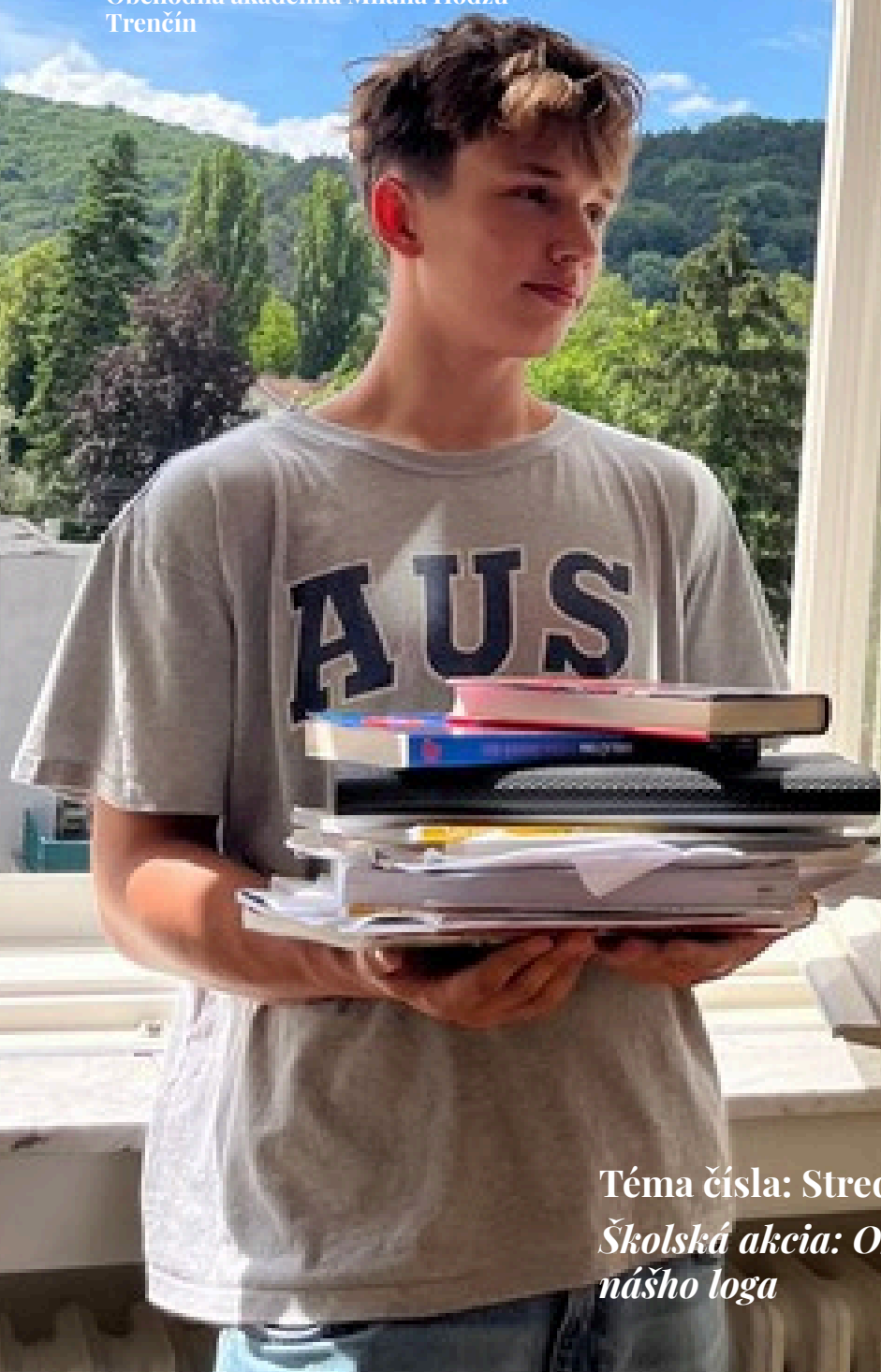


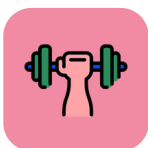
NOA? News

Ročník 4
Jarné/letné vydanie 2025/26
Obchodná akadémia Milana Hodžu
Trenčín



Téma čísla: Stredoškólák v realite
*Školská akcia: Obležme sa vo farbách
nášho loga*

O b s a h



Hlavná téma čísla

Stredoškolák v realite (str. 4 – 31)



Dvojičky

Pán učiteľ Brezula verzus Kristián zo IV. C (str. 32 – 37)



Udalosti na škole

Z každého rožka troška – exkurzie, výmenný pobyt našich žiakov a akcia “Oblečme sa vo farbách nášho loga” (str. 38 – 55)



Lúčime sa

Naši maturanti sa lúčia (str. 56 – 59)



Čo my na to?

Jeffrey Epstein, milionár alebo zločinec? (str. 60 – 61)



Na ekonomickú nôtu

Ako sa správne pripraviť do dôchodku? (str. 62 – 63)



Naše mesto

Trenčín žije titulom Európskeho hlavného mesta kultúry 2026 (str. 64 – 71)



Spravodajstvo

Pribudne Kanada do Európskej únie? (str. 72 – 75)



Oddychová zóna

Low budget dovolenkové destinácie a kam ísť na turistiku? (str. 76 – 80)

Editoriál

Milí čitatelia,

Koniec školského roka je čas, kedy je všetko okolo nás určitým spôsobom zvláštne. Triedy vyzerajú úplne rovnako ako v septembri, no cítime sa v nich inak. Hodiny sa vlečú, no zároveň ubiehajú až príliš rýchlo a pri pohľade von z okna už vidíme všetky aktivity a zážitky, ktoré na nás netrpezlivo čakajú cez leto.

Počas roka neustále naháňame termíny, známky, skúšania, písomky. Takmer všetci od nás čakajú rozhodnutia o budúcnosti, zatiaľ čo my občas ani nevieme, čo chceme robiť budúci víkend. Myslím, že každý jeden z nás sa teší, keď dni často plné stresu a povinností rozjasnia prvé slnečné lúče. Prelom jari a leta je snáď asi to najlepšie obdobie v roku. Je to čas kedy sa človek môže znova nadýchnuť. Nie dokonale. Nie dramaticky. Len o trochu viac.

Toto číslo sme sa preto rozhodli venovať nám študentom, stredoškólakom. V hlavnej téme čísla sa dočítate aké tlaky zažíva obyčajný stredoškólak a aké by to bolo keby známky nahradili len slovné hodnotenia. Nájdete tipy, kde a ako si nájsť správnu brigádu aj počas školského roka, či a kde začať, ak vás láka sa stať diplomatom alebo svetovým lídrom. Keďže k našim každodenným výkonom neoddeliteľne patrí aj jedlo, ktoré jeme, dozviete sa, ako by mala vyzeráť ideálna strava pre dnešného študenta, a ktoré potraviny napomáhajú k väčšej múdrosti. Budete si môcť prečítať aj o tom, ako vlastne funguje Erasmus+ a ako sa doň zapojiť.

V sekcii „Dvojčky“ sme priblížili veľmi zaujímavý príbeh jedného z našich pedagógov, ktorý našiel svoju „dvojčku“ u študenta v maturitnom ročníku. Ako vždy, nebudú ani v tomto čísle chýbať reportáže z vašich exkurzií, ktoré sú obohatené o množstvo fotiek, a teda jedinečných spomienok.

Na našej škole sa tentokrát konala akcia „Oblečme sa vo farbách nášho loga“. Počas troch dní sme sledovali koľko ľudí v triedach prišlo v bielej, červenej a modrej farbe a výherná trieda získala raňajky od nášho redakčného tímu.

„Čo my na to?“ otvára celosvetovú a zároveň veľmi kontroverznú tému. Redaktorka Sofia objasnila tému týkajúcu sa spisov Jeffreya Epsteina. V sekcii „Na ekonomickú nôtu“ sa dozviete ako sa už teraz najlepšie začať pripravovať do dôchodku a či je Mercosur deal skutočne dobrá príležitosť.

Trenčín so svojim titulom Európske hlavné mesto kultúry priniesol bohatý program, ktorého sme aj my boli súčasťou, a preto vám prinášame reportáže z otváracieho vikendu, no ale aj postrehy z veľkej kauzy zbúrannej pamiatky. Toto všetko odhalí sekcia „Naše mesto.“

V sekcii „Spravodajstvo“ sa dočítate o aktuálnych udalostiach, ktoré sa stali nie len na Slovensku, ale aj vo svete.

Anglická sekcia, ako už aj v minulom čísle, stojí osobitne ako „časopis v časopise“. Nájdete v nej najmä ekonomické články plné zaujímavých informácií.

„Oddychová zóna“ odporučí nové filmy či poradí krásne miesta kam na turistiku, no a keďže sa blíži leto, pripravili sme pre vás aj takzvané low budget dovolenkové destinácie, ktoré naozaj nezabolia vašu peňaženku.

Veríme, že si každý z vás nájde v tomto čísle niečo, čo práve potrebuje, čo hľadá, alebo len spomienku na zážitky prežité počas tohto roka.

Na záver by som sa chcela poďakovať celému redakčnému tímu a našej mamine časopisu pani Maťovčíkovej za ich prácu počas celého roka. Sú to práve oni, ktorí vkladajú kúsok seba či už do článkov alebo do grafiky a vďaka nim môžeme každý rok s radosťou a nadšením rozdávať náš časopis do každej jednej triedy. No a v neposlednom rade ďakujeme pani riaditeľke a rodičovskému združeniu, ktorí finančne podporujú tlač časopisu a vám, čitateľom, za vašu podporu a za to, že nás čítate.

Krásne leto!

S pozdravom,
Simona Komorovská
Šéfredaktorka

Redakčná rada

Šéfredaktorka:

Simona Komorovská

Zástupcovia šéfredaktorky:

Sofia Pindačková

Ema Lacková

Tereza Vicenová

Redaktori:

Melánia Bialoňová, Diana Gellérová,

Alexandra Florianová, Nikola

Gerbelová, Timea Kubínová, Marika

Kurucová, Matúš Kyška, Klára

Liptáková, Adam Mandinec, Maxim

Maťovčík, Juraj Mikláš, Karin

Mokričková, Sofia Rybanská,

Annamária Stachová, Nikolas Šedivý

Grafici:

Kristína Dušičková, Júlia Dobiášová,

Denisa Košíková, Ema Kubínová, Greta

Lombardo, Melisa Mičková, Sofia

Pindačková, Zuzana Púčková, Lillien

Vaculová

Kontrola gramatiky:

Mgr. Júlia Jašurková

Pedagogický dozor:

Ing. Daniela Maťovčíková, PhD.

Tlač

Grafotlač Prešov, s.r.o.

Časopis NOA? News vydáva Obchodná

akadémia Milana Hodžu v Trenčíne.

Ročník 4. Jarné/letné vydanie.

Počet výtlačkov 50 kusov.

Vychádza zhrát do roka.

Kontakt: casopisnoa@gmail.com

Časopis je dostupný online na:

<https://oa-tn.edupage.org/>



Časový manažment v živote stredoškolačka ale aj priateľ na celý život

Autor: Annamária Stachová, II. A
Dizajn: Melisa Mičková, IV. A

Dospievanie. Podľa biológov je to obdobie medzi 15. až 20. rokom života, no zároveň je to vek, v ktorom si človek musí začať zvykať na zvyšujúci sa tlak. S blížiacou sa dospelosťou nám okrem práv pribúdajú aj povinnosti. Škola, šport, brigáda a domáce práce sa preto často stávajú našim dôvodom na boj s časom. Vtedy je efektívnou metódou časový manažment, pomocou ktorého sme schopní získať kontrolu nielen nad časom, ale aj nad svojím životom.

Časový manažment je schopnosť zorganizovať si dni tak, aby sme ich využili čo najproduktívnejšie a rovnako nám pomáha dosiahnuť naše krátkodobé resp. dlhodobé ciele.

Ako nám môže časový manažment pomôcť?

Mnoho ľudí sa v dnešnom svete zahltenom informáciami môže cítiť tak, že žije nenaplnený život a iba prežíva zo dňa na deň. Študenti môžu často zažívať pocit, že je toho na nich priveľa – strávia hodiny nad nekvalitným obsahom na sociálnych sieťach namiesto učenia, pretože im chýba motivácia či energia. Zameškané povinnosti potom často dobiehajú po nociach, čím prispievajú k pocitu „rozbitosti“ na ďalší deň. Ani si to neuvedomia a ocitajú sa v začarovanom kruhu, kde sa nahaňajú, už ani nevediac za čím. To všetko môže byť dôsledkom nedostatku časového manažmentu, no s pomocou plánovania sú tieto situácie pomerne ľahko riešiteľné.

Ako na to?

Existuje mnoho spôsobov, ako sa vysporiadať s pocitom nedostatku času. Každému môže vyhovovať iná metóda, no každá z nich je rovnako efektívna a prispieva k nadobudnutiu kontroly nad vašim životom. Mnohé z nich sa odporúčajú kombinovať, keďže je možné aplikovať ich v rôznych oblastiach či už napríklad pri učení, športe alebo všeobecne po celý deň.

Tip č.1: Denný plánovač

Mnoho z nás má určite doma zápisník alebo diár, ktorý ste si kúpili, pretože sa vám zdal užitočný, alebo ste ho možno dostali ku sviatku, no nakoniec zostal zapadnutý prachom.

Toto je ideálna príležitosť dať svojmu diáru šancu – vytiahnuť pero a hlboko sa zamyslieť nad tým, čo nás všetko čaká. Napište si všetky povinnosti, ktoré počas dňa chcete splniť – od upratovania a učenia sa až po tie najmenšie drobnosti. Rovnako si zapíšte dôležité termíny (testy, skúšky, práca, tréningy, rodinné stretnutia...). Toto všetko vám pomôže odľahčiť myseľ od činností, na ktoré by ste inak museli neustále myslieť. Denné plánovanie funguje ešte lepšie ak pre dané činnosti určíte konkrétny čas, napríklad:

Denný plán	
• 15:00 » Príchod zo školy	
• 15:05 » Prezliecť sa	
• 15:10 » Upratovať	
• 15:45 » Učiť sa	
• 16:15 » Olovrant	
• 16:30 » Cvičenie	
• 18:00 » Sprcha	
• 18:20 » Čas na rodinu	
• 20:00 » Večera	
• 20:30 až 22:00 » Voľný čas	

Pri plánovaní je dôležité myslieť aspoň jeden deň dopredu, keďže cieľom je odľahčiť myseľ od nasledujúcich povinností.

Táto metóda sa vyznačuje tým, že je založená na krátkodobých cieľoch. Zakaždým, keď splníme jeden z týchto cieľov (napríklad sa naučíme na test) dostaneme prísun dopamínu, hormónu šťastia, čo spôsobuje, že tento spôsob plánovania nás neustále motivuje v danej činnosti pokračovať a zvyšuje dôveru v samých seba. Popri tom nesmieme zabúdať dopĺňať hladinu cukru obľúbenou sladkosťou.

Tip č.2: Pomodoro technika

Je to technika, kde sa človek 25 minút nepretržite sústreďuje na určitú úlohu, napríklad na učenie, a ďalších 5 minút má prestávku. Metóda vznikla, pretože ľudia sa nedokážu dlhodobo sústreďovať na jednu vec, a tak 5 minútová pauza dovoľuje mozgu zresetovať sa. A 25 minútový deadline nás navyše núti byť efektívnejšími.

Tip č.3: Tri priority

Táto technika je založená na Paretovom pravidle, v ktorom Paret tvrdí, že 20% vašich aktivít prináša 80% výsledkov. Cieľom je identifikovať činnosti, ktoré tvoria dôležitých 20% a to môžeme dosiahnuť tým, že si stanovíme 3 najdôležitejšie povinnosti, ktoré potrebujeme v daný deň mať hotové. Častokrát sa totižto život nevyvíja podľa našich predstáv a vtedy funguje táto technika ako záchranca a pomôže nám v prípade akýchkoľvek nepríjemností mať stále kontrolu nad našim dňom.

Tip č.4: Ako bojovať s prokrastináciou?

Prokrastinácia, emocionálny únik pred úlohami, postihuje 95% ľudí. Je v poriadku, ak sa objaví i u vás, hlavne na začiatku vašej cesty k organizovanému životu. Existuje však jednoduché riešenie, ako sa s týmto problémom vysporiadať. Všetky povinnosti alebo úlohy, ktoré by ste najradšej odložili na neskôr a viete, že ich splnenie trvá menej ako 2 minúty, urobte hneď teraz!

Zaujímavosť na záver

Určite ste už niekedy počuli príslovie: „Čas sú peniaze.“ Preto nie je náhoda, že práve najúspešnejší ľudia na svete či už športovci, investori alebo podnikatelia sú známi dôkladným plánovaním svojho času, pretože vedia, že nie je neobmedzený. Napríklad známy americký investor, Warren Buffet, používa metódu 5/25. Funguje tak, že na papier si napíšete 25 cieľov a 5 z nich, po ktorých najviac túžite zakrúžkujete. Sú to ciele, na ktoré sa budete sústreďovať. Zvyšných dvadsiatim cieľom sa vyhýbajte, minimálne pokiaľ nespĺňate vašich päť hlavných cieľov.

Časový manažment je jeden z najdôležitejších faktorov pri úspechu. Na základe štúdie z roku 2024 zverejnenej na stránke Acuity Training sa venuje správne časovému manažmentu len 18% ľudí na svete. Zatiaľ čo peniaze môžete stratiť a znova nadobudnúť, s časom to tak nie je. Každá stratená sekunda je už nenávratne preč. Neváhajte sa preto naučiť umenie organizácie času a nestrátiť tak už ani jednu sekundu nášho drahocenného života.

Neviditeľný tlak

Autor a dizajn: Sofia Pindáková, IV. A

Už od malička sú deti naučené, že škola je prvoradá, a že výsledky v nej sú dôležité pre úspešný a šťastný život v dospelosti. Vela detí pociťuje stres a tlak, aby dosiahli štandardy nastavené rodičmi a učiteľmi, alebo aby mali pocit, že si zaslúžia patriť medzi ostatných a majú šancu viesť úspešný život.

Tlak na študentov je dnes čoraz viac diskutovanou témou. V spoločnosti, ktorá kladie dôraz na výkon, úspech a neustále porovnávanie, sa mladí ľudia často ocitajú medzi očakávaniami rodičov, požiadavkami učiteľov a vlastnými ambíciami. Tento tlak môže byť motivujúci, no ak prekročí určitú mieru, stáva sa problémom s negatívnym dopadom na psychiku a zdravie.

Tlak zo strany rodiny

Rodičia zvyčajne chcú pre svoje deti to najlepšie. Vedú ich k dobrým známkam, mimoškolským aktivitám či k výberu čo najlepšieho povolania. Hoci je podpora dôležitá, prehnané nároky alebo neustále porovnávanie so spolužiakmi či výsledkami iných detí v rodine môžu v študentoch vyvolať pocit, že ich hodnota závisí výlučne od ich výkonu a vysvedčenia. Dieťa sa potom neučí pre radosť z poznávania a zo získavania vedomostí, ale zo strachu, že sklame svoje okolie.

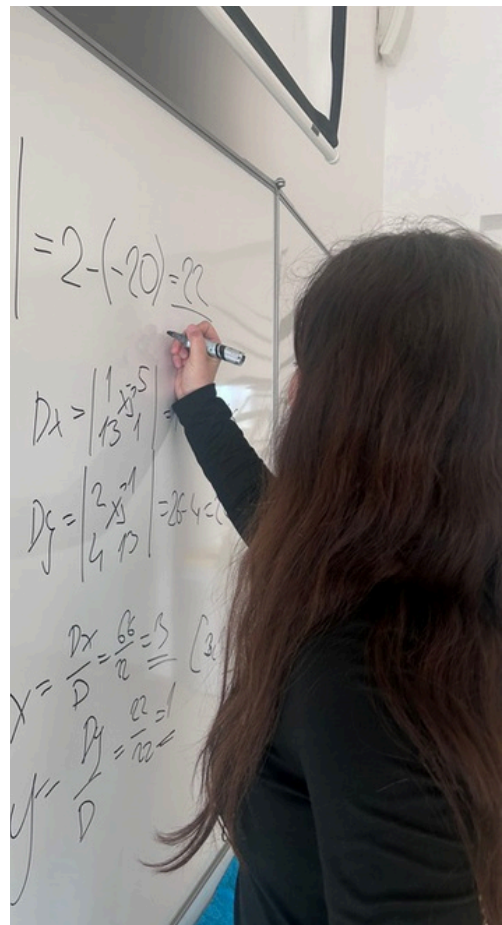
Tlak zo strany školy

Podobný tlak môže prichádzať aj zo školského prostredia. Učitelia sú viazaní osnovami, testovaním a hodnotením, čo prirodzene kladie dôraz na výsledky. Každý študent je jedinečný – má iné záľuby, vyniká v určitých predmetoch, kde sa iní trápia, a naopak, niektoré predmety mu môžu robiť problém. V niektorých prípadoch sa v školách vytráca individuálny prístup a pochopenie rozdielnych schopností či tempa učenia. Študenti sa tak môžu cítiť ako súčasť systému, v ktorom je výkon dôležitejší než proces učenia. Môžu mať pocit, že sú menej úspešní ako spolužiaci, ktorým sa darí lepšie alebo majú lepší prospech.

Ako tento tlak zmierniť?

Dôležitá je predovšetkým otvorená komunikácia medzi rodičmi, učiteľmi a študentmi. Mladí ľudia by mali mať priestor vyjadriť svoje pocity bez strachu z odsúdenia. Rodičia by mali oceňovať snahu a pokrok, nielen konečné výsledky a známky.

Učitelia môžu podporovať spoluprácu a vytvárať bezpečné prostredie, kde je chyba chápaná ako prirodzená súčasť učenia. Väčší dôraz na úsilie a progres žiakov, nielen na známky, by tiež znížil



nervozitu počas učenia. Rozumné plánovanie termínov testov a odovzdávania projektov, aby sa nehromadili naraz, je ďalším spôsobom, ako zmierniť záťaž a tlak na študentov.

Rovnako dôležité je učiť študentov pracovať so stresom – napríklad podporou rozvíjania záujmov mimo školy. Školy by mohli venovať viac pozornosti duševnému zdraviu a ponúkať dostupné poradenstvo.

Riešením teda nie je úplné odstránenie nárokov, ale ich vyváženie. Študenti potrebujú podporu, pochopenie a priestor na chyby. Zdravé prostredie vzniká tam, kde sa rešpektuje individualita a kde je úspech chápaný nielen ako výsledok, ale aj ako osobný rast.

Keby slová nahradili čísla

Autor: Klára Liptáková, II.E
Dizajn: Melánia Bialoňová, II. A

Známky môžu byť pre žiaka najväčšou motiváciou, no i najhorším nepriateľom. Systém známkovania je založený na hodnotení vedomostí žiaka, no sú tieto spôsoby merania naozaj objektívne?

Známkovanie môže byť nebezpečné

Vytvára neúnosný tlak na žiakov a z dlhodobého hľadiska odrádza žiakov od učenia alebo motivuje učenie sa len tých vecí, ktoré budú známkované. Vysoké očakávania a známkovanie môžu viesť k zníženému sebavedomiu, nadmernému stresu či až k sebapoškodzovaniu. Známky nie sú vždy naozaj založené na objektívnom hodnotení vedomostí žiaka. Mnohokrát sa stáva, že učiteľ niekoho vyzdvihuje, či naopak ponizuje. Ďalším z problémov známkovania sú rôzne očakávania učiteľov. Kým niekomu stačí minimum, inému učiteľovi nedostačujú ani tie najpodrobnejšie vysvetlenia. Rovnako číselné známky nemusia presne vysvetľovať chyby žiaka. Občas sú to len prosté čísla bez akéhokoľvek odôvodnenia.

Slovné hodnotenie ako riešenie

Jedným z možných riešení by bolo, aby bol ku každej známke pridaný krátky slovný komentár k nezrovnalostiam. Znižovalo by to diskrimináciu a pomáhalo by žiakom zlepšovať sa v predmetoch, kde nie je dostatok času venovať sa individuálnej spätnej väzbe k písomkám, projektom či ústnemu skúšaní. Ideálom by bolo nahradiť číselné známkovanie slovným hodnotením. Znížil by sa tlak na študentov a podporovalo by sa ich napredovanie. Hodnotenie by bolo účelnejšie a jasnejšie ako pri číslach. Vyjadrovalo by presné schopnosti jednotlivých žiakov, oblastí, kde napredujú, a kde majú priestor na zlepšenie. Slovné hodnotenie by poskytovalo presné informácie pre žiaka, rodiča i učiteľa. I keď by bolo časovo náročnejšie, znižovalo by počet nedorozumení. Rovnako by vytváralo pozitívnejší vzťah žiakov k učeniu. Škola by nebola už len o známkach, ale najmä o vedomostiach a schopnostiach. Tento systém by tiež pomáhal lepšie usmerniť a pomôcť študentom s výberom budúcich povolání, keďže by nevyjadroval len nedostatky, ale hlavne ich silné stránky.

Good job!

Test · II. A
aplikovaná informatika: excel zadanie
 02.03.2026 13:00 → 14:50
 Teacher: created 02.03.2026 12:55
Evaluated

Your grade from the assignment:
1

Results

02. Mar 2026
 13:39 · Evaluated
Comment from teacher: pri výpočte celkovej ceny skladu je zbytočne použitá funkcia SUM

02. Mar 2026
 13:33 · Evaluated

Results

Show grades

Slovný komentár k nezrovnalostiam

Žiaci III. B na hodine Hospodárske výpočty a štatistika



Perspektíva bez menovky

Autor: Alexandra Florianová IV. A

Dizajn: Tereza Vícenová IV. A

V každej triede existuje tichá mapa. Nie je nakreslená, ani označená, no predsa ju všetci poznáme. Prvá lavica. Stred. Posledný rad. Pri okne. Pri stene. Miesto „pri učiteľovi“. Miesto „kde sa dá schovať“.

Každé z nich o nás niečo prezrádza. Alebo si to aspoň myslíme. Hovorí sa, že tí vpredu sú ambiciózní. Že chcú viac. Že majú jasno. Možno áno.

Pod lampou býva najväčšia tma

No v prvej lavici môže sedieť aj niekto, kto sa bojí, že ak zmešká jediné slovo, niečo pokazí. Niekto, kto potrebuje držať veci pevne, mať ich pod kontrolou, lebo mimo školy sa mu rozpadávajú pod rukami. Alebo niekto, kto si jednoducho nechce lámať krk cez desať hláv, aby videl na tabuľu. Byť vpredu ešte neznamená mať všetko vyriešené.

Posledná lavica

Posledná lavica býva ako zakázaná kapitola. O nej sa radšej nerozpráva. Vrávi sa, že práve tam sedávajú „legendy“. Ale byť vzadu však neznamená byť pozadu. Áno, často sa práve odtiaľ ozýva najväčší smiech. Odtiaľ štartuje každé papierové lietadielko. No možno tam sedí aj najlepší pozorovateľ. Niekto, kto nepotrebuje odpovedať na každú otázku, aby si potvrdil svoju hodnotu. Možno si počas hodiny kreslí svoje myšlienky do zošita a ticho sa usmieva nad vlastnými nápadmi. Nemusí vyčnievať. Každý však nesie svoj príbeh a vlastný rytmus. Práve v tichu poslednej lavice vznikajú myšlienky, ktoré nepotrebujú okamžitý potlesk ani uznanie od ostatných. Je to miesto, kde sa rodí nenápadná odvaha byť sám sebou a kde má fantázia dostatok priestoru rásť bez hraníc.

Pri stene

Pri stene je ticho. Nenápadné. Nie prázdne. Len sústredené. Nie každý, kto mlčí, nemá hlas. Niekedy len čakajú na správny moment alebo správne publikum. Vnímajú viac, než dávajú najavo. Prinášajú pokoj, stabilitu a často si všimnú veci, ktoré iní prehliadajú.

Všetko sa však začalo v prvý školský deň. Vojna o vytúžené miesto, neisté úsmevy, rýchle rozhodnutia. Ten, kto vždy sedával vpredu, si raz sadne dozadu. Skúsi inú perspektívu. Zistí, že svet vyzerá inak, keď sa naň pozeráš spoza posledného radu. Zasnený pri okne si nájde spojenca v strede triedy. A ambiciózný vpredu sa prvýkrát otočí a všimne si, čo sa deje za jeho chrbtom. Z malých bodov na neviditeľnej mape sa postupne stáva sieť prepojených ciest. Škola ukazuje len časť nás.



Ždravé jadro

Stred triedy. Tí, čo si držia rovnováhu. Nenápadní, stabilní, bezpečná zóna. Ani príliš na očiach, ani úplne mimo diania. No občasnosť je len pohľad zvonka. Možno práve tu sedí niekto, kto po škole trénuje, pracuje, tvorí, sníva. Možno niekto, kto počas hodiny sleduje každý detail triedy. Všimá si viac než sa zdá. Kto je trochu hlasnejší než včera, kto si povzdychne, kto potrebuje pomoc. Nie každý líder stojí vpredu. Má veľké plány, len o nich nepotrebuje hovoriť nahlas.

Výhľad z okna

Pri okne sa vraj sníva najlepšie. Pohľad smerom von. Svet za sklom. Zasnenosť sa však často zamieňa za nezaujem. Je to okamih, keď sa naše mysle vydávajú za hranice reality. Ale čo ak práve tam vznikajú tie najväčšie plány?

V hlave sa skladá budúcnosť, predstavuje sa život mimo týchto štyroch stien, alebo si niekto len na chvíľu dopraje tichý oddych od všetkého hluku. Pohľad z okna nie je únik. Je to priestor. Rozšírenie horizontu.

Tú, ktorá sa zmestí do rozvrhu a do známok. Mimo triedy sme však omnoho viac. Sny, obavy, talenty aj malé víťazstvá, ktoré sa do učebnice nezmestia.

Lavica je len miesto, nie identita. Miesto, kde sedíme, môže o nás niečo naznačiť, no nikdy nepovie celý príbeh. Každý sedí tam, kde mu je príjemne. A raz možno zistíme, že nezáležalo na tom, kde sme sedeli. Ale s kým.

Vlaky medzi generáciami: keď výluky menia školské rána

Autor: Diana Gellérová, IV. A

Dizajn: Ema Kubínová, III. A

Foto: Internet

Ranný vlak, ktorý kedysi chodil načas, dnes často mešká. Pre študentov to neznamená len pár minút navyše, ale aj stres, zmeškané hodiny a dlhšie dni. Každá výluka ukazuje, ako veľmi dokáže doprava ovplyvniť školský režim mladých ľudí.

Ráno sa nezačína v škole

Vlaková doprava je pre mnohých ľudí na Slovensku viac než len spôsob presunu medzi mestami. Pre študentov predstavuje každodennú cestu do školy, pre pracujúcich cestu do zamestnania a pre staršie generácie často najdostupnejší druh verejnej dopravy. Pre veľa študentov sa školský deň nezačína prvou hodinou, ale už na železničnej stanici. Skoré vstávanie, rýchla káva do ruky a kontrolovanie, či vlak opäť nemá meškanie, patria k bežnej realite dochádzajúcich žiakov. Vlak je pre mnohých z nás úplne samozrejmosťou súčasťou dňa, aj keď si to často uvedomíme až vtedy, keď prestane fungovať tak, ako sme zvyknutí. Každý má iné povinnosti, no všetci dúfajú, že spoj príde načas a deň sa nezačne stresom.

Prečo mladí ľudia cestujú vlakom

Mladá generácia si vlaky vyberá najmä pre ich dostupnosť. Dochádzanie autom nie je pre každého možnosťou a autobusové spojenia často nie sú také pravidelné. Mnohí stredoškooláci študujú mimo svojho bydliska a bez vlakov by sa do školy jednoducho nedostali. Študentské výhody umožňujú cestovať pravidelne a bez vysokých nákladov. Počas cesty si niektorí opakujú učivo alebo dokončujú úlohy, iní sa snažia ešte na chvíľu oddýchnuť pred vyučovaním. Vo vlakoch zároveň vzniká zvláštna forma každodennej komunity. Rovnakí ľudia nastupujú každé ráno do toho istého vozňa, postupne sa spoznávajú a cesta sa stáva prirodzenou súčasťou sociálneho života. Pre mnohých študentov je vlak miestom prvých ranných rozhovorov aj posledného oddychu pred návratom domov.

Výluka na trati

Začiatkom februára 2026 však túto rutinu výrazne skomplikovala rozsiahla výluka na hlavnej železničnej trati medzi Bratislavou a severom Slovenska, najmä v úseku Bratislava – Leopoldov. Ide o jednu z najvyťaženejších tratí v krajine, ktorou denne prechádzajú diaľkové aj regionálne vlaky smerujúce napríklad do Žiliny či Košíc. Modernizačné práce na úsekoch tejto trate priniesli zmeny cestovných poriadkov, posuny odchodov a častejšie meškania vlakov. Spoj, na ktoré boli cestujúci dlhodobo zvyknutí, začali premávať v iných časoch alebo jazdili pomalšie kvôli obmedzeniam na trati. Pre študentov, ktorí majú deň presne rozdelený podľa školského rozvrhu, znamenala táto zmena oveľa viac než len technickú úpravu grafikonu.



rozbehnutej hodiny. Mnohí žiaci začali radšej chodiť na skoršie spoje, aby mali časovú rezervu. To však znamenalo vstávať ešte skôr než predtým. Zaujímavé je, že zatiaľ čo dopravcovia hovoria o nevyhnutnej investícii do budúcnosti železníc, študenti ju vnímajú najmä cez každodenné skúsenosti – zmenené ranné návyky, stres z prestupov a neistotu, či sa podarí prísť načas na prvú hodinu. Výluky majú trvať niekoľko mesiacov, čo znamená, že nejde o krátkodobý problém, ale o obdobie, ktoré ovplyvní celý školský rok.

Únava, ktorú nevidno

Výluka neznamenala len meškania, ale aj dlhšie cestovanie. Vlaky musia na niektorých úsekoch spomaľovať alebo čakať na uvoľnenie trate, čo sa postupne prenáša do celého dňa cestujúcich. Niektorí študenti trávajú cestovaním aj viac než dve hodiny denne, čo sa postupne prejavuje únavou. Výluka tak neovplyvnila len dopravu, ale aj koncentráciu, náladu a celkový režim mladých ľudí. Menej spánku a viac času stráveného cestovaním sa prejavuje aj v škole. Sústredenie je náročnejšie a po vyučovaní často nezostáva energia na učenie alebo voľný čas. Cesta vlakom, ktorá mala byť pohodlným riešením, sa počas výluky pre mnohých stala najstresujúcejšou časťou dňa.

Keď pár minút rozhoduje

Zrazu bolo potrebné odchádzať z domu skôr, sledovať nové prestupy a každý deň počítať s neistotou, či vlak dorazí načas. Dochádzanie do školy často funguje ako domino efekt. Ranný rýchlik prichádza na stanicu len pár minút pred odchodom autobusu alebo ďalšieho vlaku. Počas výluky však stačí malé zdržanie a celý plán sa rozpadne. Z päťminútového meškania sa stane dvadsaťminútové čakanie a následný neskorý príchod do školy. Zrazu človek stojí na stanici a vie, že do školy príde neskoro, aj keď urobil všetko správne. Nasleduje rýchle vysvetľovanie učiteľovi alebo tichý príchod do triedy počas

Generácie na jednej koľaji

Vo vlakoch sa stretávajú rôzne generácie s rozdielnymi pohľadmi na situáciu. Starší cestujúci často hovoria, že rekonštrukcie sú potrebné a treba ich vydržať kvôli lepšej budúcnosti dopravy. Mladí ľudia však vnímajú najmä okamžité dôsledky, pretože ich denný režim je pevne viazaný na školský rozvrh. Práve študenti sú skupinou, ktorá najviac závisí od presnosti verejnej dopravy. Škola nezačína neskôr kvôli výluka a vyučovanie sa neprispôbuje meškajúcim spojom. Preto každá zmena na železnici zasahuje mladých cestujúcich intenzívnejšie, ako by sa mohlo zdať.

Budúcnosť na kolajniciach

Modernizácia železníc má priniesť rýchlejšie a kvalitnejšie spojenia, čo je dôležité pre celé Slovensko. Výluky sú síce dočasné, no ukazujú, aké dôležité je plánovanie dopravy pre každodenný život ľudí. Ak majú vlaky zostať dopravou budúcnosti, musia byť nielen ekologické a dostupné, ale aj predvídateľné. Otázkou však zostáva, ako zvládnuť obdobie zmien tak, aby cestujúci nestratili dôveru vo verejnú dopravu. Pre dnešných študentov je vlak viac než len dopravný prostriedok. Je súčasťou ich vzdelávania aj každodenného života a skúsenosti, ktoré získajú dnes, ovplyvnia aj to, ako budú cestovať v budúcnosti.

Viac než len cesta do školy

Doprava nie je len technická otázka, o ktorej sa hovorí v správach alebo pri plánovaní infraštruktúry. Pre študentov má oveľa konkrétnejší význam. Ovplyvňuje to, kedy vstávajú, ako sa cítia počas vyučovania a či vôbec prídu načas. Veci, ktoré sa na prvý pohľad zdajú ako malé zmeny v cestovnom poriadku, sa v realite premietajú do každodenného fungovania. Výluka na trati ukázala, ako rýchlo sa vie narušiť niečo, na čo si ľudia dlhodobo zvykli. To, čo predtým fungovalo automaticky, si zrazu vyžaduje viac plánovania, skoršie vstávanie a často aj trpezlivosť. Pre študentov to znamená nielen viac času stráveného cestovaním, ale aj viac stresu, ktorý si nosia so sebou priamo do školy. Zároveň sa počas takýchto situácií ukazuje, akú dôležitú úlohu zohráva spoľahlivá doprava v bežnom živote. Nie je to len o tom, dostať sa z jedného mesta do druhého. Je to o tom, či deň začne pokojne, alebo v zhone, či má človek čas pripraviť sa na hodinu, alebo len rieši, ako vysvetliť meškanie. Vlaky tak v skutočnosti predstavujú oveľa viac než len kolajnice a cestovné poriadky. Sú súčasťou každodenného rytmu, na ktorý sa spoliehajú tisíce ľudí. A práve študenti si počas posledných mesiacov možno viac než kedykoľvek predtým uvedomili, že aj obyčajná cesta do školy môže výrazne ovplyvniť celý deň.



Správna strava pre dnešného stredoškolačka

Autor: Timea Kubínová, III. A
Dizajn: Ema Kubínová, III. A

“Ješ, to je nevyhnutnosť, ale správne ješ, to je umenie.”

