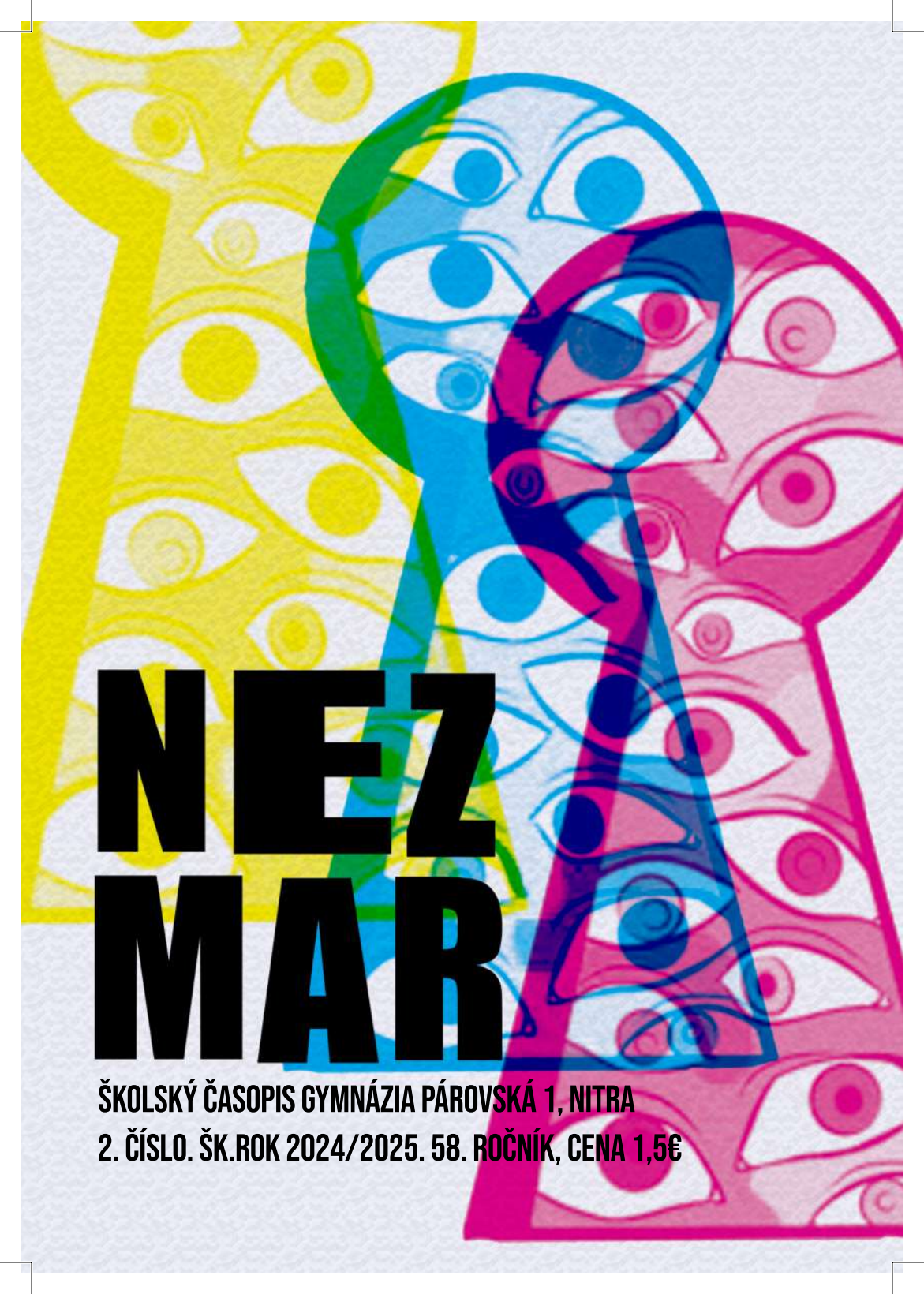




NEZ MAR

ŠKOLSKÝ ČASOPIS GYMNÁZIA PÁROVSKÁ 1, NITRA
2. ČÍSLO. ŠK.ROK 2024/2025. 58. ROČNÍK, CENA 1,5€

OBSAH

Obsah.....	2
Úvodník.....	3
Rozhovor s p.p Rácovou.....	4
Svet podľa p.p Mozolu.....	7
Mení Erasmus životy?!.....	8
Éra nového gastro účtu na Párovciach.....	10
Grüße aus Deutschland.....	12
Párovčania.....	14
Sú Párovčania spokojní so svojím životom?.....	16
Z tabla úspešných.....	18
People of GYMPAR.....	20
Španielsky jazyk ako brána k dobrodružstvu.....	22
Párovskí umelci.....	23
Psycho Psyché.....	26
Knižná recenzia.....	28
Sme alebo nie sme výnimoční?.....	30
Silné, nezávislé ale stále single.....	32
Hidden Gem.....	35
Spríjemni si svoj večer.....	36
Kozmetické okienko.....	37
Ľudia toto by ste mali vedieť.....	38
Denná dávka motoršportu.....	40
Najhoršie spôsoby mučenia v dejinách.....	42
Vlastná tvorba.....	44
Obyčajní Wannabes.....	45
Kupóny.....	46
Zrnká múdrosti.....	47
Horoskop.....	48
Redakčná rada.....	50

MILÍ PÁROVČANIA!

Hoci tieto riadky píšem ešte v roku 2024, vy si ich zrejme prečítate až v roku 2025. Mnoho z nás berie január ako nový začiatok. Tiktok a Instagram nás zaplavia postami a videami o tom, ako by sme sa v novom roku mali snažiť byť najlepšimi verziami samých seba.

Väčšina z nás si dá nejaké novoročné predsavzatia. Chceme mať 8 hodín spánku, viac cvičiť, zdravo sa stravovať a mať iba samé jednotky. A potom sme nemilo prekvapení, keď si vo februári uvedomíme, že z tej matiky máme zase 3, včera sme neodolali milému úsmevu pani bufetárky a zbaštili 10 forniet a tých 8 hodín spánku máme akurát tak v škole.

Pri tom všetkom však zabúdame na jednu vec, a tou je to, že sme stále len ľudia. A je úplne normálne, keď niekedy toho máme veľa a nie všetko je vždy na 100%. Preto by sme si mali dávať realistické predsavzatia. Také, ktoré vieme splniť a nebudeme sa pri nich cítiť ešte viac nanič ako zvyčajne.

Každý z vás má pár euríčok navyše. Čo tak si dať predsavzatie, že namiesto toho, aby ste ich využili na niečo vysoko nevhodné, ich investujete do milého projektu? Tento projekt sa volá Nezmar, a vy ho práve držíte v rukách. A vašim predsavzatím by malo byť to, že si kúpite každý jeden Nezmar, ktorý v novom roku vyjde. Čo vy na to?

TeA



Colloquium non solum de philosophis barbatis



V každom čísle vám v tejto rubrike predstavujeme nejakého profesora našej školy. Tentokrát pozvanie na rozhovor prijala p.p. PhDr. Katarína Rácová, PhD., ktorá na našej škole vyučuje latinský jazyk a dejepis.

Už tak trochu tradične, kde ste študovali a prečo ste sa to rozhodli študovať? Akú ste mali motiváciu?

Vďaka môjmu manželovi som objavila aj krásy medicínskej latinčiny, ktorú okrem klasickej na našom Gymnáziu študovala som históriu a ponúkame. Určite ste klasickú filológiu so zameraním zaregistrovali našu ojedinelosť na latinský jazyk a literatúru na Slovensku, keď pred dvomi bratislavskej Filozofickej fakulte rokmi u nás maturovala Univerzity Komenského. študentka Mirka - ako jediná na Slovensku z tohoto predmetu.

Vďaka môjmu gymnaziálnemu profesorovi Paľkovi Žebrákovi ma veľmi bavil dejepis. V deväťdesiatych rokoch minulého storočia ☺ bol záujem o štúdium humanitných vied veľmi vysoký, na fakulty sa robili náročné prijímacie pohovory. Latinčinu som si k histórii vybrala preto, lebo po nej nebol taký dopyt. A neolutovala som. K histórii sa tento predmet ako jazyk prameňov veľmi hodí. Aj moju dizertačnú prácu som robila v kombinácii s týmito dvomi predmetmi.



zdroj: súkromný archív

Keby ste mali príležitosť, akou bohyňou z antického obdobia by ste sa rady stali?

Neviem sa rozhodnúť. Podobne ako trójsky princ Paris, keď sa mal rozhodnúť, ktorej z bohýň dá jablko, ktoré my teraz voláme jablko sváru. Hére? Athéne? Afrodite? On si, ako dobre vieme, vybral Afroditu, ktorá mu sľúbila lásku najkrajšej ženy na svete Heleny, kvôli ktorej vypukla Trójska vojna.

Takže, ak by som si mala vybrať, chcela by som byť mix týchto troch ☺



zdroj: Canva

Petrificus totalus, Expecto Patronum... Známe kúzla z Harryho Pottera sú tiež napísané v latinčine. Ste fanúšičkou tohto mladého čarodejníka?

Určite si rada robím obraz o tom, čo počúvajú, pozerajú, čítajú moje a moje školské deti ☺

Keď som bola v Oxforde, navštívila som zopár miest, z ktorých tvorcovia filmu o Harry Potterovi vychádzali. Takže, určite áno...



Kedy ste mali príležitosť cestovať v čase, navštívili by ste antický Rím/Grécko alebo sa mýlim a smerovali by ste niekam inam?

Ja sa vždy nadchnem pre obdobie, ktoré učím. Ale nie, nemýlite sa. Keby som mala cestovať v čase, určite by som chcela byť obyvateľkou

Pompejí pred rokom 79 n. l. (fatálny výbuch Vezuvu).

Mohlo by to byť, samozrejme, aj iné antické miesto niekde na juhu dnešného Talianska.

Študentom na hodinách latiny vždy rada opisujem zážitky z odkrytých Pompejí. Vďaka tomu výbuchu sa nám mesto tak krásne zakonzervovalo, že my teraz vieme, ako ľudia žili, čo jedli, ako vyzerali ich prechody pre chodcov, čomu sa oddávali (hlavne muži ☺) vo voľných chvíľach etc. Mňa osobne fascinovali krásne maľby na vnútorných stenách domov a mozaiky na podlahách inšpirované mytológiou. Potom, keď na hodinách latinčiny čítam so študentami, ako napríklad pred nedávnym kúsok z Euripidovej Ifigenie v Tauride, viem k tomu pridať rôzne zaujímavosti a prepojiť latinčinu s výtvarným umením, cestovaním a podobne.



zdroj: Canva



Takže, ak môžem študentom odporučiť, nebojte sa latinčiny. Áno, je to náročný jazyk, avšak s pevne stanovenými pravidlami, ktoré sú naučiteľné. Kde však vidím tú vzletnosť predmetu? Je príjemné v lete prechádzať okolo rieky Rubicon a poznať súvislosti, rozumieť živým latinským slovám, cudzím slovám a pod. Práve v tých príbehoch, prepojení s okolitým svetom, v moderných jazykoch a nielen románskych tkvie krása latinčiny. Vždy študentom hovorím, aj toto slovo v angličtine je z latinčiny, nie naopak ☺

Goldžino !!



