

OBSAH VYDÁNÍ:

Austrálie v plamenech | Rok krysy | Golden Globes | Žít v přítomnosti |
Způsobuje zima nachlazení? | Kauza Kuciak | Junky | New Year's Resolutions



Austrálie (ilustrační obrázek, nytimes.com)

Austrálie v plamenech

Lesní požáry v období léta k Austrálii patří, avšak od září minulého roku panuje v Austrálii zejména ve státě Nový Jižní Wales a Victoria situace, která se vymyká všemu, co kontinent na druhé straně světa doposud zažil. Nejenže požáry spálily přes 10,6 milionu hektarů půdy, což je pro představu území větší než rozloha České republiky, ale také připravily o život 27 lidí a podle vědců z univerzity v Sydney 500 milionů zvířat. Nejhorší katastrofa zasáhla koaly, k začátku roku bylo uvedeno vymření 30 % z celkového počtu koalů žijících v Austrálii.

Indikátorem požárů překvapivě není klimatická změna, jednou z možností jsou draví ptáci, kteří úmyslně roznášejí hořící větve. Oheň totiž vyžene plazy z úkrytů a pro dravého ptáka je pak lehčí ještěrky a hady ulovit. Dosud nevídaná australská situace si vyžádala pozornost a následnou finanční pomoc ze všech koutů světa.

Annie Nathalie Enc

“What we’re seeing in Australia, in a completely different environment, are fires that are approaching or even exceeding the magnitude of things that we only saw in the most remote forested regions in the world.”

- Ross Bradstock, the director of the Center for Environmental Risk Management of Bushfires

VÍTE, ŽE...

slovo koala je v češtině mužského rodu? Napovědět může i jeho zoologický název – koala medvídkovitý.



Koala (ilustrační obrázek, pixabay.com)

Rok krysy

Podle čínského horoskopu začíná lunární nový rok v sobotu 25. ledna 2020 a končí 11. února 2021. Krysa je první z cyklu 12 zvířat čínské astrologie a z tohoto důvodu je rok 2020 považován za rok nových začátků ve všech směrech. Rok krysy bude silný, prosperující a šťastný pro téměř všechna čínská znamení zvěrokruhu. Každý by měl projevit odhodlání ohledně svých cílů, povinností, a dokonce i svých koníčků. Stačí se této kreativní energie chopit a vše dopadne pouze k vaší spokojenosti.



(ilustrační obrázek, pixabay.com)

Barbora Rosová

Golden Globes

On January 5th were the 77th Golden Globes Awards. Golden Globes honor the best in film and American television of the year before. They were broadcasted live from The Beverly Hilton in Beverly Hills, California by NBC television.

The Golden Globes were hosted by English comedian and actor Ricky Gervais. The nominations were announced on December 9, 2019. The leading six nominations earned the Marriage Story. The second most nominated film Once Upon a Time in Hollywood (with five nominations) earned three awards and became the most awarded film of the 77th Golden Globes. Joker, 1917 and Rocketman got two awards each.

Out of the television programs, the most (four) nominations had American-English drama Chernobyl, who also won two awards.

Cecil B. DeMille Award is given to people who did significant marks in the film industry. This year it found its way to Tom Hanks.

Carol Burnett Award is awarded to outstanding contribution to television. And I think we all know why it went to Ellen DeGeneres.

We saw a lot of amazing celebrities in extraordinary outfits. Elegant Brad Pitt with Leonardo di Caprio, or butterfly-like dress of Taylor Swift. Those are just examples of the presenters, who had the great news for winners but the bitter taste of loss to others.

We all can't wait for the 78th Golden Globes Awards who will be hosted by Tina Fey and Amy Poehler. Successful new year to you all!

Karolína Jarková

Žít v přítomnosti

Na světě je jen malá hrstka šťastlivců, kteří se neohlíží do minulosti, nestresují se z budoucnosti a prostě tak nějak žijí. Většina z nás je od brzkého věku navyklá nadbytečnému přemýšlení v podstatě o čemkoliv. Místo toho, abychom si vychutnávali každou minutu života a žili v přítomnosti, neustále dumáme nad tím, co by kdyby.