François de la Rochefoucauld

Nedostatky v strave mladých ľudí

Určíte sa všetci zhodneme na tom, že počas pracovných dní vyhladáваме čo najrýchlejšie jedlá – nielen na prípravu, ale aj na konzumáciu. Často siahneme po raňajkách v podobe koláčov či iného sladkého pečiva z obchodu alebo po rôznych slaných polotovaroch, ktoré nám obchodné reťazce ponúkajú ako „čerstvé pečivo“. Počas obedných prestávok sa taktiež prikláňame najmä k rozmrazeným a rýchlo upraveným pokrmom, ako sú pizza, kebab či rôzne menu z fastfoodových reštaurácií. Ani večer sa nám už nechce pripravovať teplé jedlo, a tak často skončíme opäť pri pečive, ku ktorému si pridáme niečo rýchle a jednoduché. Tento jedálniček sa neustále opakuje a my do seba bez väčšieho uvedomenia prijímame potraviny, ktoré nie sú pre naše telo prospešné a často obsahujú množstvo škodlivých prísad. Takýto spôsob stravovania má, prirodzene, výrazný vplyv na naše zdravie aj každodenné fungovanie.

Aj v školskom prostredí sa všetci ponáhľajú. Nejednakrát sa stane, že desiatu zjesť nestíhame, a čo je ešte horšie, niektorí žiaci ju ani nemajú. Veľa mladých ľudí neraňajkuje, pretože nie sú tak skoro ráno hladní a ich prvé jedlo dňa je obed. Toto vie naše telo neskutočne zťažiť a unaviť, náš žalúdok sa ešte poriadne neprebudil alebo najskôr trpel hladom a zrazu do neho vložíme veľkú porciu jedla, ktorú je náročné stráviť. Nie je sa čo čudovať, že máme potom problémy s trávením a trpíme častými bolesťami brucha.

Väčšinou čakáme dlhšie v rade na obed, ako náš obed konzumujeme. Snažíme sa čo najrýchlejšie zasýtiť a niekedy ani nestihneme celý náš obed zjesť. Niektorí žiaci sa v školských jedálňach nestravujú a občas taktiež nemajú so sebou vlastné jedlo. Deň v škole im príde potom dlhší a únavnejší, pretože nemajú energiu na to, aby dokázali neustále premýšľať a nasávať nové informácie niekoľko hodín po sebe.

Správny spôsob jedenia

Najdôležitejšie je pripomenúť si, že správna strava sa môže u každého líšiť. Každý z nás má totiž trochu odlišné potreby. Niektorí sa musia určitým potravinám vyhýbať, pretože im nerobia dobre, iní zas potrebujú niektorých látok viac.

Napriek tomu by sme si všetci mali dávať pozor na to, akú stravu konzumujeme, a pamätať na dostatočný príjem tukov, cukrov, bielkovín, vitamínov a minerálov. Najdôležitejšie však je, aby nám naša strava robila dobre – aby sme neboli ani príliš zatažení, ani hladní.

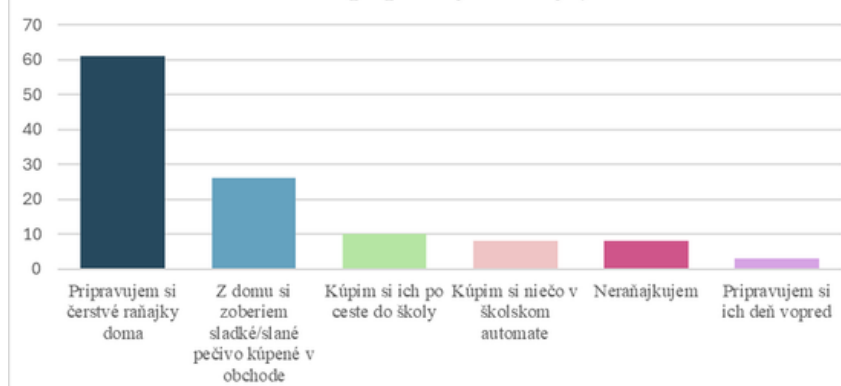
Nemusíme byť na seba zbytočne prísni. Ak to nie je potrebné zo zdravotných dôvodov, je najlepšie nevychádzať z jedálneho žiadny druh potravín. Takisto si treba občas dopriať a nežiť iba na striktné diéte.

Nášmu telu občas prospeje aj masť hamburgeru či naozaj sladká čokoláda. Samozrejme, nie v prehnanom množstve, ale keď si raz za čas doprajeme niečo nezdravé kvôli neodolateľnej chuti, nič sa nám nestane a určite nepriberieme späť všetko, čo sme sa doteraz snažili schudnúť.

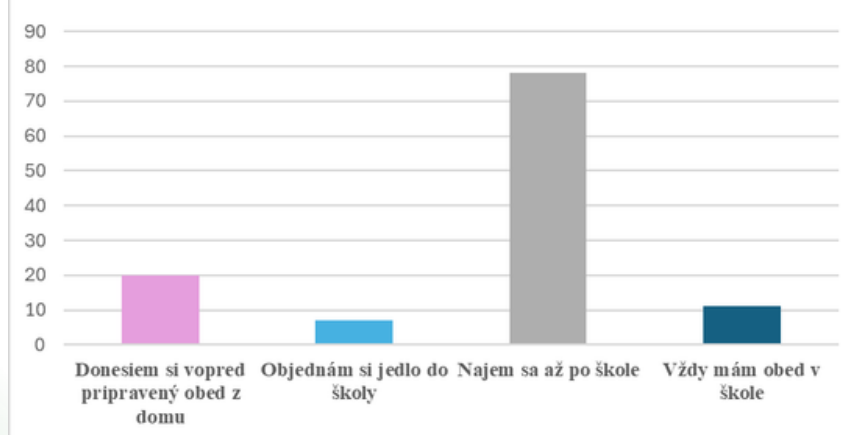
Stravovacie návyky našich študentov



Ako si pripravuješ raňajky?



Ak nemáš obed v škole...

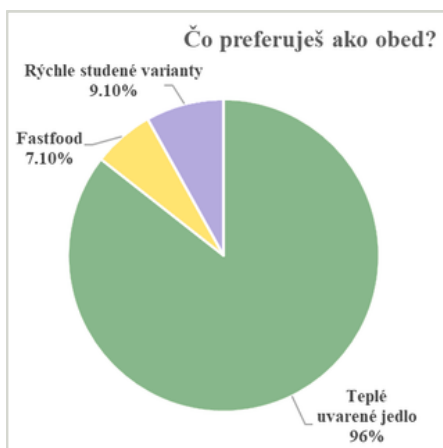


Stravovacie návyky našich študentov

Na základe dotazníka sme zistili, že napriek občasnému podliehaniu zlým stravovacím návykom a nestúhaniu si naši žiaci snažia zabezpečiť výživnú a pravidelnú stravu. Väčšina práve i preferuje plnohodnotné jedlá a nevyhýba sa zdravým potravinám. Najčastejšie spomínané jedlá, ktoré si žiaci volia na večeru boli cestoviny, vajíčka na rôzne spôsoby, kuracie mäso s ryžou, pečivo s nátierkou a salámou alebo inými dodatkami a rôzne druhy kaší.

Vzhľad zdravých tanierov

Pravidelnosť a pestrosť sú základom. Denne by sme mali zjesť 3 až 4 porcie jedla. Nemusia to byť veľké porcie, ale mali by byť plnohodnotné a výživné. Jedlá by sme mali striedať, nejedť stále tie isté dookola, a náš tanier by mal hrať farbami. Ak je dostatočne pestrý, znamená to, že obsahuje dostatok rôznych živín.



Treba pravidelne, pokojne aj viackrát za deň, obmieňať druhy pečiva, zeleniny, ovocia aj mäsa, aby naše telo malo dostatok energie a zároveň profitovalo z rôznorodého výberu.

Najväčšiu časť našej dennej stravy by mala podľa možnosti tvoriť zelenina, o niečo menší podiel by malo mať ovocie. Najlepšie je vyberať si také druhy, ktoré vieme vypiešťať aj doma v da-

nom ročnom období – teda lokálne a sezónne. Zvyčajne sa medzi obedom a večerou odporúča zaradiť aspoň jednu až dve porcie ovocia. Takzvaný olovant môže pozostávať napríklad z jablka, banánu či mandarínky, doplnených napríklad mrkvou.

Približne štvrtinu denného príjmu by mali tvoriť sacharidy, ktorých zdrojom je pečivo, cestoviny, ryža, zemiaky či ovsené vločky. Ide o potraviny, ktoré nás zasýtia na dlhší čas, pretože sa trávia pomalšie a dodávajú telu dostatok energie.

Varená pohánka s cviklou a opečenými kuracími prsia



Ďalšou dôležitou zložkou sú bielkoviny. Sú nevyhnutné pre správne fungovanie organizmu. Ich podiel v dennom príjme by mal byť približne 20 %, teda asi pätina až štvrtina taniera. Vhodné je kombinovať živočíšne aj rastlinné zdroje bielkovín, ktoré nájdeme v potravinách, ako sú vajcia, mliečne výrobky, mäso, ryby, strukoviny či sójové produkty.

Ak potrebujete z dôvodu športovej aktivity prijímať aj doplnkové zdroje bielkovín, dôkladne si preštudujte ich zloženie. Je dôležité, aby neobsahovali nadmerné množstvo škodlivých prídavných látok, ktoré môžu narušovať črevnú mikroflóru. Nenechajte sa oklamať ani výraznými nápismi ako „high-protein“.

Netreba zabúdať ani na pravidelný pitný režim. Odporúča sa prijať približne 2 až 3 litre tekutín denne. Aj keď nepocitujeme smäd, je vhodné vypíť aspoň pohár vody ku každému jedlu, pri obede pokojne aj dva.

Jednoduché pravidlá

Naše prvé jedlo dňa by malo byť teplé a ľahšie. Na raňajky by sme sa mali vyhýbať studeným jogurtom, opekaným slaninám na oleji či zvyškom pizze z predchádzajúceho večera. Naopak, veľmi vhodné sú napríklad ovsené kaše s ovocím, lievance, vajíčka na rôzne

spôsoby, toasty alebo tradičný obložený chlebík s nátiarkou, šunkou a zeleninou, ideálne podávaný aspoň pri izbovej teplote.

Obed by mal obsahovať aj polievku, pokojne aspoň v menšom množstve. Najmä vývary zo zeleniny či kostí nám dodávajú množstvo živín. Pri hlavnom jedle sa netreba obmedzovať – kombinovať môžeme zeleninu, strukoviny, mäso, sacharidy aj mliečne výrobky. Dôležité je, aby bol tanier pestrý. Aby sme predišli pocitu ťažkosti po obede, môžeme skúsiť jesť približne do 80 % nasýtenia. To znamená prestať jesť v momente, keď už nepocítujeme hlad, aj keď nám jedlo stále chutí. Vhodné je tiež pripravovať jedlá s menším množstvom oleja a uprednostňovať varené či jemne pečené pokrmy pred vyprážanými.



Opečený losos, marinovaný v mede, s ryžou, avokádom a mrkvou.

Posledné väčšie jedlo dňa je taktiež vhodné pripraviť teplé, aby ho telo ľahšie spracovalo. Neodporúča sa siahnuť po pečive či koláčoch, vhodnejšie je zvoliť zdroj bielkovín a skombinovať ho so zeleninou a menším množstvom sacharidov. Nie všetky zdravé a vyvážené večere si vyžadujú veľa času. Vyskúšať môžete napríklad jemne pečenú rybu na masle s trochu varených zemiakov a zeleninovou oblohou, varenú brokolicu so syrom, grilovanú cuketu a baklažán s tofu či zeleninové šaláty s orechmi. Rýchlou a výživnou voľbou sú aj krémové polievky so semenkami, cestoviny s krevetami a paradajkami alebo wrap s vajíčkom a zeleninou.

Je teda zrejmé, že zdravá strava je nevyhnutne dôležitá nie len pre malé bábätká a starších ľudí, ale aj pre stredoškôľakov. Čo zjedia môže ovplyvniť ich náladu a možno dokonca aj známku.

Strava ako cesta k väčšej múdrosti

Autor: Timea Kubínová, III. A

Dizajn: Ema Kubínová, III. A

Tak ako vyživujeme naše telo na to, aby sme zvládali fyzické aktivity, aj náš mozog potrebuje svoje živiny. Nezískava ich z ničoho iného ako z jedla, ktoré konzumujeme. Vďaka ktorým potravinám teda naša hlava funguje lepšie?

Ľahšie učenie

Stalo sa vám niekedy, že ste sa nedokázali niečo naučiť, aj keď ste nad tým strávili veľa času? Akoby vášmu mozgu „zamrzol hard disk“? Možno bol váš mozog jednoducho hladný. Pri rozmyšľaní taktiež spaľujeme kalórie – a nie málo. Za jeden deň spálime iba samotným premýšľaním približne 300 až 400 kalórií. Preto sa nám môže stať, že po dlhom učení máme pocit hladu, aj keď sme nevykonali žiaden fyzický pohyb.

Veľa z nás pri učení bojuje najmä so sústredením. Látky, ktoré dodávajú nášmu mozgu energiu a pomáhajú mu sústrediť ju na správne aktivity, sú napríklad acetyl-L-karnitín, L-teanín, kreatín a rozchodnica ružová. Mnohé z nich zároveň pomáhajú lepšie zvládnuť stresové situácie, navodzujú pocit pokoja a podporujú prekrvenie mozgu, čím prispievajú k dlhšej životnosti

mozgových buniek. Niektoré z týchto látok nájdeme v bežných potravinách, najmä v červenom mäse, rybách či mliečnych výrobkoch. L-teanín sa nachádza napríklad v zelenom čaji, zatiaľ čo rozchodnicu ružovú možno užívať najmä vo forme extraktu, napríklad v tabletách.

Žiadne rýchle zabúdanie

S výpadkami pamäti sa stretávame čoraz častejšie už v pomerne mladom veku. Pre lepšiu pamäť a prevenciu pred Parkinsonovou či Alzheimerovou chorobou je vhodné prijímať látky ako rybí olej, cholin, bakopa drobnolistá a ginkgo biloba. Vajcia, ružičkový kel a hovädzie mäso sú okrem iného bohaté aj na cholin. Ostatné látky môžeme dopĺňať vo forme extraktov, hoci rybí olej sa do nášho tela prirodzene dostáva aj konzumáciou rýb.

Bleskové reakcie

Ostražitosť a dostatočne rýchle reakcie na podnety patria tiež k základným funkciám mozgu. Často sa využívajú pri rôznych školských aktivitách aj pri bežnom učení v školských laviciach. Na to, aby sa reakcie príliš

nespomalovali, potrebujeme horčík a vitamíny skupiny B. Ďalšími podporujúcimi látkami sú kurkuma, kofeín aj fosfatidylserín, ktoré by sa mali užívať iba v primeraných množstvách. Vitamíny skupiny B sa prirodzene nachádzajú v živočíšnych potravinách, ako sú vajcia, mäso, hovädzia pečeň, jogurty, syry a ryby. Horčík, naopak, nájdeme najmä v rastlinnej strave – v tekvicových a chia semenkách, orechoch, kakau, špenáte, šošovici a fazuli.

Viac dobrých nápadov

V neposlednom rade potrebujeme v našich každodenných životoch aj kreativitu. Občas si ani neuvedomujeme, že ju využívame, a mnohí z nás dokonca tvrdia, že žiadnu nemajú. Dokáže si ju však každý „naštartovať“, a to aj prostredníctvom stravy. Najdôležitejšie sú antioxidanty, ktoré sa nachádzajú vo veľkom množstve potravín. Najviac ich získame z čučoriedok, brusníc, arónie, špenátu, brokolice, červenej kapusty, vlašských orechov, mandlí, slnečnicových semienok a zeleného čaju. Mnohé z týchto potravín obsahujú aj vitamíny C a E, ktoré sú pre naše telo takisto veľmi prospešné. Mladí ľudia by si teda mali kupovať viac ovocia a zeleniny.

Rýchle jedlo, pomalé následky

Autor a dizajn: Melánia Bialoňová, II. A

Ak sa na chvíľu zastavíš a zamyslíš sa nad tým, čo denneješ, stojí to za to, ak ti to môže spôsobiť dlhodobé problémy? Ak povieš, že ješ nezdravé jedlo, dovoľ mi ukázať ti, aké negatívne dôsledky tým spôsobuješ nielen sebe, ale aj celej spoločnosti. Nezdravé jedlo sa často klasifikuje ako statok so záporným spoločenským prínosom, pretože sa nadmerne konzumuje a vytvára náklady pre spoločnosť nad rámec individuálneho spotrebiteľa.



Príklad rýchle spraveného jedla

Náklady verejného zdravotníctva

Nezdravé jedlo má zvyčajne vysoký obsah cukru, soli, nasýtených tukov a rafinovaných sacharidov. Dlhodobá nadmerná konzumácia výrazne zvyšuje riziko obezity, cukrovky 2. typu, kardiovaskulárnych ochorení (ochorenie srdca), mozgovej príhody a niektorých druhov rakoviny. V krajinách s verejne financovaným zdravotníctvom, ako je napríklad National Health Service, je liečba financovaná z daní. To znamená, že vláda a daňoví poplatníci hradia liečbu, operácie, lieky aj dlhodobú starostlivosť, pričom súkromný spotrebiteľ nenesie plné zdravotné náklady svojich stravovacích rozhodnutí. Chronické ochorenia súvisiace so stravou si navyše vyžadujú dlhodobú liečbu, čo zvyšuje výdavky vlády na zdravotníctvo, poistné v súkromnom sektore a najmä tlak na kapacitu nemocníc. Čo to znamená pre teba? Verejné financie sa presúvajú z oblastí, ako sú vzdelávanie, infraštruktúra či iné verejné služby.

Znížená produktivita a dopady na trh práce

Strava chudobná na zdravé tuky a bielkoviny prispieva k chronickým ochoreniam a únave, čo ovplyvňuje trh práce viacerými spôsobmi. Po prvé, ab-

sencia v práci – pracovníci trpiaci ochoreniami súvisiacimi so stravou častejšie čerpajú nemocenské dni. Po druhé, prezenteizmus – aj keď si v práci, môžeš byť menej produktívny kvôli zlému zdravotnému stavu a nedostatku živín, ktoré tvoje telo potrebuje na správne fungovanie. Napokon, ak ťa chronické ochorenia dobehnú, môžeš byť nútený odísť z trhu práce skôr, než sa očakávalo, čo vedie k predčasnému dôchodku. V dôsledku toho ekonomika zaznamenáva nižší celkový výkon, znížené daňové príjmy a vyššie sociálne výdavky. Zamestnávateľia môžu čeliť vyšším nákladom na zdravotné poistenie, nábor a zaškolenie náhradného personálu.

Vplyv na deti a rozvoj ľudského kapitálu

Deti sú obzvlášť zraniteľné, pretože nezdravé jedlo je na ne intenzívne marketingovo zamerané a často nemajú plné pochopenie dlhodobých zdravotných rizík. Vysoká konzumácia môže viesť k detskej obezite, pričom v roku 2022 bolo na svete zaznamenaných približne 390 miliónov detí a dospievajúcich s nadváhou alebo obezitou. Okrem toho môže nezdravá strava prispievať aj k zníženej koncentrácii v škole. Áno, zhoršené sústredenie nie je spôsobené len mobilnými telefónmi a nedostatkom spánku, ale aj stravovaním. Postupom času môže toto všetko negatívne ovplyvňovať rozvoj ľudského kapitálu, čo vedie k nižšiemu vzdelaniu, nižšej budúcej produktivite a nižším celoživotným príjmom. Keďže vzdelanie a produktivita prinášajú prospech celej spoločnosti, akékoľvek ich zníženie vytvára dlhodobé externé náklady pre ekonomiku.

Medzigeneračné a dlhodobé spoločenské náklady

Stravovacie návyky sa často prenášajú z rodičov na deti. Ak sa konzumácia nezdravého jedla stane normou, miera obezity môže pretrvávať naprieč generáciami, záťaž zdravotníctva sa bude kumulovať a nerovnosti vo verejnom zdraví sa budú prehĺbovať. Domácnosti s nižšími príjmami sú často postihnuté viac, a to z dôvodu lacnejších spracovaných potravín a obmedzeného prístupu k čerstvým alternatívam

Environmentálne dopady

Hoci sa o nezdravom jedle hovorí najmä v súvislosti so zdravím, vytvára aj environmentálne náklady. Intenzívne poľnohospodárstvo, na ktorom je jeho výroba závislá, zahŕňa produkciu palmového oleja spojenú s odlesňovaním, priemyselný chov hospodárskych zvierat vedúci k vysokým emisiám metánu a monokultúrne pestovanie spôsobujúce degradáciu pôdy. Odpad z obalov je zrejmy, pretože ho vidíme všade. Jednorazové plastové obaly prispievajú k preplneniu skládok, znečisteniu oceánov a dokonca k prítomnosti mikroplastov v ekosystémoch. Tieto vysoko spracované potraviny si navyše vyžadujú energeticky náročnú výrobu, dopravu, chladenie a globálne dodávateľské reťazce, čo vedie k emisiám uhlíka. Tieto environmentálne škody ovplyvňujú spoločnosť ako celok, no nie sú plne zahrnuté v trhovej cene nezdravého jedla.

Prečo to spôsobuje zlyhanie trhu?

Dochádza k zlyhaniu trhu, pretože spoločenské náklady (súkromné náklady + externé náklady) sú vyššie ako samotné súkromné náklady. Nezdravé jedlo sa nadmerne konzumuje, nadmerne produkuje a je podhodnotené vzhľadom na jeho skutočné spoločenské náklady. To odôvodňuje zásahy vlády, ako sú dane z cukru, obmedzenia reklamy, výživové označovanie a dotácie na zdravšie alternatívy.



Dlhodobý následok nezdravého jedenia

Možnosti zarobenia peňazí počas stredoškolského štúdia

Autor: Timea Kubínová, III. A

Dizajn: Ema Kubínová, III. A

Mnohí tínedžeri túžia po vlastnom zárobku, no často sa stretávajú s jedným problémom – štart. Odpovedať si na otázky kde, kedy a ako začať dokáže byť pre viacerých náročné. Podme sa spoločne pozrieť na to, ako si my, mladí študenti, dokážeme zarobiť peniaze.

Kde hľadať

Istotne všetci poznáme internetové stránky, kde si ľahko nájdeme ponuky rôznych brigád. Či už je to profesia.sk, LinkedIn, brigada.sk alebo aj trochu menej známy portál, worki.sk, všetky sú uľahčujúcim a hlavne urýchľujúcim nástrojom. Taktiež dobrou pomôckou sú napríklad skupiny na Facebooku, ktoré sú zväčša tvorené pre konkrétne mestá, a tak sa ľahko dostanete k pracovným ponukám práve v okolí miesta, kde bývate. Hľadajte napríklad „Brigáda Trenčín“. Mnohé podniky uverejňujú ponuky o zamestnanie na ich webových stránkach alebo sociálnych sieťach, ktoré treba pozorne sledovať. Samozrejme, všetky stránky aj skupiny si treba vopred overiť, či sú dôveryhodné. Ak nie stránky, aspoň dané ponuky brigád, ktoré nás zaujali. Netreba sa nechať príliš rýchlo nalákať na inzeráty, ktoré ponúkajú vyššie mzdy ako je štandardné pre daný typ práce alebo rôzne výhody, ktoré iní brigádnici nezískavajú. Vždy je dobré si poriadne overiť, čo daná práca, ktorú by sme vykonávali zahŕňa, aké má zamestnávateľ na nás požiadavky a zväziť, či by nám hlavne pracovný čas vyhovoval. Najlepšie je ozvať sa na uvedený kontakt, písomne alebo podľa mňa lepšie telefonicky, a získať priamo od zamestnávateľa konkrétnejšie informácie o potenciálnej brigáde.

Takisto je dôležité sledovať letáky vystavené v školách, po meste, doručené domov do schránky, vo verejných budovách alebo aj vo vozidlách verejnej dopravy. Nikdy neviete, na akú dobrú brigádu môžete naraziť aj takýmto spôsobom. Priamo v podnikoch, ktoré pravidelne navštevujete, určite často vyhľadávajú výpomoc. Stačí sa len čo najskôr na ponuku oz-

vať, zistiť potrebné informácie, ak spĺňate podmienky, dohodnúť sa so zamestnávateľom na nástupe alebo zaučení a máte pomerne rýchlo brigádu zabezpečenú.

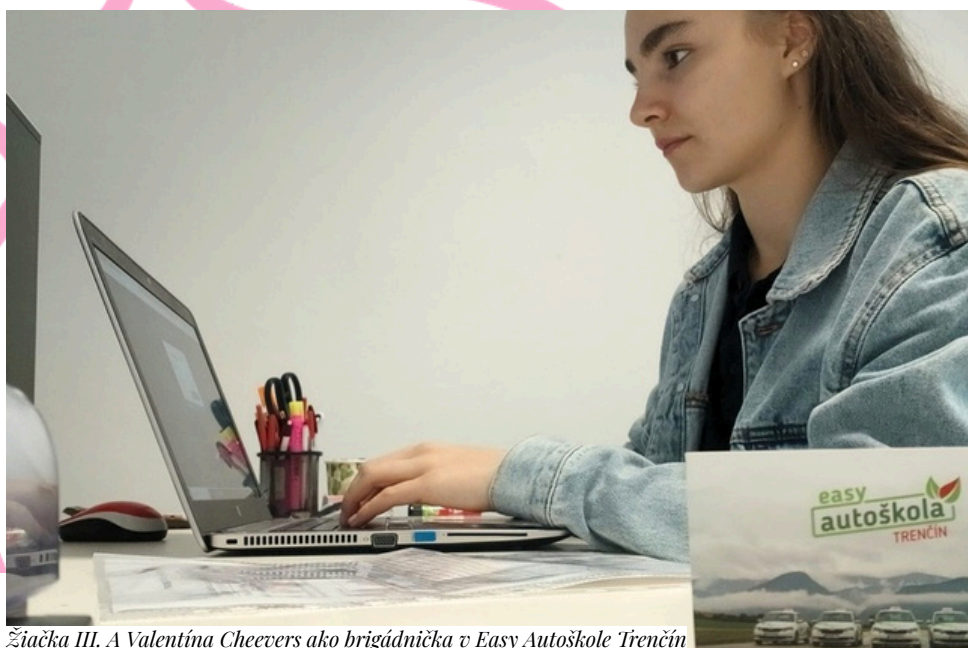
Ak máte vyhladený konkrétny podnik, v ktorom by ste chceli vyskúšať pracovať, ale neuverejnil žiadnu informáciu o tom, že by hľadali niekoho na vyplnenie pracovného miesta, skúste byť obozretný v čase dlhších sviatkov alebo počas leta. Práve v týchto obdobiach, ako sú Vianoce, Veľká Noc, jarné prázdniny, leto a podobne, veľa firiem a obchodov bojuje s tým, že si mnohí zamestnanci vyžadujú dovolenku. Ak viete, že počas nejakých z týchto sviatkov budete doma, skúste aspoň 2 týždne aj mesiac vopred kontaktovať majiteľa daného podniku alebo osobu uvedenú pre vybavovanie pracovných pomerov. Uvedte, prečo máte záujem u nich pracovať a možno sa vám ozvú späť s nejakou ponukou. Za vyskúšanie nič nedáte.

Letné brigády

Najlepšie a najľahšie pre študentov je začať s pracovaním v lete. Nemáme žiadne povinnosti a veľa času. Počas le-

ta je pre nás otvorených najviac ponúk, no stále sú dosť obmedzené a rýchlo obsadené. Ak si chceme zaručiť brigádu počas leta, radšej treba začať hľadať už v jarných mesiacoch.

Ak radi trávite čas s deťmi, viete ich zabaviť, chcete mať brigádu plnú aktivít a nových skúseností, určite by ste mali vyskúšať prácu animátora. Cestovné kancelárie ako CK Hydrotour, Satur a Slniečko robia nábor na animátorov už od mesiacov február či marec, aby stihli uskutočniť celý výberový proces a nakoniec vybrať mladých ľudí, ktorých vyšlú do ich dovolenkových destinácií. Všetky požiadavky, ktoré by mal animátor spĺňať nájdete na ich webových stránkach. Menším obmedzením je, že animátora väčšinou môžete vykonávať iba ak máte 18 a viac rokov. CK Slniečko ponúka miesta pre animátorov aj na Slovensku počas ich táborov alebo v rôznych školách v prírode, nielen v zahraničí. Prácu animátora na Slovensku môžete vyskúšať aj v menších miestnych táboroch, ktoré si vyhladáte na internete, poprípade na stránke CVC vášho mesta, alebo sa môžete pozrieť na ďalšie ponuky po celom Slovensku do táborov alebo škôl v prírode na ckvida.sk či na profesia.sk.



Žiacka III. A Valentína Cheevers ako brigádnica v Easy Autoškole Trenčín



Žiačka III. A Tímea Kubínová ako brigádníčka v zmrzlinárni Típtop

Samozrejme, najčastejšie brigádnikov cez leto hľadajú do kaviarní, zmrzlinární, barov a reštaurácií, či už na obsluhu alebo ako výpomoc do kuchyne. Veľa mladých ľudí sa zamestnáva aj v športových centrách, kempových areáloch a kúpaliskách. Môžete vyskúšať aj upratovanie v hoteloch alebo pomoc na recepcii. Tieto práce nie sú odmeňované nejakými vysokými mzdami ale sú to veľmi dobré príležitosti pre prvé zárobky a keďže pracujete väčšinou v spoločnosti mladých ľudí, viete si čas v práci aj trochu spríjemniť, dokonca nájsť nových kamarátov. Stále treba mať na mysli, čím skôr sa ozvete, tým väčšiu možnosť získania brigády máte.

Príležitostné zárobky

Ďalším spôsobom ako si zarobiť je vypomáhanie na rôznych akciách, výstavách, festivaloch alebo kratších zájazdoch. Vždy sledujte, aké podujatia alebo aktivity pre verejnosť prebiehajú vo vašom meste alebo obci. Niektoré sa uskutočňujú pravidelne každý rok, ako napríklad v Trenčíne festivaly Pohoda a Grape, ktoré vždy vytvárajú veľkú ponuku rôznych 3-dňových prác pre veľký počet ľudí. Inde to môžu byť zasa obecné plesy, hody, jarmoky, autosalóny, záhradné, interiérové a zvieracie výstavy. Niektoré podujatia sa robia príležitostne alebo pre súkromné firmy či menšie spoločnosti ľudí, no vždy keď sa deje niečo extra, potrebujú aj extra ľudí.

Ak máte blízko farmy alebo družstvá, tiež nastávajú obdobia, kedy ich pra-

covníci nestíhajú vykonávať ich práce tak rýchlo, ako by bolo potrebné. Práve vtedy uverejňujú hlavne na Face-booku alebo na stránky obcí oznamy, že hľadajú výpomoc na obmedzený čas. Môžu to byť práce ako zber ovocia a zeleniny, predaj v sezónnych stánkoch, kŕmenie zvierat, čistenie zvieracích prístýpkov.

Počas obdobia pred Vianocami alebo iných dní, kedy ľudia veľa nakupujú, často potrebujú pomoc v distribučných skladoch. Samozrejme, aj iné sklady dokážu byť viackrát ročne preplnené a pracovníci príliš zaneprázdnení, takže sa vyskytujú mnohé ponuky na pár dní týždenne alebo mesačne pre triedenie a balenie tovaru.

Pre starších študentov je možnosť príležitostných brigád aj v zahraničí, či už v skladoch, na plantážach a farmách alebo aj stavbách. Takisto sú k dispozícii aj iné sezónne brigády, napríklad inštruktor rôznych zimných športových aktivít pre deti. Netreba váhať a ozvať sa aj na takéto ponuky krátkodobých zárobkov.

Príjem po celý rok?

Existujú aj práce, ktoré študenti dokážu vykonávať aj počas študovania. Treba si vždy len rozvrhnúť dobre čas a nájsť tolerantného zamestnávateľa, ktorý bude ochotný sa s vami dohodnúť na pracovnom čase, ktorý vám bude vyhovovať.

Často sú to práce ako upratovacie služby, výpomoc v reštauráciách a ka-

viarňach, recepcný vo fitness centrách, pracovník v sklade alebo pokladník v supermarkete a roznos letákov.

Taktiež môžete využiť špecifické zručnosti alebo schopnosti na vykonávanie aktivít, ktoré vám dokážu zabezpečiť príjem peňazí. Trénovanie detí športu, ktorému sa dlhoročne venujete. Oprava oblečenia. Vytváranie obrazov a keramických či iných umeleckých prvkov, ktoré môžete predávať na trhoch. Fotograf na oslavách, svadbách a akciách, alebo dokonca aj DJ.



Žiačka III. A Žuzana Bacová ako brigádníčka v UGO Freshbar

Zaujímavé sú momentálne aj takzvané online brigády. Dokážete fotiť a natáčať počas akcií, následne vytvárať príspevky, spravovať sociálne siete, tvoriť plagáty a prekladať texty.

Bohužiaľ, nájsť si celoročnú brigádu je naozaj náročné. Hlavne, ak nie ste plnoletí. Vyžaduje to veľa snahy a ešte viac hľadania, takže nebudte odradení, keď vás v žiadnom z prvých troch miest nebudú chcieť. Je to totižto úplne bežný problém skoro všetkých študentov hľadajúcich brigádu mimo vyťažených sezón.

Mladí diplomati

Autor: Maxim Maťovčík, II. A
Dizajn: Lillien Vaculová, II. D

Chcete sa stať diplomatom, politikom alebo svetovým lídrom, ale nevíete kde začať? Tak modelové konferencie sú priamo pre vás.

Modelové konferencie sú naozaj pre každého. Či ste na základnej, strednej alebo aj vysokej škole, neexistujú žiadne hranice. Najčastejšie však modelové konferencie navštevujú študenti stredných škôl, ktorí sú vo vekovej kategórii 16 až 17 rokov.



Charakteristika modelových konferencií

Modelové konferencie simulujú zasadnutia svetových lídrov alebo politikov v rôznych výboroch v anglickom jazyku. Rieši sa mnoho vecí – od výborov pre financie či environmentalistiku až po výbory pre ľudské práva a bezpečnosť. Účastníci počas niekoľkých dní zasadať

a debatujú vo výboroch o danej téme, ktorá závisí od konkrétneho výboru. Následne prezentujú svoje nápady a spolupracujú s ďalšími účastníkmi, aby mohli riešiť danú tému. Výsledkom je spoločný dokument, ktorý následne prezentujú ostatným účastníkom z rôznych výborov na valnom zhromaždení.

Typy modelových konferencií

Je veľa formátov modelových konferencií ako napríklad Model European Parliament alebo Model Slovak Parliament. Avšak najpopulárnejšia je Model United Nations (k tomu sa ešte dostaneme neskôr v článku).

Podme sa pozrieť na Model European Parliament. Na začiatku ste priradení ku nejakej krajine, politickej strane a výboru. Následne robíte menší politický výskum o svojej krajine – aké má názory, či je viazaná nejakými zmluvami s inými krajinami, ktoré ovplyvňujú vaše rozhodovanie, a s ktorými štátmi je najväčšia pravdepodobnosť spolupráce. Na samotnej konferencii sa debatuje vo výboroch, kde sa následne tvoria riešenia na daný problém.

To by bol MEP – podme sa pozrieť na MPS. Model Slovak Parliament, v skratke MPS, je modelové zasadnutie slovenského parlamentu. Princíp je podobný – ste priradení do určitého výboru pod konkrétnou politickou stranou.

Debatujete, spolupracujete a hľadáte riešenia, ktoré potom spoločne spíšete. Následne ich prezentujete všetkým účastníkom konferencie – a teraz pozor – v oficiálnej Národnej rade Slovenskej republiky.

Najčastejší formát – MUN

Model United Nations, v skratke MUN, je najstarší a zároveň najpopulárnejší typ modelovej konferencie, ktorý existuje. Bol založený už v roku 1927, ale pod iným názvom. Až po druhej svetovej vojne, v roku 1947, sa uskutočnila prvá MUN konferencia, akú poznáme dnes.

MUN funguje podobne ako iné typy – dostanete krajinu a výbor. Následne si urobíte politický výskum o svojej krajine, napíšete Position Paper (postoj vašej krajiny k danej téme), pripravíte si úvodný prejav, ktorý je povinný, a ste pripravení.

Na začiatku prebieha valné zhromaždenie (General Assembly), po ktorom sa presuniete do svojich výborov debatovať a riešiť problém. Po uplynutí času, ktorý ste mali vo výboroch (zvyčajne sú to dva dni), idete prezentovať svoju rezolúciu (dokument s riešeniami na daný problém) na valnom zhromaždení, kde sa o nej hlasuje.

Ak váš návrh prejde, je to úspech, ak nie, nič sa nedeje – na konci dňa je to iba simulácia. Následne sa udeľujú ocenenia delegátom, ktorým sa darilo najviac, a tým sa konferencia oficiálne končí.

Rokovanie modelového parlamentu



Modelové konferencie na Slovensku

Všetky konferencie, ktoré som tu spomenul, sa konajú aj na Slovensku, napríklad MPS alebo MEP. Čo sa týka MUN konferencií, tých je naozaj veľmi veľa – či už na Slovensku, alebo po celom svete. Napríklad medzi najprestížnejšie a zároveň najstaršie patrí BratMUN (Bratislava Model United Nations), ktorá sa koná každý rok. Po nej nasleduje ApróMUN (Aprogen Model United Nations) a ďalej napríklad KoMUN (Košice Model United Nations) alebo ZaMUN (Žilina Model United Nations). Týchto konferencií je naozaj veľa, takže ak by vás niečo takéto zaujímalo, navštívte stránku mymun.com, kde nájdete rôzne modelové konferencie z celého sveta.



BRATMUN



APRÓMUN

Kde sa môžete ukázať?

Najbližšia konferencia, ktorá má podobný formát ako MUN, je MGES Summit, ktorý sa koná v septembri 2026. Model Global Economic Summit je ekonomická modelová konferencia zameraná na simuláciu reálnych finančných inštitúcií a krajín v jednotlivých výboroch. Napríklad výbor WTO (World Trade Organization) simuluje rokovania krajín a inštitúcií, ktoré následne spolupracujú, aby vytvorili čo najkvalitnejšiu rezolúciu. Ďalším výborom je Historical Economic and Social Council. Riešia sa tam historické a ekonomické problémy a de-legáti reprezentujú významných svetových lídrov z daného obdobia (napr. Ronald Reagan). Následne je tam výbor BRICS, ktorý je podobný výboru WTO. Posledným je výbor s názvom Federal Open Market Committee, ktorý je určený pre skúsených ekonómov a neodporúča sa začiatčikom. Ak vás táto konferencia zaujala, môžete navštíviť stránku mymun.com, kde si vyhladáte MGES Summit a môžete sa prihlásiť.



