

# DUBČEK



Školský občasník SOŠ na Ul. A. Dubčeka vo Vranove nad Topľou / IX. ročník, číslo 2, máj 2024



# Chyby pri vyberaní výšky

## A ako sa im vyhnúť

Rozmýšľali ste čo po strednej? Povedali ste si že už je dosť učenia a chcete byť pravým, pracujúcim dospelákom? Alebo ste si istý, že máte v mysli ešte nejaké miesto na nové poznatky? Ak ste sa rozhodli pre druhú možnosť, tak potom je vysoká škola miesto presne pre vás. Ale dávajte si pozor, prvý boj začína hneď pri výbere a nahlásení na výšku. V tomto článku vám poradíme presne s akými nástrahami sa stretnete a ako ich riešiť.

### 1. Vyberte si svoje vysoké školy čo najskôr!

Nečakaj na poslednú chvíľu, často sa môže stať, že keď sa rozhodnete vybrať školu až niekedy v januári alebo februári, zistíte že školy ktoré sa vám zapáčia (a to platí hlavne pre umelecké školy) už uzatvorili prijímaciu dobu, a budete musieť počkať až na ďalší rok. Dovtedy už budete mať aj plnú tvár fúzov. Aj keď si stihnete nájsť školu, ktorá vás zaujala a dá sa na ňu ešte nahlásiť, budete mať pekný prúser keď sa vám nahromadia zodpovednosti. Všetko ohľadom vyberania správneho odboru pre vás, vypísania prihlášky a učenia sa na možné prijímacie skúšky. A to všetko v posledných prijímacích mesiacoch vysokých škôl. Ak ste ešte v poslednom



ročníku, budete mať do vašich starostiach pridelenú vašu nadchádzajúcu maturitu. Chcete, aby vaše budúce ja malo chladnú hlavu? Mali by ste začať premýšľať o výbere svojej výšky hneď čo nastúpíte v septembri do maturitného ročníka.

### 2. Nepreceňujte sa až príliš

Nechcem hovoriť, že by ste si nemali ísť za snom, no na splnený sen treba makať a snažiť sa svoj potenciál a talent rozvinúť čo najviac. Nemôžeme si predsa len myslieť, že sa dostaneme na prestížnu výšku so špecifickým talentom, keď ten talent proste nemáme. Ja sa predsa na filmovú univerzitu nedostanem keď ani neviem poriadne natáčať ani na mobilnej kamere. Preto treba mať pred svojou výškou vypestovanú nejakú ambíciu, mať niečo, v čom ste dobrý a čo vás baví, tak, aby ste ju vedeli rozvíjať vo svojej akademickej budúcnosti. A aj keď ten talent máš, netreba mať ťažkú hlavu z toho, že vás neprijali pre niečo ako nízky počet prijímania, čo je častým faktom populárnych vysokých škôl.

### 3. Preverte si informácie o výškach

Je veľmi dôležité vedieť čo najviac o výškach, ktoré ste si vybrali. Aj malinký detail môže ostať nepovšimnutý a prísť neskôr ako veľká facka. Najlepší spôsob nájdenia informácií o výške je na jej oficiálnej stránke.



I keď niektoré výšky majú veľku kopu informácií (polovicu z nich zložené na porozumenie) je potrebné vedieť každý malý detail. Veď to predsa zvládnete. Hlavné je vedieť čo si špecificky odbor vyžaduje od kandidáta, buď aké talentové, alebo vedomostné skúšky. Vedieť študijnú úroveň kandidáta, ale aj čoho sa vo vybranom odbore dočkáte. A ešte aby ste vedeli, či je odbor presne ten pre vás a nie je kompletný nuda fest.

#### 4. Učte sa.. veľa a tvrdo

Áno, áno, nikto to nechce ani počuť, ale to je faktom nás všetkých. Majte na pamäti, že vysoké školy, hlavne tie prestížnejšie, si vyžadujú nič menej ako dokonalosť. Presvedčte vysoké školy.. ale aj sami seba, že ste jeden z najlepších, a že ste odhodlaný dosiahnuť svoj cieľ. Na to treba peknú kopu učenia, a nie len na prijímacie skúšky, ale aj na maturitu, ktorú treba mať ukončenú, keďže väčšina vysokých škôl berie do úvahy aj výsledky z maturitných skúšok

#### INTERVIEW SO ŽIAKMI:

Keď sme už na téme vysokých škôl, spýtal som sa svojich spolužiakov maturitného ročníka, či chcú alebo nechcú ísť na výšku, a prečo sa tak rozhodli. Tu sú ich odpovede:

##### Filip M.

Nie, nechcem ísť na výšku. Mám pocit že v tomto odbore v podstate ďalej pokračovať nemusím, čo sa týka štúdia a ide mi hlavne o to zarábať peniaze a dostať sa ďalej v mojom živote

##### Christian D.

Áno, chcem ísť na výšku. Lebo si myslím že moje štúdium nie je dostatočné na prácu s ktorou chcem pokračovať.

##### Sofia B.

Nie, nechcem ísť na výšku. Lebo mi to príde nepotrebné s mojou prácou, mať titul pred menom.

##### David H.

Áno, chcem ísť na výšku, konkrétne do Košíc na programátora. Venujem sa tomu už nejaký štvrtý či piaty rok, čiže chcem pokračovať.

##### Nikola Š.

Nie, nechcem ísť na výšku. Lebo nemám presné zameranie, ktoré by som chcela študovať na vysokej škole.

##### Mirka G.

Chcela som, ale nakoniec nejdem. Lebo som sa rozhodla, že je to celkom nepodstatné pre mňa a tam kde chcem ísť pracovať mi výšku netreba.

##### Kristína L.

Nie, nechcem ísť na výšku. Podľa mňa je to zbytočné, lebo si s výškou strácaš čas. Poznám veľa ľudí, ktorí majú výšku a proste nič z toho, poznám jedného ktorý má až tri výšky dokonca a je chudobný, takže podľa mňa výška neurčuje nič.

##### Alex Š.

Nie, nechcem ísť na výšku. Lebo si nemyslím že študujem odbor pri ktorom mi vysoká škola pomôže.w

Text/fotografie/ilustrácie: Jakub Migal'

## Obsah

<b>Chyby pri vyberaní výšky</b>	<b>2</b>
<b>Urobíš mi plagát?</b>	<b>4</b>
<b>Kolko jazykov vieš...</b>	<b>6</b>
<b>Samo, krycie meno kaderník</b>	<b>8</b>
<b>Stávkovanie</b>	<b>10</b>
<b>Predávanie topánok a oblečenia</b>	<b>12</b>
<b>Dva gadže na Šimonke</b>	<b>14</b>
<b>Spánková paralýza</b>	<b>16</b>
<b>Začínáme s plazmi</b>	<b>18</b>

Stredná odborná škola,  
A. Dubčeka 963/2,  
093 01 Vranov nad Topľou  
+421 057 44 63258, 44 63259  
[www.sosvt.sk](http://www.sosvt.sk),  
[www.sosvt.edupage.org](http://www.sosvt.edupage.org)

Riaditeľ: Ing. Ľubomír Tóth

Zodpovedný vedúci:

Mgr. Jozef Torma

Séfredaktor časopisu: Alex Šmajda

Redakčná rada: Denis Tanis, Alex

Šmajda, Matej Krajč, Juraj Lukáč,

Kristína Lapuníková, Jakub Migal',

Denis Zambory, Filip Mardzin,

Nikola Šaradínová

Technická, grafická a jazyková  
úprava: Celá redakčná rada tvorená  
žiakmi 4. A odboru grafik digitálnych  
médií



# Urobíš mi plagát?

## Neznalosť zákazníka

**Grafik musí veľkú časť svojej práce venovať hlavne komunikácii s klientmi. To vie byť celkom namáhavé hlavne v prípade, ak sa zákazník neorientuje vo svete grafického dizajnu. Z toho vedia vzniknúť okrem nedorozumení aj celkom vtipné situácie.**

Ďalej sa často stretávam s neznalosťou zákazníka o postupe práce pri vytváraní istých grafických podkladov. Mnoho bežných ľudí ktorí sa nepohybujú vo svete dizajnu a grafiky si myslí, že vytvorenie napríklad plagátu alebo letáku je zložité asi ako zaviazať si šnúrky. Presne preto často vznikajú otázky typu: „A to ešte nemáš hotové?“ „Ved' to nieje nič zložité“, „Tolko peňazí?“ „Za jeden plagát?“ „To som si radšej mohol spraviť sám“. Keďže tvorba grafiky neobsahuje žiadnu manuálnu prácu a grafik väčšinu času len „sedí za počítačom“ zákazníci to nepovažujú za nič zložité. Aj keď to je možno pravda, veľa ľudí si neuvedomuje, že najväčším aspektom pri tvorbe grafiky je kreativita, nápaditosť, a originalita. Vybrať správnu farebnosť, kompozíciu či rozloženie textu vie častokrát na grafika vyvinúť väčší psychický nátlak ako manuálna práca.

Áno, študujem grafický dizajn. Popri škole si namiesto bežnej brigády pripravám menšími grafickými prácami pre rôznych klientov od nápojových a jedálnych lístkov cez plagáty po návrhy na logá menších firiem. Väčšinou so zákazníkmi komunikujem on-line, a práve pri takejto komunikácii vie dôjsť k výmenám názorov. Prvým a asi najväčším problémom je nedostatok informácií od zákazníka. Človek často nevie čo presne chce, a preto čaká že po tom čo poskytne minimálne množstvo informácií, grafik domyslí zvyšok za neho.

## Skúsenosti

Určite každého z vás zaujímajú konkrétne situácie. Pred istým časom som začal popri škole tvoriť grafiku pre nočný klub. Po tom čo klub získal nového majiteľa potrebovali samozrejme aj človeka na tvorbu grafiky, a tým som sa stal ja. Pravidelná tvorba plagátov na rôzne štýly a pre rôzne udalosti bola niečo, čo som si chcel vyskúšať už dlho. To som ešte nevedel ako to bude v skutočnosti prebiehať. Hneď pri prvých plagátoch som nedostal nič viac ako meno Dj-a ktorého pozná asi 20 ľudí, dátum akcie, a pokyn vymyslieť názov pre akciu. Áno, mal som síce voľnosť, no na druhej strane som nemal žiadnu predstavu o tom, čo zákazník chce.