Zmena sa začína lokálne a len vtedy, keď všetci vyjadríme svoj názor.

Tentokrát som opýtal p. p. Mozolu, ako by vyzeral svet, keby ho mal na starosti on. Pán profesor učí filozofiu, občiansku náuku, dejepis a etickú výchovu už od školského roku 1996/97. Takže na moje „odborné“ otázky je pripravený.

Hlavné mesto: Praha (ideálna je vďaka všetkým historickým pamiatkam, jej pestrosti na historické obdobia a gotike).

Titul: By si nedal žiadny.

Pravá ruka: Dôveryhodná osoba (niekto z dobrých priateľov).

Spôsob vlády: Demokracia (s výraznou pomocou pre tých, čo potrebujú sociálnu pomoc).

Hlavné jedlo: Vepřo, knedlo, zelo = univerzálne jedlo, ktoré sa dá jesť aj dlhodobo :)

Z kohútika by tieklo: Pivo :) Ale nie, veď ako by sme sa potom umývali? Všetkým. Takže voda.

Víkendy by trvali: 7 dní + 1 na predĺženie víkendov.

Pinoletosť by sa dosahovala: v 18 rokoch (je to osvedčená vec).

Vstávalo by sa: O niečo neskôr (okolo jednej/druhej poobede).

Trest za ublíženie druhému: Podľa upraveného Trestného zákonníka.

Zakázal by „krvavé športy“, pri ktorých sa ľudia mlátia do bezvedomia. Z histórie by vymazal zhodenie atómových bômb na Hirošimu a Nagasaki. Školská dochádzka by ostala nezmenená, keďže vznikla počas osvietenstva a osvietenci veľmi dobre vedeli, čo robia. V škole by zakázal nadávanie, žiaci si vraj vulgarizmy majú nechať na doma. Vo svete p.p. Mozolu by taktiež bolo menej násilia, hladu a chudoby. Tieto problémy by sa podľa neho mali viac riešiť aj v médiách.

Santay

ME N Í ERASMUS ŽIVOTY?!

Exkluzívne iba v Nezmare! Porozprávali sme sa s koordinátormi Kikou a Tomášom o tom, ako sa dostali k Erasmusu, prečo si myslia, že by mladí ľudia mali na Erasmus ísť, ale aj ako by sa opísali iba tromi slovami. To všetko sa dozviete v tomto článku.

Čo vlastne je Erasmus?

Tomáš: Je to program pre mládež, ktorý podporuje hlavne vzdelávanie a rozvoj mladých ľudí.

Ako ste sa k tomu dostali?

Kika: Cez Ľudku, bývalú koordinátorku na škole, ktorá mi navrhla YYSK ako dobrovoľníctvo na Dofe. Prešla som prijímacím pohovorom a venujem sa tomu už vyše rok a pol.

Tomáš: Minulý rok sme mali workshop s YYSK na škole. Po workshope som s nimi pokecal a

spýtali sa ma, či sa k nim nechcem pridať. Išiel som do toho s nadšením.

Čo musíte ako koordinátori robiť?

Kika: Najskôr som sa venovala k1 projektom. Obnáša to veľa papierovačiek a mailov s organizátormi. Po-

tom som začala robiť k2 projekty, kde som strávila veľa času developovaním aktivít a materiálov pre pracovníkov s mládežou.

Tomáš: Ako koordinátor sa snažím vytvoriť tím spoľahlivých ľudí, ktorí pôjdu reprezentovať Slovensko do zahraničia. Bol som oficiálnym zástupcom našej organizácie na medzinárodnej konferencii v Bukurešti.

Prečo si myslíte, že by mali mladí ľudia ísť na Erasmus?

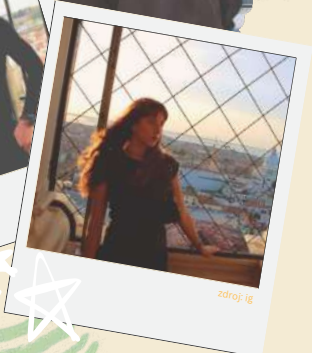
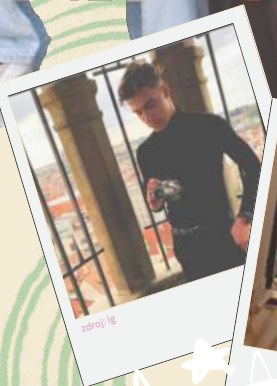
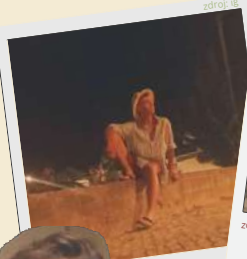
Kika: Je to skvelá príležitosť na spoznanie nových kultúr a ľudí, ktorí sa mnohokrát stanú vašimi dlhodobými kamarátmi. Tiež sa naučíte niečo nové z danej témy Erasmus, ale aj soft skills ako teamwork, leadership, komunikácia a mnoho ďalších.

Tomáš: Z vlastnej skúsenosti viem povedať, že Erasmus je najlepšia možnosť pre ľudí, ktorí chcú spoznávať nové kultúry, ľudí, naučiť sa nové soft skills, nabráť sebavedomie a neskutočné množstvo zážitkov. Nezáleží na tom, či je niekto introvert alebo extrovert alebo či vie bezchybne po anglicky. Erasmus by mal zažiť každý. *Jzi*

Opíš sa tromi slovami.

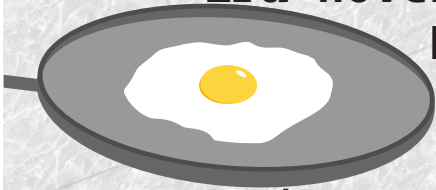
Kika: Stále nejaký sidequest.

Tomáš: Srdcom verný Párovčan! Táto otázka bola ťažšia ako písomka z biológie.





Éra nového gastro účtu na Párovciach?



V tomto rozhovore sa dozviete o novej skupine anonymov, čo spravujú účet o Párovskej kuchyni, ktorý rýchlo stúpa na sláve. Odporúčam vám aj osobne im dať follow, keďže robia kvalitnú a poctivú prácu.

Predstavili by ste nám kto ste, čo ste a hlavne čo robíte?

Som Párovčan ako každý iný. Chodím po tých istých chodbách a jem ten istý obed. A tak ako každý Párovčan chcem, aby nám tu bolo všetkým lepšie. Chcem vyriešiť všetky gastro spory! Už žiadne hádky o tom, či je granadír zlý alebo dobrý obed. Či boli minule v piatok cestoviny s posýpkou bez posýpky alebo cestoviny bez posýpky s posýpkou. Snažím sa o to, aby tu bol mier!

Ako prebieha vaše hodnotenie jedál za oponami?

Hodnotenie je založené na hlase ľudu. Nie nadarmo máme na našej stránke hodnotiacu sálu.

Ľudia v daný deň od približne 15:00 až 16:00, keď náš štáb zaspí, môžu až do rána hlasovať. Výsledky sa spriemerujú a máme hodnotenie. Jedlo sa následne dostane do kategórie, ktorá vyhrala v ankete!

Podľa akých faktorov hodnotíte jedlá?

Ja osobne sa najprv pozerám na konzistenciu a estetiku jedál. Následne prichádza príchuch a potom orálny test. Vskutku ma však najviac zaujíma dovarenosť zemiakov, čerstvosť a to najdôležitejšie, húževnatosť mäsa!



Aký je váš vzťah k párovským priznaniam a adminovi? Dá sa povedať, že ste konkurenti?

Myslím si, že vzhľadom na to, že obaja máme ako cieľovú skupinu tých istých ľudí a aj keď môžu byť názorové spory, povedal by som, že je to v pohode, lebo: We are just two chill guys!!!

Sú lepšie taniere alebo príbory v našej školskej jedálni?

Vidíte, nad týmto som sa nikdy nezamýšľal. Ale ak mám pravdu povedať, tak taniere v našej jedálni boli vždy lepšie. Nikdy nezabudnem na 90° ohnutú lyžicu, vidličku čo sa rozchádza na všetky svetové strany alebo nožík čo má ledva dva zuby!

Autorsky dodatok: tu sa nezhodujeme lebo za mňa charakter príboru je lepší než nudnosť taniera.

Najlepší deň obedov?

Najlepšie dni na obedy sú na 100% stredy a piatky. Ako hovorí legenda, v piatok sa dobre je a pije a streda je taký malý piatok.

Voľná myšlienka na záver?

Chcem popriať všetkým Párovčanom, aby šíрили lásku a hlavne varili, lebo ako povedal „svätý ratatuli“: „Variť môže každý!“



Grüße aus Deutschland

Prečo si sa rozhodol zapojiť do výmenného programu a ísť práve do Nemecka?

Na výmenný program som sa prihlásil, lebo som si povedal, že prečo nie. A do Nemecka to bolo čisto z pragmatických dôvo-

výmenný pobyt je snom mnohých stredoškolákov. Rok v zahraničí môže byť náročný, ale naopak aj veľkým dobrodružstvom. Odlúčenie od rodiny, kamarátov a domova v krajine, ktorú nepoznáte, nie je také jednoduché, ako sa zdá. Ako to vníma lezec zo 6.OG Viliam Závodný, ktorý tento školský rok trávi v Nemecku, sa dozviete práve v tomto článku.

Školský systém v Nemecku je veľmi zaujímavý. Majú napríklad 90-minútové hodiny. Od 11. triedy si každý vyberá predmety, ktoré chce. Ale najväčší rozdiel je v tom, že tu

dov – chcel som pokračovať v lezení a inde by to bolo asi komplikovanejšie. Tiež som sa v škole učil nemčinu, takže som si povedal, že už sa ju konečne poriadne naučím. **Ako by si porovnal školský systém v Nemecku s naším? Je niečo, čo sa ti tu zdá lepšie alebo iné?**

školu berú všetci veľmi vážne. Ale aj keď ju berú vážne a majú dlhšie hodiny, my podľa mňa využívame čas efektívnejšie a robíme v škole zmysluplnejšie veci (nie vždy, ale vo všeobecnosti).

