňovaniu už 4 roky.

#### **3.Rozmýšľal si niekedy nad tým, že by si s tým chcel prestať?**

To určite nie, pretože nikdy nie som so sebou spokojný, a to sa týka aj sily. Preto ma to ťahá ďalej a núti ma zlepšovať sa, aby som dosiahol európske



či svetové rekordy.

#### **4.Dá sa zvládnuť život študenta a vrcholového športovca zároveň?**

Áno, dá! No musí si to vedieť športovec rozdeliť časovo, aby stíhal školu, šport a súkromný život. U mňa je na prvom mieste šport.

#### **5.Stíhaš sa venovať aj svojim iným záujmom?**

No nestíham sa venovať ničomu inému, okrem školy, športu a priateľke, ktorá sa tiež venuje trojboju. Trénujem každý druhý deň v internátnej posilňovni. Mám tu výborné podmienky na tréning. Ináč každú sobotu vstávam o 5.00 a trénujem 4 hodiny vkuse.

#### **6.Ako vidíš svoju budúcnosť? Budeš spojený s týmto**

## športom alebo máš nejaký iný cieľ?

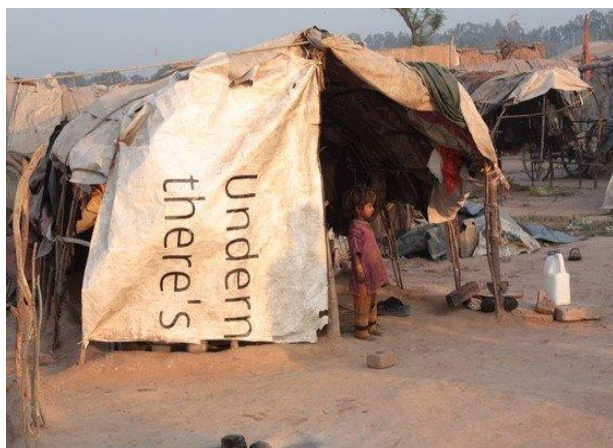
Tak určite chcem skončiť školu, ísť na „výšku“ a potom k policajtom. No čo sa týka športu, tak chcem splniť limity federácie WPO ( Profesionáli v Amerike v silovom trojboji), kde by som chcel aj súťažiť.

## 7.Si majster sveta. Olympiáda nič?

Keďže nie je trojboj zatiaľ olympijský šport, tak nie. No keď sa stane, tak sa olympiády zúčastním určite. No nevyklúčujem, že to bude aj v inom silovom športe.

**Ďakujeme za rozhovor,**

Petra a Bibiana



## Misia v Indii

V prvom rade by som sa chcela poďakovať Bohu za to, že mi dal milosť zúčastniť sa takejto akcie! Naším poslaním bolo podporiť prácu Kresťanských zborov v Indii. Vyrážali sme v stredu v noci a o štvrté ráno

sme už boli na letisku v Budapešti. Lenže náš let mal hodinové meškanie, a tak sme v Paríži nestihli prípoj do Dillí. A tak sme strávili noc v Paríži. Vedúci tímu zahlásil, že sme 50 minút od centra, čiže Eiffelovku vidieť nebudeme...škoda...ale radšej sme si oddýchli

a psychicky sa pripravili na Indiu. Do Dillí sme prileteli v sobotu v noci a hneď sme išli osobným minibusom do Chandigharu. Päť hodín cesty, málo spánku, prišli sme o siedmej, zložili sme sa, a o 10 hodine sme už mali slúžiť v miestnom zbore. Robili sme seminár o chválach. V praktickej časti som s jedným dievčaťom mala naučiť vokály dvoch miestnych spevákov, nebolo to ľahké, ale jedna Indka mala super černošský hlas. Nedel'a: Besiedka iba so 4 deťmi, ale dobre. Zbor super - na Večeri Pánovej dávajú džús namiesto vína. V zbore slúžia aj deti, vyberajú zbierku a podobne. Večer sme vyrazili na 6 hodinovú cestu do Bilaspuru. V pondelok sme chodili po jednej dedinke a modlili sa, prípadne sa rozprávali s miestnymi a pili indický čaj. Videli sme ako sa používajú na kúrenie kravské exkrementy, kosenie celej rodiny malými kosáčikmi, dedinku kde je strašne veľa prachu a ako si ľudia perú šaty v rieke, moslimských robotníkov, ktorí pracovali