## Zákazník je pán

Zákazník vie byť často tvrdohlavý a bude si za svojim názorom stáť aj keď z odborného hľadiska nie je správny. Veľakrát sa mi stalo, že zákazník prišiel s tak trochu svojším a podľa neho veľmi originálnym nápadom ktorý v skutočnosti popieral všetky základné pravidlá grafiky. V takomto prípade prichádza na rad vysvetľovanie. Vtedy si zákazník buď nechá poradiť alebo si jednoducho ďalej bude stáť za svojim. Vtedy si musím len opakovať že zákazník je pán.



## Češ' výnimkám

Samozrejme nie všetci zákazníci sú takíto. Našťastie, väčšinu času sa stretávam s klientmi, ktorí vedia čo chcú. Navrhnú svoje nápady no nechajú si aj poradiť. Najlepším takýmto prípadom je podľa mňa majiteľ barbershopu Notorious Barber v Košiciach, pre ktorého som robil logo, plagáty, letáky, vizitky a darčkové poukážky. Možno to bude tým, že v bežnom živote sme kamaráti, no stále vedel čo približne chce, nechal si poradiť a spoločne sme takmer stále dosiahli najlepšie výsledky. Hovorím takmer pretože samozrejme aj v tomto prípade sa stali nejaké chyby ako napríklad, keď som si nevšimol, že som na vizitku namiesto Košice napísal Kočice a všimli sme si to až po vytlačení 150 kusov. No to sme napravili najrýchlejšie ako sa dalo. Keď sa na to pozriem späťne mám pocit, že celkovo mladší ľudia sú jednoduchší na spoluprácu, keďže im to je bližšie a stretávajú sa s digitálnymi médiami častejšie.

## Zhrnutie

Aj napriek všetkým týmto patáliam som za to, že som sa rozhodol byť grafikom nesmierne rád. Keď si uvedomím, že som ešte len študentom, neviem si ani len predstaviť čo všetko budem zažívať v práci kde budem so zákazníkmi komunikovať denne. Na to som



myslel pred výberom tohto odboru. Práca grafika si jednoznačne vyžaduje pevné nervy, no som na to som pripravený. Viem si predstaviť, že ľudia ktorí pracujú v odbore mne úplne cudzom by so mnou mali rovnaké problémy. A nakoniec rada pre všetkých ľudí ktorí budú potrebovať prácu grafika: Nechajte si poradiť, predsa vieme čo robíme.



Autor: Alex Šmajda  
Foto: Nikola Šaradínová, Juraj Lukáč

„Koľko jazykov vieš, toľkokrát si človekom.“ vraví známe české príslovie. Učenie cudzieho jazyka je proces, ktorý si vyžaduje trpezlivosť a vytrvalosť, čo nemusí byť jednoduché pre každého. Rozmýšľali ste niekedy nad tým, ako sa študenti učia cudzie jazyky? Na slovenských školách sa totiž vyskytujú prevažne anglický, nemecký a ruský jazyk. Aké jazyky by privítali študenti na našej strednej škole? Venujú sa učeniu vo svojom voľnom čase? Mňa cudzie jazyky vždy fascinovali a tak sa zo mňa stal samouk. A aj keď tieto jazyky neovládám stopercentne, chcem sa s vami podeliť o veci, ktoré mi pomohli pri ich študovaní.



Dôležité je stanoviť si nejaký cieľ, prečo sa chceme daný jazyk naučiť. Nieкто sa môže učiť cudzí jazyk pretože chce cestovať, zaujímajú ho iné kultúry, chce začať život v inom štáte alebo si jednoducho chce rozšíriť svoje komunikačné schopnosti. Na tom aký máte dôvod nezáleží, dôležité je mať jasnú predstavu o tom, čo chcete dosiahnuť.

## Anglický jazyk

S angličtinou som sa stretla už na základnej škole v prvom ročníku, keď sme ju dostali ako povinný predmet. Bol to teda prvý cudzí jazyk, ktorý som sa učila. Mala som dobré základy, no neodvážila som sa po anglicky rozprávať. Vedela som však, že ak ju chcem používať v praxi musím sa to naučiť. Keď učiteľky na základnej škole vraveli, že základom je slovná zásoba, neverila som im. No postupom času som prišla na to, že mali pravdu. Veľký posun som spravila približne v 7-8 ročníku, keď som začala pozeráť filmy a seriály s titulkami. Ak som počúvala anglické pesničky, čítala som si ich texty a snažila sa ich preložiť sama, prípadne som použila slovník alebo prekladač. A aj keď som si to nevedomovala, podvedome som si spájala anglické slovíčka s tými slovenskými a moja slovná zásoba sa rozšírila natoľko, že som sa už nebála rozprávať. Postupne som pozerala rôzne rozhovory so zahraničnými britami, pri ktorých som si uvedomila, aký veľký pokrok som spravila. A ako som na tom dnes? Filmy a seriály v angličtine pozerám buď s anglickými titulkami, alebo bez nich. Čez sociálne siete komunikujem aj s ľuďmi zo zahraničia a vďaka

tomu, že viem angličtinu som si našla aj zopár dobrých priateľov. No napriek tomu, že angličtinu študujem už trinásť rokov, stále sa učím nejaké nové slová alebo frázy.

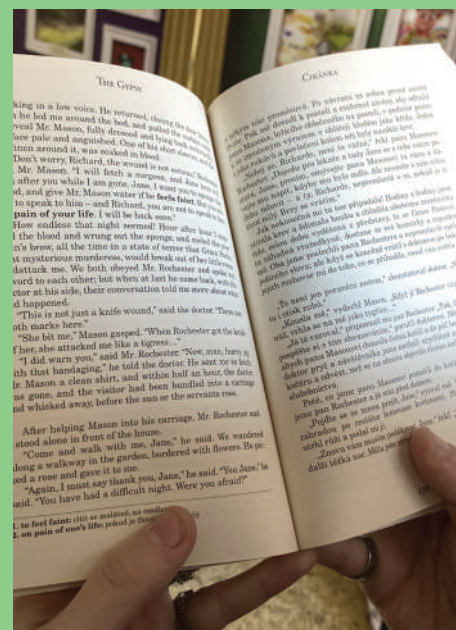
## Ruský jazyk

Tak ako väčšina študentov, aj ja som si v piatom ročníku na základnej škole mala vybrať medzi nemeckým a ruským jazykom. Dlho som rozmýšľala, no veľmi ma lákala ruština s jej azbukou a fakt, že aj moje staršie sestry študovali rovnaký jazyk rozhodol o tom, čo som si vybrala. Zo začiatku ma to veľmi bavilo, azbuku som sa naučila prekvapivo rýchlo a vynikala som v rozprávaní. Veľkú zásluhu na tom mali aj audioknihy. Doma som si totiž púšťala známe rozprávky, no v ruštine. Zlom prišiel v deviatom ročníku, keď sme sa presunuli na dištančné vzdelávanie. Prestala som písať, maximálne som len čítala na nejakých online hodinách a tak štyri roky študovania ruštiny začali zapadať prachom. Po rusky síce rozumiem dodnes, no pamätám si len základné frázy.

## Španielský jazyk

Keď sme počas koronavírusu boli stále zavretí doma, spolu so sestrou sme sa rozhodli, že čas, ktorý trávime pozeraním do telefónov aspoň na niečo využijeme a tak vznikla myšlienka naučiť sa ďalší cudzí jazyk. Obe sme vedeli po anglicky a rusky, no zaujímalo nás, či sa dokážeme naučiť niečo úplne nové. Ja som sa chcela naučiť jazyk, ktorý by som v budúcnosti mohla

využiť aj v praxi a keďže od malička bolo mojim snom navštíviť a možno aj žiť v Španielsku, výber bol jasný a španielčina sa stala mojim cieľovým jazykom. Sestra so mnou súhlasila, no pridala si aj zopár lekcii angličtiny, keďže bola v maturitnom ročníku. A tak sme si stiahli aplikáciu Busuu, ktorá nám však nevyhovovala hlavne preto že základná platená verzia bola obmedzená len na jeden jazyk. A tak sme pátrali ďalej až kým sme nenašli aplikáciu Duolingo, ktorá nám sadla. Každý deň sme plnili lekcie, robili si poznámky a pomaly ale isto sme sa zlepšovali. K tomu som si našla ďalší zaujímavý spôsob výučby a tým boli zrkadlové knihy. Sú to dvoj-jazyčné knihy, kde na jednej strane je text v cudzom jazyku a na druhej strane je zrkadlovo zobrazený ten istý text v slovenčine. Zistila som, že ak si hneď preložím každé slovíčko, ktorému nerozumiem, lepšie si ho zapamätám.



Knihy sú zároveň najprirodzenejším spôsobom, ako si rozšíriť slovnú zásobu. Bohužiaľ, keď sme sa znovu vrátili do školy, študovanie španielčiny išlo bokom, no som rada, že som sa dokázala aspoň niečo naučiť.

## Francúzsky jazyk

Mojím čerstvým objavom, ktorému sa venujem len zopár týždňov, je francúzsky jazyk. A práve tu sa snažím skombinovať všetky metódy, ktoré som doposiaľ skúsila. Začala som s francúzskymi pesničkami a ak budem mať po maturite viac času, chystám sa na francúzske zrkadlové knihy. Taktiež rada sledujem seriály alebo rôzne rozhovory s titulkami po francúzsky, ktoré mi pomáhajú najmä vo výslovnosti, keďže to je pre mňa najťažšie. Znovu som si nainštalovala aplikáciu Duolingo, v ktorej idem úplne od základných slov a fráz. Zložitá je aj gramatika, no pomaly sa v nej začínam zlepšovať. A ako sú na tom so študovaním jazykov moji spolužiaci?

