

GYM



Editorial

Milí čtenáři,

v rukou držíte další výtisk časopisu GYM, na kterém se každoročně podílejí studenti literárního semináře. Ani my jsme letos nezháleli a spolu s třídou G4.C jsme pro Vás připravili hned několik zajímavých článků. Některé z nich vážné na zamyšlení, například o mikroplastech, či o právě řádící inflaci. Pro mladší spolužáky máme i pár fejetonů a jedno interview na téma maturant. Nebudou ale chybět ani odlehčená témata typu nápady na cestování, vaření, či novinky v módě a mnoho dalšího! Doufáme, že Vás naše dílo zaujme a snad i pobaví. Tímto se s Vámi loučíme a nezapomeňte - příští vydání je již na Vás!

Redaktorský tým

OBSAH

Ty plasty nás jednou zahubí!.....	4
Dopad ruské invaze na inflaci.....	4
Stisknou hráči násilných her spoušť?.....	6
České knižní novinky jara 2022.....	7
Za tóny houslí.....	8
Syndrom vyhoření.....	10
Blues opuchlého alergika.....	11
Přípravy k maturitní zkoušce v plném proudu.....	12
3, 2, 1 ... Panika.....	13
Rozhovor se studentem čtvrtého ročníku aneb jak se (ne)připravujeme na maturitu.....	14
Dámské módní trendy na jaro a léto 2022.....	15
Top 5 nejzvláštnějších míst světa, která neznáte.....	18
Euphoria.....	21
Legendární pokrmy z českých filmů.....	22
Tým.....	23

Ty plasty nás jednou zahubí!

Asi jsme si už všichni stačili všimnout, že plasty jsou všude kolem nás. Ale napadlo vás někdy, že by se mohly nacházet i uvnitř nás...?

Mikroplasty, se kterými se dnes již každodenně setkáváme u běžných věcí jako jsou vlákna oblečení, nádobí, pneumatiky, kosmetika a mnoha dalších zdrojů, se už nalézají po celé planetě. Najdeme je všude, ať už to je na nejvyšším bodě na Zemi, vrcholu Mount Everest, nebo v nejhlubších oceánech. Podle mnoha studií je lidé dokonce i konzumují v potravinách, vodě a také je vdechují.

Vědci už dříve našli mikroplasty v lidské stolici nebo dokonce v placentách těhotných žen. Z nedávno publikovaného výzkumu také vyplynulo, že se tyto částice mohou zachytit na vnějších membránách červených krvinek a omezit jejich schopnost přenášet kyslík. V nejnovějším průzkumu vědci poprvé skutečně odhalili mikroplasty v lidské krvi. Autoři studie analyzovali vzorky krve 22 anonymních dárců, zdravých dospělých jedinců, a v 17 z nich našli plastové částice. Některé vzorky krve obsahovaly dokonce dva nebo tři druhy plastů.

Polovina vzorků obsahovala plast polyethylentereftalát známý pod zkratkou PET, ze kterého se vyrábějí třeba jednorázové lahve na nápoje, fólie nebo textilní vlákna. Vědci našli ve třetině vzorků pro většinu z nás asi velice známý polystyren, který se používá na balení potravin a dalších výrobků. Čtvrtina vzorků obsahovala polyethylen, z něhož se vyrábějí igelitové tašky.

Po zjištění tohoto objevu je jistě přirozené mít určité obavy. Představa, že nám žilami kolují částice plastu po celém těle, je, myslím, nejen pro mě nepříjemná a je zapotřebí s tím něco dělat. V problému s mikroplasty v krvi je zde ale stále mnoho neznámých a vědci si kladou spoustu otázek, na které se budou v dalších výzkumech snažit najít odpovědi.

Když už víte, že je tu dost velká možnost, že vám v těle kolují plasty, přemýšlíte o změně vašeho životního stylu? Plánujete aspoň trochu omezit vlastní spotřebu plastů nebo tuto informaci přijímáte jako nepříjemný, ale přitom nevyhnutelný fakt spojený s pokrokem a vývojem této doby? Nad těmito otázkami je už potřeba, aby si popřemýšlel každý sám za sebe...

Kristýna Dušková

Dopad ruské invaze na inflaci

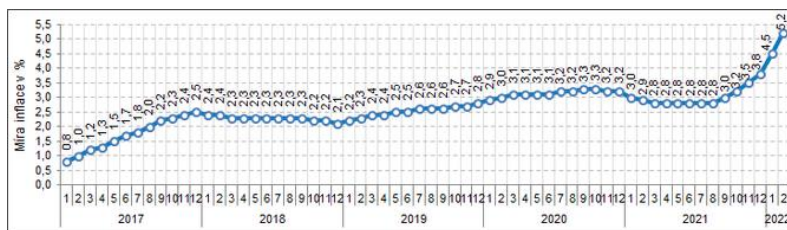
Česká národní banka usiluje o to, aby se průměrná roční inflace nedostala nad hranici 2 %. To se jí ale poslední dobou nedaří. Za minulý rok byla průměrná inflace nejvyšší od roku 2008. V únoru 2022 jsme se z mírné inflace dostali do pádivé a růst cen je nejrychlejší za posledních 23 let. Čím je to způsobené, jak s tím ČNB bojuje, jak inflaci ovlivnila ruská invaze na Ukrajinu a jaký vývoj můžeme očekávat?

Čím je způsobená současná vysoká inflace?

Současná vysoká inflace je ovlivněna několika faktory. Zejména se jedná o vysoký růst cen v zahraničí ve výrobní sféře, který plyne z nedostatku materiálů a součástí. Tím pádem

obchodníkům několikanásobně vzrostly náklady a na to reagují zvýšením cen. Zdražováním si zároveň kompenzují ztráty z dob Covidu, kdy došlo k uzavření ekonomiky.

Dalším faktorem je výrazné zdražování energií na energetických burzách, kterého jsme se dočkali na podzim minulého roku. To bylo ale v listopadu a prosinci tlumeno dočasným prominutím DPH, které zavedla předchozí vláda. Avšak v lednu se to už do inflace promítlo.



Míra inflace v ČR v %

Také je v České republice dlouhodobě vyčerpaný trh práce, takže česká ekonomika operuje nad hranicí svých výrobních možností. Tím dochází ke znatelnému nesouladu mezi nabídkou a poptávkou.

Česká koruna ale není jediná měna, která se v současnosti potýká s rekordní inflací. V únoru 2022 míra inflace eura vystoupala na 5,8 %. To je nejvyšší hodnota od zavedení eura před 20 lety.