v lese, bambusy, granátovníky. Boli sme v jednej oblasti, kde žilo asi päť rodín, deti nám spievali po indicky a my sme im potom zaspievali slovenskú pieseň. Navštívili sme aj rôzne hinduistické chrámy a jednu školu, kde ani učitelia nevedeli kde sa nachádza Slovensko. Chceli nám dať jesť aj mäso, ktoré tam obetovali, ale sme odmietli. V stredu: Hamirphur - boli sme v chudobnej osade, kde jeden muž nechcel, aby sa za neho náš priateľ, indický pastor modlil preto, že sa za jeho dcéru už kresťania modlili, keď bola chorá a ona zomrela. No a vo štvrtok sme navštívili 3 osady - slumy. Pracuje tam jedna 83-ročná Nemka, robí veľmi dobrú prácu. Na Vianoce má na stretnutiach 2000 detí.. V najstaršom slume žili ľudia v stanoch. Štyri palice a nejaká látka na tom. Potom už nasledovala len návšteva Dillí a Taj Mahalu. Bola to úžasná skúsenosť, ktorá mi ukázala, akí vďační a spokojní môžeme byť my Slováci s tým, čo máme doma.

Michaela V.

## Z ďalších zaujímavých akcií vyberáme:



*Exkurzia vo vedeckej knižnici*



*Štúdium na Technickej univerzite*



*Týka sa to aj mňa? Boj proti drogám*



*Kurz sebaobrany*



*Štúdium na fakultách UPJŠ*



*Volili sme svojich zástupcov*



*Imatrikulácia – naše prváčky*



*Vyhlasenie výsledkov fotosúťaže*



*Červené stužky - Deň boja proti AIDS*



*Beseda s majstrom sveta v kulturistike*



*Priniesli nám mikulášske baličky*



*Mikulášska diskotéka*

## Rubrika: Schránka dôvery

**Pre odpoveď si môžete prísť do kancelárie číslo 520. Inzeráty si tu tiež môžete podať kedykoľvek. Odpovede, ktoré nie sú dôverného charakteru si môžete nájsť na nástenke pri schránke.**

**Na vaše listy bude odpovedať - Vaša Jana.**

*ODPOVEĎ pre K.*

Milá K.

**Pýtaš sa na zmysel života?**

Túto otázku si dáva každý niekoľkokrát v rôznych životných situáciách.

Vo vašom veku si ju dávate často. To je normálne. Horšie je, ak sa na to pýtaš príliš často a s ťažkým srdcom. Tu Ti môžem povedať iba toľko. Každý má na tejto Zemi nejaké poslanie. Život je to najvzácnejšie, najkrajšie a najzaujímavejšie dielo na svete. Môžeš s ním robiť čo len chceš, jeho možnosti sú takmer bezbrehé. Len treba hľadať a skúšať! Ak sa Ti jedni „dvere“ zatvoria jestvujú tu ďalšie. To najjednoduchšie je robiť radosť iným a tým aj sebe, pomáhať, spolupracovať, tvoriť,

prežívať,... Aj v Biblii, keďže si veriaca, sa píše „klopte a bude vám otvorené“. Klopať sa už naozaj na všetky dvere? Tu netreba čakať a rezignovať, ale naopak, znova a znova sa postaviť, kráčať krôčikom za krôčikom a konať. Hľadať, čo Ťa baví, aká práca. Tá môže naplniť život, ak ju robíš a radosťou. Koníčky dokonca pohľadia srdce. Ak ti chýba tzv. vzťahová osoba, ktorá dáva obyčajne zmysel životu, tá v Tvojom veku čaká na to, kedy sa usmeješ, čaká na Teba všade, kde to myslíš úprimne, so záujmom, s radosťou, kde dáš „kúsok zo seba“. Buď iniciatívna predovšetkým Ty, a nevšímaj si, či sú Ti vďační.

**Otázka: Prečo nemôžeme v internáte chovať aspoň bezsrsté a bezpernaté zvieratká?**

**Odpoveď:** Ak by ste sa na internáte mali cítiť ako doma,

určite by to tomu dopomohlo, ale žiaľ, nedovolia to hygienické predpisy a možno by s tým nesúhlasili aj niektorí spolubývatelia.