**Matej** - Približne šesť mesiacov som sa učil po španielsky. Využíval som hlavne aplikáciu Duolingo, pretože aj keď som zabudol na lekciu, niekoľkokrát za deň mi prišlo upozornenie, aby som nič nezameškal. Taktiež veľmi rád sledujem seriály po španielsky.

**Filip** - Už vyše roka sa učím po nórsky, pretože chcem v budúcnosti bývať v Nórsku. Seriály sú hlavným faktorom, ktorý mi pomáha pri učení, no používam aj aplikáciu Duolingo.

**Dávid** - Ruštinu sa učím od deviateho ročníka na základnej škole, takže približne štyri roky. Veľmi rád som počúval ruské pesničky a vždy ma zaujímalo, čo

Opýtala som sa mojich spolužiakov, aký cudzí jazyk okrem angličtiny by chceli na škole mať a tu boli ich odpovede:

Španielsky jazyk - 39,6%  
 Francúzsky jazyk - 16,7%  
 Ruský jazyk - 16,7%  
 Japonský jazyk - 11,5%  
 Maďarský jazyk - 5,2%  
 Nórsky jazyk - 5,2%  
 Srbský jazyk - 5,2%

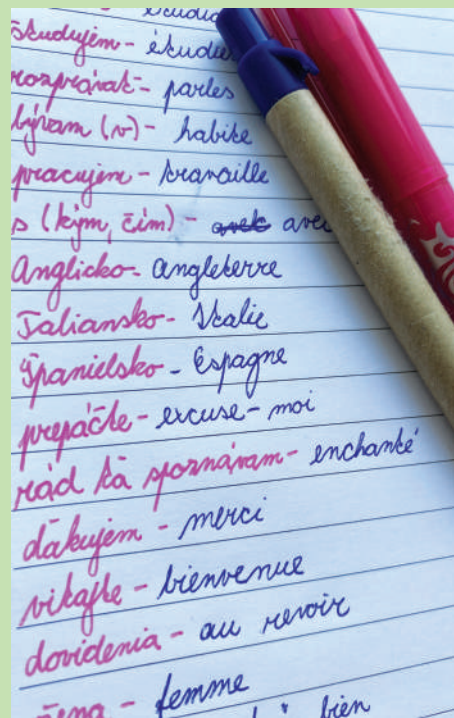
sa v nich spieva. Najprv som sa samozrejme naučil azbuku, následne som čítal články v ruštine a počúval videá po rusky. Začal som pozeráť ruské filmy a teraz si približne raz alebo dvakrát v týždni precvičujem slovnú zásobu.

**Maroš** - Keďže mám v pláne po škole odísť do Nemecka, chcem sa začať učiť nemčinu. Pripadá mi to ako celkom zaujímavý jazyk, keďže je dosť podobný angličtine. Nemám síce základy zo základnej školy, no niektoré slovíčka poznám.

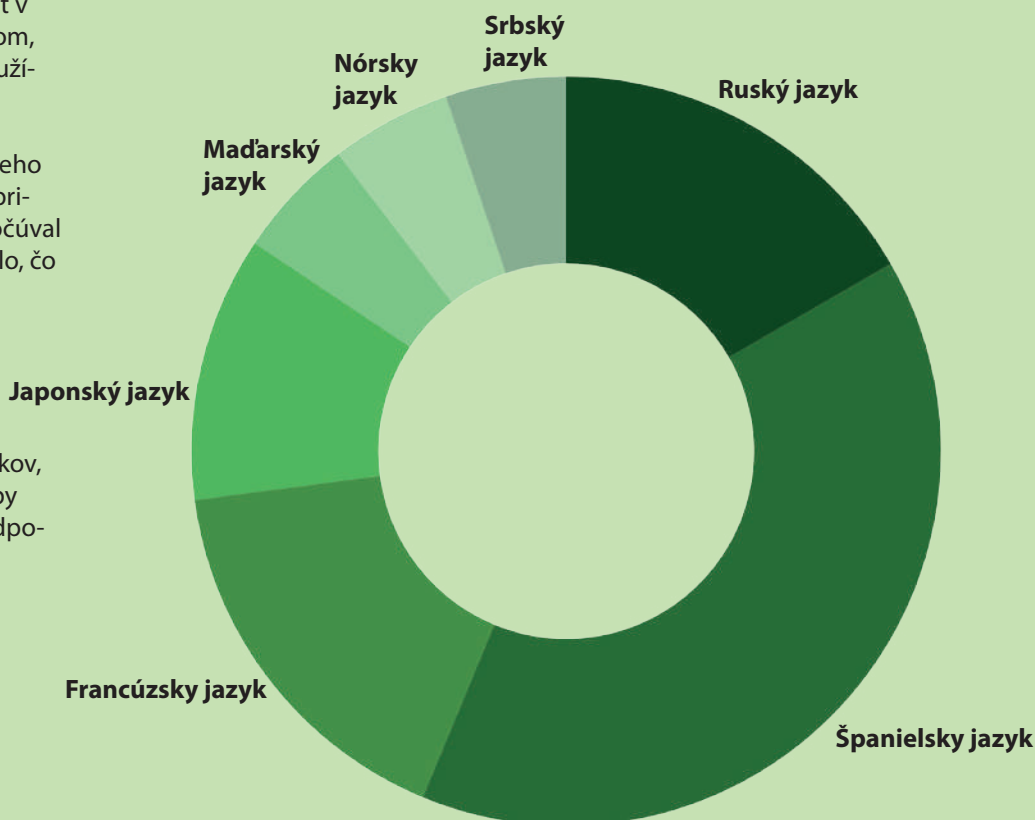
**Sofia** - Španielčinu sa učím približne dva mesiace. Od malička ma tento jazyk fascinoval, veľmi sa mi páčil a vždy som sa ho chcela naučiť, no nikdy som nemala čas, keďže som sa venovala angličtine. Momentálne som dosiahla vysoký level angličtiny a tak som si povedala, že je načas skúsiť iný jazyk. Učím sa pomocou aplikácie, počúvam aj španielske pesničky.

**Alex** - Už osem mesiacov sa učím francúzštinu. Chcel by som navštíviť Francúzsko a tak sa snažím naučiť sa čo najviac fráz. Väčšinu času pozerám videá alebo filmy a seriály po francúzsky. Používal som aj aplikáciu na učenie, no teraz už na ňu nemám veľmi čas.

Ako môžete vidieť, v dnešnej dobe poznáme rôzne formy, ako sa naučiť cudzí jazyk. Preto stačí nájsť si čas a učenie sa môže začať. Čím viac jazykov ovládam, tým viac možností sa nám vo svete naskytuje. Preto neváhajte a začnite aj vy. Možno sa stane, že prvý jazyk, ktorý si vyberiete vám nepôjde, no netreba to vzdávať. Skúšať môžete dovtedy, dokým nenájdete jazyk, pri ktorom sa budete cítiť ako doma.



Autor: Nikola Šaradinová  
 Foto: Nikola Šaradinová



# NOTORIOUS BARBER

SINCE 2023

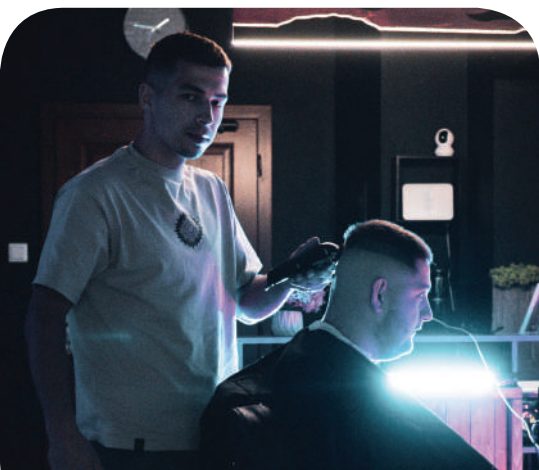


## Samo, krycie meno kaderník

**Každý si v živote vyberá kariéru, ktorá ho bude baviť a naplňovať. Jedným z týchto prípadov je môj kamarát Samuel Havrilko. Práca na stavbe v Švajčiarsku ho už nebavila a tak si otvoril NOTORIOUS barbershop v Košiciach. Podme sa spolu pozrieť na to, ako sa mu to podarilo.**

**Môžeš mi povedať o svojej ceste stať sa barberom? Čo ťa inšpirovalo?**

Moja cesta začala tak, že som ostrihal kamaráta Mateja pri Laborci v Brekove vonku s obyčajným strojčekom, ktorý som mal doma. Potom ma to chytilo, strihal som ďalej, aj chlapi sa mi dávali strihať čiže asi videli že to robím dobre a nebáli sa, tak som to začal skúšať, následne som si spravil kurz a dnes teda strihám ako barber. Inšpirovalo ma to že aj ja som rád pekný a myslím si, že človek sa musí starať o svoj vzhľad a ten strih vie zmeniť celý štýl toho človeka a urobiť ho krajším.



**Čo ťa najviac baví na práci barbera?**

Na práci barbera ma najviac baví to, že každý ma iné vlasy čiže musím byť flexibilný. Tiež ma baví to, že môžem s človekom pokecať, spoznať nových ľudí a hlavne to že im môžem dať nový štýl.

**Viem, že si si barbershop „postavil sám“ a preto sa pýtam čo bolo najťažšie?**

Áno, dá sa povedať, že som ho postavil skoro sám. Prerobil som ho vlastnými rukami a bolo to dosť komplikované keďže som vtedy pracoval aj vo Švajčiarsku a keď som sa vrátil domov na tých 10-12 dní tak som skoro celý čas strávil v Košiciach v barbershople. Bolo to fyzicky, ale aj psychicky veľmi vyčerpávajúce keď sa napríklad niečo nedarilo, ale tak to má byť. Priestory som si vybavil cez odstúpenie prevádzky a bolo to asi presne pred rokom.

**Môžeš opísať svoj osobný štýl a prístup k barberstvu? Čo odlišuje tvoje holičstvo od ostatných?**

Nemyslím si, že mám nejaký osobný štýl, keďže sa viem vždy prispôbiť.