Jak ČNB reaguje?

ČNB už v průběhu června minulého roku reagovala tím, že postupně zvyšovala úrokové sazby. V průběhu roku se tedy úroková sazba dostala z 0,25 % na hladinu 4,5 %. Tím ale reagovala pouze na domácí inflační tlaky. Co se týče zahraničí, tak ČNB počítala s tím, že se ceny v zahraničí stabilizují. K tomu ale kvůli invazi zatím nedošlo.

Došlo také k nárůstu investičních úvěrů podnikům, což má trochu zmírnit poptávku firem po nadměrném zásobování nedostatkovým zbožím. Jinak by došlo ke zvýšení poptávky po nedostatkovém zboží a ceny by se ještě zvýšily.

Co se týče domácností, tak se zdražily hypotéky. To by mělo zájem o ně snížit, což je v této situaci, kdy ceny nemovitostí meziročně narůstají o 20 % a více, nezbytné. I úrokové sazby na spořicí účty vzrostly. To by mělo lidi nalákat na spoření peněz a omezit okamžité utrácení.

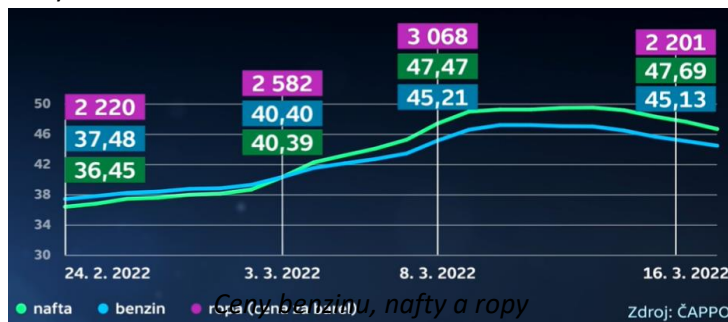
Hlavním cílem ČNB je v současnosti přesvědčit ekonomické subjekty o tom, že takto velká inflace je jednorázová záležitost.

Jak inflaci ovlivnila ruská invaze na Ukrajinu?

Ruská invaze na Ukrajinu je složkou inflace, kterou nikdo nepředvídal a nepočítal s ní. Na to jde bohužel velmi těžce reagovat v měnové politice, protože žádné zvyšování úrokových sazeb nezastaví válku ani nezprůchodní ropovody a plynovody.

Drasticky vzrostly ceny benzínu, nafty a ropy. Ceny sice rekordně stouply, ale i rekordně klesly, nejrychleji od února 2010. Vláda na růst cen reagovala zrušením přímíchování biosložky a zrušením silniční daně pro auta do 12 tun.

Vysoké ceny pohonných hmot se promítají i do nárůstu dalších cen. Například potravin. Máslo v únoru stoupl o 30 %, mouka o 25,3 %, cukr o 24,2 % a mléko o 18,1 %.



Zdroj: ČAPPO

Jaký je možný další vývoj?



Jiří Rusnok

Podle prognózy ČNB na začátku roku odhadovala nárůst inflace pod 10 %. V současnosti guvernér ČNB Jiří Rusnok věří, že inflace nepřekročí hranici 13–14 % a očekává snižování inflace už v druhé polovině tohoto roku. Dále přiznává, že prognóza, kterou vydali na začátku roku, se dramaticky změnila kvůli válce a novou prognózu ještě nemají.

Můžeme ale očekávat pokles reálné mzdy o 5–8 %. Což je něco, co tu 30 let nebylo. To způsobí, že poptávka drasticky klesne. To se bohužel velmi výrazně odrazí na ekonomickém růstu a promítne se to i do roku 2023. Podle slov Jiřího Rusnoka budeme rádi, když na konci roku budeme mít ekonomický růst na 0 %.

Michal Borský

Stisknou hráči násilných her spoušť?

Spojené státy mají jednu z nejvyšších dětských úmrtností, způsobenou neúmyslným použitím střelných zbraní. Proto dvě univerzity z USA (Státní Univerzita Ohio a Lékařská fakulta Univerzity Pensylvánie) provedly randomizovanou kontrolovanou studii, kde byl zkoumán vliv videoher se zbraněmi na chování dětí, když narazí na skutečnou zbraň.

Dvojícím dětí, ve věku 8 až 12 let, byla přidělena jedna ze tří verzí populární videohry Minecraft. Jedno dítě hrálo, zatímco druhé se dívalo. První verze hry byla násilná se zbraněmi používanými k zabíjení příšer. Druhá verze byla také násilná, ale k zabíjení příšer se používaly meče. Poslední verze hry byla nenásilná, bez zbraní a příšer.

Po 20 minutách hraní hry si děti hrály s dalšími hračkami v jiné místnosti. Zde byla mimo jiné skříňka se dvěma zneškodněnými pistolemi. Do analýzy studie bylo zahrnuto pouze 220 takových dětí, které při hře zbraň objevily. Průměrný věk těchto dětí byl 10 let.

Ze 76 dětí, které hrály videohru s násilnými zbraněmi, se pistole dotklo téměř 62 %, tedy 47 dětí.

Ze 74 dětí, které hrály videohru s násilnými meči, se pistole dotklo téměř 57 %, tedy 42 dětí.

Ze 70 dětí, které hrály nenásilnou verzi videohry, se pistole dotklo přibližně 44 %.

Ačkoli rozdíly mezi skupinami nebyly významné, děti, které byly vystaveny násilné verzi videohry, se častěji dopouštěly nebezpečného chování, tedy mačkání spouště na sebe, či svého partnera, než děti vystavené nenásilné verzi.

Tyto výsledky byly významné i po zohlednění dalších polehčujících faktorů, jako je pohlaví, věk, rysy agresivity, vystavení jiným násilným médiím, postoje ke zbraním, přítomnost střelných zbraní v domácnosti, či zájem o zbraň. Zároveň ostatní výsledky, například doba strávená držetím zbraně a celkový počet stisků spouště, nebyly statisticky významné.

Samostatně uváděná konzumace násilných médií byla důležitým faktorem, ovlivňujícím celkový počet stisků spouště, stisků spouště na sebe a stisků spouště na partnera. Studie je samozřejmě omezena umělým prostředím univerzitní laboratoře a hrou Minecraft, která není příliš násilná a neobsahuje krev – výzkumníci nemohli eticky vystavit děti násilnější hře.

