



zaujímavosti • informácie • otázky • slobodná kritika • blogy • móda • šport

Morálka, pravda, dobro, zlo v spoločnosti...



Bolesť súčasnej spoločnosti



Blokáda Leningradu



Slovan končí v KHL



VÝŽIVA





Obsah čísla

1

Niekoľko slov na úvod

2

Bolest' súčasnej spoločnosti

3

Болезнь современного общества

4

Blokáda Leningradu I.

6

Блокада Ленинграда I.

8

Morálka, pravda, dobro, zlo v spoločnosti...

10

Нравственность, правда, добро, зло в обществе...

12

Pohár (bez)nádeje sa hral aj tento rok...

13

Výživa

16

Ľudské práva

17

Rôzne odtiene Diplomacie

20

Študentské voľby

Vážení študenti,

Každý z Vás má mnohé záujmy, počúva hudbu, ktorej dospelí nerozumejú, má svoj štýl obliekania, myslenia, vymykajúci sa predstavám konzervatívnym starým mamám.... Ale každý z Vás je práve preto jedinečný. I keď nemáte ešte voličské právo, nenapĺňate vek ktorým označujeme vek dospelosti... i napriek tomu máte mnoho výborných nápadov a postrehov.

Tento časopis Vám otvára priestor na slobodný prejav názorov na život okolo Vás, postrehov z vášho okolia, kritiky spoločnosti, alebo spoločenstva v ktorom žijete. Máte možnosť pre uverejnenie komentárov toho, čo sa Vám páči a s čím nesúhlasíte. Taktiež máte otvorenú „arénu“ pre množstvo odporúčení (automobily, šport, recepty, film, kniha, oblečenie...). Vaše príspevky nebudú podliehať žiadnej cenzúre a budú uverejnené v tej podobe, v akej ich pošlete. Jediná korektúra sa bude vzťahovať na pravopis.

Takže ak máte pocit, že Vás nikto nepočúva a nikto neprejavuje o Váš názor záujem, časopis Vám umožní podeliť sa s rovnakými pocitmi aké zdieľa mnoho mladých ľudí...

Máte možnosť prejaviť svoje postrehy i formou fotodokumentácie. Ak sa Vám podarí v škole, alebo v okolí urobiť dobrý záber, pošlite nám ho do súťaže. Vecné ceny budú získavané od mnohých spoločností. Konečná veľká cena bude pripravená pre víťaza najlepšieho záberu školského roku 2013 /2014

Neobmedzená oblasť kritiky Vám umožňuje poukázať na to, čo považujete za nesprávne. Avšak nezabúdajte, že súčasťou kritiky je i návrh konkrétneho konštruktívneho riešenia. Musíte uznať, že tých, čo kritizujú je nespočetné množstvo. Prísť s dobrým nápadom nemusí byť iba výsadou dospelých. Ukážte, že máte dosť odvahy a vedomosti na to, aby ste dokázali konkurovať názormi celému svetu.

Časopis čaká na príspevky a výborné podnety

S úctou

Katarína Dubravická

P.S. Výsadou dokonalého dospelého človeka je prejav bez vulgarizmov a urážok... Tie totiž dokáže každý úbožiak!

Bolest' súčasnej spoločnosti

Dnes chcem s vami hovoriť o probléme, ktorý je podľa môjho názoru veľmi vážny. Je to ľahostajnosť.

V súčasnom svete sa stále viac a viac s ňou stretávame. Do konca by som povedala, že sa stala ľahostajnosť súčasťou nášho života. Akoby hobby, ktoré praktikujeme každý deň. Ľahostajnosť zasahuje do srdiec ľudí. Toto je bolesť súčasnej spoločnosti. Prečo je bolesťou? No preto, lebo ľahostajnosť je ochrnutím duše. Duša,

ktorá vidí problémy druhých, a je tak strpnutá a paralyzovaná ľahostajnosťou, že človek nie je schopný pomôcť. Hlavnou príčinou ľahostajnosti je egoizmus. Bohužiaľ, neexistuje žiadny liek, ktorý by egoizmus vyliečil. A preto je potrebné aby s ním bojoval najprv každý sám v sebe.

Každý z nás si môže spomenúť na momenty zo svojho života, kedy bol ľahostajný k niečomu alebo k niekomu, alebo iní boli ľahostajní k vám. A určite súhlasíte, nepríjemné pocity vznikajú ako v prvej, tak aj v druhej situácii. Preto nikdy nezabúdajte na zlaté pravidlo morálnosti "Správaj sa k ľuďom tak, ako chceš, aby sa druhí správali k tebe". Nehovorím vám tým, aby ste pomáhali všetkým a každému. Začnite s málom, vo svojej rodine, v prostredí kamarátov a spolužiakov. Pomáhajte tým, čím môžete, slovom alebo skutkom.

Zakončiť by som chcela s podobenstvom, ktoré sa volá "Nie je možné zachrániť všetkých".

Raz v čase prílivu vyplavilo more veľa morských hviezd. Prišiel odliv a ich veľké množstvo začalo vysychať na slnku. Chlapec sa prechádzal po brehu a začal hádzať hviezdy do mora, aby si mohli predĺžiť svoj život. Prišiel k nemu človek a opýtal sa ho:

"Prečo to robíš? Veď ty predsa nemôžeš zachrániť tieto všetky tvory, väčšina z nich aj tak zomrie!"

"Samozrejme, ja nemôžem zachrániť všetky, ale akú mám radosť keď zachránim každú z týchto."

"Ale, to je hlúposť" - zakričal človek - "Ohliadni sa okolo! Sú tu milióny morských hviezd. Breh je nimi celý posiaty. Tvoje pokusy nič na tom nezmenia!"

Chlapec chytil ďalšiu morskú hviezdu, nachvíľu sa zamyslel, hodil ju do mora a povedal:

"Nie, moje pokusy zmenia veľa... pre túto hviezdu."

Zamyslime sa nad sebou...



„Dve veci naplňajú myseľ vždy novou a rastúcou úctou, čím častejšie a stálejšie sa nimi premýšľanie zaoberá: hviezdne nebo nado mnou a mravný zákon vo mne...“

Immanuel Kant

Болезнь современного общества



Сегодня я хочу поговорить с вами о проблеме, которая на мой взгляд является самой важной. Это равнодушие... В современном мире оно встречается все чаще и чаще. Я бы даже сказала, что равнодушие стало частью нашей жизни. Повседневным хобби, которое мы практикуем каждый день. Равнодушие поражает сердца людей. Это болезнь современного общества. Почему болезнь? Да потому, что равнодушие - это паралич души. Души, которая видя проблемы других не дрогнет, не захочет помочь. Главной причиной равнодушия является эгоизм. К сожалению, его нельзя вылечить

таблетками или лекарством. Поэтому необходимо, что бы каждый человек сам боролся с ним в самом себе. Каждый из нас может вспомнить моменты своей жизни, когда мы остались равнодушны к чему-то или кому-то или равнодушны остались к нам. Но согласитесь, неприятные чувства возникают как в первой ситуации, так и во второй. Поэтому никогда не забывайте золотое правило нравственности " Относись к людям так, как хочешь что бы другие относились к тебе". Я не говорю вам, что вы должны помогать всем и каждому. Начните с малого, со своей семьи, друзей, одноклассников. Помогите тем, чем можете, словом или делом. А закончить я хочу притчей, которая называется "Нельзя спасти всех"

Однажды во время прилива принесло очень много морских звёзд. Наступил отлив и огромное количество их стало высыхать на солнце.

