

Časopis dievčat zo ŠI, Považská 7, Košice

Int'ák

č. 3 šk. rok 2014/2015



Otázky a odpovede

Čo ak človek nechce prijímať svet?
Z presvedčenia, že svet neprijíma ma.
Čo ak človek chce byť sám?
Navzdory všetkým sa postaviť.
Čo keď dnes nebudem žiť?
A budem dýchať iba prach.
Čo keď nechce sa mi vstať?
Vzdať sa, nehľadať už ďalej.
Prečo tak často strácam nádej?
Nevidiac slnko, ktoré vychádza.
Prečo tu vždy len zloba vyvádza?
V skrytosti, v komore samota je.
Ako len človeku utrpenie pristane.
Na to, čo sa stane čakám.
Ako získať pre niečo zápal?
Netušiac, nevediac, prizerať sa.
Kedy stíchne temná basa?
V prítmi lampy, bez kávy.
Kedy budem počuť radostné správy?
Povrchnosť osobností mi nemôže dať zvesť.
Kde možno štastie zviest'?
Na lúke sa budem pásť.
Kde prísť a lásku nájsť?
V ľudskom srdci, beda.
Načo sa každý toľko vyzvedá?
Ak nechce, nenájde pravú odpoveď?
Načo toto všetko vedz?
Než čokoľvek život je ťažší.
Kvôli čomu kladiem tieto otázky?
Pre seba, chcem zrodenie ucítiť.
Kvôli čomu jeden, druhého si citíť?
V márnostiach zásluhy máme.
Veríš hľadaniu?
Pomocná ruka, dlaň čistá.
Veríš, že budúcnosť je predsa lepšia?
Sám to utvoríš, predstava neistá.
Čo by sa stalo, keby si stretol Krista?
Úžas uzdravenia.

Danka Malastová

INŤÁK – časopis dievčat z ŠI, Považská 7, 040 11 Košice, ročník XIV., číslo 3, školský rok 2014/15. Vydáva: ZÚ Mladá novinárka pri ŠI, Považská 7, Košice, pod vedením Mgr. Oľgy Švedovej. Predsedníčka redakčného krúžku : Claudia Kántorová, technická redaktorka: Tímea Žolobaničová.

Človek, ktorý ovplyvnil môj život

Dana Malastová

Na svete sa pohybujú státisíce ľudí a ja si mám vybrať práve jedného z nich?. Neviem, ako začať. Stretla som už veľa ľudí, ktorí ma v živote niečím obohatili, či naopak niečo z môjho života ubrali. Ale nikto z nich nebol taký ako On. Samozrejme, moja vďaka patrí všetkým priateľom, ktorí ma dennodenne potešujú svojou prítomnosťou a prívetivo mi pomáhajú. Ale nikto z nich nie je taký ako On. Odkedy je svet svetom a odkedy som Ho stretla, myslím, že nikto nebude taký ako On.

Je primeranej strednej postavy. Má svetlú farbu pokožky. Jeho oči sú očarujúce a tvár nádherná. Má polodlhé kučeravé hnedé vlasy a pestuje si bradu. Oblieka sa niekedy trochu nezvyčajne. Na rukách a na nohách, a tiež na hrudníku má rany, ktoré mu ostali po Jeho predošlých zraneniach.

Je vždy pokojný. Nič Ho len tak ľahko nerozhádže - a to na ňom najviac obdivujem. Ďalej si vážim Jeho múdrosť a dôvtip, pretože nachádza riešenia na všetky moje problémy s nesmiernou racionálnosťou. Ak by som mala spomenúť všetky Jeho kladné vlastnosti, písala by som do večera a možno ešte dlhšie. Je ohľaduplný, dobrosrdečný, ochotný pomôcť, prispôsobivý, komunikatívny...On žiadne záporné vlastnosti nevlastní, je dokonalý.

Ovplyvnil ma tak, že môj život posunul výrazne k lepšiemu. Po stretnutí s Ním som začala klásť na prvé miesta v mojom živote úplne iné hodnoty. Myslím si, že som pokojnejšia ako predtým. Učí ma byť obetavou a štedrou k ľuďom okolo seba. Vždy ma vypočuje, či už prídem k Nemu s radosťami, alebo strasťami mojich dní. Nikdy mi nepovie, že na mňa nemá čas. Snažím sa dodržiavať všetky dobré rady, ktoré mi počas našich rozhovorov dáva. Nikdy mi nepovie to, čo chcem počuť, ale povie mi skutočnú pravdu. A to si veľmi cením. Je milý, píše mi zaľúbené listy a mám ich už toľko, že ich pozbieram do jednej knihy. Vidím v ňom ušľachtilosť duše a čistotu srdca.

Chcela by som byť taká, aký je On, alebo sa mu aspoň podobáť. Je ku mne láskavý, On jediný ma neodsúdil za moje chyby. Ja viem, že so mnou musí mať veľkú trpezlivosť, ale On napriek všetkému, čo je vo mne trpkého, exceluje. Obracia moju tvár na úplne opačnú stranu. Ukazuje mi miesta, o ktorých som ani len nemala potuchy. Kráča so mnou cestami a vedie ma pritom za ruku. Pri ňom nadobúdam istotu, že ma neopustí a je mi verný. S Ním sa cítim slobodná. Mám Ho veľmi rada a ďakujem za všetko, čo pre Mňa robí.

Tento muž je jedinečný. Niekoľko iných takých viac neexistuje. A predsa je to pravda. On nie je môj vysnívaný princ... Ale vždy zostane Kráľom môjho srdca.

Blíži sa Veľká noc

Tešíme sa na ne, slávime ich, ale vieme o nich skutočne dosť? Reč je o sviatkoch, ktoré neodmysliteľne patria k našej kultúre a nášmu životu - už onedlho nás čaká Veľká noc.

Zvyklosti

Dni veľkonočných sviatkov sú úzko späté s náboženskými tradíciami. Veriaci trávia mnoho času v modlitbách, aby sa tak poďakovali svojmu Spasiteľovi. Počas Veľkého piatka sa udržiava komorná atmosféra, nepočúva sa hudba a cez deň by sa malo oddychovať a venovať duchovnému rozvoju.

Na Veľkonočnú nedeľu sa do košíka vezme kúsok z každého pokrmu a to sa dá posvätiť. To isté sa spraví aj s vetvičkou bahniatok, ktoré by sme mali počas roka použiť v čase choroby niektorého z členov rodiny. V niektorých rodinách sa nedeľný obed začína medovým krížikom, rovnako ako na Vianoce.

Pondelok je sviatok všetkých mužov, ktorí musia vyšibať a obliať svoje ženy. Je to symbol prichádzajúcej jari a zdravia, ktoré im má vydržať počas celého roka. Ako odmena sa najčastejšie dávajú sladké dobroty, na dedinách ešte stále dievčatá vyrábajú aj vlastné kraslice, ktoré rozdávať šibačom. Večer sa zvyknú všetci stretnúť na veľkej veselici, ktorá oficiálne ukončí pôstne obdobie.

Tradičné pochúťky

Jedlá sa odlišujú v závislosti od jednotlivých krajov. To spoločné, čo máme všade na Slovensku, sú vajíčka, ktoré sa varia na tvrdo, zemiakový šalát, údené mäso a iné údeniny. V mnohých rodinách je to aj vianočka, na východe sa robieva hrudka, známy je aj koláč pascha. Nechýbajú rôzne syrové pochúťky, vyrábajú sa aj domáce slané rolády. V niektorých kútoch našej krajiny sa pripravuje aj studená polievka z kyslého mlieka a chrenu. Na obed sa zvykne pripravovať mäso z mladých zvierat, ako napríklad jahňa alebo zajac. Častým pohostením sú obložené misy. Chýbať by nemal ani sladký baranček a väčší výber koláčov. Pôstne obdobie sa ešte pred týmto hodovaním ukončuje Zeleným štvrtkom, počas ktorého by ste mali skonzumovať nejakú zelenú zeleninu alebo ovocie, a Veľkým piatkom, kedy by ste mali jesť iba striedmo a bezmäsité jedlá.

Slávka Hajduková

Veľká noc – dekorácie sviatku radosti

Nie sú presne známe sviatočné zvyky národov žijúcich pred Kristom, máme poznatky iba o zachovaných ľudových tradíciách. Existujú lokality, kde sa dodnes, každým rokom ožívujú tradičné veľkonočné zvyky, ako sú polievačka, darovanie maľovaných vajíčok, či zajačikov, väčšina z nás si ešte snáď dopraje výlety do prebudenej jarnej prírody. Dokonca dnes môžeme byť svedkami znovu oživenia týchto milých, veselých ľudových zvyklostí, týchto pocitov radosti, ktoré sa stávajú čoraz obľúbenejšími a žiadanejšími.



Čo by mohlo viac vystihnúť a symbolizovať sviatok jari a znovuzrodenia ako kvetina? Aby boli vaše veľkonočné dekorácie čo najvýnimočnejšie, ku klasickým vymyslite nové, kreatívne dekoračné prvky, a buďte odvážne!

Nápady na kvetinové dekorácie môžete čerpať z nových módnych trendov, veľmi zaujímavé dekorácie sa dajú vytvoriť použitím rozkvitnutých jarých vetvičiek v minimalistickom, alebo japonskom štýle.

Kvetiny a zopár skvelých doplnkov, ktorými pobláznime veľkonočnú kompozíciu a samozrejme aj polieváčov, nesmú chýbať ani na sviatočnom stole!