Účastníci modelového parlamentu





Euro dáva stredoškolačom krídla

Autor: Diana Gellérová, IV. A

Dizajn: Melisa Mičková, IV. A

*D*ejiny nie sú len zaprášené príbehy z minulosti. Sú to hlavne rozhodnutia, ktoré reálne formujú náš každý deň. Ak ráno vstanete, hodíte na seba rucksak, skočíte na vlak do Viedne alebo na nákupy do Poľska a jediné, čo pred odchodom skontrolujete, je občiansky preukaz a zostatok na účte, žijete históriu v priamej praxi. Naša generácia funguje v realite, ktorú by nám naši starí rodičia v našom veku úprimne závideli. Európska únia, Schengen a spoločná mena euro nám dali slobodu, ktorá bola ešte pred pár desaťročiami nepredstaviteľná. Aby sme ale pochopili, akú hodnotu tieto veci majú, musíme sa pozrieť na to, ako zložito tento bezhraničný systém vznikol a čím všetkým si musel prejsť.

Mier vybudovaný na uhlí, oceli a spoločnom obchode

Dnešná Európska únia vznikla ako priama reakcia na šialenstvo druhej svetovej vojny. Európski lídri hľadali spôsob, ako zabezpečiť, aby sa niečo podobné už nikdy nezopakovalo. Kľúčový moment prišiel v máji 1950, kedy francúzsky minister zahraničných vecí Robert Schuman predstavil plán, ktorý kompletne zmenil pravidlá. Vyzval európske štáty, aby kontrolu nad svojou výrobou uhlia a ocele odovzdali jednej spoločnej, nezávislej inštitúcii.

Cieľ bol jednoduchý, ale geniálny. Keďže uhlie a ocel boli hlavnými surovinami na výrobu zbraní, spoločný dohľad mal zabezpečiť, že Francúzsko a Nemecko už proti sebe nebudú môcť tajne zbrojiť. Tento plán sa rýchlo ujal a šesť zakladajúcich štátov – Belgicko, Nemecko, Luxembursko, Francúzsko, Taliansko a Holandsko – založilo Európske spoločenstvo uhlia a ocele.

Úspech bol taký veľký, že o pár rokov neskôr tie isté štáty podpísali Rímske zmluvy a vytvorili Európske hospodárske spoločenstvo, čím položili základy pre voľný pohyb tovaru, osôb, služieb a kapitálu.

Ako Európa zrušila hraničné závary

Spoločný trh fungoval skvele. Pridala sa Veľká Británia, Dánsko, Írsko a neskôr sa spoločenstvo rozrástlo smerom na juh o Grécko, Španielsko a Portugalsko. Popri ekonomickom spájaní ale ľudia chceli niečo, čo pocítili v bežnom živote. Cestovanie bez otravných kontrol. V roku 1985 sa v malej luxemburskej dedinke Schengen stretli zástupcovia piatich zakladajúcich krajín a podpísali dohodu o postupnom zrušení kontrol na vnútorných hraniciach. Pre Slovensko to bola úplne nedosiahnuteľná realita.

Na západ sa skrátka legálne chodiť nedalo. Všetko sa zmenilo až koncom roka 2007, kedy sme do Schengenského priestoru oficiálne vstúpili aj my. Dnes tento bezhraničný svet zahŕňa vyše 420 miliónov ľudí a rozprestiera sa na ploche viac ako štyri milióny kilometrov štvorcových.

Vonkajšia schengenská hranica má obrovských 50 000 kilometrov a stráži nás pred kriminalitou vďaka prepojenej policajnej spolupráci. Momentálne sem patrí 27 štátov vrátane nečlenov EÚ ako Švajčiarsko či Nórsko, zatiaľ čo krajiny ako Írsko alebo Cyprus stoja mimo tejto spolupráce.

Pád Berlínskeho múru a príchod eura

Na prelome osemdesiatych a deväťdesiatych rokov padol Berlínsky múr, skončil sa vplyv Sovietskeho zväzu a stredná Európa sa začala demokratizovať. Európski lídri na tieto zmeny reagovali podpisom Maastrichtskej zmluvy, ktorá oficiálne pretvorila spoločenstvo na dnešnú Európsku úniu. Táto zmluva priniesla európske občianstvo a hlavne jasný plán na zavedenie jednotnej meny. Netrvalo dlho a na začiatku roka 2002 sa euro dostalo v hotovostnej podobe do obehu v prvých dvanástich štátoch.





Či už si kupujete lístok na metro v Barcelone, dávate si pizzu v Ríme alebo objednáвате tenisky z nemeckého e-shopu, hneď vidíte reálnu cenu bez prepočítavania na kalkulačke. Platenie mobilom alebo kartou v celej eurozóne je bez skrytých bankových poplatkov, takže vaše peniaze majú rovnakú hodnotu u nás doma, ako aj na druhom konci kontinentu.

Euro je pre Slovensko ako štít. Keďže stojíme za silnou menou, o ktorú sa opierajú najväčšie ekonomiky, sme v bezpečí. Možnosť slobodne vycestovať, študovať cez Erasmus alebo si najst letnú brigádu v zahraničí nie je samozrejmosť, ale výsledok prekonania historických kríz. Tieto krídla máme vo vrecku každý deň a je len na nás, kam s nimi poletíme.

Pre nás prišiel kľúčový historický moment 1. mája 2004. Slovensko sa vtedy stalo súčasťou najväčšieho rozširovania v histórii Únie, kedy do klubu pribudlo naraz desať krajín vrátane našich susedov z Česka, Poľska a Maďarska. Definitívne sme sa tak vrátili medzi moderné západné demokracie. O necelých päť rokov, 1. januára 2009, sme slovenské koruny definitívne vymenili za eurá, čím sme naskočili do prvej ligy európskej ekonomiky. Neskôr sa schválila Lisabonská zmluva, ktorá zmodernizovala rozhodovanie v inštitúciách.

Keď eurozónu zasiahli prvé veľké krízy

História Európskej únie ale nie je bezchybná. Skutočný test prišiel v roku 2008, kedy svet zasiahla globálna finančná kríza. Zasiahla aj Európu a prejavila sa rastúcim dlhom štátov, prudkým skokom nezamestnanosti mladých a celkovým prepadom ekonomiky. Všetko vyvrcholilo dlhovou krízou, ktorá začala v Grécku a rýchlo ohrozila celú stabilitu eurozóny. Kritici vtedy euru predpovedali rýchly koniec, no Únia musela rýchlo dospieť a vytvoriť záchranné finančné mechanizmy a Bankovú úniu. Aj keď to bolelo, spoločné riešenia zabrali a eurozóna túto skúšku ustála. Ukázalo sa, že keď ide do tuhého, držať spolu má zmysel.

Odchod Británie a hľadanie novej stability

Rok 2015 priniesol veľkú migračnú krízu, ktorá otestovala funkčnosť Schengenu a vyvolala nezhody medzi štátmi o tom, ako chrániť vonkajšie hranice. Situáciu sa podarilo stabilizovať až po náročných dohodách s okolitými krajinami, ako je Turecko. Hneď na to ale prišlo niečo ďalšie. Referendum vo Veľkej Británii, kde sa ľudia tesnou väčšinou rozhodli z Únie odísť. Brexit bol obrovským testom, pretože dovtedy z Únie ešte nikdy žiadny členský štát neodišiel. Po rokoch tvrdých vyjednávaní o podmienkach a odkladoch v britskom parlamente Spojené kráľovstvo na začiatku roka 2020 definitívne odišlo. Tieto udalosti, spojené s nárastom extrémistických nálad po celej Európe, prinútili lídrov zamyslieť sa nad reformami. Európska komisia vydala Biele knihu s piatimi scenármi budúcnosti. Od zachovania čistého trhu až po hlbšiu integráciu. Zároveň sa spustila užšia vojenská spolupráca PESCO a Únia začala viac riešiť bezpečnosť a vplyv veľmocí ako Rusko a Čína na západnom Balkáne.

Prečo to pre stredoškólačka nie sú len nudné reči

Prečo by malo toto všetko zaujímať bežného stredoškólačka? Pred zavedením eura stál každý výlet za hranice peniaze navyše, pretože zmenárne si účtovali poplatky a nevýhodné kurzy. Dnes vďaka euru neriešime žiadnu matematiku v hlave.





DiscoverEU: Vlakom po Európe zadarmo? Program, ktorý ti môže zmeniť leto aj pohľad na svet



Autor: Karin Mokričková, IV. A

Dizajn: Melisa Mičková, IV. A

*P*redstav si, že máš 18 rokov, v batohu pár vecí, v mobile lístky na vlak a pred sebou celé leto plné nových miest, nočných presunov, spontánnych rozhodnutí a ľudí z celej Európy. Presne to ponúka DiscoverEU – program Európskej únie, vďaka ktorému môžu mladí cestovať po Európe takmer zadarmo. Pre niekoho je to prvá veľká cesta bez rodičov, pre iných životný zážitok, na ktorý spomínajú ešte roky. V tomto článku sa dozvieš ako DiscoverEU funguje, kto sa môže prihlásiť a čo všetko treba vedieť predtým, než sa vydáš na kolaje Európy.



Spoznaj DiscoverEU

DiscoverEU je iniciatíva Európskej únie v rámci programu Erasmus+, ktorá dáva mladým ľuďom možnosť spoznávať Európu cestovaním. Najznámejšou súčasťou programu je bezplatný alebo výrazne dotovaný vlakový pass, vďaka ktorému môžu účastníci cestovať medzi európskymi krajinami. Cieľom projektu nie je len cestovanie samotné. Európska únia chce mladým ukázať rôznorodosť európskych kultúr, podporiť samostatnosť a vytvárať medzi mladými ľuďmi väčšie prepojenie. Mnohí účastníci hovoria, že práve DiscoverEU program bol pre nich prvým „dospelým“ dobrodružstvom.

Ako DiscoverEU funguje

Prihlásiť sa dá online cez European Youth Portal, kde Európska únia pravidelne otvára nové výzvy. Väčšinou prebiehajú dve kolá ročne – jedno na jar a druhé na jeseň. Samotná prihláška nie je komplikovaná. Uchádzači vyplnia formulár a odpovedajú na krátky kvíz o Európskej únii a programe DiscoverEU. Prihlásiť sa môže jednotliviec aj skupina kamarátov. Ak sa dostaneš medzi vybraných účastníkov, získaš cestovný pass – najčastejšie vo forme vlakového lístka podobného Interrailu. Ten umožňuje cestovať po Európe počas určeného obdobia, často až niekoľko týždňov. Okrem dopravy program ponúka aj rôzne zľavy na ubytovanie, kultúrne podujatia, múzeá, lokálnu dopravu a športové alebo voľnočasové aktivity.

DiscoverEU pass je prednostne určený na Green Travel dopravné prostriedky, čiže hlavne vlakové spojenia, existuje však aj možnosť cestovať letecky, ale podmienkou je, aby daný štát EÚ bol ostrovný, čiže napríklad to platí pre Írsko alebo Maltu. Dôvodom tejto výnimky je, že do týchto ostrovných krajín EÚ sa okrem leteckého spojenia dá len ťažko dostať.

V ostatných prípadoch letecká výnimka neplatí, čiže treba rátať s tým, že ak chcete ísť napríklad do takého Portugalska, musíte rátať aj s 40-hodinovou cestou vlakom, keďže Portugalsko je na európskom pevninskom kontinente.

Kto a kedy sa môže prihlásiť



DiscoverEU program je určený najmä pre mladých ľudí vo veku 18 rokov. Každý rok sa však mení presné obdobie narodenia, ktoré spĺňa podmienky aktuálneho kola. Pre tento rok je podmienkou prihlásenia rok narodenia medzi 1. júlom 2007 a 30. júnom 2008. Prihlásiť sa môžu občania alebo rezidenti krajín Európskej únie a ďalších štátov zapojených do programu Erasmus+. To znamená, že ak tento rok oslavuješ osemnástku, určite sa oplatí sledovať nové výzvy.

Pre mnohých je to jednorazová šanca, ktorú si už neskôr nezopakujú. Výzvy bývajú najčastejšie zverejnené na jar a na jeseň. Registrácia zvyčajne trvá iba niekoľko dní alebo týždňov, preto sa oplatí sledovať oficiálnu stránku DiscoverEU alebo sociálne siete programu. Po uzávierke už nie je možné prihlášku doplniť ani odoslať, takže timing je pomerne dôležitý.

Treba však rátať aj s narastajúcim veľkým záujmom o tento DiscoverEU program, a preto je aj veľmi pravdepodobné, že vašu prihlášku zamietnu pre veľký záujem. Stáva sa však ale, že niektorí svoj DiscoverEU pass zrušia a vďaka tomu vám ešte môže prísť dodatočne možnosť sa zapojiť. Preto netreba zúfať, ale zároveň byť pripravený na akýkoľvek výsledok.

Čo všetko máš počas cesty zaplatené



Hoci sa DiscoverEU často prezentuje ako „cestovanie zadarmo“, realita je trochu zložitejšia. Program väčšinou pokrýva dopravu, no ostatné náklady si účastníci financujú sami. Preto sa často stáva, že keď nejakého účastníka vyberú a on si po prepočítaní všetkých nákladov na cestu uvedomí, že napriek zadarmo doprave bude ešte musieť veľmi veľa doplácať za ubytovanie, jedlo, vstupy, cestovné poistenie atď., tak bohužiaľ musí DiscoverEU pass odmietnuť, lebo nedokáže zrealizovať svoju cestu.

Z osobnej skúsenosti môžem potvrdiť, že často sú letenky a doprava najmenším výdavkom na celom výlete. Preto treba počítať aj s ďalšími výdavkami pri uchádzaní sa o pass DiscoverEU. Aj napriek tomu však ide o výrazne lacnejší spôsob cestovania, než keby si máte všetko platiť sami.



DiscoverEU

Najväčšie výhody DiscoverEU



Najväčším benefitom je sloboda. Môžeš si vytvoriť vlastnú trasu, navštíviť viacero krajín a zažiť Európu úplne inak než cez klasickú dovolenku. Pre mnohých je to ich prvé sólo cestovanie, možnosť vystúpiť z komfortnej zóny, spôsob, ako spoznať nových ľudí, príležitosť zlepšiť si jazyk, ale hlavne skúsenosť, ktorá človeka posunie.

Nočné vlaky, improvizované plány, ranné príchody do nových miest či rozhovory s ľuďmi z opačného konca Európy často vytvoria zážitky, ktoré sa nedajú úplne naplánovať. Vďaka DiscoverEU sa navyše môžu dostať k cestovaniu aj takí mladí ľudia, ktorí by si inak celú cestu sami nemohli dovoliť financovať.

Dokonca je aj možnosť pre tých, ktorí si nevedia úplne sami ideálne naplánovať cestu, kontaktovať priamo DiscoverEU a oni vám pridelia nejakého pracovníka, ktorý vám s plánovaním cesty pomôže a poradí tie najlepšie možnosti.

Na čo si dať pozor!

DiscoverEU síce znie romanticky a dobrodružne, no cestovanie po Európe nie je vždy úplne jednoduché. Niektoré vlaky si treba rezervovať vopred a v populárnych termínoch bývajú miesta rýchlo vypredané. Výzvou pre menej skúsených cestovateľov môže byť aj únava z presunov, plánovanie rozpočtu, drahé mestá ako Paríž či Amsterdam, hľadanie lacného ubytovania či dlhé hodiny strávené cestovaním počas letných horúčav. Aj preto sa oplatí pripraviť si aspoň základný plán cesty a nepodceňiť organizáciu, aby sa vysnívaný výlet po Európe nepremenil na nočnú moru.

#DiscoverEU

Green Routes



Zelené trasy

Praktické tipy pred cestou

Pred odchodom sa oplatí si presne naplánovať približnú trasu a pozrieť si spojenia a prestupy a vyhodnotiť najlepšie možnosti. Taktiež je odporúčané rezervovať si najdôležitejšie vlaky, stiahnuť offline mapy, mať platné cestovné poistenie a sledovať aplikácie na vlaky a meškania, aby ste v prípade problému na ceste vedeli reagovať okamžite. Veľmi dôležité je si aj pripraviť finančnú rezervu nielen na iné výdavky okrem hradenej dopravy, ale aj na prípadné výdavky pri neočakávaných situáciách, pri zrušení spojov a podobne. Nezabudnite však na to, že nie je potrebné plánovať každý deň do detailu a stresovať sa príliš zbytočne. Často práve spontánne rozhodnutia vytvoria tie najlepšie zážitky.



Cestuj, uč sa, spoznávaj:

Princípy fungovania Erasmu+

Autor: Karin Mokričková, IV. A
Dizajn: Tereza Vicenová, IV. A

a ako sa zapojiť

Mnohí si spájajú pojem Erasmus+ len so štúdiom na univerzite v zahraničí. V skutočnosti existuje množstvo príležitostí – od krátkodobých mládežníckych výmen (youth exchanges), cez medzinárodné tréningy (training courses) až po klasický univerzitný Erasmus. Mnohé z nich sú plne financované a dostupné pre mladých ľudí bez ohľadu na to, či študujú alebo nie. Na niektoré z nich sa dokonca môžeš prihlásiť už od 13 rokov. V tomto článku ti ukážem, ako Erasmus+ funguje, ako sa na jednotlivé programy prihlásiť a zahrniem aj vlastnú skúsenosť s mládežníckymi výmenami.

Čo je Erasmus+ ?

Erasmus+ je program Európskej únie, ktorý umožňuje ľuďom vycestovať do zahraničia za účelom štúdia, dobrovoľníctva, stáží či rôznych mládežníckych projektov, ako sú mládežnícke výmeny alebo tréningové kurzy. Nejde teda len o klasický univerzitný Erasmus, ale o oveľa širší systém príležitostí dostupných aj pre mladých ľudí mimo univerzít. Program vznikol ako pokračovanie pôvodného Erasmus Programme z roku 1987, ktorého cieľom bolo umožniť vysokoškolským študentom študovať časť štúdia v inej európskej krajine. Postupne sa k nemu pridávali ďalšie iniciatívy zamerané na vzdelávanie a mládež, až sa v roku 2014 spojili do jedného programu Erasmus+. Názov je inšpirovaný mysliteľom Desideriom Erasmom, ktorý symbolizuje cestovanie za poznaním. Dnes ide o jeden z najväčších vzdelávacích programov na svete, ktorý podporuje mobilitu, spoluprácu medzi krajinami a osobný rozvoj mladých ľudí. Program je určený pre širokú škálu záujemcov, a to hlavne pre študentov a mladých ľudí (aj mimo školy), ale aj pre učiteľov, pracovníkov s mládežou a dobrovoľníkov. Pre každú kategóriu je charakteristický iný typ Erasmu, o ktorých sa dočítaš v nasledujúcej časti.

Pre koho je Erasmus+ určený ?

Program je rozdelený na šesť hlavných sektorov, z ktorých každý otvára dvere k jedinečným možnostiam:

Sektor školského vzdelávania

Školské vzdelávanie sa zameriava na základné a stredné školy. Umožňuje žiakom aj učiteľom zapojiť sa do medzinárodných výmenných pobytov, projektov a školení. Žiaci môžu vycestovať na krátkodobé alebo dlhodobé pobyty do partnerských škôl v zahraničí, zatiaľ čo učitelia získavajú nové pedagogické skúsenosti prostredníctvom kurzov či jobshadowingu. Tento sektor je určený najmä pre školské kolektívy a jeho cieľom je zlepšiť kvalitu výučby a podporiť spoluprácu medzi školami v Európe. Veľkým problémom však je, že nie všetky školy majú spoluprácu a granty na zúčastňovanie sa takýchto projektov, a potom to majú žiaci ťažšie vybaviť si sami niekde miesto na Erasmus+ projekte. Momentálne však čoraz viac škôl žiada o granty a snaží sa atraktívniť štúdium na škole práve možnosťami pre žiakov, ako je Erasmus+. Je to výhoda aj pre študentov, ktorí sú znevýhodnení a nemajú finančné alebo iné prostriedky na cestovanie a štúdium v zahraničí, pretože väčšinu takýchto projektov vybavuje a kryje škola pre vybrané skupiny žiakov, ktorí sa prihlásia, a tým pádom sa môžu prihlásiť aj deti, ktoré by si to inak samy nevybavili.

Sektor odborného vzdelávania a prípravy

Odborné vzdelávanie a príprava, známe aj ako VET (Vocational Education and Training), je orientované na praktické zručnosti a prípravu na povolanie. Určené je pre študentov odborných škôl, učňov, absolventov aj trénerov. Účastníci môžu absolvovať odborné stáže v zahraničných firmách, kde získavajú reálne pracovné skúsenosti vo svojom odbore. Dĺžka takýchto projektov a partnerstiev je veľmi rozmanitá, môže trvať niekoľko týždňov, mesiacov alebo dokonca aj rokov, záleží od typu grantu, o ktorý sa škola uchádzala. Tento sektor pomáha zvyšovať zamesťnanosť mladých ľudí a prepája vzdelávanie s praxou.



Sektor vysokoškolského vzdelávania

Vysokoškolské vzdelávanie predstavuje najznámejšiu časť programu Erasmus+. Je určené pre študentov univerzít, doktorandov, čerstvých absolventov a vysokoškolských pedagógov. Študenti môžu stráviť časť štúdia (semester) alebo absolvovať stáž v zahraničí, zvyčajne v trvaní niekoľkých mesiacov. Príspevok pre účastníka takéhoto Erasmus+ projektu zväčša zahŕňa pokrytie pobytových, cestovných a školných nákladov, prípadne podporu špeciálnych potrieb. Pedagógovia majú možnosť vyučovať alebo sa zúčastniť školení na partnerských inštitúciách. Univerzitný sektor Erasmu je najvyužívanejší a mnohí študenti ho využívajú na spoznávanie a študovanie v nových krajinách každý semester. Dôležitou podmienkou však znova je, že na to, aby mal študent takéto možnosti, musí mať najprv univerzita partnerstvá s inými univerzitami, aby mal študent možnosť uchádzať sa o štúdium na týchto univerzitách. Zároveň by potom všetky kredity z úspešne ukončeného štúdia počas mobility mali byť plne uznané a zaradené do študijného plánu na domovskej univerzite. Takto sa zabezpečí, že študent nemusí dodatočne opakovat semester doma alebo doháňať kredity. Preto je dôležité pri výbere vhodnej budúcej univerzity zistiť si aj informácie o partnerských univerzitách, pokiaľ chceš využívať Erasmus+ a študovať na nejaký čas aj v inej krajine bez toho, aby si musel meniť univerzitu každým rokom.

Sektor vzdelávania pre dospelých

Vzdelávanie dospelých sa sústreďuje na ľudí mimo tradičného školského systému. Zahŕňa rôzne kurzy, tréningy a projekty zamerané na rozvoj základných zručností, digitálnej gramotnosti či sociálneho začlenenia. Skupinová alebo individuálna mobilita (2 – 30 dní) je zameraná na podporu učiacich sa dospelých s nedostatkom príležitostí. Dôležitou súčasťou je výmena skúseností medzi organizáciami a podpora celoživotného učenia.

Mládežnícky sektor

Sektor mládeže sa zameriava na neformálne vzdelávanie a osobnostný rozvoj mladých ľudí. Určený je pre účastníkov vo veku približne od 13 do 30 rokov, ako aj pre pracovníkov s mládežou. Zahŕňa aktivity ako mládežnícke výmeny, tréningy či dobrovoľnícke projekty, napríklad prostredníctvom European Solidarity Corps. Výhodou tohto sektoru je, že do projektov sa môžu prihlasovať záujemcovia individuálne, to znamená, že aj keď škola, na ktorej je žiak, nemá partnerstvo s Erasmusom, žiak sa môže prihlásiť na mládežnícku výmenu alebo tréning či dobrovoľnícky projekt vyplnením formulára a zaslaním motivačného listu tej neziskovej organizácii, ktorá projekt sprostredkúva. Osobne som sa zúčastnila piatich mládežníckych výmen cez viaceré neziskové organizácie a proces prihlasovania je veľmi podobný. Ak študent spĺňa vek, prípadne požadované schopnosti v oblasti nejakej témy a má anglické znalosti na dostatočnej komunikačnej úrovni, môže vyplniť prihlášku a odoslať ju organizácii. Niekedy sa vyžaduje aj motivačný list a životopis a v prípade, že vás prijímu, tak môžete byť ešte vyzvaní k zaplateniu účastníckeho poplatku, ten je však zvyčajne okolo 50 € alebo niekedy aj nie je vôbec. Hlavným benefitom však je, že ubytovanie, doprava, strava a všetko týkajúce sa Erasmus+ projektu je plne hrazené, a preto je to výborná príležitosť aj pre tých, ktorí nemali doposiaľ finančné ani iné možnosti niekam vycestovať a spoznať iné kultúry. Väčšina projektov v tomto mládežníckom sektore je krátkodobá, to znamená, že trvajú spravidla niekoľko dní (do dvoch týždňov), výnimočne aj dlhšie, najmä pri dobrovoľníckych projektoch. Je však potrebné dať si na pár vecí pozor, aby človek nemal nesprávne očakávania.

Po akceptovaní prihlášky bude od vás agentúra potrebovať vytvorenie cestovného plánu, to znamená, ako sa plánujete dostať z domu na miesto projektu a koľko to bude približne stáť. Tento krok je veľmi dôležitý hlavne preto, lebo napriek tomu, že doprava na projekt je hrazená, je daný určitý peňažný limit, do ktorého by ste sa mali zmestiť, a tento limit je tabulkovo určený na základe vzdialenosti miesta projektu od domovskej krajiny. Z vlastnej skúsenosti však môžem povedať, že limity sú úplne rozumne a realisticky zadané a naplánovaná cesta väčšinou neprekročí tento limit, dokonca niekedy ostane aj podstatná suma nevyužitá. Samozrejme, do tohto limitu sa nerátajú len letenky, ale aj všetky autobusy a vlaky, ktorými sa budete prepravovať na letisko a z letiska a na miesto projektu. Ako som už spomínala, tento limit je daný Európskou úniou tabulkovo a nedá sa meniť alebo navyšovať, je však úplne dostatočný aj na zaplatenie kufra do lietadla. Ďalšou nezabudnuteľnou časťou je uchovanie všetkých dokumentov a potvrdení o cestovných lístkoch, nakoľko systém preplácania funguje tak, že vy si kúpite všetky cestovné lístky dopredu, ideálne do stanoveného limitu, aby ste si nemuseli priplácať, a po úspešnom dokončení projektu sa tieto dokumenty nahrajú do jedného súboru a zašlú organizácii na preplatenie. Je to taká poisťka pre nich aj pre vás, aby vás to motivovalo k aktívnej účasti na projekte a aby sa vám vrátili peniaze za cestu.

Veľakrát je to veľmi rýchly proces a peniaze vám vedľa vyplatíť už počas projektu, prípadne do mesiaca alebo dvoch po ňom. Možno je to na vás veľa informácií naraz, ale slovenské organizácie, cez ktoré sa na projekt prihlasujete, sú veľmi nápomocné a vedľa vám poradiť alebo zostaviť takýto cestovný plán, keďže sú takéto projekty prístupné aj maloletým a neskúseným mladým ľuďom, takže v tomto ohľade sa netreba báť. Poslednou dôležitou časťou týchto mládežníckych projektov je vyhodnotenie alebo povinná aktivita po projekte, kde je potrebné šíriť svoje skúsenosti o účasti na projekte v lokálnej komunite rôznym spôsobom, napríklad workshopom, prednáškou, článkom atď. na škole a v okolí. V neposlednom rade na konci každého úspešného projektu dostanete certifikát Youthpass, ktorý je akoby diplomom o dokončení Erasmus+ projektu a môže byť užitočný v budúcnosti pri hlásení sa na univerzitu alebo na doplnenie životopisu, nakoľko vždy človek získa nejaké nové kompetencie na projekte. Preto treba mať na pamäti, že hoci Erasmus znamená vycestovanie do novej krajiny a spoznávanie iných kultúr, nejde o dovolenku, ale o vzdelávací program, a tak je nutné aj zodpovedne pristupovať k účasti na projekte a dôsledne dodržiavať pokyny vzdelávacích aktivít a organizátorov projektov. Tieto aktivity podporujú kultúrnu výmenu, aktívne občianstvo a rozvoj mäkkých zručností (soft skills).



Sektor športu

Posledným sektorom je šport, ktorý podporuje spoluprácu medzi športovými organizáciami na európskej úrovni. Zameriava sa najmä na amatérsky a komunitný šport, pričom cieľom je podporovať inklúziu, férovosť a zdravý životný štýl. Projekty sa často venujú aj témam, ako je boj proti doping, diskriminácii či násiliu v športe. Tento sektor je určený pre športové kluby, trénerov a rôzne organizácie pôsobiace v oblasti športu. Oblasť športu v rámci programu Erasmus+ na Slovensku zastrešuje Národná agentúra programu Erasmus+ pre oblasť mládeže a športu, NIVAM – Národný inštitút vzdelávania a mládeže.

Slovenské organizácie a kde hľadať projekty

Na Slovensku existuje viacero organizácií a platforiem, ktoré pomáhajú mladým ľuďom zapojiť sa do projektov programu Erasmus+. Tieto organizácie fungujú ako „vysielajúce“ alebo „hostiteľské“ subjekty – to znamená, že organizujú projekty, hľadajú účastníkov alebo sprostredkujú príležitosti v zahraničí. Okrem toho existujú aj oficiálne weby a portály, kde môžeš projekty aktívne vyhľadávať. Dôležitým zdrojom sú aj sociálne siete. Mnohé Erasmus+ projekty sa nezverejňujú na jednom centrálnom mieste, ale priamo cez Instagram a Facebook organizácií. Existujú aj rôzne facebookové skupiny (napr. „Erasmus+ Youth Exchanges“), kde organizácie hľadajú účastníkov na poslednú chvíľu.

Jednou z najdôležitejších inštitúcií na Slovensku je Slovenská akademická asociácia pre medzinárodnú spoluprácu (SAAIC), ktorá zastrešuje Erasmus+ ako národná agentúra. Na oficiálnom webe tejto agentúry (www.erasmusplus.sk) nájdeš aktuálne výzvy, informácie o projektoch aj praktické návody, ako sa zapojiť. Organizácia koordinuje program na národnej úrovni a poskytuje podporu školám, organizáciám aj jednotlivcom.

Medzi najznámejšie informačné siete patrí Eurodesk, ktorý poskytuje mladým ľuďom prehľad o príležitostiach v Európe vrátane Erasmus+ projektov. Ich web (eurodesk.eu) a sociálne siete pravidelne zverejňujú aktuálne výzvy, typy a konkrétne projekty, na ktoré sa dá prihlásiť. Eurodesk je vhodný najmä pre začínajúcich, ktorí ešte len hľadajú možnosti.

Veľmi užitočný je aj European Youth Portal (europa.eu/youth), kde môžeš nájsť projekty, dobrovoľníctvo či výmenné pobyty po celej Európe. Platforma funguje ako databáza príležitostí – stačí si vybrať krajinu, vek alebo typ aktivity. Dá sa tam vytvoriť aj takzvaný Europass, čo je životopis podľa európskej šablóny, ktorý sa dá vytvoriť v mnohých jazykoch a je vhodný na posielanie organizáciám pri prihlasovaní na projekty.

Na Slovensku pôsobí aj množstvo mládežníckych organizácií, ktoré priamo organizujú Erasmus+ projekty. Príkladom je ADEL Slovakia, ktorá sa zameriava na neformálne vzdelávanie, mládežnícke výmeny a tréningy. Organizácie ako táto často zverejňujú výzvy na svojich sociálnych sieťach – najmä na Facebooku a Instagrame – kde hľadajú účastníkov na konkrétne projekty. Podľa skúseností účastníkov sa práve cez sociálne siete dá dostať k mnohým aktuálnym ponukám. Osobne som sa dvakrát cez ADEL zúčastnila Erasmus+ projektov, takže môžem potvrdiť, že naozaj majú rozmanitú ponuku a pomáhajú účastníkom projektov s tým, čo potrebujú.

Ďalšou podobnou organizáciou je Connectus. Ide o slovenské občianske združenie, ktoré sa zameriava na dobrovoľníctvo, mobilitu mládeže a neformálne vzdelávanie. Organizuje Erasmus+ projekty ako mládežnícke výmeny, tréningové kurzy či dobrovoľnícke aktivity doma aj v zahraničí.

saaic
Slovenská akademická asociácia
pre medzinárodnú spoluprácu



Ich cieľom je prepájať ľudí, podporovať osobný rozvoj a zapájať mladých do tém, ako sú ekológia, kultúra či komunitný život. Projekty sú často plne hrazené a zahŕňajú workshopy, diskusie či tímové aktivity v medzinárodnom prostredí.

Známu organizáciou je tiež Youthfully Yours SK, ktorá pôsobí najmä na východnom Slovensku. Zameriava sa na rozvoj mladých ľudí, podporu aktívneho občianstva a medzikultúrny dialóg. Organizuje a vysielá účastníkov na Erasmus+ mládežnícke výmeny a tréningy, často s témami, ako sú kultúra, participácia či osobnostný rozvoj. Tiež som vycestovala dvakrát s touto organizáciou na mládežnícke výmeny do Portugalska a Holandska, čiže je dobré meniť a objavovať aj nové možnosti tým, že sa prihlásite na zaujímavý projekt inej organizácie ako predtým a získate nové skúsenosti, ktoré viete potom porovnať a vyhodnotiť.

Okrem toho existujú aj ďalšie organizácie, ako AIESEC alebo IAESTE, ktoré síce nie sú priamo Erasmus+, ale ponúkajú podobné zahraničné stáže a výmenné programy. Tieto organizácie fungujú cez univerzity a majú vlastné weby aj sociálne siete, kde zverejňujú ponuky.

Preto ak chceš nájsť Erasmus+ projekt, najlepšia stratégia je kombinovať viac zdrojov: oficiálne weby a portály, ale aj sociálne siete – najmä facebookové skupiny, instagramové profily organizácií či stránky neziskoviek. Projekty sa často zverejňujú práve tam a prihlásiť sa dá pomerne jednoducho cez formulár alebo kontaktovaním organizácie.

Dá sa to? DASATO!

Autor a dizajn: Melánia Bialoňová, II. A

*Z*iaci veľa krát nevedia kam ísť po strednej a preto sa tento problém snaží vyriešiť vzdelávacia organizácia DASATO Academy kde si na vlastnej koži vyskúšaš, aké to je, pracovať na reálnom projekte pre firmu, neziskovku aj mesto. Popri tom zistíš, čo ťa baví, v čom si dobrý/á a čo chceš robiť po strednej.



Priestory v Trenčíne

Čo to vlastne je?

DASATO, vzdelávacia organizácia, ktorá už od roku 2018 pomáha stredoškólakom a stredoškôlkam naplno využiť ich potenciál a pripraviť sa na výzvy 21. storočia. Ich poslaním je budovať generáciu pripravenú pozitívne meniť svoje okolie a prinášať inovácie v spoločnosti. Pôsobí v rôznych regiónoch Slovenska, kde vytvára silné komunity mladých ľudí s túžbou angažovať sa a prinášať zmenu. V ich programoch prepája študentov/ky, učiteľov/ky a firmy, aby spolupracovali na projektoch, ktoré riešia reálne výzvy a posúvajú hranice toho, čo je možné.

Prečo by si sa tam mal prihlásiť?

Pretože ešte nemusíš vedieť, čím chceš byť – ale môžeš začať zisťovať. Naučíš sa, ako komunikovať a pracovať v tíme. Zistíš v čom si dobrý a čo ťa baví. Zlepšíš sa v time manažmente a zvládneš školu s menším stresom. Po absolvovaní akadémie získaš certifikát skúseností, ktorý ti neskôr pomôže pri výbere vysokej školy alebo získaní štipendia. To najdôležitejšie – budeš konečne obklopený/á ľuďmi, s ktorými si naozaj rozumieš.

Čo ťa čaká?

Tri krátkodobé projekty na reálnych zadaniach v praxi, ktoré ovplyvnia

tvoje okolie, región alebo aj celé Slovensko. Ako prvý bude projekt s neziskovým sektorom, kde zistíš, ako funguje a spolu s tímom pomôžeš tam, kde to potrebujú. Mňa osobne projekt naučil hlavne empatií a trpezlivosti. V druhom projekte s verejným sektorom dostávaš možnosť zlepšiť veci v samospráve mesta alebo župy. Vo Finálnom projekte so súkromným sektorom tak zažiješ, aké je to byť súčasťou úspešnej firmy, kde tvoje nápady priamo pomáhajú firme rásť a napredovať.

Pomedzi týmito tromi veľkými projektmi budeš mať mnoho praktických workshopov, aby si čo najviac rozvíjal samého seba a bol pripravený na projekty v praxi a následne aj na tie vlastné. Ich profesionálni lektori a lektorky ťa teoreticky naučia "ako na to". Workshopy bývajú vždy v piatok po večer. Ak sa pýtaš aké workshopy ťa čakajú tak niektoré z nich sú time manažment, budovanie hodnot, kritické myslenie, projektový manažment a design thinking.

Silná komunita na celý život

Okrem všetkých workshopov a projektov máš čas sa bližšie spoznať so svojimi ľuďmi v tvojom kraji ale aj s ostatnými krajinami. Na úplnom začiatku stráviš víkend na sebarozvojom campe. Počas roka rôzne pikniky a vianočný večierok. Na úplnom konci už len záverečný ceremoniál pre absolventov kde ti odovzdajú tvoj certifikát.



Víkendový camp

Mentoring a coaching?

Áno, aj to tu nájdeš. Je úplne dobrovoľný. Vyberieš si mentora alebo coacha, na základe toho, čo potrebuješ riešiť. Dohodneš si s ním pravidelné stretnutia, kde si nastavíte ciele a

spoločne pracujete a tvojom osobnom a profesionálnom rozvoji. Presnejšie vysvetlené mentoring ti dá odborné rady v oblasti, ktorej sa chceš venovať. Rozvíja konkrétne zručnosti a vedie ťa pri tvorbe projektov. Taktiež ťa vie navigovať pri výbere štúdia a kariérnej cesty. Na druhej strane coaching ti pomôže s objavením tvojich silných stránok a potenciálu. Zlepšuje tvoje rozhodovacie schopnosti pri dôležitých životných krokoch. Pomôže ti nastaviť ciele a kroky k dosiahnutiu tvojej budúcej vízie v škole a živote.

Kolko to vôbec stojí?

DASATO sa snaží, aby si to mohol dovoliť každý. Tvoje členské pokrýva len 12 % nákladov, zvyšok je hrađený z grantov a sponzorských darov. Ročné štúdium má hodnotu viac ako 3000 EUR, ale ty zaplatíš len veľmi malú časť. Okrem toho môžeš požiadať aj o plné štipendium. Cena programu je 360 eur (možnosť platiť na splátky mesačne, polročne alebo požiadať o štipendium).