Prístup k barberstvu mám asi taký, že sa vždy snažím podať čo najväčší výkon aby ten účes vyzeral čo najlepšie. Od ostatných ma odlišuje to, že si dám záležať na každom malom detaile, pretože už aj mne sa stalo že som si zaplatil 15-20 eur za účes a nakoniec som sa musel ísť dostrihať niekde inde, tiež to že rád s ľuďmi pokecám, spýtam sa na ich záujmy a dávam im takú dôležitosť, čo je podľa mňa veľmi podstatné.







### Mal niekto niekedy vši, smrdel alebo niečo podobné?

Zatiaľ sa mi nestalo, žeby mal niekto vši, no raz ku mne prišiel zákazník, ktorý celkom nepríjemne zapáchal, ale zachoval som sa profesionálne, veď už ho nevyhodím z kresla kým fakt nemá vši, alebo je to niečo, čo sa nedá ani vydržať.

### Ako nadviažeš spojenie so svojimi klientmi? Aká dôležitá je komunikácia vo tvojom obore?

Tak klasicky nadviažem to spojenie, spýtam sa čo robí či študuje, koľko má rokov, či sa niečomu venuje a keď je teda klient taký že chce rozprávať tak to už potom ide samo, ale sú aj klienti, ktorí sú radi ticho, prídu si oddýchnuť, a za celé strihanie vlastne nepovedia ani slovo. Čiže to ja už musím vycítiť v prvých troch otázkach či sa chce človek rozprávať alebo nechce. Záleží kedy je ta komunikácia

potrebná niekedy áno niekedy nie, keď sa rozprávame až veľa tak mi ten strih trvá dlhšie a nesústredím sa až tak veľmi, čiže niekedy by som aj prijal ticho, hlavne keď strihám už dlho.

### Aké sú niektoré z výziev, ktorým čelíš ako barber, a ako ich prekonávaš?

Tak hlavne sú to nové účesy ako mullet alebo taper fade, poprípade keď niekto má fakt že dlhé vlasy tak tam zostresujem niekedy a keď to spravím dobre tak je to také pohladenie na duši a motivuje ma to ešte viac. A prekonávam ich tak, že si poviem že to viem robiť, čiže nijak zle to dopadnúť nemôže a nakoniec sa to tak aj ukáže.

### Môžeš sa podeliť o nejaké nezabudnuteľné zážitky alebo príbehy?

Napadá ma asi iba jeden taký zážitok, kedy som spravil iba hlavnú linku kde si rozdelím vlasy, ktoré budú úplne vyholené a potom kde začínam fade-ovať, tak bol tu jeden klient ktorému som spravil len tú linku a on že dobré to vyzerá ďakujem, čiže to je asi taká najzábavnejšia skúsenosť, ale nemám otvorené dlho takže zatiaľ som veľa takých príhod nemal.

### Ako máš prehľad o najnovších trendoch a technikách v barberskom priemysle?

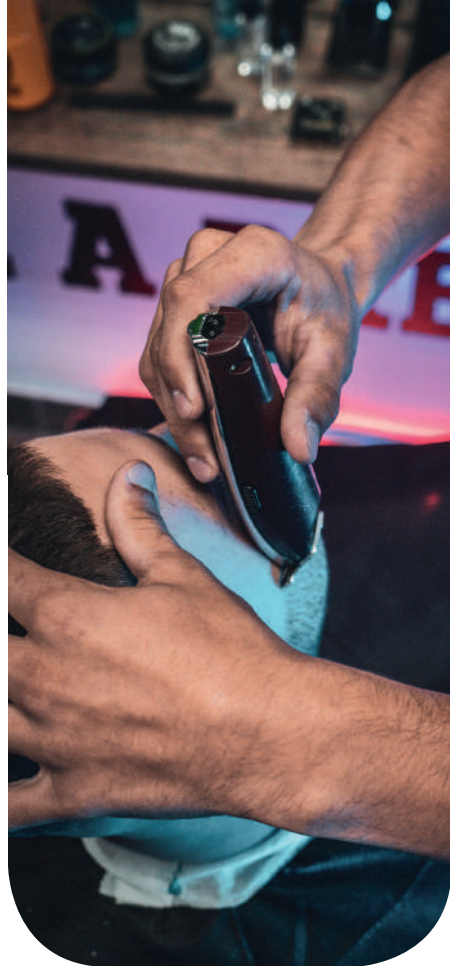
Tak každý má svoj spôsob ako strihá a každý sa učí, musí sa učiť, pretože treba kráčať s dobou, čiže vždy si pozerám nejaké videá mám v pláne ísť aj na nejaké workshopy, kde sú skúsenejší barberi, ktorý strihajú aj 10-15 rokov a ukazujú ako sa oni zlepšili čiže určite je to v tomto priemysle dôležité kráčať s dobou.

### Čo by si poradil niekomu, kto zvažuje kariéru v barberstve?

Tak určite by som mu poradil to aby sa toho nebál, pretože každý nejak začínal. Treba chytiť do ruky strojček zavolať si kamaráta, ktorý má dlhšie vlasy a nebude mu vadit to keby sa niečo pokazilo, aby musel ísť dohola a podobne. Určite to človeku dá aj taký životný štýl, pretože nie je to taká práca že človek sedí alebo stojí za pásom a robí od rána do večera to isté a treba sa aj prispôsobovať.

### Aký účes striháš najradšej a aký naopak najmenej rád?

Moje najobľúbenejšie účesy sú asi vysoký a stredný fade, a najneobľúbenejší asi nemám len tie dlhé vlasy mi vždy dajú zabráť.



### Ako pomôžeš zákazníkovi, ktorý chce zmeniť štýl účesu ale nevie si vybrať?

Najlepšie sa to ukazuje na fotkách, ktoré nájdem na internete, čiže mu ukážem niečo čo by mu sedelo podľa tvaru hlavy, podľa typu, tiež podľa oblečenia a podobne. Väčšinou sa ale stáva že zákazník už príde s nejakou fotkou a ja mu to buď schválim ale poviem že to nebude vyzeráť až tak dobre a na základe toho sa potom dohodneme.

Autor: Matej Krajč  
Foto: Matej Krajč,  
Samuel Pyton



# Stávkovanie

## Zábava či nebezpečná hra?

Stavková horlivosť v dnešnej dobe získava na obľúbenosti a stáva sa obľúbeným aspektom života mnohých ľudí. Výhody a riziká spojené s touto formou zábavy a príležitostného zarábania peňazí vedú k všelijakým názorom. V tomto článku sa pozrieme na fenomén stávkovania, jeho príčiny a následky.

Tipovanie športových výsledkov sa za posledné desaťročie výrazne zmenilo. Podobne, ako v iných oblastiach, aj stávkovanie je výrazne digitalizovanejšie. Hráči už nemusia chodiť do kamenných pobočiek stávkových kancelárií, nemusia navštevovať klasické kasína. Zahrať si môžu z pohodlia svojej obývačky, počas cestovania do práce. Jednoducho vždy a všade. Stačí mať pripojenie na internet.

Historicky najvyššia výhra padla na Slovensku v roku 2020 a to až vo výške 58 807 427,70 eur v hre Eurojackpot.

### Stávkovanie: Zábava či nebezpečná hra?

1. Zábava a napätie: Svet stávk poskytuje niečo, čo mnohí ľudia hľadajú – vzrušenie a napätie. Už len sledovanie športových udalostí, kde máte na stávk, môže spríjemniť zážitok a pridávať mu dodatočný rozmer a adrenalín. Pre mnohých je to prostriedok na zbavenie sa monotónie každodenného života.

2. Finančná výhoda: Pre niektorých jednotlivcov sa tipovanie stalo príležitosťou na zarabanie peňazí. S rôznymi bonusmi a výhodami, ktoré online stávky ponúkajú, je možné si privyrobiť či dokonca uživiť sa touto činnosťou. Avšak, súčasne to môže predstavovať riziko finančnej straty.

### Štyri body, ktoré odporúčam z vlastnej skúsenosti:

1. Rozumne nastaviť limity: Určte si finančné limity a držte sa ich.
2. Dôkladná analýza: Pred stávkovaním si dôkladne preštudujte situáciu a získajte čo najviac informácií.
3. Tipujte alebo hrajte, o toľko peňazí, ktoré by vás nemrzeli ak by ste ich prehrali.
4. Ak chcete vkladať peniaze na účet zadarmo tak si vkladajte buď na pobočke alebo cez banku, ktorá si za to neúčtuje poplatky.

Nevýhody online stávkových kancelárií. Online tipovanie a gambling so sebou samozrejme prináša aj množstvo nevýhod. Oproti kamenným pobočkám je proces vyplatenia výhier takmer zakaždým zdĺhavejší. Pri výplate výhry z herného účtu je potrebné počkať, kým sú peniaze pripísané na váš bankový účet. Bankový prevod zvyčajne zaberie 1 až 2 pracovné dni. Ďalšou z nevýhod využívania služieb online poskytovateľov je zákaznícky servis. Pre mnoho tipérov je osobné stretnutie so zamestnancami pobočiek stále praktickejšie.



Práve preto je riziko vzniku závislosti na gamblingu mnohonásobne väčšie. Veľmi dôležité je hrať zodpovedne poznať svoje limity!