Pastelové sviečky v podobe vajíčok, obrázky z filcu, prepeličie vajíčka, alebo klasické slepačie v čierno bielom pružkovom prevedení, kytica rozkvitnutých vetiev, to sú niektoré z novinek dekoratívnych trendov. Vždy je všetko módne za podmienky, že štýl dekorácie a farebná kompozícia zodpovedá danostiam vášho bytu, pretože to je práve dekorácia, ktorá korunuje vaše zariadenie. Dokonalá harmónia sa vytvorí ich vzájomným spolupôsobením. Dávajte preto pozor, aby ste pri aplikácii veľkonočných doplnkov nemixovali dokopy rôzne štýly a farby.



Pastelová, alebo prírodná

Tak, ako je tomu v móde, aj dekorácie majú svoje každoročné trendy. Tento rok sú na výslni dva hlavné trendy. Jeden z nich je mladícky pastelový svet, v ktorom hrajú prím farby jari, a to : ružová v odtieni pink, zelená v prevedení kivi a jará žltá, spolu symbolizujú prebudenú jarú prírodu, zelené puky.

Druhým aktuálnym trendom je rustikálny štýl, ktorý svojimi prírodnými farbami reprezentuje farby zeme.

V prvom rade je vhodným doplnkom dreveného nábytku, jeho základnými dekoračnými prvkami sú hlavne vajíčka farbené cibulovou šupkou, ktoré sa pekne vynímajú v spoločnosti hlinených zajačikov umiestnených na terase, tráva a dekorácie v nádobách so smaltovaným povrchom zodpovedajú provinciálnemu štýlu.

Dekorácia v každom kúte

Veľkonočný sviatok si skrášlite dekoráciou v každom kúte bytu, teda neorientujte sa výhradne iba na vchodové dvere, či jedálský stôl, pričom dekorácie zladíte s celkovým interiérovým zariadením. Nezabúdajte na to najpodstatnejšie : nepreplňte byt dekoráciami, stačí iba symbolický náznak sviatku! Môže to znamenať umiestnenie zopár vajíčok do prúteného, či keramického košíčka, rozkvitnutá halúzka, dekoratívnou mašľou ovinutý veniec, ktorý už sám o sebe vytvorí sviatočnú atmosféru.



Kde začať

Veľkonočné zdobenie bytu začnite vchodovými dverami, ktoré môžete oživiť dnes tak obľúbeným vencom. Podobne adventnému vencu, ktorý je vyjadrením kolobehu života, aj veľkonočný má rovnakú symboliku, k jeho zhotoveniu je iba potrebné použiť ako podkladový materiál inú zimozeleň, a to : čerstvé vrbové prúty, buxus, a jarné kvetiny.

Zo sviatočne prestretého jedálenského stola by nemali chýbať dekorácie

z čerstvo rezaných jarných kvetín, a miesto klasických halúzok použite toho roku exotické, alebo tvarom inak zaujímavé rozkvitnuté vetvičky, na ne sa dajú navešať rozličné veľkonočné dekoratívne predmety.

Tohoročnými trendovými prvkami sú : vystrihnuté veľkonočné motívy z hrubého filcu, vtáacie perie, drobné prepeličie vajíčka, a kvetinové tvary. Novinkou je použitie hrubého filcu ako materiálu, ktorý doteraz asocioval predovšetkým s teplým obdobím adventu a Mikulášom, pre jeho dobrú tvarovateľnosť sa však ľahko použije na ručné spracovanie doplnkových predmetov veľkej noci, zaujímavé sú z neho vystrihnuté rôzne formy zajačikov, a motýľov, ktoré sú najnovším módnym vyjadrením príchodu jari. Ich použitie je rôznorodé, dajú sa s nimi dekorovať okná, alebo použiť ako doplnok prestierania.



Vajíčko v novom šate

Čím ďalej, tým menej atraktívne a žiadané sú klasické červené veľkonočné vajíčka. Vysvetlením je možno fakt, že červená farba sa ťažko harmonizuje s moderným interiérovým zariadením, je skôr vhodnejším doplnkom vidieckeho štýlu. K módnym hitom tejto sezóny veľkonočnej dekorácie sa radia okrem štylizovaných motýľov aj prepeličie vajíčka vo svojej prirodzenej kráse.

Ak sa však rozhodnete pre klasickú červenú farbu, skúste vajíčka zafarbiť v kombinácii so striebornou alebo sivou, ozdobte ich módnymi prúžkami, bodkami, alebo

kvetinovými vzormi. Ak máte dost' trpezlivosti a rady by ste dosiahli drsnejší, rustikálny efekt, môžete skúsiť zdobenie servítkovou technikou.

V prípade, ak je váš byt zariadený v štýle minimalizmu, nemali by chýbať z dekorácie maľované čierno bielo pruhované vajíčka. Pre tie zaneprázdnené môže byť bleskovou realizáciou zdobenie čiernou fixkou, alebo úplné nahradenie ručne maľovaných vajíčok sviečkami vo farbe pastelu.

Pripravila: K.Ziburová

Nezanedbali ste v zime svoju plet’?

Kozmetická starostlivosť má v zimnom období svoje špecifiká a koluje okolo nej množstvo mýtov. Možno aj preto sa často dopúšťame chýb a tápeme, čo je pre našu plet’ najlepšie. A viete, v čom najčastejšie chybujete vy? Ste si istá, že v zime pleti skôr neškodíte, než aby ste jej pomáhali? Popredná estetická dermatologička nám prezradí, v čom najčastejšie chybujeme.

Slnečnú ochranu v zime neriešime

Rovnako ako si so sebou na hory beriete teplejší sveter a lyžiarske topánky, pribal’te i krémy s UV filtrami. Jednak preto, že pri nízkych teplotách je koža prirodzene suchšia, a predovšetkým z toho dôvodu, že na horách je slnečné žiarenie intenzívnejšie a môžete si privodiť bolestivé spáleniny kože.

Jednou vetou: Pred slnečným žiarením sa chráňte hlavne na horách, ale nepodceňujte ho ani v mestách a nížinách. Krémy s ochranným faktorom by ste mali používať po celý rok.

Veríme mýtom

Nikto asi nevie prečo, ale okolo používania hydratačných krémov v mrazivom počasí koluje fáma, že spôsobujú zamrznutie vody v koži a popraskanie pleti. „Hydratačné krémy sú však vyrábané technológiami, ktoré v mraze plet’ nenarušujú, a to ani na povrchu, ani v hlbších vrstvách,“ hovorí odborníčka na dermatológiu, „naopak, neošetrená koža veľmi rýchlo stratí svoju pružnosť a pevnosť, poruší sa jej prirodzená rovnováha a rýchlejšie starne. Hydratačné krémy pleti v zime určite neškodia – dodávajú jej dostatok vlhkosti (tá pleti v zimných mesiacoch chýba), chránia ju a dokonca dokonale udržujú jej hydratáciu i v nepriaznivých klimatických podmienkach.“

Jednou vetou: Používanie hydratačných krémov v zime pleti rozhodne neškodí, hľadajte tie, ktoré nielen hydratujú, ale tiež vyživujú ochranný faktor.

Nevenujeme pozornosť červeným žilkám

Začervenanie pleti väčšinou súvisí s emóciami, napätím, stresom či konzumáciou jedla a alkoholu, keď sa krvné cievy v pleti rýchlo rozšíria. Objavuje sa i v zimnom období pri



prudkom prechode zo zimy do tepla a naopak. „Každý z nás sa s tým občas stretáva, obvykle len koža sčervenie a po chvíli vybledne,“ hovorí dermatologička „u citlivejšej pleti sa však často stáva, že drobné cievky popraskajú, potom na povrch pleti presvitajú a sú stále viditeľné. Vzhľadom na to, že vznik popraskaných žiliek je veľmi často i dedičným problémom, je prevencia s pomocou výživných

krémov jediným receptom, ako stav zlepšiť a vznik nevzhľadných prejavov oddialiť.“

Jednou vetou: Prevenciou proti červeným žilkám je používanie mastnejších krémov, ktoré poskytujú pleti dostatočnú ochranu, zlepšia jej izolačné vlastnosti, a tak zabránia začervneniu a ďalšiemu praskaniu žiliek.

Dostatočne sa nerozmaznávame

Keď vonkajšia teplota poklesne, mazové žliazky spomalia svoju činnosť a koža je potom oveľa suchšia než v inom období roka. „A to sa týka ako pleti tváre, tak i pokožky tela. I keď je ukrytá pod oblečením, i tak ju zima negatívne ovplyvňuje. V zimnom období je preto vhodné vymeniť ľahšie krémy za výživnejšie a určite odporúčam každodennú starostlivosť o tvár raz týždenne obohatiť o plet'ovú masku,“ zdôrazňuje dermatologička. Pokožku tela môžete rozmaznávať rôznymi olejmi, telovými maslami či výživnými telovými mliekami.

Jednou vetou: V zime vymeňte ľahšie krémy za výživnejšie, používajte plet'ové masky a zvýšenú starostlivosť venujte i pokožke celého tela.

Zabúdame na pery

Lesk síce dodá perám hydratáciu a súčasne pery nádherne rozžiari, ale v mrazivých dňoch je to málo. Pery sú citlivé, ich koža je krehká a tenká, a pretože nie je „vybavená“ mazovými žľazami, v zimnom období veľmi rýchlo vysychajú. Praskanie pier často zasahuje i do kontúr. Bohužiaľ, potom ani pri tej najlepšej starostlivosti nemusí dôjsť k úplnej regenerácii a návratu do pôvodného stavu. A tak pri opakovanom vysychaní a praskaní pier môžu jemné vrásky v oblasti kontúr na pleti zostať...