Workshop vo firme BeLenka

Ešte stále pochybuješ?

Nemáš prečo! Predsa len nemáš čo stratiť. Toto je priestor určený pre teba a tvoj rast. Z vlastnej skúsenosti viem povedať, že som nadobudla toľko skúseností, ktoré by mi škola nikdy nedala. Skúsiť si veci na vlastnú kožu mi dalo prax a dobrých ľudí okolo seba, nielen v mojom veku ale aj všetci absolventi a.k.a. alumni, mentori, kouči a lektori. Všetci sú tu milí a nápomocní a tu v DASATO platí, že vek je tu naozaj len číslo a striktné si tykáme. Jediná vec čo nás tu odlišuje je, že majú viac vedomostí ako my GenZ. Toto všetko nezískaš časom stavenom na sociálnych sieťach, tak si to dobre premysli či chceš napredovať alebo len stáť na mieste.

Tínedžeri, ktorí zmenili svet

Autor: Zuzana Púčková, II. A

Dizajn: Ema Kubínová, III. A

Foto: Internet

Dnešný svet si predstavujeme ako miesto, kde veľké zmeny robia najmä dospelí, vedci či politici. História aj súčasnosť však ukazujú, že významné nápady a skutky môžu prísť aj od veľmi mladých ľudí. Tínedžeri dokázali už neraz ovplyvniť milióny životov, upriamiť pozornosť na dôležité problémy a priniesť nové riešenia. Ich príbehy sú dôkazom toho, že vek nie je prekážkou, ak má človek odvahu, odhodlanie a chuť meniť veci k lepšiemu. V tomto článku sa pozrieme na štyroch mladých ľudí, ktorí svojimi činmi zanechali stopu vo svete.

Louis Braille

Vynálezca Braillovho písma. Louis nešťastnou náhodou oslepol veku troch rokov. Stalo sa to v dielni jeho otca pri výrobe postrojov. V tom čase nebolo k dispozícii veľa zdrojov pre nevidiacich, no napriek tomu vynikal vo svojom vzdelaní a získal štipendium na francúzskom Kráľovskom inštitúte pre nevidiacu mládež. Ešte počas štúdia tam začal vyvíjať systém hmatového kódu, ktorý by umožnil nevidiacim ľuďom rýchlo a efektívne čítať a písať. Inšpirovaný systémom, ktorý vynášiel Charles Barbier, bol Brailleov nový postup kompaktnejší a hodil sa na rôzne využitie vrátane písmen, čísl, matematických symbolov, ale aj hudby. Svoju prácu prvýkrát predstavil svojim rovesníkom v roku 1824, keď mal päťnásť rokov, čím pomohol nespočetne mnohým ľuďom so zrakovým postihnutím získať rovnocenný prístup k informáciám.

Malala Yousafzai

Malala zmenila svet tým, že bojovala za právo dievčat na vzdelanie aj napriek veľkému nebezpečenstvu. Už ako malé dievča v Pakistane verejne hovorila o tom, že dievčatá majú mať možnosť chodiť do školy, hoci to extrémistická skupina Taliban zakažovala. V roku 2012 (15 rokov) bola kvôli svojim názorom postrelená, ale útok ju nezastavil. Po uzdravení pokračovala v kampaniach za vzdelanie detí po celom

svete. Stala sa symbolom odvahy, boja za ľudské práva a rovnosti medzi mužmi a ženami. Jej vplyv bol taký veľký, že v roku 2014 získala Nobelovu cenu za mier a prostredníctvom organizácie Malala Fund pomáha dievčatám získať prístup ku vzdelaniu v mnohých krajinách. Malala ukázala svetu, že aj jeden človek môže mať veľký vplyv a postaviť sa za správnu vec.



Malala Yousafzai

Greta Thunberg

Greta zmenila svet hlavne tým, že upozornila milióny ľudí na problém klimatických zmien a motivovala mladých ľudí, aby sa viac zaujímali o ochranu planéty. V roku 2018 ako 15-ročná začala sama protestovať pred švédskym parlamentom. Jej protest sa nazýval „School Strike for Climate“. Postupne sa k nej pridali študenti po celom svete a vzniklo hnutie Fridays for Future.

Mnohí mladí ľudia začali hovoriť o klimatických zmenách, organizovať protesty a tlačiť na politikov, aby chránili životné prostredie. Greta taktiež vystúpila na významných medzinárodných



Greta Thunberg

podujatiach, napríklad v United Nations a pred lídrami krajín. Jej prejavy zvýšili tlak na vlády, aby prijímali ekologickejšie opatrenia. Aj keď bola veľmi mladá, ukázala, že aj jeden človek môže ovplyvniť milióny ľudí.

Boyan Slat

Boyan Slat zmenil svet tým, že vytvoril nové spôsoby čistenia plastového odpadu z oceánov a riek. Na svojom nápade začal pracovať ešte ako tínedžer a stal sa inšpiráciou pre mladých v oblasti vedy a ekológie. Založil organizáciu The Ocean Cleanup, ktorá sa snaží odstraňovať plasty z oceánov, navrhol veľké plávajúce systémy, ktoré zbierajú plastový odpad z mora pomocou morských prúdov a taktiež jeho organizácia vytvorila aj zariadenie nazývané „Interceptor“, ktoré zachytáva odpad ešte v riekach, aby sa nedostal do oceánov. Vďaka jeho organizácii sa podarilo z vôd odstrániť už milióny kilogramov plastov a iniciatíva inšpirovala celosvetový boj proti znečisteniu morí.



Boyan Slat

Príbehy týchto mladých ľudí ukazujú, že aj keď sa niečo zdá v živote ako prekážka, v tomto prípade hlavne vek, neznamená to, že je to nemožné. Stačí mať nápad, odvahu a vytrvalosť. Preto sa nikdy nevzdávajte a nedovoľte, aby vás odradili komentáre či poznámky od iných ľudí. Bojujte za svoje sny, pretože nasledovanie toho, čo vás baví a naplňa nebude nikdy strata času a vždy to bude stať za to. Možno práve ty si ten/tá, ktorý/á zmení svet k lepšiemu.

Nie vždy zvíťazí ten najlepší: Skúsenosti zo SOČ

Autor: Valentína Cheevers, III. A

Dizajn: Melisa Mičková, IV. A

Foto: Archív

Stredoškolská odborná činnosť (SOČ) je dobrovoľná, záujmová, súťažná aktivita žiakov stredných škôl na Slovensku, ktorá rozvíja tvorivé myslenie, odborné vedomosti a zručnosti. Ako teda prebiehal tento ročník?

Tento rok sa SOČ oficiálne odštartovala 16. februára 2026 školským kolom. No pre súťažiacich sa príbeh nezačal v ten deň, začal sa už oveľa skôr. Už niekoľko mesiacov predtým sedeli nad svojimi projektmi, konzultovali s učiteľmi, hľadali zdroje a opravovali chyby. Každý z nich si prešiel vlastnou cestou. Niektorí pracovali systematicky od začiatku, iní objavili správny smer až po viacerých neúspešných pokusoch.

Školské kolo v aule našej obchodnej akadémie

Do školského kola sa zapojilo celkovo 12 kreatívnych žiakov. Ich práce boli mimoriadne pestré – od technických riešení v oblasti energetiky, cez ekonomické analýzy až po umelecké projekty. Niektoré práce nezostali len na papieri, mali aj konkrétne, hmatateľné výstupy, ktoré by si vedeli nájsť uplatnenie v praxi. V miestnostiach bolo cítiť miernu nervozitu, ale aj odhodlanie. Každý vedel, že prezentuje niečo, čomu venoval desiatky hodín svojho času.

Okresné kolo za rohom

Po školskom kole postúpilo až 11 žiakov do ďalšej fázy, pričom 6 z nich muselo prejsť ešte okresným kolom. To sa konalo 13. marca 2026 v Novom Meste nad Váhom. Ráno bolo chladné a tiché, no pred budovou Strednej priemyselnej školy sa postupne zhromažďovali skupiny žiakov z rôznych škôl. Každý držal v rukách svoje poznámky, prezentácie alebo si v duchu opakoval, čo chce povedať. Po príchode sa súťažiaci rozdelili do tried podľa svojich odborov. Atmosféra v miestnostiach bola napätá. Ticho prerušovalo len šumenie papierov a tlmené rozhovory. Keď vošla hodnotiacia komisia a zaznel úvodný príhovor jej predsedu, súťaž sa oficiálne odštartovala. Súťaž trvala viac ako štyri hodiny. Jeden po druhom žiaci predstavovali pred komisiu a prezentovali svoje práce. Niektorí pôsobili sebavedome, iní bojovali s veľkou trémou. Po prezentáciách nasledovala krátka prestávka. Len desať minút, čas, ktorý sotva stačil na oddych, nieto ešte na férové a dôkladné zhodnotenie všetkých prác. Keď následne vyhlásili prvých päť miest, ktoré postupovali do krajského kola, medzi žiakmi sa začali objavovať pochybnosti. Niektorí si uvedomili, že medzi postupujúcimi sú najmä tí, ktorí mali bližší kontakt s odbornou komisiou.

Diskusia s komisiou

Po oficiálnom ukončení súťaže sa viacerí žiaci rozhodli osloviť komisiu a spýtať sa na konkrétne chyby vo svojich prácach. Očakávali spätnú väzbu, ktorá by im pomohla zlepšiť sa. Odpovede však boli nejasné alebo úplne chýbali. Pre mnohých to bol moment sklamaní, ale zároveň aj moment uvedomenia.

Neskôr sa všetci žiaci Obchodnej akadémie stretli v jedálni spolu so svojimi sprevádzajúcimi učiteľmi. Atmosféra sa postupne uvoľnila a začali otvorene diskutovať o priebehu súťaže. Cestou späť do Trenčína pokračovali v rozhovoroch, analyzovali, porovnávali, premýšľali. A práve tam, medzi riadkami týchto rozhovorov, prišlo to najdôležitejšie poznanie.

Keď život nie je fér

Žiaci si uvedomili, že svet nefunguje vždy ideálne spravodlivo. Že nestačí len tvrdo pracovať a očakávať, že výsledok bude automaticky férový. Pochopili, že okrem vedomostí a schopností zohrávajú v živote rolu aj vzťahy, komunikácia, sebahodnotenie a niekedy aj šťastie. Nebolo to jednoduché zistenie, no bolo veľmi cenné.

Zároveň si však uvedomili aj niečo pozitívne. Získali skúsenosť, ktorú im nikto nevezme. Naučili sa, ako sa tvorí odborná práca, od výberu témy, cez výskum až po finálnu prezentáciu. Precvičili si vystupovanie pred publikom, naučili sa reagovať na otázky a obhájiť svoje názory. Zistili, aké sú ich silné a slabé stránky.

Pochopili, že aj keď nepostúpili, neznamená to, že zlyhali. Naopak, získali náskok do budúcnosti. Budú lepšie pripravení na písanie seminárnych či bakalárskych prác, na prezentácie na vysokej škole aj v pracovnom živote. Naučili sa pracovať s kritikou, zvládať stres a nevzdať sa po prvom neúspechu.

A možno najdôležitejšie zo všetkého, uvedomili si, že skutočná hodnota nie je len v umiestnení, ale v procese. V tom, čo sa počas neho naučili, koho stretli a ako sa posunuli ďalej.

Účastníci školského kola SOČ



Keď strach stratí moc

Autor a dizajn: Zuzana Púčková, II. A
Foto: Internet

*K*aždý z nás sa už niekedy niečoho bál. Cítiť strach je úplne prirodzené u každého človeka. Niektorí ľudia sa boja výšok, iní zase pavúkov. No či už to bola menšia záležitosť alebo až panický záchvat, existujú overené techniky, ako s každým strachom bojovať a prekonať ho.



Rozprávajte sa s niekým

Ak máte pri sebe niekoho iného, najlepšie človeka ktorému dôverujete, nebojte sa mu o svojom strachu povedať. Jednoduchá konverzácia, či už o vašom strachu, alebo len o tom, aké je vonku počasie, vás privedie späť z vašich myšlienok do reality, a zníži hladinu kortizolu (stresového hormónu). Ak nemáte pri sebe niekoho s kým by ste sa mohli porozprávať, váš zápisník taktiež nesklame. Aj keď vám neodpovie, ako alternatíva bude fungovať tiež.

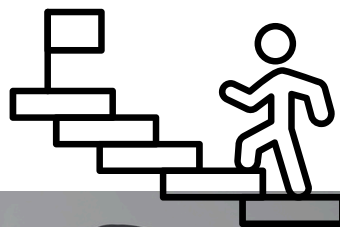
Sústredte sa

Sústredenie sa na určitú činnosť môže byť účinným spôsobom, ako lepšie zvládať strach. Keď sa človek bojí, jeho myseľ sa často zameriava na negatívne predstavy alebo premýšľa nad tým, čo zlé by sa mohlo stať. Práve preto môže pomôcť venovať pozornosť niečomu inému, čo zamestná myseľ a prinesie pocit pokoja. Môže ísť napríklad o čítanie knihy, športovanie, kreslenie, alebo učenie sa niečoho nového. Takéto aktivity dokážu odvrátiť pozornosť od nepríjemných myšlienok a pomôcť človeku cítiť sa viac sústredený na prítomný okamih.

Vystavte sa tomu

Postupné vystavovanie sa tomu, čoho sa človek bojí, môže byť účinným spôsobom, ako strach postupne oslabiť. Keď sa niekto svojmu strachu stále vyhýba, môže sa stať väčším a silnejším, pretože človek nikdy nezistí, že situáciu možno dokáže zvládnuť lepšie, než si myslí. Práve malé kroky môžu pomôcť budovať väčšiu odvahu a istotu. Nezačínajte príliš náročnou situáciou, ale postupujte pomaly. Ak má napríklad človek strach z vystupovania pred ľuďmi, môže najskôr hovoriť pred menšou skupinou a až neskôr skúsiť náročnejšie situácie.

Na záver je dôležité znova spomenúť, že strach je prirodzenou súčasťou života a stretáva sa s ním každý človek. Dôležité je naučiť sa ho zvládať a nedovoliť mu, aby nás ovládal. Je to síce ťažké, ale nie nemožné. Ak budeme na sebe trpezlivo pracovať, môžeme svoje strachy postupne oslabiť.



Dýchajte

Pravidelné dýchanie sa môže zdať ako jasná vec, no v momente, kedy nás ovládne strach, sústrediť sa na dýchanie môže byť veľmi náročné. No zároveň je to prvá vec, ktorú môžete pre seba v danom momente spraviť. Preto skúste dýchať do brucha, namiesto hrudníka. Otvorí sa vám bráničné dýchanie a pocítite aspoň malú úľavu. Ak ste pod veľmi veľkým tlakom, môže vám pomôcť aj technika štvorcového dýchania. Vdychujte 4 sekundy, zadržte dych na 4 sekundy, vydychujte 4 sekundy a opäť zadržte dych na 4 sekundy.



Obava či pokrok?

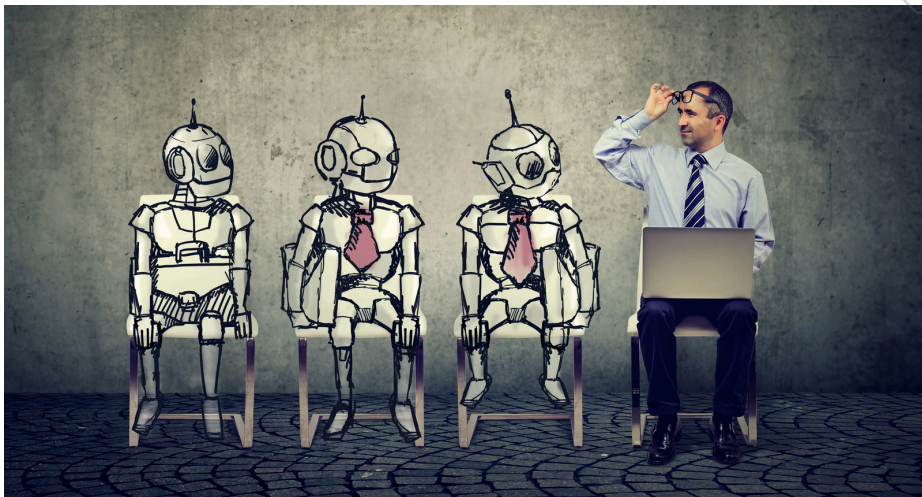
AI A INÉ

Autor: Klára Liptáková, II. E
Dizajn: Zuzana Púčková, II. A

Umelá inteligencia sa stala neodlučiteľnou súčasťou našich každodenných životov. No ako vplyva na trh práce?

Čo je to AI?

Skratka AI vznikla z anglického výrazu artificial intelligence, známeho pre nás ako umelá inteligencia. Tento termín je známy už od roku 1956, keď bol zavedený na Dartmouthskej konferencii. Umelá inteligencia bola definovaná ako nová oblasť štúdia. Dnes je to odvetvie informatiky, ktoré sa zaoberá vývojom algoritmov a technológií. AI je súbor technológií, ktoré umožňujú počítačom simulovať aspekty ľudskej inteligencie a vykonávať komplexné úlohy.



AI na trhu práce

Za posledné dva roky sme mohli sledovať mimoriadnu prosperitu umelej inteligencie. Mnohé firmy ju využívajú na zvýšenie efektívnosti, no aj na úsporu nákladov. Avšak AI zatiaľ nespôsobil masovú nezamestnanosť.

Nezamestnanosť v Európskej únii je na historickom minime. Aktuálne sa pohybuje okolo 6%. Umelá inteligencia je však stále vo vývoji, jej využitie budú ovplyvňovať rôzne regulácie, ktoré budú zavedené na ochranu práv ľudí. Mnoho mladých ľudí sa obáva o svoje budúce zamestnanie, no rovnako ako niektoré povolania postupne zaniknú, budú aj vznikať nové. Najohrozenejšími sa stanú rutinné úlohy založené na spracovaní údajov a opakujúcich sa činnostiach. Rovnako môžeme sledovať, že zamestnávateľia nehľadajú tituly, ale zručnosti. Obavy o stratu práce zaznamenávame už od čias priemyselnej revolúcie, nástupu počítačov či internetu. Vedli však k vzniku nových odvetví, ktoré vytvorili množstvo nových pracovných miest.

Tieto príklady dokazujú, že technologický pokrok môže byť negatívne vnímaný niektorými jednotlivcami, no v konečnom dôsledku prinesie viac nových pracovných miest.

Umelá inteligencia dramaticky prispieva k zmene pracovného trhu a určuje dopyt po zručnostiach. Pozície vyžadujúce znalosť AI rastú takmer osemkrát rýchlejšie ako zvyšok trhu. Automatizácia rutinných úloh vytvorila nové pozície, no zároveň vyžaduje od zamestnancov adaptáciu, pričom tí, ktorí vedú s AI pracovať, môžu očakávať vyššie mzdy.

Aké sú predpovede do roku 2030?

V ohrození sa ocitnú:

1. Pokladníci
2. Telefonickí operátori
3. Prekladatelia
4. Geodeti a kartografi
5. Recepcní
6. Vydavateľia tlače a zamestnanci tlačiarne
7. Administratívni pracovníci
8. Účtovníci a zamestnanci finančného oddelenia
9. Grafickí dizajnéri
10. Cestovní agenti
11. Pomocné sily vo výrobe
12. Vodiči v nákladnej doprave, taxislužbe, hromadnej doprave

Najžiadanejšími budú:

1. Tvorcovia obsahu/influenceri
2. Odborníci na duševné zdravie
3. Pracovníci v poľnohospodárstve
4. Špecialisti na kybernetickú bezpečnosť
5. Robotickí inžinieri
6. Softvéroví inžinieri
7. AI a automatizační konzultanti
8. Vývojári a dizajnéri rozšírenej reality
9. Odborníci na etiku umelej inteligencie
10. Špecialisti na strojové učenie a umelú inteligenciu
11. Lekári a pracovníci v zdravotníctve
12. Remeselníci



Kratšie dni či noci?

Autor: Emily Kondisová, I. A
Dizajn: Zuzana Púcková II. A

*K*ed' sa povie nadmerné čerpanie podzemnej vody, väčšina z nás si predstaví vysychajúce studničky alebo menej vody v krajine. Ale aký to má súvis s niečím takým ako sú dni či noci?

Mladá generácia je v dnešnej dobe často nedostatočne oboznámená s problémami, ktoré sa týkajú prírody a životného prostredia. Jedným z týchto problémov je aj nadmerné čerpanie podzemnej vody. Nedostatok tejto vzácnej tekutiny má oveľa väčší dopad, než si väčšina ľudí, najmä mladých ľudí, uvedomuje.



Podzemná voda a jej význam

Podzemná voda nie je len zdrojom pitnej vody, ale je nevyhnutná aj pre rovnováhu planéty, celkové fungovanie krajiny a život mnohých živočíchov. Mnohí ľudia si však neuvedomujú, čo všetko sa v prírode deje a aké následky svojou činnosťou dokážu spôsobiť. Nedostatok informácií spôsobuje, že tento problém, s nadmerným čerpaním podzemnej vody, zostáva často nepovšimnutý. Nadmerné čerpanie podzemnej vody môže viesť k vysychaniu studničiek, znižovaniu či zvyšovaniu hladiny v moriach, no taktiež aj k nerovnováhe planéty.

Zásobáreň planéty

Podzemná voda funguje tak trochu ako zásobáreň planéty. Pomaly sa dopĺňa kvapkami dažďa, presakovaním topiacim sa snehom atď. Lenže problém je, že my ju miňame oveľa rýchlejšie, než sa stíha dopĺňať. Je to ako keby si na účet vkladáš pár eur, ale mňaš z neho desiatky. Jednoducho to dlho nevydrží. Vodu čerpáme na polia, do fabrík aj do domácnosti, a potom ju pošleme preč, kanalizáciou. Do riek a nakoniec až do mora. Výsledok? Na mieste kde kedysi bol voda, začne chýbať. A čo je vlastne najzaujímavejšie? Táto voda sa vlastne presúva po planéte, z miesta na miesto. A keďže dopĺňanie podzemnej vody je pomalé a trvá roky až desaťročia, mali by sme sa k nej správať skôr ako k pokladu než ako ku samozrejmosti.

Ked' viac by malo byť menej

Vedci poukázali na širšie dôsledky nadmerného čerpania podzemnej vody. Presuny veľkého množstva podzemnej vody môžu dokonca ovplyvňovať rozloženie hmoty na planéte. Tento jav spôsobil naklonenie Zeme až o 80 centimetrov smerom na východ. Aj keď momentálne ide len o necitelné odchýlky, časom táto vzdialenosť vie narásť a následky budú radikálnejšie. Dĺžka dní či noci sa môže skrátiť alebo predĺžiť, cyklus obmeny ročných období by sa mohol veľmi ľahko narušiť. Tento fakt poukazuje na to, aký veľký vplyv môže mať ľudská činnosť na našu planétu ako celok.

Negramotnosť mladej generácie

Vzťahy mladých ľudí s prírodou sú dnešným dňom minimálne. Väčšina času je venovaná technológiám alebo sociálnym sieťam. Mobil máme v ruke skoro stále a bez internetu si deň ani nevieme predstaviť. Na jednej strane nás to síce oddeľuje od skutočnej prírody, no na druhej strane keď už strávime tolko času na telefónoch, mohli by sme ho predsa využívať užitočne. Namiesto nekonečného scrollovania by si každý z nás mohol aspoň na pár minút otvoriť odborný článok a zistiť čo sa v prírode naozaj deje. Možno stačí len jeden článok namiesto jedného videa a hneď budeme o niečo múdrejší a svet bude krajším. Ak sa podarí zvýšiť povedomie a posilniť vzťah mladých ľudí k prírode, môže to viesť k zodpovednejšiemu správaniu.

Každý človek totiž môže prispieť k ochrane prírody. Napríklad šetrením vody, ohľaduplným správaním či záujmom o environmentálne problémy. V konečnom dôsledku ide o našu spoločnú budúcnosť. Ochrana podzemnej vody a celej prírody by mala byť prioritou nás všetkých, ale hlavne mladých ľudí, ktorý so svojou bujnou fantáziou dokážu aj nemožné. Ak si uvedomíme význam týchto vodných zdrojov a budeme sa k nim správať zodpovedne, dokážeme zabezpečiť, aby zostali zachované aj pre ďalšie generácie.



Na bicykli s vetrom vo vlasoch

Autor: Sofia Bročková
Karolína Kobezdová, II. B
Dizajn: Ema Kubínová, III. A

V rámci odbornej praxe na Trenčianskom samosprávnom kraji (TSK) sme ako dualistky Obchodnej akadémie, pod vedením Ing. Kataríny Holej dostali za úlohu spracovať rozbor projektu z oblasti dopravy. Pridelené témy boli cyklotrasy v našom kraji, ktoré sú čoraz viac využívané verejnosťou.

Súčasťou zadania bolo aj vypracovanie rozhovoru, preto sme oslovili cyklokoordinátora TSK Ondreja Repku, ktorý má na starosti prípravu, realizáciu a rozvoj cyklistickej infraštruktúry. V rozhovore nám priblížil svoju prácu, aktuálny stav cyklotrás v dvoch úsekoch, ich využívanie a význam pre každodennú aj rekreačnú dopravu.

Čo zahŕňa prácu cyklokoordinátora?

Práca cyklokoordinátora zahŕňa prípravu cyklotrás – od úvodných štúdií a projektovej dokumentácie, cez územné a stavebné konanie, hľadanie financovania a verejné obstarávanie, až po samotnú realizáciu a kolaudáciu. Súčasťou jeho agendy je aj riešenie cykloturistickeho a turistického značenia v spolupráci so Slovenským cykloklubom a Klubom slovenských turistov.

Čo vás na vašej práci najviac baví a čo naopak je najnáročnejšie?

Pre mňa je najlepší výsledný produkt tohto snaženia, ktoré tu robíme – že je to pre ľudí. Je to naozaj niečo, čo ľudia využívajú. To je pre mňa asi to najväčšie zadostučinenie. A najnáročnejšie? V podstate celá tá príprava, ktorá zahŕňa veľmi veľa úkonov a možných komplikácií, čiže ten každodenný boj, to je v podstate najnáročnejšie. Riešenie možno neočakávaných vecí, ktoré vždy na tej stavbe vzniknú.

Čo je pre vás najväčšia výhoda využívania cyklotrás a prečo?

Jednoznačne najväčšia výhoda je to, že ľudia môžu používať alternatívnu prepravu, či už do práce, alebo na nejaké svoje voľnočasové aktivity. Možnosť jednoduchého presunu týmto spôsobom považujem za najväčšie plus.

Ako by ste zhodnotili aktuálny stav cyklotrás v našom kraji?

Ja si myslím, že náš kraj je v porovnaní s ostatnými nadpriemerne dobre. Naozaj, rýchlosť budovania je podľa mňa najvyššia spomedzi všetkých krajov na Slovensku.

Čo je podľa vás najlepšia motivácia pre študentov viac využívať cyklickú dopravu namiesto áut a autobusov?

Najväčšou motiváciou je, že je to lacnejšie, ušetrí sa čas v rannej špičke a dopravný prostriedok je efektívny a rýchly. Veľké plus je aj nižšia cena, a v neposlednom rade človek pri tom cvičí, takže to má aj zdravotný benefit.



Cyklokoordinátor Ondrej Repka

Ktorý úsek cyklotrasy by ste odporučili študentom na víkendovú jazdu s kamarátmi?

Je celkom zaujímavé, že sa dá bicyklo-

vať do všetkých kúpeľov v okolí. Napríklad do Piešťan je to asi 40 kilometrov z Trenčína. Dá sa ísť aj do Trenčianskych Teplic a zároveň pracujeme na tom, aby bolo možné bicyklovať aj do Nimnice. Ale za mňa je najkrajšia cyklotrasa Trenčín–Nemšová.

Kedy môže verejnosť začať využívať cyklotrasu?

Oficiálne môžu cyklotrasu využívať až po vydaní právoplatného kolaudačného rozhodnutia. Dovtedy by ju ľudia nemali používať, alebo môžu len na vlastné riziko.

Komu odovzdávame cyklotrasy do správy?

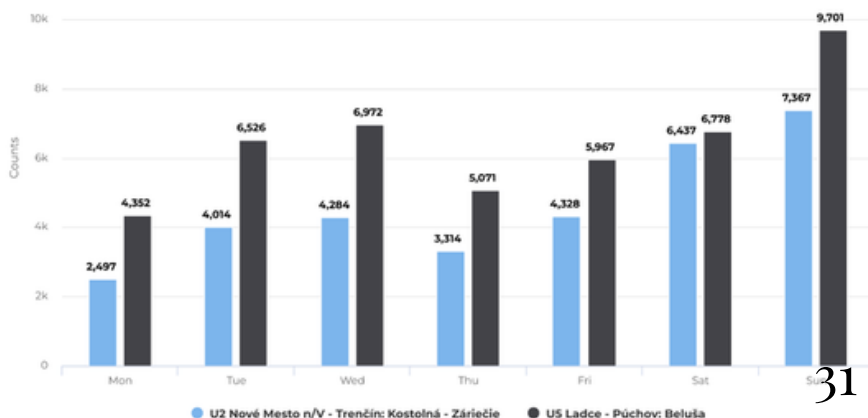
TSK cyklotrasy buduje a je ich majiteľom. Po vybudovaní a skolaudovaní sa majetok odovzdáva Správe ciest TSK – organizácii, ktorá zabezpečuje údržbu ciest 2. a 3. triedy, ako aj miestnych komunikácií. Týmto spôsobom sa o cyklotrasy následne starajú oni.

Viete nám povedať, resp. ukázať konkrétnu návštevnosť v letných mesiacoch (júl, august)? Ktoré dni bola cyklotrasa najviac využívaná?

Podľa priloženého grafu vieme zistiť návštevnosť v uvedených mesiacoch a porovnať využívanie 2 cyklotrás.

July 1, 2025 + August 31, 2025

Graf návštevnosti cyklotrás Trenčín: Kostolná – Záriečie a Púchov: Beluša



Ked' sa skúsenosti z armády stretnú so školou

Autor: Matúš Kyška, IV. A
Dizajn: Greta Lombardo, IV. A

Ing. Ján Brezula, PhD., MBA, MSc.



Pán Brezula na zahraničnej misii

Máte nejaké pekné alebo zaujímavé spomienky na detstvo, ktoré vám dodnes utkveli v pamäti?

Každé prázdniny som trávil čas u mojej staršej sestry v Českej republike. Bývala neďaleko lesoparku, ktorý sa pre mňa stal miestom slobody a dobrodružstva. Jeho súčasťou bola aj zoológická záhrada, kde som dokázal stráviť celé dni. Postupne som to tam poznal tak dobre, že som objavil aj rôzne tajné cestičky, ktorými sa dalo dostať dnu bez platenia vstupného – bol to môj malý svet, do ktorého som mal svoj vlastný kľúč.

Často som tam brával aj jej dcéru Dominiku. Sestre som tak pomáhal so starostlivosťou a zároveň sme spolu prežívali chvíle plné smiechu a bezstarostnosti. Cítil som zodpovednosť, ale aj hrdosť, že jej môžem byť oporou a Dominike partákom na letné dni. Spomienky na tieto prázdniny sú pre mňa najkrajšou časťou detstva. Vôňa lesa, dlhé letné popoludnia a pocit, že čas plynie pomalšie – to všetko vo mne dodnes vyvoláva pocit tepla a domova.

Ktorý predmet ste mali na strednej škole najradšej a čím vás najviac zaujal?

Na strednej škole som mal úprimne rád všetky predmety. Vždy som bol skôr študijný typ a učenie mi prinášalo radosť, takže som si vedel nájsť niečo zaujímavé takmer na každej hodine a v

každom predmete. Bavilo ma získavať nové vedomosti, premýšľať nad súvislosťami a postupne si rozširovať obzor.

Špeciálne miesto však pre mňa mala telesná výchova. Jedno obdobie sme totiž mávali aj hodiny sebaobrany, čo bolo niečo iné než bežné cvičenia. Spájalo to fyzickú aktivitu s disciplínou, sústredením a praktickými zručnosťami, ktoré mali reálny význam. Tieto hodiny ma bavili nielen preto, že som sa mohol hýbať, ale aj preto, že som sa učil zvládať situácie s rozvahou a istotou.

Čo vás priviedlo k rozhodnutiu stať sa učiteľom? Bol to váš sen alebo postupný vývoj?

Rozhodnutie stať sa učiteľom nebolo výsledkom jedného konkrétneho momentu ani detského sna, ale skôr postupného vývoja. Už počas štúdia som si uvedomoval, že ma baví učiť sa a premýšľať nad vecami do hĺbky. Často som spolužiakom pomáhal s učivom a tešilo ma, keď sa im niečo podarilo pochopiť – najmä, keď to stačilo vysvetliť trochu iným spôsobom.

Postupne mi začalo dávať zmysel venovať sa práci, v ktorej má učenie svoje miesto každý deň. Páčila sa mi myšlienka byť niekým, kto môže mladým ľuďom pomôcť zorientovať sa nielen v učive, ale aj v premýšľaní o svete okolo seba. Nebol to teda sen z detstva, ale skôr prirodzené dozrievanie k rozhodnutiu, ktoré vychádzalo z mojich skúseností a toho, čo ma dlhodobo bavilo.

Zahraničná misia



Ak by ste si dnes mali vybrať úplne inú profesiu, než je učiteľstvo a armáda, čo by vás lákalo a prečo?

Ak by som si dnes mal vybrať úplne inú profesiu než učiteľstvo a armádu, pravdepodobne by ma to ťahalo k psychológii. Veľmi ma zaujíma vnútorný svet človeka – to, ako premýšľame, prečo reagujeme určitým spôsobom a čo všetko formuje naše rozhodnutia. Baví ma spoznávanie osobností, hľadanie súvislostí medzi povahou, skúsenosťami a správaním človeka. Už v minulosti som na túto tému prečítal veľa kníh, pretože som chcel lepšie porozumieť druhým, ale aj sebe samému.

Zároveň by ma naplňovalo, keby som ľuďom vedel v tomto smere pomáhať – byť niekým, kto dokáže vypočuť, usmerniť a podporiť v náročných obdobiach. Myslím si, že práve práca, ktorá má hlbší ľudský rozmer a prináša reálnu pomoc, má pre mňa osobitnú hodnotu.

Ako sa podľa vás študenti zmenili za posledné roky? V čom vidíte najväčší rozdiel?

Mám pocit, že študenti sa za posledné roky nezmenili vo svojej podstate, ale výrazne sa zmenilo prostredie, v ktorom vyrastajú. Najväčší rozdiel vidím v spôsobe spracovania informácií a v

koncentracii. Sú zvyknutí na rýchle podnety, okamžitú spätnú väzbu a neustály prísun obsahu. To sa prirodzene premieťa aj do vyučovania – dlhšie sústredenie a hlbšia analýza textu či problému je pre nich náročnejšia, no zároveň dokážu veľmi rýchlo vyhľadávať informácie a orientovať sa v digitálnom priestore.

Zároveň vnímam väčšiu otvorenosť v komunikácii. Študenti dnes častejšie hovoria o svojich pocitoch, potrebách či neistotách. Sú citlivejší na spravodlivosť, vzťahy a autenticitu učiteľa. Vyžadujú zmysluplnosť – menej akceptujú autoritu „pretože sa to tak má“, ale chcú rozumieť dôvodom.

Najväčší rozdiel teda nevidím v schopnostiach, ale v dynamike – v tem-pe, v očakávaniach a v spôsobe, akým pristupujú k svetu. Úlohou učiteľa je na tieto zmeny reagovať bez toho, aby re-zignoval na nároky, ale zároveň hľadal nové formy, ako ich zaujať a viesť k hĺbke.



Sprevádzanie ministrov obrany V4

Čomu sa venujete ako svojim záľubám alebo koníčkom?

Vo voľnom čase sa venujem predovšetkým športu. Pohyb je pre mňa prirodzenou súčasťou života a zároveň spôsobom, ako si udržiavať fyzickú aj mentálnu rovnováhu.

Najčastejšie cvičím – či už s vlastnou váhou, alebo s činkami. Vyhovuje mi kombinácia sily, disciplíny a postupného prekonávania vlastných limitov. Súčasťou môjho režimu je aj beh, ktorý vnímam ako priestor na vyčistenie hlavy a usporiadanie myšlienok.

Za najdôležitejší pohyb však považujem obyčajnú chôdzu. Je najprirodzenejšia, dostupná každému a zároveň veľmi účinná. Práve v jednoduchosti vidím jej hodnotu – niekedy netreba extrémny výkon, ale pravidelnosť a návrat k tomu, čo je človeku prirodzené.

Ako najradšej trávite svoj voľný čas, aby ste si oddýchli?

Najradšej trávim voľný čas na chate. Je to pre mňa miesto, kde síce nikdy „neoddychujem“ v klasickom zmysle slova, pretože je tam vždy veľa práce a činností, ktorým sa môžem venovať, no práve to mi prináša vnútorný pokoj. Mám tam toľko možností, že často neviem, čo skôr robiť – a práve táto

prirodzená fyzická aktivita mi pomáha úplne vypnúť od každodenných povinností.

Skutočný oddych prichádza najmä večer, keď už mám za sebou všetko, čo som si na daný deň naplánoval. Vtedy sa zastavím, započúvam sa do zvukov prírody a nechám okolo seba pôsobiť ticho a atmosféru okolia. Práve tieto chvíle, keď deň pomaly končí a človek cíti príjemnú únavu z dobre vykonanej práce, sú pre mňa najväčším zdrojom oddychu a rovnováhy.



Na chate

Vedeli by ste si predstaviť, že by ste si na jeden deň vymenili úlohu so študentom? Ako by ste to asi zvládli?

Áno, vedel by som si to predstaviť – úprimne, považoval by som to za veľmi podnetnú skúsenosť. Myslím si, že človek by mal občas vystúpiť zo svojej roly a pozrieť sa na veci z druhej strany. Byť na jeden deň študentom by mi umožnilo lepšie pochopiť ich tempo, množstvo požiadaviek, s ktorými sa stretávajú, aj to, ako vnímajú jednotlivé hodiny.

Keďže som bol vždy skôr študijný typ a učenie ma bavilo, návrat do lavice by mi nebol úplne cudzí. Zároveň si uvedomujem, že dnešní študenti fungujú v inom tempe a pod tlakom množstva podnetov, takže by to pre mňa bola aj výzva.

Najväčší prínos by som však videl práve v skúsenosti samotnej – lepšie porozumieť pohľadu študenta, jeho motivácii, únave aj očakávaniam. Takáto výmena rolí by mohla byť obohacujúca pre obe strany.



