

Malý Hrdina

Afrika



**Ľudovít
Štúr**



Najkrajšie miesta



Drogy

Naj knihy



Trendy leta



TOP 10 faktov o Afrike

1. Európu od Afriky delí iba 14,3 km oceánu. Uvažuje sa o stavbe najdlhšieho mostu na svete.



2. Afrika je domovom najväčšieho zvieratá – Slon a tiež najvyššieho – Žirafa.

3. Niektorí ľudia z južných častí Afriky dodnes používajú nástroje, ktoré boli objavené v jaskyni starej 44,000 rokov.

4. 41% afrických detí od 5 do 14 rokov, sú zapojené do detskej práce.

5. Ľudia v Afrike a Ázii sú nútení prejsť priemerne 6 km, aby sa dostali k vode.

6. V rokoch 1525 – 1866 bolo 12,5 milióna Afričanov zajatých a predaných do otroctva v Amerike.



7. Najnebezpečnejšie zviera v Afrike je hroch.

8. V Afrike hovorí po francúzsky viac ľudí ako v samotnom Francúzsku.

9. Skoro polovica všetkého vyťaženého zlata na svete je z jedného miesta – Witwatersrand v Južnej Afrike.

10. V Afrike existuje pivo, ktoré sa robí z banánov.



Červený kríž

Je medzinárodné hnutie, ktorého cieľom je chrániť životy, zdravie, dôstojnosť a znižovať utrpenie ľudí v núdzi následkom vojen, prírodných alebo technických katastrof a epidémií bez ohľadu na národnosť, pôvod, náboženstvo alebo politický názor postihnutých.

Prvá národná organizácia pod Červeným krížom bola založená koncom roka 1863 v Stuttgarte (Württembergische Sanitätsverein). V nasledujúcich rokoch potom vznikli národné Červené kríže skoro vo všetkých európskych krajinách.



Zakladateľom Červeného kríža bol švajčiarsky spisovateľ **Henri Dunant**, 25. júna 1859 bol svedkom krvavej bitky pri Solferine a na základe svojich dojmov napísal v roku 1862 knihu *Spomienky na Solferino*. Navrhol založenie medzinárodnej organizácie na pomoc raneným vojakom a uzavretie medzinárodnej dohody o ich ochrane.

Základné princípy boli schválené XX. medzinárodnou konferenciou Červeného kríža v októbri 1965 vo Viedni:

- ľudskosť
- nestrannosť
- neutralita
- nezávislosť
- dobrovoľnosť
- jednotnosť
- univerzálnosť - svetovosť



Alex Trubač

Drogy

Drogy sú látky, ktoré sú po vstupe do organizmu schopné zmeniť jednu alebo viaceré jeho funkcie, pričom spôsobujú psychické a fyzické zmeny a vplývajú na centrálnu nervovú sústavu. Drogy sú schopné vyvolať tzv.



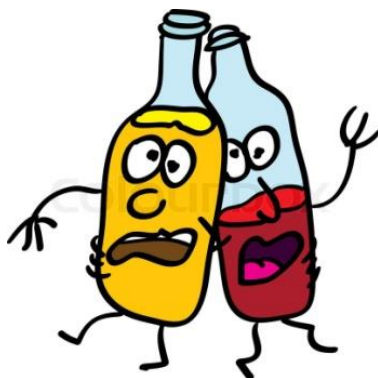
toxikomániou.

Závislosť na drogách vzniká postupne. Táto závislosť môže byť psychická, kedy túžba

po droge vyvoláva pocit uspokojenia; alebo fyzická, pri ktorej organizmus začleňuje drogu do látkovej premeny a neprítomnosť drogy v organizme sa prejavuje abstinenčnými príznakmi. Pri fyzickej závislosti sa musia dávky postupne zvyšovať až môže nastať smrť.

Drogy rozdeľujeme na **legálne** a **nelegálne**. Tie legálne si môžete bežne kúpiť v obchode, ak samozrejme máte viac ako 18 rokov. Ide o alkohol, nikotín (teda cigarety), niektoré lieky a kofeín.