Мальчик, гулявший по берегу, стал бросать звёзды в море, чтобы они смогли продолжить свой жизненный путь.

К нему подошёл человек и спросил:

- Зачем ты делаешь это? Ведь ты не сможешь спасти всех этих существ, большинство из них всё равно погибнет!

- Конечно, я не смогу спасти их всех, но какую же я испытываю радость, спасая каждое из них!

- Но это просто глупо! - закричал человек. - Оглянись! Здесь миллионы морских звёзд, берег просто усеян ими. Твои попытки ничего не изменят!

Мальчик поднял следующую морскую звезду, на мгновение задумался, бросил её в море и сказал:

- Нет, мои попытки изменяют очень много... для этой звезды.



В жизни поступать по таким правилам, чтобы они имели силу закона для себя и окружающих людей... / Иммануил Кант /

Blokáda Leningradu I.

Blokáda Leningradu bola najdlhšou blokádou mesta v novodobých dejinách. Celá blokáda trvala neuveriteľných 872 dní. Začala sa 8. septembra 1941 a slučka blokády bola prelomená až 18. januára 1943. Viedla ku konečnému oslobodeniu od blokády. Došlo k tomu 27. januára 1943.

Začiatkom blokády bolo v meste nedostatok zásob potravín a kuriva. Jedinou cestou spojenia k Leningradu bolo Ladožské jazero, ktoré sa nachádzalo, v niektorých miestach na



dostrel nepriateľského delostrelectva a v dosahu jeho letectva. Prepravná schopnosť tejto zásobovacej cesty nepostačovala potrebám mesta. V dôsledku toho nastávalo v Leningrade masové hladovanie, ktoré bolo ešte zhoršené obzvlášť silnou prvou blokádnou zimou, problémy s odmäkom a prepravou, čo viedlo k stotisícim úmrtím obyvateľov.



6. septembra 1941 prikázal Hitler zastaviť útok skupiny vojsk „sever“ na Leningrad, ktorá už dosiahla predmestie mesta. A prikázal odovzdať všetky tanky a značnú časť vojsk za účelom „čo možno najrýchlejšie“ zahájiť útok na Moskvu. V ďalšom pokračovaní Nemci obklúčenie vytvorením slučky blokády, ktorá sa nachádzala iba 15 km od centra a prešli k trvalej blokáde.

8. septembra obsadili vojaci skupiny „Sever“ mesto Šlissel'burg (Шлиссельбург - Petrokrepost') a v tomto dni sa začala blokáda, ktorá trvala 872 dní.

Sovietske vrchné velenie nebolo informované o uzatvorení slučky obklúčenia. To preto, lebo obrancovia si mysleli, že slučku obklúčenia pretrhnú.





13. september „Leningradskaja pravda“ napísala: „Presvedčenie Nemcov, že sa im podarilo prerušiť všetky železničné trate, ktoré spájajú Leningrad so Sovietskym zväzom je obyčajným zveličovaním nemeckého velenia...”



Evakuácia obyvateľov mesta sa začala už 29.6.1941 a bola organizovaná. Koncom júna bola zriadená komisia na evakuáciu mesta. Druhá etapa evakuácie bola vykonaná tromi spôsobmi:

1. evakuácia cez Ladožské jazero vodnou prepravou do Novej Ladogy a ďalej do stanice Volgostroj automobilovou dopravou.

2. evakuácia leteckou prepravou

3. evakuácia vozidlami po tak zvanej „ľadovej ceste“ cez Ladožské jazero.

V tejto etape bolo evakuovaných 33 479 osôb vodnou prepravou, 35 114 letecky. Vozidlami po „ľadovej ceste“ 554 186 osôb.



Prídel jedinej pravidelne rozdeľovanej potraviny, chleba, na dennú dávku 125 gramov. V tú zimu zomrelo vraj takmer milión ľudí.

Časť vyhladovaných evakuovaných ľudí už nebolo možné zachrániť. Niekoľko tisíc ľudí zomrelo na následky hladu už po tom, ako boli prepravení na „veľkú zem“. Lekári nevedeli vo veľa prípadoch zaobchádzať s vyhladovanými ľuďmi. Boli prípady, kedy ľudia zomierali po tom, ako dostali veľké množstvo kvalitnej stravy. Tá potom následne pôsobila na vyhladovaný organizmus vlastne ako jed. Lekárka a autorka knihy „Medici a blokáda“ Tatiana Mihajlovna Golubeva: „Najťažšou vecou v čase blokády bol hlad, v dôsledku čoho sa u obyvateľov rozširovala dystrofia. Koncom marca 1942 vypukla epidémia chorel, brušného a škvrnitého týfusu, ale z dôvodu profesionalizmu a vysokej kvalifikácie medikov bolo vypuknutie epidémie zredukované na minimum...”

O blokáde Leningradu sa v západnej literatúre píše veľa. No najpravdivejšie o nej môžu hovoriť iba tí, čo ju prežili...

Блокада Ленинграда I.

Блокада ленинграда являлась самой длительной блокадой города в Новейшей истории (872 дня). Началась 8 сентября 1941, кольцо блокады было прорвано 18 января 1943 года, окончательное снятие блокады произошло 27 января 1943 года.

К началу блокады в городе не имелось достаточных по объёму запасов продовольствия и топлива.



Единственным путём сообщения с Ленинградом оставалось Ладожское озеро, находившееся в пределах досягаемости артиллерии и авиации осаждающих. Пропускная способность этой транспортной артерии не соответствовала потребностям города.

В результате начавшийся в Ленинграде массовый голод, усугублённый особенно суровой первой блокадной зимой, проблемами с отоплением и транспортом, привёл к сотням тысяч смертей среди жителей. 6 сентября 1941 года Гитлер своим приказом (Weisung № 35) останавливает наступление группы войск «Север» на Ленинград, уже достигших пригородов города, и отдаёт приказание

фельдмаршалу Леебу отдать все танки Гепнера и значительное число войск для того, чтобы «как можно быстрее» начать наступление на Москву.