### Moja skúsenosť a prečo som sa rozhodol si založiť účet v stávkovej kancelárií.

Vytvoril som si účet pretože ak sa v tom vyznáš, tak si môžeš zarobiť pekné peniaze. Za vytvorenie účtu v každej stávkovej kancelárií máš takzvaný uvítací bonus, kde ponúkajú väčšinou peniaze, tiket bez rizika a pod.. To znamená, že máš napríklad stávku za 20€ bez rizika. V prvom rade si musíš prečítať podmienky aké platia pre konkrétny bonus. Potom si musíš aktivovať bonus a následne si môžeš vybrať koľko peňazí vložíš na účet a ak máme 20€ bez rizika tak by som odporúčal vložiť 20€. Môžeš podať aj viac, no v prípade prehry ti stále vrátia iba 20€. Ak vyhraš, bude to len plus pre teba. V mojom prípade mi počas Majstrovstiev sveta vo futbale, jedna zo stávkových kancelárií ponúkla 50€ bez rizika ako uvítací bonus. Rozhodol som sa to využiť, podal som tiket s kurzom 2,20 a vyhral som 110€ len preto, že som si vytvoril účet s bonusom. Ale dávajte si pozor na to, ako vkládate peniaze na účet. Pretože prvý mesiac som sa napálil a dostal sa do mínusu 30€. Vkladal som peniaze všelijako cez debetnú kartu až po Apple pay. Za každú transakciu si žiadali 3,30€ a keďže som si neprečítal ako to všetko funguje tak som na to doplatil. Každá banka pri vklade na herný účet za transakciu to má inak a nato si treba dávať pozor. Ale máte aj možnosť cez ktorú

si môžete poslať peniaze úplne zadarmo a na konci mesiaca sa nemusíte báť že prídete o peniaze ako ja. Po roku mojej skúsenosti hazardu a gamblingu som si zrušil účty v stávkových kanceláriách. Používam už len jednu, kde si "zarabam" peniaze tak, že každé utorky a piatky majú bonus, kde si prečítam podmienky, zistím koľko musím vložiť peňazí aby som dostal takzvané free točenia.



Napríklad ak si v utorok vložíš 30€ na účet, dostaneš 30 free spinov (zadarmo točenia na automate). Následne pôjdem na určitú hru zatočím 30krát a hotovo. Môže mi padnúť 0,80 centov ale podarilo sa mi vytočiť aj 28€. Je to individuálne a po každom dni inak naprogramované. Výhru si na druhý deň pošlem na môj bankový účet, kde je poplatok 0,17 centov takže som vždy v pluse. A takto si "zarábam" moje vreckové na mesiac.

### Ako som zarobil 100€ a ako rýchlo som o nich prišiel.

V jeden pekný večer som sa rozhodol ísť točiť automaty a hrať ruletu. Robil som to takto - ak vyhrám na rulete tak to pretočím na automate a tak sa aj stalo. Po každej výhre som točil. Bol to ako kolotoč. Za ten večer som vyskúšal asi polovicu automatov, ktoré boli k dispozícii. Avšak až do momentu, keď som prehral na rulete asi trikrát za sebou. No keďže som tie peniaze chcel získať späť, neprestal som hrať a hádajte čo? Vyhral som. Myslel som si, že ak to vyšlo predtým musí aj teraz a dal som all in, to znamená všetko alebo nič. Čo sa stalo? Prehral som. Mal som zo seba strašný pocit a cítil som sa ako gambler a odvtedy som si povedal že už to nikdy neurobím. Držím to až dodnes. Tikety podávam maximálne 0,50 centov a automaty netočím za svoje peniaze ale za točenia zadarmo, ktoré sú v utorok a v piatok. Zhrnul by som to tak, že dúfam, že sa odomňa ponaučíte a nebudete gambliť ani točiť automaty. Je to stráta peňazí a neoplatí sa to. Hrajte zodpovedne a nezabúdajte, že platí zákaz hrania hazardných hier osobám mladším ako 18 rokov. Nadmerné hranie hazardných hier môže viesť k silnej závislosti a poškodiť zdravie. Hazardné hry predstavujú riziko vysokých finančných strát.

### Čo dodať na záver?

Závislosť na gamblingu patrí medzi najväčšie problémy. Negatívne vplyva na financie a komplikuje osobný aj pracovný život. Zodpovedné hranie je celoslovenský projekt zahŕňajúci širokú škálu aktivít zameraných na:

- Zvýšenie informovanosti o zásadách zodpovedného hrania
  - Prevenciu rizikového hrania
  - Zmapovanie situácie v sektore prostredníctvom reprezentatívneho prieskumu
- Zodpovedné hranie sa venuje dvom hlavným problémom. Zabrániť prístup ku hazardu osobám mladším ako 18 rokov a predchádzať závislosti z hazardu. Gambleri sú závislí na adrenalíne, ktorý im hazardné hry poskytujú, pričom všetko ostatné odsúvajú na druhú koľaj. Dôsledky závislosti bývajú často fatálne nielen pre samotného hráča, ale aj pre jeho rodinu.

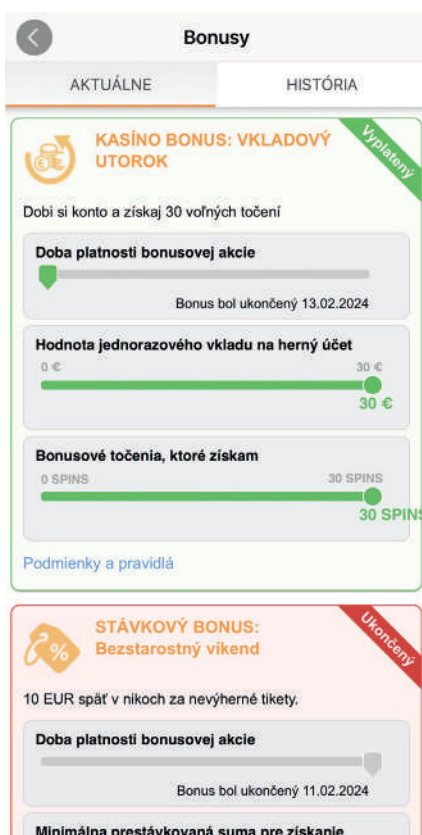
### Kde hľadať pomoc v prípade závislosti?

Chcete vedieť kde hľadať pomoc v prípade závislosti? Sami trpíte závislosťou na hazardných hrách, alebo chcete pomôcť niekomu blízkeho vo vašom okolí? Využite linku pomoci pre problémy s hraním na čísle 0800 900 800, alebo kontakt prostredníctvom emailu [cpldz@cpldz.sk](mailto:cpldz@cpldz.sk), prípadne navštívte stránky [cpldz.sk](http://cpldz.sk).

Odporučil by som si pozrieť toto video:

<https://youtu.be/sDEt8Ufigcg?si=TwBDBv-8xCbNyiOr>

Autor videa: YOUTUBE Jurajvie  
Autor článku: Denis Zambory  
Foto: Internet



Bežne dostupné stávkové bonusy v aplikáciách



Hazardné hry predstavujú riziko vysokých finančných strát a ich nadmerné hranie spôsobuje riziko vzniku závislosti.



## Predávanie topánok a oblečenia

**Veľa ľudí tomu možno ani neverí ale väčšina mladých si dokáže privyrobiť veľké peniaze len tým že predávajú oblečenie a topánky dokonca aj použité. Hlavné je nájsť si spôsob ako sa ku nim za retail cenu dostať. Čo je retail cena?**

Je to jednoduché, každý nový kúsok sa predáva za retail cenu, to je cena za ktorú ho predáva daná módna značka ako Nike, Adidas, Balenciaga a pod. Ako príklad môžeme použiť topánky od spoločnosti Nike ktoré vyšli ako spolupráca s veľkým hudobným interpretom Travisom Scottom. Bol to model Jordan 1 High Travis Scott Mocha a keď vyšli stáli 175€ no teraz sa ich cena pohybuje od 1400€ až do 2000. Záleží aj na veľkosti je známe že topánky s väčším číslom sú stále lacnejšie, a to z dôvodu toho že nad priemerne veľkosti nohy sa nevyskytujú tak ako tie priemerné a tým padá aj ich cena lebo je ťažšie pre nich nájsť kupcu. Otázka je ale ako sa ku nim dostať za cenu 175€ veď nie každý má peniaze na to aby si ich kúpil za aftermarket cenu. Najprv si vlastne

povedzme čo je to vlastne aftermarket cena. Je to cena za ktorú sa tie topánky predávajú potom ako sa vypredajú na oficiálnych stránkach. Teraz sa môžeme vrátiť ku tomu ako sa ku nim dostať. No je tu viac spôsobov niektoré síce nie sú veľmi morálne správne. Ale najprv k tým morálne správnym. Ako najjednoduchší spôsob je podľa mňa zaplatiť kamarátom aby za vás sedeli pri viac počítačoch a čakali kedy sa spusti drop na určitý pár topánok. Čo je to drop? Drop je vlastne spustenie predaju určitého páru. Ďalší spôsob je takzvané kempovanie. Možno ste niekedy zazreli na internete ako pred nejakým známym obchodom majú ľudia postavené stany a stoličky. Niekedy dokonca aj 2 dni pred dropnutím určitého páru topánok. Ak si myslíte že tam uvidíte 2-3 stany tak ste na veľkom omyle keďže v rade sú niekedy stovky ľudí. Také prípady boli aj na Slovensku, síce nie sú tak časté ako v Amerike ale áno deje sa to aj tu. Ďalší spôsob je skutočne nemorálny a dostal veľa ľudí do problémov, dokonca ich pripravil aj o prácu. Bavíme sa o podplácaní pracovníkov v určitom obchode. Dokonca nemusí ísť ani o podplácanie ale robia to z vlastnej vôle lebo v tom vidia jednoducho zarobené peniaze. Ako to vlastne funguje? Veľmi jednoducho pracovníci majú prístup do skladov ešte predtým ako ľudia a tak si dokážu niektoré páry skryť pre seba alebo pre