Máš nejaký obľúbený miestny pokrm? A čo ti naopak veľmi nechutí?

Mám, neviem, ako sa to volá, je to také sladké pečivo, možno ako naše šišky, ale toto je viac nadýchané a mäkké, proste paráda. A čo nemám rád? Oni majú strašne veľa vecí s čiernym korením a to nie je moc dobré.



Aké je to byť ďaleko od rodiny a priateľov? Ako si udržiavaš kontakt s domovom?

Od rodiny a priateľov nie som až tak ďaleko, je to celkom blízko. Je to iný pocit ako byť na druhej strane planéty. A občas si zavolám s niekým, raz za týždeň/dva zavolám rodičom. Celkovo to beriem v pohode.

Čo považuješ za svoju najväčšiu výzvu alebo nezabudnuteľný zážitok počas pobytu?

Tak zo začiatku pobytu to bolo hlavne to, že ja som extrovert a tu som bol zo začiatku sám a nikomu som nerozumel. Takže pre mňa bolo možno trochu ťažšie vydržať a nastaviť si hlavu. A čo sa týka zážitkov, chodím liezť a navštívil som už mnohé miesta, takže odtiaľ mám fajn zážitky.

Čo by si odporučil iným študentom, ktorí rozmyšľajú nad výmenným programom?

Iným študentom by som to určite odporučil. Ešte nie som ani zďaleka na konci pobytu, ale zatiaľ by som im povedal, že chodte, je to určite dobrá skúsenosť. Naučíte sa ďalší jazyk, čo je super, predsa sa hovorí, koľkými jazykmi hovoríš, toľkokrát si človekom.

A je to určite skúsenosť, či už bude dobrá, alebo zlá.

Vanda

✧ SNÍVAŤ SA OPLATÍ ✧

Môže sa to zdať neuveriteľné, ale aj hudobné hviezdy musia byť gramotné, a preto navštevujú školu. Práve z toho dôvodu sa na našom gymnáziu ocitli Marcel z 3.A a Tony z 1.E2, ktorí hrajú v skupine Rever. Časopis Nezmar vám s nimi prináša exkluzívny rozhovor.

Obaja

Ako vznikla vaša skupina?

Stretli sme sa v takom projekte, ktorý sa volá Rocková škola. Tam sme sa spoznali. Rok dozadu sme z tade my traja odišli (tretí člen skupiny chodí na Piaristov) a teraz si hráme po svojom.

Aký je Váš najväčší úspech?

Každý nový koncert je nový najväčší úspech.

Prečo sa voláte zrovna Rever?

Hľadali sme niečo veľmi poetické a Rever je trochu upravené francúzske slovo snívať. Taktiež sa nám páčilo, že sa to odzadu aj odpredu píše rovnako a dobre sa to dizajnuje.

Tony

Keby si sa zobudil ako žena, čo by si urobil ako prvé?

Asi by som si dal na seba neskutočne krátke šaty, veľký výstrih a tak by som išiel do mesta.

Kto je podľa teba najkrajší muž na škole?

p.p Fuska

Kolko zlatých zubov by si chcel mať?

Všetky.

Marcel

Keby si bol kráľ s absolútnou mocou, čo by si ako prvé zaviedol?

Zaviedol by som svoj vlastný hárem a znova by som zaviedol otroctvo.

Keby si bol krv, komu by si prúdil v žilách?

Všetkým ľuďom, ktorí majú radi dobrú hudbu.

Keby si bol väzeň, kolko by si chcel mať spolubývajúcich?

Aspoň 1 a maximálne 4, ale nemusia byť lojálni.



zdroj: súkromný archív



zdroj: Mário Sturdík

JEDINÝ SVOJHO DRUHU

Mnoho ľudí si myslí, že tanec je iba pre ženy. Ale opak je pravdou. Dôkazom toho je aj Jakub Huček z 3.D, ktorý už 11 rokov tancuje. Teraz sa venuje disciplíne discofreestyle, ktorá je spojením tanca a gymnastiky. Je fyzicky najťažšou tanečnou disciplínou na svete. Jakub je aktuálne jediný na Slovensku, ktorý sa venuje tomuto druhu tanca. Pred ním sa mu na Slovensku venoval iba jeden človek. Sám priznáva, že tento šport nie je ľahký, ale baví ho a rozhodol sa ho robiť aj napriek tomu, že ho od toho mnoho ľudí odhovárало. Jeho príbeh je krásnym príkladom toho, že sa oplatí nasledovať svoje sny.

Ako si sa k tancu vôbec dostal?

Na ZŠ sa mi páčila jedna baba, ktorá tancovala. Páčili sa mi tie vystúpenia, tak som sa prihlásil do klubu.

Aký je tvoj najväčší úspech?

Vicemajster sveta. Ale som aj vicemajster Európy a majster Slovenska.

Keby si bol odsúdený na trest smrti, o aké posledné jedlo by si požiadal?

Asi posledné, čo by som chcel jesť pred smrťou, by boli mamkine bolonské špagety.

Keby si bol kvetom, aký kvet by si bol a kde by si rástol?

Orchidea a rástol by som na vrchu Mount Everestu.

Popíš sa 3 slovami.

Energický, priateľský, vždy nápomocný.

Radšej by si celý život hovoril iba v hádankách alebo iba vo veršoch?

Iba vo veršoch.

Keby si sa ráno zobudil ako žena, čo by si urobil ako prvé?

Išiel na wc, nech viem aké to je.

Keby si bol stredoveký hradný pán, na akom hrade by si býval?

Páči sa mi Bojnický zámok alebo potom Rokfort. Normálne by som si dal postaviť Rokfort.



zdroj: súkromný archiv

SÚ PÁROVČANIA SO SVOJÍM ŽIVOTOM SPOKOJNÍ

Chodíme okolo seba len tak bez úsmevu, bez očného kontaktu, iba skloníme hlavu a tvárime sa, že sme neviditeľní... Táto naša krásna inštitúcia je plná ľudí, ktorí sú nám na prvý pohľad známi, no v skutočnosti o nich nič nevieme. Sú ľudia z našej školy spokojní? Žijú život, ktorý ich robí šťastnými? Čo by vo svojich životoch zmenili či vylepšili?

V prvom rade som mierila za naším španielskym filozofom Miguelom, keďže som anticipovala, že jeho odpoveď bude stáť za to... A veru, stála... Miguel pôsobí ako šťastný a spokojný človek. Potvrdil nám, že to tak skutočne je, že je veľmi spokojný so svojím životom. A prečo? Jednoducho preto, že sa cíti živý (pozn. cítiť sa živý - častý prvok v španielskej literatúre) a riadi sa heslom Carpe Diem! Rovnako neodmysliteľným zdrojom jeho spokojnosti je jeho rodina, za ktorú je veľmi vďačný. Zároveň prácou v zahraničí a spoznávaním nových kultúr si plní svoj sen. Ešte spokojnejší by však bol, keby mohol navštíviť USA či keby ho postretla láska. Miguel sa teda neusmieva len tak z donútenia :), ale je skutočne spokojný.

Pani kuchárka, áno presne tá usmievavá, ktorá nám podáva obеды, je naozaj ukázkou toho, ako šťastný človek vyzerá navonok. Práve preto som si pri písaní tohto článku spomenula práve na ňu. Je to ale naozaj tak? Predstavte si, že áno. Pani kuchárka je spokojná práve preto, že ju práca baví, je zdravá a ani v súkromí jej nič nechýba. Všetky tieto veci jej spôsobujú šťastie a spokojnosť.



zdroj: Canva

Ďalšou usmievavou osobou nášho gymnázia je naša skvelá, najmilšia pani bufetárka Monika.

Prezradila mi, že je tu s nami veľmi rada a jej práca ju skutočne naplňa, keďže sa tu stále niečo deje :). Uistila ma, že jej úsmev je stopercentne úprimný a v živote či už profesijnom, alebo súkromnom je veľmi spokojná. Toto mi však nestačilo, preto som sa jej spýtala, vďaka čomu by mohla byť ešte spokojnejšia. Jej odpoveď bola veľmi sentimentálna, priala by si, aby tu boli ľudia, ktorí tu už nie sú.

zdroj: Canva

zdroj: Canva

Myslím, že môžeme zhodnotiť, že úsmevy našich Párovčanov - zamestnancov, nevychádzajú z ničoho iného ako zo skutočnej spokojnosti. Ich práca je aj ich povolaním, milujú to, čo robia a sú spokojní aj v reálnom živote. Týmito zisteniami by sme mohli predpokladať, že šťastní resp. spokojní ľudia sú milší a usmievavejší, ako napríklad naša milá pani bufetárka. Preto vyzývam aj teba, milý čitateľ, skús svoj život žiť tak, aby si bol spokojný. Poďakuješ si nielen ty sám, ale poďakuje ti aj tvoje okolie...

Maritina

zdroj: internet

Samo sa na table úspešných ocitol, pretože minulý rok sa zúčastnil dejepisnej súťaže, kde sa spolu s Marekom Vojtilom (8.OG) a Paťom Matejkom (5.D) prebojovali až do československého kola v Chebe.

Začala som zľahka. Najprv som sa spýtala, ako by voňal parfém, ktorý by niesol Samovo meno. Odpoveď prišla ihneď. Ako školská jedáleň. Pri téme jedlo sme zotrvali. Jeho obľúbeným pečivom je vraj rožok, pretože na chleba sa ťažko robí.

Ak by bol Samo kamionistom, na čelné sklo by si vyvesil fotku rodiny až po piate pokolenie, aby na nich na ďalekých cestách myslel.

Ak by naopak pracoval v cirkuse, chcel by byť predavačom lístkov. Vraj, aby ho nezožrali tigre.

Keby sa Samo jedného dňa premenil na nejaký druh odpadu, jednoznačne by túžil byť papierom, pretože by tak prispel teplu v krbe.

Nový rok je tu a s ním aj novoročné predsavzatia. Ak by bol Samo činka, chcel by vážiť čo najmenej, aby s ním mohli cvičiť hlavne baby.

A na záver vám odkazuje, že by si najradšej zahral vo filme s Winnetouom, pretože vďaka nemu by ho nezastreli.

Z tabla úspešných

Samuel Šimanský

2.A



zdroj: súkromný archív

Z tabla úspešných

Michaela Zgurišová –

Kai 4.D



zdroj: súkromný archív

Michaela Zgurišová, prezývaná aj Kai, sa vraj ocitla na table úspešných vďaka jej účasti na mnohých aktivitách, ako napríklad olympiáda v španielskej matematike, španielsky recitál alebo aj španielske divadlo.