Vykládanie vojenskej techniky



Pán Brezula s generálom Vojtekcom

Do akých aktivít sa zapájate na našej škole okrem vyučovania?

Okrem vyučovania sa nezapájam do takých projektov, ktoré sú organizačne náročné alebo dlhodobo profilované ako niektoré aktivity mojich kolegov (napríklad DofE a podobne). O to viac si však vážim priestor zapojiť sa do iniciatív, ktoré majú možno tichší, no veľmi konkrétny spoločenský rozmer.

Som rád, že aj vďaka podpore nášho pána zástupcu sa nám darí na pravidelnej báze organizovať darovanie krvi pre žiakov starších ako 18 rokov. Postupne sa k nám pridáva čoraz viac mladých ľudí, čo považujem za veľmi povzbudivé. Teší ma, že ich môžeme ako učiteľia motivovať a ísť im príkladom v oblasti občianskej zodpovednosti a solidarity.

Mnohí z nich sa možno práve vďaka tejto skúsenosti stanú pravidelnými darcami na celý život a pomôžu zachrániť nejednen ľudský život. Nejde o viditeľnosť ani o uznanie, ale o prirodzený prejav spolupatričnosti. Nikdy totiž nevieme, kedy budeme takúto pomoc potrebovať my sami alebo naši blízki – a práve v tom spočíva jej skutočná hodnota.

Prečo ste si vybrali práve tohto žiaka/žiačku? Čím vás zaujal/a?

Vybral som si Kristiána Rendeka zo IV.C, pretože ho vnímam ako mimoriadne vyspelého a zodpovedného mladého človeka. Počas hodín aj mimo nich pôsobí sústredene, premýšľavo a spoľahlivo.

Často sa spolu rozprávame aj na témy, ktoré presahujú rámec konverzácie z anglického jazyka – o aktuálnom dnaní, plánoch do budúcnosti či o bežných životných otázkach. Vážim si jeho rozhľadenosť, schopnosť formulovať vlastný názor a zároveň rešpektovať pohľad druhého.

Je to veľmi milý a slušný mladý človek a úprimne môžem povedať, že ho mám rád aj po ľudskej stránke. Vždy ma poteší, keď ho stretnem na školskej chodbe, pretože z neho prirodzene vyžaruje pokoj a pozitívna energia.

Zároveň ma motivovala myšlienka byť užitočný a spraviť niečo pre svoj štát. Hodnoty ako zodpovednosť, spoľahlivosť, pripravenosť a služba druhým mi boli vždy blízke. Armáda pre mňa predstavovala prostredie, kde majú tieto princípy konkrétny význam a každodenné uplatnenie.

Dôležitá bola aj možnosť odborného rastu, systematického výcviku a jasne nastavenej hierarchie. Tento rámec mi dával zmysel – vedomie, že každý má svoje miesto, svoje úlohy a nesie za ne zodpovednosť. Nebol to teda náhodný krok, ale postupné rozhodnutie, ktoré vychádzalo z rešpektu k tejto službe a z presvedčenia, že je to cesta, ktorá má hodnotu.

Na ktoré obdobie v armáde spomínate ako na najnáročnejšie a prečo práve to?

Za najnáročnejšie obdobie považujem službu v zahraničných operáciách. Bola

domeniu si, aký význam má tímová práca a dôvera medzi ľuďmi.



Zahranicičná misia – s generálom Hartom (US), generálom Heideckerom (AU) a gen. Szpisjakom (HU)

Je niečo, čo vás armáda naučila a čo využívate dodnes, či už v práci alebo v osobnom živote?

Armáda ma naučila viacero princípov, ktoré využívam dodnes – v práci aj v osobnom živote. V prvom rade je to spoľahlivosť a zodpovednosť. Uvedomenie si, že na človeka sa musia ostatní vedieť spoľahnúť a že dané slovo má svoju váhu. Ak niečo sľúbim, považujem za samozrejmé to dodržať.

Rovnako dôležitá je schopnosť niesť dôsledky svojich rozhodnutí a konať aj vtedy, keď je to náročné. Armáda človeka naučí disciplínu, ale aj vnútornému poriadku – vedieť si stanoviť priority a neuhýbať pred povinnosťami.

Azda najpodstatnejšie, čo som si však odniesol, je potreba zachovať si ľudskú tvár. Nech je človek v akejkoľvek funkcii či pozícii, v prvom rade by mal zostať človekom – v spôsobe komunikácie, v rozhodovaní aj v správaní voči druhým. Hodnotí, funkcie aj okolnosti sa menia, všetko je dočasné. To, čo pretrváva, je spôsob, akým sme pôsobili na ľudí okolo seba. Práve podľa toho si nás budú pamätať – nie podľa titulu či postavenia, ale podľa miery rešpektu, korektnosti a ľudskosti, ktorú sme dokázali zachovať aj v náročných situáciách.



Black Hawk – kabína pilota

Ako vyzeral váš bežný deň počas služby? V čom bol možno iný, než si ľudia bežne predstavujú?

Môj bežný deň počas služby závisel od



Misijné pôsobenie v zahraničí

OTÁZKY SPOJENÉ S ARMÁDOU

Čo vás kedysi motivovalo vstúpiť do armády? Bola za tým konkrétna skúsenosť alebo dlhodobý záujem?

K rozhodnutiu vstúpiť do armády ma neprivedol jeden impulz, ale kombinácia osobného vzoru a vnútorného presvedčenia. Veľký vplyv mal na mňa môj švagor Miroslav, ktorý bol profesionálnym vojakom v Českej armáde. Vnímam som jeho oddanosť službe, disciplínu aj spôsob, akým o svojej práci hovoril. Práve cez neho som si uvedomil, že armáda nie je len povolanie, ale aj záväzok.

to skúsenosť, ktorá človeka preverí po odbornej aj ľudskej stránke. Prostredie, v ktorom sa nachádzate, je odlišné od bežnej reality – vyžaduje si neustálu pripravenosť, schopnosť rýchlo reagovať a niesť zodpovednosť aj v situáciách, ktoré nie sú komfortné ani jednoznačné.

Náročná, hoci iným spôsobom, bola aj moja dlhoročná práca po boku generálov, kde som pôsobil ako ich pobočník. Mal som možnosť vidieť armádu z perspektívy najvyššieho velenia, byť súčasťou procesov rozhodovania a sledovať, aké množstvo zodpovedností nesú tí, ktorí stoja na čele. Táto skúsenosť si vyžadovala maximálnu spoľahlivosť, diskretnosť a precíznosť, pretože aj drobná chyba mohla mať širší dosah.

Obe tieto obdobia boli náročné, no zároveň mimoriadne formujúce. Naučili ma väčšej odolnosti, pokore a uve-

toho, kde som práve pôsobil a akú funkciu som vykonával. Armáda nie je jednotvárne prostredie – rytmus služby sa mení podľa zaradenia, úloh aj obdobia. Keď som slúžil pri útvar, deň sa spravidla začínal príchodom do práce a prezlečením do uniformy alebo do maskáčov. Následne som plnil úlohy a rozkazy nadriadených. Ak boli naplánované strelby, nasledoval nástup, výber zbraní z municiého skladu, presun do výcvikového priestoru, samotné strelby a po návrate čistenie zbraní a ukončenie činnosti v posádke. Takéto dni boli fyzicky aj organizačne náročné, no zároveň mali jasnú štruktúru a poriadok.

V období, keď som pracoval ako pobočník generálov, vyzeral môj deň úplne inak. Zahŕňal množstvo služobných ciest po Slovensku aj v zahraničí, účasť na rokovaníach a kontrolách podriadených útvarov. Táto práca si vyžadovala maximálnu pripravenosť, flexibilitu a schopnosť rýchlo reagovať na zmeny programu.

Možno práve v tom sa realita líši od predstáv verejnosti. Mnohí si službu predstavujú výlučne ako výcvik a fyzickú záťaž, no veľkú časť tvorí aj organizácia, administratíva, plánovanie a zodpovednosť za chod celého systému. Armáda je komplexný organizmus, v ktorom má každý deň svoj presne stanovený rámec, no zároveň prináša situácie, ktoré si vyžadujú adaptabilitu a profesionálny prístup.



Misia v zahraničí

Zažili ste situáciu v armáde, ktorá vás nejako výrazne ovplyvnila alebo zmenila?

Počas služby som zažil viacero situácií, ktoré ma výrazne ovplyvnili. Nebola to jedna konkrétna udalosť, ale skôr postupný proces, v ktorom som sa učil najmä sebaovládaniu. Boli chvíle, keď bolo potrebné zachovať pokoj, premýšľať racionálne a hľadať najlepšie možné riešenie aj pod tlakom okolností. Práve tieto momenty človeka formujú – naučia ho pracovať s emóciami, nieť zodpovednosť a uvedomiť si váhu rozhodnutí.

Silným poznaním pre mňa bolo aj uvedomenie si hodnoty domova. Člo-

vek môže mať sen cestovať, spoznávať nové krajiny a kultúry, a ja som túto možnosť vďaka službe aj mal. No až keď je dlhší čas mimo, pochopí, že najdôležitejším miestom nie je to, ktoré práve objavuje, ale to, kam sa môže vrátiť.

Armáda mi tak okrem profesionálnych skúseností priniesla aj väčší vnútorný nadhľad. Naučila ma vážiť si stabilitu, pokoj a obyčajné každodenné momenty, ktoré si človek často uvedomí až vtedy, keď ich na určitý čas stratí z dohľadu.



Pán Brezula s generálom Heideckerom (AU)

Ako by ste porovnali disciplínu v armáde a v školskom prostredí? V čom sú podľa vás najväčšie rozdiely?

Disciplína v armáde a v školskom prostredí má spoločný základ – ide o rešpekt k pravidlám, autorite a zodpovednosti za vlastné konanie. Rozdiel je však najmä v miere, forme a dôsledkoch.

V armáde je disciplína pevne nastavená, jednoznačne definovaná a priamo previazaná s plnením úloh, ktoré môžu mať zásadný dosah. Rozkazy sa neinterpretujú, ale plnia. Hierarchia je jasná a jej rešpektovanie je nevyhnutné pre fungovanie celku. Disciplína je tam otázkou pripravenosti, bezpečnosti a často aj dôvery medzi ľuďmi.

V školskom prostredí je disciplína dôležitá tiež, no má iný charakter. Je viac prepojená s vnútornou motiváciou študenta a s budovaním vzťahu medzi učiteľom a žiakom. Autorita tu nestojí primárne na hodnosti, ale na prirodzenom rešpekte, odbornosti a osobnom prístupe.

Najväčší rozdiel teda vidím v tom, že v armáde je disciplína systémovou nevyhnutnosťou, zatiaľ čo v škole je skôr výchovným procesom. V oboch prípadoch je však jej cieľ podobný – vytvoriť prostredie, v ktorom môže jednotlivec aj kolektív fungovať efektívne a zodpovedne.

Preniesli ste si niektoré hodnoty alebo návyky z armády aj do svojho učiteľského pôsobenia?

Áno, určite som si niektoré hodnoty a návyky z armády preniesol aj do učiteľského pôsobenia, hoci v upravenej podobe.

Predovšetkým ide o dôslednosť, systematickosť a rešpekt k pravidlám. Snáď sa byť pripravený, dochvilný a konzistentný v tom, čo od študentov vyžadujem. Ak niečo nastavím, považujem za dôležité, aby to platilo pre všetkých rovnako. Myslím si, že práve predvídateľnosť a jasne komunikované očakávania vytvárajú bezpečné prostredie.

Zároveň som si priniesol aj zvyk veci pomenúvať priamo, otvorene a zrozumiteľne. V armáde som sa naučil, že rešpekt neznamená tvrdosť, ale jasnosť a férovosť. V školskom prostredí sa to snažím uplatňovať citlivo – s vedomím, že pracujem s mladými ľuďmi, ktorých ešte formuje nielen vedomosť, ale aj skúsenosť.

Nejde teda o „vojenský“ prístup k vyučovaniu, ale skôr o vnútorný poriadok, zodpovednosť a dôslednosť, ktoré považujem za univerzálne hodnoty využiteľné v každej oblasti života.

Ako vnímate dnešnú generáciu mladých ľudí z pohľadu disciplíny a zodpovednosti?

Dnešnú generáciu mladých ľudí nevnímam ako menej disciplinovanú či menej zodpovednú, skôr ako vyrastajúcu v úplne odlišných podmienkach. Ich svet je dynamickejší, rýchlejší a pl-

Zahraničná operácia





Účasť na zahraničnej operácii

ný neustálych podnetov. To sa prirodzene odráža aj v ich schopnosti sústreďovať sa, v trpezlivosti či vo vnímaní autority.

Z pohľadu disciplíny vidím rozdiel najmä v tom, že mladí dnes potrebujú viac porozumieť zmyslu pravidiel. Nestačí im, že „to tak je“. Ak však pochopia dôvod a význam, vedia byť veľmi zodpovední a spoľahliví.

V oblasti zodpovednosti zároveň vnímam väčšiu citlivosť na hodnoty, spravodlivosť a autenticitu. Očakávajú férovosť a sami dokážu byť angažovaní, ak cítia, že to má význam. Skôr než o nedostatku disciplíny by som teda hovoril o zmene jej podoby – od formálnej poslušnosti k potrebe vnútorného presvedčenia.

Úlohou nás dospelých je pomôcť im túto vnútornú zodpovednosť rozvíjať, nie ju nahrádzať príkazmi.

Zahraničná misia - ubytovanie



Ako zvyknú študenti reagovať, keď sa dozvedia o vašej minulosti v armáde?

Reakcie študentov bývajú väčšinou veľmi zvedavé a úprimné. Keď sa dozvedia o mojej minulosti v armáde, často ich to prekvapí, pretože ma poznajú predovšetkým ako učiteľa. Niekedy nasledujú spontánne otázky o výcviku, zahraničných misiách či o tom, ako funguje hierarchia.

Zároveň však vnímam, že po prvotnom prekvapení ma začínajú vnímať v širšom kontexte – ako človeka, ktorý má za sebou aj inú profesionálnu skúsenosť. Nejde ani tak o odstup, skôr o uvedomenie si, že moja cesta nebola jednorozmerná.

Snažím sa o tom hovoriť vecne a bez zveličovania. Nejde mi o vytváranie obrazu „vojaka v triede“, ale skôr o to, aby pochopili hodnoty, ktoré si z tohto obdobia človek môže odniesť – zodpovednosť, dôslednosť či schopnosť zachovať pokoj v náročných situáciách. A myslím si, že práve tento rozmer ich zaujíma.

Ovplyvnila služba v armáde váš pohľad na život alebo svet okolo vás? Ak áno, ako?

Áno, služba v armáde výrazne ovplyvnila môj pohľad na život aj na svet okolo mňa. Predovšetkým mi dala väčší nadhľad. Človek sa dostane do prostredí a situácií, ktoré ho prinútia prehodnotiť, čo je skutočne dôležité a čo má len dočasný význam.

Naučil som sa väčšej trpezlivosti a schopnosti zachovať pokoj aj v napätých chvíľach. Uvedomil som si, že rozhodnutia by nemali vychádzať z emócie okamihu, ale z rozvahy a zodpovednosti. Armáda ma tiež naučila vnímať širšie súvislosti – že každé rozhodnutie je súčasťou väčšieho celku a má dopad aj na iných.

Zároveň mi služba priniesla pokoru. Človek si uvedomí, že istoty, ktoré považuje za samozrejmé, nemusia byť samozrejmosťou všade. Tento pohľad mi pomáha vážiť si stabilitu, pokoj a pristupovať k veciam s väčším rešpektom a mierou.

Cintorín



Disciplína ako kľúč k úspechu

Autor: Matúš Kyška, IV. A
Dizajn: Greta Lombardo, IV. A

Čo spája šach, politiku a ocenenie DoFe? Náš študent Kristián Rendek, ktorého na rozhovor vybral pán učiteľ Brezula, búra mýty o dnešnej generácii. V rozhovore prezrádza, ako si formuje vlastný názor s „otvorenými očami“ a prečo je podľa neho kľúčom k úspechu správne nastavená myseľ.

Prečo si sa rozhodol študovať na našej škole?

Naša obchodná akadémia má medzi strednými školami veľmi dobrú povesť. Vyhovovala mi aj z hľadiska predmetov. Nie som fanúšik chémie, fyziky či matematiky, ale zato mám rád humanitné predmety a z tých si tu človek vie vybrať. Toto boli hlavné dôvody môjho výberu školy.

Čo považuješ za svoje najväčšie úspechy v rámci reprezentovania našej školy?

Školu som reprezentoval napríklad v olympiáde kritického myslenia, kde som sa dostal do krajského kola. Druhý úspech bol bezpochyby z programu DoFe. Odniesol som si bronzové ocenenie.

Ako sa ti podarilo tieto úspechy dosiahnuť?

Pri DoFe bola rozhodujúca disciplína a odhodlanie vytrvať v daných aktivitách a nevzdávať sa. Nie vždy sa mi chcelo plniť úlohy, no správnym mentálnym nastavením sa to dalo zvládnuť. Na Olympiáde kritického myslenia stačilo zapojiť trochu rozumu a vyšlo to.

Čo by si odporučil ostatným študentom na ceste k dosahovaniu cieľov?

Určite by som vyzdvihol vôľu vytrvať a nevzdávať sa, ak niečo nejde hneď. Dôležité je pokračovať aj v dňoch, keď sa nám nechce a nezabúdať, že každým aj keď malinkým krokom sme bližšie k cieľu.

Dá sa Ťi sklbiť mimoškolský život so štúdiom?

Určite áno. Som zástancom toho, že je

potreba mať aj iné záujmy ako je štúdium.

Čo rád robíš vo svojom voľnom čase?

Veľmi v skratke. Cvičím vo svojej domácej posilňovni, chodím na brigády, hrám šach, zaujímam sa o politiku a, samozrejme, sa venujem rodine a priateľke.



Kristián Rendek so Samírou Abdalovou

Zúčastnil si sa programu DoFe aj Olympiády kritického myslenia – čo ti tieto skúsenosti priniesli?

Z DoFe si odnášam kopu zážitkov s priateľmi, vytrénovanú disciplínu a ešte viac zábavných spomienok. Z Olympiády kritického myslenia si odnášam dobrý pocit, že nie som márný pri riešení problémových úloh.

Čo ťa motivuje zapájať sa do takýchto aktivít nad rámec bežného vyučovania?

Určite sa rád posúvam vpred rôznymi smermi a toto boli možnosti ako tejto mojej vlastnosti pomôcť.

Čo ťa v živote najviac motivuje/poháňa dopredu?

Disciplína je pre mňa odpoveď na to, čo ma poháňa vpred. Moja motivácia je



Kristián Rendek

byť každým dňom o kúsok lepším človekom.

Pán Brezula spomínal, že si rozhladený a máš vlastný názor – ako si ho najčastejšie formuješ?

Najlepší spôsob vytvorenia si vlastného názoru je vyskúšať si danú vec na vlastnej koži. No nie je to možné pri všetkom. Veľmi rád počúvam skúsenosti môjho starého otca, ktorý zažil komunizmus ako bojovník proti režimu. Je to veľmi múdry človek a mnohé pravdy, ktoré vysloví, človek pasujú aj na dnešnú situáciu v spoločnosti či politike. Myslím si, že mladí ľudia by mali načúvať starším a skúsenejším a celkovo sa na svet pozeráť s otvorenými očami a zapnutým rozumom. Televíziu, politické diskusie ani rôzne denníky nesledujem. Veľmi rád počúvam rozhovory s rozhladenými ľuďmi a odborníkmi vo svojom odbore.

Ako vnímaš dnešnú generáciu študentov? Vidiš v nej skôr silné stránky alebo výzvy?

Myslím si, že to nie je otázka pre mňa, ale keby som to mal v skratke zhodnotiť, povedal by som, že máme veľa možností všade okolo nás, no málo ich využívame v náš prospech. Či už v škole alebo v živote.

Za oponou maturít 2026

Autor: Nikola Gerbelová, IV. A
Dizajn: Simona Komorovská, IV. A

Maturitné skúšky v školskom roku 2025/2026 úspešne preverili vedomosti a odborné zručnosti študentov. Maturanti absolvovali písomné, praktické aj ústne skúšky, pričom vo väčšine predmetov dosiahli veľmi dobré výsledky a vysokú mieru úspešnosti.

V školskom roku 2025/2026 absolvovali maturanti sériu skúšok, ktoré preverili ich vedomosti, jazykové kompetencie aj odbornú pripravenosť. Maturitné skúšky prebiehali od marca do mája a zahŕňali externú časť (EČ), písomnú formu internej časti (PFIC), praktické maturitné skúšky a ústne maturitné skúšky.

Termíny maturitných skúšok

Písomné maturitné skúšky sa uskutočnili v marci:

- 10. marca – slovenský jazyk a literatúra
- 11. marca – anglický jazyk
- 12. marca – matematika



Prvá pomoc pri strese

Ústna časť maturity prebiehala od 25. do 28. mája. Maturanti odpovedali zo slovenského jazyka a literatúry, anglického jazyka a ekonomiky. Študenti bilingválneho štúdia absolvovali aj skúšku z ekonomiky v anglickom jazyku. Všetci žiaci pri ústnych skúškach uspeli, čo potvrdilo ich dobrú pripravenosť a zvládnutie študijných požiadaviek.

Praktická časť odbornej zložky sa konala 14. a 15. apríla.

Študenti preukázali svoje zručnosti pri práci v programe Microsoft Excel, pri tvorbe obchodných listov a v účtovných prog-ramoch Alfa, Olymp a Omega. Bilingválni študenti vypracovávali obchodný list v anglickom jazyku. Praktickú maturitu absolvovalo 121 žiakov, z ktorých uspelo 119, čo predstavuje úspešnosť 98,3 %.



Žiacka OATN na maturitnej skúške

Výsledky externej časti a písomných skúšok

Najväčší počet maturantov absolvoval skúšku zo slovenského jazyka a literatúry. Externú časť písalo 121 žiakov, ktorí dosiahli priemernú úspešnosť 67,47 %. V písomnej forme internej časti maturity dosiahli priemer 79,05 %.

Výborné výsledky zaznamenali aj študenti anglického jazyka na všetkých úrovniach:

IV. D pri odovzdávaní maturitných vysvedčení



Predmet	Úroveň	Počet žiakov	Priemer EČ	Priemer PFIČ
Anglický jazyk	B1	27	6,790%	7,556%
Anglický jazyk	B2	66	7,538%	7,697%
Anglický jazyk	C1	29	7,885%	7,862%

Najvyššiu priemernú úspešnosť v externej časti dosiahli študenti anglického jazyka na úrovni C1, ktorí získali priemer 78,85 %.

Matematiku si ako maturitný predmet zvolili traja študenti. Ich priemerná úspešnosť v externej časti dosiahla 33,33 %.

Praktickú časť odbornej zložky vykonal 121 žiakov. Z celkového počtu boli 2 žiaci neúspešní, čo predstavuje úspešnosť viac ako 98 %.

Ústne maturitné skúšky

Ústne maturitné skúšky potvrdili dobrú pripravenosť študentov. Zo slovenského jazyka a literatúry úspešne maturovalo 92 žiakov, pričom nebol zaznamenaný žiadny neúspešný maturant. Rovnako všetci študenti úspešne zvládli ústnu maturitu z anglického jazyka na úrovniach B1, B2 aj C1.

Celkové zhodnotenie

Výsledky maturitných skúšok ukázali, že študenti dosiahli veľmi dobrú úroveň vedomostí najmä v jazykových predmetoch. Mimoriadne pozitívne hodnotiť možno vysokú úspešnosť v praktickej časti odbornej zložky aj stopercentnú úspešnosť pri väčšine ústnych skúšok. Najlepšie výsledky v externej časti dosiahli maturanti z anglického jazyka na úrovni C1, ktorí potvrdili vysokú úroveň jazykových kompetencií.

Maturitné skúšky tak úspešne uzavreli významnú etapu štúdia a pripravili absolventov na ďalšie vzdelávanie či vstup do pracovného života.



Eliška z V. A s p. Kadákovou

Odborná zložka maturity

V rámci odbornej zložky absolvovalo:

- 92 žiakov teoretickú časť odbornej zložky v slovenskom jazyku,
- 29 žiakov teoretickú časť odbornej zložky v anglickom jazyku.



V. A pri odovzdávaní maturitných vysvedčení

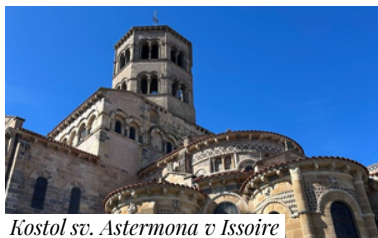
La vie en échange

Autor a dizajn: Greta Lombardo, IV. A

Foto: Účastníci výmenného pobytu

Náš výmenný pobyt vo Francúzsku sa uskutočnil 15. – 21. marca 2026, keď sme sa štyria žiaci IV. A spolu so štyrmi žiačkami z III. D vydali na týždeň plný nezabudnuteľných zážitkov. Mnohé z nich nám utkvajú v pamäti a v srdci nejedného z nás.

Pobyt vo francúzskom Issoire pri Lyone sme začali precestovaným dňom, keď sme sa po roku stretli s našimi výmennými kamarátmi. Chvilku nám trvalo „oťukať sa“, ale po pár hodinách sme sa opäť cítili, ako keby sme sa ani nikdy nerozdelili.



Kostol sv. Astermona v Issoire

Na druhý deň sme nahliadli do školského systému vo Francúzsku na strednej odbornej a technickej škole LycéeHSC Deville. Spolu s našimi ôsmimi výmennými študentmi sme sa zúčastnili ich vyučovania a školského života. Prekvapilo nás, že napriek tomu, v akom malom meste škola sídli a aká je malá početnosť žiakov, ponúka viacero programov na podporu študentov. Jedným z nich je napríklad trieda pre žiakov s migračným pôvodom, ktorým poskytujú vzdelanie. Navšteva tejto triedy nás viacerých zasiahla a uvedomili sme si, aké šťastie máme, že žijeme životy, aké žijeme.



Francúzski a slovenskí žiaci v Issoire



Francúzski a slovenskí žiaci pri regionálnom úrade v Lyone

Počas týždňa sme navštívili mesto Issoire, kde škola sídli, Clermont-Ferrand, hlavné mesto departementu Puy-de-Dôme, a taktiež tretie najväčšie mesto Francúzska – Lyon. Spoločne sme sa kochali pamiatkami a vychutnávali si oddych v príjemných kaviarňach a obchodíkoch. V Lyone sme mali možnosť navštíviť Regionálnu radu Auvergne-Rhône-Alpes, kde nám priblížili fungovanie regiónov vo Francúzsku.



Clermont-Ferrand

Týždeň plný objavovania sme ukončili večerou a bowlingom. Potom sme sa rozlúčili v sprievode nejednej slzy a na-

še cesty sa opäť rozišli – možno na dlho možno navždy, to nikto z nás nevie.



Regionálny úrad v Lyone

Aj keď nie vždy všetko vyšlo podľa plánu, dôležité bolo, že sme boli s tými správnymi ľuďmi, vďaka ktorým z každej, aj neprijemnej situácie, vznikli spomienky a pekné dni. Spoznanie návykov, kultúry a života v inej krajine nám prinieslo nový pohľad na svet aj ľudí.



Francúzski a slovenskí žiaci

Chceli by sme sa srdečne poďakovať pani profesorkám Zelinovej a Nitrianskej, ktoré sa podujali sprevádzať nás týmto výletom, a zároveň aj našej škole, ktorá nám túto možnosť poskytla.



Francúzski a slovenski žiaci

Autobusom za tulipánmi, loďou za Vikingami a peši po Oxford street

Autor a dizajn: Melánia Bialoňová, II. A

Triedy II. A a II. E sa spolu s pedagogickým dozorom pani učiteľkou Danielou Maľovčíkovou a páňmi učiteľmi Jánom Samákom a Róbertom Margočom, zúčastnili 8 dňovej exkurzie, počas ktorej zažili jedinečný program, v ktorom sa vydali spoznávať históriu a prírodné krásy Anglicka na severe cez jeho stred až po Londýn. Vedomosti, ktoré získali na tejto exkurzii neskôr využijú aj na ich maturitných skúškach.

A ide sa na to

Streda 29.4.2026, pre ostatných normálny školský deň, ale pre triedy II. A a II. E začiatok nezabudnuteľného dobrodružstva do neznáma s cieľom spoznávať. Chvilku pred 12-tou hodinou na Električnej zastávke v Trenčíne mohol človek zachytiť navôkol seba mnoho rôznych emócií žiakov, ich rodičov, ale aj učiteľov. Keď kufre boli uložené, žiaci usadení a spočítaní, už len stačilo zamávať rodičom na rozlúčku a mohlo sa vyraziť. Približne 18-hodinovú cestu do Holandska si každý spestril rozdielne. Niekoľko ľudí cestu prespalo, keďže dlhá cesta autobusom nie je pre každého, ostatní sa rozprávali, počúvali hudbu alebo pozerali filmy na svojich mobiloch. Bez pár zastáviek na pumpách kvôli jedlu a WC by sa cesta určite neobišla. Najdlhšia prestávka bola v Prahe v nákupnom centre, kde sme taktiež vyzdvihli pani sprievodkyňu.



Cestujeme autobusom



Obchod so syrmí



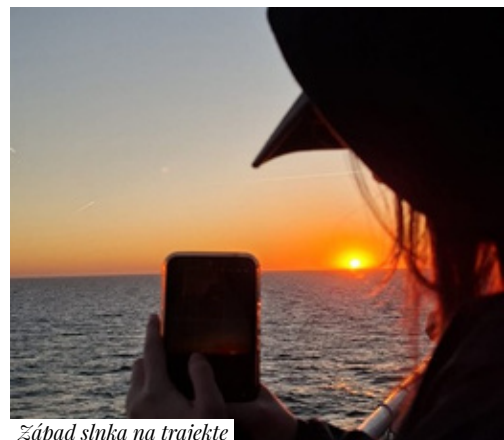
Kanál v Amsterdame



Architektúra v Amsterdame



Spomíname na Annu Frankovú



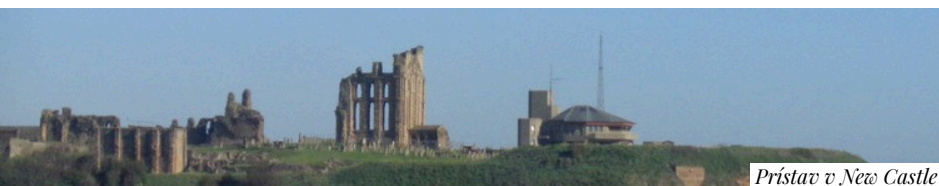
Žápad slnka na trajekte



Cesta trajektom do Anglicka

Kedy uvidíme tulipány?

Hodiny ukazujú 6 ráno a my prichádzame v šere do Amsterdamu – mesta, ktoré je jedinečné najmä svojou architektúrou a známe tulipánmi, syrom, bicyklami a kanálmi križujúcimi mesto. Po prechádzke mestom, spoznaní unikátneho kvetinového trhu na vode a obchodíkov so syrmí, sme dostali osobné voľno. Poobede sme sa presunuli do prístavu v IJmuidene. Prešli sme kontrolou a ani sme sa nenazdali, už sme opúšťali pevninu a ubytovali sa v 4-lôžkových kajutách, ktoré nás prichýlili na nocľah. Prišiel čas večere a švédske stoly nám ponúkli hostinu, ktorá nás poriadne nasýtila na 16-hodinovú plavbu. Večer pri západe slnka si každý užil inak, ale všetci sme ho bez ťažkostí zvládli.



Prístav v New Castle



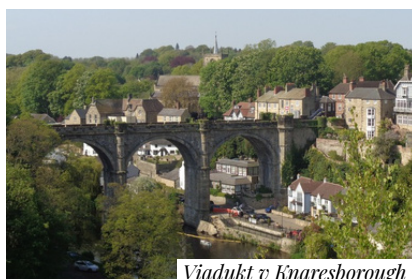
Architektúra v Durhame



Katedrála Durham



Dom Blind Jacka



Viadukt v Knaresborough



Vnútri múzea Vikingov



Kostra vo Viking centrum

Ráno po plavbe

Po raňajkách o 9:15 anglického času sme zakotvili v prístave v New Castle. Na kontrole nám páni popriali pekný výlet a my sme sa mohli presunúť autobusom do Durhamu. V dychberúcej katedrále, ktorá je známa aj z filmu Harry Potter, sme zažili prvý kultúrny šok, keď sme spoznali, akí Angličania naozaj dokážu byť zdvorilí a ochotní nám s úprimným úsmevom odpovedať na akékoľvek otázky.

Blízko Yorku sme zašli do Knaresborough, kde sme prešli okolo domu Blind Jacka, následne sme mohli zísť na zrúcaninu hradu a z dialky sa pozrieť na viadukt ležiaci nad riekou Nidd. Po tejto krátkej návšteve sme sa ubytovali už aj s našimi kuframi v Yorku, kde sme mali možnosť si v blízkom obchodnom centre kúpiť najmä potraviny, ale aj iné veci. Následne sme šli spať, čo niekomu trvalo pomalšie a niekomu ešte pomalšie, ale po polnoci všetci boli na svojich izbách.



Selfie s profesormi

York bol OK

Po raňajkách sme sa presunuli do centra Yorku, presnejšie pri Clifford's Tower, kde sme absolvovali celodennú prehliadku mesta známeho svojou vikingskou históriou a nádhernými pamiatkami, vrátane najväčšej gotickej katedrály Spojeného Kráľovstva. Katedrála York Minster je jedinečná nielen svojou veľkosťou, ale aj dvomi zaujímavými oknami – jedno rosetové a druhé pripomínajúce tvar srdca. V Yorku sme navštívili Viking centrum, taktiež sme sa túlili po obchodoch na populárnej ulici The Shambles, videli sme trhy alebo sledovali spontánnosť ľudí, ktorí hrali na námestí na base, bicích, gajdách alebo dokonca robili limbo tanec. Kto chcel mohol zísť do múzea alebo sa prejsť po hradbách mesta počas osobného voľna. Večer sme sa po rozchode vrátili na ten istý hotel s možnosťou opäť zísť do obchodov alebo fast food reťazcov.



Okno v tvare srdca



York Minster



Rosetové okno



Po hradbách Yorku

Garfielda sme nestretli

Opäť raňajky a následne odchod na Castle Howard známy z filmu Garfield. Je to barokový zámok zo 17. storočia, ktorý je ešte stále súkromným majetkom rodiny Howard. Celé panstvo, ktoré zahŕňa zámok, záhrady, lesy, jazerá a poľnohospodársku pôdu má celkovo 2400 hektárov. Zažili sme po prvýkrát typické upršané a hmlisté počasie, ktoré nám trochu zabránilo sa viac poprechádzať po vonkajších priestoroch panstva.

Neskôr sme sa presunuli do mesta Whitby, kde sa James Cook učil byť námorníkom a neskôr z toho miesta vyplával na cestu do Austrálie a na Nový Zéland. Krátky rozchod na obednú prestávku nám umožnil ochutnať tradičné Fish&Chips. Následne sme vyšliapali presne 199 schodov, aby sme videli v hmle zabalenú ako v perinke zrúcaninu Whitbey Abbey, ktorá bola inšpiráciou k napísaniu hororu Drakula. Kvôli upršanému počasiu a bezpečnostným dôvodom sme prechádzku po útesoch a pobreží neabsolvovali.



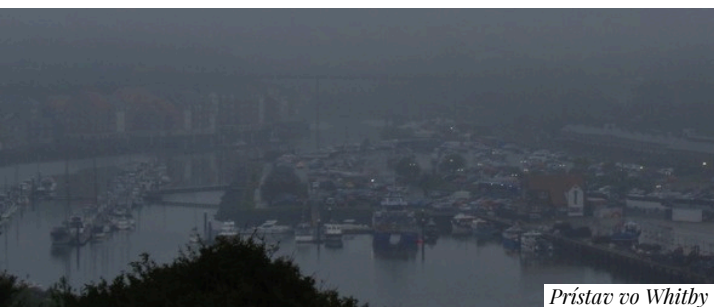
Záhrada hradu Howard



Interiér hradu Howard



My a Castle Howard



Prístav vo Whitby



Whitby Abbey

Byť či nebyť?

Kufre pobalené, bruchá naplnené a my sme natrvalo opustili York, aby sme sa presunuli do srdca Anglicka, presnejšie do malebného mestečka Stradford upon Avon, ktoré je rodným mestom Williama Shakespeara. Ako prvé sme navštívili kostol Holly Trinity, kde sa nachádza samotný hrob pána spisovateľa. Následne sme prezreli samotný rodný dom, ktorý bol zachovaný. Vo voľnom čase sme sa mohli poprechádzať, najesť a večer sme pricestovali do hotelu na okraji Londýna.



Holy Trinity Church



Dom Williama Shakespeara



Interiér domu Williama Shakespeara

Dočkali sme sa - Londýna

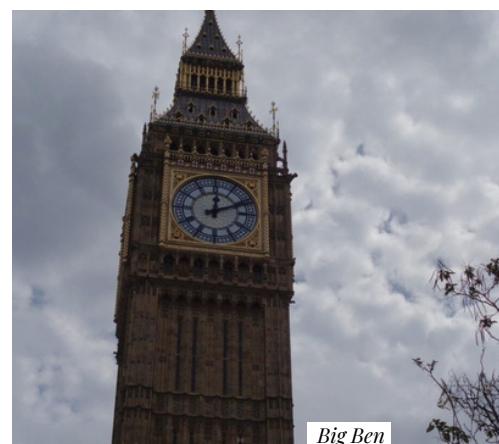
Po posledných anglických raňajkách sme vyrazili do centra Londýna. Krátka prechádzka a jedna jazda metrom a my sme sa zrazu mohli kochať pamiatkami, ktoré určite každý pozná minimálne z obrázkov - Big Ben, Londýnske oko, Buckinghamský palác, Trafalgar square. Prechádzka po meste ubehla rýchlo a na Picadilly Circus sme si dali 6 hodinový rozchod, počas ktorého sme mali čas sa poprechádzať v galériách, China Towne, po obchodoch na Regent alebo Oxford Street a veľa ďalšieho. V podvečerných hodinách sme sa zviezli metrom naspäť k autobusu, ktorý nás zaviezol do prístavu v Doveri. Tu sme absolvovali poslednú pasovú kontrolu a po polnoci sme nasadli na trajekt, ktorý nás doviezol do kontinentálnej Európy.