svojich blízkych. Je neskutočne veľa prípadov kedy si zamestnanec zobral 1 pár, sú ale aj prípady pri ktorých boli zamestnanci prichytení pri nakladaní si aj 20 párov do svojho auta. To viedlo ku žalobám a ku výpovediam. Teraz keď som vám objasnil s tým ako to funguje tak si môžeme povedať o mojich skúsenostiach. Môžem povedať, že som to nikdy nerobil profesionálne ale nejaké peniaze mi to určite zarobilo. Väčšinou som si topánky kupoval z normálnych obchodov ako je napríklad Footshop alebo The Streets. Keďže moji kamaráti už vtedy vlastnili veľa párov topánok tak som vedel že niečo také existuje ale nejak ma to nezaujímalo. Až pokiaľ mi kamarát neponúkol jeho topánky za celkom dobrú cenu. Boli to moje prvé drahšie topánky a stali 190€ povedal mi aj že retail cena tohto páru bola 220€ boli nosené minimálne keďže párov mal veľmi veľa a tak sa ku mne dostali vo veľmi dobrom stave. Ja som ich v tom dobrom stave aj udržiaval a nosil som ich minimálne. Po nejakom čase sa mi ozval človek s tým žeby o nich mal záujem a tak som napísal môjmu kamarátovi od ktorého som ich kúpil. On mi povedal že za ten čas stihli ísť hore keďže nebol oznámený ďalší drop tohto páru. Ponúkol mi za nich cenu 230€ ktorú sa mne podarilo dvihnúť na 250€ a za tu cenu som mu ich aj predal. Vtedy som si uvedomil že zarobiť si také peniaze za niečo také nie je vôbec ťažké, a tak som sa do toho dostal viacej. Aj keď väčšinou to bolo skôr oblečenie napríklad tričká ktoré sa mi podarilo nájsť na internete za cenu napr. 20. Videl som že ľudia sú ochotní za nich dať aj 30€ tak





som ich si jeden alebo dva kúpil a predal ich. Jeden veľmi závažný problém ktorému sa nikto nevyhne pri predávaní oblečenia a topánok sú repliky ktoré sa viac a viac zlepšujú a niekedy potrebujete v ruke držať originálny pár aby ste ich vôbec rozpoznali. Mne sa toto stalo našťastie len 3 krát. Väčší problém bol keď som za topánky zaplatila prišla mi krabica v ktorej boli knihy z angličtiny. Bol som z toho veľmi sklamaný a dúfal a veril som že sa to vyrieši, a tak sme to dali na políciu lenže tam mi bolo rovno povedané že balík mi prišiel tak ako mal prísť a to čo je v ňom už nie je ich problém kvôli tomu že oni nevideli na čom sme sa my dohodli v súkromnej správe. Ďalší incident ktorý sa mi stal bol pri vymienení páru, vtedy som po odoslani mojich topánok skočil na sfalšovaný podací lístok a od 3 dni na to si ma daný človek zablokoval. Ale poučil som sa a dával som si potom väčší pozor aby som sa ničomu takému vyhol. Veľa ľudí celý tento proces odsudzuje a myslia si že by mal mať ku páru topánok prístup každý a za rovnakú cenu. A niekto to zase podporuje a myslí si že je to dobrý spôsob na to ako si zarobiť peniaze. Musíme hlavne povedať že oblečenie a móda je celkovo niečo podľa čoho by sme nikdy nemali nikoho súdiť a nemali by sme brať ohľad na to či chodí v drahom oblečení alebo v replikách. A preto By som vám tu rad poskytol rozhovory s mojimi spolužiakmi, ktorým ďakujem za to, že si našli čas na to, aby my ich

zodpovedali

**Myslíš si, že je správne topánky a oblečenie predávať za vyššiu cenu ako tu, za ktorú boli uvedené na trh, keď prvý krát vyšli?**



**Čo si myslíš o replikách oblečenia a topánok a myslíš si, že by ľudia mali súdiť niekoho kto si takú replik kúpi ?**

**Rado:**

Myslím si, že, keď už si človek kúpi repliku tak by sa s tým určite nemal chváliť a vydávať to ako pravý kúsok, lebo to nie je správne a názor na ľudí nemám žiadny keďže sám som v minulosti mal repliky nejakých kúskov, ktoré sa mi páčili, ale nemohol som si dovoliť originál.

**Filip:**

Keď niekto nemá peniaze na to, aby si kúpil originál tak určite by nemal byť súdený za to, že si kúpil lacnejšiu repliku. Pokiaľ sa nesnaží to vydávať za originál alebo to dokonca aj tak predáť nevidím v tom problém.

**Je podľa teba správne, aby človeka súdili za to v akých farbách a v akom štýle oblečenia sa prezentuje?**

**Marko:**

Ja si myslím, že podľa toho, ako sa niekto oblieka tak to o ňom aj niečo vypovedá tým pádom na navonok, ako je ten človek oblečený si o ňom môžeme urobiť už nejaké to prvé okienko, ale ten človek sa môže osobnosťou úplne líšiť od našej predstavy

**Nikola:**

Myslím si, že nie, lebo nie je vhodné, aby sme ľudí súdili podľa toho, ako sa obliekajú, ale mali by sme ich súdiť podľa toho,

ako sa správajú

**Maroš:**

Tým, že je ten kúsok oblečenia alebo ten pár topánok limitovaný a veľa ľudí sa k nemu nevie dostať tak šikovnejší ľudia, ktorým sa ho podarilo získať a ide im len o to si zarobiť si ho zaslúžia predáť za vyššiu cenu.

**Alex:**

Áno, lebo ak je niekto dostatočne šikovný na to, aby ich stihol kúpiť v prvý drop e tak ma plné právo si priraziť cenu

**Mirka:**

Nemyslím si, žeby mali byť súdení, lebo každý ma svoj osobný štýl, ale podľa mňa by to nemali preháňať s oblečením a určite nie s kriklavými farbami

Autor: Denis Tanis  
Foto: Denis Tanis

# DVA GADŽE NA ŠIMONKE

## Šadzik šumne na Šimonkoj najkrajši

**Pribeh mi pisal na pobaveňe. Berce ho s rezervu jak v tvojim kufru letnu pneumatiku. Ešče sluchaj ftip. Ja kec ho čul, mi odpad. Pridze jeden robotnik ku druhomu a pita še ho: Gejza, ta co robiš? Nič. Ta ci pomožem, hej?**

Dze bulo tam bulo som bul ja i chlop a mi dvojo jak Pat a Mat. Rozhodli sme še, že pujdzeme na kopec. Šimonka bula a je verch, ale premňe je to kopec. Pohutorim vám šickim, jak nemace chodzic na Šimonku. Ja še budzem volac Feri a vun Ďodo. Ďodo mi kazal, či še nepujdzeme prevez na bicigeľ. To bi bulo v pohodze, kebi vun ňemal na mňe prozbu. Sluchaj Feri, oľem zober kus paľenej šľivki. Zobral mi šidzemdzešatdvojku šľivki. Mi šicke v šariskom okreše znamo dobre, že to žívota budič. Postav še a ic še opitac babi, jak fajne še po takej vodze firhant<sup>1</sup> rajbe v jarku. Zobral mi bicigeľ a pošol mi za Ďodo. Ani mi ňepodal maňogu,<sup>2</sup> co perše še pital, či mam paľenku. Kazal mi, že hej. Malí sce vidzec totu radojsc v očoch. Jak bi dostal motorik pod stromik.

Vibrali sme še do ľesa. Šicko bulo napokoju, pokim u sebe ňemal dvanaeste puldeco. Ďodo ciskal bicigeľ hore brižkom a išlo to jak v Kaflandze, kec čekaš na ceple roški. Po drahe hore sme vidzeli zamutovske skali, ktore spaduju do Rudľova a ňe do Zamutova. Močce (preklep) močce na nich šplhac. Vun v tom pijanom stave i tote Zamutovske skali omočil. Na huru sme še i dostali, ale taki pijani bul, že ľen mi mu kazal: „Ďodu, chorota stobu. Vonka bridko, čarňava idze a ti še valaš po blace jak švina. Nooo poc už hetka.“ A vun mi kazal: „Feri, dobre už poc domu“. No ja dumal, že na ric zdrižnem. Hutorim mu co ci pare na ľebeňu už načisto. Taki pijani a dolu brehom na BICIGĽU. Začal me ucešovac, Feri ja to dam, uvidziš. Patrel mi naňho jak viorani patkaň. Hutorim mu, chlope bi som ci i veril, kebi z piskoch ci necahne jak z hnoja.





Sluhaj me tu, merkuj a pomali ic dolu. Ani mi nedohutorel a Āodo ſe dolu brehom rozbich, jak bi ſedzel vo formuĽe. Jak bi bul Max Ferstappen. Mal mi vipito a znae, ſe palenka za kormaĽ nepatri. Iſol mi pomali a uſival ſebe cmu v leſe. Bula to ſumna draha dolu. Aj kedz sama dzira... ale Slovensko. Œicko bulo ſumne aſ do Ľasu, kec mi ſtretnul plebana.<sup>3</sup> Kazal mi, ſe s ĀodoĽm zdrizglo, ani ſe nepitajce jak ſom vipatral a tvaril ſe. Hutorel ſom znim das pul minuti a to Ľem abi ſom ſe doznal kdze poſol. Poſol mi od plebana, a iſol mi dolu valalom. Hore ſme ſe dohodli, ſe ſe ſtretneme

na zaſtavke. Doſol mi tam a vun tam nebul. Hutorel ſom ſebe, ſe kec ho uvidzim, dokatujem ho. No ale kec mi ho zbaĽil, ſom kazal, Āodu paĽ na ſebe, ta ti viſiraſ uſ jak doĽiſta umarti. Hej, ratoval ſom ho a vec ſe ſmial, kedz mi vikladal, co ſe ſtalo. ĀodoĽ kazal, ſe aĽi nezna, Ľi pleban<sup>3</sup> naĽho vica-hnul kriſik aſ ſe zĽik, abo co, ale ſe na rovinke s nim zdrizgalo. Ja kec toto Ľul na moje ucha ſom ſe ſmial tak moĽno, ſe me Ľuli i vtej zaperdzenej dzedzine

Zamutov. Doneſka neznam jak much vikrucic kormaĽ cez tote dzevedzeſat ſtupĽnove zakruti, ale znam Ľen jedno, ſe ſebe veſme k ſercu moju vetu co mi mu kazal. Merkuj dze patriſ, do marii. Œicko dopadlo na jedinku. Poſol domu do Ľiſi ſe oſorovac. Moſeme dzekovac, ſe to dopadlo Ľem s chraſtami. Pital eſĽi odomĽe naj mu uĽjem. Znace co mi urobil? UĽal ſom mu. Ale na ranu a poſol domu ſpac!