Autoři doporučují majitelům zbraní, aby zabezpečili své střelné zbraně a omezili vystavení dětí násilným videohram.

Studie:

Effect of Exposure to Gun Violence in Video Games on Children's Dangerous Behavior With Real Guns: A Randomized Clinical Trial. JAMA Network: © 2022 American Medical Association. [online]. 31. 3. 2019 [cit. 2022-03-27]. Dostupné z:

<https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2734799>

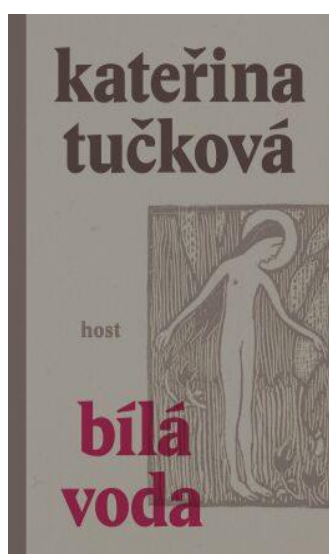
Andreas Ježek

České knižní novinky jara 2022

Bílá voda od Kateřiny Tučkové

Historický román *Bílá voda* od české spisovatelky Kateřiny Tučkové má být v prodeji od 28. 4. 2022. Těšit se můžeme na román, který je inspirován skutečnými událostmi, po nichž autorka pátrala řadu let v archivech a mezi pamětníky. Děj románu se odehrává v pohraniční vesničce Bílá Voda, kam kdysi přicházely zástupy poutníků vyprosit si pomoc u zázračné sošky Panny Marie. Do této zapadlé oblasti přijíždí Lena Lagnerová, aby se tu skryla před svou minulostí. Namísto kláštera s početnou řeholní komunitou tu však najde pouze několik řádových sester vedených svéráznou řeholnicí Evaristou, která přišla do Bílé Vody o poslední zářijové noci roku 1950, kdy komunistický režim odvěkl v rámci Akce R všechny řádové sestry do sběrných klášterů.

Kateřina Tučková je významnou českou autorkou, kterou proslavil bestseller *Žitkovské bohyně* a román *Vyhnání Gerty Schnirch*. Román *Žitkovské bohyně*, pojednávající o osudu léčitelek z Moravských Kopanic, byl oceněn prestižní cenou Magnesia Litera.



Odbočka v lesích od Kateřiny Karolové

Thriller *Odbočka v lesích* od začínající české autorky z Valašska nám nabízí jedinečný pohled na zapadlou horskou oblast na východě Čech, kam se skupina přátel vydá objevovat krásy Beskyd. Jenže netuší, že les uprostřed Beskyd není obyčejný a nerad se vzdává toho, co již jednou pohltil...

Kateřina Karolová je česká pediatřička, spisovatelka a maminka, která vyrůstala ve Zlíně. Na literární scéně se poprvé objevila roku 2020, kdy napsala svůj životopis: *Já, doktor(in)* z dob, kdy pracovala jako dětská lékařka v německé nemocnici. O rok později vydala svůj první thriller *Zítřek ti nikdo neslíbil*, který je mezi čtenáři velmi oblíbený.

Kateřina Rozová

Za tóny houslí

V dnešní době, kdy naším světem otřásá válka, pandemie a čelíme mnohým nelehkým situacím, občas přicházejí chvíle, kdy máme pocit, že se na nás vše řítí. Jistě, určitě ne každý takové pocity zažívá, ale i ti, kteří jsou odolní a zachovávají si optimismus, mohou najít rozptýlení v hudbě. Samozřejmě ne každý ji oceňuje, ale pro ty, kteří hledají klid a šanci se na moment zastavit a s prázdnou hlavou se nechat unášet do geniálních myslí skladatelů, tu mám pár tipů na houslisty, kteří dle mého dokážou každého zaujmout svou kreativitou a schopnostmi.

David Garret

Jako prvního doporučuji americko-německého houslistu Davida Garretta. Narodil se do rodiny německého právníka a americké primabaleríny. Na housle začal hrát ve čtyřech letech, kdy je koupil otec jeho staršímu bratrově. S plnou podporou jeho otce a disciplíny, která je nedílnou součástí hraní na hudební nástroje, se brzy stal součástí špičkových světových orchestrů.

Ve dvaceti letech jel studovat do New Yorku, kde položil základní kámen nového hudebního žánru crossover, který kombinuje vážnou a popovou hudbu. Díky tomu se stal rychle oblíbeným a úspěšným umělcem. Získal několik cen ECHO a dále například cenu Bambi.