Aj napriek tomu, že je Kai veľmi aktívna, pokiaľ je to možné, snaží sa vyhýbať medziludskému kontaktu. Demonštruje to napríklad tým, že v obchodoch si vždy vyberá samoobslužné pokladne.

Čo sa týka utrácania peňazí, v Mekáči si vždy dáva 2forU, pretože intrákové deti si väčší luxus, žiaľ, dovoliť nemôžu.

Keby Kai vydávala vlastný parfum, voňal by ako čučoriedky, jednoducho preto, že ich má rada. Ak by sa mala stať nejakým odpadom, zaručene by to bolo sklo. Miluje totiž zvuk rozbiehajúceho sa skla.

Ak by mala po ukončení Pároviec problém zamestnať sa, možno by skúsila šťastie v cirkuse. Tam by sa najradšej hlásila na pozíciu akrobata.

Ak by sa jej však zatočila hlava z cirkusantských kúskov, možno by sa stala autobusárou. V takom prípade by si svoj autobus vyzdobila fotkou jej najlepšej kamarátky JJ s jej mačkou.

Na konci rozhovoru skonštatovala, že ak by mala hrať v nejakom filme, bol by to pravdepodobne Maze runners, kde by si zahrala s Dylanom O'Brienom. Tvrdí, že aj navzdory tomu, že by asi zomrela medzi prvými, užila by si každú jednu sekundu.

Eliša

PEOPLE OF GYMPAR

People of Gympar je rubrika o každom z nás.

Každý deň prechádzame chodbami Pároviec a míňame množstvo tvárí – niektoré známe, iné menej. Zväčša sa rozprávame so svojimi spolužiakmi, s ľuďmi, ktorých už poznáme a s ktorými trávime najviac času. Ale kolkokrát ste sa zamysleli nad tým, čo zaujímavé môže skrývať človek, s ktorým ste sa ešte nikdy neporozprávali? Práve táto rubrika je vytvorená na to, aby sme bližšie spoznali Párovčanov, o ktorých by sme možno inak ani nevedeli. Prostredníctvom tohto rozhovoru máte príležitosť spoznať, čo robí, keď nie je v škole. Možno zistíte, že máte viac spoločného, než by ste čakali.

Dnes mám tú česť s vami zdieľať rozhovor s Ninou Sýkorovou z 1.E2, ktorá svoj voľný čas trávi tancovaním.

Ako si sa dostala k tancu, a prečo si s ním začala?

K tancu som sa dostala už skoro 10 rokov dozadu a dopomohol mi k tomu môj brat. Ja som mu vždycky chodila na vystúpenia a tréningy a snažila som sa kopírovať jeho a trénerove pohyby. Neskôr sa ku mne tréner prihovril v duchu, že vidí moje nadšenie z tanca a že či by som sa nechcela pridať a ja som, samozrejme, povedala áno.

Aký druh tanca robíš?

Tancujem všelijaké štýly, ale mojimi najhlavnejšími sú hip hop alebo street dance a contemporary. Sú to dosť odlišné štýly, ale dajú sa veľmi pekne kombinovať. Popri tanci robím ešte fitness a akrobatiku, čo mi pri tanci tiež veľmi pomáha a dokážem vďaka tomu robiť prvky,

o ktorých som predtým ani nesnívala.

Aký bol doteraz tvoj najväčší úspech v tanci?

Môj najväčší úspech boli asi majstrovstvá sveta v Chorvátsku, kam chodím už pravidelne. Minulý rok som sa so svojou skupinou dostala na tzv. gala night. Ide o to, že vyberú 20 najlepších choreografií sveta a tie v jeden večer na gala night zatancujú. Už len účasť na takejto akcii bola pre mňa obrovský úspech a bolo to vážne neskutočné.

Aký šport by si robila, keby si netancovala?

Neviem si aktuálne predstaviť robiť iný šport ako je tanec, ale mám veľký zápal pre hokej, takže asi by som si vybrala to. Hokej som tiež robila, keď som bola menšia a baví ma to doteraz.

Eli



zdroj: redakcia

podpis

Španielsky jazyk ako brána k dobrodružstvu



V decembri sa na našej škole usporiadala besiedka s autorkou knihy *S almou* Blancou Kucharovicovou, ktorá bola taktiež študentka na španielskom bilingválnom gymnáziu a prišla s cieľom nám trochu porozprávať o svojom cestovateľskom, študijnom a kariérnom živote a zároveň nás podporiť.

Celá táto besiedka bola veľmi motivujúca, hlavne čo sa týka cestovania, zážitkov a možností, ktoré nám dáva ovládanie španielskeho jazyka. Taktiež sme sa rozprávali aj o jej novo vydanéj knihe, ktorá odhaľuje skutočné návyky a povahu Španielov. V každej kapitole odкрýva ich typické vlastnosti. Vystúpením na odlišnom nástupišti v spoločnosti sedemdesiatnika .

Francisca hľadá odpoveď na temný okamih španielskej histórie. Do cesty jej pritom vstupujú ľudia, ktorí ju učia porozumieť hispánskej kultúre. Do príbehu vkladá vlastné spomienky, sny, námety inšpirované skutočnými udalosťami. Kniha je plná fascinujúcich citátov, ktoré stoja za prečítanie.



ZDROJ: INTERNET

Sofia



Z DUŠE SPIISOVATELOV

Ako roky plynú, našou školou prejde veľa ľudí. Či už matematikov, fyzikov, športovcov... Okrem nich je tu však aj kôпка kreatívnych dušičiek (ktorých je viac, ako si myslíš, btw). Takže ťa znova vítame pri článku **PÁROVSKÝCH UMELCOV!** Toto číslo je ale trochu iné, keďže sa dňa 6.12. pár z našich umelcov zúčastnilo Workshopu o intimite a autenticite v poézii. Workshop organizovalo OZ Slam Poetry SK a my sme sa rozhodli ti tu o Slame dačo povedať.

Ale v prvom rade, čo je vlastne **Slam Poetry**?

Je to špecifický štýl básnického prednesu a jeho podoba síce nie je presne ukotvená jasnými pravidlami, ale stále platí, že text musí byť natoľko zaujímavý, dojemný alebo

zábavný, aby dosiahol čo najväčší ohlas v publiku. Proste akoby vás tá báseň udrela. (Práve preto SLAM poetry) Je to performatívny žáner, takže trochu hrania v Slame nikdy nezaškodí :D

Aké sú tri hlavné pravidlá slamu?

Aj keď som pred tým povedala, že slam nie je ukotvený jasnými pravidlami, predsa len tu sú **tri hlavné pravidlá**:

- Slamer musí vystupovať s vlastným textom a nemôže recitovať texty niekoho iného (napr. Marína alebo Mor Ho!)

- Slamer nesmie používať žiadne kostýmy či rekvizity
- Výstup je hodnotený neprofesionálnou porotou (takže nie ako napr. keď

recituješ na Šalianskom Matkovi a hodnotia ťa učiteľky, tu ťa hodnotia náhodní diváci)

Čo sme sa na workshope učili?

Na workshope nás náš školiteľ Adam Traumer (čeknite jeho slamy, je fakt skvelý!) učil, aký je rozdiel

medzi intimitou a autenticitou v poézii a ako ich tam správne využiť.

Čo je to autenticita a intimita a ako ich využiť v poézii?

Autenticita je niečo „relatable“ pre ostatných, niečo do čoho sa môžu vžiť a prežiť si to presne ako básnik. V poézii sa dá využiť

napríklad tak, že do básne vložíš situáciu, čo sa ti stala alebo niečo, čo si si zažil, pretože práve TO je cieľ k autenticosti.

A čo tá intimita?

Intimita je niečo krehké. Je to niečo, čím človek nahliadne do tvojho vnútra, niečo, pri čom sa otváraš ako dvere do tvojho vlastného domu. A ako to využiť v básňach? Jedno slovo: SENZUALIZMUS. Predstav si, že napíšeš: Si krásna/y ako kvet. A potom napíšeš: Si

krásna/y ako ruža vo farbe krvi. Aj keď mi z teba prsty bolestivo chytajú rovnaký odtieň červenej ako ty, vždy sa vrátim kochať tvojou krásou. AHA? Vidíš tam ten rozdiel?? Práve som pridala do toho veršu trochu seba. Trochu svojej duše, trochu SENZUALIZMU!!

A práve takto sa intimita a autenticita uplatňujú v poézii.

Na konci workshopu sme sa niektorí zúčastnili Showcase-u (je to vlastne súťažné prezentovanie svojej poézie) a každý sme si tam predniesli naše výtvory z workshopu. Práve tu som súťažila ja (Livika) a ďalšia veľmi šikovná Párovčanka **Tete Szökeová zo 4.OG**.

Okrem toho sa s nami na workshope zúčastnila aj **Ema Matušicová z 2.A**

Baby boli podľa mňa veľmi šikovní a v mene celých Párovských Umeľcov im držím palce v písaní vlastných vecí, pretože im to išlo naozaj úžasne!!



zdroj: súkromný archív

A keby si sa o Slam poetry chcel dozvedieť viac, určite sleduj instagramový účet **@slampoetrysk** alebo choď čekať ich webstránku www.slampoetry.sk

A keby ťa tento projekt zaujal alebo píšeš básne, piesne, príbehy... Nezabudnite čekať náš instagram **@parovski.umelci**

Livika
Martina

Nedajte sa



Všetci poznáme
takých manipulatívnych
špekulantov, ktorí si nás bez nášho

vedomia dokážu omotať okolo prsta. Nenápadnými krokmi a gestami nám vedia zájsť pod kožu a obalamutiť náš zdravý rozum. Manipulácia však nie je iba baliacou metódou tvojho toxického ex, ale aj dôležitým prvkom biznisu, politických kampaní či rôznych podujatí pre seniorov.

Ako to však robia? Prirodzeným šarmom to totiž určite nie je. V tomto článku sa dozvieš najpoužívanejšie manipulatívne metódy, ktorými zbalíš nejedno dievča alebo predáš nekvalitný matrac svojej babke. Veď ako hviezda Nora Mojsejová raz povedala: „Aby si sa nedal... veď vieš čo.“

Kopírka

Táto metóda sa využíva na vytvorenie priazne s druhým človekom. Kľúčom je mierne okopírovať správanie, postoj a reč toho druhého, čo u neho vytvorí pocity dôvery, porozumenia a celkovej náklonnosti. Toto je jednoduchý spôsob, ako sa niekomu nenápadne dostať pod kožu a vymámiť z neho jeho najhlbšie tajomstvá, takže bacha!