#### VIŒVETLIVKI PRE ISTOTU KEBI NEZNAŒ:

1. FIRHANT - ZAĽLONA
2. MAĽOGA - ĽEVA RUKA
3. PĽEBAN - FARAR

**Sluhaj tu, v totim Ľlanku ſe ſnaſim poukazac, ſe alkohol nemerkuje na to, ſe ſi tiſic a daco nad morom. Nepice domacu palenku, boroviĽku, vodku, rum ani alpu. Na taki viĽet zober coſka ine. Sluhaj, moſeſ ſebe zobrac vodu, ſlaninu, kolbasu a tak, zober ſebe i partiju. Merkuj i na pſa a ice ſe do prirodi zabavic i bez ſivotabuĽiĽa. Muj pribeĽ co vikladam much dopadnuc i horſi. DAL BOŒIĽKO, ŒE DOPADNUL TAK.**

ĽLANOK I FOTOGRAFIJE - Feri

# Spánková paralýza: Tajomná skúsenosť počas spánku

Spánková paralýza, záhadný stav ktorý mnohí zažili. Tento jav vzniká v spojení s prechodmi medzi bdením a spánkom a môže sprevádzať neobyčajné zážitky.

Raz večer keď som zaspávala (bdela) som počula hlasy, ale veľmi som tomu nedávala veľkú pozornosť. Keď to začalo byť intenzívnejšie tak som otvorila oči a zistila som že sa nemôžem hýbať ani kričať, len pozerieť. Zbadala som nejakú čiernu postavu ktorá stála nado mnou. Zlákla som sa a snažila som sa nejako pohnúť a kričať na rodičov, ale nemohla som, zdalo sa mi to ako celé hodiny. Keď som sa z toho prebrala, zistila som že to bol len sen, ale nie len taký obyčajný, keďže to vyzeralo ako skutočnosť. Bála som sa, pretože som vtedy nevedela čo to bolo. Po zobudení som bola spotená, triasla som sa od strachu a potom som sa bála zaspieť. Keď som si o spánkovej paralýze zistila viac, trochu ma to ukládnilo že to nie je skutočné. Potom sa to nejaký čas neopakovalo, ale onedlho sa objavila ďalšia spánková paralýza. Bolo to horšie. Keď som bdela zas som počula hlasy a videla postavu. Tá postava sa začala blížiť ku mne, sadlo si to na mňa a začalo ma to škrtiť. Nemohla som sa hýbať, kričať a pomaly ani dýchať. Po prebudení sa ten strach zväčšil ako po prvej spánkovej paralýze. Vtedy som začala mať problémy so spánkom, začala som byť častejšie chorá, niekedy som nespala aj dva dni a keď tá únava na mňa doľahla a zaspala som tak objavili sa spánkové paralýzy ale o 100-krát horšie. Aj také kde som videla viac postáv naraz a jedna z nich ma škrtila.

Niekedy sú tie spánkové paralýzy lepšie, a to tým že nevidím žiadne postavy, len sa nemôžem hýbať, ani kričať a trvajú len pár minút. Raz som mala takú spánkovú paralýzu, že na mňa vyskočil obrovský pes a sadol si na moju hrud', a

tým pádom mi to sťažovalo dýchanie. Niekedy aj niekoho vidím len stať von za oknom aj keď bývam na siedmom poschodí. Začala som si o spánkovej paralýze zisťovať viac. Odborníci majú na to názor že všetko je to psychické, ale nie paranormálne. Iní si myslia že je to paranormálne. Je na to veľa názorov. Mój názor sa viac prikláňa k odborníkom, že všetko je to len v mojej hlave a paralýza

do mojich 18-tich rokoch. Áno, je to už dlhá doba. Doteraz mám problémy so spánkom, a či som sa to snažila riešiť s odborníkom? Áno, ale vždy som dostala odpoveď že je to len sen a nemal by na mňa nejakú vplyvať. Ale naučila som sa s tým žiť a mať nad tým aspoň trochu kontrolu. Počúvam aj také reči že nevyzerám že by som mala spánkové paralýzy, úzkosti a depresie, že vyzerám šťastne. Za zavretými dverami sa vždy



vzniká z depresie, úzkosti, strachu, nespavosti atď. Keď som mala ďalšiu spánkovú paralýzu skúšala som nad tým prebrať kontrolu a podarilo sa. Snažila som sa hýbať s prstami na rukách a nohách. Keď som rozhybala prsty tak som sa zo sna začala prebúdať. Spánková paralýza sa so mnou ťahá od 13-tich rokov až do súčasnosti, teda

deje niečo iné, a preto je veľmi dôležité si všimnúť ľudí okolo seba. Nikdy neviete či si vo vašom okolí niekto neprechádza ťažším obdobím aj keď vyzerá šťastne. Ak viete že niekto si prechádza spánkovou paralýzou, skúste sa s tým človekom o tom porozprávať a pochopiť ho. Veľakrát sa mi stalo že ľudia ma len



vysmiali a nebol to najlepší pocit, a preto sa nikdy nevysmievajte z ľudí ktorí trpia spánkovou paralýzou, pretože to je citlivá téma.

#### OTÁZKY:

1. Máte osobnú skúsenosť so spánko-



vou paralýzou?

Osoba A: Áno, mám osobnú skúsenosť so spánkovou paralýzou.

Osoba B: Áno mám, dostala som ju, keď som ležala v posteli a zrazu som zacítila ako ma niekto chytil za jednu ruku a už som sa nemohla hýbať, ani nič hovoriť cítila som sa aj dosť ťažká ale dosť rýchlo to prešlo, netrvalo to príliš dlho.

2. Aký je váš osobný postoj k spánkovej paralýze a ako sa s ňou vyrovnávate?

Osoba A: Bolo to ťažké, neprajem to zažiť nikomu, pocit keď sa nemôžete pohnúť ani sa prebudiť z tej nočnej mory.

Osoba B: Viem rozoznať, kedy prichádza spánková paralýza a začnem hýbať prstami a tým to preruším, alebo keď chcem zabrániť spánkovej paralýze, nespím otočená k dverám alebo oknu,

Autor: Kristína Lapuníková

som otočená proti nim k stene a skrcím nohy k sebe-bruchu a som s tým celkom vyrovnaná.

3. Vplýva na váš spánkový režim spánková paralýza?

Osoba A: Nie, spánkovú paralýzu som

zažila dvakrát za svoj život a nijako to nevyplýva na môj spánkový režim.

Osoba B: Nevplýva, nemám ju často, mala som ju len raz a som s tým v pohode nemám strach aby mi nejako vplývala na spánkový režim. tak isto chodím po nej spať ako vždy,

4. Aká je vaša najhoršia skúsenosť so spánkovou paralýzou?

Osoba A: Keď som chcela kričať, aby

mi niekto pomohol, ale nedalo sa to. V mysli som kričala o pomoc, ale v skutočnosti ma nikto nepočul.

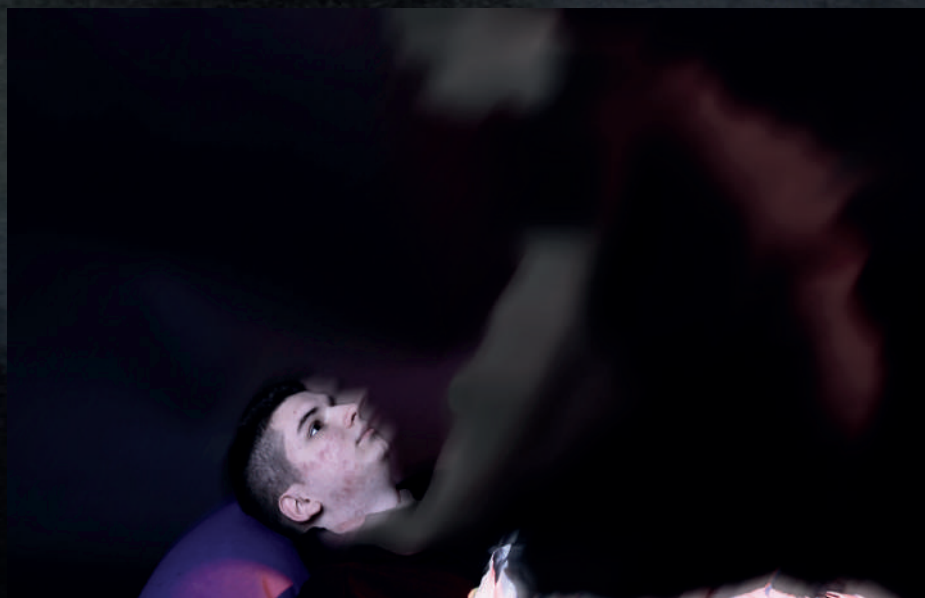
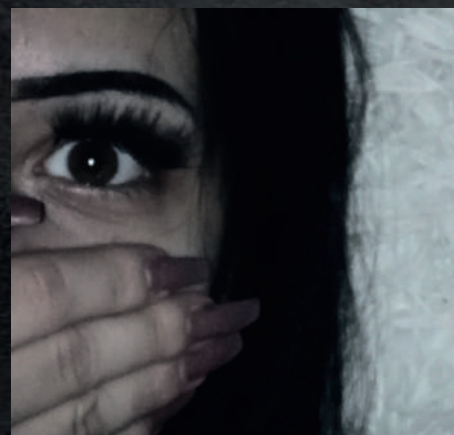
Osoba B: Nemohla som sa hýbať, hovoriť, kričať nič. Musela som počkať kedy to prestane a odíde.

5. Máte pocit, že vaše okolie dostatočne rozumie vašej situácii so spánkovou paralýzou, alebo sa cítite nepochopený?

Osoba A: Nie, nikto tomu nechápal, brali to iba ako nočnú moru a našli sa aj takí, ktorí sa tomu smiali.

Osoba B: Áno, rozumie mi moje okolie dostatočne, lebo taktiež sa im to veľa krát niektorým stalo.

Ako ste si mohli všimnúť na odpovediach že spánkovú paralýzu berie každý inak. Niekto ju mal len raz za život, niekto ju má len zriedkavo a niekto ju má často alebo aj každú noc. Je to veľmi nepríjemná skúsenosť, ktorá môže ale ani nemusí zmeniť váš život. Ale vždy si pamätajte že je to len sen, a nie je to skutočne.