В дальнейшем немцы, отдав свои танки на центральный участок фронта, продолжали окружение города кольцом блокады, удаленным от центра города не более чем на 15 км, и перешли к длительной блокаде.

Najkrušnejšia bola prvá zima. Potravínové zásoby sa prudko zmenšovali. Mesto navyše postihli kruté mrazy – teplota klesla až na mínus 40 stupňov Celzia. Prídel jedinej pravidelne rozdeľovanej potraviny, chleba, na dennú dávku 125 gramov.

Leningradčanov sa stala vzorom pre úctu celého sveta.

Ti, čo prežili blokádu Leningradu spomínali na ľudí, čo priamo na ulici padali na zem od hladu a zimy. Na plačúce dieťa pri mŕtvej matke ležiacej na chodníku.



8 сентября солдаты группы «Север» захватили город Шлиссельбург (Петрокрепость). С этого дня началась длившаяся 872 дня блокада города. Советскому верховному командованию информацию о замыкании кольца окружения не докладывали, надеясь на прорыв.

13 сентября "Ленинградская правда" писала:

"Утверждение немцев, что им удалось перерезать все железные дороги, связывающие Ленинград с Советским Союзом, является обычным для немецкого командования преувеличением." Эвакуация жителей города началась уже 29.06.1941 и носила организованный характер. В конце июня была создана Городская комиссия по эвакуации. Во второй период эвакуация проводилась тремя способами:

1. эвакуация через Ладожское озеро водным транспортом до "Новой Ладоги", а затем до станции "Волховстрой" автотранспортом;

2. эвакуация авиацией;

3. эвакуация по "ледовой дороге" через Ладожское озеро.

За этот период водным транспортом было вывезено 33 479 человек, авиацией — 35 114, по «Дороге жизни» — 554 186 человек.

Часть истощённых людей, вывезенных из города, так и не удалось спасти.

Несколько тысяч человек умерли от последствий голода уже после того, как их переправили на «Большую землю». Врачи не сразу научились ухаживать за голодавшими людьми. Были случаи, когда они умирали, получив большое количество качественной пищи, которая для истощенного организма оказывалась ядом.

Врач и автор книги «Медики и блокада» Татьяна Михайловна Голубева:

"Самым тяжёлым во время блокады был голод, вследствие чего у жителей развивалась дистрофия."

В конце марта 1942 года вспыхнула эпидемия холеры, брюшного тифа, сыпного тифа, но за счёт профессионализма и высокой квалификации медиков вспышка была сведена к минимуму."



Morálka, pravda, dobro, zlo v spoločnosti...

Pozdravujem všetkých!

Volám sa Kristína a som veľmi rada, že môžem pred vami vystúpiť.

Chcela by som sa s vami trochu porozprávať o morálke. Možno sa nad tým často nezamýšľate. A koho táto téma nezaujíma, ten sa nad ňou vôbec nezamýšľa. Ja by som dnes chcela aby ste si ma vypočuli a skúsili trochu nad touto témou porozmýšľať.



Morálka... Čo je to? Prečo by mala byť dnes pre nás aktuálna? Pre nás - mladých ľudí. A existuje morálka v dnešnom svete?

Vo filozofii sa venuje morálke disciplína - Etika. V užšom zmysle znamená morálka správanie človeka podľa svojho svedomia a slobodnej vôle. Je to vnútorné ohodnotenie svojho konania z pohľadu dobra. O tom môžeme hovoriť a filozofovať dlho. Ale ja by som chcela túto tému trochu zúžiť. A porozprávať o prejavoch nemorálnosti. Zistili sme, že je morálka spojená z dobrom. A vy sa pýtate čo je to dobro? Ale keď existuje dobro, potom je aj zlo. Viete, dnes je v našom svete veľa slobody... Nazývame ju demokracia... Ty môžeš robiť všetko, máš slobodu slova... Iste je to všetko zdravé a prekrásne. Nepociťuješ osobnú obmedzenosť.



A tu nastáva niečo veľmi zaujímavé. V celej tejto slobode sa veľmi hladko zotierajú hranice medzi dobrom a zlom. Ako by splývali a je ich ťažko rozlišovať. Vlastne si morálku vymýšľame sami. Viete, čo si o tom myslím ja? Že vlastne sloboda nie je. Pre niekoho môže aj byť, ale pre väčšinu obyvateľov našej planéty nie je. Sme manipulovaní a klamaní. V súčasnosti je veľmi

módne hovoriť o slobodnom človeku. Povoľovať rôzne veci na štátnej svetovej úrovni. Štát začína legalizovať všetko, čo predtým bolo považované za nemorálne a cudzie.

Čo? Klamať? Ako je to možné?

Oklamať ťa je veľmi jednoduché! Vnútiť ti rôzne myšlienky je jednoduché! Na tieto ciele existujú špeciálne technológie, ktoré sa mimochodom aktívne využívajú.

Uvediem napríklad amerického sociológa Josepha Overtona, ktorý opísal technológiu, podľa ktorej je možné vnútiť ľuďstvu všetko čo sa chce.

Hovorí, že krok za krokom na základe vopred pripravenej schémy je možné uzákoniť dokonca aj kanibalizmus.





Pozrieme sa ako je to možné:

Prvý krok na vysvetlenie tejto témy. "Britskí učitelia ukázali, ničivé fakty o kanibalizme. Na facebooku sa objavila skupina ľudožrútov a už o tom všetci hovoria. Ďalej sa spomína z histórie alebo sa vymýšľajú prípady kedy bol kanibalizmus oprávnený.

Tak napríklad "Spomeňte si na legendu o matke, ktorá dala piť svoju krv zomierajúcim deťom, alebo si spomeňte na kresťanov, ktorý jedia telo a pijú krv

svojho Boha Ježiša Krista. Alebo spomeňte toho maliara, ktorý zjedol svoju ženu, ale maľoval znamenité obrazy.

V nasledujúcom kroku diskusie v novinách a televíznych programoch obhajujú či je v človeku geneticky dané želanie jesť iných ľudí; Slobodný človek má právo si vybrať čo a koho jesť a masovo sa vyrábajú filmy a piesne o ľudožrútsve, a tí ktorí sú proti kanibalizmu sa nazývajú netolerantnými.

A učitelia dokazujú, že ľudia vždy jedli druh druhu, a to je normálne.

Ak je potrebné pokračovať hovoriť o tom, potom sa môže chápať ľudožrútsvo koniec koncov ako ospravedlniteľné.

Táto technológia funguje najlepšie v tej spoločnosti, kde nie je rázne rozdelenie dobra a zla, kde nie sú žiadne ideály, kde ľudia neveria v Boha, kde sú všetci ľahostajní a tolerantní. Potom legalizujú rýchlo incest a pedofíliu, a nám hovoria že každý má právo milovať tak ako chce.

