

Ádý 2012. Február

A lehetlent elintézzük, a csodát meg lehet várni és holnaptól varázsolni is fogunk.

Ádýsokk

Gondolatébresztő

Kedves Olvasók!

Új év, új élet, új témák, új cikkek. Megjelent az iskolaújság első 2012-es száma, melyben számtalan érdekes, tanulságos cikket olvashattok. Az újév rengeteg izgalmas feladattal vár bennünket, engem legfőképp az iskolaújság főszerkesztői munkájával. Ez a pozíció sok nehézséget és megterhelő agymunkát vár, de nagyon szívesen fogtam hozzá, és minden energiámat erre összpontosítva vágtam bele. A főszerkesztőváltásnak olyan oka van, melyre az egész iskola büszke lehet, Csató Viktória az Ady Endre Gimnázium 10.b osztályos tanulója az U18-as női hoki válogatottal képviselte hazánkat a világbajnokságon, ahol kiemelkedő teljesítményt nyújtottak, és az élmezőnybe kerültek. Ehhez gratulálunk, de sajnós Viki így nem tudja folytatni az intenzív újságírást. Az új újsággal kívánok mindenkinek sikerekben gazdag, eredményes évet!

Mendrey Zsófi 10.b

Tartalom

Hírmorzsák 3.

Hírfalatkák 4.

Csillagaink 5.

NEKTEK~6-7.

Szerintem... 8-9

Lélekfolyosók 10;12

Szösszenetek 11.

Szalagavató 13-14.

Teszt 15.

Akik homlokon... 16.

Mozdulj! 17.

Horoszkóp 18-19.

Ti írtátok 20-23.

Vicc 23.

Just do it 24.

"A lehetetlen csupán egy nagy szó, amellyel a kisemberek dobálóznak, mert számukra könnyebb egy készen kapott világban élni, mint felfedezni magukban az erőt a változtatásra. A lehetetlen nem tény. Hanem vélemény. A lehetetlen nem kinyilvánítás. Hanem kihívás. A lehetetlen lehetővé teszi. A lehetetlen múlt pillanat. A lehetetlen nem létezik."

Főszerkesztő: Mendrey Zsófi

Segédszerkesztők: G. Zsigmond Orsi, Haas Andrea

Lektorálta: Proksza Ágnes, Vámos Violetta

Stáblista: Bui Gábor, Bada Bea, Berki L. Bence, Csató Gábor, Demény Zsuzsanna, Dörner Enikő, Fata Orsolya, Gergye Szilvia, Grád András, G. Zsigmond Orsi, Haas Andrea, Körmendi István, László Ádám, Mendrey Zsófi, Mish Attila, Óze Fanny, Piszker Barbara, Vámos Violetta, Wigh Viki, Karmia, Móka Miki

Hírmorzsák

Február 3-án pénteken iskolánkban újra megrendezésre kerül a Denevér Derby nevezetű rendezvény, ahol egész éjszaka különböző sportversenyeken mérettethetitek meg magatokat. Kezdeképpen két szobában játszhattok, beugrót, illetve activityt, később pedig a korábbi nevezésekhez igazodva megkezdődnek a meccsek. Például: röplabda, foci, kötélmászás, függeszkedés és fekve nyomás. Sikeres szereplést kívánok mindenkinek!

Iskolánk idén ünnepli fennállásának 25. évfordulóját, ezt a február 13-án hétfőn, 17:00 órakor kezdődő gála koronázza meg. A gálára minden tanulónak kötelező jegyet venni, így hát érdemes eljönni is, ne menjen kárba. Rengeteg érdekes műsorszámot tekinthetünk meg, verseket hallgathatunk a drámások előadásában, különböző szóló-énekes produkcióknak lehetünk tanúi, gyönyörködhetünk újra a szalagavatón bemutatott keringőben és palotásban, ráadásul egy újonnan felkapott, GRAVITY OFF nevű zenekar is játszik néhány számot iskolánk évfordulójának tiszteletére, melynek tagjai mind a sulinkba járnak. Az előadások színhelye a XIII. kerületi RAM Colosseum. Jó szórakozást!

A STUDIO ITALIA Olasz Utazási Iroda egy pisai utazást kínál számunkra. Négy hetes nyári nyelvtanfolyam, melynek két turnusa van. Júliusban, illetve augusztusban. Az utazás a WIZZAIR közvetlen járataival történik. Érdeklődni lehet a 06-1-319-9040-es telefonszámon, illetve a pisa@studioitalia.hu e-mail címen.



Hírfalatkák

Valami új és nagyszerű



Az előző félévben még annyira nem aggasztott az a kérdés, hogy vajon mit takarhat a kortárs foglalkozás. Mire jó? Egyáltalán mi értelme van ennek? De aztán egyre többet hallottam róla innen-onnan, kicsiktől - nagyoktól egyaránt, ezek csak pozitívumok. Hazudnék, ha azt mondanám, hogy nem keltette fel az érdeklődésem. Véletlenek márpedig nincsenek, ugyanis osztályfőnököm, Drexler tanárnő éppen engem jelölt ki erre a feladatra. Örömmel vállaltam. Számomra a legelső összejövetel január 17-én volt. Először kedvesen üdvözölték az új tagokat, majd miután átestünk a bemutatkozásra, rátértünk a gyűlés valódi okára. Két vendégszervezet volt hivatalos, az

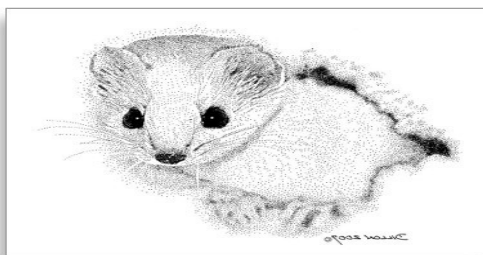
Uccu Alapítvány és a Messzelátó Egyesület. Az érdekesebbnél érdekesebb témák hosszabb boncolgatása után, a roma és a nem roma fiatalok közötti kapcsolatokról adhattam interjút a Kossuth rádió munkatársának. Rövid szünet következett majd két francia diáklánnyal ismerkedtünk meg, akik a Messzelátó Egyesületet képviselték. Nagyon érdekes, környezetvédelmi témákról társalogtunk angol nyelven. Remélem megfelelek az elvárásoknak és munkámmal nagyban tudom majd segíteni a kortárscsoport munkáját.

Dörner Enikő 9.dny

Sikerés nyestbefogás az Adyban

Szokatlan vendég látogatta iskolánkat: egy fiatal nyest. Szeretett a könyvtár mögötti zárt udvaron tartózkodni, ahová az ereszcatornán keresztül jutott be. Ugyanerre távozott is, ami nem kis teljesítmény. Érdekes, hogy nem kerülte az embereket, mint egy „normális” nyest, hanem kereste a társaságukat. Felhívtuk az Állatkertet, ahol nagyon kedvesen megígérték, hogy kijönnek. Mire délután megérkeztek, a nyest már távozott az udvarból. Megígérték, hogy délután hoznak egy élve fogó csapdát, hogy befoghassuk az állatot. De a nyest felgyorsította a folyamatot: dél körül bejött az épületbe valamelyik nyitott ablakon keresztül. Némi kergetőzés után sikerült beterelni őt egy lányvécébe. A mellékhelyiségét lezártuk, értesítettük az állatkerti gondozókat az új helyzetről. Ők kb. két órákor ismét megjelentek, hogy befogják a most már elég rémült kis állatot. Éljen boldogan, Adys nyest! Te voltál az első nyest, aki járt gimnáziumba!

Frekot Erika



Csillagaink

Bizonyára már többen felfigyeltek rá, hogy a bejövő osztályok egyikében egy nem mindennapi személy kezdte meg középiskolás tanulmányait iskolánkban. Ő Bognár Krisztián 9.b osztályból. Hobbyja a bűvészkedés, erről faggattuk.

M.Zs.: Mióta bűvészkedsz?

B.K.: Már egészen kiskorom óta érdekel a bűvészet, de komolyan csak 3 éve foglalkozom vele.

M.Zs.: Hol láttad először? Mi kedveltette meg veled?

B.K.: A tv-ben láttam egy bűvészt, aki nagyon ügyes dolgokat csinált, ő Hajnóczy Soma volt, aki mostanra a bűvészet világbajnoka lett, és szeretnék az ő nyomdokaiba lépni.

M.Zs.: Ő a példaképed?

B.K.: Mondhatjuk így is, mostanra egész jó barátok lettünk, ő és a tanárom, Molnár Gergely készítene fel a 2015-ös világbajnokságra, ha minden jól megy ki tudok menni rá.

M.Zs.: Világbajnokság? Ez hatalmas megmérettetés, főleg ilyen fiatalon...

B.K.: A világbajnoksághoz még meg kell nyernem számos kisebb versenyt. A következő az olasz bűvészkлуб versenye, melyet minden évben megrendeznek, idén 128. alkalommal. Akik ott nyertek a legtöbbjük később világbajnok lett.

M.Zs.: Hogy érzed? Jó esélyekkel indulsz?

B.K.: Mára már két és fél éve dolgozom a műsoromon, ami 10 perces. Kicsit furcsán hangozhat, hogy valaki két és fél évet dolgozik 10 percen, de hát ez az én életem. Eddig is elég sok versenyen indultam.

M.Zs.: Általában az élmezőnyben vagy?

B.K.: Egy alkalom kivételével mindig benne voltam az első háromban.

M.Zs.: Ez gyönyörű teljesítmény! Szoktál izgulni a fellépéseid előtt?

B.K.: Köszönöm. Eleinte nagyon izgultam, de mikor sokadszorra lép fel az ember nagyközönség előtt már inkább élvezi, minthogy stresszelje magát.