**Vaša Jana**

**Otázka: Prečo nemáme každý deň na obed a večeru jedno bezmäsité jedlo?**

**Odpoveď: Odpovedá pani E.Hillaryová, vedúca internátnej jedálne.**

Zásady na zostavovanie jedálnych lístkov v zariadení školského stravovania, ktoré sú ako príloha č.1 k vyhláške č.330/2009 Z. z. určujú presne časovú a obsahovú štruktúru jedálnych lístkov počas stravovacích dní. Školské jedálne pripravujú väčšinou

jeden druh stravy. Len v niekoľkých zariadeniach na Slovensku sa pripravujú dva druhy jedál, ako možnosť výberu. V tomto prípade je však podmienka, že ponúkané jedlá na výber musia byť rovnocenne. To znamená, ak prvé jedlo na obed je mäsové, musí byť mäsové aj druhé jedlo. Ak je odľahčovací deň /utorok/ jedno jedlo na obed je múčne a druhé zeleninové. Tento deň sa zase nesmie kombinovať s mäsom, aby bola zachovaná rovnocennosť jedál.

## Rubrika : ODKAZOVKA

**Anonym:**

Tri dievčatá pozdravujú troch chlapcov, ktorí vyzerajú ako traja králi. Mohli by sa na nás konečne pozrieť.=)

**Odkaz pre Mária Čeča:**

Počula som, že si hľadáš vážnu známosť. Ak máš záujem o milé, pekné, zlaté, inteligentné a ambiciózne dievča, tak sa ozvi na tel. číslo:

0915 328 767

Tvoja cica

**Anonym:**

Hľadá mladého, milého, a vytrvalého chlapca, s ktorým bude šťastná.

**Život ako z rozprávky :**

Janko čaká Marienku. Zn.: Pôjdeme hľadať perníkovú chalúпку.

Nika:

Hľadá chalana, ktorému by mohla rozkazovať. Rozkazy do bodky plniť nemusí, potrebujem si len vybiť energiu. Aerobik mi už nestačí.

833:

Hľadá dievča, ktoré by im bolo druhou mamou.

P.S.: Týždeň je dlhý a nám je smutno.

518:

Hľadá mladého, pekného, inteligentného chlapca, hlavne dobre vychovaného.

P.S.: Aby nám každý deň chodil upratovať bunku. Kefa na WC je vzadu vpravo dole.

Nika a Aďa

## Rubrika : Rady do života

**A všetko sa začína okolo 6:30.** Každý to pozná. Ranné vstávanie! Predkladám niekoľko návrhov ako si túto nepríjemnú povinnosť aspoň o niečo uľahčiť...

**Ranný budík? Niééé..**

Aj ja patríam do skupiny ľudí, ktorí majú zimomriavky zo slova BUDÍK. Nepomáha ani obľúbená pesnička (ktorú mimochodom začnem po čase nenávidieť), ani studená voda. Ak sa zobúdzam „násilím“, potom minimálne do konca prvej vyučovacej hodiny „spím“. Moje obľúbené a často používané heslo je: „Ja ešte spím, a vôbec sa nehanbím.“

**Škola? Ani mi nehovor!**

Veľa optimizmu mi nepridá ani fakt, že vstávam kvôli škole. Každý človek má minimálne 4x týždenne chuť ostať pod perinou celý deň. Vtedy mi pomáha, ak si otvorím okno a vyjdem na balkón. Ak mám čas, skočím do studenej sprchy. Snažím sa prebudiť, pustiť si obľúbenú pesničku, alebo aspoň robiť nejakú činnosť, ktorá mi pomôže otvoriť oči a žiť ďalší deň v mojom živote. Veľmi účinné je aj ostať v posteli a pokecať si so spolubývajúcou, veď načo sme na izbe dve? Hlavne je potrebné zahnať všetky lákavé myšlienky na blicovanie.