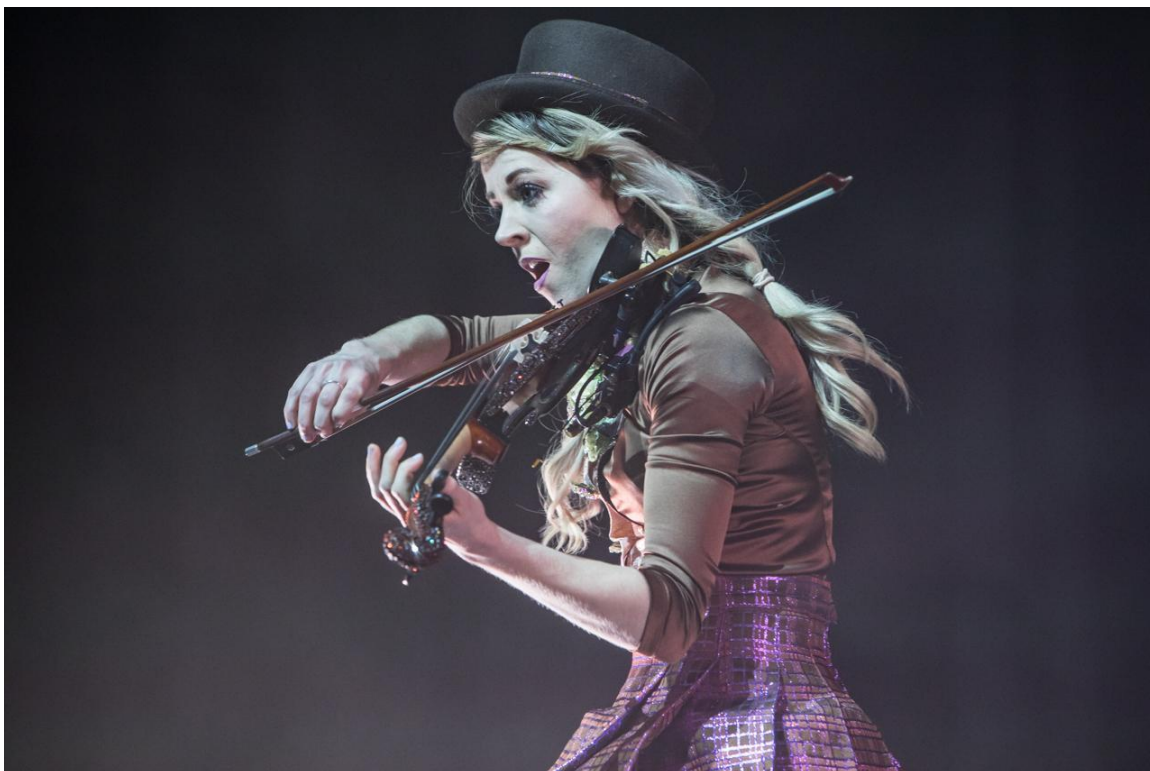


Koncerty: Poslechnout si Garretta budete moci během dubna a května v Itálii a v září ho bude možné zastihnout v Německu, kde se bude konat jeho turné. Lze si proto naplánovat příjemnou dovolenou a zpestřit si ji jeho koncertem. Navštěvuje však pravidelně i Českou republiku, a tak jeho umění budou moci poznat i ti pohodlnější z vás. Vstupenky na něj nepatří k nejlevnějším, ale cenu zaručeně vyváží jedinečný zážitek.

Lindsey Stirling

Většina skladeb této houslistky, na rozdíl od Davida Garreta, věnujícího se spíše již existujícím dílům vážné hudby, je jejím originálním dílem. Její tvorba je dle mého názoru zcela jedinečná, to snad ale prakticky každého skladatele. Pokud budete dobře znát několik jejích děl, pak bez pochyby budete schopni odhalit její „rukopis“ a později podle něj identifikujete Lindsey Stirling i v kdejaké skladbě v rádiu, kterou do té doby nebudete znát.

Narodila se v chudé rodině, proto zprvu nebyla schopna se houslím věnovat na takové úrovni jako například výše zmíněný David Garrett. Ač ji její rodiče podporovali, zajistit jí finance nebylo v jejich silách. Lindsey Stirling však měla talent. Nejdříve se Lindsey věnovala tanci a houslím, ale později si musela vybrat a zvolila právě housle. Svou tvorbou, která je moderní a průlomová v žánru taneční/elektronické hudby, oslovila široké spektrum posluchačů a v současnosti se těší věhlasné popularitě. Při svých koncertech hraje na housle a zároveň tančí, což je velmi obdivuhodné, ona si tím podle svých slov plní svůj sen. Obdržela několik ocenění ECHO a Streamy Award.



Koncerty: Lindsey Stirling na začátku března ukončila své turné v Austrálii a západní Evropě, o jejích dalších plánech zatím nemáme informace. Vystupuje však i v naší české O2 aréně, a tak doporučuji si na její koncert počkat - nebo si ji poslechnout na nějaké zahraniční dovolené podobně jako u Garretta. Ani její koncerty nejsou levné, ale pro zkušenost s umělcem její úrovně se vyplatí našetřit.

Přeji vám, abyste nepadli do každodenní rutiny a nepodlehli smutné atmosféře dnešní doby a vždy si našli něco, co vás může rozptýlit a potěšit, ať už v hudbě, či čemkoli jiném.

Salome Korbelová

Syndrom vyhoření

Syndrom vyhoření je stav emoční a fyzické nepohody, který se váže k pracovní zátěži a chronickému stresu. Projevuje se dlouhodobým emočním a/nebo fyzickým vyčerpáním, pocitem nenaplněnosti, ztrátou motivace a zájmu pracovat. Často se tento problém týká profesí s velkou zodpovědností jedince, ale není to ojedinělé ani u studentů. Příčinou je vysoká psychická zátěž, omezený čas na sociální a volnočasové aktivity a hlavně ztráta iluzí o studiu. Syndrom vyhoření má velmi podobné příznaky jako deprese, ale jejich příčiny jsou jiné.

Vyhoření jako jakýkoli psychický problém nelze zvenčí poznat, osoba samotná si mnohdy ani neuvědomuje, jak vážná situace je, dokud se neocitne na dně. K behaviorálním symptomům patří: vyhýbání se povinnostem, lidem a společnosti, prokrastinace, vybíjení frustrace na ostatních, zneužívání jídla nebo návykových látek pro útěchu. Tyto symptomy nejsou ale zcela výjimečné a jsou okolím mnohdy klasifikované jako lenost nebo neschopnost jedince.

Mnoho z nás teď prožívá velmi stresující období. Snažíme se po dvou letech znovu objevit ztracenou rutinu, donutit mozek, aby opět správně fungoval. Snažíme se odmaturovat a dostat se na

vysněné vysoké školy. Nevíme, do čeho se vrháme, jak to bude fungovat - a to je opět další nálož stresu a hlavně nejistoty. Schopnost nadrtit se 200 pojmů je ceněna zlatem, ale nějak ji všichni postrádáme. Tyto a mnohé další vyhlídky v kombinaci s osobními problémy nás obkličují a uzavírají v temné díře, ze které se zdá nemožné uniknout. Ocítáme se na hranici vyhoření, mnohdy jsme do oné propasti dávno spadli.

V této situaci je důležitá podpora okolí a samotný přístup. I přes nátlak na perfektní výkon na první pokus si musíme uvědomit, že ve výsledku o nic nejde a jedna zkouška nevypovídá o našich vědomostech a takových lidí, co se sešlo na podzim, jen o tom už nemluví, je mnoho. A to není ostuda.

Robin Naiman

BLUES OPUCHLÉHO ALERGIKA

Za okny svítá, jaro nám začíná,
já sedím doma a nahlas ho proklínám.
Kdo by měl radost, že teplo je dnes,
už zase mám rýmu, z ní chytá mě stres.

Všichni se radují, výskají s nadšením,
jak já to oslepen, jak já to ocením?
Všichni se radují, čichají k růži,
dívky jsou haleny jen ve své kůži,
mně chybí dalekohled.

Nadávám na Máchu, Karla i Hynka,
všechny, co jak oni přetéka láskou,
mně teče z nosu a oči mám opuchlé,
nechci mít nic s touhle cháskou.