M.Zs.: A bűvészkedésnek köszönhetően nagy ismeretségre tehetsz szert, ez az iskolában is így van. Az új kapcsolatok kialakításán kívül alkalmazod még az ilyesfajta tudásodat a magánéletben?

B.K.: Én úgy gondolom a bűvész nem csak a színpadon bűvész, hanem mindig, a civil életben is. Aki már kicsit is tud bűvészkedni, az rájött arra, hogy ezzel jól lehet csajozni is. :P De persze nem csak ebben. Hanem valahogy az ember sokkal nyíltabb lesz mások felé. Engem a bűvészet „nyitott ki”. A régi iskolámban csak egy csendes, visszahúzódo gyerek voltam és alig beszéltem, de akik most ismernek ezt talán el sem hinnék rólam.

M.Zs.: Valóban hihetetlenül hangzik. Most feltűnő és szokatlan jelenség vagy, nem mindennap találkozol az ember bűvésszel. Mít reagálnak erre a társaid?

B.K.: Kezdetben, mikor kiderül akkor furcsának találják, épp ezért mert nem sok bűvész szaladgál az utcán, sajnos az emberek nem ismerik a mai modern bűvészetet, leragadtak Rodolfónál, és én szeretném ezt megmutatni nekik, ez a legfőbb célom, szeretném, hogy minél több ember megismerje ezt általam. Azért, hogy ezt meg tudjam valósítani, szükségem van a világbajnoki címre. De visszatérve a kérdésre furcsának találják, mert nincsenek tisztában azzal, hogy mi is a bűvészet. Amikor megmutatom az első trükköt egyből meglepődnek és meglátom a szemükben azt a bizonyos csillogást, és onnantól már érzem, hogy sinen vagyok.

M.Zs.: Szerintem a mi iskolánk teljesen nyitott a hobbydra, és izgatottan várjuk az új fejleményeket. Az eddigi eredményeidhez gratulálunk, a továbbiakhoz pedig sok sikert kívánunk.

B.K.: Köszönöm!

Mendrey Zsófi 10.b

NEKTEK~ Eljött az idő, hogy beszéljünk róla

Példakép(pen)

Amikor egy kislány figyeli, ahogy édesapja megszereli az autóját, utánozni akarja. Kezébe veszi a szerzőcséket és eljátssza, hogy ő is megjavítja a gépjármű motorját. Amikor egy kislány látja, ahogy édesanyja készíti az ebédet, gondos mozdulatokkal kavargatja és kóstolja a levest, utánozni akarja, kezébe veszi a fakanalat, az üres edénybe belemártja és hevesen kalimpál vele.

Már kiskorunkban szükségünk van arra, hogy valaki „útba igazítson”, helyes irányba terelje az életünket. Ezt a követési igényt ösztönösen érezzük. Eleinte a szülők és rokonok köréből választjuk a felkínálkozó példaképet, később már kinyílik a szemünk és önállóan helyezünk magunk elé olyan közéleti személyiségeket, kiknek cselekedeteit követendőnek tartjuk, legyen az színész/nő, énekes/nő, festő, költő, író, esetleg barát/nő. Felfedezzük munkásságuk értékét és mi is szeretnénk azonosulni velük. A mintául választott személy keresése szükséges az emberi lét fejlődéséhez, a kiegészülés folyamatához. Többszörösen vitatott kérdés, hogy a gyermekek mi alapján választanak eszményképet, de két közös, jellemző szempont minden korosztály esetében megtalálható: a biztonságérzet keresése és megvalósításának igénye. Akarva és akaratlanul is számunkra értékeket képviselő, érdekes embereket, viselkedési normákat igyekszünk példának venni, amelyek életünk végéig, még ha tudat alatt is, befolyásolják további döntéseinket, erkölcsünket és világgépünket.

Bada Bea 12.b

Elég érett vagyok?

Érettségi. Aligha az érettséget méri, sokkal inkább a tudást. Ez sok embernek kedvező, hiszen sokan sokkal okosabbak, mint amilyen érettek.

4, 5, illetve 6 éve hallgatjuk mennyire iszonyatosan fontos ez és kedves tanáraink, és még inkább a szüleink mindent megtettek, hogy ráparázzunk. E mellett persze a lehető legjobban fel is készítettek, természetesen képességeinkhez mérten, ami leginkább hozzáállás kérdése.

Ha egy gimnáziumos gyerek meghallja az „érettségi” szót, biztosan kicsit összerándul a gyomra, vagy legalábbis bizonytalansággal tölti el a közeledő vizsga. Szerintem legtöbb esetben túlértékeljük mind a súlyát, mind a nehézségét ennek a hatalmas megpróbáltatásnak. Ami teljesen jogos, hiszen mindenhol csak azt halljuk, hogy az érettségi mennyire nagyon fontos szerepet játszik a jövőnkben. Nem gondolnám, hogy túlzottan stresszelni kéne emiatt, a dolog titka, hogy tanulni kell. Akkor nem érhet meglepetés.

Simaliba.

László Ádám 13.dny

NEKTEK~ Eljött az idő, hogy beszéljünk róla

A bugyuta ajándékok ünnepe

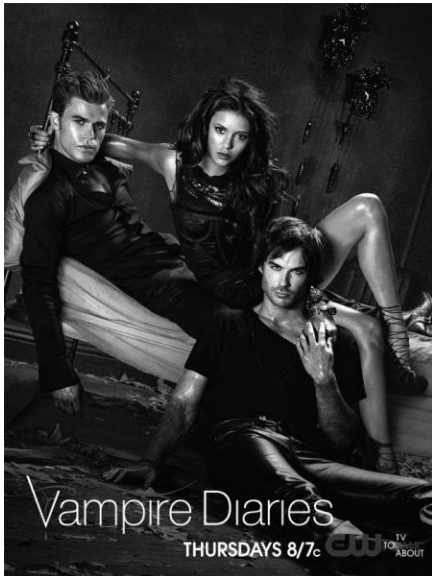
Aktuális téma lesz hamarosan a Valentin nap, azaz a szerelmesek napja. Bevallom, ilyenkor kicsit sajnálom a Bálintokat és a Valentinákat, mert senkit sem érdekel a névnapjuk. Valentin napon mindenki nagyon szereti a másikat, és rózsaszín ködfelhő vesz minket körül. Lássunk néhány kihagyhatatlan dolgot, amivel Valentin nap közeledtével tele vannak a boltok, plázák és persze a mi fejünk is. Piros rózsza, szívecske alakú süti és különböző bon-bonok, széttörhető szíves kulcstartó, közös kép-pel ellátott bögre, párna, póló stb., csöpögős képeslap, illatos (büdös) gyertyák, erős utalást tartalmazó fehér neműk, fényképalbum, ékszerek és a kihagyhatatlan parfüm. Biztos mindannyian kaptatok vagy adtatok már legalább egy hasonló vagy ugyanilyen ajándékot. Na de mi van ilyenkor azokkal, akik nem tudják kivel tölteni ezt a romantikus napot, vagy azokkal, akik nem szeretik ezt az ünnepet? Depresszióba esnek már csak a gondolattól is vagy ugyan olyan napként kezelik, mint a többi? Én abba a táborba tartozom, akik magasról tesznek arra, hogy azon a napon mi is történik. Nem esem depresszióba és nem rohanok plüssst venni senkinek. Persze nem ítélem el azokat sem, akik szívecske alakú párnák között, szerelmükkel töltik a kérdéses estét. Azokat viszont sajnálom, akik emiatt mély depresszióba zuhannak, és nem tudják mit kezdjenek magukkal, mert igen.. ilyen is van. Az is kérdéses számomra, hogy melyik nem tartja fontosabbnak ezt a napot. Talán az lehet erre a válasz, hogy a fiúk reszortja, hogy eltervezzék az estét, és ajándékkal lepják meg kedvesüket. Tehát a fiúk több figyelmet fordítanak a tervezgetésre és a kivitelezésre, mint a lányok de mégis nekünk fontosabb, hogy a Valentin nap meghitt és romantikus legyen, mert ilyenkor egy kicsit mesebeli hercegnőnek vagy más fiktív személynek érezhetjük magunkat. Az is érdekel, hogy azok, akik nem szeretik a Bálint napot, azok miért nem szeretik. Erről még soha nem kérdeztem meg senkit, legfőképpen azért, mert akiket ismerek azok nagyrészt szeretik a Valentin napot de ha magamat kéne kérdezniem erről, akkor a válaszom nagyjából ez lenne: én azért nem ünneplem ezt a napot, mert nem tartom fontosnak, hiszen ha szeretjük azt, akivel együtt vagyunk, akkor minden nap szeretjük, és nem csak Február 14-én. Persze ha azt nézem, hogy van „öltözz ki nap”, „ölelés nap”, „szandál zoknival” nap stb. stb., akkor megértem, hogy ennek is kell egy ünnep, és el is fogadom, csak számomra ez semmitmondó. Kicsit hasonlít a karácsonyra, mert az is a szeretet ünnepe, na de minden nap szeretjük a családunkat és nem csak azon a 2-3 napon, de hát mint mindenben, a karácsonyban is és a Valentin napban is van szépség, és mindig lesznek olyanok, akik elutasítják és olyanok is, akiknek a kedvenc ünnepük lesz. Ez úton is kívánok minden szerelmesnek és szerelem nélkülinek boldog, békés, sikerekben, plüssmackókban és vörös rózsákban gazdag húsvétot.

Haas Andrea 10.b



Szerintem

Vámpírnaplók



A Vámpírnaplók egy tipikus szerelmi háromszögről szóló tévé - és könyv sorozat is egyben. A szerelmi háromszög két vámpír Stefan Salvatore és bátyja Damon Salvatore ,valamint az emberlány, Elena Gilbert között játszódik. Persze ebből a történetből sem maradhatnak ki a veszélyes jelenetek.