## Ešte vydržať túto hodinu..

Mali by zakázať hodiny, ktoré sú nezáživné a majú 45 minút! Na častú otázku: „Čo z toho mám?“ si neviem dať odpoveď. Veď načo mi kedy bude v živote vedieť, že v slove cudzinec nie je ypsilon, alebo, že Pytagorova veta sa počíta  $c^2 = a^2 + b^2$ ? Stále sa musím tváriť, že „žeriem“ každé profesorovo slovo. Ach bože! Vtedy neostáva nič iné, ako prestať pozeráť na hodinky a venovať pozornosť výkladu. Nie je príjemne neskôr zháňať poznámky, prípadne ochotného človeka, ktorý látku znova vysvetlí, či v najhoršom prípade profesora pred koncoročným vysvedčením a vymýšľať si so slzami v očiach, že kvôli vašim „srdcovým problémom“ ste nemohli dávať na hodinách pozor.

## A čo nakoniec?

Upozornenie študujúcej mládeži! Iná šanca ako zaprieť sám seba a so vztýčenou hlavou vpochodovať do triedy, kam sa dobrovoľne idete mučiť priemerne tak sedem hodín, naozaj neexistuje. Aj Lenin povedal: „Mučiť sa, mučiť sa, mučiť sa.“ A posledná pripomienka, ak si spravíte desiatu, budete sa oveľa viac tešiť do školy.

Ad'a

## Legenda M. Jackson

*Michael Jackson- jedna z najznámejších svetových hviezd! Svojou hudbou, tancom a vystupovaním určoval nové hranice. Stal sa žijúcou legendou a zaplatil za to vysokú cenu...Je večným fenoménom. Popovým gigantom. Pre mnohých navždy zostane dokonalou svetovou hviezdou*

*Vďaka čomu je tak nenahraditeľný?*



*Nenapodobiteľný hlas! Perfektný sound! Tanečný štýl, ktorý berie dych! Úžasné nielen koncertné obleky! Senzačné videá! Predimenzované vystúpenia. Hudba, ktorú robil (prevažne pop) má nadčasové kvality a do žánra priniesol prvky, bez ktorých by dnes populárna hudba nebola kompletná. Svojím talentom stanovil Michael Joseph Jackson narodený 29. augusta 1958 v Gary/Indiana dodnes platné merítka a spôsobil revolúciu v hudobnom svete! Spolu 750 mil. predaných albumov sa stal najvýznamnejším hudobníkom všetkých dôb! Vyhral cez 400 dôležitých cien. Tieto čísla boli tak výnimočné, že si s nimi vyslúžil niekoľko zápisov do Guinnessovej knihy rekordov. Pred ním boli Frank Sinatra či Elvis Presley, ale po ňom už nikto taký nebol a zrejme ani nebude. Michael Jackson bol pravdepodobne posledný revolucionár a ... KRÁĽ POPU!*

### **ZAČIATKY POPHVIEZDY**

*Michael pochádzal z deviatich súrodencov. Bol tretí najmladší. Najskôr sa narodili Rebbie, Jackie, Tito, Jermaine, LaToya a Marlon. Randy a Janet sa narodili neskôr. Od najútlejšieho detstva vyrastali v rytme hudby. Otec Joe pôsobil ako amatérsky hudobník, takže hudbu bolo počuť u nich stále a Michael ňou bol dá sa povedať „odkojený“. Muzicírovali si len tak pre radosť (tie časy im pomáhali udržať sa po hromade) a z tejto tradície vznikla skupina „Jackson 5“. Neskôr sa z nich stali „Jacksons“ – otec Joe si čoskoro všimol talent svojich detí a snažil sa ho*

*pestovať. Bol veľmi prísny trénerom a tvrdo trénoval obzvlášť Michaela – najtalentovanejšieho a najdravejšieho zo súrodencov. Michael si spomínal na svoje detstvo ako na neustálu drinu, i keď spieval veľmi rád. Spev bol preňho rovnako prirodzený ako dýchanie. Musel cvičiť dlho do noci alebo sa zo súťaží vracal domov utáhaný ako kôň o jedenástej – dvanástej hodine, keď už ostatné deti dávno spia. Často sa díval na hrajúce sa deti a takú slobodu si nevedel predstaviť. Už v detstve pracoval a zarábala ako dospelý človek! Ani poriadna otcovská bitka mu nebola cudzia... Mal vynikajúci vzťah k matke Katherin, ktorú nadovšetko miloval a Michael predpokladal že svoje nadanie poddedil práve po nej (mala nádherný hlas a skvelý sluch).*