JaLmilo, HyMku, Viléme,
křičel bys Mácho na seně,
kdybys byl alergikem.

Jakub Baťa

Přípravy k maturitní zkoušce v plném proudu

Maturita. Slovo, které nahání hrůzu nejednomu studentovi střední školy. Už nástupem do prvního ročníku se většina kantorů neobešla bez strašení z tohoto závěrečného okamžiku. Tou dobou jsme se ale stále pouze smáli a vykřikovali, že to je až za dlouhou dobu, že nás se to netýká. Čtyři roky však utekly rychle jako voda a my propluli až do „čtvrtáku.“ Někteří se sice spíše doplazili a ještě s odřenýma ušima, ale co už.

S nástupem do čtvrtého ročníku nás ale rychle smích přešel. Nebylo by dne, kdy by se maturita neřešila. Někteří z nás se dokonce dostali i do fáze, kdy při zaslechnutí slov jako maturita, „didakták“, rozbor či slohy zblednou a ošívají se ještě další hodinu. A to je teprve začátek. Pouze počáteční stadia paniky. Věřím, že ti slabší z nás budou v květnu zralí na koňskou dávku antidepresiv a jednoho dobrého terapeuta k tomu jako bonus.

Jak nám vždycky učitelé vrývali do paměti (nebo se teda aspoň snažili): „Příprava je důležitá, proto ji nepodceňte!“ No jo, ono se to lehce řekne, ale těžce uskutečňuje.

Asi každý mi dá za pravdu, že vždycky se najde nějaká zajímavější činnost než učení. A to hlavně při učení se na maturitu. Z Justy se třeba například stala prvotřídní kuchařka a já bych si mohla klidně otevřít vlastní úklidovou firmu. Už jsem dokonce i přemýšlela nad sloganem, kdyby se přece jen nezadařilo. Když si ale samu sebe představím v nějaké nevkusné uniformě, s latexovými rukavicemi a mopem v ruce, popadne mě většinou vlna pracovitosti, díky které se donutím alespoň něco dělat. Sice mi většinou tato „chvilka pilnosti“ nevydrží moc dlouho (proto ji taky nazývám pouze chvilkou a ne chvílí), ale každá snaha se počítá. Vždycky si říkám, že nejdůležitější je vůbec začít. Pak už si jen najít vlastní systém a to nejtěžší mám za sebou.

Abych ale neházela všechny do jednoho pytle, najdou se i tací, kteří nehledají své skryté talenty. Neosvojují si kurzy mandarínštiny v době, kdy volají maturitní povinnosti. Jsou to tací, kteří se poctivě připravují. Vypracovávají si maturitní otázky. Pravidelně se učí. Ano, je to až neuvěřitelné, ale je to tak. I takoví studenti existují. Místo hlavy v záchodě po propité party dají radši přednost poklidně strávenému večeru s kvalitní četbou k maturitní zkoušce. Stíhají se připravovat nejen na maturitu, ale třeba ještě na přijímačky na vysoké školy. Občas si říkám, jestli jsou to vůbec lidi a ne nějakí hodně věrohodní terminátoři nebo dokonce i mimozemšťani. Mají vůbec nějaký osobní život? Odpověď je jednoduchá – nemají. Ale aspoň budou pak v květnu v klidu a pohodě a ušetří za terapeuta, kterého my, králové a královny prokrastinace, budeme potřebovat.

Anna Petrová

3, 2, 1 ... Panika

Ne, toto není název nové internetové show nebo jméno rockové skupiny. Takto jednoduše by se dal vystihnout duševní stav studenta čtvrtého ročníku gymnázia, kterému se blíží maturita.

To je až za dlouho, to se zvládnou do té doby naučit. V září si ještě většina z nás udržuje úsměv na tváři a myslí si, že si čtvrták pořádně užije. Každý není stejný, ale na začátku školního roku jsou ještě všichni v klidu. Takové ticho před bouří. Na seminářích probíráme maturitní otázky, na nematuritních předmětech brbláme, proč tam proboha musíme chodit. V nastíněném duchu vyčkáváme do Vánoc, užijeme si krásné svátky, a pak se v lednu vrátíme s bílou tváří od obav, co se bude dít.

Kolotoč zkoušení, uzavírání známek a příprav na zkoušku dospělosti nabírá vražedné tempo. Stále ale máme čas. Když se budeme učit průběžně, tak to přece bude hračka, ne? Jenomže dny jsou proti nám. Kdyby se ručičky na hodinách pohybovaly tak rychle, jak my vnímáme čas, tak nám ty hodiny odletí. Ani nemrkáme a jsme na konci jarních prázdnin, pro někoho doba „pracovního volna“.

Už ani nemá cenu dívat se do kalendáře, než bychom přečetli datum, týden je pryč. Minimálně pocitově. Je tu duben. DUBEN? Ano, je to problém? Ne, jen píšeme slohové práce a písemné části školních maturit, proč by to měl být problém. Někteří studenti si až teď vzpomenou, že vlastně maturují. Klikáři, co se duševního stavu týče.

Pokud se stresujeme teď, nechci nás vidět o „svatáku“. Například já si už teď míchám kávu tužkou, snažím se volat pomocí kalkulačky nebo odříkávám ze spaní orgány EU. O usnutí na stole a poslintání si učebních materiálů ani nemluvě.

Co naplat. Nic jiného než přežít nám nezbývá. Hlavní je se z toho nepo..., nesložit se a řídit se radou naší paní učitelky. Pokud se chcete u maturity zhroutit, odložte to o půl hodiny. Tak se tím řídíme a říkejme si, že zkouška je od slova zkusit. Vždyť přece v nejhorším Hvězdy září v září, ne?

Terezie Plašilová

Rozhovor se studentem čtvrtého ročníku aneb jak se (ne)připravujeme na maturitu

Už je začátek dubna a já osobně si začínám uvědomovat, že maturujeme za chvíli. Jak na to pohlížíš ty, dolehl na tebe už taky stres?

Stres na mě zatím nedolehl, protože na mě osobně to vždycky dolehne až přímo na místě. Věřím ovšem, že budu dobře připraven a svoje znalosti přetavím v úspěch.

A jak jsi na tom tedy s přípravou?

Tak určitě se připravuji a to poctivě, samozřejmě se snažím nic nezanedbat, ale vzhledem k tomu, že musíme pořád pracovat na 100 % i v ostatních předmětech, tak na maturitní přípravu už mnoho času nezbývá.