Elena sohasem hitt a régi rémtörténeteknek, amik Mystic Fallsot beárnyékkolták, majd az élete fenekestül felfordult, amikor két vámpír is érkezett a városba, beleszeretett Stefanba, akit először a gimnáziumban látott meg. A főhősnő állandó veszélyekbe keveredett, amikből mindig valami furcsa módon sikerült őt megmentenie Stefannak kell mindig kihúzni. Stefan állandó akadályokba ütközik, amiket a legtöbbször a rossz fiús bátyja Damon állít az útjába. A két vámpír sokban különbözik egymástól, például Stefan nem iszik embervért csak állatit, és próbálja megőrizni emberségét, míg Damon csak emberi vért iszik és ő próbálja jobban és jobban elnyomni a még megmaradt érzelmeit. Elena és Stefan szerelmét bonyolítja még a lány legjobb barátnője Bonnie,

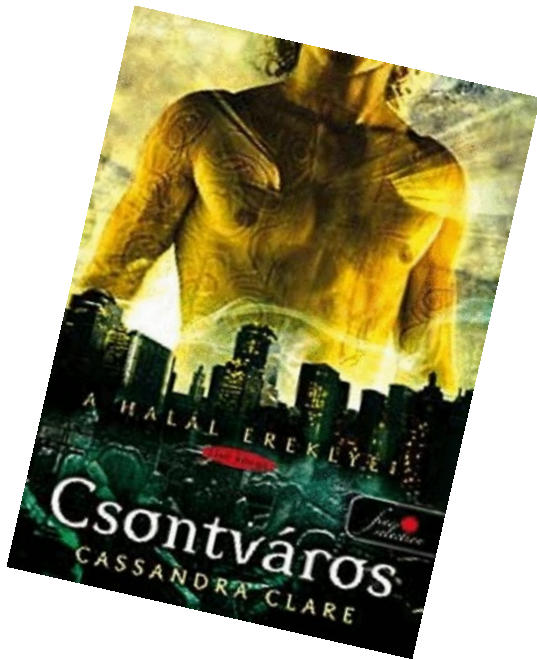
akiről kiderül, hogy boszorkány és nem szereti a vámpírokat. Szerelmüknek nem tesz jót az sem, hogy a történet elől ehaladtával Damon is beleszeret a lányba, és bár próbálja titkolni a végén mindent, elárulnak a tettei. Magyarországon a második évadig láthattuk, és valószínű, hogy nyár eleje, közepe felé kezdik el adni a 3. évadot ami Amerikában már megy és ott már a 12. résznél tartanak. Én már nagyon várom a folytatást, nektek is igazán ajánlom!

Piszker Barbara 10.b

A végzet ereklýéi

Nagy Twilight rajongó lévén, miközben olyan kommenteket olvastam az interneten, hogy ez a sorozat sokkal jobb, kicsit elfogultan kezdtem bele a sorozat első kötetébe, a *Csontvárosba*. De ez gyorsan elmúlt, mert magamnak is be kellett vallanom, hogy ezek a könyvek bizony tényleg túltesznek mindenben, amit eddig olvastam. Gyorsan letudtam a *Hamuvárost* és az *Üvegvárost* is és már a nemrég megjelent *Bukott angyalok városát* is magam mögött tudhatom. A történet egy Clary nevű New York-i lány köré épül, aki megtudja, hogy édesanyja árnyvadász (a feladatuk a démonok megölése) volt és, hogy az élete nem is olyan hétköznapi, mint hitte. Ez így eddig egy eléggé tipikus történetnek tűnhet, és ha jobban belegondolok talán az is. A lány, akinek egy nap megváltozik az élete, aztán szerelmes lesz, elveszíti, majd később persze visszakapja a legjobb barátját, blabla... És ha belegondolok mégsem annyira tipikus: kiderül, hogy a halottnak hitt apja valójában él és virul, sőt ő a fő gonosz, kiderül, hogy a legjobb barátja szerelmes belé és kiderül, hogy a fiú, akibe ő szerelmes nagy valószínűséggel a bátyja. Mindezek közben ezekben a könyvekben marad hely az akciónak, izgalmaknak és még a horroroknak is. Személy szerint nekem azért is tetszik jobban, mint például az *Alkonyat*, mert itt nem E/1 személyben van leírva a történet, így minden szereplő érzését és gondolatát megismerhetjük. Sokkal több szemszögből élhetjük át a történéseket. Ezzel szemben az izgalmak nem vesznek el. Mindennek pont ott és pont akkor lesz vége, amikor már a legjobban izgunk, és a legkíváncsibban vagyunk, hogy vajon mi lesz a folytatás. Többek között ezért is lehetetlen az egész sorozat.

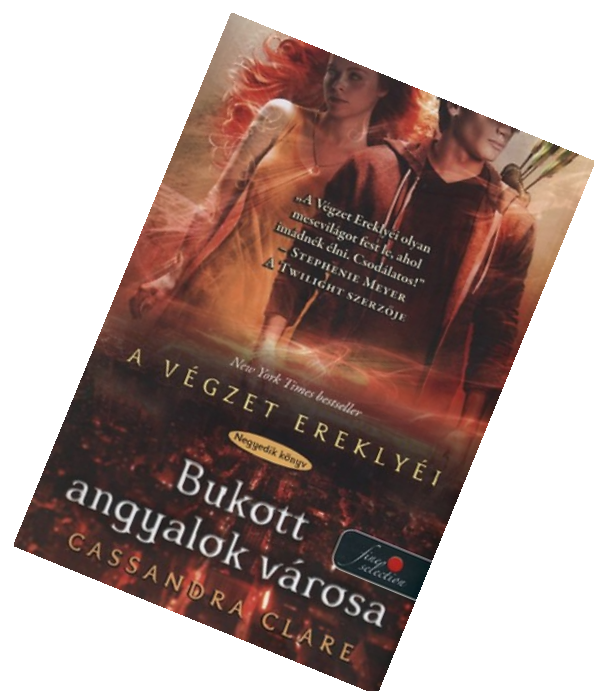
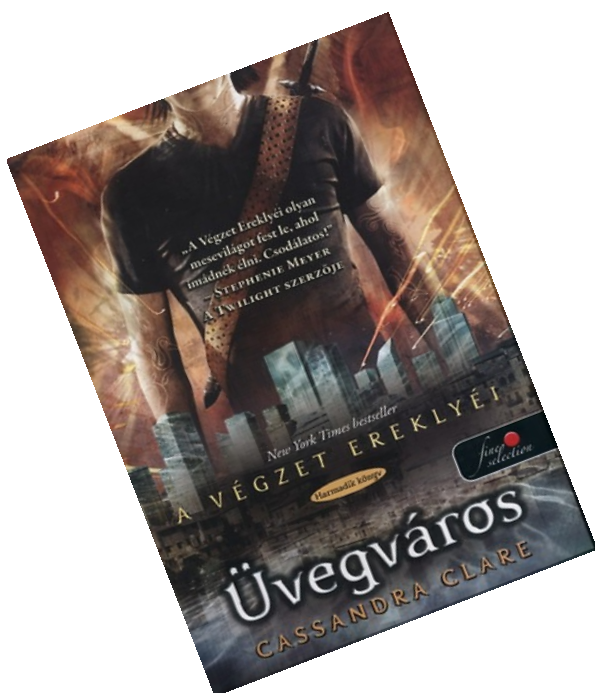
Szerintem



Infernal devices

Ezek a könyvek (Clockwork Angel, Clockwork Prince) is a sorozathoz tartoznak, mégis külön sorozatot alkotnak. Magyarul még nem jelentek meg és sajnos még én sem olvastam őket, de a végzet erekllyéiben leírtak előzményeit találjuk bennük szóval valószínűleg ezek is hasonlóak. (A könyv-elleneseket megnyugtatom, lesz film...)

Óze Fanny 10.b



Lélekfolyosók

Újév

Ismét egy munkával teli, bizonyos fokig sikerekben gazdag évet hagytunk magunk után, amely egyfajta lezárásnak is tekinthető. Most, hogy az új év kezdetét vette, el kell hagynunk a magunkban hordozott negatív élményeket, és csak a pozitív dolgokra szabad koncentrálnunk, hogy tovább léphessünk. Ha az újévre is áthozzuk a bennünket ért sérelmeket, az jelentősen csökkentheti a teljesítőképességünket. Nem szabad a múltban élni, csak és kizárólag a jövőre kell koncentrálni! Érdemes elgondolkozni a továbbtanulást illetően, hogy mely tárgyak irányába orientálódunk, s melyek azok, amelyekben javulnunk kellene. A félévi bizonyítvány az idáig elért teljesítményeinket mutatja, amely nem minden esetben tükrözi a tőlünk elvárható teljesítményt. Célszerű lenne 3-4 tantárgyból kiemelkedő eredményt elérnünk, de ez nem járhat együtt persze a többi tárgy teljes elhanyagolásával sem, hiszen ezek is fontosak, mert ha a későbbiekben sikerül elérnünk egy kiemelkedő eredményt, az jelentősen megnöveli a továbbtanulási esélyeinket, a pályaválasztást illetően is több választásunk marad. A tanuláson kívül fontosak az emberi kapcsolataink is. Az újév alkalmával legyünk nyitottak olyan emberek felé is, akikkel eddig nem igazán találtuk meg a közös hangot. Ha a társasági életben sikereket érünk el, boldogan telnek hétköznapjaink, s ez a tanulásban is előrelépéshez vezethet, hiszen a sikerélményeknek köszönhetően feltöltődünk, pozitív gondolatokkal telítődhetünk. Mindenki számára fontos tehát, hogy kitűnjön valamiben. Lehet ez sport, tánczene vagy bármi egyéb, jó esetben persze éppen a tanulás is, hiszen ez a későbbiekben éppen az ide befektetett energiákkal térülhetnek meg igazán. A lényeg, hogy valami olyat csináljunk, amiben önmagunk lehetünk és örömünket leljük. Hogy aztán büszkeséggel töltsön el minket, hogy sikerült véghezvinnünk. Remélem, hogy idővel mindannyian megtaláljátok azt, amiben tehetségesek vagytok. Sok sikert kívánok mindenkinek az Újévre!