National Gallery



Selfie s Big Benom



Big Ben



Londýnske oko



Strážca na koni



Cesta metrom



China Town



Slávne Picadilly Circus

A sme doma

Z Doveru sme sa za hodinu a pol doplavili do francúzskeho mesta Calais z ktorého sme následne autobusom cestovali takmer 22 hodín cez Belgicko, Nemecko, Česko až nakoniec na Slovensko. Príchod do Trenčína bol o 23:00. Tu si už unavení, ale šťastní rodičia prebrali deti. Osem dní, 1 autobus, 7 dospelých, 50 žiakov a nekonečne veľa spomienok.

Ďakujeme najmä pani profesorku Daniele Maťovčíkovej za zorganizovanie exkurzie, pánom profesorom Jánovi Samákovi a Róbertovi Margočovi, ktorí na nás dávali pozor, i pani sprievodkyni Kataríne Žatkuliakovej a dvom pánom vodičom, ktorí si občas poprflali, ale bezpečne nás celou cestou sprevádzali a zariadili, aby sme sa dostali do Anglicka a spoznali ho.

Malá rada nakoniec pre všetkých: Užívajte si všetky exkurzie naplno, ale stále s rešpektom a buďte z celého srdca vďační učiteľom, ktorí vás niekam zoberú, nie všetky školy majú takéto možnosti ako my na OATN. Predsa len robia to pre vás, aby ste niečo zažili a naučili sa niečo nové, tak im to opätujte rešpektom a vďakou!

Veľa kávy, dobrej nálady aj významných rozdielov

Autor: Timea Kubínová, III. A
Dizajn: Denisa Košíková, II. A

Ako to už býva zvykom, i tento rok vybraní členovia našej redakčnej rady zavítali na celoslovenskú súťaž časopisov - Štúrovo pero. V zostave štyroch dievčat a pani učiteľky *Daniely Maťovčíkovej*, sme si dva dni súťaže nie len veľmi užili ale vrátili sme sa aj s novými poznatkami a veľkým množstvom inšpirácie.

To najdôležitejšie na začiatok

V prvom rade sme veľmi vďační za profesionálne hodnotenie a ceny, ktoré sa nám podarilo vyhrať. Dúfame, že ďalší rok budeme opäť ešte o niečo lepší a v rebríčku budeme naďalej stúpať hore.

Myslím si, že je vhodné poďakovať aj za super kávu, keďže jedna z vecí, ktorá spája snád všetkých novinárov a každú redakciu je závislosť na káve. Na každom posedení pri káve vznikajú silnejšie priateľstvá medzi členmi a super nové nápady. Síce my sme prvú kávu stihli už rovno po ceste na súťaž, vôňa tej, ktorá nás čakala v Krajskej knižnici Ľudovíta Štúra nás prilákala na ďalšiu šálku. No a tak, ako nás táto neodolateľná vôňa sprevádzala celé dva dni vo veľmi príjemne zariadených priestoroch knižnice, nás takisto sprevádzali i ďalšie šálky plné kofeínu.

Celoslovenská súťaž Štúrovo pero



Čo si ceníme najviac?

Už po ceste späť zo súťaže sme spoločne rozmýšľali, čo najhlavnejšie by sme mali spomenúť v článku z našej tohtoročnej účasti. Samozrejme je, že sú pre nás dôležité všetky komentáre k nášmu poslednému dielu, vďaka ktorým vieme ďalšie číslo nášho časopisu ešte viac vylepšiť. Posledná veta ohodnotenia pána porotcu Pavla Vitka, „Simona Komorovská je šéfredaktorská hviezda, a pani profesorka - vedúca časopisu - tiež,“ náš celý tím skúsene potešila, pretože si tie naše hviezdy veľmi vážime za ich prácu a energiu. Im dvom zase dodala ešte väčšie množstvo motivácie.

To, čo by sme nakoniec chceli najviac vyzdvihnúť je, že sa úprimne tešíme z toho, na akej vysokej úrovni celá súťaž prebiehala. Tým, že naše zastúpenie na súťaži tento rok pozostávalo z členiek, ktoré sa pravidelne zúčastňujú aj rôznych iných školských súťaží, sa vieme všetky na súťaž pozrieť skúsenými očami a realisticky ju ohodnotiť.

Ako to vyzerá inde...

Bohužiaľ sa čoraz častejšie stretávame na súťažiach so slabou organizáciou, neférovým hodnotením, dokonca nepríjemným prístupom. Začíname mať pocit, že známosti sú prednejšie ako kvalita výkonu na niektorých súťažiach. Veľakrát porota dáva najavo, že sa im na súťaži ani nechce byť, hodnotia podľa vlastného pocitu alebo uprednostňujú žiakov z vlastných škôl, pretože chcú získať ceny pre ich školu. Pýtame sa preto, nemalo by byť predsa len hodnotenie na súťaži viac objektívne? Ako sa môže vôbec dopustiť, aby učiteľky v porote hodnotili vlastných žiakov, ktorých na súťaž pripravujú? V takomto prípade je problém jednoznačne nedostatočne premyslená organizácia, ktorej súčasťou sú i mnohé iné nedomyslené časti. Je doslova demotivujúce pre žiakov zúčastňovať sa súťaži, na ktoré sa pripravujú niekoľko mesiacov a v priebehu súťaže zistia, že nie je vôbec taká profesionálna, ako čakali. Malé nedostatky ako napríklad to, že sa nezmestia do priestoru, kde majú písať testy alebo čakanie na výsledky prvej časti súťaže 2 hodiny, pretože téma

na sloh bola viac-menej úvahová a je ťažké rozhodnúť o bodovaní prác, dokážu súťažiacimi celkom zatriasť. Nehovoriac o sklamaníach typu nespravodlivosti ako keď vyhrá práca, ktorá vôbec neprináša nové poznatky a kvalitou by podľa viacerých súťažiacich nepatrila ani do top 10, lenže pani porotkyne vyhodnotili prácu ako inovatívnu a zaujímavú okrem iného kvôli tomu, že sa im páčia darčeky, ktoré daný súťažiaci porote rozdal, čo ešte aj nahlas nezabudli poznamenať priamo v súťažiaci miestnosti.

Pavol Vitko, Daniela Maťovčíková a Simona Komorovská



Naše žiačky s pani učiteľkou

Čo z pohľadu súťažiacich očakávame

Ak chceme na Slovensku zachovať pravidelný priebeh rôznych súťaží a zabrániť nezájmu žiakov sa ich zúčastňovať, mali by si všetky organizácie brať príklad od tých, ktorí sa neustále snažia zlepšiť a spraviť súťaž pútavejšiu.

Samotné Štúrovo pero zakončilo svoj priebeh pred vyhodnotením súťaže dotazníkom o spokojnosti z pohľadu nás, ktorí sa zúčastnili. Pýtali sa, ktoré veci by mali zlepšiť, aby nám dokázali súťaž spraviť čo najprijemnejšiu. Organizácia súťaže bola skvelá. Všetko bolo vopred naplánované, všetci súťažiaci rozdelení do kategórií aj menších skupiniek. Každý vedel kde má byť v danom čase. Počas celých dvoch dní nenastalo žiadne zaváhanie, ktoré by zatriaslo priebehom súťaže.

Väčšinu času som sa osobne ani necítila ako na súťaži. Skôr ako na dvojdňovom workshope, kde sa mám inšpirovať a naučiť sa nové spôsoby na vykonávanie mojej práce v časopise. Program bol spríjemnený aj trochu odľahčujúcimi aktivitami, ako debata s osobnosťami z publicistického pro-

stredia. Účasť každého súťažiaceho bola vzácná a organizátori, sponzori aj porota nás celý čas povzbudzovali, preukazovali nám radosť z našich tvorieb, naplňali novými nápadmi, mali skvelý profesionálny prístup, pozitívne a priateľské vystupovanie. Napriek zopár poznámkam podľa osobných preferencií pri hodnotení našich časopisov si hodnotiaci stále zachovali objektivitu a nestrannosť pri finálnom posúdení kvality našej práce. Bolo vidno, že celá porota a organizátori mali naozajstný záujem nám podať pomocnú ruku a dali maximum do toho, aby sme zo súťaže odišli spokojní, bez stresu a ešte o niečo viac zaujatí do činnosti, ktorú vykonávame.

Aj kvôli tým najmenším detailom, ktoré nejdenný človek prehliadne alebo považuje za štandard, sa tejto súťaže zúčastňujú účastníci opakovane niekoľko rokov. Vždy odchádzajú s dobrým pocitom a plní inšpirácie. Tentokrát dobrý pocit sprevádzal žiačky Simonu Komorovská a Sofiu Pindákovú zo IV. A spolu s Timeou Kubínovou a Emou Lackovou z III. A.

Práve o tom by mali byť viaceré školské súťaže.



Časopisy súťažiacich



So zakladateľom Pavlom Vitkom



Krajská knižnica Ľudovíta Štúra



S porotcami Pavlom Vitkom, Patrikom Hermanom a Lukášom Dikom



Naše ocenenia

Naše finančné vedomosti preveril peňažný štvorboj

Autor: Adam Mandinec, IV. A
Dizajn: Tereza Vicenová, IV. A

Žiaci si v súťaži peňažný štvorboj otestovali svoje znalosti z oblasti financií, rozpočtovania a hospodárenia s peniazmi. V jednotlivých disciplínach riešili praktické úlohy, ktoré preverili ich schopnosť správne sa rozhodovať vo finančných situáciách. Súťaž spojila zábavu s učením a ukázala, že finančná gramotnosť je dôležitou súčasťou každodenného života. Najúspešnejší súťažiaci si odniesli nielen ocenenia, ale aj cenné skúsenosti.

Kde to celé začalo

Na začiatku školského roka sa vyskytla aj žiakom našej školy príležitosť zúčastniť sa na celoslovenskej súťaži peňažný štvorboj. Organizátorom tejto súťaže je Národná banka Slovenska a je určená žiakom základných a stredných škôl. Finále tejto súťaže sa zúčastnili piati žiaci našej školy – Adam Mandinec, Karin Mokričková, Ctibor Karol Strmenský, Juraj Mikláš a Karol Radosa pod vedením pani profesorky Daniely Maťovčíkovej. Súťaž sa odohrávala od novembra 2025 až po apríl 2026. Žiaci nevedeli, čo od súťaže očakávať, no rozhodli sa dať tomu aspoň pokus s mindsetom: „ak to nevyjde, čo už.“

Rozbeh

Prvé kolo súťaže nazývané rozbeh sa uskutočnilo 18. novembra 2025. V to ráno do počítačovej miestnosti zasadli 4 skupiny, ktoré sa pokúšali o postup. Princíp rozbehu sa zdal jednoduchý. „Čo môže byť ťažké na teste s A B C D odpovedami?“ Čo však žiaci nečakali, bola náročnosť týchto otázok. Po strastiplnej trištvrte hodine plnej tipovania a dúfania, najlepšia skupina dokončila tento test s počtom bodov 26 z 30. V druhom kole sa rozhodli pokračovať aj draví druháci v zložení – Maroš Horvát, Peter Macko, Adam Tilandy, Filip Beňovič a Maxim Maťovčík.

Rozbeh

V druhom kole súťaže peňažný štvorboj mali súťažiaci možnosť vytvoriť vzdelávaciu aktivitu na tému z kampane Global Money week.

Hlavným cieľom Freestyle kola súťaže bolo o téme naučiť čo najväčší počet ľudí, preto sa žiaci dohodli, že najlepší spôsob ako toto dosiahnuť, bude prezentácia pred rovesníkmi a krátke video na Instagram. Kvalitná prezentácia bola obhájená pred plnou aulou 2 krát, a pripravené video získalo úctyhodných 7 a pol tisíc zhladení, vďaka čomu tímy postúpili do 3. kola.

Taktika

Tretie kolo menom Taktika bolo náročné pre obe skupiny. Hlavný zámer Taktiky bolo identifikovať problém ľudí v reálnom svete a vynájsť naň riešenie. V tejto časti súťaže vedúci tím zachránil Karol, ktorý vďaka jeho vedomostiam v rámci programovania vytvoril appku, ktorá pomáhala s finančnou gramotnosťou. Dalo sa na nej dozvedieť všetko od základných pojmov v rámci financií, až po pokročilé témy ako investovanie. Vďaka tejto aplikácii silnejší tím získal prvé miesto v tomto kole a posunul sa do finálneho kola: Aréna. Potešili tiež Alzapoukážky od NBS ako odmena za namáhavé úsilie.

Aréna

Posledné kolo súťaže sa odohrálo koncom apríla 2026 v Bratislave. Vďaka Národnej banke Slovenska bolo cestovanie aj ubytovanie zabezpečené a žiaci sa mohli sústrediť na súťaž.

Premisou súťaže bola prezentácia celého spoločného projektu pred porotou NBSky. Po nespavej noci, ktorú žiaci celú strávili dorábaním prezentácie, boli pripravení na porotu a jej otázky. Po skončení prezentácií si užili prehliadku Národnej banky a potom sa pripravili na finálne vyhodnotenie. Po polroku aktívnej práce sa im podarilo získať v rámci celého Slovenska úctyhodné 4. miesto, s čím boli spojené viaceré odmeny ako napríklad pamätná minca alebo už spomínané poukážky na nákup do Alzy.

Účast v súťaži Peňažný štvorboj ukázala, že odhodlanie, tímová spolupráca a ochota učiť sa nové veci dokážu priniesť skvelé výsledky. Naši žiaci sa nebáli prijať výzvu, získali cenné skúsenosti a dosiahli úspech na celoslovenskej úrovni. Ich príbeh je dôkazom, že aj zdanlivo náročné súťaže sú príležitosťou na osobný rozvoj a objavenie vlastných schopností. Veríme, že tento úspech bude motiváciou pre ďalších žiakov našej obchodnej akadémie, aby sa nebáli zapojiť do podobných projektov a reprezentovať našu školu. Každá výzva je šancou naučiť sa niečo nové a možno niekedy dosiahnuť ešte väčšie úspechy v budúcnosti.



PEŇAŽNÝ
ŠTVORBOJ

DIPLOM

za 4. miesto

v 2. kategórii celoročnej súťaže finančnej gramotnosti Peňažný štvorboj pre tím

OATN1

členovia tímu

Karin Mokričková, Ctibor Karol Strmenský,
Juraj Mikláš, Adam Mandíneč,
Karol Radosa

vedúci/a tímu

Ing. Daniela Maťovčíková, PhD.



Mgr. Júlia Čilliková

Mgr. Júlia Čilliková
Výkonná riaditeľka úseku dohľadu
a ochrany finančného spotrebiteľa

5PEŇAZÍ NBS

Bratislava, 29. apríl 2026

PEŇAŽNÝ
ŠTVORBOJ

DIPLOM

za účasť

v 2. kategórii celoročnej súťaže finančnej gramotnosti

Peňažný štvorboj pre tím

OATN2

členovia tímu

Filip Beňovič, Peter Macko, Maroš Horváth,
Adam Tilandy, Maxim Maťovčík

vedúci/a tímu

Daniela Maťovčíková



Mgr. Júlia Čilliková

Mgr. Júlia Čilliková
Výkonná riaditeľka úseku dohľadu
a ochrany finančného spotrebiteľa

5PEŇAZÍ NBS

Bratislava, 19. máj 2026

Oblečme sa vo farbách nášho loga!

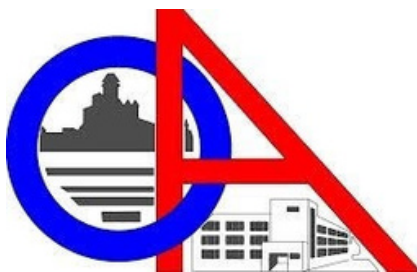
Autor: Timea Kubínová, III. A
Dizajn: Ema Lacková, III. A

Tento rok sme opäť pripravili módnú akciu pre našich spolužiakov. Nebol to fashion week, ale trojdňová aktivita, počas ktorej sme sa obliekali do farieb symbolizujúcich našu školu.

Členovia redakčného tímu nášho školského časopisu NOA?News každoročne organizujú dve školské akcie, jednu v zime a jednu na jar. Tento krát akcia prebiehala počas mája, mesiaca lásky, od 12. do 14. mája. Tento rok sme trochu upravili aj bodovací systém a úplnou zmenou bola výhra pre triedu, ktorá obsadila 1. miesto. Vybraná porota z našej redakcie počas všetkých troch dní obiehala v priebehu prestávok triedy po celej škole a počítala ľudí, ktorí splnili podmienku súťaže. Teda mať outfit zladený čo najviac do určenej farby dňa. Trieda s najväčším počtom žiakov oblečených v určenej farbe postúpila do losovania o víťaza celej akcie. A čo bola výhra? Boli to pestré raňajky od našej redakcie priamo do lavíc výhernej triedy.

Pokoj v pozadí

V utorok sme začali bielou farbou, ktorá v našom logu pokrýva celé pozadie. Dáva priestor druhým prvkom v našom logu jasne vyniknúť, a aj preto má svoju dôležitosť. Ako to už v živote, aj na našej škole počas hodín účtovníctva býva, všetko musí balansovať. A tak aj my sme vybalansovali začiatok našej akcie s tou snád najľahšou farbou na zladenie. Spolu sa do bielej farby kompletne zladilo 125 žiakov našej školy, pričom IV.A tomuto počtu dopomohla najviac.



Nicole a Iveta z II. A



Viki, Támara a Simona z I. C



Tímo, Damián a Marián z I. B



III.E v červenej farbe



Červená pre okamžitú reakciu

Následne v stredu sme sa vyskúšali zladit' do červenej, ktorá vykresľuje písmeno A v našom logu. Práve táto jasná farba sa využíva na okamžité zaujatie pozornosti. Či už je to výstraha pred nebezpečenstvom alebo reklama na najnovšiu akciu v obchode. V našom logu akoby kričí: „Pozor, akadémia! Miesto plné energie a akčných ľudí.“ Najviac oblečených žiakov do tejto farby bolo v triedach III.A a IV.A. Mnohí žiaci z iných tried taktiež prispeli zaujímavými kombináciami oblečenia.

Keď žiari farba aj jej význam

Na posledný deň akcie nám zostala už len modrá farba. Ako sa často hovorí, to najlepšie nakoniec. Modrá farba v našom logu doslova žiari a významovo má najsilnejšie prepojenie. Symbolizuje totižto stabilitu, inteligenciu a dôveryhodnosť, ktoré sú vo všetkých ekonomických odboroch na našej škole veľmi dôležitými kvalitami. V tento deň sa do modrej oblieklo 111 žiakov našej školy a trieda IV.A opäť dominovala s počtom 21 žiakov zladených do modra.



Nina, Sofia a Soňa z I. C

Redakčný tím zladený do modra





A máme víťazov

Vyhodnotenie súťaže bolo napokon celkom jednoduché. Na 1. mieste sa umiestnila bilingválna trieda IV.A, ktorá jednoznačne dominovala v tematickom obliekaní počas celých troch dní. Na 2. mieste skončila trieda III.A, ktorá sa im počas akcie držala tesne za päťami a na treťom mieste sa umiestnila taktiež veľmi akčná trieda II.E.

Štvrtáci si vychutnali raňajky v piatok, 15. mája, v ich triede, kde to naozaj chutne rozvonievalo. Na prípravu raňajok sa podieľali viacerí členovia redakcie, ktorí sa na krátkom stretnutí dohodli na tom, kto čo donesie. Nasýtiť sa mohli toastami, pečivom, zeleninou, koláčikmi, ale aj krehkými sušienkami, či slanými pochúťkami. Samozrejme nesmeli chýbať dôležité tekutiny, a tak sa na raňajky priniesla aj voda a džús.

Všetkým žiakom aj pedagógom, ktorí sa obliekali do farieb loga našej školy ďakujeme za účasť!



Vítazné raňajky v IV.A





Boj o život...

Autor: Marika Kurucová II. A
Dizajn: Ema Kubínová, III. A

***P**očas 13.-14. mája sa žiaci našej školy zúčastnili na cvičnej expedícii z DoFE - The Duke of Edinburgh's International Award. Po skončení všetkých aktivít nás už čakalo len jeho ukončenie. Predtým sme si to však museli ešte nacvičiť.*

Príprava v plnom prúde už od začiatku

Našej expedícii predchádzalo mnoho výcvikov v ohľade záchranu života, stavania stanu či dokonca, ako si správne zbaliť batoh. Rozdelenie úloh v rámci tímov, naplánovanie našej cesty a nákup všetkých potrebných vecí vrátane potravín sme taktiež zvládli a už nám len stačilo vyraziť do terénu. Boli sme rozdelení na štyri tímy, tri bronzové a jeden strieborný.



Dofáci na štarte

Hoci každý tím vychádzal z iného miesta, cieľ cesty bol spoločný. Všetci sme sa mali dostať na vrch Baske v Strážovských vrchoch. My sme spolu so strieborným tímom, ktorý išiel o niekoľko desiatok minút pred nami, a pod dozorom pani Jašurkovej a pána Mikoláška vyrážali z Dolnej Poruby okolo 11:00. Už na začiatku nás veľmi potešil fakt, že naša cesta je najdlhšia, ale zároveň najkrajšia, ak sa nám samozrejme podarí vychytať dobré počasie.

Nekonečná cesta cez zákutia Strážovských vrchov

Prvé kroky našej cesty smerovali na lyžiarske stredisko Homôlka. Cesta bola príjemná a sľubovaná scenéria bola ešte krajšia, hoci prvé kopce otestovali naše sily. No zvládli sme to a okolo 13:00 sme už mali obednú pauzu na Homôlke. Na naše šťastie nám vyšlo počasie a v príjemných teplotách, bez ostrého slnka či dažďu, sme celý čas kráčali s úsmevom na tvári. Teda pokiaľ sme neodráťovali minúty či dokonca sekundy na koniec ďalšieho kopca.

A sme v cieľi

Na Baske sa ako prvý dostal tím pod velením profesora Margoča, ktorý vyrážal z Petrovej Lehoty. Ďalším na rade bol strieborný tím, ktorým sa do nášho príchodu o 16:00, o polhodinu neskôr, podarilo rozložiť veci a poskladať stany. Ako posledný sa na dané miesto dostal tím z Trenčianskych Teplíc s pani Nitrianskou. Keď sa nám všetkým podarilo rozložiť stany a prezliecť sa, bol čas na varenie večere na plynových varičoch. Väčšina z nás išla na istotu a do batoha si zbalila cestoviny, ktoré si neskôr pripravili s omáčkou alebo dokonca s grankom. Nechýbali však ani zalievané instantné polievky.



Večerný oddych pri ohni

Po zaslúženej večeri a umytom riade sme sa pobrali do lesa nájsť drevo na spoločnú vatru, pokiaľ bolo ešte svetlo. Všetci sme sa pochtivo zapájali, no už počas hľadania teplota začala klesať a mnohí z nás už postupne začali vrstviť svoje oblečenie. Keď sa nám podarilo nanosiť dostatočné množstvo dreva prišlo na rad už len jeho zapálenie, ktoré sme spoločnými silami zvládli bez problémov. Potom sme si už len posadali okolo ohňa a rozprávali si zážitky zo svojej cesty. Neskôr sme si dokonca aj opiekli špekáčky, no teplota stále viac a viac klesala a od ohňa sa nikto z nás ani len nepohol.

Nočné mrznutie v stanoch

Neskôr v noci sme sa vyhriatí od ohňa pobrali do svojich stanov, niektorí už oblečení do všetkých vrstiev, ktoré so sebou mali. V stane zakrytí až po uši sme sa v tej zime už len snažili, čo najrýchlejšie zaspáť. Ráno o 8:00 sme sa zobudili do slabého dažďa, vďaka ktorému nám zmokli stany. Po nie najlepšom spánku plného zimy sme si už len uvarili rýchle raňajky, pobalili veci a vychystali sa na zostup dole do obce Omšenie. Cestou na dol nás veľmi boleli nohy, trpeli najmä naše kolená, ale aj chrbáty z ťažkých batohov. Pre niektorých z nás to bola najdlhšia turistika nášho života, ale stála za to.

A čo nám dala expedícia?

Na ceste späť sme sa avšak rýchlo zahriali. Celý čas sme len klesali na síce kratšej ceste ako predchádzajúci deň, ale za to omnoho strmšej. Okolo 11:00. sme už boli na zástavke a hoci sa niektorým z nás podarilo vyjsť v inej časti obce, všetci sme sa v poriadku dostali domov. Aj keď bola expedícia pre mnohých z nás náročná, všetci sme sa naučili a vyskúšali niečo nové. Niektorí si dokonca siahli na hranicu svojich síl. Napriek všetkým neprijemnostiam sa nám však podarilo cvičnú expedíciu úspešne dokončiť. Vďaka novým skúsenostiam sme teraz na kvalifikačnú expedíciu oveľa lepšie pripravení a zároveň sa na ňu ešte viac tešíme.

Dofáči na hrade Beckov



Zostanú pekné spomienky

Autor: Griačová Kristína, V. A

Dizajn: Ema Kubínová, III. A

*T*eší nás, že sme mohli päť rokov rásť v kruhu týchto ľudí. Každého z nás toto obdobie nejako poznačilo – presne tak, ako malo. Spoločne sme zažili množstvo chvíľ, na ktoré budeme ešte dlho spomínať, či už to boli obyčajné dni v laviciach, spoločné výlety, smiech cez prestávky alebo náročné momenty, ktoré nás naučili držať spolu. Za tých päť rokov sme sa nenaučili len učivo, ale aj veľa o sebe, o priateľstvách a o tom, aké dôležité je mať okolo seba správnych ľudí. Každý človek v tejto triede zanechal svoju stopu a vytvoril atmosféru, na ktorú sa nebude ľahko zabúdať. Veľké podakovanie patrí aj našim učiteľom za ich trpezlivosť, podporu a všetko, čo nám odovzdali. Dnes sa preto lúčime s vďačnosťou a množstvom spomienok. Aj keď sa naše cesty rozídu, čas strávený spolu zostane navždy súčasťou nás.



Lúčime sa IV. B

Autor: Aneta Baňárová IV. B
Dizajn: Tereza Vícenová IV. A

„Každý začiatok má svoj koniec a ten náš práve prichádza.“

Zdá sa neuveriteľné, ako rýchlo čas plynie. Nedávno sme stáli pred bránou školy ako neistí prváci, plní očakávaní, otázok a obáv z toho, čo nám stredoškolský život prinesie. Dnes tu stojíme znova – no tentokrát ako maturanti, pripravení zatvoriť jednu významnú kapitolu nášho života.

Štyri roky na našej „obchodke“, neboli len o učení sa, písomkách a známках. Boli najmä o ľuďoch, zážitkoch a momentoch, ktoré sú nenahraditeľné. Boli to prvé dni, kedy sme sa zoznamovali a hľadali si k sebe cestu, chvíle, keď sme sa učili nielen účtovníctvo, ale aj trpezlivosť, zodpovednosť a spoluprácu.

Boli dni, keď sme boli akože chorí, keď nás stresovali testy, no zároveň dni plné smiechu, improvizácie a neočakávaných momentov, ktoré robili tento školský život výnimočným. Každá exkurzia, spoločná akcia, či len obyčajná prestávka mala svoje čaro. Okrem toho prišiel aj ten veľký moment – stužková, na ktorú sme sa tak veľmi tešili, dlho pripravovali, a ktorá sa navždy zapísala do našich spomienok.

Osobitné poďakovanie patrí našim učiteľom. Za ich trpezlivosť, ochotu a snahu naučiť nás niečo aj napriek našim výrazom v tvárach. Nie vždy to bolo jednoduché. Ani pre nich, ani pre nás, no dnes vieme, že každá rada a každé slovo mali svoj význam.

Poďakujme aj sebe navzájom. Spolužiakom, ktorí sa stali viac než len ľuďmi seditými v jednej triede. Boli sme si navzájom oporou v ťažkých chvíľach, smiali sme sa spolu aj vtedy, keď na to nebol dôvod a vytvorili sme si priateľstvá, ktoré, veríme, pretrvávajú aj mimo školských lavíc.

Dnes sa naše cesty začínajú rozchádzať. Každý z nás má pred sebou inú budúcnosť – niektorí pôjdu ďalej študovať, iní vstúpia do života každodenných pracovných povinností. Nech už nás ale čaká čokoľvek, všetci si so sebou odnášame niečo spoločné, a tým sú spomienky na štyri roky, ktoré nás formovali byť lepšími ľuďmi.

Lúčenie nikdy nie je jednoduché, no neznamená koniec. Je to tichý prechod, krok vpred a začiatok niečoho nového. Možno sa naše cesty opäť stretnú a možno nie, ale to, čo sme prežili už nám nikto nevezme, preto nehovoríme definitívne zbyhom.

Lúčime sa – dovidenia. S vďakou, úsmevom a nádejou, že všetko, čo je pred nami, bude stáť za to.

Lúčime sa so školou, no nie s ľuďmi, ani spomienkami.



Smiech cez slzy

Autor: Karolína Špačková, IV. C

Dizajn: Sofia Pindáková, IV. A

Stredná škola pre nás nebola len o známkach, písomkách a maturite. Bola hlavne o ľuďoch, ktorých sme stretli, o chvíľach, na ktoré sa nezabúda, a o tom, ako sme sa za tie roky všetci zmenili. Naučili sme sa fungovať aj v časoch, keď sa nám nechcelo vstávať na prvú hodinu, zvládať stres, termíny a občas aj sami seba. Popri tom všetkom sme si však vytvorili spomienky, ktoré si budeme niešť ďalej.



Boli dni, keď sme sa smiali na úplných hlúpostiach, aj dni, keď sme mali pocit, že to nikdy nezvládneme. No práve tie chvíle nás naučili, že nie všetko musí byť dokonalé, aby to malo hodnotu. Stredná nám ukázala, že dôležité nie sú len výsledky, ale aj cesta k nim a ľudia, ktorí pri nej stoja vedľa nás.



„Niektoré kapitoly života sa nedajú vrátiť späť, preto ich treba prežiť naplno.“



Pre ďalšie generácie máme asi len jednoduchý odkaz – neberte tieto roky ako samozrejmosť. Užite si prestávky, školské výlety, spoločné smiechy aj chaos pred skúšaním.

O pár rokov vám totiž nebudú najviac chýbať známky, ale práve tie obyčajné momenty, ktoré dnes možno ani nevyzerajú výnimočne.

A aj keď každý z nás pôjde ďalej vlastnou cestou, čas strávený tu zostane navždy súčasťou nás.



Elita odchádza

Autor: Nikolas Šedivý, IV. D
Dizajn: Tereza Vicenová, IV. A

Všetko pekné sa raz musí skončiť. Inak to nie je ani v prípade našej púte Obchodnou akadémiou. Keď sme si v septembri 2022 prvýkrát sadli do stredoškolských lavíc, nikto z nás netušil, že si nájde spriaznené duše a kamarátov na celý život. Teraz už ako pomerne zohratý kolektív môžeme vykročiť smerom k záverečnej časti skúšok dospelosti.



Naše prvé týždne na „Obchodke“ rozhodne neboli prechádzkou ružovým sadom, no našťastie sme sa dokázali rýchlo adaptovať aj vďaka skvelým pedagógom. Menovite by sme radi spomenuli nášho triedneho pána Žišku, ktorý ochotne riešil každý náš problém s úsmevom na tvári.

Po prvom ročníku však prišlo vynútené striedanie na poste triedneho učiteľa „dėčkarov“, keď pána profesora vystriedala pani profesorka Potočková. Jej dynamické tempo na hodinách účtovníctva nesadlo hneď každému a tým, ktorým to myslelo o niečo poľahšie, to rozhodne nehralo do karát.

Napriek tomu nás naučila množstvo nových vedomostí, vďaka ktorým dnes vieme účtovať, počítať mzdy či dokonca, ako sa správne obliecť do divadla.

Našu cestu sprevádzali aj pohľady na rozkopaný dvor, káble po stenách či neustály prach v dôsledku rekonštrukčných prác. Musíme však uznať, že dnešný vzhľad budovy školy je neporovnateľne lepší ako pred štyrmi rokmi. Nie nadarmo sa hovorí, že na dobré sa čaká.

Dnes sa s vami všetkými lúčime, zatvárame túto kapitolu života a otvárame novú. Niektorí na vysokej škole, iní možno v Nemecku na stavbe a najodvážnejší veľkolepým návratom sem v septembri (pevne veríme, že tento scenár sa nikomu nepodari). Navždy však v nás zostanú krásne spomienky na imatrikulácie (ktoré sme mimochodom vyhrali), vianočný turnaj tried (ktorý sme tiež vyhrali), ples či výlet do Francúzska.

Neplačte – elita odchádza!

Epstein a jeho spisy

Autor: Sofia Rybanská, II. E
Dizajn: Tereza Vicenová, IV. A

Mnohí z nás pravdepodobne zachytili meno Jeffrey Epstein alebo nejaké mysteriózne „Epstein files“. Poriadne však ani nevieme, kto to je alebo čo vlastne spravil, aby teraz o ňom rozprával celý svet. Tak kto to teda je a čo sú tie „Epstein files“?

Jeffrey Epstein a jeho zvrátený život

Jeffrey Edward Epstein bol americký miliónár, ktorý bol obvinený zo sexuálneho zneužívania neplnoletých dievčat na jeho sexuálne uspokojovanie. Svoju profesionálnu kariéru začal ako učiteľ bez žiadneho vysokoškolského titulu na škole Dalton school, na ktorej učil matematiku a fyziku. Po jeho prepustení z práce v roku 1976, údajne kvôli „zlému výkonu“, sa začal venovať bankovníctvu a financiám. Pracoval vo firme Bear Stearns na rôznych pracovných pozíciách a následne si založil svoju vlastnú firmu. Epstein získal veľkú časť svojho majetku poskytovaním daňových a dedičských služieb miliardárom, z ktorých si vytváral elitný kruh. Získaval maloleté dievčatá a mladé ženy, ktoré on a údajne aj jeho spolupracovníci sexuálne zneužívali. Polícia Palm Beach na Floride začala vyšetrovať Jeffreyho Epsteina po tom, čo ho nevlastná matka jedného 14 ročného dievčaťa nahlásila za sexuálne zneužitie. Federálni úradníci zistili to, že zneužitých dievčat Epsteinom bolo viac ako sto, ale on tvrdil, že si myslel, že všetky dievčatá mali viac ako 18 rokov. V roku 2008 sa priznal ku zvädzaniu jedného dospelávajúceho dievčaťa na prostitúciu a bol odsúdený štátnym súdom na Floride na 18 mesiacov, z ktorých si odpýkal iba 13 mesiacov. V roku 2019 bol Epstein znova zatknutý federálnymi pracovníkmi a obvinený zo sexuálneho obchodovania s maloletými osobami. Epstein zomrel v auguste 2019 vo väzenskej cele, keď čakal na súdny proces. Údajne sa obesil a jeho smrť bola oficiálne označená za samovraždu. Jeho smrť mala na verejnosť silný dopad ako napríklad: obe stratili možnosť vidieť jeho súdny proces a nedostali svoju pomstu alebo kritiku voči väzenskému systému za slabé strázenie väzňov. Jeffrey sa dostával k dievčatám s pomocou jeho bývalej partnerky Ghislaine Maxwell.

Epsteinová verná spoločníčka

Ghislaine Noelle Marion Maxwell je britská spoločenská prominentka, ktorá sa dlhodobo pohybovala v kruhoch celebrit, vplyvných osobností a politikov. Bola známa svojim spoločenským postavením, rozsiahlymi kontaktmi a účasťou na exkluzívnych podujatiach. Širšej verejnosti sa však dostala do povedomia najmä v súvislosti so svojim vzťahom a spolupracou s Jeffrey Edwardom Epsteinom, s ktorým bola prepojená romanticky aj profesionálne. Po skončení ich partnerského vzťahu zostali naďalej v kontakte a Maxwell pre Epsteina pokračovala v práci. Organizovala mu program, sprostredkovávala kontakty s vplyvnými ľuďmi a podieľala sa aj na správe jeho nehnuteľností. V roku 2021 bola uznaná vinnou zo spolupáchateľstva pri sexuálnom zneužívaní neplnoletých dievčat a zohrala kľúčovú úlohu v Epsteinovej sieti. Následne bola odsúdená na 20 rokov väzenia. Jej meno sa v Epsteinových spisoch objavilo niekoľkokrát, čo poukazuje na jej významné postavenie v celom prípade.

Dokumenty, ktoré otriasli svetom

Epsteinové spisy nazývané aj ako „Epstein files“ je zhrnutie viac ako 6 miliónov strán dokumentov, obrázkov a videí, ktoré ukazujú kriminálne činnosti Jeffreyho Epsteina. Spisy ukazujú mená niekoľkých verejných osôb, politikov a celebrit, ktoré mali s Epsteinom v minulosti niečo spoločné. Dňa 30. 1. 2026 boli niektoré dokumenty z tohto spisu zverejnené a schválené prezidentom spojených štátov amerických Donaldom Trumpom. Tieto dokumenty zahŕňali 3 milióny strán, 180 000 fotografií a 2000 videí. Ako *Epsteinov zoznam* sa označuje údajný dokument, ktorý sa nachádza v spisoch, ktorý obsahuje mená vysoko postavených klientov, ktorým Epstein predával mladé dievčatá.

Keď sa dôvera stala manipuláciou

Jednou z praktík, ktoré sa v prípade objavili, bolo oslovovanie mladých dievčat pod zámienkou nevinnnej práce.



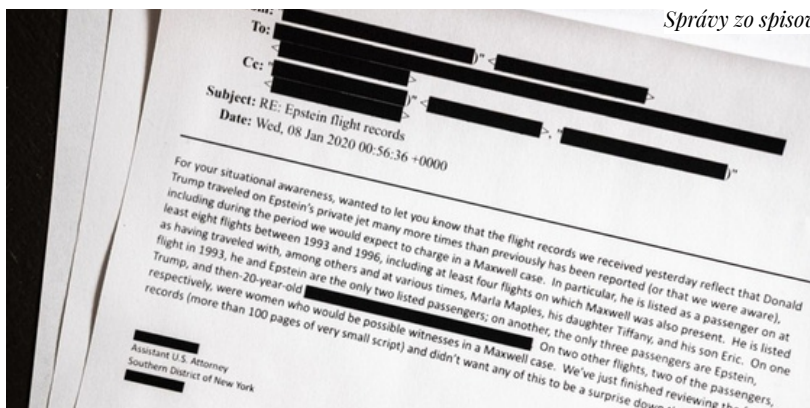
Epstein s maloletými dievčatami



Ostrov Little Saint James



Správy zo spisov



S Donaldom Trumpom a partnerkami



Ghislaine Maxwell ich kontaktovala s ponukou zárobku – napríklad 300 dolárov za masáž. Pre mnohé z nich to znelo ako jednoduchá a neškodná príležitosť, a preto súhlasili. Tieto „masáže“ sa odohrávali v rezidenciách Jeffrey Edwarda Epsteina, napríklad v Palm Beach. Pred ich začiatkom Maxwell dievčatám ukazovala, ako pripraviť masážny stôl a rozložiť uteráky, pričom im zároveň naznačovala, aby sa vyzliekli. Ak si niektoré z nich nechali spodnú bielizeň, presviedčala ich, že za jej odloženie dostanú ďalšiu finančnú odmenu. Po príprave Maxwell miestnosť opustila a krátko nato vstúpil Epstein. Podľa výpovedí obetí sa po skončení stretnutia Maxwell snažila dievčatá motivovať, aby privedli ďalšie, ešte mladšie dievčatá, za čo im sľubovala ďalšie peniaze. Týmto spôsobom sa celý mechanizmus opakovane rozširoval a udržiaval.