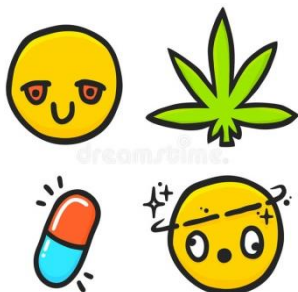
Alkohol obsahuje etanol (jeho obsah v nápojoch je rozdielny) a jeho účinok závisí od hmotnosti človeka a množstva požitého alkoholu. Nadmerné a časté užívanie alkoholu spôsobuje ochorenie pečene a centrálnej nervovej sústavy.



Základnou zložkou **cigariet** je nikotín. Fajčenie spôsobuje srdcovo-cievne ochorenia, rakovinu pľúc, pričom cigaretový dym obsahuje viac ako 4000 nebezpečných látok.

Čo sa týka nelegálnych drog, tie nie sú bežne dostupné. Patria sem konopné drogy, stimulačné drogy, halucinogény a opiáty, ktoré obsahujú látky vážne poškadzujúce ľudský organizmus.

Medzi **konopné drogy** patrí marihuana (usušená konope) a hašiš (živica z konope). Užívanie týchto drog spôsobuje hlad, sucho v ústach, pocit chladu, poruchy pozornosti a pamäti, sebapoškodzovanie, agresivitu, depresívne stavy a deformuje vnímanie času a priestoru.



Stimulačnými drogami sú kokaín (z listov rastliny koky pravej) a pervitín (metamfetamín). Tieto drogy vyvolávajú halucinácie a po účinkovaní spôsobujú bolesti kĺbov, vyčerpanie, depresiu a samovražedné sklony.

Ópium a heroín patria medzi **opiáty**. Ópium sa používa na výrobu morfia a získava sa z makových hlavic. Jednou z najhorších drog je práve heroín, ktorý spôsobuje ťažkú závislosť. Tieto drogy spôsobujú poruchy vnímania, ospalosť, spomalenie dychu a srdcovej činnosti. Pri ich užívaní je veľké riziko predávkovania, nákazy AIDS alebo žltacky.



Ludovít Štúr

Narodil sa 28.10.1815 v Uhrovci. Jeho otec bol Samuel Štúr, ktorý sa živil ako učiteľ a organista.



V roku 1827 odišiel Ludovít Štúr študovať na gymnázium do Rábu. Po absolvovaní dvoch ročníkov v Rábe sa zapísal na evanjelické lýceum v Bratislave. Z predmetov si obzvlášť obľúbil dejepis.

Spomedzi slovanských spisovateľov si vážil diela J. Hollého, J. Kollára, P. J. Šafárika a iných.

Na jeseň 1835 sa Štúr stal podpredsedom Spoločnosti česko-slovenskej. V rámci rozvíjania hlbšieho národného povedomia organizovali členovia Spoločnosti rôzne slávnosti, návštevy a podujatia. Jednou z významných aktivít niektorých členov Spoločnosti bola vychádzka na Devín 24.4.1836.

Na Devíne spomenul Štúr vo svojom príhovore históriu Veľkej Moravy a po odznení básní a piesní si účastníci výletu zvolili k svojmu menu druhé, slovanské meno, ktoré mali verejne používať. Štúr si pridal meno Velislav.

Otázka nastolenia spisovnej slovenčiny sa formovala u Štúra už dlhší čas.

V roku 1846 vydal Štúr Nárečja Slovenskuo alebo potreba písanja v tomto nárečí, v ktorom obhajoval nevyhnutnosť nového spisovného jazyka a v tom istom roku vyšlo jeho jazykovedné dielo Náuka reči Slovenskej, obsahujúce základy novej gramatiky.

V roku 1847 vstúpil Ľudovít Štúr na pôdu Uhorského snemu, ktorý sa konal v Bratislave ako poslanec za slobodné kráľovské mesto Zvolen, aby konkrétnejšie a dôslednejšie obhajoval svoje národné a sociálne postoje.

Na poľovačke v decembri 1855 sa pri pokuse o preskočenie potoka neďaleko Modry nešťastne postrelil do stehna.

Zomrel 12. januára 1856 v Modre ako štyridsaťročný.



Martin Hrádel
Roland Vančo

Najkrajšie miesta na Zemi

1. Zhangye Danxia krajinný reliéf v Gansu, Čína. Tieto neskutočné farebné kopce sú spôsobené kombináciou červeného pieskovca a rôznych nerastných surovín, ktoré na tomto mieste ležia už viac ako 24 miliónov rokov.