Gergye Szilvi 10.b

Kultúrshock

Én, József Attila

Az új év sok újdonságot tartogat nemcsak az élet, hanem a színház terén is. Rögtön az új év elején a Madách Színház az Én, József Attila című musicalt. Premierével indít február 10-11-én. A darab a Madách Színház musical pályázatára íródott. Díjat ugyan nem nyert, de Szirtes Tamás a színház igazgatója látott annyi fantáziát a műben, hogy nagyszínpadra vigye.

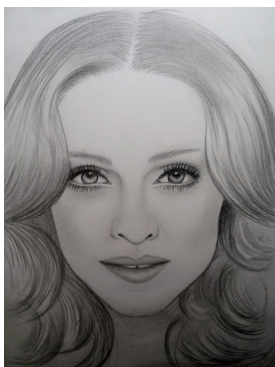
Körülbelül hét és fél óra leforgása alatt a tragikus sorsú költő József Attila és szerelmei kapcsolatát mutatja be egészen a haláláig, a saját verseinek megzenésítésével.

Ebben a darabban debütál színészként az X-faktorban feltűnt Muri Enikő, de rajta kívül még rengeteg zseniális színész játszik benne. Főszerepben Posta Viktort és Nagy Sándort láthatjuk, az ő nevük már magában garancia egy jó darabra, szóval én biztosan megnézem, ha nem is a premieren, de utána mindenképp. Jó szórakozást és kultúrában gazdag új évet kívánok nektek!

Fata Orsi 10.b



SZÖSSZENETEK

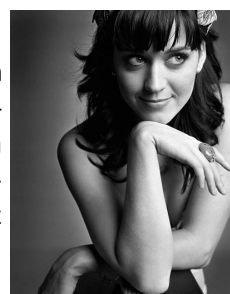


Madonna már csak kesztyűben mer az emberek közé menni

A pop királynője felnőtt életének egészségét szigorú makrobiotikus diétával és napi legalább négy óra (!) testedzéssel töltötte. Ennek köszönhetően Madonna rugalmas, izmos, karcsú és jól bírja a strapát 53 évesen is. A teste olyan, mint egy huszonéves sportolónőé, és a szépségügyi beavatkozások is fiatalabbá varázsolják ábrázatát. Egy valamivel azonban nem tud mit kezdeni: a kézfejjével. Ha Madonna néha kezet villant, napokig arról szólnak a hírek, hogy kézfeje úgy néz ki, mint egy ráncos, eres 90 éves nénikéi, ami éles kontrasztot képez a csinos, szexi alakjával és arcával. Mi az oka annak, hogy Madonna kéz bőre annyira tönkrement, hogy még a nagystélyihez is golfkesztyűt vesz fel?

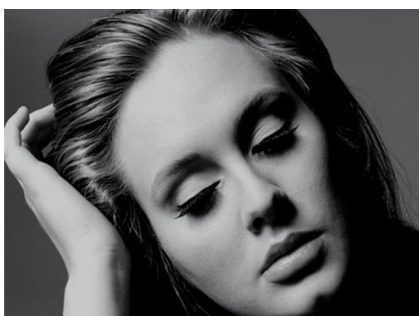
Katy újra kék

Miután elhagyta férje Russel Brand, Katy Perry - érthető okokból - az utolsó pillanatban lemondta a People's Choice Awards díjátadón való megjelenést. De nem a nyilvánosságot! Az énekesnő az Adidas-nak készülő reklámfilmjét forgatta a napokban, amikor a külső helyszínen egy rajongó fotózkodott vele. A twitteren közzétett fotó tanúsága szerint teljesen kékre festette a haját, pont olyanra mint közismert parókája. Ám ezúttal az igazi haját küldte kékre.



Adele visszatér

Adele-nek ősszel komoly torokproblémái jelentkeztek, aminek következtében gyakorlatilag az összes fellépését és az amerikai turnéját is le kellett mondania. A torokvérzést okozó polip miatt az énekesnőnek novemberben műtéten kellett átesnie. Azóta szigorúan pihentetnie kellett hangszálait, úgyhogy szó sem lehetett arról, hogy énekesi karrierjét ápolgassa, viszont úgy néz ki, a hallgatás immáron véget ér, és a brit csoda februárban visszatér! Bár hónap elejéig még nem fog kiderülni, pontosan mikor és hol fog fellépni először, az viszont tuti, hogy a február 12-i Grammy díjátadóra és a 21-i Brit Awards-ra is hivatalos - ahol egyébként 3 díjra is jelölték. Reméljük teljesen felépül addigra és újra megcsillogtathatja tehetségét a nagyérdemű előtt.



Lindsay Lohant beperelték – már megint

A problémás színésznő annyi időt tölt a bíróságon, hogy lassan be is költözhet a tárgyalóterembe. A tavalyi szörnyű éve után ugyanis az idei sem fest túl fényesen - még két hét sem telt el a januárból, és máris két perrel kell szembe néznie. Az egyiket egy lesifotós indította ellene, mert állítólag a sztár asszisztense elütötte őt, amikor képet akart csinálni Lindsay-ről még 2010-ben. A paparazzó a vádirat szerint komoly ízületi sérüléseket szenvedett, amiért a színésznő biztosítója "jelentéktelen összegű kártérítést" akart fizetni. A másikat pedig az amerikai adóhivatal indította, mivel Lindsay-nek még 2009-ből maradt egy 93 700 dolláros (kb. 23 millió forint) adótartozása.



Lélekfolyosók

Önbizalom

Mi az önbizalom? A legnagyobb fegyver. Miért? Mert, ha kellő önbizalmod van, akkor helyén kezeled mások véleményét, nem veszed magadra, azt, ami nem neked szól, és meg tudod tenni, hogy nem foglalkozol bizonyos dolgokkal. Ha elégedett vagy magaddal, nincs megfelelési kényszered, nem másoknak cselekszel és másokért döntesz, hanem, mert boldoggá vagy többé tesz valami. Ha jóban vagy a tükörképeddel, nem kell elvonnod magadról a figyelmet, nem kell bujkálnod, és nem kell félned a perctől, óráról, hogy vajon mikor történik valami, mikor teszel olyasmit, ami majd a másoknak nem tetszik. Ha szereted magad, elégedett lehetsz.

A probléma azonban, hogy manapság az önbizalom hazugság. Számtalan kamasz vallja magát egoistának, önteltnek, hogy ezzel az állarccl megvédhesse magát a támadásoktól. Ez a legrosszabb és legveszélyesebb hazugság, amit az ember valaha elhitethet magával és másokkal. A folytonos képmutatás olyan érzelmi krízisekbe juttathatja a serdülőkorú gyerekeket, hogy a koncentrációjuk, erejük teljesen elfogyhat. A hazugság, miszerint semmi sem érdekli őket, csak azt éri el, hogy el kell nyomniuk érzéseiket, nem lehetnek senkivel őszinték, nem beszélhetnek senkinek gyengeségeikről, csak egyedül, magukban sírhatnak mikor belefáradtak és eltört a mécses. Nehéz, nagyon nehéz az állandó hazugság. Gyengít, megnehezíti az életet, és elérheti, hogy a végén Te se tudd, hogy ki vagy.

Mendrey Zsófi 10.b



Barátság

„A barátság a legszebb dolog a világon, de mikor elhagynak, a legfájdalmasabb is.” A barátság egy kézzel foghatatlan, mégis nagyszerű dolog. A barátság az emberi kapcsolatok legfelsőbb szintje! Nem múlandó, mint a szerelem s többnyire életünk végéig kísér. Gondoljunk csak bele, mit kezdenénk barátok nélkül? Kinek mondanánk el azokat a dolgokat, amelyek a legjobban nyomasztanak minket, vagy amelyekre a legbüszkébbek vagyunk? Minden embernek szüksége van egy ilyen társra. Ezért a barátság a legnagyobb emberi értékek sorát gyarapítja, mivel nem lehet megvásárolni pénzzel, csupán szeretettel. A feltétel nélküli szeretettel, az odaadással, alázatossággal. Mindenki csak akkor válik igaz, teljes emberré, ha lesz az életében legalább egy ilyen személy, akiért oly sok mindent megtenne, aláveti magát, s képes maga s önnön elvei elé helyezni őt. Mindenkinek van egy ilyen személy az életében, csak nyitott szemmel kell járni s rá akad. Tudni fogja majd, hogy az ember az, kinek megnyílhat, s elmondhatja bánatát, örömét, s nem csak a kacagásban a szórakozásban van mellette. A barátság egy nagyszerű dolog, s teljes emberré tesz bennünket. A családi, szerelmi értékek közt, ugyanolyan fontosak a baráti értékek. Hisz egyszer mindenki „kirepül” a családi fészekből, s a szerelem is múlandó. A barátság nem! Végigkísér a gyerekkor és a kamaszkor viharain, a felnőtt válás kezdeti szakaszán, a szerelmi életben is jelen van, mint segítő jobb, s ha majd megöregszik az ember, akkor is ott lesz, lehet, hogy más ember formájában, de ott lesz. Ezért ne felejtjük, hogy a barátság a legszebb dolog e világon!