Přehnané přemýšlení vede k pocitům úzkosti, depresi a zbytečnému trápení. Úzce také souvisí s fenoménem dnešní doby – insomnií. Jak s tím ale skoncovat a dopřát našemu nejsložitějšímu orgánu trochu odpočinku? Klíčem je umění žít v přítomnosti. Ze začátku vnímejte a pozorujte běžné činnosti každodenního života, například když vaříte nebo si myjete ruce. Radujte se z maličkostí a uvědomujte si každý detail. Pokud vaše mysl na chvíli odběhne, nenaštvěte se na ni a pouze ji pozorujte. Po čase zjistíte, že vy nejste vaše mysl a její myšlenky vám budou připadat směšné. Když jste přítomní, nemůže nad vámi vaše mysl nikdy převzít kontrolu. Bez vaší přítomnosti by nikdy neexistovala vaše budoucnost, ale nezapomínejte, že dosažení cíle nikdy nevede ke štěstí, zatímco cesta, která k cíli vede, ano.

Žaneta Levíčková



(Joaquin Phoenix, ilustrační obrázek, imdb.com)

Způsobuje zima nachlazení?

Určitě jste už mnohokrát slyšeli, že v zimním období jsme více náchylní k oslabení našeho imunitního systému a následnému nachlazení, rýmě, bolesti v krku nebo chřipce. Tato tvrzení slycháváme již od dětství, tudíž jsme je přijali za vlastní a mnohokrát nás ani nenapadá nabízející se otázka: Proč je tomu tak? Proč je náš organismus v zimních měsících náchylnější než v létě nebo na jaře?

Už v šedesátých letech 20. století proběhlo mnoho laboratorních pokusů, které vyvrátily souvislost nízké teploty s vznikem virů způsobujících rýmu a jiné druhy nachlazení. Pro plnou důvěru v tyto pokusy bychom však museli zanedbat rozdíl mezi laboratorním prostředím a reálnými situacemi. Důvodů, proč jsou lidé v zimě náchylnější na nemoci, je mnoho. Jedním z nich by naprosto logicky mohl být předpoklad, že v zimě trávíme víc času uvnitř ve vytápěných místnostech v přítomnosti mnoha lidí. Tím bacilům ulehčujeme přenos z člověka na člověka. Zároveň existují takzvané rhinoviry (viry způsobující rýmu), kterým se lépe daří v chladu, tudíž se v zimě zachytávají v nosních dutinách, kde je z inhalace venkovního vzduchu větší chlad než třeba v plicích. Zároveň je pro náš imunitní systém složitější bránit se proti virům z okolního prostředí, jelikož většina reakcí v našem těle působí pomaleji v chladnějším prostředí. Při nižších teplotách naše tělo vytváří méně bílkovin důležitých pro regulaci imunitního systému.

Závěrem tedy neexistuje pouze jeden důvod k většímu riziku onemocnění v zimním období. Je ale pravda, že určitá souvislost mezi nízkou teplotou a odolností imunitního systému existuje, ať už přímá nebo nepřímá.

Eliška Stehnová



(ilustrační obrázek, pixabay.com)

Kauza Kuciak

Megaproces ohledně kauzy Kuciak se blíží ke konci a po necelých třech letech se dostává rodinám zavražděných spravedlnosti. V pondělí 13. ledna totiž začíná soudní řízení s podezřelými z vraždy Jána Kuciaka a Martiny Kušnírové. Po již odsouzeném Zoltánovi Andruskovi, nad kterým byl vynesena rozsudek 15 let vězení (díky jeho spolupráci s policií), se k němu připojí Alena Zsuzsová, bratranci Tomáš Szabó a Miroslav Marček a „hlava“ celé operace Marián Kočner. Líčení je zatím stanoveno na devět dní a vše bude probíhat u specializovaného trestního soudu v Pezinku. Každý z obžalovaných si od soudu „odnese“ mezi 25 lety vězení a doživotním odnětím svobody a nejvíce snad samotný Marian Kočner.