Tak že si uvedomte, že každý si sám vyberá ideály, v ktoré verí.



A kde je tu dobro?

Nalejme si čistého vína. Žiadna sloboda nie je. Môj názor na morálku, na jej aktuálnosť je taký, že je nielen potrebná, a v súčasnej mladej spoločnosti by mala byť aj povinná.

Prečo hovorím v mladej spoločnosti? Pretože je mládež naša budúcnosť. Iba mladé pokolenie môže všetko napraviť.

Čo je teda morálka, pravda, dobro a zlo?

Нравственность, правда, добро, зло в обществе...

Нравственность.. Что это? Почему сейчас эта тема должна быть актуальной для нас? Для нас - молодых девушек и парней. И существует ли нравственность в сегодняшнем мире?



В философии нравственность изучается дисциплиной - Этикой. В более узком значении нравственность — это внутренняя установка человека действовать согласно своей совести и свободной воле. Это внутренняя оценка человеком норм своего поведения и своих поступков с точки зрения добра. Об этом можно говорить и философствовать очень долго. А мне хотелось бы немного сузить эту тему. И сказать о появлении безнравственности. Мы узнали, что нравственность безусловно связано с добром. А что добро спросите вы, ведь если есть добро должно быть и зло. Знаете, сегодня в нашем мире слишком много свободы..Демократия мы ее называем.. Ты все можешь делать, имеешь свободу слова, создаешь что угодно.. Несомненно это все здорово и прекрасно.



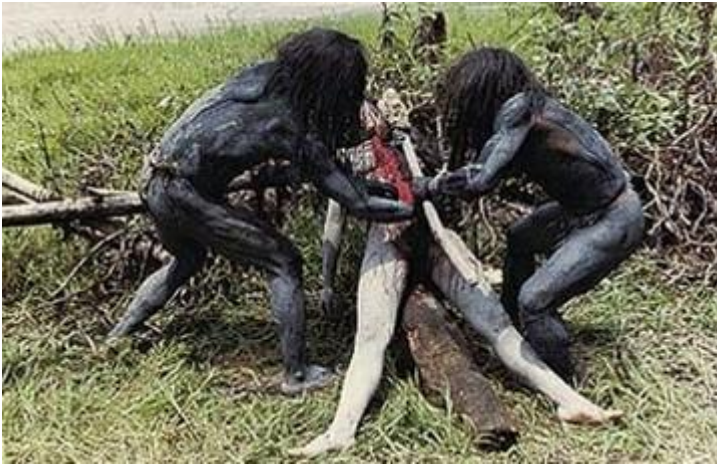
Ты не чувствуешь особую ущемленность. Но здесь получается очень интересная штука, во всей этой свободе очень плавно стираются границы добра и зла. Они как бы сливаются и сложно различать их. Мы сами придумываем себе морали.

Знаете, что я по поводу всего этого думаю. Что никакой свободы то и нет. Для кого-то может и есть, но только не для большинства населения нашей планеты.. Нами управляют и нас попросту разводят. Сейчас очень модно говорить свободный человек. Допускать какие то вещи на государственном, мировом уровне. Государство начинает легализовывать все, все что раньше считалось безнравственным и чуждым.

Что? Разводят? Как это?

Развести тебя очень легко! Внушить тебе любые мысли очень легко! Для этого есть специальные технологии, которыми кстате активно пользуются.

Я возьму в пример американского социолога Джозефа Овертона, который описал технологию по которой обществу можно внушить все, что угодно. Он рассказывает как шаг за шагом, по четко выверенной схеме можно узаконить даже людоедство.



Давайте посмотрим как?

Шаг 1- начать обсуждать эту тему. "Британские ученые выявили новые факты о каннибализме, в фейсбуке появилась группа людоедов и вот все уже говорят об этом. Дальше вспоминается из истории или выдумываются случаи когда людоедство было оправдано, например "Помните легенду о матери напоившей своей кровью умирающих детей, а христиане они же каждый месяц едят плоть и кровь своего Бога Иисуса

Христа. Или помните тот художник, который съел свою жену, но ведь он писал великие картины. И следующий шаг дискуссии в газетах и телевизионных передачах обсуждают заложено ли в человеке генетически желание есть других людей, свободный человек имеет право выбирать что и кого ему есть и массово создаются фильмы и песни о людоедстве, а те кто против людоедства, называются нетолерантными. А ученые доказывают, что люди всегда поедали друг друга и это нормально. Нужно ли продолжать говорить об этом, чтобы понять в конце концов людоедство оправдают.

Эта технология лучше всего работает в том обществе, где нет четкого разделения добра и зла, где нет идеалов, где люди не верят в Бога, где все безразличны и все толерантны. Так скоро легализуют инцест и педофилию, а нам скажут, что каждый имеет право любить так как он хочет. Но помните, каждый из нас сам выбирает, в какие идеалы!

И где здесь добро?

Здесь чистой воды обман! И никакой свободы. Мое мнение на нравственность, на ее актуальность заключается в том, что она не просто нужна, она обязана быть в современном молодом обществе. Почему именно молодом? Да потому что молодежь это наше будущее.

Только молодое поколение может что-то исправить.



Так что же такое нравственность, правда, добро и зло?

Pohár (bez)nádeje sa hral aj tento rok... ☹



To, čo bolo ligou sľúbené pred olympiádou, že sa vyjadrí k tohtoročnému Poháru nádeje (či sa bude vôbec hrať) sa aj naplnilo. A ako vyplýva zo slov Viceprezidenta Kontinentálnej hokejovej ligy (KHL) Vladimíra Šalajeva ktoré zverejnila agentúra R-Sport, hrať sa bude aj tento rok. Kluby vystupujúce v tomto mnohými zosmiešňovanom pohári, budú mať ligou zabezpečené všetky náklady spojené s cestovaním a celkovou organizáciou. Liga zabezpečí najlepším tímom aj výhru, ktorá sa pohybuje vo výške 50 miliónov rubľov (cca 1 milión euro).