Körmendi István 9.a

Szalagavató

Végzősként

Hát hol is kezdjem. Mikor 5 éve beléptem ide, abban a szerencsés helyzetben voltam, hogy már akkor ismertem nem egy akkori végzős diákot. Így hát természetesen ott voltam a szalagavatójuk során. És az 5 évem alatt mindig akadtak olyanok, akiknek ki nem hagytam volna a szalagavatójukat. De sosem gondoltam



bele, mit is jelent egy ilyen szalagavató. Kívülről mindig egy jó nagy bulinak gondoltam nem érezve a felelősség súlyát, hogy innentől kezdve bizony érettségiző diákoknak számíttunk, nem beszélve arról, hogy fiatalságunk legszínesebb korát zárjuk le. Talán azt a kort, amire a legszívesebben fogunk visszaemlékezni később fiatal éveinkből. Még tavaly, mikor a saját évfolyamtársaim szalagavattak - ,akkal együtt ismertük és fedeztük fel az Ady-t meg a középiskola világát – ,még akkor sem igazán gondoltam bele, hogy ez talán az utolsó nagy közös bulink. Ha az osztálytársakkal talán még nem is, de az Adyközösséggel mindenképpen.

Mikor elkezdtem 13. és egyben utolsó évetem, szinte azonnal érezte a hatását. Sosem fogom elfelejteni azokat a nulladik órabeli táncpróbákat, mikor mindenki álmosan és kómásan próbálta betanulni a lépéseket, több-kevesebb sikerrel. Legalább két hónapnyi folyamatos készülődés és izgalom mellett végre elérkezett a november 25.-e. Reggel főpróbára igyekezve már mindenki sokkal feszültebb volt az átlagnál hiszen mint minden főpróbán itt is mindig kiderült, hogy esetleg egy két dolog mégsem olyan, mint amilyenek eltervezték, a táncokban még mindig lehetett csiszolni a lépéseket. A dólutánt mindenki készülődéssel és még nagyobb idegességgel töltötte. Majd a huszadik kapkodás és hiszti közepette mindenki elindult, hogy készenálljon minden mikor az osztályokat bevezénylik közösen a csarnokba. Mint 13.os osztály minket hívtak utoljára. Hihetetlen különös érzés volt ennyi ember előtt bevonulni a szupercsapat indulójára. Különös, hátborzongató, ugyanakkor hihetetlenül csodálatos és egy olyan élmény, amit biztos, hogy nem fogok elfelejteni. Mikor feltűzték a szalagot, az emberben megfogalmazódik egy érzés, hogy mi már letettünk valamit a világba és készenállunk hogy továbbléphessünk a nagybetűs Élet felé. Ugyanakkor hirtelen kezdjük tisztelni is az iskolát, a tanárokat, és azt a rengeteg munkát és fáradságot, amit belénk ölték, hogy „elkészítsenek” minket. Szalagtűzés és palotástáncok után elkezdődött amire a legtöbb osztály várt már. Végre előadhatták saját osztálytáncukat, ami a tánctanárukkal hónapokig gyakoroltak. Még egyszer millió köszönet Németh Noéminek, aki a mi osztálytáncunkat tanította be rengeteg energiát belénk ölte. Szerintem hazugság nélkül állíthatom, hogy mindenki izgult mikor már csak percek voltak a kezdésig. De mikor megszólalt az első ütem az osztálytáncnak kiválasztott számokból, mintha egy buborékban lettünk volna teljesen megfelelkezve a rengeteg emberről magunk körül, önfeledten élveztük az egyik utolsó közös programunkat és szerintem abban a néhány percben megszűnt minden ellentét, ami az öt év alatt végigsöpört az osztályunkon, mindenki ugyanannyira örült a másíknak, hogy akkor és ott együtt táncolhattak. Az osztálytáncok után pedig a várva várt finálé, a keringő következett. Hála Csöpi néni kitartó, és végtelenül hosszú munkájának, ami meghozta gyümölcsét, egy remekül és szinte hibátlanul sikerült keringővel zártuk az estét. Keringő után még sokáig maradtunk lent ki-ki a rokonokkal táncolt, ki-ki tanárokkal és voltak akik csak a barátjukkal illetve barátnőjükkel foglalkoztak de hát ez így van rendjén. A záró szám után egy gyors átöltözés és irány az After. :)

Csató Gábor 13.dny

Az osztálytáncokról



Biztos nagyon nehéz volt ilyen hosszú táncokat megtanulni, de szerintem mindegyik nagyon jól sikerült, nem tudnám őket rangsorolni. Mivel ennyi év után valószínűleg mindegyik osztály összhangban van, nagy volt az egyetértés, és külső szemmel nézve minden akadálymentesen ment. Egyik osztálytáncra sem tudnám azt mondani, hogy kevésbé volt jó, mint a másik. Nagyon tetszett, hogy mindegyik produkcióban voltak emelések, ugrások és különböző érdekes elemek. Az ilyen részekenél nemcsak a bátorságnak, a bizalomnak is nagyon fontos szerepe van. Miközben néztem a táncokat, folyton az járt a fejemben, hogy vajon amikor már mi vagyunk a sorosak, hogy egy

ilyen hosszú, összetett táncot előadjunk, hogy fogjuk megoldani. Ki fog segíteni, és vajon túl tudjuk-e majd szárnyalni a többi osztályt.

Szalagavató

Mi szerveztük

Örömmel és izgatottan láttunk neki a Szalagavató szervezésének, hiszen kíváncsiak voltunk, hogy majd mi vár ránk. Végignéztük a főpróbát, és már mi is ötletelni kezdhettünk. Az osztály minden tagja kapott valamilyen feladatot. A fiúk főleg pakoltak, a lányok közül néhányan beszédet, verset mondtak, énekeltek, a szalagok feltűzésénél segédkeztek. A másik szervező osztállyal közösen kellett eldöntenünk a meghívók és a szalagok kinézetét, illetve az eseményen is együttes erővel munkálkodtunk. A szalagavató gyönyörű volt és meghitt, reméljük a miénk is ilyen jól sikerül majd. Gratulálunk a végzős osztályoknak, és kívánjuk, hogy a ballagás és az érettségi is jól sikerüljön számukra!

Füsi-Molnár Enikő, Szondy Zsuzsanna 11.a

Végzősként

Az idei szalagavató ünnepségnek a hagyományokhoz híven, a Vasas kézilabdacsarnoka adott otthont 2011. november 25-én. A táncpróbákat már a tanév elején, szeptemberben kezdtük, melyeket az osztálytáncok



kivételével Csöpi néni tanított be. A próbák alatt sokat nevettünk és bukdácsolunk, sokszor kora estig bennmaradtunk az iskolában. A korai kelések és a késő délutáni próbák végül meghozták a gyümölcsüket. Eljött a várva várt nap: reggel még tartottunk egy főpróbát a Vasasban, majd mindenki hazament készülődni a délutáni műsorra. 4 órakor, az ünnepség előtt egy órával már tömegek foglalták el a helyüket a lelátókon. Az öltözőkben hevesen folyt az élet: a fiúk általában a hajukat csinálták meg, míg a lányok sminkelték magukat. Mindenki érezte már a feszültséget és az izgalmat. Az ünnepség 5 órakor, a szalagműzessel kezdődött. Minden osztály a maga által választott zenére vonult be, addigra

már tele volt a csarnok. A hosszú beszédek után, Herczig Ferencné, igazgatónő feltűzte a 4 osztályfőnöknek a szalagot, majd az osztályfőnökök is feltűzték a diákoknak egyesével. Ezután következett a palotás, amelyet a szülők nagy figyelemmel kísértek. Az öltözőkben is érezhető volt az összetartás, mindenki segített mindenkinek. A palotás után következett a 4 osztálytánc: először a 12.a produkcióját, majd a 12.b katonás táncát láthatták a nézők. Ezután a mi osztálytáncunk következett, amelyben osztályfőnökünk Fábíán Harriett is részt vett. Sok akrobatikus jelenetet láthattak a nézők, a fiúk például a lelátóról ugrottak le a táncparkettre. A lány rész és a fiúk Hakája is jól sikerült. Végül a 12.c osztálytáncát csodálhatták meg a vendégek. A táncok közötti szüneteket, amíg mi átöltöztünk különféle produkciók töltötték ki. A nézők hastáncot is láthattak, valamint a gyönyörű hangú lányok énekeit is halhatták. Az ünnepséget a nap fénypontja, a keringő zárta. Nagyon izgultunk, hogy jól sikerüljön, mivel ez volt az egyik legszebb tánc. Nekem ebben egy kiváló táncpartner, Mendrey Zsófi segített. A tánc után egy ajándécsomaggal kedveskedtünk Csöpi néninek, a tökéletesen elvégzett munkájáért, majd a szülők és rokonok is lejöhettek a táncparkettre táncolni. Miután mindenkiről temérdeknyi fotó készült, lassan-lassan kiürült a Vasas. Sokan hazamentek vagy alapoztak az esti buli előtt. Mi az iskola elöl indultunk egy partybusszal az afterre. Már a buszon is fergeteges volt a hangulat, a sok tánc feloldotta az aznapi feszültségeket. Az after partyn egy felejthetetlen bulit csaptunk, azt meg már mindenki maga tudja, hogy hogyan folytatódott utána vagy hol ébredt reggel... :) Számomra egy életre szóló élmény volt az idei szalagavató és gondolom, már sokan várják a jövő évit az alsóbb osztályokból.

Bui Gábor 13.dny

Teszt

1. Kíváncsinak tartod magad?

- A.) Mint állat!
- B.) Néha igen, attól függ.
- C.) Nem nagyon.