2. Domček na strome s hojdačkou na "Konci sveta" v Baños, Ekvádor.

Na hraniciach Ekvádora leží jednoduchý stromový domček s výhľadom na stále aktívnu sopku, ktorá sa nachádza v jeho tesnej blízkosti. Túto hojdačku si môžu vyskúšať len skutoční odvážlivci.



3. Veľká modrá diera, Belize.

Veľká modrá diera je obrovskou morskou priekopou pri pobreží Belize s hĺbkou až 124 metrov. Toto miesto je označované aj za raj potápačov.



5. Ostrov Bora Bora.

Ostrov leží vo Francúzskej Polynézii, znamená v preklade tiež prvorodený ostrov. Nachádza sa tu jedna z najkrajších lagún sveta s nádhernou tyrkysovou vodou. Bora Bora je tiež nazývaná perlou Polynézie, ktorý obklopujú korálové ostrovy.



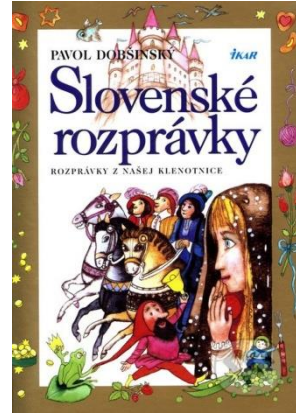
Natália Toráčová
Sabina Poturicová



Najlepšie knihy

Slovenské rozprávky

Ponúkajú výber tých najkrajších slovenských rozprávok, zozbieraných medzi obyčajným ľudom, o čo sa postaral Pavol Dobšínský, slovenský spisovateľ, zberateľ a vydavateľ ľudových rozprávok. Prvýkrát boli Slovenské rozprávky vydané počas rokov 1880-1883 pod názvom Prostonárodné slovenské povesti. Zaujímavosťou je, že druhé vydanie ilustroval známy slovenský maliar Martin Benka.



Malý princ

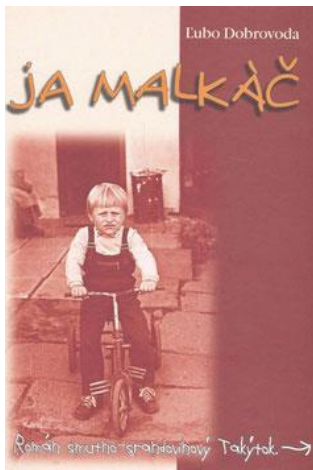
ANTOINE DE SAINT-EXUPÉRY

Malý princ



Nesmrtelná rozprávka pre deti, ale najmä dospelých stále pripomína čitateľom a čitateľkám, že tie najlepšie veci v živote sú najjednoduchšie a najväčšie bohatstvo spočíva v obetovaní sa pre druhých. Dielo jeho autor Antoine de Saint-Exupéry napísal vysokým literárnym štýlom, ktorý nie je prístupný všetkým deťom. Saint-Exupéry svoju knižku s čistým detským pohľadom na svet venoval priateľovi, veď všetci dospelí boli najprv deťmi.



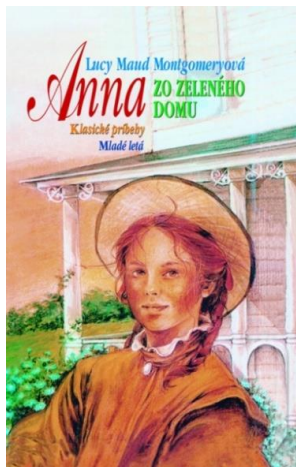


Ja, Malkáč

„Román smutno - srandovný“, debut Ľuba Dobrovodu, si získal srdcia mnohých čitateľov a čitateľiek a bol označený za jednu z najzábavnejších kníh slovenskej literatúry tretieho tisícročia. Divadelnú hru na námety knihy neuviedli len na Slovensku, ale aj v Česku. Ľubo Dobrovoda po Ja malkáč napísal ďalšiu knihu s názvom Ja veľkáč.