Tento slovenský podnikatel, spojený s různými kauzami finančních podvodů a nechvalnou reputací, celou operaci inicioval. Vraždu mladého podnikatele si pravděpodobně objednal jako osobní pomstu, ale nespíš také z pocitu ohrožení. Již šest měsíců před vraždou Kuciakovi vyhrožoval v telefonátu, a i přes trestní oznámení, které na něj novinář podal, se nic ze strany policie nedělo. Kočner neměl radost z toho, že Kuciak mapoval jeho byznys a „vrtal se“ v nejasnostech. Proto si na zadání vraždy vybral Alenu Zsuzsovou, se kterou se znal. Byla jeho „volavkou“ a partnerkou vlivných mužů. Informace o nich a možné kompromitující materiály mu předávala. Alena na obstarání pověřila Zoltána Andruska, majitele pizzerie, který jí dlužil peníze. Ten si na vraždu vybral Miroslava Marčeka a Tomáše Szabó, oba měli s podobnými záležitostmi zkušenosti. Jeden hlídal, zatímco se ten druhý vplížil do domu a zavraždil mladý pár.

K soudu je akreditováno okolo 120 novinářů z různých zemí. „Je to jen začátek. Obžaloba byla potvrzena, začínají líčení. Bude to ještě dlouhé.“ vyjadřuje se Janův otec, Jozef.

Matěj Vondra



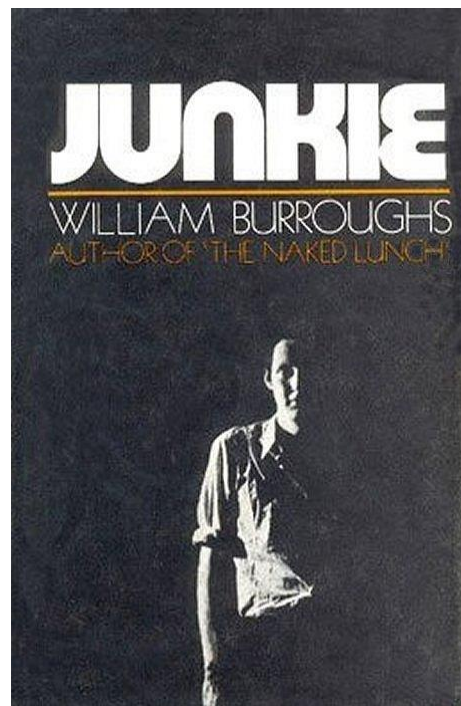
(ilustrační obrázek, pixabay.com)

Junky by William S. Burroughs

„When you stop growing you start dying. An addict never stops growing.“

Junky is a semi-biographical novel, written by William S. Burroughs; a beat and drug user. It is the most controversial and perverse book ever written. In detail it express the darkest corners of an intense drug use and brings the reader such an unforgettable experience from its narration. Burroughs is practically describing his own life, while he was staying in New York in the 1950s, selling and doing drugs. He is being very open about each and every spicy experience of his and this uncovered naked truth just does not let the reader stop reading. I am so amazed by his extraordinary style of writing, use of words and how he presents himself throughout the whole book. I would recommend Junky to every curious and enthusiastic person, who should definitely be interested in the whole idea of Beat Generation, because Junky is such a perfect reflection of beats' life. Otherwise, you can consider reading it because it has such a massive amount of slang words and phrases, that are always fun to learn. (Some of the names of junk used in Junky: H, Horse, Henry, Heroin or C, Coke, Charge, Charly, Brown and White Stuff or Mud.)

Aneta Makovská



(ilustrační obrázky, beatbookcovers.com)

New Year's Resolutions

Have you made a New Year's resolutions and now you fight for fulfilling them? Do you think about simply giving up? Maybe that's because you set an unrealistic goal, but in most cases, you just need the right motivation to make things done.

A good way to motivate yourself is to always remind why do you want to do something. You can make a list and hang it near your desk to always have the goals on your eyes. This should help you to want to do even small steps to achieve the goal. Also, set a small reward for every task you accomplish. It can be anything from a piece of cake to an episode of your favourite serial. And if it still doesn't work another good and a bit masochistic way to push yourself more is to tell somebody about your aim. That person will probably ask you about your progress and that will motivate you to complete the tasks. Because of course, no one wants to admit to someone else that he had not made any progress.

I hope you have got some inspiration how to motivate yourself to not give up on your New Year's resolutions. Make things done. Good luck.

Eliška Vondráčková

IV.