2. Képes lennél ünnepekkor és vasárnap éjjel is írni?

- A.) Igen!
- B.) Dehogysis!
- C.) Ha nagyon muszáj.

3. Mennyire tart dilisnek a környezeted?

- A.) Kicsit örültnek mondanak.
- B.) Abszolút.
- C.) Egyáltalán nem.



4. Hány olyan dolgot tudsz megnevezni 5 perc alatt, amiről szívesen írnál?

- A.) 2-3
- B.) 10-15
- C.) 5-8

5. Az általános iskolában jó voltál fogalmazásból és helyesírásból?

- A.) Igen, mindig dicsértek!
- B.) Ha érdekelt a téma, akkor igen.
- C.) Nem nagyon jeleskedtem.

6. Könnyen ismerkedsz? Még híres emberekkel is?

- A.) Nem igazán.
- B.) Nekem ez nem probléma!
- C.) Általában igen.

7. Gyakran ihletnek meg az életed eseményei?

- A.) Igen, nagyon!
- B.) Csak ha olyan kedvem van.
- C.) Nem jellemző.

Legtöbb a.) válasz esetén:

A tökéletes újságíró

Érdemes lenne az írással foglalkoznod, mert a válaszaidból kiderül, hogy megvannak benned a megfelelő alapok. Persze a sikerig rögzös út vezet, a kitartás is fontos!

Legtöbb b.) válasz esetén:

Nem lennél rossz

Lehet, hogy csak csírázik benned a lehetőség, lehet, hogy egyáltalán nem alakult ki, hogy mit is akarsz kezdeni az életeddel. Ha a szél eléd fújja a lehetőséget, mindenképp vágj bele!

Legtöbb c.) válasz esetén:

Ezt inkább hanyagold

Bár ez a teszt csak nagyjából hiteles eredményt állít fel, ez alapján nincsenek meg benned az alapok ahhoz, hogy újságíró lehess. Ne add fel, lehet, hogy a kreatív szakma más területén sikeres leszel!

Akik homlokon csókozták a múzsát

Nos, nehéz dolog kiválasztani újra és újra egy olyan verset, amelyről írhatok Nektek. Általában várom a hivatalos ihletet, hogy végre megtudjam, mely versről is fogok írni, s arról mégis milyen apropóból. De hát sokan vannak, és mindjárt mond valamit, ami fontos lehet. Így tehát az idej első számban, úgy döntöttem, egy versélményem tárgyába kóstolunk bele. Januárban történt, amikor is újra találkoztam ezzel a verssel.

A magány

Otthagytuk a város forgatagát, elutaztunk. Egy távoli kis poros falut kerestünk lakóhelyül. Itt vagyunk. Nem tudjuk miért, de érezzük, itt már jó lesz. Megtalálni, amit keresünk, a rég eltűnt illatokat, a kérdéseinkre a válaszokat, az érzéseinkkel találkozni...itt az erdő, aminek a szélén lakni fogunk, talán majd válaszol annyi kérdésünkre...míg kusza ösvényeit egyedül járjuk reménykedve...talán visszahozza régmúlt érzéseinket is, melyek nyomtalanul tűntek el a sivalkódó forgatagban...

Csokonai

Nos, Csokonai nagyszerűségéhez kétség sem fér, már gimiben imádjuk csöpögős Reményhez című versét. Miért? Talán mert gyönyörű? Mert hiteles? Mert egyszerre ütemhangsúlyos és időmértékes? Mert Csokonai zseni volt? Talán igen. De azt hiszem, mindezek mellett talán azért tiszteljük oly nagyon Csokonai költészetét egyetlen verse miatt, mert újra és újra megtalál egy érzést, amiről írnia kell, nekünk pedig olvasnunk. Klasszicista, azaz felvilágosodásbeli költő Csokonai. Azonban sosem hagyott nyugodni egy érzés, versei erőteljesek, szenvedélyesek, tájai regényesek. Antik mintára épülő verse alig van, de szabadok bőven. Népies líra megjelenése (Petőfi is tőle vette), holdacska képek. És akkor jött Nemes Nagy Ágnes. Akinek elemzését elolvasva bebizonyosodott, kimondatott a lényeg: Csokonai hasonlóan Berzsenyihez, a klasszicizmus gyermeke, a klasszikus formákat tanulja, azokat műveli, saját költészete azonban ezen már bőven túlmutat. Csokonai romantikus költő...

Áldott magánosság, jövel! ragadj el

Álmodba most is engemet;
Ha mások elhagyanak is, ne hagyj el,
Ringasd öledbe lelkemet!
Öröm nekem, hogy lakhelyedbe szálltam;
Hogy itt Kisasszondon reád találtam.
E helybe' andalogni jó,
E hely poétának való.

Itt a magános völgybe' és cserében

Megfrisselő árnyék fedez,
A csonka gyertyánok mohos tövében
A tiszta forrás csergedez.
Két hegy között a tónak és pataknak
Nymphái kákasátorokba laknak;
S csak akkor úsznak ők elő,
Ha erre bölcs s poéta jó.

Áldott magánosság! öledbe ejtem

Ottan utolsó könnyemet,
Végetlen álmaidba elfelejtem
Világi szenvedésemet.
Áldott magánosság! te légy barátom,
Mikor csak a sír lesz örök sajátom.
De ez napom mikor jön el?
Áldott magánosság, jövel!

/Csokonai: Magánossághoz, részlet/



Így tehát Csokonai egyik kivételesen gyönyörű versét sikerült Nektek kiválasztanom. Tudom, tudom, távoli, régies, furcsa. De az érzés szép! Nem vagyunk poéták, de a magánosság minket is ismer. És milyen pazarul festi a negatív érzést Csokonai! Kedvünk támad egyedül lenni...

Vámos Violetta

Mozdulj!

Nekem az élet

Ma is tisztán él emlékezetemben az a pillanat, amikor 8 éve azon a bizonyos szeptemberi napon beléptem a csarnokba életem első kézilabda edzésére. Az adrenalin, ami akkor lüktetett az ereimben, azóta a kedvenc érzésemmé vált, az illat, ami másnak csupán egy bűdös tornaterem pedig számomra a biztonságot jelenti. Akkor még nem tudhattam, hogy valaha fogok bármihez is kötődni olyan szinten, mint ehhez a sporthoz. Jelenleg a Váci NKSE együttesének színeiben játszom, ami azzal jár, hogy a két város közötti egy órás utat kell megtennem oda-vissza nap mint nap. Sokan furcsának tartják, hogy a kézilabda mellett kevesebb időm jut a családra és a barátokra, de szerintem ha valakit igazán szeretsz, akkor mellette állsz még a legőrültebb álmának megvalósításában is. Ez az én álmom, és a végsőig küzdeni fogok érte, hogy egy nap a címeres mezben léphessek majd pályára, és a több ezres tömeg nekem is énekelje a Himnuszt, majd a mérkőzés lefújásáig szurkoljon a csapatért, az országért. Ha van egy célod, soha sem szabad feladni, hiszen ha meg tudtad álmodni, akkor valóra is tudod váltani!



Vigh Viki 10.a

Miért sportoljunk gyerekkorban?

Minden ember életében fontos a sport. Az elménk edzése mellett a testünk fejlesztésére is komoly hangsúlyt kell fektetnünk, mert nem csak egészségesebbek, hanem energiadúsabbak, életkedvvel telibbek leszünk, de még időtöltésnek sem utolsó. A sport megtanítja az embert koncentrálni, motivál és segít tisztában lenni sa-



ját korlátainkkal. Életünk tartópilléreit gyerekkorban alapozzuk meg, fontos, hogy minden lehetőséget megragadjunk. Minden ember számára, de különösen az ifjabb korúaknak fontos az, hogy bizonyítsanak, eredményeket érjenek el. A sport erre kiváló lehetőséget ad. Arról nem is beszélve, hogy mennyi új dolog éri az embert, főleg, ha új embereket ismerünk meg, vagy új helyeken járunk, mert az élmények örökre megmaradnak. A Harvard Egyetem kutatóinak kísérletei bizonyítják, hogy a kitartó edzés hosszabb élettartamot eredményez.

(Ez azért van, mert a kitartó edzés hatására beindul a telomeráz-enzim termelődése, ami visszapótolja a DNS végeket védő telomeráz-okat, melynek következtében a test nem csak megáll az öregedésben, hanem fiatalodásra utaló jeleket is mutat.) Az ember nem mindig talál számára megfelelő sportot. Fontos, hogy ilyenkor ne adja fel, hanem keressen egy olyat, amiben örömet leli.

Mish Attila 9.a

Jó tanácsok Karmiatól

Kos

Február hava nem lesz gondtalan, sőt problémamentes sem, de minden rosszban van valami jó, igaz? Amennyiben kisebb-nagyobb akadályokkal, fura élethelyzetekkel kerülsz szembe, ne visszakozz, nézz bátran szembe ezekkel, és tipord el őket! Ezen - látszólag nagy - problémák megoldásához akár szeretteidtól vagy közeli barátaidtól is kaphatnál bármikor segítséget. Más kérdés, hogy ehhez a lehetőséghez ritkán szoktál folyamodni, mert a dolgaid nagy részét magad igyekszel megoldani, épp, mint most is. Február hava kiváló arra, hogy a régóta függőben lévő ügyeket kedvezően lezárd.

Bika

A tél utolsó havának első két hete nem tartogat igazán jelentős változást, de a 16-át követő időszak meghozza a remélt vágyakat, hirtelen minden harmonikusabbnak, kiegyensúlyozottabbnak fog látszani, ráadásul szinte könnyen, harcok és ellenállás nélkül kivitelezhetőek a mindennapi rutinfeladatok, sőt, még az újdonságok is. Fontos felkészülnöd arra, hogy néhány dolgot alapjaiban kell megváltoztatnod magad körül, ilyen lesz az, hogy kompromisszumokat köss, ellenlábasaiddal végre szót érts, legyél végre önkritikus, és messziről kerüld el a vitahelyzeteket.