A kdy jsi s tou poctivou přípravou začal?

Nalijme si čistého vína. Není to tak dávno, ale detaily nebudu prozrazovat, protože vše, co řeknu, by mohlo být použito proti mně. *(směje se)*

Z jakých předmětů budeš maturovat?

Budu maturovat z českého jazyka, angličtiny, zeměpisu a ivt.

A jakého předmětu se obáváš nejvíc?

Pravděpodobně češtiny, protože zeměpis mě vždycky bavil, navíc věřím ve své schopnosti. Ostatní předměty snad také bez problémů zvládnou, ale z češtiny mám zkrátka největší respekt a ke zkoušce půjdu s nejvyšší pokorou.

Baví tě povinná četba?

Lhal bych, kdybych řekl, že ano, ale samozřejmě mi nezbývá nic jiného než splnit rozkazy našich češtinářek. *(směje se)*

Ale určitě jsi také objevil nějakou knihu, která tě zaujala - nebo snad ne?

Nejvíce mě asi překvapivě zaujala knížka Cizinec, kterou napsal Albert Camus. Překvapila mě jak příběhově, tak i pohledem hlavní postavy, který byl zkrátka jedinečný.

Když tedy pomineme češtinu, jak moc si věříš na ony ostatní předměty?

Nezbývá mi nic jiného než je zvládnout, ale jak jsem už zmiňoval, zeměpis mi vyhovuje a z angličtiny mám respekt kvůli spoustě různých témat. Jinak si snad budu vědět rady, s ivt snad nebude problém.

Budu ti tedy přát, ať vše dopadne podle tvých představ a maturitu zvládneš napoprvé. Ostatně to přeji i nám, všem maturantům. Chtěl bys také něco dodat na konec?

Já děkuji za příjemný rozhovor a stejně tak přeji všem maturantům, a hlavně tobě, hodně štěstí v nadcházejících týdnech se všemi zkouškami, přijímačkami a ve všem, co nás letos čeká.

Kateřina Kvapilová a Martin Korbel

Dámské módní trendy na jaro a léto 2022

I pro letošní rok si pro nás návrháři z celého světa připravili zajímavé novinky. Pro jarní a letní sezónu jsou typické nejrůznější barvy. Mezi hlavní barvy, které tento rok ovládají módní svět, bych určitě zařadila smaragdově i limetkově zelenou, pastelově fialovou, světle oranžovou nebo také popcornově žlutou. Nejenže se bude popcorn objevovat jako barva, na ulicích se dokonce setkáme s oblečením, které bude mít popcornovou texturu. Pojdme si tedy představit některé trendy na rok 2022.

Široké pásy

Pro mnohé je nošení pásu každodenním rituálem, jiní pásy nemohou vystát. Dnes bych vám však chtěla představit široké pásy, které se opět vrací do módy. Vidíme je jak u špičkových návrhářů, tak i u high street značek. Nejčastěji nám jsou představovány jako doplněk k nejrůznějším midi sukním (středně dlouhé) či volnějším šatům, u kterých pásek napomáhá podtrhnout ženské křivky a skvěle zdůrazní pas. Při výběru pásu je dle mého názoru nejlepší držet se základních barev jako jsou odstíny hnědé, černá nebo jedna z barev, která je zastoupena ve vašem šatníku nebo doplňcích.



Obleky v mnoha barvách

V loňském roce zažívala rozmach všemožná saka. Od krátkých, neboli cropped sak, s mini sukněmi až po ta volná, neboli oversized, s volnějším kalhotami či džínami. V letošním roce se k těmto druhům přidal rovnou celý kostýmek. Nejčastěji se skládá ze společenských kalhot, jednoduchého topu a saka, které bývá ve stejné barvě jako kalhoty. Obvykle obleky vídáme v neutrálních barvách, ale stále více se začínají objevovat i zářivější varianty. Tento rok ovládla smaragdově zelená a výrazné neonové barvy.



Jarní obuv

V nadcházejících týdnech a měsících budou trendy boty, které vynikají nevšedním zdobením, tvarem, barvami či podpatky. Jako jeden z nejžhavějších trendů bych zmínila opravdu masivní boty s širokým podpatkem, které nám představilo hned několik návrhářů na pařížském fashion weeku. Do módy se opět vrací dřeváky. Tyto kožené nazouvací boty se skvěle hodí jako kontrast k úzkým džínům či kalhotám. Někdo s nimi doplní šaty či sukni. I dřeváky se objevily na módní přehlídce a do své kolekce je zařadil Salvatore Ferragamo, Longchamp a dokonce i Gucci.

Pokud chcete oslnit v neobyčejných botách, můžete vyzkoušet vysoké nebo nevšední podpatky. Nemusí jít hned o masivní řetězy, které na boty umístil návrhář Tom Ford. Určitě bych vyzkoušela atypický tvar, neonové barvy, materiál či doplněk formou nejružnějších kamínek a třpytek.

A pokud preferujete eleganci místo tenisek, vyzkoušejte mokasíny, ty jsou na jaro naprosto ideální a jsou jedním ze základních kousků dámského botníku.



Popcornová textura

Tato texturová látka byla velice oblíbená v 90. letech a na počátku 20. století, kde se nejčastěji objevovala na tričkách. V dnešní době to jsou však nejen trička, ale i šaty, sukně, svetry, legíny, kabelky či rukavice. Tuto nařasenou látku do své kolekce začlenil Diesel, který ve své jarní kolekci představil asymetrickou kombinaci popcornového bolerka a džínové sukně.



Kabelky všech velikostí a tvarů

Nejprve bych ráda zmínila, že trendy u kabelek se nemění příliš často, každý rok sice vznikají nové, ale hlavní značky zůstávají u svých stálých, nadčasových a typických kabelek. Ty se vyrábí již desítky let, některé z nich jsou skvělým investičním kouskem. Obzvláště pokud se jedná o neobvyklé zpracování nebo materiál. Určitě bych zmínila Birkin bag od Hermés, která je často nazývána jako Rolls-Royce mezi kabelkami. Lady Dior, kterou proslavila Lady Diana. Tento model Dior vyrábí přes 20 let a nalezneme ji ve velkém spektru barev.

Za zmínku také určitě stojí ikona všech ikon od Chanel a to Chanel 2.55, která je vytvořena v nadčasovém, elegantním stylu. Tu si v roce 1955 navrhla přímo pro sebe Coco Chanel.