Jednou vetou: Používajte neustále výživné balzamy na pery, ktoré zamedzia ich vysychaniu, popraskaniu a olupovaniu. Najlepšie je mať ho i na nočnom stolíku a pery pred spaním vždy natierať.

Pripravila: Slávka Hajduková

Strom šťastia

Petronela Fuchsová

Za vysokými horami stálo jedno kráľovstvo, ktoré bolo známe šťastím. Ľudia tam boli šťastní, ich životy sa končili ako v skutočnej rozprávke - šťastným koncom. Šťastím žiarili aj domy, kvety a zvieratá. Jednoducho všetko bolo šťastné a priam dokonalé...

Zdrojom toho šťastia však nebola ani láska, ani zdravie. Bol ním strom. To on bol pôvodcom ich šťastia. Ležal v hustom a tmavom lese. Keďže bol mohutný, bolo ho ľahšie nájsť. Jeho plody obyvatelia tohto kráľovstva jedli. Každý týždeň vybrali troch rytierov, ktorí sa vybrali do tohto veľmi nebezpečného hustého lesa. Museli byť veľmi silní.

Za všetky tie roky sa každý z vybratých rytierov vrátil - i keď niekedy so zraneniami, no nažive. Ale jedného dňa mladý rytier Roland, ktorý túto dôležitú úlohu plnil po prvý raz, zabľúdil. Chodil po lese hore-dole a nikoho nenašiel, ostatní dvaja rytieri sa vrátili v domnienke, že sú doma všetci.

Roland stále bežal iným smerom, no zakaždým sa ocitol na tom istom mieste, pri mohutnom strome. Myslel si, že je to strom šťastia. Rozhodol sa pod ním počkať. Hádám ho niekto bude hľadať... Bol vyčerpaný, a tak sa posadil, aby si trochu odpočinul. Oprel sa chrbtom o strom a zhlboka sa nadýchol. Odrazu začul za sebou jemné praskanie. Pomaly sa otočil ...a strom sa začal hýbať. Jeho kmeň akoby mal vchod uzavretý dverami. Pomaly sa otvárali. Roland, netušiac, aké nástrahy ho čakajú, vošiel dnu. Dvere sa za ním zavreli. Bola tam hlboká tma, nevidel si ďalej od nosa, a tak tam chvíľu nečinne stál. Hľadal niečo, čím by si na cestu posvietil, hoci len malú iskru, keď odrazu - akoby na konci akéhosi tunela - zbadal svetlo.

Svetlo sa začalo hýbať. Bolo čoraz bližšie. Roland vytasil meč a čakal. Svetlo silnelo a keď už bolo tak blízko, že sa dalo rozpoznať, zbadal obrovské svätojánske mušky. Také obrovské, že by na nich mohol človek lietať. To napadlo aj Rolanda. A keďže nevidel iné východisko, dúfal aspoň v to, že ho niekam zavedú. Chytil jednu z nich za tykadlá, ktoré boli také mohutné ako jeho meč, a nasadol na ňu. Svätojánske mušky sa pohli tým smerom, odkiaľ prišli.

Cesta bola veľmi rýchla, no Roland si stihol všimnúť trasu, po ktorej šli. Pripomínalo to drevenú jaskyňu, na ktorej boli vyryté symboly, ktorým nerozumel. Vyzeralo to tam ako v rozprávke. Obrovská lúka obklopená krásnymi farebnými kvetmi, husté lesy v ďalekých horách, ktoré sa podobali našim, zvieratá, ktoré ešte nevidel, hoci sa podobali tým, ktoré poznal. Cítil sa ako v raji. Uštipol sa do ramena, aby sa ubezpečil či nesníva. Zliezol zo svätojánskej mušky a chcel sa lepšie poobzerať, lenže vtom sa stalo niečo, čo nečakal.

Cítil jemné pichnutie na chrbte. Otočil sa a pred ním stál muž, ktorý bol pomaľovaný znakmi leva na tvári. Dlhé vlasy mal zapletené do uzla a jeho nohavice boli spracované z kože zvieratá. V ruke držal drevený šíp, ktorým naň mieril. Začal rozprávať jazykom, ktorému Roland nerozumel. Zakrátko na to prišli ďalší muži a každý z nich držal v ruke nejakú zbraň. Boli to obyčajné, po domácky vyrobené drevené zbrane. Vystrašený Roland hodil meč na zem, aby ukázal, že prichádza v mieri. No oni ho i napriek tomu zviazali, zaviazali mu oči a zobrali so sebou. Keďže Roland nič nevidel, sústredil všetky zmysly, aby potom našiel cestu späť. Bola to zdĺhavá cesta, kým dorazili k veľmi hlučnému miestu. Počul len samé zavíjanie, hulákanie a zacítil dym. Potom pocítil bolesť v hrudníku a na nohách. Rozviazali mu oči a on sa ocitol nad ohniskom. Bol priviazaný k drevenému kolu, ktorý bol pevne zakliesnený medzi kameňmi. Okolo neho tancovali ženy, tiež oblečené do

kože zvieratá, ale pomaľované mali len ruky a nohy. Vykrikovali a zavýjali a muži sa na nich dívali. Odrazu sa všetko utišilo a všetci pokľakli. Roland sa nemohol veľmi hybať, a tak len jemne pootočil hlavu. Uvidel najväčšieho tigra na svete. Jeho laba bola taká veľká, žeby sa pod ňou zmestili piati muži a jeho zuby veľké a ostré ako meč. Všetci začali vykrikovať: „Lasa! Lasa! Lasa!“ Tiger začal krúžiť okolo rytiera akoby bol jeho korisťou. Roland nemohol veľmi dýchať, pretože z ohniska vychádzal dym a začal kašľať. Tiger sa k nemu priblížil a povedal: „Nehýb sa, inak zomrieš!“

Vystrašený rytier sa nevedel od údivu ani nadýchnuť. Ako môže tiger rozprávať, a ešte jeho rečou? Je to vôbec možné? Nesníva sa mu?

Tiger sa otočil a povedal niečo v jazyku kmeňa. Nato všetci vstali a zopár mužov položilo Rolanda na zem. Tam ho rozviazali a odviekli do akéhosi stanu.

Za krátky čas vkročil do stanu tiger a prihovoral sa rytierovi jeho jazykom. Ich rozhovor pripomínal výsluch, keď tu tiger odrazu požiadal Rolanda o pomoc. Vyrozoval mu svoj príbeh:

„Na okraji hustého lesa žil so svojím otcom chlapec Kan. Žili tam sami, ďaleko od všetkých ostatných. V ich kmeni totiž boli aj takí, ktorí ich chceli zabiť, a tak radšej odtiaľ ušli. Lenže po pár mesiacoch začali ľudia chorľaviť. Prišli choroby, ktoré nevedeli liečiť a postupne začali na ne umierať. Keď sa to Kan dozvedel, rozbehol sa zvestovať správu otcovi. Ale otca nenašiel. Hľadal ho, kde sa len dalo, ale otec zmizol bez stopy. Kan sa teda rozhodol, že sa pokúsi pomôcť ľuďom sám. Poznal jednu starenu, ktorá vedela čarovať, a tak sa vybral za ňou. Dala mu liek, ktorý by vyliečil všetky choroby, ale za odmenu žiadala Kanov život. Kan, zarmútený stratou svojho otca, súhlasil. A tak obyvatelia dostali svoj liek a vyliečili sa, ale Kanov život bol v rukách bosorky,“ dopovedal tiger.

„A čo sa stalo s Kanom?“ Opýtal sa zvedavý Roland.

„Čo myslíš? Pozri sa lepšie a zistíš to,“ odpovedal tiger. „Potrebujem ťa, aby si šiel do jaskyne, v nej je malá štrbina, do ktorej sa zmestíš iba ty. Svojim mečom rozbi sklo, v ktorej je ukrytá malá fľaša s obsahom látky, ktorá ma vráti do mojej pôvodnej podoby. Ak to spraviš, ver mi, odmena ťa neminie. Dostaneš dve pokladnice - v jednej je plno zlata a v druhej diamanty. Tak čo, prijímaš?“

„Ale prečo práve ja? Nemôže to byť niekto iný?“ spýtal sa rytier.

„Nikto iný o tom nevie. Keby to vedeli, zabili by ma. Sú to divosi a ja chcem odtiaľto čo najskôr odísť. Nepatrím sem,“ odpovedal tiger a podal rytierovi mapu, ktorá ho zavedie k jaskyni.

Skoro ráno sa vybral Roland na cestu. Bola pomerne pokojná, až kým nedorazil k jaskyni. Tam ho čakalo prekvapenie. Jaskyňa totiž strážila príšera - a nie taká obyčajná. Mala silu za desiatich mužov a jej koža bola tvrdá ako skala, ktorú by neprepichol ani najostrejší meč. Rytier musel rýchlo rozmýšľať, ako sa jej zbaviť. Keďže nebol taký silný, vymyslel spôsob, ako zneužiť jej vlastnú silu proti sebe. Z celej sily ju uderil mečom po hlave, až sa rozdvojila. Na jednu z hláv hodil mäso, ktoré mal na cestu späť. Hladná príšera neodolala lákavému jedlu, a tak sa dve hlavy neútočne pustili do seba. Príšera začala bojovať sama so sebou, až sa sama zabila.

Roland potom opatrne vstúpil do jaskyne, ktorá vyzerala celkom obyčajne. Keďže netušil, čo ho tam čaká, dával si veľký pozor. Jaskyňa bola prázdna. Uprostred stála skala a na nej v skle ukrytá fľaša. Roland vytasil meč, rozbil sklo, zobral fľašu a bleskovo vyrazil z jaskyne von.