Pre porovnanie, v prvom ročníku znovu vzniknutej Európskej hokejovej ligy majstrov budú rôzne tímy súperiť o 1.5 milióna euro. Kým v prípade Champions Hockey League pôjde o súboj elitných európskych mužstiev, v prípade KHL sa jedná o turnaj „lúzrov“ ako bol prekrstený napríklad Šuplerom alebo aj Radivojevičom pri jeho vzniku v minulej sezóne. Ako som už naznačil, aj keď príze money pre najlepších je pomerne vysoké hlavne pre neruské kluby, nebude oň súperiť výkvet



KHL. O túto trofej si totiž zahrajú všetky kluby, ktoré nepostúpia do paralelne prebiehajúceho boja o Gagarinov pohár. V tejto chvíli, by tak do Pohára Nádeje smerovali Atlant, Severstal, HC Slovan, Víťaz,

ZÁPASY HC SLOVAN - Pohár nádeje

Dátum	Začiatok	Zápas
7/3	Dinamo Minsk - HC SLOVAN	1:0
10/3	HC SLOVAN - Dinamo Minsk	1:2

Pozn.: Pre Slovan sa sezóna definitívne skončila

Spartak, Dinamo Minsk (Západná konferencia) a Avangard, Admiral, Jugra, Neftechimik, Amur, Metallurg Novokuzneck (Východná konferencia). Systém turnaja sa v jeho tohtoročnej edícii mierne zmení. Zmena je zapríčinená pribudnutím dvoch nových mužstiev z východu. Mužstvo na 9-tom a 10-tom mieste ide priamo do štvrtfinále, ostatný si účasť musia vybojovať v

predkole. Uvidíme, čo nám tento zaujímavý projekt tento rok prinesie, a kto z neho bude ťažiť. Predpokladám že hlavne Lotyšský a Slovenský národný tím, kvôli počtu ich reprezentantov v Dyname Riga a Slovane. Ruské mužstvá postihnuté rabovačkou bohatých klubov budú mať zase priestor na otestovanie mladých hráčov v prvom mužstve.

Pre Slovan sa sezóna definitívne skončila...

Výživa

Výživa je faktor, ktorý sa veľmi významne podieľa na vzniku väčšiny ochorení. Pôsobí na nás každodenne a môžeme ho sami ovplyvniť a to dokonca oveľa výraznejšie, ako iné

faktory, napríklad znečistené ovzdušie či vodu. V zásade robíme pri stravovaní dve veľké chyby - tak v kvantite, ako i kvalite.

Vo všeobecnosti prijímame v potrave viac kalórií (cukrov i tukov), ale i solí či farbív a konzervačných látok, než by sme mali. A priveľmi tým zaťažujeme náš organizmus. Naopak, v malých dávkach občasne prijímame pozitívne prvky, akými sú ryby, ktorými by sme si mali osviežiť jedálničiek niekoľkokrát do týždňa, alebo orešky, ktoré by sme mali konzumovať v malých dávkach každý deň. Taktiež by sme mali zvýšiť podiel ovocia a zeleniny v surovom stave v našej potrave.



Zlé stravovacie návyky sa na nás podpisujú veľmi negatívne. Nielenže nám pridávajú nadbytočné kilá, ale znižujú i našu imunitu.

nemali by sme si ho dopriať viac ako jednu porciu denne. Náš organizmus totiž kvôli tej druhej mäsitej dávke prvú poriadne nedotrávi a tá v nás potom doslova hnieje. V našom tele sa ukladá veľké množstvo, ktoré my nie sme schopní počas dňa spáliť a preto priberáme.

Zlé stravovacie návyky sa na nás podpisujú veľmi negatívne nielenže nám pridávajú nadbytočné kilá a znižujú našu imunitu, ale podieľajú sa aj na vzniku alergií, srdcovo-cievnych či nádorových ochorení. Dokonca aj za zlomenú ruku či nohu môže naša výživa. Ak by sme totiž konzumovali v strave viac vápnika, možno by dôsledkom úrazu nemusela byť hneď zlomená kosť...

Potraviny sú tým menej zdravšie, čím komplikovanejšia je ich príprava. Typickým príkladom je mäso, ktoré náš organizmus trávi celé hodiny. Na strávenie masného bravčového, najmä v kombinácii s chlebom, je potrebných 12-14 hodín. Preto, ak už mäsu nedokážeme odolať,

„Esse oportet ut vivas, non vivere, ut edas...”

„Treba jesť, aby sa žilo a nie žiť, aby sa jedlo...”



"V našej strave by sme mali rozhodne prijímať viac ovocia a zeleniny. Nielen kvôli vitamínom a enzýmom, ale aj vláknine, ktorej sú jediným zdrojom. Tie nám umožňujú prijatú potravu chemicky spracovať a keď ich nedostávame do tela hotové, musíme si ich práčne vyrábať. Preto je také dôležité zvýšiť príjem surového ovocia a zeleniny - ideálne by bolo konzumovať ich denne. Rastlinná zložka by mala tvoriť minimálne tretinu našej stravy." Názor odborníka.

Nesprávna výživa

Podľa Svetovej zdravotníckej organizácie sa na zdravotnom stave podieľa: 1. zdravotníctvo 10%, 2. genetické faktory 20%, 3. životné a zdravotné podmienky 20% a životný štýl až 50%. Pojem „nesprávna výživa“ v preklade znamená: nevhodný výber stravy, skladba stravy, nesprávny režim prijímania stravy. Teraz sa asi mnohí zamysleli nad tým, ako rozlíšiť zdravé a nezdravé potraviny? Ľahko.



Nesprávna výživa sa spravidla vyznačuje veľkou energetickou hodnotou, vysokým obsahom tuku, soli, nízkym obsahom vlákniny.



Dôsledné možné ochorenia

1. obezita

Za následok ju má potrava s vysokým množstvom energie. Obezita je v súčasnosti jedno z najväčších a najčastejších metabolických ochorení. Je rizikovým faktorom pre vznik ďalších chronických, života ohrozujúcich ochorení, ako napríklad kardiovaskulárne ochorenia. Čím vyšším stupňom obezity pacient trpí, tým je pravdepodobnejší výskyt napríklad aterosklerózy, dýchacích ťažkostí, ochorení žľazy, kožných ochorení a podobne. Percento obezity vzrastá nie len u dospelých. Stala sa vážnym ochorením mladých ľudí, no nevyhýba sa ani deťom. Zlé stravovacie návyky v rodinách, nedostatok pohybu má za následok jej neustále zvyšovanie.

Zlými stravovacími metodami sa vyznačuje najmä mládež a vysokoškoláci. Poukazujú na to rôzne výskumy. Jedným z nich je i prieskum projektu podpory zdravia, ktorý tohto roku realizovali pracovníci

Krajskej hygienickej stanice Juhomoravského kraja a Zdravotného ústavu v Brne. "Vyhodnotili sme viac ako 600 dotazníkov, ktoré vyplňovali študenti druhých ročníkov. Výsledky sú závažné, ukazujú na rad nedostatkov v stravovacom režime a v zložení stravy," uvádza Jarmila Veselá z krajskej hygienickej stanice.

Problém číslo 1:

NEPRAVIDELNOSŤ STRAVY

Prieskum ukázal, že takmer polovica opýtaných študentov neraňajkuje, viac než 17 % neraňajkuje a nenosí si ani desiatu. Tí, ktorí obedujú až doma, jedia obyčajne až neskoro popoludní, medzi pätnástou a sedemnástou hodinou. Školskú jedáleň, ktorá umožňuje prísun vyváženej stravy vo vhodnej dobe, využíva len polovica študentov. Taký stravovací režim vedie u mnohých študentov k značnému nedostatku

energie počas vyučovania, čo sa môže prejaviť zhoršenou pozornosťou, malou výkonnosťou a zlými študijnými výsledkami.