Některé módní domy tak oprašují své dřívější kolekce a inspiřují se v „devadesátkách“ a trendy do svých kolekcí příliš nepouští. Příkladem jsou již zmíněné značky nebo také například Prada.

Pokud se však zaměříme na dostupnější značky, řekla bych, že ty trendům podléhají daleko více. V letošních kolekcích tak najdeme kabelky nejen nejrůznějších tvarů, ale i velikostí. Od těch úplně nejmenších až k těm s naprosto gigantickými rozměry.



Pestré vzory

Téměř každá sezóna se nese v duchu určitých vzorů. Na letní období jsou to vzory hravější a barevnější. Zmínila bych motýlí křídla, tento vzor, respektive tematika, se do módy vrací spolu s trendy, které byly v 90. letech a na přelomu nového tisíciletí. Vzor si oblíbily i módní domy jako Chanel nebo Versace.

Na přehlídkách se opět objevily klasické puntíky, které v elegantní černobílé kombinaci uvedla Balenciaga. Nebyla by to však fashion přehlídka bez výrazných robů. Balenciaga tak sice zachovala klasickou kombinaci dvou základních barev, ale zcela inovovala materiál. Své šaty totiž představila na přiléhavé, průsvitné látce, ze které se šaty často nevyrábí.

Pruhy jak už klasické, které se letošní jaro hojně objevují na džínech v nespočtu barevných variací, tak i retro pruhy - tímto vzorem se vracíme zpět do 60. let 20. století. Je typický pro módní domy Christian Dior a Courrèges. I tato geometrická estetika se navrátila na dnešní mola i ulice. A to nejen v černobílé variaci, ale i v nejrůznějších barevných kombinacích.

Někteří návrháři se inspirovali prchavým impresionismem, jiní anglickou romantikou s růžemi a pivoňkami velkými jako pěst. Květinové vzory na oblečení uvidíme spíše větší. Dle mého názoru tak navíc outfit působí daleko elegantněji.

Udržitelnost a kvalita

Jako další trend bych určitě zmínila udržitelnou módu. Jelikož i pandemie se na módním průmyslu dosti podepsala, řekla bych, že někteří lidé nad nákupem oblečení daleko více přemýšlí, investují do kvalitních, basic, nadčasových a více udržitelných kousků. Ty by měly být vyrobeny z ekologických a kvalitních materiálů jako je len, bavlna, vlna, hedvábí, kašmír případně jejich recyklované varianty. Je dobré ověřit si, odkud naše oblečení pochází a zaměřit se na fair-trade výrobky. Nejen že nám takové kousky oblečení vydrží v šatníku déle, dokonce tímto můžeme pomoci k lepší ochraně životního prostředí a hlavně zlepšit životní úroveň pracovníků v oděvním průmyslu.

Lenka Nálevková

Top 5 nejzvláštnějších míst světa, která neznáte

Instagram je plný fotek tyrkysových moří, malebných městeček a památek, které si většina z nás přeje alespoň jednou v životě navštívit. Přesto jsou tu lidi, které by přetlačování v davu a ona takzvaná klasika mohla odradit. Jenže naše planeta je plná úžasných míst, o kterých jste určitě neslyšeli a o kterých se vám ani nezdálo. Jsou to místa, ze kterých vám běhá mráz po zádech nebo si říkáte, že jste snad v pohádce. Slyšeli jste třeba o moři, které vypadá jako hvězdná obloha nebo o růžovém jezeře v Austrálii? Zde je seznam míst, která stojí za pozornost.

1. Obrův chodník v Severním Irsku

Obrův chodník neboli Kamenné varhany či Obrovské schody se nachází v hrabství Antrim, zhruba 3 km od města Bushmills. Toto místo patří k největším atrakcím Severního Irska. Je to komplex čedičových sloupů, který se táhne v délce 275 m podél pobřeží a vybíhá až 150 m do moře. Tento přírodní úkaz byl v roce 1986 zařazen na Seznam světového dědictví UNESCO.



2. Moře hvězd na Maledivách

Hvězdné moře. Jev, který se uskutečňuje jen několikrát do roka a je jedním z nejvzácnějších zážitků. Můžete jej pozorovat právě na Maledivách. Jedná se o jev, kdy místní vody připomínají moře plné hvězd. V tomto případě se ovšem jedná o světelný efekt způsobený přemnoženým planktonem. Ten má schopnost bioluminescence, kdy organismy vyzařují světlo jasně modré barvy.



3. Bavlněný hrad v Turecku

Sněhobílé travertinové terasy Pamukkale je jeden z největších turistických taháků ve vnitrozemí Turecka. Jejich název se překládá jako bavlněný hrad, jsou návštěvníkům hitem nejen díky svému oslnivému vzezření, ale i horkým pramenům. Ty údajně pomáhají s léčbou kardiovaskulárních onemocnění, revmatem nebo kožními chorobami.



4. Růžové jezero Hillier v Austrálii

Mezi další zvláštní přírodní úkazy patří růžové jezero Hillier. Nachází se na jihozápadě Austrálie na jednom z ostrovů malého souostroví Recherche. S nekonečně modrým oceánem zde sousedí jezero Hillier, jehož voda je výrazně růžová. Vykrvácel tu jednorožec? Odehrála se zde hromadná havárie kamionů se žvýkačkami? Ani jedno, jezero Hillier je záhadou. Existuje pár výjimek, kde růžovou barvu způsobuje jednobuněčná řasa. Jenže tato řasa se zde vůbec nevyskytuje!



5. Tianzi hory v Číně

Jistě většina z vás viděla film Avatar, proto si zřejmě vzpomenete na vznášející se hory – tisíce skal porostlých stromy a plujících vzduchem, které se nachází v Číně. Hory Tianzi se sice nevznášejí, ale na kráse jim to rozhodně neubírá. Když navíc budete mít štěstí a uvidíte během vaší návštěvy údolí zahalené v mlze, může to skutečně vypadat, že hory se nedotýkají země. Pořízení takové fotky se však povede jen vzácně.



Kateřina Hlavatá

Euphoria

Milí čtenáři,

všichni za sebou máme nelehké období v podobě pandemie nemoci Covid-19, která nám zcela změnila dřívější stereotyp života. Troufám si říci, že pro většinu z nás to bylo jedno z nejnáročnějších období našeho dosavadního života. Nebylo lehké se této situaci přizpůsobit a určitě to na některých z nás zanechalo poněkud nepříjemné následky. Proto se také stále častěji objevuje téma „TEENAGE PROBLEMS,“ což jsou problémy, se kterými se musí potýkat dospívající lidé, tudíž i studenti Gymnázia Mozartova.