Tiger ho už netrpezlivo očakával. Keď rytier vošiel do stanu a podal mu fľašu, dal mu na oplátku, čo sľúbil.

A tak sa tiger premenil znovu na človeka a Roland sa vrátil späť do svojho kráľovstva, no tentoraz ako statočný a bohatý rytier.

VIANOČNÝ STOLNOTENISOVÝ TURNAJ

Koncom uplynulého roka, od 8. do 11. decembra sa v našom školskom internáte uskutočnil tradičný Vianočný stolnotenisový turnaj. Prihlásilo sa doň 24 žiačok zo všetkých výchovných skupín. Všetky účastníčky turnaja boli oboznámené s pravidlami hry a súboj medzi dvojicami sa mohol začať. Atmosféra bola vynikajúca, žiačky veľmi snaživé, všetky s jasným cieľom - vyhrať.

Po ukončení semifinálových kôl sme sa dostali až do finále. Finálový boj bol poriadne napínavý, ale úplný víťaz môže byť len jeden. Tu sú mená troch najlepších:

1. miesto - Petra Kordošová – (6.VS)
2. miesto - Alexandra Ledinská (5.VS)
3. miesto - Klára Halčišáková (8.VS)

Víťazkám ešte raz gratulujeme!

Mgr. Zlatica Štamclová



Vianočné inšpirácie

inšpirovali k dobročinnosti

Sviatočná nálada nechýbala pred Vianocami ani v našom internáte. Pár dní pred odchodom z internátu na vianočné prázdniny, 16. decembra zorganizovala vedúca kultúrnej komisie Ing. Tatiana Hricková spolu s ostatnými vychovávateľkami tradičné Vianočné inšpirácie. Samozrejme, s predajnou burzou, na ktorú všetky výchovné skupiny pripravovali darčkové predmety už od novembra.



Slávnostný večer sme otvorili kultúrnym programom.. Každá výchovná skupina si pripravila malé prekvapenie. Niektoré dievčatá spievali, iné hrali na hudobné nástroje, ďalšie tancovali, recitovali - či už príbeh alebo básničku. Každé vystúpenie bolo veľmi pekné a znásobilo radostnú atmosféru z blížiacich sa sviatkov. Ale jedno z čísel nás prinútilo aj zamyslieť sa nad významom Vianoc – v obrazovo-slovnej prezentácii Vianočný list pre Teba /pri ktorej sme využili IKT techniku/ nám prváčky pripomenuli, aby sme na oslavy narodenia Ježiška nezabudli pozvať oslávenca...

Vianoce sú ideálnym časom na dobré skutky. Pravdaže, nielen na Vianoce, ale po celý rok by sme mali pomáhať tým, ktorých šťastie opustilo. No my sme si vybrali na dobročinnosť práve tento deň. Bola to najlepšia príležitosť, pretože prišlo ich aj zopár hostí z iných internátov. Pri vchode sa predávali koláčiky, slané dobroty, nádherne ozdobené medovníčky a výborný punč. Vedľa na stoloch ponúkali pani vychovávateľky ďalšie výrobky vyhotovené šikovnými rukami našich žiačok. Naše oči lákali nádherné šperky, organizéry, kľúčenky, rámčeky na fotografie, pohľadnice... Mnohé z nás zväbila vôňa sviec z včelieho vosku, iné siahli po vianočných dekoráciách. Každá z nás si tam mohla vybrať niečo pre seba, prípadne malý darček pre najbližších pod vianočný stromček.

Výťažok z predajnej burzy - sto eur sme začiatkom januára poslali na účet Geriatrického centra sv. Lukáša, Stojárenska 13 v Košiciach.

Veronika Pavuková

VÝSTAVA KNÍH

Kniha je ako stretnutie s človekom, ktorého ste predtým nepoznali. Stále nám ponúka veľmi veľa. Len sa pozrite na dnešný knižný trh a obrovský výber, aký poskytuje. Každý si môže niečo vybrať. Môžeme riešiť tajuplné záhady stredovekých bratstiev alebo môžeme radšej letieť do vesmíru s príručkou v ruke a celý ho preskúmať. Výber je takmer neobmedzený. Kniha tak poskytuje úžasný spôsob ako sa odreagovať od denno-denného stresu a napätia.

V čase večere 14. januára sa vo vestibule nášho ŠI uskutočnila výstava kníh. Jej cieľom bolo predstaviť najnovšie knihy a podporiť vzťah dievčat k čítaniu. Väčšina kníh sa zakúpila na základe odporúčaní žiačok, hlavne beletria – romány slovenských autorov/autoriek, romány o láske, ale aj knihy s upírskou tematikou a tiež aj krimi.

Naša internátna čítareň je pre Vás všetky otvorená každý utorok a štvrtok od 17.00 do 18.00 hod. a môžete v nej nájsť aj nižšie uvedené bestsellery:



Cudzoložstvo

Je lepšie nežiť, ako neľúbiť!

Linda má tridsaťjeden rokov a v očiach druhých vedie dokonalý život: žije vo Švajčiarsku, jednej z najbezpečnejších krajín sveta, má stabilné manželstvo, milujúceho muža, milé, dobre vychované deti a prácu novinárky, na ktorú sa nemôže sťažovať. Zrazu si uvedomí, že jej život je jednotvárný a predvídateľný. Už nedokáže predstierať, že je šťastná, v skutočnosti prepadla príšernej apatii.

Všetko sa zmení, keď stretne bývalého priateľa zo školských čias. Z Jacoba sa stal úspešný politik a počas rozhovoru v nej prebudí vášň, ktorú už dlho nepocítila. Linda urobí všetko, aby si získala jeho lásku, a bude musieť zostúpiť až na dno ľudských citov, aby napokon našla vykúpenie.

STRATENÁ NÁDEJ

Prežite nádherný príbeh lásky z pohľadu Holdera!

Holdera celý život prenasleduje predstava dievčaťa, ktorému v detstve nedokázal pomôcť. Bola to Hope, ktorú ako malé dievča uniesla neznáma žena rovno pred domu a Holder tomu nemohol zabrániť. Preto je jeho život naplnený smútkom a výčitkami, preto Hope nikdy neprestal hľadať. Život mu pripraví ďalšiu tragédiu súvisiacu s jeho sestrou Les, ale dožičí mu aj radosť, keď v obchode náhodou natrafi na dievča priam neskutočne podobné stratenej Hope. Toto dievča sa však volá Sky a má to uvedené aj v občianskom preukaze.

Holder v kútiku srdca tuší, že je to jeho priateľka z detstva Hope. Postupne nachádza dôkazy a presvedčí sa, že je to pravda. Chce to prezradiť aj Sky, no zároveň sa obáva, či ju tak navždy nestratí.

Jedného dňa Sky u Holdera natrafi na fotografiu z detstva, na ktorej je aj dievča, čo sa na ňu nápadne podobá. V tej chvíli ju zaplavia pochybnosti. Zabudnuté bolestné spomienky sa odrazu vracajú. Netrvá dlho a Sky si spomenie na desivé tajomstvo zo svojej minulosti.

Mgr. Ivana Belejová



ŠVIHADLOVÝ MARATÓN

Popoludnie 15. januára spestril dievčatám nášho školského internátu „Švihadlový maratón“. Konal sa v spoločenskej miestnosti a zúčastnili sa ho žiačky z viacerých výchovných skupín. Vybrali sme iba jednu súťažnú disciplínu – zamerali sme sa na výdrž. Najlepšie miesta si vyskákali žiačky z 9. VS a 3.VS. Na prvom mieste sa umiestnila Marcela Halčinová, ktorá preukázala najväčšiu výdrž, za ňou skončila Mária Budzáková a 3. miesto získala Natália Wolfová. Víťazkám gratulujeme!

A na záver ešte pozitíva skákania cez švihadlo :

- Posilníš si svaly rúk, chrbta, ramien a hrudníka
- Spevníš brušné svaly
- Vylepšíš si fyzickú kondíciu
- Zlepšíš koordináciu tela
- Posilníš kardiovaskulárny systém
- 5 minút skákania je ako 20 minút behania.

Mgr..Zlatica Štanclová



Deň ovocia



Ako je v našom internáte dobrým zvykom, v januári sa uskutočnil ďalší z dní zdravej výživy, ktoré usporadúvame v našom ŠI – Deň ovocia.

Popoludní 22. januára všetky pani vychovávateľky s pomocou ochotných žiačok viac než hodinu pred začiatkom večere pripravovali v jedálni stoly, na ktorých sme našli množstvo pochutín. Ako zvyčajne sme si mohli vybrať z rôzneho domáceho, ale aj cudzokrajného ovocia. Podnosy boli plné jablák, hrušiek, pomarančov, hrozna, banánov, grepfruitov atď,... Samozrejme, nechýbal pomarančový a jablkový džús, ktorý sa po otvorení jedálne dlho neohriaval. Novinkou bolo sušené ovocie, musli tyčinky a tvarohová pena s ovocím, ktoré nám pripravili pani kuchárky.

Oblúbenosť tohto dňa dosvedčil aj fakt, že už 15 minút pred otvorením jedálne bola chodba plná netrpezlivých dievčat čakajúcich na 18-tu hodinu. A len čo sa dvere otvorili, vrhli sa na pripravené ovocie, nápoje, dezerty a tyčinky. Kto prišiel neskôr, mal smolu - nemal už možnosť zobrať si to svoje najobľúbenejšie ovocie či inú dobrôtku... pretože stoly zakrátko ostali ziviať prázdnotou. Ostáva mu už len počkať si na ďalší z dní zdravej výživy...