Problém číslo 2:

SKLADBA STRAVY

Problémom je tiež zloženie stravy. Ovocie, zeleninu ani mliečne výrobky mladí ľudia zďaleka nekonzumujú v odporúčanom množstve, naopak dávajú prednosť pochutinám typu solených zemiakov, sušienok či arašidov a sladeným nápojom, miesto obeda jedia bagety. V spomínanom prieskume štvrtina študentov uviedla, že zeleninu neje vôbec alebo celkom minimálne. Mladým ľuďom potom chýba vláknina, vitamíny a minerálne látky.



Aké sú teda odporúčania odborníkov?

1. Raňajky sú základom - na tom sa všetci zhodnú. Celozrnnými a cereálnymi výrobkami sa nič nepokazí. Niektorí odborníci odporúčajú mliečne výrobky, iní naopak teplé raňajky formou obilných kaší či polievok. To už záleží na vás a vašich deťoch, čo preferujete.
2. Nezabúdajte na desiatu. Tú môžu tvoriť ovocie, zelenina, cereálne tyčinky, mliečne výrobky atď.
3. Ovocie a zelenina by mali byť súčasťou každej porcie dennej stravy. Či už ako príloha, či šalát k obedu alebo večeri, samostatne k desiatej či inokedy počas dňa. Odborníci odporúčajú 5 - 6 kusov ovocia a zeleniny za deň.
4. Jedlo by malo byť pravidelné, ideálne servírované v rovnaký čas každý deň a 5 - 6x denne. Posledné jedlo by sme mali konzumovať zhruba tri hodiny pred tým, než ideme spať, aby sme ho stihli stráviť a nezaťažovali tak vnútorné orgány počas noci.

Ľudské práva



Je to iba názor, každý môže mať vlastný, ja by som sa k tomu nemala asi vyjadrovať lebo ešte v podstate som dieťa takže ak urazím niekoho, alebo napíšem niečo zle vo pred sa ospravedlňujem.

Ľudské práva, veľa o tom počujeme každodenne sa stretávame s vetou: „**Mám právo..**“.

Tieto naše práva by mali byť niečím takým čo by nemalo byť ovplyvnené s politikou, náboženstvom. Človek je voľne a slobodné stvorenie, nie otrok. Slobodné myslenie, slobodné činy. A to všetko do kopy vytvára tu podstatu...ľudské práva. Dnešná doba toto nerešpektuje, by som dnešné ľudské práva nazvala moderným otroctvom. Porozmýšľajme nad tým že, ja dostávam každý mesiac peniaze, ale prečo...a koľko?

Dáme si príklad... mám jedno drahé víno jeden deciliter stojí 500€ ...ale nejaký Afričan ktorý sa staral o to hrozno koľko za to dostal? Bol rád ak dostal za to jedlo a vodu, ale ten podnikateľ za to dostal skoro všetko... mal svoje drahé víno ktoré môže predat'..a komu to môže predat'? Druhému podnikateľovi napríklad do Európy... druhý podnikateľ si z toho tiež chce zarobiť... a na koniec nám 1 fľaša vína stojí 5000€.

Kto pracoval za to? **Ten Afričan.**

A kde pracoval? Na pozemku toho podnikateľa, presne na tej zemi kde sa on narodil! Tam kde sa on narodil tam ostal aj otrokom, a bol šťastný že mohol žiť a že dostal vodu za to že pracoval pre takého človeka ktorý na jeho práci zbohatol. Kde sú tie naše ľudské práva teraz? **NIKDE!**

Ľudské práva sa neskrývajú na nejakom papieri v parlamente, ale že sa zamyslíme nad hodnotou človeka, nad hodnotou aj toho jediného života. Že sa budeme pozerat' aj na toho Afričana alebo na hociktorého človeka ako na stvorenie ktoré má pocity, kvôli tomu aby sme ho pochopili, lebo každý človek cíti, existuje, chce, vyvíja sa, dokonca zanecháva potomkov. A keď niekoho ľúbime chceme aby bol šťastný. Kde má byť šťastný? Tam kde sa to dieťa narodí, a tam kde to dieťa objavuje krásu jestvovania, tam má domov, a keď ho nenechajú žiť, učiť sa ,a mať slobodné myslenie tak potom prekročili hranicu ľudských práv.

Ľudia otvorte oči, každý z nás je potlačený a prinútený robiť niečo čo ani nechce, len my si to neuvedomujeme.

Sloboda je nechať nás sa vyvíjať nechať nás sa učiť a urobiť tento svet lepším, na to máme právo! Ale nemôžeme nechať aby nás náboženstvo, politika, farba pleti ovplyvňovala. Ľudské práva nám to hodia stranou a zastupuje človeka. Toto naše, toto máme v tom pochopiť.

Nerozhodujeme sa svojvoľne, ale tak aby sme s tým nezobrali slobodu sebe, a ostatným.

Lebo možno, že to tebe bude vyhovovať, alebo tomu podnikateľovi... ale bude slobodný aj ten otrok z Afriky?!



Rôzne odtiene Diplomacie

Diplomacia je činnosť, akt vedenia rokovaní, udržiavania stykov medzi dvomi záujmovými skupinami, respektíve národmi. V súčasnosti sa pod pojmom diplomacia označuje najmä činnosť diplomatov upravujúca medzinárodné pomery, prípadne riešenie medzinárodných problémov. Takto definuje pojem „diplomacia“ webový portál Wikipédia. Ale čo v skutočnosti diplomacia je? Ako ju chápať? Kto je to diplomat? Diplomacia nie je iba čestné a korektné jednanie, alebo presadzovanie konkrétnych záujmov dvoch rokujúcich strán... Má rôzne formy, ktoré často nemajú nič spoločné so serióznosťou, alebo dôstojnosťou...



Pozrime sa na krátky prierez históriou v ktorom som vybral niekoľko konkrétnych prípadov, v ktorých sa diplomacia prezentuje v rôznych odtieňoch.



India - Móhandás Karamčand Gándhí 1869 - 1948

Najvýznamnejšia postava indického národno-oslobodeneckého hnutia proti britským kolonizátorom. Zakladateľ učenia nazývaného gándhizmus. Gándhí bol tvorcom metód nenásilného odporu proti koloniálnej vláde, propagátorom rasovej a náboženskej rovnoprávnosti v Indii a čelnou postavou indického národného hnutia za nezávislosť.