Ikrek

Januárban sokféle hatás ért, melyek egy részét még nem sikerült teljesen megemésztened, de február elején muszáj magad mögött hagynod a régi sérelmeket, s inkább kihasználnod a nagyszerű konstellációkat. Például Merkúr jótékony hatását, melynek segítségével sok kisebb és nagyobb karrierrel összefüggő ügyedet rendezheted, például meggyőzheted végre feletteseidet vagy üzleti partnereidet arról, hogy te vagy a legkiválóbb egy adott feladat elvégzésére. Komoly előrelépési lehetőség kínálkozik számodra, ragadj meg minden alkalmat, ami az utadba kerül!

Rák

A zimankós, hideg időjárás nem dobja fel a kedvedet, pedig ha odafigyelsz a dolgaidra, már a hónap elején észrevehetnéd, hogy anyagiak terén igen kedvező lehetőségek nyílnak meg előtted, nagyszerű változásokat hozhat február hava, csupán oda kell figyelni arra, ki és mit mond el neked, mert minden információ fontos üzeneteket tartalmazhat. Ne hagyd ki a lehetőséget, hisz ezekben a hetekben olyan ajánlatot kaphatsz, melyre sokáig nem lesz hasonló példa. A külső segítség további eredménye, hogy régi céljaidat is megvalósíthatod, melyek kedvező irányba terelhetik életedet, mindenféle formában.

Oroszlán

Mozgalmas és tennivalókkal teli volt január hava, s legszívesebben semmit sem csinálnál februárban, de azért ebben ne reménykedj, maradt bőven feladat, s jönnek az újabb elvégeznivalók. Viszont összességében mégis lazíthatsz egy kicsikét, érzelmek terén, munkában és tanulásban is könnyebb heteknek nézel elébe, de láblógatásról szó sem lehet. Az elmúlt hetekben felgyülemlett feszültség enyhülni kezd, február végére pedig egyenesen szárnyalsz. Anyagi ügyeidet most új alapokra helyezed, s mindemellett megérdemelnél egy kis pihenést is, erről se feledkezz el.

Szűz

Ez az év már hozott meglepetést neked, nem is bántad, februárban viszont egyenesen kiváló és fordulatokban bővelkedő hetek követik egymást. Épp azon életterületeken tudsz fejlődni, ahol már régóta tervezél módosításokat. Szellemi fejlődésedre, új tanulmányok megkezdésére, régóta vágyott önmegvalósításra kedvező ez az időszak, most kétszer akkora a befogadó-képességed, mint máskor. A lélek mélységeinek kutatására is érdemes időt és energiát szánnod, főleg olyan emberekkel, akiket eddig nem sikerült alaposan kiismerned. Pénzügyeket illetően a hónap utolsó napjai hozhatnak apróbb kiadásokat.

Mérleg

Január havával ellentétben február nem lesz konfliktusmentes, sőt, egyenesen problémák sorakoznak fel előtted, melyeket muszáj lesz kezelned, nem bújhatsz ki a felelősség alól. Akadályok, értelmetlennek tűnő konfliktusok követik egymást, nehézkes, lelkileg leterhelő időszak vár rád, s csak február 21-e környékén enyhül ez a feszült helyzet. Fokozhatja nehézségeidet, hogy még akár egy kisebb betegség is ledönthet a lábadról, de Jupiter melletted lesz, így ha kellőképpen odafigyelsz magadra, akkor ezt el tudod kerülni. Figyelj anyagi javaidra, vagyonedra, a közlekedésben is legyél a megszokottnál is körültekintőbb.

Jó tanácsok Karmiától

Skorpió

Vénusz és Mars összefognak, hogy jobban érezd magad a bőrödben, jótékony hatásukkal érzelmi életed fellendítése mellett támogathatnak abban is, hogy megfontolt döntéseket hozz olyan ügyekben, melyeket eddig halogattál, kerülöd azok megoldását, mert féltél szembenézni a tényekkel, a kegyetlen valósággal. Eljött az idő, hogy végre elfogadj néhány dolgot a maga teljes valójában, s elengedd, amihez eddig túlzottan ragaszkodtál. Saját magaddal is törődj végre többet, megérdemled a kényeztetést, érzelmeidet is jól tudod felügyelni.

Nyilas

Januárban gyakorta egy helyben toporogtál, valahogy semmi nem úgy alakult, ahogy még decemberben eltervezted, de végre eljött a változás ideje, s amit február elején a fejedbe veszel, azt véghez is tudod vinni. Jelentős, egyben fordulatokkal teli heteket hoz február hava. Pénzügyeid és üzleti dolgaid is kifejezetten pozitív irányba mozdulnak el, s ez feloldja régóta húzóód feszült hangulatodat. De sose feledkezz meg arról, hogy a siker mindig egy kicsit másoknak is köszönhető, így ha szeretteidre is egy picivel több időt és energiát szánsz, azért nagyon hálásak lesznek neked.

Bak

Nos, ideje, hogy felelősséget, s ne menj szembe a rossz dolgokkal, hanem ügyesen kerülöd ki őket. Érthetetlen, hogy miért próbálöd a jó dolgokat halogatni. Február hava azonban nem tűri, hogy továbbra is csak sodortasd magad az árral, hanem egyenesen válaszut elé állít, s Mars kiköveteli tőled, hogy dönts egy fontos, az életedet meghatározó dologgal összefüggésben. Itt a változtatás ideje. Ha módosítasz életmódodon, kiváló időszak veszi kezdetét.

Vízöntő

A Nap végre újra a Vízöntő jegyében jár, szuper időszak vette kezdetét, ember nincs, aki megállítson céljaid elérésében. Az igazán nagy áttörést az jelenti, hogy rengeteg dolgot tisztán fogsz látni, lerántod a függönyt, és nem hagyod magad félrevezetni. Kezdj valami új dologba, és ne halogass semmit! Tanulásra, továbbképzésre, új ötletek megvalósítására február hava egyenesen kiváló. Anyagi ügyeket tekintve is jó lehetőséget kaphatsz arra, hogy plusz bevételeid legyenek, melyek alaposan megkönnyíthetik a mindennapokat.

Halak

Hiába intéztél el sok dolgot januárban, mégis számos feladat áttolódott februárra, s ezt az új hónap első hetében meg kell oldanod, különben konfliktusokba bonyolódhatsz, hisz jogosan kérik rajtad számon vállalásaidat. Az is fontos lesz, hogy a megszokottnál sokkal több megértést és toleranciát tanúsíts közvetlen környezeteddel szemben, legyen szó családról, barátokról vagy éppen szerelemről. Anyagi ügyeid is kissé összekuszálódhatnak a hónap második felében egy váratlan kiadás miatt. Ami biztos: ne adj kölcsön senkinek!



Ti írtátok

A női és férfi szerepek a párkapcsolatban

A párkapcsolatok mindegyike visszavezethető a régebbi századok kultúrájára, államformáira és történelmére. A társadalmi fejlődés és annak változásai meghatározták az emberek közötti kapcsolatokat, azok alakulását is, így a párkapcsolatok jellemzői is erre vezethetők vissza.

Minden kapcsolat más és más, mindegyiknek megvannak a saját szabályai, korlátjai. Mindkét fél tisztában van azzal, hogy mi az, amivel elronthatja az egészet és mi az, amivel varázslatossá teheti, mert ugye azok a bizonyos „pillangók” nem teremnek oda maguktól a gyomrunkba! Az őskorban kialakult patriarchális társadalmak alapjai még ma is élnek, miszerint a férfi az, aki a család feje. Az ő dolga, hogy gondoskodik a másik félről, megkeresse a napi betevőt, megteremtse azt az érzelmi és fizikai biztonságot, amire a nőnek szüksége van. Ezzel együtt az övé a vezető szerep, aki magasabb szinten áll, mint a párja. A nőnek tisztelni, támogatni kell őt, legfőképp csendben maradni és igazat adni neki, ha vitára kerül a sor. A nőkre vonatkozó fenti „szabályok” részben még élnek, de az általános normák remélhetőleg már nem ugyanazok. Régebben a háztartás vezetése, a gyerekek nevelése és a róluk való gondoskodás volt a nő dolga. Ma már egyre inkább egyenrangúnak számítanak társukkal. Ők is dolgoznak, és egyre elfogadottabb, hogy ők is el tudnak jutni vezető pozícióba. Nem feltétlen az ő kötelességük otthon maradni a gyerekekkel. (Kivéve az újszülött kort, amikor a baba szükségletein kívül speciális lelki kapcsolat is szükséges, de ez egy másik téma.) Vannak párok, ahol a nő az, aki megkeresi az asztalra valót, míg a férfi otthon van, vagy éppen alacsonyabb beosztásban dolgozik és kevesebbet keres. Ez sajnos néhány férfinak még ma is nehezen elfogadható, úgymond bántja a férfiasságukat és ezért a nőket okolják. De ne legyünk mi nők azért sikeresek, mert ezzel megfosztjuk a legfélétebb kincsüktől a szerelmünket?!

Az ismerkedési formák is valamilyen szinten eltérnek mára már. Egyre több nő kezdeményez, és van olyan férfi, akinek ez a normális, mivel bátorság híján ez egyszerűbb illetve kényelmesebb is az ő szemszögéből. Ilyenkor már felcserélődhetnek a szerepek és utána csak egyre inkább bonyolódhatnak. A nő átveszi a vadász szerepét, és ezzel esélyt sem ad arra, hogy esetleg a férfi észhez térjen és rájöjjön mi is lenne a dolga: a nő meghódítása, becserkészése. Ez, ha esetleg eljutnak a kapcsolatig komoly problémákat is okozhat, mivel kihathat a közös életükre és az egymáshoz viszonyulásukra.