Z tohoto důvodu bych vám tedy chtěl představit velmi populární americký seriál s názvem *Euphoria*, který se právě tímto tématem zabývá.

Tento seriál je založen na příběhu studentky Rue Bennett, která navštěvuje střední školu. Rue se stává drogově závislou a stýká se s lidmi, kteří na ni mají negativní dopad. Je zde zaznamenáno, jaká rizika obnáší užívání lehkých i tvrdých drog. Můžeme vidět, jaký to má dopad na naši rodinu a blízké přátele, jak je obtížné se z takových nelehkých životních situací dostat a zejména je zde vykresleno negativní působení návykových látek na lidský organismus a psychiku.

Mimo jiné jsou zde ještě její přátelé, kteří se potýkají s problémy jako jsou deprese, nešťastná láska, šikana a nebo dokonce znásilnění. Je zde také vykresleno nebezpečí, které přináší sociální sítě ve formě dětské pornografie a následného vydírání, šikany a také změny identity. Uvědomíme si, jak jsme zcela závislí na internetu a často ani nevnímáme svět kolem nás.

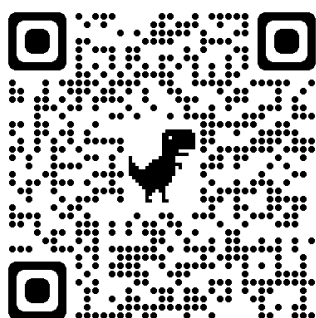
Díky všem těmto problémům, kterým mnohdy dnešní mladí lidé čelí, můžeme být svědky psychického zhroucení, ztráty milovaných osob, odloučení od rodiny, strachu z budoucnosti, existenční krize a mnoho dalšího.

Mimo tato děsivá témata, která mají za úkol zvýšit povědomí společnosti o těchto problémech, nám tento příběh přináší také milostné scény a studentský život ve formě večírků. Občas se zde také objeví zajímavé myšlenky, nad kterými je třeba se pozastavit.

Je nutné si uvědomit, co je v životě opravdu důležité a podle toho si také stanovit priority. Měli bychom si být vědomi, jakou společností se obklopujeme a sami zhodnotit, jaký na nás má dopad. Tento seriál bych určitě doporučil a budu velice rád, pokud si z něho něco odnesete.

Nezapomeňte, že nikdy na nic nejste sami a vždy je možnost se na někoho obrátit!

Pokud vás tento příběh zaujal, zde je odkaz na tribute k tomuto seriálu v podobě QR kódu:



Michal Kolář

Legendární pokrmy z českých filmů

Film a jídlo k sobě patří. Ptáte se proč? Jen si vzpomeňte, kdy jste při sledování filmu něco ujídali. Koneckonců chuť na jídlo dostaneme často proto, že ve filmu nějakou tu dobrotu vidíme. Proto jsme pro vás vybrali dva oblíbené české filmy, které jsou s jídlem neodmyslitelně spojené a přidali jsme i recepty.

Byl jednou jeden král

„Přiměřeně, přiměřeně.“

Taková byla metoda krále Já I. a jeho služebníka při pečení lívanců v oblíbené české pohádce Byl jednou jeden král. A jak už asi všichni víme, moc dobře to nedopadlo. S tímto receptem ale lívance hravě zvládnete. Jejich chuť a vůně vás v tu ránu přenesou do venkovské chalupy. Nejobvyklejší jsou ty sypané cukrem a skořicí, fantazii se ovšem meze nekladou. Jen pozor, aby vám nepřekynuly!

Suroviny

- mléko - 700 ml
- mouka pšeničná polohrubá - 400 g
- vejce - 2 ks
- droždí - 20 g
- krupicový cukr - 40 g
- sůl - 1 špetka
- skořicový cukr (podle chuti)
- švestková povidla
- tvaroh tvrdý (strouhaný)
- borůvky
- zakysaná smetana



Postup

- 1.) Z droždí, lžíce cukru, lžíce mouky a trochy vlažného mléka připravte kvásek.
- 2.) Teď přizvěte na pomoc děti: prosátou mouku nasypejte do mísy, přilijte vykynutý kvásek, vejce, zbylé vlažné mléko a zbytek cukru. Osolte a promíchejte. Takto vzniklé řídké těsto nechte na teplém místě kynout asi pětadvacet minut (objem by se měl zdvojnásobit).
- 3.) Rozpalte lívanečník nebo pánev a jen zlehka potřete tukem; dobře to jde mašlovačkou. Naběračkou na něj nalévejte vykynuté těsto a lívance pečte po obou stranách dorůžova. Na závěr podle libosti ochuťte.

Lotrando a Zubejda

„Chleba s tvarohem nebo život!“

V oblíbené české pohádce Zdeňka Svěráka Lotrando a Zubejda jí loupežník Lotrando chléb s tvarohem, aby byl dost silný a mohl nosit princeznu na ramenou. Nakonec pomocí tohoto jednoduchého pokrmu chorou princeznu Zubejdu vyléčí. Té chléb s tvarohem tak zachutná, že začne znovu jíst. Připravte si tuhle pochoutku k snídani i vy a načerpejte sílu na celý den.

Suroviny

- tvaroh měkký - 1 balení (plnotučný, ve vaničce)
- krupicový cukr - 1 ČL
- jogurt bílý - 2 PL
- mléko (na případné rozředění)
- jarní cibulka 1 svazek (nasekaná)
- pažitka 1 svazek (nasekaná)
- sůl
- pepř čerstvě mletý



Postup

Tvaroh, cukr a jogurt dejte do misky a vyšlehejte na krém; podle potřeby naředte mlékem. Přimíchejte nasekanou cibulku a pažitku, osolte a opepřete a podávejte s čerstvým chlebem.

Yasmin Almaghrebi

TÝM

ŠÉFREDAKTOR

Justýna Křivková

ZÁSTUPCI ŠÉFREDAKTORA

Veronika Křtěnová

Robin Naiman

DALŠÍ

Kristýna Dušková

Michal Borský

Andreas Ježek

Kateřina Rozová

Salome Korbelová

Jakub Baťa

Anna Petrová

Terezie Plašilová

Kateřina Kvapilová a Martin Korbel

Lenka Nálevková

Kateřina Hlavatá

Michal Kolář

Yasmin Almaghrebi