Anna zo zeleného domu

Kto by si nepamätal na Annu zo zeleného domu, sirotu, ktorú si adoptovali jednoduchí vidiečania, súrodenci Marilla a Matej Cuthbertovci. Temperamentná Anna, s bohatou fantáziou a predstavivosťou spôsobí Marille a Matejovi spočiatku veľa starostí svojimi nevedomými výčinmi, no napokon majú z nej radosť, ich život dostane nový zmysel a čoskoro si ho už bez Anny ani nevedia predstaviť.



Viktória Lovászová
Simonka Vörösová



Pravidlá etikety



Poznáš základné zásady zdravenia?

- na pracovisku zdraví podriadený svojho šéfa,
- inak zdraví muž ženu a mladší staršieho,
- prvý zdraví ten, kto vojde do miestnosti,

- zdravte nahlas a zreteľne,
- pri pozdrave sa pozerajte do očí a usmejte sa.

A ako to je pri podávaní rúk?

- stisk ruky má byť pevný a má trvať najdlhšie sekundu,
- ruky sa nepodávajú cez prekážku (napríklad stôl),
- keď si podávate ruky v skupinke, nikdy nie „do kríža“,
- muž pri podaní ruky vždy stojí. Pokiaľ sedí, musí vstať,
- žena pri podávaní ruky môže sedieť, avšak keď sa zdraví so starším mužom, vstane,
- komu sa potia ruky, by mal so sebou nosiť vreckovku, ktorou si vlhké ruky pred samotným podaním rúk nenápadne utrie.



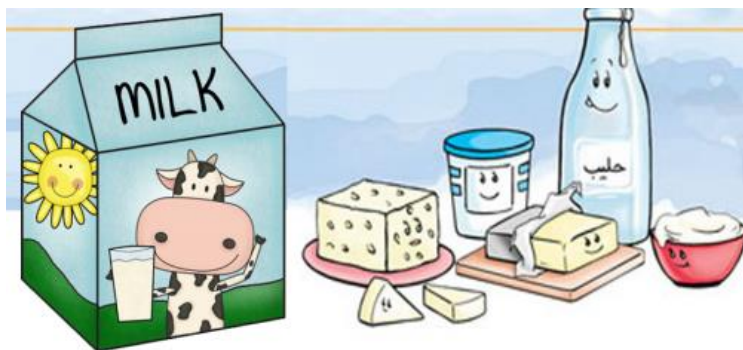
Aj taká návšteva kina alebo divadla má svoju etiketu:

- žena má sedieť po pravici muža, pokiaľ jej to nie je nepríjemné,
- ak sú dva páry vedľa seba, uprostred sedia ženy (pri sebe),
- v kine nahlas nechrumeme ani si neužívame intímne chvíľky,
- v divadle nahlas nekomentujeme a neodchádzame (ani v kine) pred ukončením predstavenia/filmu,
- ak prídeme neskoro, počkáme na prestávku alebo slušne a nehlučne si sadneme na miesto,
- do radu vstupujeme čelom k ostatným, muž ako prvý, potom žena, ktorá si sadne po pravici,
- pri skladaní kabátov muž pomáha žene, pri obliekaní rovnako.



Francesco Lenčes
Matúš Rábek

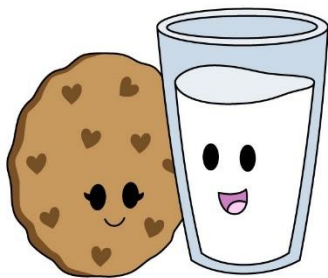
PREČO BY SME MALI PIŤ MLEIKO ?



Mlieko a mliečne výrobky by mali byť súčasťou tvojho jedálneho lístka. Obsahujú ľahko stráviteľné bielkoviny, tuky a množstvo vitamínov a hlavne vápnik, ktorý ti nielen spevní kosti a zuby, ale aj svaly a pozitívne pôsobí na nervy. A tu sú ďalšie dôvody, prečo by si mal piť mlieko:

1. Ochráni ti zrak

Jeden liter mlieka ti zabezpečí potrebnú dennú dávku vitamínov, ktoré sú dôležité pre tvorbu červených krviniek a fungovanie nervového systému. Zásobí ňu aj vitamínom A, dôležitým pre ochranu zraku, slizníc a odolnosti proti infekciám. Vďaka nej budeš mať vyššiu výkonnosť a budeš plný energie.