Ám az sem a legjobb felfogás, hogy minden férfi csak AZT akarja. Igen aláírom, tényleg nincs olyan nő, aki ne futott volna bele ilyenbe, és ezen a tapasztalatok után ne lenne óvatosabb. De ezzel, egy szűrőn keresztül nézzük az összes férfit, és így lehet, nem vesszük észre, ha valaki tényleg nőként tekint ránk. Az a gond, hogy mi, nők mindent túlkomplikálunk. Ha férfiakról van szó, mindig sötétség borul az agyunkra...pedig pont ilyenkor kéne világosan látnunk. Sok nőnek ahhoz, hogy lefeküdjön valakivel, kell egy bizonyos érzelmi kötődés. Egyes tudósok szerint, ha egy nő lefekszik valakivel, a teste olyan vegyi anyagot termel, amely érzelmi kötődést alakít ki benne. Bár ez alól kivétel az egyéjszakás kaland, ami ma már egyre elterjedtebb fiatalok és idősebbek körében is, mert attól még hogy egyszer belegabalyodtam valakibe még nem kell örökre vele maradnom. „Egy pasi olyan, mint egy ruha. Attól, hogy felpróbálom, nem muszáj megvennem. „

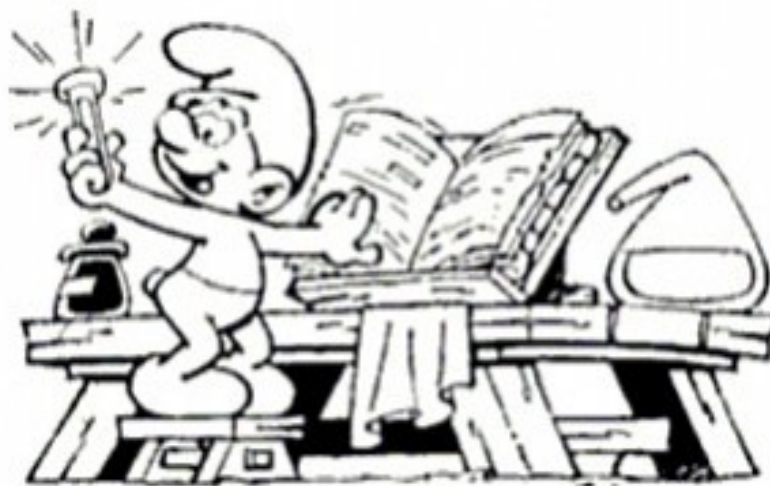
A szerelem mindkét nemnél máshogy alakul ki. Van, akinek évekbe telik és vannak olyan szerencsések, akiknek első látásra sikerül. De kik az abszolút mázlisták? Azok, akiknek ez a szerelem viszonzott is! Mi nők, ha szerelemről van szó elszántan kitartunk az elképzeléseink mellett, mert már kislány korunk óta megvan a véleményünk erről. De sajnos néha sokkal többet várunk el, mint amit megkaphatunk. Igaz gyorsabban leszünk szerelmesek, mert túl naivak vagyunk, de a férfiak, ha valakit megszerettek, nagyon nehezen engedik el. A párkapcsolati szerepek teljes kifordítása az, mikor valaki – rendszerint normál társadalmi szerepével ellentétes – aberrált szerepet vállal alkalmi kapcsolataiban. (Pl. magas vezető beosztású férfi alárendelő, megalázó szerepet választ alkalmi kapcsolataiban.) Ez semmiképp sem magyarázható a környezet változásaival, inkább az egyén hibás reakcióival. Másképp kéne levezetni a problémákat, talán nem azonosul valódi feladatával. A szélsőségek csak erősítik a szabályt. Így hát mi a cél egy normális, jól működő párkapcsolatban, hogy megfelelő teret biztossunk a másik fél számára, de ugyanakkor éreztessük vele, hogy nem egyedül ő diktál.

Demény Zsuzsanna 11.a

Mi lenne velünk kémia nélkül?

Polemizálás a teljesség igénye

Mi lenne velünk kémia nélkül? Nehéz feladatnak tűnt a kérdés.. Aztán! Reggel felébredtem, nagyot szippantottam a levegőből. Mi is történt tulajdonképpen? Levegőt, azaz oxigént lélegeztem be és szén-dioxidot fújtam ki. Mi ez ha nem kémia? Az élet alapja ez a csoda és lám a kémiának köszönhetjük. Még nincs vége a szervezetünkben végbe menő vegyi folyamatoknak. A reggeli tea is különleges úton megy keresztül bennünk. Az egészséges, finom italból a vese vegyi konyhájában a szervezetünkre káros anyagok sok más vegyülettel együtt kiválasztódnak. Aztán a készülőds végeztével autóba ülünk és újabb vegyi gyárba kerülünk. A motor a benzin felhasználásával működik és a kipufogóból, a folyékony benzinből (szénhidrogén) keletkező kipufogógázban (főleg szén-dioxid) távozik. Sajnos nagyon nagy mennyiségben! Évmillióig tartó kémiai folyamat eredménye az egész világ gazdaságának alapját képző szén és kőolaj. Jó lenne gondolkodnunk az utánunk következő generációkra – spórolni a készletekkel – hogy ők is tudják élvezni ezeknek a hajtó és fűtő anyagoknak az áldását. Nem is gondoltam volna, hogy ennyi szerepben megtalálom a kémiát a környezetemben. Ebben talán ludas a tankönyvek szárazsága is, amely nem hagyja felfedezni ennek a tárgynak a színességét. A kémiának óriási szerepe van a régen gyógyíthatatlan betegségek leküzdésében. Esélyt kapnak a súlyos betegek életminőségének pozitív irányú megváltozására. Gondoljunk a középkorban embermilliókat elpusztító járványokra, fekete himlőre (amely el is tűnt szerencsére), pestisre, leprára de az ők kor betegségeit is említhetném! A gyógyszerkémia óriási léptékkal fejlődött az utóbbi évtizedekben. Nem szabad elmenni a kémia negatív irányú felhasználása mellett sem. Talán a leggonoszabb fegyverek közé tartozik a mustárgáz és más harci gázok, a TNT, a hidrogénbomba. A vegyi anyagok legaljasabb alkalmazása a koncentrációs táborokban volt. Óriási felelősségük van a nagyhatalmaknak, hogy ipari termelésük mellékanyagait ne a fejlődő országokba exportálják (vegyi anyagok, atomhulladék stb.) Ne feledjük, hogy ezekben az országokban van a „földünk tüdeje”, a számtalan esőerdő. Tehát összegezve: a kémia az életünk része hol pozitív, hol negatív mozgatórugója a mindennapoknak de az vitathatatlan, hogy hogyha nincs kémia mi sem vagyunk.



Móka Miki mókatára

- Rossz a kocsim fékje, javítsa meg!
- Rendben, hét végére meglesz.
- Hamarabb nem lehetne?
- Nem.
- De nagyon sürgős lenne.
- Ha ennyire siet, akkor minek a fék?



- Mire használják az etiópok a re-luxát?
- ????
- Emeletes ágyoknak.

- Az apa benyit a fürdőszobába és meglátja, hogy a fia sminkel.
- Fiam, te meleg vagy?
- Nem apa, hercegnő.



- Miért sír az ajtó?
- ????
- Mert becsapták.

- Lány az apukájához, későeste:
- Apa, játszunk fekete, fehér, igen, nem-et?
- Ilyenkor?
- Igen.
- Vesztettél, jó éjt!



- Mit énekel a szekrényben a molylep-ke?
- ????
- Eddablúzt...



- Mi Palacsinta ország fővárosa?
- ????
- Lekváros.



- Drágám, ugye a rovarok nagyon buta állatok? :)
- Igen, bogaram!

- Pincér, ebben a húslevesben nincs húsi?
- Na és? A halászlében sincs halászi!



- Skót gyerek az apukájához:
- Figyelj Apa, kéne 4 cent.
- Rendben fiam. Mennyit mondtál? Hármát? Itt van kettő, válassz egyet!
- Jól van, akkor az az egycenteset szeretném...
- Oké, fej vagy írás?



- Két alma beszélget:
- Birs?
- Sőt, sejtlek!



Just do it!

Túrógolyó

Hozzávalók:

50 dkg túró
30 dkg cukor
vaníliás cukor
30 dkg kókuszreszelék
mogyoró, mandula vagy mazsola

A túrót a porcukorral és a vaníliás cukorral keverd össze, majd 10 percig hagyd állni. Ezután add hozzá a kókuszreszeléket, és keverd össze. A masszából formázz kis golyókat, majd forgasd meg a kókuszreszelékben. A golyók közepébe tehetsz mogyorót, mandulát vagy egész mazsolát. Hűtve fogyaszd!



Epres túrótorta

Hozzávalók:

20 dkg vaj
30 dkg porcukor
4 csomag vaníliás cukor
fél kg túró
1 citrom reszelt héja
4 tojássárgája
1 csomag étkezési zselatin
3 dl tej
fél kg eper

A vajat, a porcukrot, a vaníliás cukrot, a túrót és a citrom héját a tojássárgájával jól keverd ki. Majd főzd össze a tejjel az étkezési zselatint, ha kihült, akkor keverd össze az előzőekkel. Ezt követően öntsd tortaformába a masszát. A tetejére rakj epret. Végül önts a gyümölcsre tortazselét. Rakd be a hűtőbe körülbelül 2 órára. Utána már szeletelhető.





Sun Mon Tue Wed Thu Fri Sat

			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			