Veronika Pavuková

Vydarený Just Dance

Hovorí sa, že čím viac človek športuje, tým dlhšie bude zdravý. Ak to platí, potom sa žiačky nášho internátu dožijú pomerne vysokého veku. Veď aj na poslednom hromadnom športovom podujatí, 28. januára, keď sa v spoločenskej miestnosti nášho školského internátu konal Just Dance, bola účasť dievčat vysoká.

Večer zorganizovala a viedla naša vychovávateľka Mgr. Zuzana Fazekašová. Každá z nás si prišla na svoje – pripravila pre nás totiž pestrý mix piesní. Od tých najnovších hitov- ako napr. Cannot Hold Us - sme sa vytancovali aj na evergreeny ako Y.M.C.A. či Macarena... Pritom mnohé z nás si dokonca aj pospevovali texty piesní, ktoré vedeli naspamäť.

Podujatie sa všetkým páčilo, a preto už s nedočkavosťou hľadáme na oznamy, kedy sa medzi nimi nájde aj jeden s dátumom ďalšieho Just Dance-u.



Claudia Kántorová

Túžby lásky

Večer 10. februára sa v spoločenskej miestnosti nášho ŠI konala beseda –a nie len tak hocijaká! Už po niekoľkokrát k nám zavítal Mgr. Pavol Hudák a rozprával mladým ľudom o vzťahoch a ďalších veľmi dôležitých veciach vo vývoji a raste mladého človeka.

Musíme konštatovať, že naše dievčatá si tohto úžasného rečníka veľmi obľúbili. Po prednáške bol Mgr. Hudák veľmi ochotný rozprávať sa s dievčatami osamote a poskytnúť im rady. V spoločenskej miestnosti sa pri tejto udalosti aj tento raz svietilo ešte dlho do noci...

V nasledujúcich riadkoch si môžete dozvedieť čo to o vzťahoch. Text bol stručne spracovaný na základe jeho prednášky. Ak ste sa jeho prednášky nezúčastnili, nabudúce určite neváhajte. Možno aj samy usúdite, že niektoré veci v našich životoch sú neraz dôležitejšie než škola alebo práca.

„Milé dievčatá (a možno aj chlapci)!

Túžiš po láske? Myslím, že každý z nás túži po láske. Neboj sa toho, nie je to nič nezvyčajné, je to úplne normálne. Avšak láska nie je hra, je veľmi dôležité vedieť ako by mala pravá láska vyzeráť.

Okrem lásky k človeku poznáme aj iné naše lásky, a to naše záľuby alebo sny o budúcnosti... Ach, ten dnešný uponáhľaný svet! Zažil si už, keď chceš niečo vykričať celému svetu, ale práve vtedy na teba nikto nedáva pozor, nikto na teba nemá čas? Žijeme pod

neustálym tlakom, ktorý je na nás vyvíjaný túžbami iných. Naše túžby zostávajú nevypočuté a my sa cítime uzavretí. Niečo nám začína chýbať, niečo, čo by nám dodávalo silu radosť zo života. Medzi veci v zozname chýbajúcich určite patrí vypočutie, porozumenie a dobrá rada. No pozor! Nie je múdre všetko o sebe každému rozprávať. Pri svojom konaní a správaní treba mať záujem aj o zajtrajšok. To, čo dnes povieš v tajnosti niekomu blízkemu, v budúcnosti môže použiť proti tebe, ak váš vzťah nedajbože stroskotá. Celý problém je v tom, že to nevrátiš späť. Nehľadáj nič, čo ti chýba bezhlavo. Zóna intimity chráni srdce človeka.

Ty si jedinečný, nikto nie je taký ako ty. Čo máš vo svojom vnútri, aj rozdávaš. Ak nevieš, čo sa skrýva v tvojom vnútri, prezradím malé tajomstvo. SRDCE je NÁDOBA na LÁSKU. Teraz porozmýšľaj. Ak si zistil, že niečo nie je v úplnom poriadku, je najvyšší čas konať. Potrebuješ hľadať a potrebuješ, aby ti niekto poradil. Dobrá rada je veľmi kľúčová. Teraz nájsť toho vhodného adepta v radách pre teba. Zranený človek zle radí! Pretože cez slzy nevidno krásny svet, ak, tak len rozmazane... Môžeš pociťovať emocionálny hlad z prázdnoty, ale telesné prejavy nemusia byť láskou.

Všetky vzťahy medzi ľuďmi a vzťahy k práci a povinnostiam sa začínajú v rodine. Človek a jeho srdce je dar, má byť darom prichystaný pre druhých. Iste si už počul informáciu typu: dospelí urobili chybu a dieťa skončilo v detskom domove.

Prečo je to tak? Je veľmi potrebné a aj pre nás prospešné, aby sme spoznali skutočnú hodnotu muža a ženy v spoločnosti:

- úlohou otca je postaviť DOM a úlohou ženy je vybudovať DOMOV,
- zodpovednosť muža je myslieť na budúcnosť a zodpovednosť ženy skrášliť prítomnosť,
- otec má mocné ramená s nádejou v objatí,
- žena je každý deň iná (vplyvom nálad z hormonálnych výkyvov), muž má byť stále ten istý,
- úlohou otca je viesť syna, podržať ho a učiť ho,
- žena je kritériom silnej spoločnosti, zjemňujú spoločnosť a učia láске,
- žena musí byť vzácna,
- srdcom muža je žena,
- žena je chrám lásky a úlohou muža je si tento chrám uctiť,
- žena žije z úcty muža, meno ženy je úcta,
- muž má silné ramená, aby chránil a nie ubližoval,
- muž a žena dokážu vytvoriť harmóniu a dopĺňajú sa, celý život v sebe vzájomne objavujú niečo nové.

Zo zvedavosti vo vzťahoch alebo z bezhlavého hľadania samých seba a šťastia vo svojom živote môžu vznikať rôzne zranenia, ktoré však často pramenia z predošlých zranení alebo zranení našich predchádzajúcich generácií:

- zlé vzťahy sa opakujú, keď nenašli iný príklad,
- ak nefunguje vzťah medzi otcom a dcérou, dievča sa podceňuje alebo až preceňuje,
- ak chlapec nenájde vzor mužnosti, snaží sa byť dobrý, ale neverí si a chýba mu pevnosť,
- milenkami sa stávajú dievčatá, ktorým chýba otec,
- ľudia, ktorí ubližujú nie sú zlí, ale nešťastní,
- človek, ktorý hľadá telesné žiadosti, robí to zo smútku a chýba mu sebadôvera,
- muž, ktorý má problém so sexom, nedôveruje svojmu intelektu,
- keď chce muž zraniť ženu, nazve ju neslušne,
- vtedy muž berie ženu ako vec na svoje uspokojenie,
- dievčatá v mladšom veku sa nevedia brániť a spravia aj to, čo nechcú,
- zranené dievčatá často plačú a sú hanblivejšie a utiahnutejšie,
- dievčatá sú tiché vody, ktoré sa boja samých seba,
- ženy dokážu klamať samy seba,
- vášeň nie je láska, pretože pochádza z prírody.

Ak ste sa v predchádzajúcich riadkoch zahľadeli do svojho vnútra a nevíete, čo podniknú, dáme vám k dispozícii zopár dobrých rád a pár faktov. Potrebujete uzdravenie a chcete začať od znova?

- urob hrubú čiaru za minulosťou a oslobod' sa od nej,
- chlapci potrebujú poverenie byť mužmi, potrebujú k tomu povzbudenie, rešpekt, hrdosť,
- chlapec musí mať záujem aj o dievčenské srdce, nie len o jej telo,
- dievča, PONÚKAŠ TELO alebo SRDCE?
- úprimnosť je začiatok budovania pevného vzťahu,
- aj zlá škola, je škola...
- najväčšou silou je prijať minulosť v sebe a poučiť sa z vlastných zlyhaní,
- rana z minulosti sa môže stať prameňom sily do budúcnosti,
- správaj sa tak, ako chceš, aby sa správali tvoje deti,
- muž je najzraniteľnejší ženskou neverou,
- žena musí byť nevestou, ktorá sa vydáva, čiže sa dobrovoľne daruje srdcom,
- slzy umývajú srdce,
- PEKNOTA je vonkajšia, KRÁSA je vnútorná,
- muž bude milovať ženu natoľko, nakoľko si ju váži a to vyplýva z toho ako si žena váži samu seba,
- ak si dievča, nauč chlapca počúvať svoje srdce a povedz mu, že mu chceš byť vernou,
- muži chcú pocítiť, že sú pre ženu potrební,
- žena sa cíti ženou, keď je dobývaná a chránená,
- chlapec sa má stať správnym mužom tak, aby sa za neho otec nehanbil,
- žena, SI KRÁSNA a SI STVORENÁ PRE LÁSKU, SI HODNÁ LÁSKY,
- ak sa ťa rodičia pýtajú KAM IDEŠ? S KÝM? DOKEDY?, chcú ťa chrániť, boja sa o teba, ale hlavne ťa majú radi.



Sprostredkované poznatky ti môžu pomôcť do budúcnosti. Po prípadných zlyhaniach prijmi pravdu a oslobod' sa, odpusti sám sebe. Ľutovanie viny by ti malo priniesť pokoj a znovuzrodenie.