2. Bielkoviny ti znížia tlak

Mlieko a mliečne výrobky obsahujú vzácne mliečne bielkoviny. Kyslomliečne výrobky (tvaroh, jogurt, kefir) blahodarne pôsobia na činnosť žalúdka, čriev a zlepšujú imunitný systém.

Syry navyše obsahujú mliečne bielkoviny peptidy, ktoré zabraňujú vzniku trombózy a pomáhajú znižovať krvný tlak.

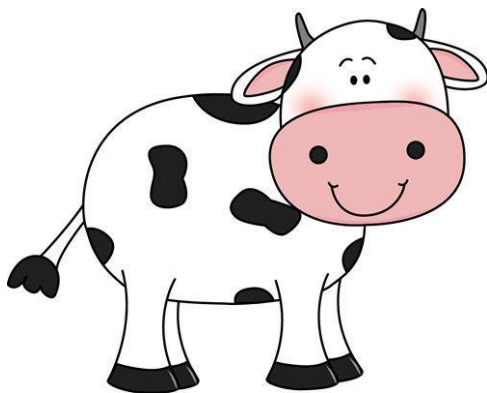
3. Nemusíš sa báť kil navyše

Súčasťou tvojej stravy by určite mal byť aj mliečny tuk. Je ľahko stráviteľný, má vysoký obsah mastných kyselín, z ktorých je asi jedna tretina nenasýtených. Práve tieto kyseliny pozitívne pôsobia na cievny systém. Bojíš sa, že mliečny tuk v strave ti pridá zopár kil navyše? Žiadny strach. Tenká vrstva masla na chlebe a konzumácia mliečnych výrobkov s nižším obsahom tuku ti kilá v žiadnom prípade nepridajú. Mlieko navyše obsahuje jód, ktorý aktivuje látkovú premenu a draslík. Nedostatok draslíka spôsobuje spavosť, nižší krvný tlak a poruchy rytmu srdca.



4. Dodá ti energiu

Dôležitý pre tvoje zdravie je aj mliečny cukor. Najvýznamnejším sacharidom mlieka je laktóza, ktorá je ľahko stráviteľná a je výborným zdrojom energie. Priaznivo ovplyvňuje reguláciu telesnej teploty, pôsobí na činnosť čriev a pomáha vstrebávať minerálne látky, akými sú vápnik, fosfor a horčík.



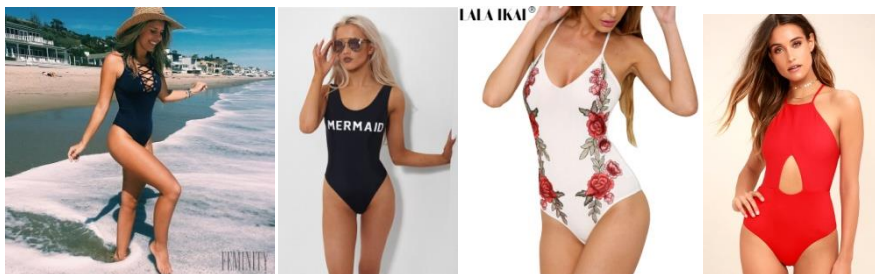
Letné trendy

Kreatívne uviazané šatky



Šatky na krk sa nosia už všade, len nie na krku. Ženy si ich uväzujú na kabelky, ruku či na kotník.

Celé plavky



Celé plavky tento rok pred tými dvojdielnymi vyhrávajú na celej čiare. Tu je dôkaz: vyhľadávanie celých plaviek sa zvýšilo o 143 %.

V TIPY



"Kúpil som ti niečo na krk, drahá." hovorí muž svojej žene.



"Náhrdelník?" teší sa manželka.



"Nie."

"Zlatú retiazku?"



"A čo je to teda?" vyzvedá žena.

"Mydlo, drahá!" vraví muž.



V kupé vo vlaku:



„Pani, prosím Vás, nech ma Váš synáčik nenapodobňuje!“



„Nerob zo seba somára Jožko“



Ocino, chcel by som pomôcť jednému starčekovi.



Dáš mi na to päť korún?

-Pravdaže synak, to je od teba veľmi šľachetné

Tu máš dvacku.



A kde je ten úbohý starček?

-Tamto na rohu. Predáva zmrzlinu.