### **MAL SRDCE NA PRAVOM MIESTE**

*Okrem lásky k hudbe vynikal MJ citom pomáhať ostatným. Bol najhumánnejší umelcom sveta. Pomáhal deťom, zvieratkám, chorým ľuďom, zaujímal sa o ekológiu... Jeho pomoc obsahovala „široko speletrálny“ záber. Založil fond „Heal the world“ Táto charitatívna organizácia si vytýčila za cieľ brániť práva detí na celom svete a poskytovať finančné zdroje na zlepšenie ich životných podmienok. Zárobok z jeho svetového turné „Dangerous“ poputoval do tejto nadácie. MJ nikdy neváhal pomôcť a väčšinou pomáhal v utajení, nie pred zrakom sveta. Nešlo mu o vlastnú prezentáciu. Brooke Shields ho*

prirovnala k „malému princovi“, ktorý nevidel svet očami ale srdcom.

Možno ho prirovnať i k postave „Petra Pána“ (nikdy nedospel) a podľa „krajiny nekrajiny“ v tejto rozprávke pomenoval svoj ranč „Neverland“.

Bol veľkou záhadou a mnohým ľuďom jeho štýl života pripadal čudesný.

Tu je úryvok z piesne Childhood : „ Nevideli ste moje detstvo? Hľadám svet odkiaľ pochádzam... Nikto mi nerozumie. Vidia v tom nejakú zvláštnosť. Tak hlúpo sa chovám, prepáčte mi to... Ľudia hovoria že nie som úplne normálny... Je to môj údel hľadať niečo, čo nahradí detstvo, ktoré som stratil ☹, „

Jeho najväčším pránim bolo, aby boli všetky deti sveta šťastné (práve túto stránku jeho povahy – lásku k deťom mnohí nepochopili, zneužili proti nemu).

## **GONE TOO SOON**

Tu je niekoľko málo piesní z najväčších hitov kráľa popu:

- Billie Jean- megahit 80.rokov spojený navždy s chôdzou „Moon walk“
- Thriller- song k úžasnemu hororovému videu plnom zombies
- Beat it- klip je plný skutočných gangstrov, ktorých Michael „pozbielal z ulice“
- Bad-k songu je super klip od režiséra Martina SCORSESEHO
- We are the world-charitatívna pieseň na podporu hladujúcej

Dňa 25.06.2009 sa navždy zastavilo Michaelovo srdce a s ním i svet miliónov fanúšikov. Kráľ popu nás opustil vo veku 50 rokov uprostred náročných a tvrdých priprav na plánované turné...

Inšpiratívny umelec obdarený geniálnym talentom, otec 3 detí, ktoré boli pre neho všetkým. Nekriticky milovaný a rovnako nekriticky nenávidený človek. Megastar 80tych a 90tych rokov. Stal sa symbolom jednej éry. Jeho celoživotné dielo, neopakovateľný životný príbeh a popularita zasiahli niekoľko generácií. Zásadne ovplyvnil vývoj nielen hudby, ale i celej pop kultúry, a jeho predčasný odchod, rovnako ako smrť Elvise Presleyho či Johna Lennona, definitívne uzavrel jednu zo zásadných kapitol pop musicu. Život sa vraj nemeria počtom nádychov a výdychov, ale počtom momentov, ktoré nám vzali dych. Jeho úspechy a genialita možno vzali dych i vám.

Afriky. Ako dar z nebies vyzbieral neuveriteľných 45.mil.dolárov!!!

- Man in the mirror-„zmenou musíme začať každý u seba“
- Eartg song-„pozri,čo sme urobili, čo sa stalo s mierom, ktorý ste sľubovali...?“
- Heal the world-„Uzdrav svet a urob z neholepšie miesto pre život...“
- Remember the time-vtipné video s Ediem Murphym
- Gone too soon-v roku 1990 zomrel na AIDS Michaelov kamarát Ryan White. Toto je pieseň venovaná jeho

- pamiatke...
- *The girl is Mine-duet s členom Beatles sirom Paulom McCartnym*
  - *In the closet-vzrušujúce video s top modelkou Naomi Campbell*
  - *Dirty Diana-jedna z jeho najrockovejších a najerotickejších balád*
  - *You rock my World-Singel z roku 2001. V klipe vystupuje mnoho známych osobností.*
  - *Will you be there-titulná pieseň k filmu zachráňte Willyho*
  - *Black or White-MJ v boji proti rasizmu*
  - *Scream-náklady na natáčanie vieda boli cez 7mil.dolárov, čo z heo činí najdrahší videoklip všetkých dôb*
  - *Wanna be startin' somethin-otvarák najpredávanejšej „dosky“ sveta Thriller*
  - *Don't stop 'til you get enough-megahit jednej disko éry...*