Ak si sa ešte nestretol so žiadnymi zraneniami, buď šťastný a pokús sa im vyvarovať. Nájdi si svoj vlastný štýl. Buď sám sebou. Hľadaj správne a rozumné odpovede na otázky.“

Odporúčame prečítať si knihu „Ďakujem, že si“ od autora tejto prednášky. Na záver doplním jeho citáciu: „Keď si dievčatá medzi sebou radia, BOLÍ MA Z TOHO HLAVA.“

Takže so všetkým pôvabom sa dievčatá starajte o svojich chlapcov srdcom a učte ich láske. Chlapci so všetkou zdvorilosťou si ctite ženu a milými slovami s úprimnosťou ju naplňajte.

Dana Malastová

Valentínska diskotéka

♥♫♥ Svätého Valentína sme si v našom školskom internáte aj tohto roku pripomenuli diskotékou. Konala sa už 11. februára a tradične sme si na ňu pozvali chlapcov z ŠI Komenského a Medickej 2. A tiež obľúbeného DJ Laďa .

Aj keď diskotéka mala oficiálne začať o 19. hodine, skutočne sa rozbehla až okolo dvadsiatej. Keďže vo februári „úradovala“ chrípka a navyše mnohí dali prednosť osobnému stretnutiu so svojou láskou, účasť na diskotéke nebola obvykle bohatá. Ale na druhej strane niektorí, ktorí svoju lásku ešte nenašli, ju možno stretli práve v ten večer.

Diskotéka trvala dve hodiny. Aj napriek nízkej účasti sme sa všetci dobre zabavili a čakáme na ďalšiu, na ktorej, dúfame, že bude vyššia účasť. ♥♫♥

Petra Kordošová

Vernisáž Exoplanéty 2015

Popoludní 12. februára sa žiačky nášho internátu spolu s vychovávateľkou Mgr. Silviou Jurčiovou zúčastnili vernisáže medzinárodne uznávaného umeleckého sklára Jána Zoričáka. Slováka / narodil sa 13. novembra 1944 v Ždiari/, ktorý žije a tvorí vo Francúzsku.

Bolo fascinujúce prechádzať sa po priestoroch galérie s umelcom, ktorého diela otvárajú priestor pre vlastnú fantáziu. Z jeho prác bolo jednoznačne cítiť nekonečnosť a rozľahlosť vesmíru, ktorou sa inšpiruje. Aj preto sa jeho výstava volá Exoplanéty.

Pozvánka do nového priestoru má zmysel a nový rozmer. Nezvyčajný pohľad na nekonečný priestor vesmíru vás naplní túžbou poznávať tajomstvá a život exoplanét s mapou so skla.

Presvedčiť sa o tom môžete aj vy, ak navštívite výstavu jeho prác, ktorá potrvá do 19. apríla 2015.



Mgr. Silvia Jurčiová

Lady Carneval

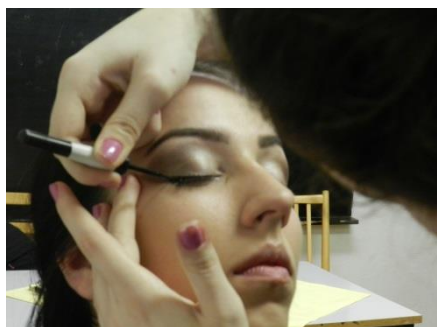
Už v poradí štvrtý ročník súťaže „Lady Carneval“, čiže súťaž v líčení, maľovaní na telo a tvorbe účesov, sa konal v našom interáte 16. februára.

Ani tohto roku nebola núdza o kreatívne nápady našich vizážistok a kaderníčok v jednej osobe.

Ak súťažiaci nevedeli, čo presne chcú predviesť, mohli inšpiráciu čerpať z videí, ktoré sa premietali počas celého trvania súťaže. Mnohé výtvory lákali pozornosť dievčat už v štádiu prípravy a nevedeli sa dočkať, kedy ich už uvidia dokončené a v celej svojej kráse.

Po pár hodinách tvrdej práce sa na svetlo sveta ukázali nastailované modelky s nádherným make upom

a bezchybnými účesmi, aj keď menší šok im spôsobila dievčina vyzerajúca ako Krvavá Mary. Súťaž už po štvrtýkrát v rade vyhrala so svojou modelkou Laura Klimonová (1. VS), ktorej týmto blahoželáme.



Nechtový dizajn

Večer 19. februára sa naše žiačky zapojili do celointernátnej akcie Nechtový dizajn. Išlo o prezentovanie zručnosti, šikovnosti a originality žiačok pri úprave nechťov. Táto prezentácia bola úspešná, žiačky sa navzájom inšpirovali a spojili tak príjemné s užitočným.



Čo je pre kvalitu našich nechťov a pre pekne upravené ruky to najdôležitejšie?

Samozrejme, je to každodenná starostlivosť. Rukám sa musíme venovať každý deň, najlepšie niekoľkokrát. Základom je krém na ruky, ktorý sa používa po každom umytí rúk. Krémov na ruky je viacero druhov, mimo iné i s ochranným faktorom, ktorý zabraňuje vzniku pigmentových škvŕn. Pokiaľ už pigmentové škvŕny vznikli, dokáže ich postupne vybieliť. Pri práci a bežnom domácom upratovaní je vhodné si ruky chrániť pracovnými, alebo gumovými rukavicami. Pokiaľ neradi pracujete v rukaviciach, môžete svoje ruky po práci ošetriť regeneračnými zábalmi.

Rada na záver

Odporúča sa každý týždeň urobiť si manikúru. Nestrihať nechťovú kožtičku, iba ju zľahka zatlačiť a používať zmäkčovacie krémy. Nebojte sa používať lak na nechty – nechťom neuškodí, naopak nechť spevní a lámavým nechťom veľmi prospeje. Odlakovače používajte bez acetónu a s prídavkom regeneračných zložiek.



Mgr. Ivana Belejová

Kvíz o ochrane životného prostredia

Schválne, vedeli by ste ako označujeme organizmy, ktoré sú prakticky rozšírené po celom svete? Sú to a) relikty, b) kozmopolity, alebo c) ekotypy?. Zdá sa vám to ľahké? Tak ešte jedna eko otázka: Ako označujeme rozmedzie podmienok prostredia, ktorým sa organizmus môže prispôsobovať?. Je to a) ekologické rozmedzie b) ekologická valencia či c) limitujúce faktory? / Správne odpovede nájdete pod obrázkami./

Tieto a ďalšie otázky boli zakomponované do kvízu o ochrane životného prostredia, ktorý sa uskutočnil 11. marca v študovni na štvrtom poschodí. Do súťaže sa zapojili a zmerali si svoje vedomosti dvojčlenné družstvá z takmer všetkých výchovných skupín. Test trval 20 - 30 minút. Žiačky hovorili, že bol náročný, no podľa dosiahnutých bodov ho skvele zvládli. Na 1. mieste sa umiestnili žiačky z 2. VS, 2. miesto obsadili žiačky z 1. VS a 3. miesto získali žiačky z 8. VS.

Gratulujeme a želáme veľa chuti do získavania nových skúseností a vedomostí z ekológie a environmentalistiky.



1b, 2b

Mgr. Silvia Jurčiová

Beseda so záchranárkou

Večer 5.marca sa v spoločenskej miestnosti nášho internátu uskutočnila prednáška o prvej pomoci. Odprednášala nám ju kamarátka, a zároveň bývalá žiačka tohto internátu Katarína Verešpejová, ktorá študuje na Prešovskej univerzite odbor záchranár. Naše dievčatá, hlavne nezdravotníčky, oboznámila so základmi prvej pomoci a jej podaním. Rozprávala o svojich zážitkoch a skúsenostiach, ktoré získala počas praxe. Tieto vedomosti ďalej môžeme využiť aj my v našom živote, pretože nikdy nevieme, čo sa môže v danej situácii stať a budeme to my, ktoré môžeme zachrániť ľudský život. O to sme vďačnejšie za poučnú prednášku.



Simona Krankillová

Týždeň veľkonočných príprav



Súbežne s uzávierkou tohto čísla časopisu Int'ák sa v našom školskom internáte konajú rôzne aktivity na dôstojné uvítanie Veľkonočných sviatkov.

Vychovávateľka Bohdana Perlová s dievčatami z krúžku varenia už 17. marca upiekli veľmi chutnú veľkonočnú paschu a o týždeň neskôr pripravujú v krúžkovej kuchynke veľkonočnú sedlinu. Vyfúknuté vajíčka putujú do výtvarnej „dielne“, v ktorej dievčatá, predovšetkým výtvarníčky,

spolu s Ing. Tatianou Hrickovou maľujú veľkonočné kraslice. Popritom všetky výchovné skupiny vyhotovujú rôzne veľkonočné dekorácie.

Vyvrcholením týždňa Veľkonočných inšpirácií je charitatívna zbierka, ktorá odštartovala 24. marca. Bližšie informácie prinesieme v budúcom čísle nášho internátneho časopisu.

Laura Fehová

Vyhodnotenie súťaže Valentínske pero

Talenty medzi nami

Vedúca záujmového útvaru Mladá novinárka a redakčná rada nášho časopisu Int'ák vyhlásili už 14. januára každoročnú súťaž o najkrajšie ľúbostné vyznanie pod názvom Valentínske pero. Ako tradične, súťaž mala dve samostatné kategórie – poetická a prozaická tvorba.

V oboch mohli naše dievčatá prezentovať svoje literárne výtvory do konca februára.