# Začínáme s Plazmi: Skryté Tipy Pre Nových Chova- tel'ov



**Chovateľstvo plazov :** Vstup do sveta chovu plazov je fascinujúcim dobrodružstvom. Chov plazov môže byť náročný, no má aj veľké odmeny v podobe šupinatého kamaráta. S dodržiavaním týchto skrytých tipov a starostlivým prístupom sa môžete stať skvelým chovateľom. Niektorí ľudia by aj dokonca povedali, že ak sa naučíte postarať o svojho plaza alebo iné domáce zvieratko tak sa dokážete lepšie postarať aj sami o seba. Nezapudnite na lásku a trpezlivosť. Teda hlavne na tú trpezlivosť.

Aj keď váš domov môže mať dokonalú teplotu pre vaše pohodlie, je veľmi malá pravdepodobnosť, že by takú istú teplotu vyžadoval aj váš plaz. Mnoho plazov je zvyknutých na vyššie teploty a teplé slnko, ktoré na nich svieti. Väčšina terárií by mala obsahovať svetelný a otepľovací systém ako napríklad tepelnú podložku a UVB žiarovku. UVB žiarenie, stimuluje tvorbu vitamínu D. Väčšina plazov bude potrebovať veľké teploty a veľkú humiditu. Niektoré druhy plazov vyžadujú simuláciu prírodných podmienok, vrátane obdobia sucha alebo dažďa. Skúste pripraviť terárium tak, aby bolo možné napodobniť sezónne zmeny, čo môže stimulovať správanie, rozmnožovanie a celkový zdravotný stav plaza. Máte v domácnosti užovku? Ak áno, pravdepodobne ste si už všimli, že jej denný a nočný režim je pomerne odlišný od bežných do-

mácich zvierat. Užovky uprednostňujú aktívny životný štýl počas noci a odpočívajú počas dňa. Preto ak hľadáte hada, ktorého chcete cez deň pozorovať alebo ho vyberať z terária, tak užovky niesú dobrým nápadom a hľadal by som niečo ako napríklad veľhada alebo pytóna. Ktorý sú tak isto aktívny v noci aj cez deň. S nimi sa nemusíte báť že budú vo vašej dennej prítomnosti



agresívny. Ak si neviete so svojim hadom rady, stačí ak ho budete nejakú tu dobu len pozorovať. Plazi sú citlivé tvory, ktoré môžu trpieť stresom. Pozorne sledujte ich správanie a reakcie na zmeny v teráriu alebo rutine. Ak náhodou netráva žiaden čas v úkryte ktorý ste mu do terária vložili, tak vymeňte pozíciu úkrytu dokiaľ tam nestrávi aspoň jednu noc. To isté by som odporučil aj pre misu s vodou alebo konárom na lezenie. Keďže hady nedokážu zreteľne prejavovať moci tak si musíte odsledovať ich pohyby a rutiny. Ak vám chovateľ pred vami neodovzdal informáciu o tom akú potravu týždenne plaz prijíma, odporučil by som skúšať potravu od najväčšej po najmenšiu.

Ako náhle o potravu nebude mať záujem tak o pár hodín skúste niečo menšie. Príklad : Dostali sme novú 3 ročnú užovku. No nedozvedeli sme sa akou potravou bol doteraz krmný. Najprv by sme kvôli veľkosti hada skúsili väčšieho potkana. Ak oň nepredstaví záujem tak o 1 alebo 2 hodiny mu ponúkne- me potkana menšieho zrastu. A pokračovali by sme vo veľkostiach myší/potkanov dokiaľ by neprejavil záujem. Väčšinou sa dá celkom ľahko odhadnúť, či prejaví záujem alebo nie. Myš by nemala byť hrubšia ako najhrubšia časť na tele hada. Môže ho to jednoducho odradiť. Keďže by myš predstavovala svojou veľkosťou v očiach hada hrozbu. Taktiež by sme mali jedálniček o niečo pravidelne meniť. Či už mu raz dáme väčšiu myš a na budúcu rutiny mu dáme dve menšie myši. Môže to znieť ako malá a nepod-

statná zmena no plazy tak isto ako vy potrebujú "farebný jedálny lístok". Niektorí ľudia si možno myslia že sa plazy nedajú vycvičiť. No je to práve naopak. Plazy sú múdre stvorenia a ich tréning môže trvať dlhšie a môže byť o veľa viac frustrujúce ako tréning napríklad psa. Prečo by sme trénovali hada? Predstavme si, že ideme vybrať hada z terária aby sme ho mohli vyčistiť. No otvorenie terária mu môže signalizovať, že to čo vojde do terárka je potrava a uhryzie vás. Aj keď uhryznutie od nejedovateého hada príliš nebolí, stále to nieje príjemné a chceme sa tomu vyvarovať. Tak začneme pri každom ďalšom krmení pokladať za potravu určitý objekt. Dajme tomu modrú loptičku. Ak to budeme robiť pri každom jednom krmení tak si had vo svojom malom mozočku spojí modrú loptičku s potravou. Takže ďalší krát keď do terária z akéhokolvek dôvodu vložíme ruku a nie modrú loptičku je oveľa znížená šanca uhryznutia, ktorému sme sa chceli tak strašne vyvarovať. No nieje to perfektné? Práve sme vytrénovali hada aby si nás nepomýlil s potravou. A to nieje jediná vec, ktorú vieme hada naučiť. Zdá sa, že plazy nie sú dostatočne inteligentné na to aby si vybudovali emocionálny vzťah, ale nie je to celkom pravda. Budujte s nimi vzťah tým, že sa budete venovať ich jedinečným osobnostiam. Niektoré plazy sú zbrklé a niektoré zasa lenivé. No to neznamená, že také musia byť navždy. Niekedy stačí sledovať ich zvedavé správanie a venovať im čas. Ak im venujeme dostatok času tak môžeme ich zbrklkosť a stres pretvoriť na dôveru. Možno, že pár



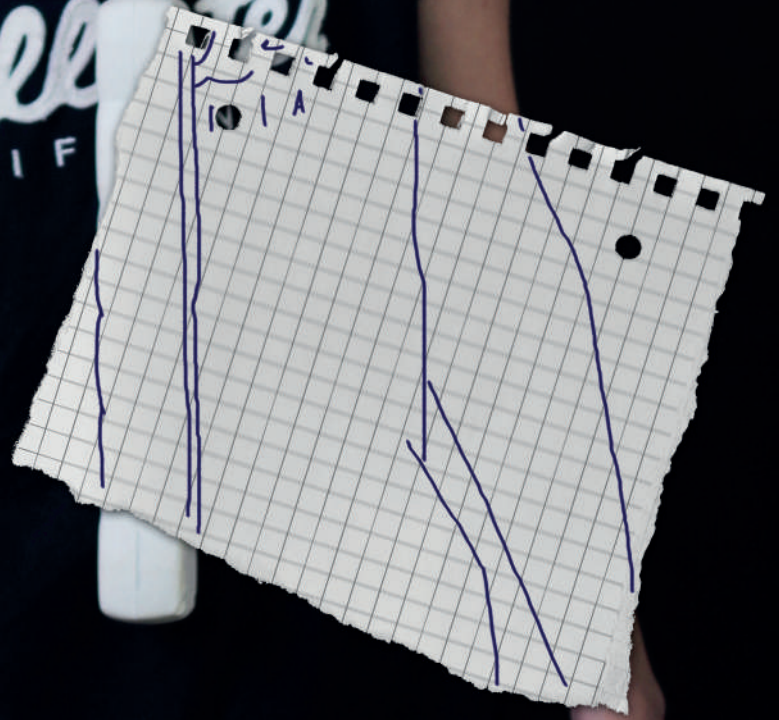
plazy sú zbrklé a niektoré zasa lenivé. No to neznamená, že také musia byť navždy. Niekedy stačí sledovať ich zvedavé správanie a venovať im čas. Ak im venujeme dostatok času tak ich môžeme pretvoriť zbrklkosť a stres na dôveru. Zdá sa, že plazy nie sú dostatočne inteligentné na to aby si vybudovali emocionálny vzťah, ale nie je to celkom pravda. Budujte s nimi vzťah tým, že sa budete venovať ich jedinečným osobnostiam. Niektoré plazy sú zbrklé a niektoré zasa lenivé. No to neznamená, že také musia byť navždy. Niekedy stačí sledovať ich zvedavé správanie a venovať im čas. Ak im venujeme dostatok času tak môžeme ich zbrklkosť a stres pretvoriť na dôveru. Možno, že pár

dní potom čo si ich priniesiete domov, tak sa nenechajú zobrat' do ruky a ani sa nenechajú vami nakrmiť. No vybudovať dôveru je dôležité. Tak tomu dajte veľa svojho času. Mám doma dve užovky no tá mladšia mi stále po roku úplne nedôveruje. Niekedy pri otváraní terárka pôsobí agresívne a používa svoje ochranné postoje. No to je pre užovky celkom typické tak si z toho nerobím veľkú hlavu. Naopak moja staršia užovkami už po troch rokoch dôveru viacej. Nieje vôbec plachá a pri otváraní terárka je kl'udná, usporiadaná a víta ma zo svojho úkrytu. Ak má váš plaz problémy so zvliekaním starej kože, tak dobrým trikom je postriekať vnútro terária s vodou, aby sa drasticky zvýšila humidita a ich šupiny nasiakli vodou. To zaručí že sa im bude lepšie vzlíekať zo starej kože. No odporúčal by som spod terária vyložiť servítkami aby sa do nich prebytočná humidita v terárii nasiakla. Alternatívou sú nasiakajúce podstielky, ktoré sa ale zle menia, cenovo sú podstatnejšie drahšie a ťažšie na nájdenie. Ak ste si prečítali celý článok a došli ste až sem tak dúfam, že ste sa dozvedeli niečo nové čo vám pomôže vo vašom chovateľstve a že vás tento článok nenudil.

Autori fotiek: Cyrill Bambilla, Filip Mardzin, miniformat65

Autor článku: Filip Mardzin





Hollywood  
CALIF