Podľa môjho názoru je Gándhí skutočným diplomatom už len kvôli tomu, že uznával **nenásilie** (a spravovanie medzinárodných vzťahov nenásilnými postupmi je jednou z hlavných črt diplomacie).

Preto si myslím, že je oveľa hodnejší pomenovania „diplomat“ než napríklad Kardinál Richelieu, ktorý štátne záujmy presadzoval akýmikol'vek prostriedkami. Páči sa mi jeho myšlienka, ktorá hovorí o tom, že skutočná sila je v beznásilí, ale v takom, ktoré násilie odvrhlo, nie v takom, ktoré nemôže vykonávať násilie. Vykladám si to tak, že skutočne silný je ten, kto by mohol ublížiť, ale nechce to spraviť a nie ten, kto nemá dostatočnú silu na to aby niekomu ublížil.

Gándhí mal na veľmi vysokej úrovni jednu vlastnosť dobrého diplomata- trpezlivosť. Túto vlastnosť dokázal aj vtedy, keď Indov postupne naučil šiť si vlastné oblečenie, hoci podľa môjho názoru sa ľudia niečo také nenaučia zo dňa na deň a taktiež nebolo isté, či mu to vôbec vyjde. Podarilo sa a Gándhí týmto spôsobom posilnil domácu ekonomiku, pretože obnovil staré remeslo- tkáčstvo- ale zároveň odrezal Britov od peňazí, ktoré im Indovia platili za oblečenie, ktoré sa z UK do Indie dovážalo. Gándhí stále vytrvale vyjednával s Angličanmi



o lepšom postavení Indie a krôčik po krôčiku ho dosahoval, napriek tomu, že táto snaha bola sprevádzaná neúspechmi. Preukázal, že je dobrý stratég. U Britov si totižto napriek veľkému množstvu odporcov dokázal vybudovať určitú mieru rešpektu. Napriek jeho odporu k násiliu sa totiž niekoľko krát rozhodol Britom pomôcť vo vojnách. Či už to bola 1. svetová vojna, Búrské vojny, alebo povstanie Zuluov. Väčšinou podľa všetkého išlo najmä o zdravotnícku pomoc, avšak India sa týmto „blysla“

v britských očiach. Aj keď to nakoniec priame výsledky neprinieslo, strategicky to podľa mňa malo svoj veľký význam. Gándhí tu opäť dokázal svoju schopnosť predvídať. Dokázal, že bol veľkým diplomatom.

Chile - Augusto José Ramón Pinochet Ugarte 1915 - 2006

Generál Pinochet bol vodcom pravicovej vojenskej diktatúry, ktorá vládla v Čile v rokoch 1973 až 1990. K moci sa dostal počas prevratu. Prevrat ukončil obdobie napätých vzťahov medzi Čile a USA a umožnil Pinochetovi realizovať hlboké neoliberálne ekonomické reformy, ale tiež porušovať ľudské práva. Zaviedol dôchodkový systém, ktorého modifikácia sa dnes odporúča všetkým štátom ako tzv. trojpilierový dôchodkový systém, kedy sa občan vyššou mierou podieľa na jeho budúcom dôchodku. Vyžaduje to však aj vyššiu znalosť systému- vyššiu vzdelanosť obyvateľstva. Pinochet zaviedol systém kde na dôchodok prispieval štát - teda obyvatelia štátu, ktorí sú momentálne ekonomicky aktívny. Ďalej to bol zamestnávateľ - pomocou sociálneho poistenia a nakoniec to boli samotní Chilania, ktorí si mohli sporiť v dôchodkovom fonde.



Celkom logický sa mi zdá jeho systém nestanoveného dôchodkového veku. Ľudia sa mohli sami rozhodnúť, kedy majú našetrené dosť na to, aby išli do dôchodku. Tento krok podľa mňa iba podčiarkuje jeho averziu ku komunizmu, kde naopak štát určuje kedy kto pôjde do dôchodku. Zrejme preferoval pragmatickejší prístup (koniec koncov to bol vojak) a veril, že ľudia by mali byť v istých oblastiach „sami sebe pánom.“ Tu sa núka úvaha, že aj keď bola v Chile za Pinocheta totalita, možno bola v mnohých veciach liberálna.

Španielsko - Francisco Franco 1892 - 1975

Francisco Franco Bahamonde, označovaný tiež ako generál Franco, bol španielsky diktátor a najvyšší predstaviteľ Španielska od roku 1936 až do svojej smrti v roku 1975. Bol označovaný ako „Caudillo de España por la gracia de Dios“ - Vodca Španielska z božej milosti.

Francisco Franco bol veľmi predvídavý politik a diplomat. Vedel hrať na dve strany. Napríklad obchodoval s Nemeckom, ale aj s USA (teda s krajinami, ktoré proti sebe stáli v II. svetovej vojne). Napriek tomu, že jeho vláda bola založená na armáde, prakticky sa nezapojoval do II. svetovej vojny a dával na zreteľ neutralitu svojej krajiny. Hovoril, že Španielsko nie je ani komunistické, ani fašistické.

Dokázal flexibilne meniť svoju zahraničnú politiku. Počas vojny bol názorovo skôr orientovaný na fašistické Nemecko a Taliansko, keď to však prinieslo Španielsku medzinárodnú izoláciu, využil faktor (ktorý bol mimochodom fašistický), že nenávidel komunizmus a získal si tým sympatie USA. Západná veľmoc potom Španielsku pomohla dostať sa do západného bloku. Okrem toho si získal na svoju stranu cirkev (opäť tým, že bol proti komunistom). Týmto krokom sa blysol pred veľkým množstvom ľudí a zároveň sa mu podarilo rapídne zlepšiť ekonomiku. Opus Dei mu totiž vypracovali ekonomicky úspešný plán.





Dobrym ťahom bolo podľa môjho názoru aj to, že nemal politický program, čím sa odpútal od tlaku, ktorý by nastal v prípade jeho nenaplnovania.

Jeho diplomatické schopnosti a talent pre presadenie si svojho záujmu sa preukázali aj keď pretvoril jedinú vládnu stranu Falangu na Movimiento. Falangu oslabil takým spôsobom, že do nej začal združovať všetky legálne politické strany, čo sa na prvý pohľad nemusí zdať ako

niečo zlé, avšak Falanga začala byť tak všestranná, že stratila svoju tvár a o to Frankovi išlo.