### **M.J. DAL ZMYSEL VIDEOKLIPOM**

Zažil najnebezpečnejšie natáčanie pri príprave klipu „They don't care about us“ Text „PROTESTSONGU“ proti sociálnej nespravodlivosti je horkou žalobou proti politikom, neschopným aspoň trochu zmierniť strašnú biedu a utrpenie. Miesto natáčania: Dona Marta Farelas v brazílskom Rio de Janeire – jedno z najnebezpečnejších gethov na svete! Na malom priestore tu v primitívnych chatrčiach žije 12-tisíc ľudí. Bez elektriny, vody. Guvernér sa všemožne snažil natáčanie prekaziť „nestál o negatívnu propagáciu svojej neschopnosti“. MJ sa ale nezľakol. Ani gangstrov. Vyriešil to jednoduchým trikom: všetkých mužov na 18 rokov vrátane drogových dealerov angažoval ako svoju ochranu. Ako prvý umelec čiernej pleti vošiel, a to hneď hlavnou bránou do MTV(vtedy začínajúca stanica, ktorá skoro vôbec nevysielala klipy černochoch) a to klipom K piesni Billie Jean.

### **Citáty M.J.**

„Chcem byť skvelý zabávač, chcem pre svet mier a rád by som mal jedného dňa vlastnú vilu!“  
(Michaelovo pranie v 5.rokoch)

„Nestačí mi dôjsť k hraniciam svojich možností, vždy sa snažím svoje medze ešte posunúť. Je to nádherný pocit, keď dokážem viac, než na čo som si pôvodne trúfal.“

„Keď som na verejnosti, cítim sa často hanblivý a rezervovaný. Iné to je, keď som na scéne. Tam na seba úplne zabudnem

„A pritom celé javisko úplne ovládam. Nemyslím na nič. Od chvíle, čo tam vojdem, viem čo chcem robiť a milujem každú minútu svojho pohybu tam. Na javisku som absolútne uvoľnený a to je fajn.“

„Mám veľmi rád klasickú hudbu. Zbožňujem Debussyho, napr. Faunovo odpoľudnie a Mesačný svet. A Prokofjeva, Čajkovského, či muzikálovú hudbu – Irving Berlin, Johnny Mercer Lerner Loewe, Harold Arlen, Rodgers a Hammerstein. Všetkých ich obdivujem.“

„Dokonce i doma sa cítim osamelý. Niekedy len tak sedím v izbe a plačem. Je pre mňa ťažké nadväzovať priateľstvá. Niekedy sa len tak prechádzam a dúfam, že narazím na niekoho, s kým budem môcť hovoriť. Obyčajne sa ale vrátim domov...“  
(Úryvok z rozhovoru z konca 70.rokov)

„Keď prídeš na svet cítiš lásku. Pokiaľ cítiš lásku v okamžiku, keď tento svet opúšťaš, potom je všetko úplne v poriadku. So všetkým, čo sa odohralo predtým, sa už dokážeš vyrovnat...“

J.Štafurová

## Súťaž o naj... izbu v ŠI

1.miesto - dievčatá

Izba č. 202

E. Polláková

L. Šándorová



4.miesto - dievčatá

Izba č. 532

T.Ambrúšová

D. Malastová

## Typológia človeka podľa slnka

/Pokračovanie v budúcich číslach/

Aby sme lepšie pochopili seba aj ľudí okolo seba, rozhodli sme sa vám v krátkosti popísať a naznačiť typológiu osobnosti na základe slnečných znamení. Jestvuje viac typológií človeka, toto je však najjednoduchšia pre postupné poznávanie ľudskej povahy.

### **Baran (21.3-20.4) :**

Je prvé znamenie zverokruhu, čo symbolizuje začiatok života, narodenie. Ľudia v tomto znamení majú všetky vlastnosti dieťaťa. Sú úprimní, dôverčiví a vždy vo všetkom musia byť prví. Ak im dáte na výber peniaze alebo slávu, vyberú si slávu. Ťažko znášajú porážku a nechcú ju vidieť, aj keď ju majú priamo pod nosom. Sú priateľskí, bezprostrední, a energickí. Typické pre nich je veľké hľadanie ideálov.