Sladké rečičky

Všetci chceme, aby ľudia robili to, čo si myslíme, že je pre nich najlepšie (ak s tým nesúhlasíš, klameš samého seba). Na to, aby sme ľudí presvedčili konať tak, ako chceme my, slúži táto osvedčená komunikačná metóda, ktorú používa každý z nás (či už si to uvedomujeme alebo nie). Sladké rečičky alebo citovo zafarbené slová slúžia na vyvolanie určitej emócie, a teda ovplyvnenie myšlienok, názorov a činov druhého človeka.

Takáto hra s emóciami sa využíva najmä v reklamách, médiách a samozrejme, politických kampaniach.



Láskavosti

Na prvý pohľad milé darčeky, rady, nekonečné pomáhanie, priam hrdinské skutky. V skutočnosti je to však diabolský plán manipulátora, ako z teba vymámiť čo najviac. Tieto „nezištné“ gestá však až také nezištné nie sú. Po čase zistíš, že pán manipulátor chce niečo na oplátku. Väčšinou to je niečo, čo urobiť nechceš a vtedy prichádza na rad vydieranie. Reči o tom, koľko toho pre teba urobili a obetovali, ťa zaženú do kúta a spravia z teba egocentrickú nevďačnú obludu. Takže ak naozaj chceš nezištnú radu bez fatálnych následkov na tvoje mentálne zdravie, odporúčam obrátiť sa na Chat GPT. Ten vie naozaj všetko, ale na mentálne vydieranie nemá kapacitu (zatiaľ).



Noha vo dverách (snehová guľa)

Tento doslovný preklad z knihy o manipulácii, ktorá je z osobných dôvodov aktuálne môj každodenný večerníček, označuje metódu, ku ktorej sa mi viac páči pomenovanie snehová guľa. Tak ako sa snehová guľa nabaľuje snehom, keď sa rúti dole kopcom, funguje aj táto metóda. Malou snehovou guľičkou je malá prosba, ktorá je úplne jednoduchá na splnenie. Človek tomu nedáva veľkú váhu a bez problémov to spraví. Nevie však, že spadol priamo do pastí manipulátorovi, z ktorej niet cesty von. Čo sa stane? Manipulátor využije tvoju dôveru a pozornosť a začne od teba žiadať čoraz väčšie veci. Takto sa začína guľa nabaľovať a zväčšovať a výsledkom často býva prázdna peňaženka.

Sarena

ZIMA SA BLÍŽI

Mnohí ste už asi z nadpisu vydedukovali, aké knihy vám odporučím v tomto zimnom vydaní Nezmaru. Ak nie, o to lepšie, pretože mi tým doprajete úžasný pocit, že som to bola práve ja, kto vás nasmeroval do západnej zeme.

Táto séria pozostáva zo štyroch celých kníh, ktoré sú v slovenskom preklade rozdelené do siedmich fyzických vydaní.

K samotnému deju len zopár krátkych viet, keďže je celkom obtiažne omylom vám neprezradiť nejaký dejový zvrät, ktorý sa nachádza doslova v každej jednej kapitole. Ide o fantasy s výrazným politicko-historickým motívom. Dej sa odohráva vo fiktívnej krajine s fiktívnym fungovaním a históriou, avšak pozornejší čitateľ si podobnosť a inšpiráciu

autora v podobe stredovekej Európy nemôže nevšimnúť. Príbeh je rozdelený na mnoho línií, ktoré sa v čase stretávajú a opätovne rozchádzajú. Ide o tichý zákulisný boj magnátskych rodov siedmich kráľovstiev plných intríg a lstí. Zatiaľ čo na severe sa prebúdzajú mŕtvi, prichádza dlhá noc. Na opačnom konci sveta sa po dlhom spánku prebúdzá mágia. Všetci vzhliadajú len jedným smerom, a to k železnému trónu, zabúdajú však, že zima sa blíži.

Ako ste už asi vytušili Pieseň ľadu a ohňa je mojou srdcovkou a dala by som hocičo za to, aby som si ju mohla prečítať ešte jedenkrát po prvý raz. Postavy sú komplexné, dej neskutočne pestrý, ale to všetko som už spomínala. Jednoducho túto sériu od Georga R. R. Martina ľúbim a milujem.
6/5 hviezdičiek

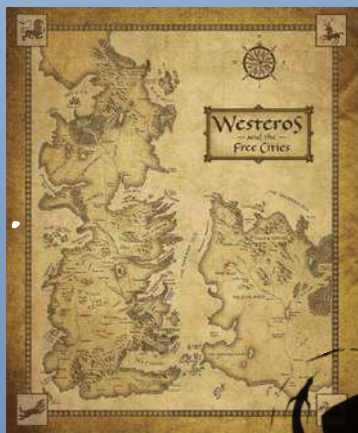


ZDROJ. INTERNET



Zaujímavosť:

Seriál Hra o tróny, v angličtine Game of thrones je úžasný svetoznámy seriál natočený práve podľa tejto knižnej série. Tvorcom sa do istej série veľmi vydaril a niektoré časti sú takmer identické s knihami. Takže ak vám čítanie veľmi neimponuje, odporúčam si to aspoň pozrieť.



ZDROJ. INTERNET

Ester

SME ALEBO NIE SME

VÝNIMOČNÍ?

Jedna z mojich prvých živých, viac-menej „filozofických“ myšlienok, sa týkala práve vesmíru a života v ňom. Už ako malá som nevedela pochopiť to, že si tu len tak žijeme. Prečo práve na tejto planéte, a prečo vôbec ja som, moje telo, moje myšlienky...?

Krátke vysvetlenie mojej detskej otázky je, lebo evolúcia. Je dlhšia a zložitejšia, lebo vesmír a všetky okolnosti sa dali dokopy, až som vznikla ja a teraz píšem tento článok. Vy, vďaka vašej schopnosti čítať, práve spracúvate moje slová... Jedna vec, ktorá nás ale isto spája, je, že žijeme na Zemi. Dýchame kyslík, vydychujeme oxid uhličitý a sme jediná civilizácia, o ktorej stopercentne vieme povedať, že existuje. Nie sme však jediná planéta, ktorá existuje. V našej slnečnej sústave máme osem planét a niekoľko trpasličích planét. Kométy sa tu, ale aj po celom vesmíre pohybujú kade-tade a nepredstaviteľne veľa ďalších,

doposiaľ nepreskúmaných objektov tu s nami poletuje skrz nekonečný priestor.

Ale keď je ten priestor nekonečný, neustále sa rozpínajúci, môžeme tu byť sami...?

Dneska sa vám pokúsim vysvetliť, ako astronómovia svojimi predpokladmi vysvetľujú, čo za tým všetkým môže byť.

Kľúčovými slovnými spojeniami budú Veľký filter alebo aj Fermiho paradox. Ako som spomínala, vesmír je nepredstaviteľne veľký, keďže je nekonečný. Stále sa rozpína, aj teraz. Tak, keď je nekonečný, s nekonečne veľa galaxiami, planétami, možnými inými civilizáciami... Prečo sme ešte nič nenašli? „Kde všetci sú?“ Enrico Fermi, po ktorom je tento paradox pomenovaný, sa túto otázku spýtal už pred 74 rokmi, a odvtedy sme stále nič nenašli. Preto je to celé jeden masívny paradox. Práve s paradoxom talianskeho fyzika sa spája Veľký filter. S touto myšlienkou prišiel Robin Hanson a tvrdil, že niekde je problém.



Pretože pravdepodobnosť, že iné civilizácie, teda mimozemšťania, existujú, je vysoká, no my sme doposiaľ žiadnych nenašli. Veľký filter by mal byť niečo, hocičo, čo zabraňuje prekročiť hranicu, ktorou by sa civilizácia mohla posunúť ďalej. Niekde je naozaj problém. Hanson zaradil deväť krokov, ktoré by mali reprezentovať vývojové štádiá od vzniku planéty až po vesmírnu kolonizáciu.

Fakt, že nevieme povedať, či sme to „hocičo“ už prešli, alebo nie, je jednoznačne insomniu vyvolávajúci, keďže sa o tom vedú nekonečné diskusie, v ktorých nikto neprišiel s pádnym argumentom o tom, na ktorej strane „hocičoho“ stojíme. Možnosti vieme rozdeliť na dve skupiny, a to:

1. Veľký filter sme už prešli

Prvá možnosť, tá pozitívnejšia je, že Veľký filter sme už prešli, napr. vďaka vynájdeniu jadrových zbraní či umelej inteligencie, no sme zároveň aj jediní, ktorým sa to doposiaľ podarilo. Možno nie sme jediní, ktorým sa tak prišťastilo, no môžeme sa nachádzať v pokojnejšej časti a nemáme okolo

seba iné civilizácie a iní šťastlivci nemajú potrebu hľadať iné mimozemské civilizácie. **2. Veľký filter sme neprešli**

Ak sme „hocičo“ zatiaľ neprekročili, opäť to môže mať niekoľko vysvetlení, no tie patria k tým, vďaka ktorým sa váš čas v sprche predĺži, no v noci sa vám bude o čosi horšie zaspávať... Napríklad: vôbec nie sme takí výnimoční, ako si myslíme. To môže znamenať fakt, že náš život a život nášmu podobný, je vo vesmíre úplne bežný a sme jednoducho len limitovaní a nikdy nepochopíme veci, ktoré by sa mohli nachádzať za Veľkým filtrom. Možno sme ho neprešli preto, lebo prídeme k bodu, v ktorom sa sami zničíme či už spomínanými jadrovými zbraňami, či rýchlym vývojom umelej inteligencie. Poprípade sa aj nachádzame blízko pred filtrom, ale môže nás zničiť cudzie ľudstvo, ktoré ničí všetky civilizácie, ktoré sa dostávajú ku „hocičomu“...

Ak je pravda akákoľvek, my sa ju asi v najbližšej dobe nedozvieme, ak vôbec. Ale zamysli sa, je podľa teba lepšie, keby sme boli pred alebo po Veľkom filtri?



ŠILNÉ A NEZAVISLÉ, ALE STALE SINGLE?

V posledných rokoch sa stáva sebarozvoj stále populárnejším. Ale napriek tomu, že veľa báb si prešlo obrovským glowupom, tak si stále nenašli svoju polovičku. Pokiaľ patríš do tejto skupiny a nevieš, čo s tým, tak čítaj ďalej a v nasledujúcich riadkoch sa dozvieš prečo je to tak a ako postupovať ďalej.

Pod pojmom sebarozvoj si väčšina ľudí predstaví práve len ten fyzický glowup, teda ako, keby skrášlenie sa. Ale pravda je taká, že ten posun prebieha vo veľkej časti práve na mentálnej úrovni. Takže, keď si prejdeš tým fyzickým glowupom, tak budeš mať väčšie sebavedomie, a preto budeš aj psychicky odolnejšia.