Odvahu ukázať svoj talent nenašlo veľa žiačok nášho školského internátu, avšak hodnotiacu porotu z rady našich vychovávateľiek prekvapila vysoká úroveň súťažných príspevkov v oboch kategóriách. Aj keď sa rozhodovali ťažko, napokon vybrali spomedzi súťažných príspevkov najlepšie. V kategórii próza sa porotkyniam najviac páčil ľúbostný príbeh Klaudie Kántorovej (9. VS) s názvom Spriaznené duše. a na druhé miesto navrhli príbeh Svetluška od štvrtáčky Laury Ferchovej (1.VS). O tretie miesto sa podelili ľúbostné príbehy Čo ak... od Veroniky Pavúkovej (9.VS) a Prekvapenie od druháčky Petronely Fuchsovej (8.VS).

Aj medzi poetickými prácami našich dievčat sa veľmi ťažko vyberala tá naj. Porota sa napokon zhodla na víťaznej básni Tanec, autorkou ktorej je P. Fuchsová (8. VS). Druhé miesto udelila básni Ty od Sára Moskaľovej z 2.VS. Na tretej priečke skončilo vyznanie Chýba mi...od Claudie Kántorovej (9.VS) a báseň Danky Malastovej (7. VS) s názvom Počujem ticho srdce biť. Víťazkám blahoželáme a ich práce uverejňujeme v tomto čísle .

Mgr. Oľga Švedová

Spriaznené duše

Už asi po stý raz si prešla kefou po vlasoch a keď sa dostala nakoniec, celý rituál zopakovala. Bola svojimi vlasmi plne zaujatá, aj keď to tak v skutočnosti vôbec nebolo. Pravda , to všetko bola len pretváрка, ktorá mala zamestnať jej myseľ, aby nezačala premýšľať o iných veciach.

„Tak ako každý rok, tak aj tento sa u nás na Manhattane bude konať Valentínky ples, na ktorý pozývame všetkých zamilovaných, aj s ich polovičkami...“

Moderátor nestihol dokončiť, pretože jej ruka bola rýchlejšia a vystrelila k ovládaču hneď, keď započula slovo Valentín. Na jej dokonalom čele sa zjavila jedna veľká vráska, avšak aj tá by hneď zmizla. Stačilo sa len uvoľniť.

„Sprostý deň,“ zamrmala si sama pre seba a znova sa vrátila k zrkadlu.

Dlhé kučeravé ohnivé vlasy si uviazala do vrkoča a uistila sa, že jej neodstáva ani jeden jediný vlas. Pokúsila sa na svoj odraz vyčariť úsmev, no hneď, ako v zrkadle zbadala čo i len jeho jemný náznak, zamračila sa.

Neznášala tento deň. Každý to dobre vedel a nemal na to ani šancu zabudnúť, pretože im to s radosťou každý rok pripomenula. V jej práci nemohlo byť v tento deň ani jedno srdiečko, žiadna ružová a keby čo i len jedna osoba chcela odísť skôr... beda jej.

Z premýšľania ju vyrušilo vibrovanie mobilu. Okamžite po ňom siahla v nádeji, že to bude niečo z práce. Ale opak bol pravdou.

„Slečna Whiteová, týmto si vás dovoľujeme pozvať na Valentínky ples, ktorý sa uskutoční... bla, bla, bla!“ tresla s mobilom a naštvane sa postavila k stolíku.

Hnev v nej priam kypel! Naozaj si myslia, že pôjde na trápny ples, aby sledovala, ako sa tam každý bude obľizovať so svojím partnerom, ktorý je príliš zúfalý, aby jej povedal svoje? Veď aj tak tam bude len samá

smotánka, pár dôležitých zakladateľov firiem a ináč... nikto výnimočný. A najmä nie niekto, na kom by jej záležalo.

„Slečna Whiteová?“ ozvalo sa klopanie na dvere jej izby. „Slečna Whiteová, ste už hore?“ opakovalo sa.

„Nie som tu!“ pretočila očami, aj keď vedela, že to muž na druhej strane počul. Asi o sekundu na to už otvoril dvere a žiarivo sa na ňu usmieval.

„Thomas, povedala som, že tu...“ postavila sa a chcela zvýšiť hlas, keď sa jej zadrhol pri pohľade na obrovskú škatuľu, ktorú mal v rukách. A na nej bola ešte jedna.

„Čo to... čo to má znamenať?“ nakrčila obočie a prižmúrila akvamarínové oči.

„Pred chvíľou to priniesol kuriér. Špeciálna zásielka, slečna. Pre vás,“ usmial sa postarší muž, ktorého jej výkyvy nálad už nijako neprekvapovali. Za tie roky, čo sa o ňu staral, si na to zvykol a bral ju vždy s rezervou.

„Čo to, do šľaka, je?! A od koho?“ neovládla sa a okamžite schmatla obe škatule. Hodila ich na posteľ a otvorila tú malú.

Mohla byť našťavaná, ale lodičky, ktoré v nej našla, jej úplne vyrazili dych. Nevedela, čo by mala povedať.

„Akoby som nemala na topánky,“ odfrkla pri predstave, že jej konto je vlastne nekonečné. Po rodičoch vedie podniky, ktoré založili a po starých rodičoch... Nie je žiaden odbor, v ktorom by nepodnikala aj ona.

Otvorila malú obálku, ktorá bola pri topánkach a oči okamžite upriamila na text:

Teším sa, až sa večer stretneme.

W

„Od koho sú, slečna?“ zaujímal sa Thomas.

„Neviem,“ odvetila zarazene. Naozaj netušila, kto jej tieto topánky, biele ako sneh, mohol poslať. „Je to od W ale... ja nikoho takého nepoznám,“ dodala ešte a nechala papierik padnúť na posteľ.

„Tak si rozbaľte tú druhú škatuľu,“ nabádal ju ešte.

„A na čo, ak to nechcem prijať?“ bojovne vystrčila bradu a otočila sa k Thomasovi. „Máte jeho adresu? Pošlite to späť!“

„Bohužiaľ to nebude možné, pretože nič také tam nie je, ako môžete vidieť. A kuriér spomínal niečo, že dostal jasné príkazy, aby sa s tým neopovážil vrátiť,“ hájil sa starý muž.

Acelynn sa zhlboka nadýchla a predsa len tú škatuľu otvorila.

„To snáď nie,“ hlesla, keď z nej vybrala plesové šaty.

Niečo tak krásne nevidela snáď za celý svoj život. Červený top so srdiečkovým výstrihom sa dole spájal s áčkovou sukňou, ktorá ale v strede mala diery, aby z nej mohol vykúkať biely tyl, ktorý v spojení so saténom vyzeral lepšie než dokonalo.

„Sú nádherné, slečna. Dnes večer si vás určite každý všimne,“ usmial sa na ňu povzbudivo muž.

„Ale ja nechcem, aby si ma niekto všimol!“ oborila sa na neho. „Vlastne... vôbec tam nechcem ísť. Nielenže je to hlúpy sviatok, ale aj totálne zbytočná akcia.“

„Ste si istá, že je to len tým?“ pozdvihol obočie. „Sú to už dva roky, slečna...“

„Nie!“ zarazila ho a otočila sa mu chrbtom. Nechcela, aby videl, ako sa jej do očí nahrnuli slzy.

„Nehovor o tom, prosím,“ žiadala naliehavo. „Nechcem na to myslieť,“ uzavrela ich konverzáciu a pozrela z okna do záhrady.

„Naozaj si myslíte, že by to tak chcel?“ pokračoval Thomas, nevšímajúc si jej varovanie. „Odkedy sa to stalo, uzavreli ste sa pred svetom ešte viac ako pred tým, než...“

„Tak dost!“ okríkla ho už so slzami na krajíčku. „Nič nechápeš! Nie som taká, pretože zomrel. Ale preto, že ma zradil!“ objasnila mu a v očiach nebolo badať ani známku smútku. Len slzy.

Slzy zlosti.

„Bol prvý, ktorému som dôverovala. A on sa namiesto toho spriadol s nepriateľom. Ryan si to vybral sám. Namiesto toho, aby mi pomohol ako sľúbil, strelil mi guľku do chrbta!“ vysvetlila celú pravdu, ktorú okrem nej a jeho staršieho brata nikto nevedel.

Muž sa s hrôzou v očiach nadýchol a nebol schopný ani jedného slova.

„Odíď, prosím ťa,“ riekla po dlhej odmlke. „Naozaj chcem byť sama,“ poprosila a utrela si tvár. Nechcela, aby ju niekto videl uslzenú. Ona predsa taká nebola! Nebola slabá, aby sa rozplakala len pri spomienke!

„Ako chcete,“ prehovoril a keď stál vo dverách, zastavil sa. „Avšak nezabúdajte, že vždy je šanca zabudnúť. Stačí nájsť spriaznenú dušu...“

„A čo je to spriaznená duša?!“ vysmiala ho červenovláska. „Nejaká moja stratená polovica? Snáď tá lepšia, dúfam.“

„Spriaznená duša nie je predsa niekto nevyhnutne dobrý, slečna. Je to niekto, kvôli komu chcete byť dobrý. Niekto, kto vás núti zmeniť sa, aj keď to sami nechcete.“

Acelynn pozdvihla obočie a založila si ruky na prsiach.

„Taký chlap, ktorý by ma zmenil, sa tak skoro nenájde...“ odfrkla pohrdavo.

„Možno sa už našiel,“ pokynul smerom k šatám so šibalským úsmevom na tvári. „Spriaznená duša... je to niečo ako priateľ, ale zároveň je viac. Nie je to niekto úplne špeciálny, kto vám pomotá hlavu. Je to niekto, kto je s vami celý čas. Niekto, kto sa s vami smeje, keď sa máte dobre, kto s vami plače, keď ste spadli. Je to proste on.“

Červenovláska sa zhlboka nadýchla a otočila sa k šatám. Nechcela ísť na žiaden ples, to naozaj nie. Ale ako sa ináč dozvie, kto na ňu myslí, aj keď sa zavrela pred svetom? Ako inak odhalí identitu W?