### **Býk (21.4-21.5) :**

Býk, čo by nikto nepovedal je v podstate kludný. Musí to byť veľmi, veľmi vážna vec, ktorá ho naozaj rozzúri. Je znamením, ktoré sa najlepšie vyrovnáva so životnými prekážkami. Všetky problémy, záťaž prekonáva v klude a rozvážne. Konečné rozhodnutie dáva iba po dlhom zvážení všetkých možností. Je v podstate domácim typom. Má rád pokoj. Kedykoľvek sa svet okolo neho začne točiť, unikne. Nemá rád neznáme okolnosti.

### **Blíženec (22.5-21.6) :**

Dokážu rýchlo reagovať a rýchlo meniť všetko: rozhodnutie, svoje úlohy, priateľov, nálady a ďalšie. Vyžaruje z nich dychtivosť a túžba okamžite urobiť a dosiahnuť to, čo si prajú. Musia byť stále v pohybe a niečo robiť. Dokážu sa sústrediť na viac vecí naraz. Ich fantázia nemá hraníc. Nemajú radi monotónnosť a jednotvárnosť.

M.T.

## Viete že...?

- Pre prasiatka je fyzicky nemožné sa pozrieť hore k nebu?
- 50% obyvateľov sveta nikdy netelefonovalo, ani žiadny telefón nemalo?
- Nosenie slúchatiek, už po hodine zväčší počet baktérií v uchu o viac než 700% ?
- Zapaľovač bol vynájdený skôr ako zápalky?
- Odtlačky jazyka sú rovnako unikátne ako odtlačky prstov?
- Šváb môže žiť až 9 dní bez hlavy, vtedy zomrie od hladu?
- Slony sú jediné zvieratá, ktoré aj keď majú nohy nevedia skákať?

## Vtipy na každý deň:

Pani učiteľka ukáže na obrázku zebra. Pýta sa detí, aké je to zvieratko. Nikto nevie a preto napovedá:

-Z...

Nikto nevie.

-Ze...

Stále sa nikto nehlási.

-Zeb...

Prihlási sa malý Móricko a hovorí:

Zeby to bol tiger?

Vieš čo vznikne skrížením krtka a žirafy?

Vrtná veža.

Rozprávajú sa dvaja chlapci.:

-Dnes sme na telesnej behali dvanásťminútovku.

-A za koľko si ju zabehol?

Móricko príbehne na čerpaciu stanicu a hovorí:

„Ujo, rýchlo nám dajte 10 litrov benzínu!“

„A načo vám bude?“

„Horí nám škola.“



## OBSAH:

Editoriál	1	Vo svojom malom kráľovstve	10
Spoločne ďalej v Európe	2	Rubrika: Naše talenty:	11
Spomienky na Kežmarské Žľaby	4	Majster sveta D. Kačala	11
MMM – spoluorganizátorka Berka	5	Misia v Indii	12
La Rambla a Dni španielskej kultúry	5	Rubrika: Schránka dôvery	16
Neničte nás, sme tu pre vás!	6	Rubrika: Odkazovka	17
Zdravý internát: Svetový deň ovocia	7	Rubrika: Rady do života	18
Jedlo ako liek	8	Legenda Michael Jackson	19
Recepty zdravej výživy	8	Súťaž o naj...izbu	23
Možno sme zachránili životy	9	Typológia človeka podľa slnka	24

## Šéfredaktorka: Veronika Želinská

Zástupkyňa šéfredaktorky: Zuzana Kákošová

Členky redakčnej rady: A.Bosáková, M.Csalová, G.Feješová, I. Halaszová, M.Chovancová, N.Jackuliaková, M.Fečunda, S.Jambrichová, B.Krupská, M.Kresztyanková, K.Nadzamová, L.Porezaná, N.Rondziková, I.Rusnáková, V.Simčáková, A.Šimičeková, J.Štafurová, A.Štítová, N.Tešlárová, M.Vašková, D. Záhорčáková, S. Krupejová

Vedúce redaktorky: Ing.T.Zahradníčková, PhDr. M. Tejová