Čo nájdete v spisoch

Prezident Donald Trump je najviac spomínaná osoba v týchto dokumentoch. V niektorých prípadoch je spomenutý napríklad takto: pred približne 35 rokmi v New Jersey neidentifikovanú kamarátku prinútili vykonávať orálny sex s prezidentom Trumpom. Kamarátka povedala, že v čase, keď sa to stalo, mala približne 13 alebo 14 rokov. Kamarátka údajne pohrýzla prezidenta Trumpa počas orálneho sexu. Údajne dostala druhú kamarátku úder do tváre potom, čo sa zasmiala na tom, že pohrýzla prezidenta Trumpa. Taktiež povedala, že bola zneužitá Jeffrey Epsteinom.

Sťažovateľka sa obrátila na dôstojníka newyorskej polície, v ktorom tvrdila, že bola nútená vykonávať sexuálne akty, keď mala 13 rokov a bola tehotná v roku 1984. Sťažovateľka tiež uviedla, že do jej obchodovania s ľuďmi na sexuálne účely a do vraždy jej novorodenej dcéry boli zapojené významné osoby. Taktiež uviedla, že Donald Trump sa pravidelne podieľal na platení peňazí, aby ju prinútil vykonávať s ním sexuálne akty, a tvrdila, že Trump bol prítomný, keď jej strýko zavraždil jej novorodené dieťa. Takýchto podobných incidentov je oveľa viac.

Z dotazníku, ktorý sme zaslali študentom vyplýva, že zo 145 respondentov až 89% pozná Epsteinove spisy a vie, o čo ide. Pri hodnotení trestu pre Ghislaine Maxwell si najväčšia časť, 74,5% opýtaných myslí, že 20 rokov väzenia je nízky trest vzhľadom na závažnosť prípadu. 89,7% respondentov tiež zastáva názor, že informácie o Donaldovi Trumpovi boli natolko závažné, že mali byť predmetom ďalšieho vyšetrovania.

EU – Mercosur deal:

Dobrá príležitosť alebo Európska vlastizrada?

Autor: Adam Mandinec, IV. A
Dizajn: Sofia Pindáková, IV. A

Mercosur, založený v roku 1991, Južný spoločný trh, (Mercado Común del Sur v španielčine), alebo Mercosur je regionálny integračný proces medzi najväčšími krajinami Južnej Ameriky. Jeho zakladajúcimi členmi sú Argentína, Brazília, Paraguaj a Uruguaj, ku ktorým sa pridali Venezuela a Bolívia. Hlavným cieľom Mercosuru je vytvoriť spoločný trh s minimálnymi obchodnými bariérami medzi krajinami Južnej Ameriky. Tento cieľ dosahuje pomocou viacerých obchodných dohôd čo kombinovane robí z Mercosuru piatu najväčšiu ekonomiku na svete.

Idea spolupráce

Počiatky tejto obchodnej zmluvy siahajú do konca 20. storočia. V roku 1995 prezident Bill Clinton a jeho administratíva navrhli dohodu o voľnom obchode medzi všetkými štátmi západnej hemisféry (Severnej a Južnej Ameriky). Tento návrh vystrašil krajiny Južnej Ameriky, ktoré mali dlhodobé obchodné záväzky s Európou a obávali sa amerického imperializmu.

V dôsledku týchto obáv začali viaceré krajiny Južnej Ameriky a Európy rokovať o rôznych formách obchodnej spolupráce a zmluvách, ktoré by prispeli k zblížovaniu týchto svetadielov. Oficiálne obchodné rokovania medzi Mercosur a Európou sa začali v júli 1999 v Buenos Aires.

Pokrok po novom roku

Po mnohých rokoch vyjednávania v priebehu 21. storočia bola 17. januára 2026 predstaviteľmi Európskej únie a Mercosuru podpísaná partnerská zmluva (EMPA) a dočasná obchodná dohoda (ITA), ktoré naznačujú veľký pokrok medzi oboma regiónmi v rámci posilňovania spoločného obchodu a diplomatických vzťahov.

Problémy v parlamente

Po tom, čo 17. januára predstavitelia Európskej komisie podpísali túto zmluvu, sa tento návrh presunul do Európskeho parlamentu, kde sa malo hlasovať o jeho prijatí. Avšak ešte predtým, ako sa tak stalo, krajne ľavicové strany ako „The Left“ alebo

„European Free Alliance“ spolu s krajne pravicovými stranami ako „Europe of Sovereign Nations“ a „Patriots“ hlasovali za návrh vyžadujúci právnu kontrolu tejto zmluvy Európskym súdnym dvorom. Proces právnej kontroly môže trvať až dva roky, čo znamená, že obchodná zmluva medzi EÚ a Mercosurom by bola na toto obdobie zdržaná.

Pri hlasovaní 21. januára návrh zdržať túto obchodnú zmluvu prešiel s 334 hlasmi za, 324 proti a 11 poslancov sa zdržalo hlasovania. Strana „The Left“ neskôr označila toto hlasovanie za triumf pre demokraciu a agrikultúrny sektor Európy. Tento prístup k obchodnej zmluve vyvoláva najmä kontroverzná dohoda o znížení taríf na dovážané agrikultúrne produkty, ako napríklad bravčové alebo kuracie mäso, čo by mohlo ublížiť európskym farmárom, ktorí by nemohli konkurovať lacnému mäsu dovezenému zo zahraničia.

Ekonomické benefity

Táto dohoda vytvorí jednu z najväčších obchodných zón, ktorá dovoľí spoločnostiam aj jednotlivcom jednoduchší obchod a menšie byrokratické prekážky. Vytvorenie obchodnej zóny s viac ako 700 miliónmi ľudí bude mať garantovaný pozitívny vplyv na ekonomiky oboch strán. Odstránenie taríf a zjednotenie obchodu spôsobí predpokladaný rast európskych exportov v oblastiach, ako sú automobily alebo pokročilé technológie, do Južnej Ameriky o 39 %, čo predstavuje približne 50 miliárd eur a vytvorí desiatky tisíc nových pracovných miest v celej Európskej únii.



Kontroverzia s farmármi

Aj keď je táto obchodná zmluva všeobecne považovaná za dôležitú pre európsku autonómiu pri dlhodobej snahe zbaviť sa závislosti od USA, priniesla by väčší trh, kde by európske firmy mohli exportovať svoje produkty, a taktiež lacnejšie alternatívy iných produktov pre európskych spotrebiteľov. Avšak vyskytujú sa tu aj viaceré problémy, ktoré spôsobujú rôzne kontroverzie. Bodom, ktorý vyvoláva najviac rozporov, sú určité kvóty. Tieto kvóty sa týkajú maximálneho množstva rôznych poľnohospodárskych výrobkov, čo by malo garantovať, že európski farmári nebudú vytlačení z trhu veľkým množstvom lacných juhoamerických potravín.

Podľa strany „The Left“ sú tieto kvóty nedostatočné na ochranu európskych farmárov. Prezident strany Walter Brier taktiež poukázal na medzeru v európskych reguláciách, ktoré kontroľujú použitie zakázaných pesticídov až pri dovoze produktu. To znamená, že juhoamerické firmy môžu použiť pesticídy zakázané v EÚ, ale ak sa zbavia pozostatkov týchto pesticídov, dané produkty môžu byť neskôr exportované na európske trhy. Tento problém pohoršuje najmä Európsku stranu zelených, ktorá argumentuje, že používanie zakázaných pesticídov škodlivých pre životné prostredie dáva juhoamerickým farmám výhodu oproti európskym farmám, kde takéto produkty nie sú povolené.

Čo ďalej?

Po hlasovaní v Európskom parlamente 21. januára bola táto obchodná zmluva presunutá do Európskeho súdneho dvora, kde bude čakať na preverenie. Tento vývoj udalosti považujú mnohé európske strany za sabotáž zmluvy prospešnej pre Európu a znevýhodňovanie európskych spoločností vo veľmi geopoliticky nejasnej dobe. Avšak stále existuje veľká časť populácie, ktorá verí, že po týchto dvoch rokoch bude obchodná zmluva s Mercosur konečne prijatá a prinesie rast európskych spoločností a priemyselného sektora, ktorý je teraz pre Európu veľmi potrebný.

Do dôchodku s rukou hore

Autor: Maxim Maťovčík, II. A

Dizajn a foto: Sofia Pindáková, IV. A

S aktuálnym stavom slovenskej politiky a slovenskej ekonomiky sa musíme aj my mladí, opýtať "Bude môj dôchodok taký istý ako majú dôchodcovia dnes?" Je všeobecne známe, že Slovensko už dlhšiu dobu starne – je menšia a menšia pôrodnosť, mladí odchádzajú do zahraničia a pracovná sila na Slovensku sa znižuje. Zostávajú dôchodcovia, ktorí samozrejme nepracujú a neodvádzajú žiadne dávky. Toto vytvára tlak na zdravotníctvo, sociálne služby a hlavne dôchodky. Lenže čím je menej mladých ľudí na Slovensku a viac dôchodcov, tým menšia je pracovná sila čiže menší príjem z daní pre štát, čo v konečnom dôsledku vedie k menej peniazom, ktoré môžu byť investované napríklad do zdravotníctva, školstva alebo do spomínaných sociálnych služieb a dôchodkov.

Na Slovensku existujú 3 dôchodkové piliere. Prvý funguje ako "Spoločná kasa". Pracovná sila platí odvody, aby štát mal na vyplácanie dôchodkov súčasným dôchodcom. Druhý pilier funguje viac osobne. Časť z odvodov ide na osobné účty jedincov, kde sú následne peniaze investované do rôznych investičných fondov, ktoré rastú alebo klesajú podľa trhu. Tretí a posledný pilier súvisí s dobrovoľným sporením. Ľudia si môžu odkladať peniaze dobrovoľne na svoje dôchodky a väčšinou času prispieja aj zamestnávateľ. Tieto peniaze sú často taktiež investované do rôznych investičných fondov. Existuje aj štvrtý neoficiálny

pilier, ktorý už je čisto osobný. Patria do neho tí, ktorí investujú do spomínaných investičných fondov alebo nehnuteľností, alebo taktiež tí, ktorí majú nejaký pasívny príjem alebo dokonca ešte vládu riadiť podnik.

Najlepšie spôsoby ako si budovať vlastný dôchodok

Jeden z najpopulárnejších, najznámejších a najefektívnejších spôsobov, ako si zaistiť stabilnú budúcnosť a aj dôchodok, je investovanie. Investovať sa dá do nehnuteľností, drahých kovov, ale najviac sa odporúča investovať do akcií, viacej špecificky do akciových fondov. Akciové fondy sú ako "košík" viacerých akcií skombinovaného do jedného miesta. Výhoda akciových fondov ako napríklad najznámejší akciový fond S&P 500 je, že poskytujú oveľa menšie riziko ako napríklad jediná akcia a zároveň poskytujú veľmi dobrý výnos. Priemerne, akciový fond S&P 500 dosiahne ročný rast o 10%, ale keď započítame infláciu, tak to vyjde na približne 7% ročne. To znamená, že ak by ste investovali 120 až 130 eur mesačne od momentu čo dosiahnete vek 18, tak keď dovŕšite 60 rokov, budete mať 1 milión na vašom investičnom účte, ale keby ste sa rozhodli začať čo i len o 10 rokov neskôr a už by ste museli investovať 220 až 250 eur mesačne, aby ste dosiahli hranicu jedného milióna.



Zdroj: Užitočná Pravda

Obchádzajte tieto chyby mýlovými krokmi

Najčastejšie a najhoršie chyby, ktoré sa môžu stať je, že niekto bude iba sporiť peniaze bez investovania a že sa bude spoliehať iba na štát.

Pokiaľ človek iba spori a neinvestuje, tak prichádza o niečo, čo sám Albert Einstein nazval ôsmym divom sveta a to sú úroky z úrokov.

Čím dlhšie niekto investuje, tým sa úroky viacej a viacej hromadia, čiže nastáva fenomén, ktorý sa volá efekt snehovej gule. To znamená, že čím dlhšie ide čas, tým investícia čoraz rýchlejšie rastie, kvôli úrokom, ktoré zúčujú predošlé úroky. Další problém je sa spoliehať na štát. Pokiaľ populácia Slovenska bude naďalej starnúť a mladá populácia bude odchádzať, tak tým bude väčší tlak na zdravotníctvo, sociálne služby a dôchodky, menšie daňové príjmy od pracovnej populácie, čiže menej peňazí na tieto služby a všeobecne na všetko. Aj kvôli týmto dôvodom je najlepšia cesta spoliehať sa sám na seba.

Další problém je sa spoliehať na štát. Pokiaľ populácia Slovenska bude naďalej starnúť a mladá populácia bude odchádzať, tak tým bude väčší tlak na zdravotníctvo, sociálne služby a dôchodky, menšie daňové príjmy od pracovnej populácie, čiže menej peňazí na tieto služby a všeobecne na všetko. Takže kvôli týmto dôvodom je najlepšia cesta spoliehať sa sám na seba.



Ako sme začali deň európskej kultúry

Autor: Soňa V. Bešinová, I. C

Dizajn: Kristína Dušičková, III. B

Deň začal ako každý iný, len s menším rozdielom. Bol otvárací deň Európskeho hlavného mesta kultúry Trenčín 2026. Vďaka tomu sme mali skrátené vyučovanie a pozerali sme film. Na výber boli tieto: Alenka a zázrak z cudzej krajiny, Panebože a Veľké finále PSO. Po škole nasledoval program pripravený mestom. Bol vytvorený tak, aby vyhovoval každej vekovej kategórii.

Prvý film: Alenka a zázrak z cudzej krajiny

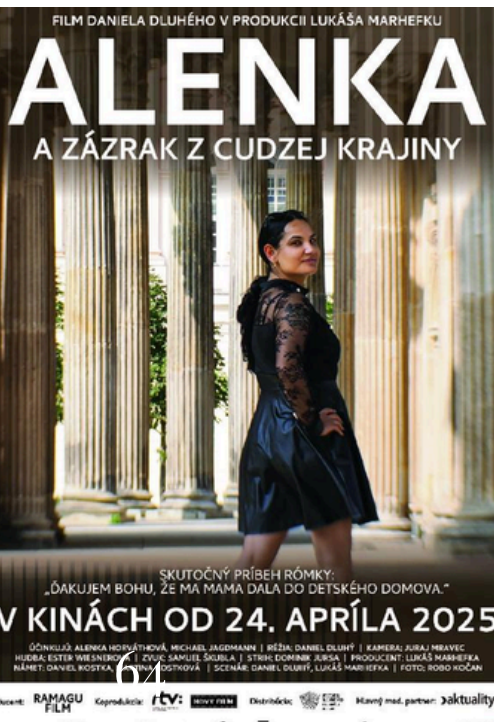
Prvý film s názvom Alenka a zázrak z cudzej krajiny je dokumentárny film, ktorý bol inšpirovaný realitou. Sleduje životný príbeh mladej Rómky Alenky, ktorá sa nevzdala a dokázala vzdorovať osudu napriek chudobe, v ktorej žila a sociálnemu vylúčeniu, ktoré zažívala dennodenne. Jej cesta viedla cez detský domov, útulky, špeciálne školstvo a azylové domy až k snahe o stabilný život, čo sa jej nakoniec podarilo v Nemecku. Príbeh filmu naznačuje, že kľúčom k zmene môže byť aj pevný bod v živote, akým bol pre Alenku dobrovoľník Michael, ktorý ju podporoval v kritických okamihoch. Film sa najviac sústreďuje na dlhodobý, nevyrovnaný boj s okolnosťami, ktorým sa hlavná postava nemohla vyhnúť.

Druhý film: Panebože

Dej filmu Panebože opisoval život 18-ročného problémového tínedžera Totona, ktorý viedol bezstarostný, ale problematický život plný pitia a tanca. Svoj voľný čas strávil poľakovaním so svojou skupinou kamarátov bez väčších starostí. Avšak po nečakanej smrti otca sa musel postaviť na vlastné nohy, prebrať zodpovednosť a postarať sa o svoju mladšiu 7-ročnú sestru a rodinnú farmu. Hlavná idea filmu sa týkala nežiadaneho prechodu do dospelosti, rozdiel medzi slobodou a povinnosťou. Film poukazuje na to, že dospievanie nie je pre každého rovnaký proces. Niektorí na to mali menej času než ostatní.

Tretí film: Veľké finále PSO

Veľké finále PSO na záver predstavovalo ďalší dokumentárny film, ktorý zhrnul tri roky fungovania amatérskeho mládežníckeho symfonického orchestra Police Symphony Orchestra. Nezameriaval sa len na úspechy a verejné vystúpenia, ale aj na každodennú namáhavú prácu, konflikty i pochybnosti, ale hlavne odhodlanie ísť si za svojimi snami. Tento film najlepšie vystihuje táto veta: *Úspech je proces, nie jednorazový moment.* Dáva dôraz, že nemôžeme očakávať všetko naraz a najlepšie veci trvajú dlhší čas.





Program mimo školy

Po škole sme mali možnosť zúčastniť sa programu pripraveného mestom. Každý si mohol nájsť niečo pre seba – možnosti boli takmer nekonečné. Koncerty, divadelné a tanečné predstavenia, výstavy, umelecké inštalácie, literárne a diskusné podujatia či módné a dizajnové projekty. Program bol zostavený tak, aby oslovil rodiny, mladých ľudí aj milovníkov klasickej kultúry. Mesto sa na tri dni premenilo na živé kultúrne javisko, na ktorom vyhrávala hudba, oživalo divadlo a kde literatúra spolu s výtvarným umením skrášľovali atmosféru.

Piatok uviedol program prvými umeleckými vystúpeniami. Sobota bola hlavnou časťou ceremoniálu, čo znamenalo množstvo významných podujatí. Jedným z nich bol napríklad večerný galaprogram Manifest Trenčín 2026 na Mierovom námestí. Na pódiu sa predstavili Jana Kirschner a Štefan Štec s Vojenskou hudbou Banská Bystrica, legendárna trenčianska skupina Bez ladu a skladu v spojení s dychovou hudbou Lucerka, Emma Drobná s Martinom „Majlom“ Štefánikom v umeleckej performance v choreografii Kataríny Čillikovej, inšpirovanej Trenčínom ako mestom módy.

Nemožno zabudnúť ani na koncert Niny Kohout. Osobne som sa síce nemohla zúčastniť, no videla som množstvo videí, na ktorých si ľudia túto akciu naplno užívali. Tento program mohol vzniknúť vďaka príležitosti, ktorá sa objavuje len raz za 13 rokov. Vďaka projektu TN 2026 sa ožívujú nevyužívané miesta, prinášajú nové zážitky, vytvárajú príležitosti pre vzdelávanie i prácu a prepájanie sa s Európou. Táto snaha, krok za krokom prispieva k tomu, aby sa v TN lepšie žilo nielen v roku 2026, ale aj v nasledujúcich desaťročiach.



Trenčín naplno žije titulom EHMK26

Autor: Juraj Mikláš, IV. A

Dizajn: Kristína Dušičková, III. B

Titul Európske hlavné mesto kultúry 2026 (EHMK26) nie je iba o galaprograme Otváracieho víkendu. Kultúrne udalosti pokračujú počas celého roka.

Po úžasnom Otváracom víkende EHMK26 sa po celom Trenčíne postupne roztrhlo vrece s kultúrnymi akciami. Či už ide o umelecké vernisáže a inštalácie, tanečné či hudobné predstavenia alebo festivaly každého druhu, každý si v Trenčíne niečo nájde.

Rozžiarené celé mesto

Druhý aprílový víkend patril v Trenčíne svetlu. Už po druhýkrát priniesol Light Art Festival svetelné umenie do verejného priestoru. Otvorenie dvojdnového festivalu začalo audiovizuálnou show interpreta FVLRCVM na fasáde Posádkového klubu (ODA). Desiatitisíce návštevníkov objavovali množstvá svetelných inštalácií a interaktívnych diel. Light Art Festival priniesol do Trenčína nové svetlo hodné objavovania.

Ulica bez áut

V programe EHMK26 určite nemôže chýbať Trenčín na Korze, projekt, kedy sa na jeden deň ulica plná áut zmení na rušný mestský trh plný ľudí. Tohtoročné Korzo Soblahovská sa uskutočnilo v sobotu 23. mája, kedy sa najružovejšia ulica Trenčína (kvôli kvitnúcim stromom japonských čerešní Sakura na začiatku jari) zaplnila množstvom stánkov a samozrejme tisíckami zvedavých návštevníkov. Na Korze nemohli chýbať hudobné vystúpenia, gastro zóna, aktivity pre deti, workshopy a mnohé iné. Priateľská a radostná atmosféra bola cítiť na celom pol kilometri Korza, ale aj v jeho bezprostrednom okolí.



Trenčín na Korze



LAF festival



Pohoda festival



Grape festival

Čo ďalej?

Akcie EHMK26 ešte zďaleka nekončia a môžeme sa tešiť ešte na mnohé zaujímavé akcie. Niektoré z nich vám teraz predstavím.

Pre milovníkov street artu je tu festival pouličného umenia Fest Art, ktorý sa tento rok bude odohrávať na sídlisku Juh. Skoro celý týždeň od 8. do 13. júna bude vnútroblok Halalovka zaplnený umelcami, ktorí budú pretvárať verejný priestor. V sobotu 13. júna sa festival zavŕši hlavným programom. Bude to deň plný hudby, športu a umenia.

Chcete zažiť Váh inak? Festival na Váhu Splanekor 2.0 to zariadi. Legendárne podujatie vlastnoručne postavených plavidiel sa vracia na Váh. 20. júna bude Ostrov zaplavený netradičnými plavidlami. Súčasťou programu budú aj rozhovory o ekológii, tvorivé workshopy aj športové aktivity. Večer sa podujatie preleje do Benátskej noci s nasvetenými plavidlami, táborákom a akustickým koncertom pri vode.

V lete oslávi hudobný festival Pohoda svoj jubilejný 30. ročník. Počas štyroch dní sa na trenčianskom letisku predstavia svetoví interpreti a stane sa z neho malé mestočko s viac ako 30 000 obyvateľmi.

Druhým najväčším letným festivalom, takisto na trenčianskom letisku, bude Grape. Trenčianske letisko sa premení na mýtickú zoo plnú prekvapení, hudby a skvelej atmosféry.

Počas celého leta bude v Trenčíne mnoho ďalších akcií. Treba si nájsť tú svoju a načerpať úžasnú atmosféru Trenčína, Európskeho hlavného mesta kultúry 2026.

TRENČÍN
2026
Európske hlavné mesto kultúry

Prebúdžeme zvedavosť



Autor: Juraj Míkláš, IV. A
Dizajn: Melisa Mičková, IV. A

„*Prebúdžeme zvedavosť*“ je slogan Európskeho hlavného mesta kultúry 2026 (EHMK26), ktorým sa stalo mesto Trenčín. Čo všetko sa však skrýva pod týmto titulom? Pozrieme sa na to v nasledujúcich riadkoch.

Boj o titul

Európske hlavné mesto kultúry je titul, ktorý udeľuje Európska únia dvom alebo trom európskym mestám na jeden rok. Do výberu sa môžu zapojiť iba mestá v krajinách, ktoré sú členmi Európskej únie. Od roku 2021 a po každých troch rokoch sa vyberie aj tretie EHKM, ktoré je v krajine Európskeho hospodárskeho priestoru alebo v krajine, ktorá je potenciálnym kandidátom pre vstup do Európskej únie. V roku 2020 bolo Slovensko vybrané pre titul EHKM. O tento titul sa hlásilo dokopy osem slovenských miest a tri z nich: Nitra, Trenčín a Žilina sa dostali do finálnej časti súťaže. Napokon 10. decembra 2021 bol Trenčín víťazným mestom, ktoré v roku 2026 získa titul EHKM. Druhým mestom, ktoré získalo titul EHKM na rok 2026 sa stalo fínske Oulu.

S titulom EHKM26 neprišli do Trenčína iba festivaly, umelecké diela, hudba, tanec, spev a kultúrne akcie všetkého druhu, ale aj rozkopané cesty, obchádzky, lešenie a stavebný ruch. Tento prestížny titul so sebou priniesol aj značné množstvo financií, vďaka ktorým sa po celom Trenčíne mohli rozbehnúť rekonštrukčné práce.

Pešie zóny v novom šate

Značnou premenou prešla pešia zóna Hviezdoslavova, čiže priestor v okolí Posádkového klubu (ODA) až po Okresný úrad Trenčín. Pretvorená bola aj Ulica 1. mája, z ktorej sa stala nová pešia zóna, ktorá poskytuje bezpečný priestor pre študentov na trávenie voľného času, ale aj miesto na rôzne mestské podujatia a akcie. V neposlednom rade bol pretvorený aj nevyužitý parčík na Námestí sv. Anny pred budovou krajského súdu. Na mieste bola skvalitnená zeleň, pridali sa lavičky a ďalší mestský mobiliár a plánovaná je aj stavba malej kaviarne.

Staronový most



Revitalizačné projekty sú zamerané na nevyužitú časť mesta, ktoré môžu poskytovať kvalitný verejný priestor. Významným stavebným projektom EHKM26 je Fiesta most. Ide o nadštandardný verejný priestor, ktorý má vzniknúť zo starého železničného mostu ponad Váh. Adaptáciou tohto mostu sa má rozšíriť centrum mesta smerom k Váhu. Na novom Fiesta moste sa okrem cyklotrasy počíta s významným priestorom pre peších v podobe promenády, ale hlavným zámerom je, aby sme mostom nielen prechádzali, ale mohli na ňom tráviť aj čas relaxom, športovými aktivitami, kultúrou alebo gastronomickými zážitkami. Jeho revitalizácia je ešte stále v procese, ale predpokladá sa, že bude dokončený ku koncu roka 2026.

Knihy pre každého



Posledným veľkým stavebným projektom je komplexná rekonštrukcia Verejnej knižnice Michala Rešetku na Hasičskej ulici. Úplne celá budova bude zrenovovaná, staticky spevnená a pribudne k nej prístavba, ktorá zväčší priestor knižnice. Celkovo sa dá povedať, že okrem obvodových konštrukcií pôvodnej budovy bude všetko nové. Doteraz sa v budove nachádzalo iba detské oddelenie. Po rekonštrukcii by sa v nej malo nachádzať detské oddelenie, oddelenie beletrie aj náučnej literatúry, a zároveň pribudnú priestory pre podujatia, komunitné stretnutia, workshopy a aj pre oddych.

Celkové investície do novej infraštruktúry a rekonštrukcií sa pohybujú okolo 40 miliónov eur, pričom väčšina je hradená z eurofondov. Na kultúrne podujatia je vyčlenených ďalších niekoľko desiatok miliónov eur. Titul EHKM26 tak neprináša so sebou iba jednorazové kultúrne podujatia, ale dlhodobý kultúrny rozvoj mesta a jeho okolia. Je to príležitosť objaviť zabudnuté miesta, nové príležitosti, prepájať ľudí a prebúdať zvedavosť v každom z nás.



Premena pešej zóny



Revitalizácia Fiesta mostu

Z pamiatky už len trosky

Autor a foto: Juraj Mikláš, IV. A
Dizajn: Denisa Košíková, II. A

Na Palackého ulici v Trenčíne dňa 17. januára 2026 zbúrali časť historického meštianskeho domu. Stavba, teraz už len suť, sa nachádza v Mestskej pamiatkovej rezervácii a bola zapísaná medzi národné kultúrne pamiatky.

Historická budova

Išlo konkrétne o zadné krídlo meštianskeho domu na Mierovom námestí. Táto zadná časť sa nachádza na Palackého ulici. Budova pochádza zo 16. storočia. V jej priestoroch sa počas rokov vystriedalo množstvo prevádzok – hostinec, mäsiarstvo, predajňa zmiešaného tovaru či notárska kancelária a mnohé ďalšie.

Budova je súčasťou nehnuteľných národných kultúrnych pamiatok a nachádza sa v Mestskej pamiatkovej rezervácii v Trenčíne. Každý zásah do tejto budovy preto musí byť schválený Pamiatkovým úradom Slovenskej republiky.

Problematické búranie

Na prebiehajúce búranie tejto budovy upozornil ako prvý jeden Bratislavčan, ktorý sa práve zúčastňoval výstavy o ochrane kultúrnych pamiatok

v Galérii M. A. Bazovského, nachádzajúcej sa priamo oproti búranej budove.

Žiadosť o zbúranie podal majiteľ objektu v piatok 16. januára a už na druhý deň, v sobotu, začali robotníci budovu búrať. Na zbúranie objektu nebolo vydané žiadne povolenie. Demolačné práce nezastavila ani mestská, ani štátna polícia.

Budova bola zbúraná iba mesiac pred slávnostným otváracím víkendom Európskeho hlavného mesta kultúry 2026, ktorým sa stal Trenčín.

Odozva mesta

Hneď v pondelok 19. januára podal Krajský pamiatkový úrad trestné oznámenie na majiteľa budovy z dôvodu podozrenia zo spáchania trestného činu. Zastupiteľstvo mesta Trenčín sa uznieslo na vypovedaní zmluvy medzi mestom a spoločnosťou GRAND-HOTEL Trenčín, s. r. o., ktorej konateľom je majiteľ zbúranej budovy, ak to zmluvné podmienky umožnia. Budova Hotela Grand sa nachádza bezprostredne vedľa zbúranej budovy.

V spomínanom hoteli zrušil Kreatívny inštitút Trenčín, n. o. objednávku ubytovania, takisto na podnet Mestského zastupiteľstva.

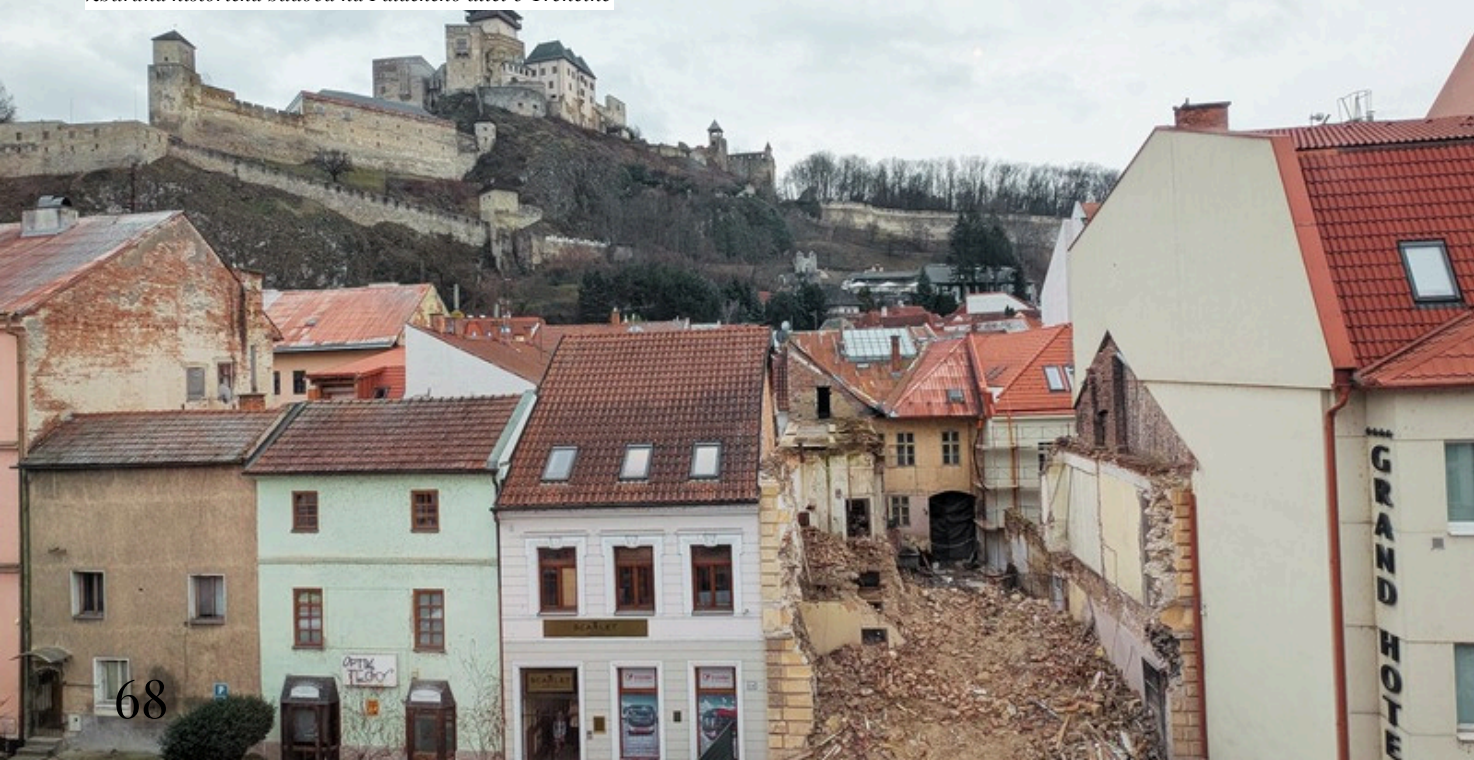
Reakcia majiteľa

Majiteľ budovy poslal na začiatku marca správu poslancom Mestského zastupiteľstva. V liste odôvodňoval asanačné (búracie) práce ohrozením života a zdravia ľudí pre havarijný stav budovy. Zároveň uvádza, že nevedel o tom, že ide o národnú kultúrnu pamiatku, keďže sa nenachádzala v Registri národných kultúrnych pamiatok a ani ho žiadny pamiatkový úrad o tejto skutočnosti neinformoval.

Aktuálny stav

Momentálne sa na mieste zdemolovanej budovy stále nachádzajú jej sutiny. Prípád naďalej prešetruje polícia, ako aj stavebný a pamiatkový úrad. Mnohé organizácie vyjadrili poľutovanie nad asanáciou tejto budovy, ktorá je podľa riaditeľky Krajského pamiatkového úradu súčasťou národnej kultúrnej pamiatky. Bez ohľadu na výsledok vyšetrovania je isté, že z jadra a srdca mesta zmizla jedna z najstarších budov, ktorú už nikto nevráti späť.

Zbúraná historická budova na Palackého ulici v Trenčíne





Najlepšie športové podujatia tohto roku v Trenčíne

Autor: Nikolas Šedivý, IV. D
Dizajn: Sofia Pindáková, IV. A

Trenčín hostí tento rok mimoriadne špeciálnu udalosť. Len ako druhý v histórii Slovenska bude Európskym hlavným mestom kultúry. Okrem tejto významnej akcie však v nasledujúcich mesiacoch ponúkne aj podujatia predovšetkým pre hokejové publikum.

Majstrovstvá sveta v hokeji do 18 rokov

Prestížny hokejový turnaj mladých talentov sa uskutočnil 22. apríla 2026 na Slovensku. Hostiteľskými mestami boli Bratislava a Trenčín. Na Zimnom štadióne Pavla Demitru si tak hokejoví priaznivci mohli vychutnať výkony najväčších talentov svetového hokeja, ktorí o pár rokov budú obliekať dresy klubov NHL. V Trenčíne sa odohrala celá základná skupina A, v ktorej sa okrem slovenskej reprezentácie predstavili aj Kanada, Fínsko, Nórsko a Lotyšsko. Naše mesto hostilo aj vyradovaciu časť turnaja a finále sa uskutočnilo 2. mája. Minulý rok mali Trenčania možnosť sledovať futbalové talenty z Francúzska, Portugalska či Poľska. Tento rok ich vystriedali najväčšie hokejové nádeje budúcnosti.



Rozlúčka Zdena Cháru

V auguste 2023 sa s aktívnou kariérou oficiálne rozlúčil Marián Hossa. Tento rok čaká Trenčín podobná udalosť. Svoju veľkú rozlúčkovú exhibíciu tu odohrá jeden z najlepších obrancov posledných dvoch dekád – víťaz Norris Trophy (ocenenia pre najlepšieho obrancu sezóny NHL), držiteľ Stanley Cupu, dvojnásobný stříborný medailista z majstrovstiev sveta a dlhoročný kapitán tímu Boston Bruins Zdeno Chára.

Rodák spod hradu Matúša Čáka bol v novembri 2025 uvedený do hokejovej Siene slávy a v auguste 2026 symbolicky „zavesí korčule na klinec“. Fanúšikovia sa tak môžu tešiť na hviezdnu účasť bývalých aj súčasných hráčov NHL podobne ako tomu bolo pri rozlúčke Mariána Hossu.

Svoju účasť už potvrdil český kanonier David Pastrňák, ktorý patrí medzi najproduktívnejších hráčov NHL. „Big Zee“ zároveň naznačil, že by sa mohli predstaviť aj ďalšie osobnosti, s ktorými ho spájali silné väzby najmä v Bostone. V zákulisí sa skloňujú mená ako Patrice Bergeron, Brad Marchand, Tuukka Rask, Tim Thomas, David Krejčí či Milan Lucic. Zatiaľ však ide len o špekulácie a oficiálne potvrdenia ešte nepadli.

Predaj vstupeniek zatiaľ nebol spustený, no prvá vlna lístkov sa očakáva v najbližšom období.



Gábor Baroš – Železný minister

Autor a dizajn: Kristína Dušičková, III. B

Tisíce študentov týždenne cestujú po trati Bratislava – Žilina, no len málokto pozná meno vizionára, ktorý stojí za jej vybudovaním.



Každá krajina má vlastné pamiatky a stopy, ktoré ju celé storočia formovali. Hoci si spomíname na mnohé významné osobnosti slovenskej histórie, existujú aj postavy s mimoriadnym vplyvom na náš región, ktorých odkaz zostáva nedocenený. Jednou z takýchto osobností je Gábor Baroš, prezývaný „Železný minister“, jedna z najvýznamnejších postáv uhorskej politiky.

Neznámy génius

Málokto politik v dejinách strednej Európy dokázal v takom krátkom čase presadiť toľko významných zmien ako Gábor Baroš. Svojím neúnavným pracovným tempom a odvahou prijímať radikálne riešenia si získal rešpekt doma i v zahraničí. Počas svojho úradovania presadil rad zásadných reforiem, z ktorých najvýznamnejšou bola masívna reorganizácia železníc. Baroš pristúpil k ich zoštátneniu a zaviedol prelomový tarifný systém rozdelený do 14 zón, čo výrazne zlacnilo cestovanie na dlhé trate.