Keď si to zhrnieme, tak proces seba rozvoja predstavuje samé výhody. Tak prečo si baby, ku ktorým vzhliadame za to, ako na sebe pracujú nevedia nájsť partnera?



zdroj: Canva

Háčik je v tom, že ženy si hľadajú partnera na vyššej alebo rovnakej mentálnej úrovni, ako sú ony samé. A keď sa žena posunie aj na fyzickej úrovni, tak jej narastajú nároky, aj na vzhľad jej budúceho partnera. Tento proces si častokrát ani neuvedomujeme. Je to veľmi podobné ako s učením. Viem, že som sa celý týždeň drvila veci, ktoré nikdy nevyužijem a napísala som všetky tie o ničom písomky, tak sa tento víkend nebudem na nič učiť a doprajem si pokoj. Takisto vieš, že si na sebe makala, spravila si obrovský pokrok a nebolo to jednoduché, si dopraješ niečo viac. Zaslúžiš si, predsa niekoho lepšieho.



Takže prácou na sebe si si vlastne zúžila portfólio nádejných partnerov. Teraz, keď to vieš, tak sa to prosím nesnaž zmeniť. Nedovoľ, aby ti klesli nároky. Potom sa akurát dostaneš do dákeho vzťahu, ktorý ťa nebude naplňať alebo môže byť až toxický. Pravda je taká, že sa teraz páčiš viacerým chalanom, ale nepovedia ti to možno len, preto, že si myslia, že by u teba neuspeli.

Takže pokiaľ to náhodou čítajú aj mladí muži, tak ich vyzývam k tomu, aby sa konečne vyslovili.

Prinajhoršom dostanete košom. Ale to vám dá len príležitosť to skúsiť znovu. To je všetko ku chalanom vraciam sa k podstate tohto článku. Takže to, že sa ti zvýšili nároky je pozitívne. Dáva ti to možnosť nájsť si schopnejšieho partnera, s ktorým sa ti bude lepšie žiť.

Pred tým než skončím, tak by som ešte chcela vyvrátiť ešte jednu dogmu. Hlavne staršie generácie veria, že pri vytváraní partnerských vzťahov by mali všetku iniciatívu prebrať muži.

Ale ja by som rada podotkla, že ženy nemôžu očakávať to, že za nimi magicky príde ich vysnívaný Rómeo a vyzná im lásku. Týmto poukazujem na to, že muži nevedia čítať myšlienky. Moja, takže pokiaľ sa chceš s niekým dať dokopy, tak sa s ním musíš aspoň začať rozprávať.

Toto je už odo mňa všetko. Na záver by som ti len vzdala hold, za to aká inteligentná, charizmatická a sebavedomá osobnosť si. Gratulujem ti ku všetkému, čo si dokázala a len tak ďalej.

Sofia



zdroj: Canva

TREBA SA BÁŤ O SVOJE VECI?



(HIDDEN GEM: KRADNUTIE)



Čauky mňauky (rawr), každý z nás už asi na škole niečo stratil, či už to bol zošíť, šperk, mobil, peňaženka alebo slúchadlá. Máme toho veľa, a tak sa stáva, že si veci občas niekde zabudneme. O to smutnejšie ale je, keď sa nám tie veci nevrátia. Týmto článkom vám chcem poradiť, ako predísť strate vašich vecí, ale berte ho aj ako iniciatívu pre bezpečné Párovce.

Strata

Pri strate zájdite najprv ku stratám a nálezom, ktoré sa nachádzajú pri vstupe do školy. Sem sa dávajú nájdené veci, ako mikiny, zošity, fľaše... Ak ste stratili cennejšiu vec, napríklad mobil alebo kľúče, choďte za pani vrátničkou. Vrátničke sa dávajú veci s veľkou hodnotou. Ak ste aj tak danú vec, bohužiaľ, nenašli, skúste sa ozvať na Párovských priznaniach alebo zdieľať váš problém na sociálnej sieti. Ak veríte v nadprirodzené sily, na

psychiku pomôže manifestovanie (so sviečkami).

Kontrola

Vždy sa uistite, že máte pri sebe všetko. Osobne používam pravidlo písmen - PMKSH: peňaženka, mobil, kľúče, slúchadlá, hodinky. Dobré je si zapamätať aj počet tých vecí. Samozrejme, vďaka tomuto sa nedá všetko zapamätať, takže fakt buďte opatrní. Vďaka tomuto nestratíte aspoň to najdôležitejšie.

Svedomie

Neberte ľuďom veci, seriózne. Ak nájdete niekoho veci, dajte ich do strát a nálezov alebo pani vrátničke. Nikto by nechcel, aby mu zmizlo niečo, čo má rád. Mne ukradli moju obľúbenú bundu po mojej mame, takže viem, o čom hovorím. Polarizuje to spoločnosť a robí to z Pároviec negatívne miesto. Tak vás prosím, neberte ľuďom na škole veci, veď aj bez toho tu už dosť trpíme.

*filin**

sprijemni si svoj večer

Zaslúži si to každý z nás, hlavne po celom dni strávenom vstrebaním nových informácií (alebo aspoň snahou o to). Zima nás dobehla a vás možno trápí otázka „ako si spríjemniť dlhé zimné večery?“ Milí Párovčania, dovoľte mi teda odpovedať na vašu otázku a pomôcť vám užiť si takýto večer.

Samozrejme, každý z nás má svoju vlastnú rutinu, ale ja vám tu dám pár tipov na inšpiráciu:

1 Hrejivá sprcha! Zahrej sa, zbav sa dôkazov chladného počasia či zlého dňa. *Brrr!*

3 Umieraš od hladu? Vifonka to istí. Pre tých zdatnejších, uvar si starý dobrý grís (miss krupicová kaša). Tým, ktorí sa neboja, odporúčam skúsiť „Le koláč“. Inšpiráciu čerpajte buď z internetu, alebo od babičky či mamičky. Príveľmi sladké? Žiaden problém. Kombináciou zázračných ingrediencií ako krumple, soľ, rasca a plech, vykúzlíš ozajstný kulinársky zážitok.

2 Uvar si čajík! Na čo máš dnes chuť? Čierny čaj s citrónom, bylinkový alebo ovocný s medom? „Proti gustu, žiaden dišputát.“ (domáci zázvorový na boj proti bacilom je vskutku zážitok)

4 Zahriatí, napapaní a teraz šup pod deku a do ruky dobrú knihu.

Alebo.... ak si mozog namáhal dnes až príveľmi, objav čaro kinematografie.

Bolo by to pekné, keby sme mali možnosť stráviť každý večer takto nejako. Lenže život študenta (tvoj život), má celkom iné plány, a teda sa asi skôr uchýliš k vzdelávaniu, ako skúšať niečo z tohto. Za pokus to však stálo.

✧ V ZDRAVOM TELE ZDRAVÝ DUCH ✧

✧ Vitajte opäť v mojom beauty náš vzhľad a celkové zdravie ✧
okienku, tentokrát trochu prípravkami na vnútorné
zmením štýl a nebudem vám použitie. Mnohým z vás určite
rozprávať o kozmetike na pleť, niečo hovoria názvy: maca,
ale o tom, čo môžeme spraviť pre spirulina, chlorella alebo acai.

Väčšinou bývajú v podobe prášku rozpustnom vo vode, ale nájst sa dajú
aj vo forme tabletiiek.

No, a ako vám môžu prospieť?

Maca má blahodarné účinky, napríklad na našu pamäť a schopnosť
sústrediť sa. Taktiež pomáha predchádzať depresii a úzkosti, pri čom
nám zvyšuje energiu a zlepšuje celkovú náladu. Je známa aj svojimi
účinkami na mužské pohlavie, dokáže zvýšiť testosterón, zlepšuje
pohlavné a reprodukčné funkcie, no a v neposlednom rade pomáha pri
tvorbe svalovej hmoty.

Superschopnosti **spiruliny, chlorelly** a aký je medzi nimi rozdiel:

Spirulina

- Vysoký obsah proteínu
- Podpora imunity
- Rast a kvalita vlasov
- Odstraňuje z tela ťažké kovy
- Plná antioxidantov
- Detoxifikuje



Chlorella

- Pomáha pri akné
- Bojuje proti tráviacim problémom
- Odstráni nafúknuté brucho (odporúča sa piť ráno)
- Znižuje symptómy PMS



Acai obsahuje omega 6 a 9 mastné kyseliny, čím predchádza
kardiovaskulárnym chorobám, znižuje cholesterol a krvný tlak. Má
vysoký obsah vlákniny, čím znižuje chuť do jedla, a tak napomáha pri
chudnutí.

Všetky tieto látky sú superpotravinami a majú schopnosť zlepšiť kvalitu
nášho života. Nenahradia však normálnu stravu a mali by sme ich preto
užívať len ako doplnky výživy. Odporúčajú sa primiešavať k džúsom, do
smoothies alebo kaše. No a najlepšie je ich požívať ráno, keďže majú
vplyv na našu energiu počas dňa.

Dúfam, že vám tento článok pomohol
a naučil vás opäť niečo nové ☺

Taja

Ľudia toto by ste mali vedieť

Reminder
všade samé mikroplasty

Okay

Existujú drobné častice, ktoré sa nachádzajú všade: vo vzduchu, ktorý dýchame, v oblečení, ktoré nosíme, pravdepodobne aj v soplách, ktoré smrkáme... ako nás ovplyvňujú? Vieme sa ich zbaviť? Sú papierové poháre zo Starbucksu potomkom zla?

Mikroplasty. Som si istá, že ste už o nich počuli. Sú to častice, z ktorých sa skladajú plasty a ktoré sa uvoľňujú pri ich rozklade. A keďže plasty sú v tejto dobe všade... tak sú aj mikroplasty. A keď hovorím všade, myslím VŠADE: boli nájdené už aj na vrchu Mount Everest či na dne Mariánskej priekopy.

ako na's
tieto
častice
ovplyvňujú?

Aj „sedlácky rozum“ ti povie, že ak nejaké divné mikročastice poletujú v tvojom tele, nie je to dobrá správa. Bolo zistené, že mikroplasty majú negatívny vplyv, napr. na naše hormóny a podporujú srdcovocievne ochorenia. Avšak až čas ukáže, aké všetky dlhodobé vplyvy majú mikroplasty na naše zdravie.



Zaujímavosť



Mikroplasty sa vedia viazať na receptory našich hormónov, takže tým im bránia vo vykonávaní ich funkcie. Predstavte si napríklad zástrčku, ktorou si chcete nabiť mobil. Tak isto, ako sa váš mobil nezapne, ak niekto bude mať *tú drzosť* obsadiť tú zástrčku svojím mobilom, tak sa hormón neaktivuje s obsadeným receptorom.