Kambodža – Lon Nol & Pol Pot

Krajina patrí medzi najchudobnejšie v ázijskom regióne. Smutnou a krvavou históriou sa zapísala do dejín v čase nadvlády Červených Khmérov, kedy bolo vyvrazených okolo 2 miliónov obyvateľov. V tomto čase nebolo možné aplikovať žiaden spôsob diplomacie. Diplomacia (=riešenie zahr. politiky mierovými spôsobmi) sa nedá uplatňovať v prostredí, kde je násilie a teror brané za potrebné (tak to videl Pol Pot) a kde nič neznamenajú ľudské práva či sloboda. Pol Pot vykonával obrovskú genocídu obyvateľstva. Zaujímavé je, že likvidoval cudzincov a aj prívržencov Lon Nola, pričom Lon Nol bol veľmi xenofóbny. Toto iba

potvrdzuje teóriu, ktorá vraví, že tí čo sa medzi sebou bijú su často veľmi podobne zlí. Pol Potova idea bola vytvoriť dokonalý komunistický štát, ale snažil sa o to takými spôsobmi, že aj samotné komunistické krajiny sa s tým vôbec nestotožňovali a nakoniec prosti tomu zasiahol komunistický Vietnam.



Generál Lon Nol v roku 1970 zvrhol kráľa a vyhlásil Khmérsku republiku. Dal tak impulz k začatiu krvavej občianskej



Pol Pot bol vodca Červených Khmérov - komunistická strana Kambodže 1976 - 1979. Počas jeho vlády bolo zabitých viac ako 2 milióny Kambodžanov. Pol Pot sa radí vedľa Adolfa Hitlera a Jozefa V. Stalina medzi najkrutejších diktátorov 20. storočia.

Okrem genocídy Pol Pot zrušil školstvo a týmto veľmi radikálnym spôsobom chcel dosiahnuť ľahkú ovládateľnosť obyvateľstva. Nechápe, ako si mohol myslieť, že sa celá krajina neobrátí za pár rokov proti nemu, keď podstupoval takto extrémne kroky.

V Kambodži došlo k tomu, že ten, ktorý zničil svojho predchodcu (so zámenkou, že jeho predchodca je zlý) sa nakoniec ukázal byť ešte oveľa horší.

Diplomacia má mnoho tvárí, foriem a odtieňov. Nejde iba o serióznu formu rokovania, ale častokrát o bezcharakterné presadzovanie záujmov konkrétnych krajín, alebo jednotlivcov...

Študentské voľby prezidenta SR



Inštitút pre verejné otázky pripravil projekt pod názvom Študentské voľby prezidenta SR. Naša škola nemohla chýbať. Realizovali sme dvojkolový volebný systém tak, ako tomu je v reálnom živote našej spoločnosti.

Do pilotného projektu Inštitútu pre verejné otázky *Študentské voľby prezidenta SR 2014* sa zapojilo **53 stredných škôl** v SR (27 gymnázií a 26 stredných odborných škôl vrátane obchodných akadémií), na ktorých **spomedzi 14 027 oprávnených voličov** nad 15 rokov **hlasovalo 7 644** študentov. **Volebná účasť bola 54,49 %.**



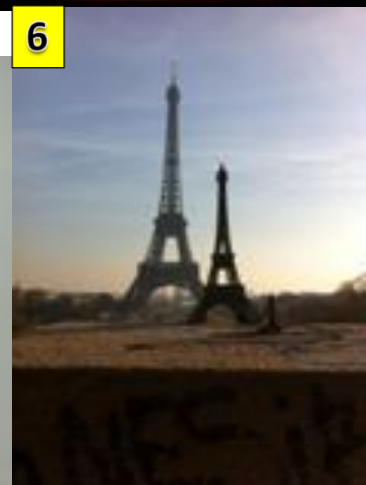
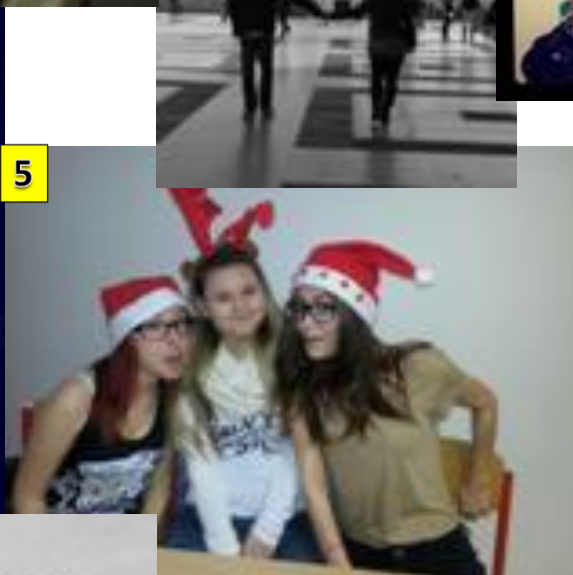
Výsledky I. kola

ŠTUDENTSKE PREZIDENTSKE VOĽBY 2014		
meno kandidáta	počet hlasov	v %
Kiska A.	15	38%
Kňažko M.	14	35%
Fico R.	5	13%
Procházka R.	4	10%
Jurišta J.	1	3%
Fischer V.	1	3%
Hrušovský P.	0	0%
Čarnogurský J.	0	0%
Bárdos G.	0	0%
Behýl J.	0	0%
Martinčko S.	0	0%
Melník M.	0	0%
Mezenská H.	0	0%
Šimko J.	0	0%
Volebná účasť	40	63%
Nezúčastnení voliči	23	37%
Počet oprávnených voličov	63	100%

Výsledky I. kola

ŠTUDENTSKE PREZIDENTSKE VOĽBY 2014 II. kolo		
meno kandidáta	počet hlasov	v %
Kiska A.	34	76%
Fico R.	6	13%
Neplatné hlasy	5	11%
Volebná účasť	45	70%
Nezúčastnení voliči	19	30%
Počet oprávnených voličov	64	100%

Účasť študentov bola dobrovoľná. Voľby boli realizované podľa demokratických zásad volieb a volebného práva: všeobecné, rovné, tajné,



***Niektó mi povedal: Ak nájdeš
spiaceho otrocka, nebud' ho, možno
sníva o slobode.***

***Ja som odpovedal: Ak nájdeš
spiaceho otrocka, zobud' ho a
vysvetli mu, čo sloboda je 😊***

Príspevok poskytla: Dáša Sedláková



Cenu do fotosúťaže venovala
spoločnosť IMPA Bratislava, a.s.

IMPA

Cenu do vedomostnej súťaže venovala
spoločnosť Škoda Auto Slovensko, a.s.

ŠKODA
ŠKODA AUTO Slovensko

Zúčastnite sa **súťaže** vo vedomostnom teste. Postačuje napísať odpovede v tvare /číslo otázky a písmeno odpovede/. Odovzdávajte ich písomne na hodinách Diplomacie, prípadne ich posielajte na mail: dubrisk@gmail.com. Taktiež môžete slobodne rozhodovať o tom, ktorá **fotografia** uvedená na poslednej strane časopisu je pre vás najlepšia a najvýstižnejšia. Fotografia s najvyšším počtom hlasov bude odmenená cenami sponzorov časopisu.