„Tak v tom prípade...“ pozrela na Thomasa. „Mala by som sa začať chystať.“

„*Je to niekto, kto ťa bude akceptovať a veriť v teba, aj keď ti ostatní budú klásť polená pod nohy,*“ zneli jej v hlave slová, ktoré jej zvykol hovoriť otec vždy, keď jej vysvetľoval, ako to bude raz vyzeráť, keď sa vydá. Vždy mu totiž vravela, že jediný muž v jej živote bude on. Vedť ktoré dieťa by nepovažovalo svojho ocka za najlepšieho?

Vodič zastavil priamo pred obrovskou sálou, v ktorej sa už všetci pomaly schádzali, a otočil sa k Acelynn.

„Slečna Whiteová, sme tu,“ prehovoril a o chvíľku na to jej už niekto otváral dvere. „Prajem vám príjemnú zábavu,“ dodal.

„Ďakujem,“ vytisla zo seba červenovláska, aj keď už teraz ľutovala, že sa na to dala prehovoriť.

Vystúpila z auta, a len čo tak urobila, už sa ocitla pred objektívmi fotografov. Ako ich len ona neznášala!

Nebol to dobrý nápad. Mala ostať doma a vykašľať sa na nejakú spriaznenú dušu či debila koledujúceho si o problémy! Nemala sa nechať len tak ovládnuť! Naozaj nemala!

„Slečna Whiteová, slečna Whiteová!“ vrieskali po nej všetci fotografi. „A čo partner? Kde je váš partner?“ pýtali sa.

A ona len okolo nich prechádzala, v rukách zvierala okraje šiat, aby sa o ne nepotkla a tvárila sa, že ich nepočuje. No počula.

Každú ich vetu, každé slovo na jej adresu. Vždy, keď spomenuli jej partnera, do kamery sa spustili dohady o tom, že je sama a že nikdy s nikým nepríde. Dokonca začula, ako to niektorí pripisovali jej opačnej orientácii.

Konečne sa ocitla vo vnútri budovy, chránená pred objektívmi. Spokojne si vydýchla a pustila ruky k telu.

„Slečna Whiteová, predsa ste len prišli,“ usmiala sa na ňu organizátorka. „Boli by sme veľmi radi, ak by ste predniesli o desať minút prípitok. Bola by to pre nás česť...“

„Nie som si istá, že som na to vhodná...“ skočila jej do reči, snažiac sa vyhnúť rozprávaniu na verejnosti.

„Nikoho vhodnejšieho som ešte nevidel,“ vtrela sa do rozhovoru tretia osoba. Acelynn sa okamžite otočila a jej oči našli tie jeho.

„Pán Wilden,“ pozdravila ho žena vedľa nej. „Sedíte pri stole vedľa slečny Whiteovej. Mohla by som vás poprosiť, aby ste jej ukázali stôl? Mám tu ďalších hostí,“ žiarivo sa usmiala a už jej nebolo.

„Victor,“ stisla Acelynn pery a usmiala sa. „Nečakala by som ťa tu.“

„Ani ja teba,“ opätoval jej. „Pekné šaty,“ pochválil.

„Vďaka. Dostala som ich,“ objasnila a na sekundu sa pozastavila. Potom však len pokrútila hlavou a snažila sa na to zabudnúť.

„Ideme do sály?“ navrhol, ponúkajúc jej svoju ruku, ktorú bez zbytočných okolkov prijala.

Kráčali v tichosti, ani jeden z nich sa nemal k slovu. Alebo ani jeden z nich nechcel začať. Nevideli sa dlho a teraz.. Vztáň, ktorý medzi sebou mali, bol príliš komplikovaný, aby to jedno ahoj vyriešilo.

„Ako sa máš? Nevideli sme sa, odkedy...“ stíchol a nechal vetu vyznieť do prázdna.

„Dobre,“ zaklamala. „Viem. Od pohrebu tvojho brata sa toho veľa zmenilo. Mala som vo firme veľa práce. A ešte stále mám,“ vychrlila rýchlo.

„Niektoľkokrát som ti volal,“ hodil po nej očkom. „Nedvihla si mi.“

„A prečo by som mala?“ pokrčila plecami. „Myslela som, že sme si všetko vyjasnili. Potrebovala som čas pre seba a prišla som k záveru, že to tak bude lepšie,“ klamala, až sa jej z nosa prášilo.

Victor bol vždycky ten, ktorý jej pomáhal, aj keď si to najmenej zaslúžila. Keď šla proti vedeniu, ktoré ju chcelo pripraviť o moc v jej vlastnej firme pre jej vek, stál pri nej. Veril, že to vyhrá. A neprekážalo mu, keď videl, ako sa zblížila s jeho bratom. Chápal to. Nikto iný iba on. Vždy to bol on.

„Mrzí ma to,“ hlesla, keď vošli do sály, kde väčšina ľudí tancovali na nejakú pomalú pesničku, čo práve hrala kapela.

„Aj mňa,“ pošepol so sklonenou hlavou. Pozrel jej do očí a mierne sa usmial. „Ale som rád, že sme sa tu stretli.“

„Prosím?“ prižmúрила oči, keď si spomenula na lístoček. „Victor, ty si...“

„Slečna Whiteová, tak tu ste!“ vyrušila ju znova tá otravná blondína. „Potrebujeme vás na pódiu!“

„Ale ja nemôžem...“ habkala, ale bolo neskoro. Žena ju bez všetkého chytila za ruku a ťahala cez celú miestnosť až úplne hore, na pódium, kde ju už čakal mikrofón.

„Ste na rade,“ povzbudivo sa na ňu usmiala, keď začula, ako potlesk stíchol.

Acelynn neisto vyšla hore a prichytila sa, ako sa jej trasú ruky. Radšej ich len pevne zovrela do pästi a zhlboka sa nadýchla.

„Dobrý večer prajem,“ pokúsila sa o úsmev, avšak keď prešla pohľadom po pár ľuďoch, našla medzi nimi aj jej zamestnancov, ktorí dobre vedeli, ako k Valentínovi pristupuje. Tí sa na ňu neusmievali.

„Takže...“ začala, aj keď vedela, že nič horšie na úvod asi povedať už nemohla. „Som veľmi poctená, že tu môžem byť dnes s vami na už dvadsiatom ročníku valentínskeho plesu, ktorý sa prvýkrát konal ešte za života mojich rodičov. Ako otec vždycky hovorieval, Valentín nie je o tom, koľko srdiečok dostaneme, ale koľkým ľuďom vyčaríme úsmev na tvárach.“

Až donedávna som tento sviatok považovala za frašku,“ vyhlásila a sledovala, ako sa ľudia oproti nej tvárili. „Myslela som, že tento deň je len o pretváрке, hre a falošnosti. Avšak...“ zhlboka sa nadýchla, aby sa odhodlala pokračovať. „Jedna osoba ma presvedčila, že to tak nie je. Presvedčila ma, že tento deň je aj o tom, aby sme sa sami nad sebou zamysleli, aby sme si vsúpili do duše a aby sme otvorili oči. Aj keď neskoro,“ usmiala sa a v tom dave sa snažila nájsť Victora. Všetko jej odrazu došlo.

Už vedela, kto to bol. Vedela, čo pre ňu znamenal a hlavne vedela, kto jej dnes ráno poslal šaty.

„Tento deň, Valentín nie je len o tom, ako sa oblečieme a s kým strávime noc, na ktorú si ráno nebudeme pamätať. Nie je o zlých rozhodnutiach, a nie je ani o tých dobrých.“

Je o nás. O našej vzájomnej láske, ktorá je ako kvet. Aj keď nenápadne a zdĺhavo, aj ona sa raz dostane na povrch a ukáže sa v celej svojej kráse.

Jeden múdry muž mi raz povedal, že ten, koho si vyberieme, aby sme s ním boli až do smrti, bude naša spriaznená duša,“ vyhlásila sebavedomo a sama sa čudovala, s akou ľahkosťou dokázala hovoriť. Najmä, keď pocítila, ako ju v očiach štípu slzy.

„Možno sa pýtate, kto spriaznená duša vlastne je. A ja mám to šťastie, že som svoju vlastnú konečne po toľkých rokoch života našla,“ usmiala sa a jedna slza sa jej skotúľala po líci.

A vtedy ho videla. Jej pohľad sa stretol s tým jeho. Spomedzi všetkých ľudí, ktorí ich od seba delili, sa predsa len našli a Acelynn vedela, že to bol vždycky on. On a nikto iný.

Victor Wilden.

„Ďakujem,“ naznačila perami a usmiala sa na neho.

A on, ako pravý džentlmen, jej ten úsmev opätovoľ.

Claudia Kántorová

Tanec

Petronela Fuchsová

Tanec bol ten, ktorý spájal nás,
od toho dňa prešiel dlhý čas.

Radosť odrazu stratila sa,
keď zrazu niekto opýtal sa.
Zmysel života je niečo viac,
viac než si myslel niekto z nás.

Vytratila sa láska odrazu,
a srdce pocítilo túto skazu.

No hudba naše tajomstvá prezradila,
a pohyby rytmu v nás zrodila.

Keď tebou sa nechávam viesť,
pre mňa život hneď dá sa zniest'.
V láske problémy sa nám vyskytnú,
a parkety útočiste poskytnú,
lásku našu budeme sláviť,
až kým sa vo hviezdach nepreslávi.



Príjemné prežitie
veľkonočných sviatkov
želá redakcia časopisu Int'ák