Znamená to teraz, že vždy, keď odteraz zočíte plast, máte bláznivo behať okolo s križom a modliť sa za odpustenie? Um, nie. Treba pochopiť, že cieľom tohto článku nie je vo vás prebudiť fatálny strach z plastov. Faktom je, že mikroplasty sa nachádzajú všade a s tým nič nemôžeme urobiť. Čo ale môžeme urobiť, je obmedziť ich príjem a zvýšiť ich vylučovanie z nášho tela.

čo môžete urobiť ako obyčajní smrteľníci

- Vyhýbajte sa zahrievaniu jedla v plastoch - vyššia teplota výrazne podporuje vylučovanie mikroplastov, napr. do vášho jedla
- Takisto papierové poháre z kaviarní vylučujú obrovské množstvo mikroplastov, keď sú zohriate - skúste pri sebe nosiť prenosnú to-go šálku, ktorá nie je z plastu
- Jedzte veľa zeleniny ako brokolica, karfiol alebo ružičkový kel - obsahujú sulfurofán, ktorý podporujú vylučovanie mikroplastov z tela

Sari♥



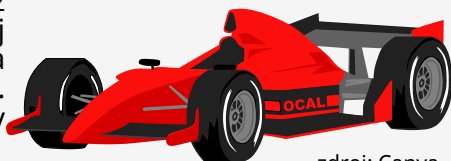
DENNÁ DÁVKA MOTORŠPORTU

Milí Párovčania, verím, že sa aj medzi vami nájdú nadšenci motoršportu a F1, pretože tento článok bude hlavne o nej. Je pre všetkých všetkým, ktorým v žilách namiesto krvi koluje benzín, ale aj pre tých, ktorí možno tento fenomén sledujú z diaľky a radi by sa dozvedeli viac. Veď aj život v škole veľa razy pripomína pretekársku dráhu, na ktorej sa často zvädzajú nelútostné súboje o dobrý prospech či pozornosť publika. Motoršport je šport, v ktorom si piloti automobilov porovnávajú sily a prekonávajú svoje limity v rôznych kategóriách: Porsche Supercup IndyCar Series Formula 2 FORMULA 1 prezývaná aj ako špička motoršportu.

— NOVINKY V ŠPIČKE MOTORŠPORTU —

BRAZÍLSKE DEJAVU - Brazília veľká cena sa zapísala do pamäti asi každého fanúšika tohto športu. Videli sme, ako čerstvý štvornásobný šampión Max Verstappen odjazdil asi najlepší pretek svojho života. Max štartoval zo 17. miesta, 16 miest za svojím tohtoročným rivalom Landom Norrisom. Nepriaznivé podmienky naznačovali, že tieto preteky nebudú pre šampióna jednoduché, no opak bol pravdou. V Brazílii sa z mimoriadneho úspechu tešil aj Alpine F1 Team, keď sa obaja ich piloti objavili na pódiu. Naposledy takto spolu stáli v roku 2013.

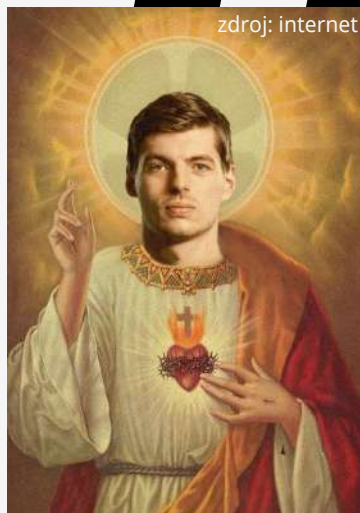
FORMULOVÝ SEN - Pre brazílskeho pilota formuly 2 sa tento sen stal realitou. Gabriel Bortoleto, rodák zo Sao Paula, vedie šampionát vo svojej kategórii, ale uvidíme ho sedieť v kokpite Kick Sauber v sezóne 2025. Argentínskemu miláčikovi publika Francovi Colapintovi sa zatiaľ môže o tom iba snívať. 21-ročný talent predstavuje náhradu za Logana Saerganta po veľkej cene Holandska.



zdroj: Canva

PARTY V LAS VEGAS - KORUNOVACIA

MAD MAXA - Pre fanúšikov Holanďana, bol víkend v Las Vegas jedným z tých najlepších. Verstappenovi stačilo skončiť na mieste pred McLarenom s číslom 4, aby si zaistil vysnívaný titul, ktorý ho zapíše do histórie. Nakoniec sa mu to podarilo, navyše s náskokom 20 sekúnd, keď skončil na 5. mieste. Je v poradí druhým jazdcom v monoposte s názvom Redbull, ktorý vyhral 4 majstrovské tituly po sebe.



zdroj: internet



Sarča

BITKA O POHÁR KONŠTRUKTÉROV

Dva legendárne tímy - Talianske Ferrari a anglický McLaren bojovali túto sezónu o pohár, ktorý symbolizuje nielen talent pilotov, ale aj obrovskú snahu mechanikov, inžinierov a celého tímu až do posledného kola VC Abu Dhabi. A bol to súboj naozaj napínavý. Charles Leclerc postupne z 19 miesta šplhal hore, a tak vrátil nádej fanúšikom Ferrari. Nakoniec ani táto skvelá akcia, ktorú Leclerc predviedol, nestačila na to, aby si McLaren nepodmanil Abu Dhabi. So 14 bodovým náskokom si pripísali na svoje konto ďalší pohár konštruktérov.

NAJHORŠIE SPÔSOBY MUČENIA



Čaute, dnes sa s vami podelím o 4 najhoršie spôsoby mučenia, aké kedy ľudstvo zažilo (ešte dávno pred povinnou školskou dochádzkou). Prajem vám príjemné čítanie a ak náhodou práve niečo konzumujete, vrelo vám odporúčam prestať.

1.Potkaní žalár - ak by ste žili v Londýne počas stredoveku, určite by ste sa dopočuli o tejto obľúbenej oddychovej zóne väzňov. Bola to cela, ktorá sa nachádzala v spodnej časti London Tower, kde boli väzni spútaní reťazami v úplnej tme. Trik je v tom, že žalár bol spojený s neďalekou riekou a to tesne nad hladinou vody, takže keď hladina vody stúpila, všetky potkany, ktoré žili pozdĺž koryta rieky, boli vytlačené zo svojich úkrytov a nútené plávať po prúde

2.Stojan - zariadenie vyzeralo ako veľký rebrík, ale namiesto bezpečných schodov sa v skutočnosti otáčali ako valček. Väzeň mal nohy

vody. Toto samozrejme väzňovi priviedlo zopár (stoviek) návštevníkov do jeho skromného sídla. Väzeň ale nič nevidel, iba počul tiché pobežovanie malých nožičiek, ktoré sa k nemu blížili. Postupne ho potkany začali hrýzť, no to bol ešte schopný ich striasť. Po pár hodinách od únavy omdlel a potkany sa vrhli do plnenia ich žalúdkov. Väzni v cele ostávali niekoľko dní alebo týždňov, v závislosti od ich zločinu. Zážitkový pobyt ako vyšitý, no nie?

a zápästia pripevnené v systéme kladiek, kde dvaja právni úradníci pomaly ťahovali laná, čím sa každým otočením zvyšovalo množstvo



zaťaženia na väžňove ramená boky a lakte. Táto forma mučenia bola určená na získanie priznania. Niekedy to fungovalo a väžňa prepustili. Zvyčajne odtiaľ odchádzal

3. Ťahanie kýlu - tento brutálny trest sa vykonával na mori na námorníkoch, ktorí kradli alebo boli agresívni voči ostatným. Začalo sa to tým, že námorníkov zviazali ruky lanom, to potom obtočili po celom obvode lode a nakoniec mu zviazali aj nohy. Námorník bol potom

4. Skafismus - trestanci boli vložený a pripútaní do činu so štyrmi výrezmi na končatiny, ktoré im z nich pretŕčali do vody. Potom boli nútení skonzumovať veľké množstvo mlieka a medu. Rovnako ich touto zmesou aj potreli a následne ich vytlačili do stredu jazera. Kombinácia

s vykĺbenými kĺbmi a často ani neodchádzal, lebo zostal úplne paralyzovaný. Taký light strečing pred cvičením, odporúčam 10/10.

hodený cez palubu, zatiaľ čo skupina mužov na palube ťahala za lano, aby ho pomaly pretiahla po vonkajšej strane lode, vrátane kýlu. Nielenže sa trestanci topili, lámali sa im chrbtice a krky, ale tiež sa roztŕhávali ako syr na strúhadle, lebo steny lode hladké veru neboli.

mlieka a medu spôsobila trestaným značné tráviace problémy. Hnačka spolu s medom pritiahla hlodavce, osy, včely, muchy a ďalšie zvieratá žijúce v blízkosti jazera. Také veľké rodinné stretnutie. Tento proces sa opakoval každý deň, aby mučenie trvalo čo najdlhšie.

Viki



Oči neba

Oči sa ľahko stratia,
keď vidia vodopády alebo temnú oblohu s
jasnými hviezdami,
keď vidia svätojánske mušky alebo hlboké lesy,
kde môžeš behať s bosými nohami.
Stratia sa a nenájdu, pokiaľ nebudú mať istotu,
kde vlastne idú.

Čo ak ale chcú ostať stratené?
Žiť si a pozeráť na hviezdy?

Možno to tak ostane
a budú sa môcť navždy pozeráť
do očí neba

– Ona



OBYČAJNÍ WANNABES

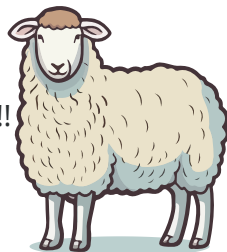
NEKOPÍRUJ! NEBUĎ OVCA!

Tento článok je presne pre teba, ak sa rád/rada inšpiruješ životom, ale predsa pri tom dokážeš byť sám/sama sebou. Si to ty? Možno ťa sklameš, ale tvoje sklamanie ti prinesie **IMPULZ** do života a tvoj život ti zmení na nepoznanie!

Chceš?

Každý tvoj nápad už niekomu predtým napadol !!!

ŽE AKO? NO JEDNODUCHO!



Všetky tvoje originálne nápady sú iba pozliepané okopírované podnety, ktoré sa ti uložili v podvedomí (nevieš o nich) a keď si teraz niečo z toho podvedomia vyhrabeš, máš pocit, že si vymyslel niečo nové.

Ale nevešaj hlavu, nie je všetko také zlé ako sa zdá. Pretože aj napriek tomuto si môžeme nájsť cestičku, ako sa odlišiť, ako ten náš nápad nejako ozvláštniť a pridať tam kus seba.