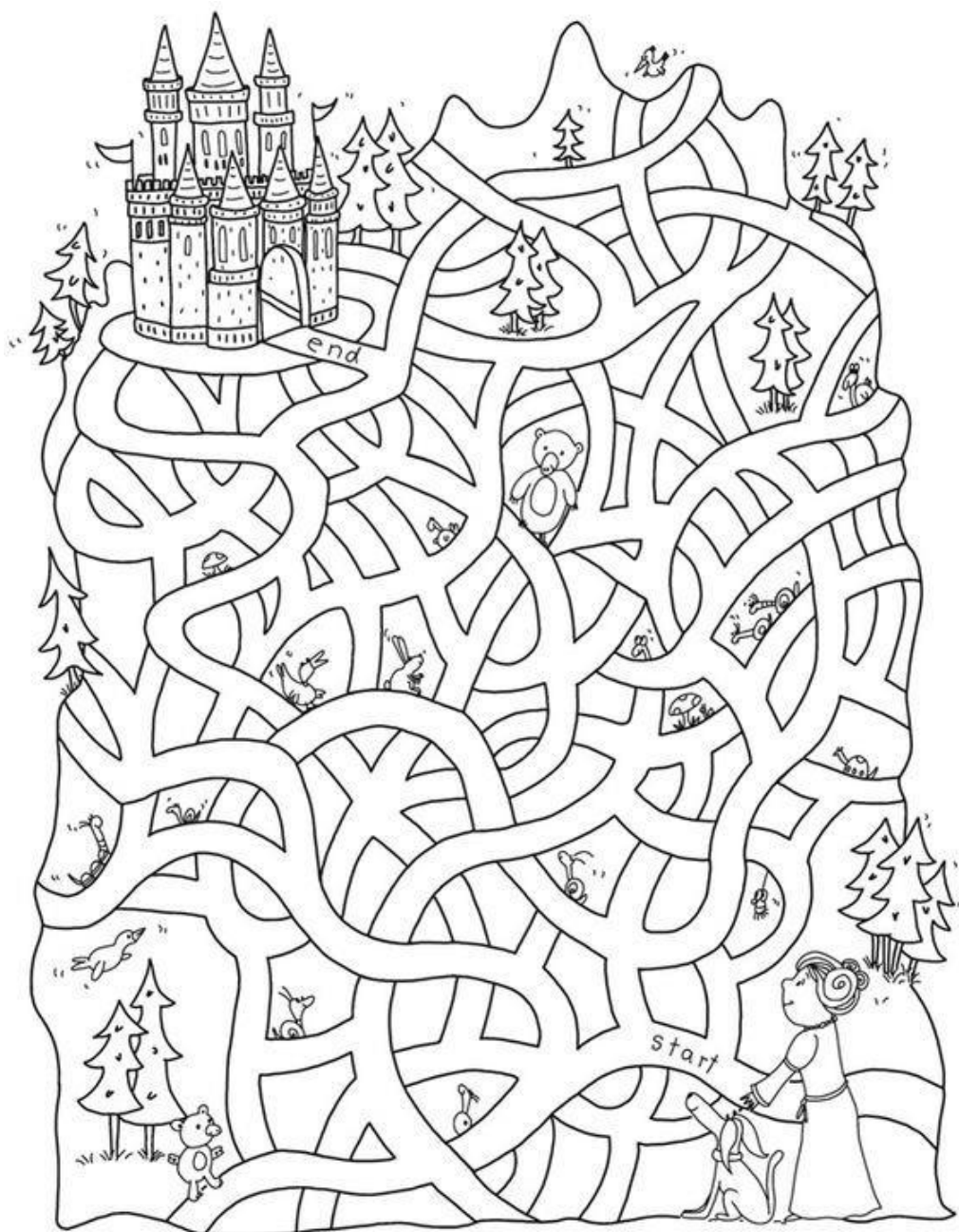
- Mama, napucho! mi prst.

- Ako vieš?

- Nevojde mi do nosa.



Nájde princezná cestu do zámku?



Nestresuj sa zo známok a vyfarbi si omalovánku.





Časopis Malý Hrdina

3. vydanie, jún 2018

Zodpovedná redaktorka:

Katarína Lencsésová

Zostavili žiaci 8. ročníka

Základná škola Horná Kráľová