Dokonca si pohneval Nemecko a Rakúsko, pretože zlepšil domáci trh, čo tieto dva štáty videli ako urážku colnej únie. Práve táto reforma mu vyslúžila prezývku „Železný minister“, a to nielen pre jeho úspechy na železničiaci, ale aj pre jeho povestnú železnú vôľu.

Zaslúžil sa aj o vybudovanie prvého železničného mosta v Trenčíne, na ktorého základoch stojí ten dnešný. Výstavba tohto objektu bola pre Baroša aj symbolická, keďže práve v Trenčíne kedysi odštartoval svoju kariéru na pozícii podnotára.



Zásluhy v oblasti komunikácie

Okrem dopravy Baroš zásadne zmodernizoval aj sféru komunikácie, keď v roku 1887 zjednotil poštu a telegraf pod spoločné riaditeľstvo, čo zabezpečilo nielen finančné úspory v štátnom hospodárstve, ale predovšetkým otvorilo cestu pre efektívny rozvoj telegrafu a nového telefónu. Zároveň zlacnil poplatky za telegramy a zaviedol najlacnejšie poštovné služby na tlačivá vo svete. Baroš rovnako vnímal telefón ako strategický prostriedok a postupne zoštátnil súkromné telefónne siete. Nové zavádzanie spojení následne prebiehalo už len pod štátnou prevádzkou a siete sa rozširovali aj do menších miest. Pod jeho vedením tak bolo v roku 1890 zriadené prvé medzimestské spojenie medzi Budapešťou a Viedňou.

Ako minister obchodu kládol dôraz na domáci export a osobne riadil rozsiahlu reguláciu Dunaja v Železných vrátnach. Svoju prácu vnímal ako poslanie, ktorému ako workoholik obetoval aj zdravie, zomrel na brušný týfus krátko pred otvorením svojho medzinárodného diela.



Rozlúčka

Deň jeho úmrtia bol v Uhorsku vyhlásený za štátny smútok a pompézny sprievodný pohreb sa konal 11. mája 1892 v Budapešti.



Jeho telo bolo následne prevezené do krypty kostola v ľavej, kde ostalo pokiaľ mu na cintoríne v Klobošiciach nevybudovali mauzóleum. To je dnes prístupné verejnosti, pričom prehliadku je možné si vopred dohodnúť na mestskom úrade v ľavej. Hoci pochádzal z Pružiny, s Klobošicami mal veľké spojenie. Pochádzala odtiaľ jeho manželka Karolína Šypekiová, ktorej rodina vlastnila klobošický kaštieľ.

V roku 1990 bolo v kaštieli zriadené múzeum obchodu ako symbolika toho, že patril rodine Gábora Baroša, ministra obchodu. V Klobošiciach zároveň vlastnil aj vilu, ktorá po jeho smrti prešla viacerými zmenami vlastníkov. Od fungovania ako luxusný hotel či vila maliara Joža Uprku. Aktuálne vila slúži ako detský domov.

Napriek svojmu vysokému úradnému postaveniu a aktívnemu životu v Maďarsku sa Baroš hrdlo hlásil k svojmu slovenskému pôvodu a rád sa vracal do rodného regiónu, aj keď bol výrazne proti slovenskému národnému hnutiu.



Pribudne na vlajke Európskej únie javorový list?

Autor: Nikolas Šedivý IV. D

Dizajn: Sofia Pindáková, IV. A

Kedysi uletený nápad, dnes už možno realita. V poslednom čase sú vzťahy za veľkou mláku pomerne dosť naštříbené. Politika krajiny javorového listu čoraz viac pripomína tú európsku k čomu dopomáhajú aj vzájomné a obchodné väzby. Mohla by sa ale Kanada naozaj stať ďalším štátom EÚ?

Spoločné hranice

Prvou veľkou nevýhodou by rozhodne bola poloha Kanady, keďže leží na opačnej strane sveta. Napriek tomu zdieľa od roku 2022 pozemnú hranicu s členom únie, konkrétne s Dánskom. Môže za to dlhoročný, priateľský konflikt nazývaný „vojna o Whisky“ o malý, neobývaný 1,3 km² ostrov Hans v Arktíde. Spor vznikol z nejasností pri mapovaní hraníc v Kennedyho prielive medzi Grónskom (Dánsko) a Ellesmerovým ostrovom (Kanada). Od roku 1984, keď dánsky minister pre záležitosti Grónska prišiel na ostrov vztýčiť dánsku zástavu a zanechať flašu dánskeho alkoholu, sa obe strany striedali v „okupácii“. Hrdá Kanada následne odpovedala rýchlym vztýčením svojej kanadskej vlajky, a taktiež zanechaním kanadskej whisky, čím sa konflikt stal známy ako najpokojnejšia alebo najabsurdnejšia vojna na svete. Kanada a Dánsko sa v júni 2022 dohodli na rozdelení ostrova, čím sa spor vyriešil diplomatickou cestou.

V článku 49 Zmluvy o Európskej únii sa píše, že každý európsky štát môže požiadať o členstvo. A keď v roku 1987 požiadal o vstup Maroko, ich žiadosť bola zamietnutá z dôvodu, že sa nejedná o krajinu Európy. „Európsky štát“ však nie je úplne matematicky definovaný.



(Zdroj: shutterstock/fredex)

Napríklad Cyprus je geograficky bližšie k Ázii, ale je členom EÚ kvôli historickým a politickým väzbám. Taktiež pár krajín má námorské územia napríklad v Karibiku, v Južnej Amerike alebo v Tichomorí.

Vzťahy s USA

Z hľadiska geopolitických, kultúrnych a ekonomických vzťahov sú Ottawa a Washington stále obrovskými spojencami. Avšak od druhého zvolenia Donalda Trumpa za prezidenta Spojených štátov amerických je vzťah pomerne napätý. Jeho zvláštny spôsob vyjadrovania o svojich susedoch ako o 51. štáte, či uvalenie nezmyselných cieľ nepochybne pobúrilo veľa obyvateľov. Kanadský premiér Mark Carney v poslednom roku otvorene hovorí o prehodnotení vzťahov s USA a potrebe „diverzifikovať“ vojenské a energetické vzťahy posilnením spolupráce so „spolahľivými spojencami“ v Európe aj inde, ktorí podporujú medzinárodný poriadok založený na pravidlách. Momentálne je EÚ ich druhým najväčším obchodným partnerom. Asi štvrtinu vývozu Európskej únie tvoria stroje, ďalej cez oceán prúdia chemické a farmaceutické výrobky. Opačným smerom ide tradične najmä nerastné bohatstvo. V Kanade sa nachádzajú kritické minerály vrátane lítia a vzácnych zemín.

Vďaka Trumpovým rečiam o anexii Grónska tak posilňujú vzťahy tiež so Škandináviou. V marci 2026 sa v Osle stretli predstavitelia Kanady a severských krajín Európy a verejne sa zaviazali k prehĺbeniu spolupráce, pravidelnejším stretnutiam a medzinárodnej spolupráci založenej na princípoch právneho štátu.

Budúcnosť

Napriek tomuto všetkému je pripojenie Ottawy k Európskej únii veľmi nepravdepodobné. Najväčším problémom by bola bohužiaľ poloha. Oveľa realistickejší je preto scenár, v ktorom Kanada zostane veľmi blízkym strategickým partnerom EÚ v oblasti obchodu, obrany a energetiky, bez plného členstva.



Premiér Carney, predseda Costa a predsedníčka von der Leyen. (Zdroj: consilium.europa.eu)



Kanadský premiér Mark Carney (Zdroj: AP News)

Program Artemis uskutočnil svoju druhú misiu

Autor: Matúš Kyška, IV. A
Dizajn: Denisa Košíková, II. A

Približne pred 57 rokmi sa udialo niečo, čo zmenilo históriu a rovnako aj budúcnosť ľudstva vo vesmíre. 20. júla 1969 pristáli na Mesiaci dvaja ľudia v rámci misie Apollo 11. Neil Armstrong spolu s Buzzom Aldrinom tak boli prví dvaja ľudia na povrchu Mesiaca. Tak ako Neil Armstrong povedal – „že to malý krok pre človeka, ale veľký skok pre ľudstvo.“ Spolu misii Apollo bolo 6 a teda poslednou sa stalo Apollo 17 v roku 1972.

Dnes, po viac ako 50 rokoch sa ľudia vracajú na Mesiac. 1. apríla 2026 (na Slovensku v tom čase 2. apríla) odštartovala smerom k Mesiacu loď Orion v rámci misie Artemis II počas ktorej prebehla kontrola a testovanie systémov lode. Štvorčlenná posádka tvorená z mien Reid Wiseman (veliteľ – USA), Victor Glover (pilot – USA), Christina Koch (letová špecialistka – USA) a Jeremy Hansen (letový špecialista – Kanada) naďalej aj fotografovala Mesiac tak, aby to napomohlo nasledujúcim misiám.

Artemis II je mimoriadne významná, keďže ide o vôbec prvú misiu tohto programu s ľudskou posádkou. Pre vesmírnu loď Orion to bol už druhý let smerom k Mesiacu. 16. novembra 2022 sa uskutočnil vzlet misie Artemis I, ktorá trvala 25 dní a prekonalá vzdialenosť 432 210 km od Zeme.

Európa je súčasťou programu

Zaujímavosťou je, že na programe Artemis podieľa významnou časťou aj Európa v rámci svojej vesmírnej agentúry ESA (European Space Agency), ktorá poskytuje ESM (European Service Module) vytváraný spoločnosťou Airbus Defence and Space z Brém (Nemecko).

Na konci každej misie Artemis dôjde k jeho zničeniu po oddelení, keď zhorí vplyvom zemskej atmosféry. ESM-1 a 2 už úspešne ukončili svoju misiu. ESM-3 a 4 sa už nachádzajú v NASA Kennedy Space Center na Floride a ESM-5 a 6 sú stále vo vývoji v Nemecku.



ISS skončí, no príde Gateway

Na obežnej dráhe Zeme sa momentálne nachádzajú dve vesmírne stanice. Jednou z nich je Čínska kozmická stanica Tchien-kung a druhou je veľmi známa ISS (International Space Station).

Výstavba ISS začala v roku 1998 a v operácii je dodnes. Keďže na nízku obežnú dráhu sa vie dostať viac a viac rakiet z komerčného sektora, NASA presunie svoje operácie mimo túto oblasť na Mesiac a Mars. Keďže sa k tejto realite blížíme, NASA spolu s partnermi koncom roku 2030 ukončí operáciu na stanici a odhaduje sa, že v januári 2031 dôjde ku kontrolovanému navedeniu do atmosféry, kde táto legendárna stanica zhorí.

ISS síce skončí ale vznikne ďalšia vesmírna stanica s názvom „Gateway“, ktorá už ale bude obiehať okolo Mesiaca pre ďalšie výskumy aj smerom k Marsu. S touto stanicou teda budú úzko spolupracovať aj nasledujúce misie Artemis.

Aká je budúcnosť programu?

Nasledovať bude misia Artemis III (vzlet koncom roku 2027), ktorá mala na ostro pristáť na Mesiaci, no po zvážení sa ostré pristátie presunulo na misiu Artemis IV, ktorá by mala vzletieť začiatkom roku 2028.

Na povrch Mesiaca by teda pristáli 2 astronauti (2 by ostali na orbite Mesiaca) a strávili tam celý týždeň plný výskumu. Misia Artemis V by už mala začať s výstavbou stálej základne takzvanej „Moon Base“.



Vesmírna stanica ISS



Start rakety misie Artemis II



Štvorčlenná posádka Artemis II

Geopolitická šachovnica Blízkeho východu

Autor: Sofia Rybanská, II. E

Dizajn: Simona Komorovská, IV. A

Väčšina z nás si pamätáme na prezidentskú kampaň v USA začiatkom novembra 2024, keď vtedajší kandidát a terajší prezident Donald Trump povedal, že vojny začínať nebude, ale bude ich zastavovať. No skutočnosť prehovorila inak. Teraz pri tejto situácii nastali otázky: „Prečo sa táto vojna začala? Ako dlho bude trvať? Čo spôsobuje táto vojna? A čo môžeme očakávať v blízkej budúcnosti?“

Bod zlomu 1953

V polovici 20. storočia sa stal zlom medzi Iránom a Amerikou, keď demokraticky zvolený premiér Mohammad Mosaddegh znárodnil iránsku ropu, ktorá bola kontrolovaná Britmi. CIA a britská rozviedka odvolali premiéra a k moci sa vrátil diktátor šach Muhammad Reza Pahlaví. Iránci dodnes vnímajú toto ako zásadnú zradu a začiatok amerického zasahovania.

Od spojencov k nepriateľom

Muhammad Reza Pahlaví bol najvernejším spojencom USA v regióne. USA mu dodávali zbrane a dokonca položili základy iránskeho jadrového programu „Atómy pre mier“. Irán sa rýchlo modernizoval, no šachova tajná služba SAVAK tvrdo trestala akýkoľvek odpor, čo viedlo k rastúcej nenávisti domáceho obyvateľstva.

Ludia Iránu zvrhli šacha, ktorý bol potom nahradený náboženskou vládou, ktorá existuje v Iráne do dnešného dňa a bola vedená Ajatolláhom Chomejním až do smrti v roku 1989. V rokoch 1979 – 1981 nastala rukojemnícka kríza. Skupina iránskych študentov vtrhla na veľvyslanectvo USA v Teheráne a zajala personál. Dôvodom bolo rozhodnutie USA povoliť zosadenému šachovi Pahlvímu vstup do Ameriky kvôli liečbe rakoviny. Iránci to vnímali ako zradu a žiadali jeho návrat späť do Iránu. Pôvodne bolo zajatých 66 ľudí. Postupne prepúšťali ženy, Afroame-ričanov a chorých, až zostalo 52 rukojemníkov, ktorí boli zadržávaní 444 dní. Od roku 1980 USA a Irán nemajú oficiálne diplomatické vzťahy. Počas Chomejného vedenia sa zhoršili vzťahy s Irakom a tak nastala vojna Iránu s Irakom (1980 – 1988). USA počas tejto krvavej vojny ticho a neskôr aj veľmi otvorene podporovala Irak, aby zabránili víťazstvu islamskej revolúcie.

Začiatok 21. storočia

V novom tisícročí Irán vyvíjal jadrovú zbraň, čo sa stal hlavným bodom strachu všetkých krajín. V roku 2015 vtedajší prezident USA Barack Obama dosiahol historickú dohodu so skratkou JCPOA a to takú, že Irán obmedzí jadrový program výmenou za zrušenie ekonomických sankcií.

Túto dohodu podpísalo aj Nemecko, Čína, Rusko, Británia a Francúzsko. Následne, keď sa stal prezidentom USA Donald Trump v roku 2018, túto dohodu nazval za „najhoršiu dohodu všetkých čias“.





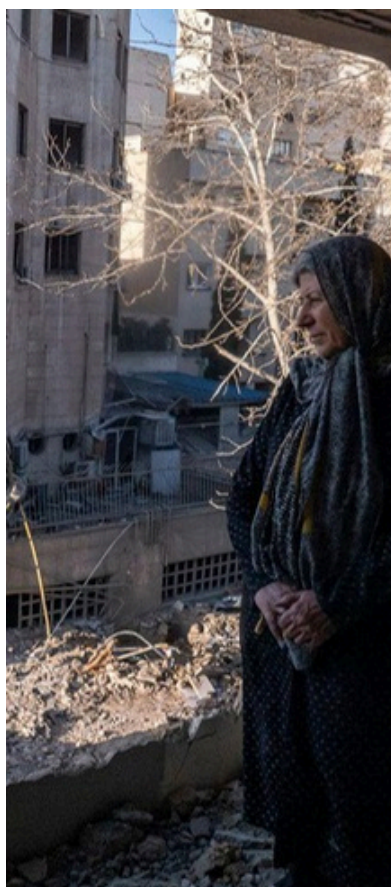
Odstúpil z nej a zaviedol politiku „maximálneho tlaku“, jej cieľom je ekonomicky a diplomaticky izolovať krajinu prostredníctvom tvrdých sankcií, čo zaviedlo Irán do hlbokéj hospodárskej krízy.

Súčasná situácia

Napätie v posledných rokoch sa presunulo od politiky k priamym vojenským konfliktom. V roku 2020 USA dronom zavraždili iránskeho generála v Bagdade Káséma Solejmáního, čo priviedlo krajiny na pokraj vojny. Konflikt medzi krajinami sa vyšplhal na vyšší level keď v júni 2025 Irán odpálil desiatky rakiet, ktoré zachytili americké lode. Došlo k raketovej výmene. Sice sa táto vojna vtedy zastavila, avšak tieto udalosti ukázali, že Irán je pripravený na priamy stret. Táto vojna je známa pod názvom ako „12 dní vojny“. Vojna, ktorá sa teraz deje na území Iránu sa začala 28. februára 2026. Hneď prvý deň vojny bol zabitý pri nálete v Teheráne najvyšší vodca Iránu Alí Chameneí a ďalší vysokí predstavitelia Iránu. Donald Trump 21.3 povedal, že keď Irán neotvorí prieliv, cez ktorý sa dováža ropa do celého sveta do piatich dní, zbombarduje tri jadrové elektrárne v Iráne. S napätím čakáme ako táto situácia dopadne.

Prečo je v tejto situácii zakomponovaný Izrael?

Izrael je najväčší spojenec USA v regióne. Irán ho chce zničiť, preto Izrael robí všetko preto, aby Irán nemal jadrovú zbraň a aby zastavil jeho rakety.



Ako dlho bude vojna trvať?

Nedá sa očakávať, že vojna sa skončí v presne určenom dátume. Prezident USA povedal, že vojna nebude trvať dlho, pretože všetko čo mali je preč a hlavne ich celé vedenie je mŕtve.

Čo nás môže čakať v budúcnosti?

Čo už pociťujeme sú rastúce ceny benzínu a diesela. Všetci vieme, že nedokážeme platiť za veľmi vysoké ceny príliš dlho. Tak ako pri každej vojne, aj pri tejto budú milióny ľudí hľadať bezpečie, čo by vytvorilo obrovský tlak na susedné krajiny a Európu. Ďalší z problémov by bol s výrobou. Mnoho tovární v Európe závisí od lacnej energie a súčiastok z Ázie. Ak sa doprava zastaví alebo predraží, výroba sa spomalí, čo by viedlo k prepúšťaniu alebo nedostatku určitého tovaru.



Aktuálne sa vo svete prebieha súčasne až sedem vojen. Je to hrozné číslo, hlavne keď si predstavíme koľko ľudí žije vo vojne. Veľa ľudí stratilo svojich blízkych, svoje domovy, svoje istoty. Životy sa im zmenili o 180 stupňov. Vojna nie je nikdy dobré znamenie pre nikoho z nás.

Plný iCloud, prázdne vrecko Let's Travel

Autor: Alexandra Florianová, IV. A

Dizajn: Melisa Mičková, IV. A

V našom blízkom okolí existuje množstvo destinácií, ktoré ponúkajú fascinujúcu históriu, bezpečie a vysoký štandard služieb za ceny, ktoré sú pre študenta či začínajúceho pracujúceho viac než prijateľné. Kľúčom k lacnému cestovaniu nie je len hľadanie výhodných leteniek. Dôležitý je aj výber krajín, kde má euro vysokú kúpnu silu a kde človek neminie polovicu rozpočtu hneď počas prvého večera.

Taliansky temperament a balkánske poklady

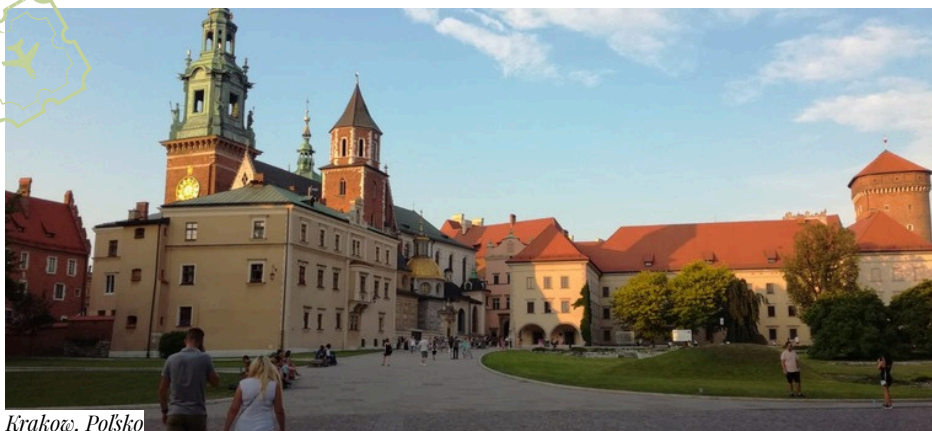
Jedným z najvýraznejších príkladov je taliansky Neapol. Pri porovnaní s Benátkami, ktoré dlhodobo bojujú s nadmerným turizmom a extrémnymi cenami, vychádza Neapol ako ideálna voľba pre každého, kto hľadá autentickú atmosféru. Zatiaľ čo v Benátkach zaplatíte vysokú daň už za samotný vstup do mesta a káva na námestí môže stať viac než obed, Neapol si stále zachováva svoju prirodzenú tvár. Je to mesto, kde sa zrodila pizza, a dodnes ju tu kúpite v špičkovej kvalite za pár eur priamo na ulici.

Situácia v oblasti bezpečnosti sa navyše v posledných rokoch výrazne zlepšila a historické centrum pôsobí na turistov omnoho príjemnejšie než kedysi. Mesto zároveň predstavuje ideálny východiskový bod na výlety k Vezuvu či do Pompejí, kam premávajú lacné prímestské vlaky.

Ak sa pozrieme východným smerom, Rumunsko a Bulharsko predstavujú krajiny s obrovským potenciálom. Rumunské mestá ako Brašov či Sibiu pôsobia vďaka svojej saskej histórii veľmi stredoeurópsky a zároveň ponúkajú modernú infraštruktúru i príjemnú atmosféru pre návštevníkov. Ceny v reštauráciách sú v porovnaní so slovenskými mestami často nižšie o tridsať až štyridsať percent, čo umožňuje vychutnať si lokálnu kuchyňu aj bez veľkého rozpočtu. Bulharsko zasa netreba vnímať len cez optiku letných rezortov. Mestá ako Plovdiv ponúkajú dláždené uličky, rímske amfiteátre a moderné kaviarne s cenami, ktoré patria v rámci Európskej únie k najnižším.



Neapol, Taliansko



Krakov, Poľsko

Od Jadranu až po Čiernu Horu

Balkánsky polostrov skrýva aj ďalšie poklady, akým je napríklad Čierna Hora. Táto krajina síce oficiálne používa euro, no cenová hladina v mestách ako Kotor alebo Budva zostáva stále veľmi priaznivá. Čierna Hora je známa svojou prírodnou krásou, kde sa vysoké pohoria stretávajú priamo s hladinou mora. Podobne je na tom aj susedné Srbsko. Belehrad, označovaný za metropolu Balkánu, je dynamické mesto s bohatou históriou, živým nočným životom a veľmi lacnou mestskou dopravou. Srbská pohostinnosť je navyše v tejto časti Európy povestná.

Najnovším hitom nízkonákladového cestovania sa postupne stáva aj Albánsko, konkrétne prímorské mesto Vlora.

Krajina prešla v poslednom desaťročí výraznou transformáciou a dnes patrí medzi vyhľadávané destinácie s jednými z najkrajších pláží v Stredomorí. Ceny ubytovania a stravy sú tu v porovnaní s Gréckom či Talianskom často polovičné. Rovnako zaujímavou možnosťou je aj Turecko, najmä oblasť Antalye. Vďaka kurzu miestnej meny patrí medzi destinácie, kde si mladí cestovatelia dokážu dopriať viac aj s menším rozpočtom. Lacnejšie ubytovanie, dostupná doprava a množstvo miestnych trhov robia z Turecka obľúbenú voľbu najmä pre študentov a skupiny kamarátov.





Gdańsk, Poľsko



Gdańsk, Poľsko

Exotika na dosah a filmové kulisy

Pre odvážnejších cestovateľov, ktorí chcú opustiť hranice Európy, sú atraktívnu voľbou Tunisko a Jordánsko. Tunisko ukrýva svetový unikát v podobe regiónu Matmata. Práve tu nájdete fascinujúce troglodytné obydlia, teda domy vybudované priamo v jaskyniach, ktoré sú dodnes obývané. Filmoví fanúšikovia ich okamžite spoznajú, pretože poslúžili ako ikonické kulisy planéty Tatooine v ságe Star Wars. Miesto tak spája exotiku severnej Afriky s atmosférou legendárnej filmovej série.

Rovnako dych berúce je aj Jordánsko. Hoci návšteva skalného mesta Petra či púšte Wadi Rum znie ako drahé dobrodružstvo, vďaka nízko nákladovým linkám z okolitých letísk môže byť táto cesta dostupnejšia, než sa na prvý pohľad zdá. Pre mnohých mladých cestovateľov ide o šancu zažiť krajinu, ktorá pôsobí ako scéna z dobrodružného filmu.

Mestský turizmus u susedov i na juhu

Pre milovníkov mestského turizmu je skvelou voľbou španielska Valencia. Na rozdiel od Barcelony ponúka podobnú kombináciu pláží, modernej architektúry a stredomorskej atmosféry za výrazne nižšie náklady. Netreba však zabúdať ani na našich severných susedov. Poľský Krakov je dlhodobo považovaný za jedno z najlepších miest pre študentské výlety. Ak vás však namiesto vnútrozemia láka morský vzduch, Gdańsk na severe Poľska predstavuje skrytý klenot Baltu.

Toto prístavné mesto s typickou hanzovou architektúrou ponúka atmosféru škandinávskych metropol za zlomok ich ceny. Dostupné cestovanie sa pritom nekončí ani pri Stredomorí. Výbornou voľbou je aj Malta, ostrovný štát v srdci Stredozemného mora. Malta profituje zo silnej siete nízko nákladových leteckých spoločností a vďaka angličtine ako jednému z úradných jazykov je komunikácia pre turistov mimoriadne jednoduchá.

Cestovanie nie je o počte hviezdčiek na hoteli, ale o momentoch, ktoré vám vyrazia dych. Či už skončíte v uličkách Neapola, na divokom pobreží Albánska alebo v jordánskej púšti. A úprimne? Vyklepávať piesok z topánok ešte týždeň po návrate je tá najlepšia pripomienka toho, že ste skutočne žili a videli svet. Na to, aby ste zažili niečo nezabudnuteľné, totiž naozaj netreba veľa, stačí len jeden odvážny klik pri kúpe letenky a chuť nechať sa viesť.

Tak čo, kam to bude tentokrát?



Popeye Village, Malta



Victoria, Malta

Hory ako liek pre dušu

Autor: Annamária Stachová, II. A
Dizajn: Kristína Dušičková, III. B

V dnešnom svete pohltenom informáciami je ťažké neuvedomovať si, že každý z nás je pod neustálym tlakom, stresom, v očakávaníach, neustále nás zasypávajú svetovými problémami, nad ktorými ani nemáme kontrolu. A mladí študenti tieto pocity zažívajú ešte častejšie, keďže nemajú na výber a digitálne technológie sú už súčasťou ich života, či už pracovného, školského aj osobného. Často môžeme pociťovať potrebu uniknúť preč a zbaviť sa všetkých povinností, zbaviť sa nekonečných notifikácií, konečne žiť a užívať si daný moment. Skvelou správou je, že pre tento problém existuje jednosločné riešenie. Turistika.

Tu je niekoľko okruhov, ktoré môžete v rámci Trenčianskeho kraja absolvovať, prevetrať si hlavu, overiť chodiace schopnosti a niekde si aj príjemne posediť a občerstviť sa.

Okruh Haluzice a vrch Hájnica

Štart: Trenčianske Biskupice
Cieľ: Haluzice
Dĺžka trasy: 8,7 km (iba tam)
Čas: približne 2 hod. 45 min.

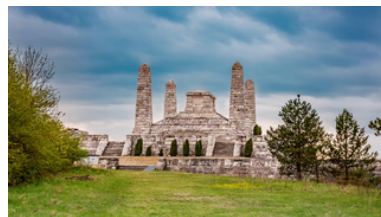
Ak vyrazíte od Kaplnky neposkvrneného pánia Panny Márie z Trenčianskych Biskupíc po zelenej trase po ceste o chvíľu vás zavedie do hôr. Po celú dobu nasledujete zelenú turistickú značku až kým vyjdete na menší kopec s menom Hájnica, kde sa nachádza verejné ohnisko, lavička a rozhľadňa. Ak sa rozhodnete si vašu trasu predĺžiť opäť nasledujte zelenú značku až kým zídete do obce Haluzice, kde je možné pripojiť sa na okruh náučného chodníka Haluzickou tiesňavou. Počas tohto okruhu uvidíte zrúcaninu kostola v románskom slohu a miestnu zvonicu. Cesta lesom vám ukáže nielen niekoľko hatí a prírodu, ktorú kvôli jej vzhľadu prirovnávajú k džungli ale dozviete sa informácie o význame lesa, funkčnosti vodného ekosystému v Haluzickej tiesňave a iné zaujímavosti o prírode.

z Brezovej pod Bradlom na Mohylu M. R. Štefánika

Štart: Brezová pod Bradlom
Cieľ: Mohyla M. R. Štefánika
Dĺžka trasy: 8,6 km (tam aj späť)
Čas: približne 3 hod.

Táto nenáročná prechádzka Myjavskou pahorkatinou je skvelým spôsobom, ako spojiť pobyt v prírode s históriou. Potom čo vyrazíte z Brezovej pod Bradlom po červenej značke budete míňať Chrám svätého Dimitrija Solúnskeho a Kostol najsvätejšej Trojice, pamätníky zasvätené udalostiam a váženým ľuďom z 2. svetovej vojny a v neposlednom rade vás po výstupe cestou hrdinov SNP čaká pohľad na Mohylu Milana Rastislava Štefánika, jednej z najvýznamnejších osobností pre Slovensko.

Pozn. (Po výstupe po červenej značke sa ocitnete na turistickom rázcestí, kde je možnosť využiť verejné WC či vzdelávacie centrum. Pri rázcestníku musíte odbočiť vpravo, smerom na zelenú turistickú značku. Mohyla sa nachádza od rázcestia asi 5 minút.)



Výstup na Strážov (vrátane Horného vodopádu)

Štart: Zliechov
Cieľ: Strážov
Dĺžka trasy: 12,2 km (tam aj späť)
Čas: približne 6 hod.

Z obce Zliechov vyrazíte po červenej značke - Cesta hrdinov SNP a budete pokračovať až po Sedlo pod Strážovom. Tu odbočíte na žltú značku, kde vás už o chvíľu čaká výhľad na Horný a Dolný Strážovský vodopád, útulňa a tiež studnička. Po žltej značke sa vrátite späť až k Sedlu pod Strážovom a pokračujete po červenej až rázcestie na

Lúke pod Strážovom, kde je vás určite očarí výhľad. Tu odbočíte podľa rázcestníka smerom na najvyšší vrch Strážovských vrchov - Strážov.



Na Baské z Dolnej Poruby (cez Homôlku a sedlo Trtavka) a späť cez Omšenie

Štart: Dolná Poruba
Cieľ: Vrch Baské
Dĺžka trasy: 17,5 km (tam aj späť)
Čas: približne 6 hod.

Len čo vyjdete z Dolnej Poruby po žltej značke čaká vás prudký stupák do kopca, ktorého sa ale nemusíte lákať, pretože len čo ho budete mať za sebou, čaká vás zaslúžený oddych na Chate Homôlka. Nachádza sa tu posedenie vonku, toalety a bufet. Odtiaľto už pôjdete iba po modrej turistickej značke. Cesta vedie striedavo cez lúky a lesy a po ceste vás sprevádzajú turistické rázcestníky. Počas túry sa môžete kochať nádhernými výhľadmi a to už od začiatku, uvidíte Klak, Strážov a ocitnete sa na Sedle Košariská či Trtavka.

Nedaleko od Trtavky sa nachádza uprostred veľkolepej lúky plnej kosatcov jednoduchý posed a cestu lemujú studničky s pitnou vodou. Ďalej vás trasa zavedie cez Dlhú lúku až na Zrazový vrch a odtiaľ už je to kúsok na Chatu Baské.



Z tohto vrchu, ktorý sa nachádza takmer 1000 m.n.m ale vedie pomerne jednoduchá cesta. Nasledujete modrú značku smerom na Omšenie, cesta vás opäť prevedie cez lúky ale i lesné serpentíny z kmeňov a kameňov. Táto trasa je mierne dlhšia no kvôli výhľadom, ktoré ponúka je skvelou voľbou pre kohokoľvek, kto potrebuje utíšiť svoje myšlienky a zažiť to najkrajšie ticho.



z Trenčína na...

IBOVku

Štart: Trenčín, železničná stanica

Cieľ: IBOvka

Dĺžka trasy: 12,2 km (tam aj späť)

Čas: približne 4 hod.

Turistická značka:
Ak hľadáte miesto pre nenáročnú prechádzku, táto trasa je určená pre vás. Na konci vás čaká vysoká rozhľadňa, ktorá stojí za to vidieť ju a ponúka bohaté výhľady na okolie.



Kozí vrch

Štart: Trenčín, železničná stanica

Cieľ: Kozí vrch

Dĺžka trasy: 6,2 km (tam aj späť)

Čas: približne 2 hod.

Turistická značka: Zelená - Martinov chodník

Táto prechádzka vás zavedie na neďaleký kopec, kde si môžete aj posediť a stráviť čas v prírode či už sami, kamarátmi alebo rodinou.



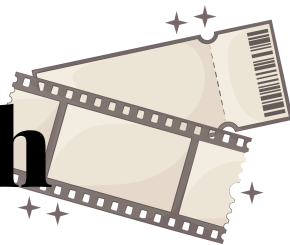
Pre akúkoľvek trasu sa rozhodnete, určite nebudete ľutovať. Niekedy sa cítite len na krátku prechádzku a niekedy by ste najradšej zdolali Mount Everest. Dôležité ale je, že strávite kvalitný čas v prírode a dovolíte jej stíšiť chaos myšlienok, nechať problémy zmiznúť a cítiť sa prítomný v danom okamihu.

Haluzická tiesňava





Autor: Diana Huličiarová, I. C
Dizajn: Denisa Košíková, II. A

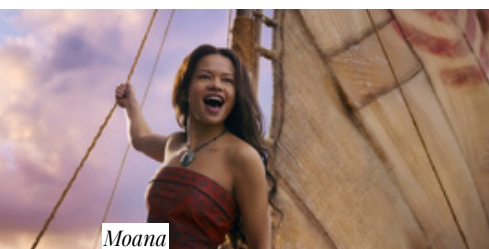


Leto plné filmových očakávaní

Ako každé leto, aj toto leto je plné očakávaní. Cez leto veľa ľudí chodí na dovolenky, avšak nie vždy je dobré počasie a niekedy máš chuť zapnúť si nejaký dobrý film alebo seriál. Tento článok, ktorý čítate, je zameraný na filmy, na ktoré sa môžeme tešiť toto leto.

Moana – live action

Každý pozná rozprávku Moana a jej ikonickú pesničku You're Welcome, ktorú naspieval Dwayne Johnson. Čo upútalo moju pozornosť, je to, že Dwayne Johnson bude hrať aj v pripravovanom filme. Ide o veľmi očakávaný hraný film, na ktorý sa čakalo veľmi dlho, a aj ja dúfam, že nás nesklame. Pre tých, ktorí tento príbeh nepoznajú – ide o rozprávku od Disney, ktorá zachytáva dobrodružstvo dievčaťa menom Moana, ktoré sa vydá na cestu, aby zachránilo svoj ostrov pred zánikom. V mnohých európskych krajinách sa meno Moana zmenilo na Vaiana kvôli konfliktu ochranných známok, a preto ju veľa ľudí u nás pozná práve pod týmto menom.



Moana

The Odyssey

Ako som už spomenula v minulom čísle časopisu, v júli vyjde akčný historický film, v ktorom sa okrem Matta Damona objaví aj Tom Holland, ktorý hrá aj v ďalšom spomenutom filme – pokračovaní Spider-Mana. Ľudia, ktorí majú radi históriu, si s týmto filmom určite prídu na svoje a môžu oceniť aj to, že sa natáčal na rôznych miestach po svete, aby čo najlepšie vystihol cesty Odyssea. Prakticky sa teda natáčalo po celom svete. Hlavný herec Matt Damon hovorí, že ide o jeho najnáročnejší film a že príbeh sa drží gréckej mytológie.



The Odyssey

Spider-Man: Brand New Day

V tejto filmovej sérii vystupuje Tom Holland a môžeme sa tešiť aj na ďalší film. Ide o akčný superhrdinský žáner od Marvelu, v ktorom Peter Parker zažíva novú kapitolu svojho života. Pri natáčaní tohto filmu utrpel herec otras

mozgu pri kaskadérskom kúsku, a preto sa natáčanie natiahlo. O tom, čo bude film obsahovať, sa zatiaľ veľa nevie a fanúšikovia vytvárajú rôzne konšpirácie. Veľa ľudí sa obáva chýb zo starších filmov o Spider-Manovi, najmä kvôli zbytočným scénam (fillerom), a preto musíme dúfať, že sa to tentoraz nestane. Trailer k filmu zatiaľ nevyšiel, takže všetko bude pre divákov prekvapením.

Niektorí ľudia nepozerajú veľa filmov, pretože dej sa často skončí príliš rýchlo, a preto radšej uprednostňujú seriály. Seriály majú niekedy výhodu v tom, že poskytujú viac priestoru na rozvoj postáv a dlhší dej.



Spider-Man: Brand New Day

Elle

Cez toto leto vyjde aj nový seriál, ktorý zachytáva dej pred filmom Pravá blondínka. Ide síce o starší film, no stále patrí medzi obľúbené romantické komédie. Aj tento seriál sa bude venovať jej tínedžerskému životu. Zaujímavé je, že seriál ešte ani nevyšiel a už je objednaná druhá séria. Je teda vidieť, že sa doň vkladajú veľké nádeje.



Elle

Na čo sa môžete tešiť v ďalšom čísle

(Budúce číslo môžete očakávať v januári 2027)

- Hlavná téma čísla: Naši hrdinovia
- Reportáže z nových akcií a exkurzií
- Skrytý talent Obchodnej akadémie
- Jeden z našich pedagógov nám odhalí svoje súkromie
- Prvé hlásenia z ďalekej cesty školského Erazmu
- Nové hviezdy Obchodnej (vítame prvákov a nových pedagógov!)
- Pečie celá Obchodka –naša predvianočná charitatívna akcia