Otázkou teda je, chceš byť OVCA alebo ČIERNA OVCA?



KUPÓNY VYHRÁVA KAŽDÝ

Milí párovčania. Po minuloročnom úspechu kartičiek GYMPARTIA, sme si pre Vás pripravili ďalšiu novinku. A ňou sú kupóny Vyhráva každý.

Ako to funguje?

V každom Nezmare si nájdete 1 kupón. Typov kupónov bude viac a vy vopred nevíete aký kupón dostanete. Na kupóne máte napísanú nejakú výhru. Kupóny sú rozdelené do 3 kategórií (navzácnnejšie majú 3 hviezdčky, najmenej vzácne 1).

Kategória "vyhráva každý" 

Kategória "stredné výhry" 

Kategória "VIP" 

Kupón môžete následne využiť na vec, ktorá je na ňom napísaná.

Čo môžete získať v tomto vydaní Nezmaru:

1. Kategórií (vyhráva každý):

* milé pranie, ktoré vám zaručene vyčarí úsmev na tvári

2. Kategórií (menšie výhry):

- * 1 Nezmar zadarmo
- * pustenie v rade do bufetu úplne dopredu
- * kartička p.p Dömoša
- * gastro krúžok ti navarí

3. Kategórií (VIP):

- * byť na hodinu žiakom inej triedy
- * obed pri učiteľskom stole
- * fotka s p.p Melichom

ZRNKÁ MÚDROSTI



- **p.p Mozola:** „Prečo mi to nejde? To je nejaká anarchia techniky.“
- **Žiak:** „Prepáčte nemám učebnicu.“

p.p Melich: „Tak sa na mňa pozeraj, aký som pekný.“

- *Žiak ide odpovedať*

p.p Ostrožlíková: „Pod' sem, bejby.“



- **p.p Borčinová:** „To je skibidi.“
- **p.p Melich:** „Pozerajúc sa na moju výplatnú pásku, uvažujem, že si asi radšej založím OnlyFans.“

- **p.p Husková:** „Keď sa môžu 2 záporné elektróny priťahovať, prečo by to nemohlo platiť aj pre ľudí?“



- **p.p Hudec:** „Idem si zatiaľ potočiť ovocko.“
- *na hodine nejde zapnúť projektor*

p.p Borčinová: „Viete ako na to? Najskôr vypnem, zapnem a potom chytím kladivo.“

- **p.p Húsková:** „Niektorí z vás mali teroristickú chémiu na základnej.“



HOROSKOP



BARAN

BARAN (Aries): Barani a baranice, choďte hlavou priamo vpred, ale nie do steny. Počasie sa pomaly ale isto ochladzuje a príroda zaspáva. Nechodte proti biológii a namiesto ponocovania si hlávku zložte aj hneď po škole.



LEV

LEV (Leo): Levi a levice, otvorte zošity a sadnite za lavice, čaká vás bojové obdobie, no musíte sa k nemu postaviť ako lídri svorky a preniesť sa bezpečne k pokojnejším časom. Ponožky noste vysoké a teplé, od ňoh ide predsa najväčší chlad.



STRELEC

STRELEC (Sagittarius): Lukostrelci a lukostrelkyne, toto obdobie buďte pripravení na veľké zmeny. Šípi mierne mierne vľavo a verte svojej pravde, ktorú sa nebojte zdieľať aj s ostatnými. Novinky musíte vítať s otvorenou náručou.



VÁHY

VÁHY (Libra): Váhy a vážky, otvorte dvere novým skúsenostiam a zatvorte okná pred tuhou zimou. Tento mesiac máte povolené sledovať okolie spod neviditeľného plášt'a a s ružovými okuliarmi na nose.



VODNÁR

VODNÁR (Aquarius): Vodníci a vodníčky, zžite sa s okolitou prírodou a precíťte pokojnú atmosféru spiacej krajiny okolo vás. Do skrinky si nabaľte vankúš a cez prestávku si bez hanby dajte malého šlofíka na lavici.



BLÍŽENCI

BLÍŽENCI (Gemini): Blízki aj bližší, priblížte sa k ostatným a zdieľajte s nimi vašu nesmiernu múdrosť. Láskavo sa na nich usmejte a odporučte im váš obľúbený film, ktorý vám prevrátil život hore nohami. A neváhajte si ho opäť pozrieť aj vy.

BÝK (Taurus): Budte v pozore, nebezpečný iný býk sa možno tvári ako priateľ, no porozmýšľajte, či to tak naozaj je! Vaša odhodlanosť veriť na dobrý koniec vás možno opúšťa, ale stále sa je čoho držať, ste na dobrej ceste! Popri tom skúste svoju tvrdohlavosť sem-tam pripustiť.



BÝK

PANNA (Virgo): Panny a panníci, vy máte obdobie svojho života! Na prvý pohľad sa to možno nezdá, pretože ste si pár vecí uvedomili, no budúcnosť hrá vo váš prospech. Rady na obed budú síce naďalej až po aulu, no vám to nevadí, pretože obedy vám budú chutiť ako nikdy predtým!



PANNA

KOZOROŽEC (Capricorn): Kozorožci a kozorožky, nebojte sa ohraďiť na niečo či niekoho, keď je k vám nespravodlivý. Vaši kamoši vás podporia! Nezabúdajte, že máte okolo seba krásnych ľudí, ktorí mimo ich šarmu skrývajú aj niečo iné – sú verní!



KOZOROŽEC

RAK (Cancer): Raci, račici! Dávajte pozor na vaše emócie, snažia sa vám niečo naznačiť! Inými slovami, skúste si na pár dní oddýchnuť, zoberte si do ruky knihu alebo si radšej znova rewatchnite váš obľúbený seriál. Ale dbajte na svoje známk, polrok sa blíži a ešte je čo opravovať!



RAK

ŠKORPIÓN (Scorpio): Slečny škorpiónky a páni škorpiónovia, nezháľajte a vyznajte jej/mu svoje city! Kedy, keď nie teraz? Romantické rande sa k vám exponenciálne blíži. Ale dávajte si pozor na matematiku, blíži sa ďalšia žhavá písomka!



ŠKORPIÓN

RYBY (Pisces): Vaša trpkosť a utiahnutosť vás môžu najbližšie mesiace dobehnúť, skúste sa viac uvoľniť. Nerozdávajte rady ostatným, keď ste si najmä vy, rybičky, neisté. Ráno miesto energetického nápoja či kávy skúste pre zmenu zelený čaj.



RYBY

REDAKČNÁ RADA

Šéfredaktorka: Tereza Brossmannová (IV.D)

Zástupkyňa šéfredaktorky: Sára Hromcová (VII. OG)

Spolupráca: Mgr. Zuzana Bakalová

Jazyková korektúra: Martina Valentová (I.A), Viktória Ošváthová (I.B), Simona Dolníková (IV.D), Lujza Zuzana Cvičelová (V.D)

Redaktori:

Martina - Martina Valentová (I.A)

Ester - Ester Anna Makovníková (I.A)

5-ka - Petra Majerníková (I.A)

Viki - Viktória Ošváthová (I.B)

Bihány - Branislav Bihány (I.B)

Sofia - Sofia Taračková (I.C)

Izi - Izabela Gombalová (I.E2)

Charlie - Johanna Kucharovič (I.E2)

Eli - Eliška Brossmannová (IV. OG)

Vanda - Vanda Gáliková (V. OG)

Púštny červ - Ema Matušicová (II.A)

Kántor - Jakub Kántor (II.C)

Livi - Livia Brunclíková (II.E)

Dada - Daniela Iványiová (III.D)

Sarena - Sára Tokárová (III.E)

Elšiša - Eliška Penzešová (IV.D)

Taja - Tamara Slobodová (IV.D)

Demyune - Filip Andrásy (IV.D)

Sofia - Sofia Krížová (IV.D)

Goldžino - Kristián Blaženec (V.D)

Martina - Martina Juhászová (V.D)

Grafika:

Martin Cibuľa (I.B)

Lucia Biliková (I.B)

Tatiana Liková (I.C)

Kamila Poláková (I.E2)

Natália Audyová (I.E2)

Sára Tokárová (III.E)

Zuzana Prváková (III.E)

Lea Barborová (III.E)

Filip Andrásy (IV.D)

Katarína Brežná (IV.B)





zdroj: redakcia



zdroj: súkromný archív

Tlač: ARS Spektrum, s.r.o.

Periodicta: Občasník

Vydanie: január 2025

Náklad: 400 ks

Cena výtlačku: 1,50 €

Instagram: @nezmar_gpnr

Mail: nezmar@gpnr.sk



NEZ MAR

ŠKOLSKÝ ČASOPIS GYMNAZIA PÁROVSKÁ 1, NITRA
2. ČÍSLO. ŠK. ROK 2024/2025. 58. ROČNÍK, CENA 1,6€



NEZ MAR

ŠKOLSKÝ ČASOPIS GYMNAZIA PÁROVSKÁ 1, NITRA
2. ČÍSLO. ŠK. ROK 2024/2025. 58. ROČNÍK, CENA 1,6€



NEZ MAR

ŠKOLSKÝ ČASOPIS GYMNAZIA PÁROVSKÁ 1, NITRA
2. ČÍSLO. ŠK. ROK 2024/2025. 58. ROČNÍK, CENA 1,6€



NEZ MAR

ŠKOLSKÝ ČASOPIS GYMNAZIA PÁROVSKÁ 1, NITRA
2. ČÍSLO. ŠK. ROK 2024/2025. 58. ROČNÍK, CENA 1,6€



NEZ MAR

ŠKOLSKÝ ČASOPIS GYMNAZIA PÁROVSKÁ 1, NITRA
2. ČÍSLO. ŠK. ROK 2024/2025. 58. ROČNÍK, CENA 1,6€



NEZ MAR

ŠKOLSKÝ ČASOPIS GYMNAZIA PÁROVSKÁ 1, NITRA
2. ČÍSLO. ŠK. ROK 2024/2025. 58. ROČNÍK, CENA 1,6€



NEZ MAR

ŠKOLSKÝ ČASOPIS GYMNAZIA PÁROVSKÁ 1, NITRA
2. ČÍSLO. ŠK. ROK 2024/2025. 58. ROČNÍK, CENA 1,6€



NEZ MAR

ŠKOLSKÝ ČASOPIS GYMNAZIA PÁROVSKÁ 1, NITRA
2. ČÍSLO. ŠK. ROK 2024/2025. 58. ROČNÍK, CENA 1,6€



NEZ MAR

ŠKOLSKÝ ČASOPIS GYMNAZIA PÁROVSKÁ 1, NITRA
2. ČÍSLO. ŠK. ROK 2024/2025. 58. ROČNÍK, CENA 1,6€