

**Предузимање мера против дечијег рада**

У Индији се од сада може казнити казном до две године затвора особа која запошљава децу испод 14 година. Ова држава са 1 милијардом становника је евидентирала 12,6 милиона деце-радника, али према неким проценама има их око 60-115 милиона. Највећи проблем је што је дечији рад једини извор прихода у многим индијским породицама.

Међутим, дечији рад је замка: многе породице своју децу шаљу са 5-6 година на плантаже, фабрике или у куће имућнијих породица да раде. Велика понуда радне снаге смањује зараде, а спречава и технолошки развој. Послодавци не желе улагати у инфраструктуру и аутоматизацију. Око 70% деце ради у пољопривреди и то првенствено у Индији, Пакистану и Непалу. На плантажама чаја и фармама деца раде без заштитне опреме хемикалијама и међу машинама. Предузећима земаља света у развоју конкурентност значе деца-радници због јефтиноће и њихове незаштићености. Због тога је веома тешко наћи свеобухватно адекватно решење.



## A mozgásszegény életmód következményei

A sportos kikapcsolódás programjai fontos szerepet játszanak egészségünk megőrzésében, azoknak a kezdődő betegségeknek, panaszoknak a kivédésében és gyógyításában, amelyeknek korunk embere ki van téve.

A tudományosan kikísérletezett és bizonyított programok szerint a szelektív sport segíti az embert egészsége megőrzésében és annak javításában. A sport meggátolja a mozgásszervi problémák kialakulását, az emésztési és alvászavarok, a keringési, pszichés és más zavarok kialakulását.

A modern kor embere egyre inkább tapasztalja magán az idegi-pszichés túlterhelés és az egészségtelen étkezés okozta panaszokat. Egyre komolyabb probléma a mai ember biológiai egyensúlyának aláásása. Korunk életmódjában az emberek aktív mozgása minimális, ezért elengedhetetlen ennek pótlása tornagyakorlatokkal, futással és más mozgásfajtákkal. A modern mozgás-rekreációs programoknak fontos szerepük van a stressz kivédésében, az optimális vércukorszint megtartásában, de a sport a modern kultúra része is. A kulturált ember nem betegedhet meg az elhízástól és semmi mástól, ami nem elégíti ki a szervezet alapvető mozgásigényét.

Ellentmondásosnak tűnik, de igaz, hogy az autótulajdonos jól ismeri autója ápolásának módját, de nem tudja, mire van szüksége saját szervezetének.

Ellentétben velünk, a világ többi országa másképp viszonyul ehhez a kérdéshez. Sok országban felismerték a lakosság egészségének fontosságát, mivel az, többek között az emberek munkaképességét biztosítja. A legfejlettebb országok többségében nem közvetlenül finanszírozzák a sportot, hanem optimális felvételeket teremtenek a lakosság sportolásához, ahogy a kulturált és egészséges életmód más területein is teszik. Létezik még egy fontos dolog, ami mindenki számára elérhető. Ez az információ. A tudomány által elért felismeréseket a világon mindenki megismerheti a médiákon keresztül. Ezek az eredmények gyakorlatilag az oktatás részei az iskolákban. Ugyancsak információkhoz lehet jutni a szakmai tanácsadó és tudományos intézményekben is.

Végül ki kell emelni még valamit: A fizikai képesség fejlesztését szolgáló mozgásformák kiválasztásakor figyelembe kell venni az életkort és az egyén egészségi állapotát is. A sportolás megkezdése előtt az egészségi problémákkal élő embereknek orvoshoz kell fordulniuk. Egyéb vizsgálatok mellett az orvos EKG-t is készít.

Miután teljes képet kaptunk fizikai teljesítőképességünkről, az orvossal és a tornatanárral konzultálva tervezzük meg a megfelelő gyakorlatokat, s csak ezután húzzunk tornacipőt, és kezdjük el egészségünk sporttal való óvását.



## Íráskészség

I.

Драги Милоше,

добио сам твоје писмо које ме је много обрадовало. Ево ме, коначно код куће, па да ти одговорим, да ти испричам своја искуства и своје доживљаје о боравку у иностранству. Као што знаш, ја радим у банци, и одувек сам желео да у оквиру неке размене студената или преко посла одем у Брисел и да се још боље упознам са међународним финансијама, јер ми је то потребно и за радно место. Оно што као студент нисам успео, сада сам реализовао – пријавио сам се на неки конкурс за стипендију. Требао сам да сакупим и да пошаљем доста докумената, као прво, своју аутобиографију, копију своје дипломе, потврду о језичком знању и потврду о запошљању. Дуго сам чекао одговор, али сам био веома срећан када су ми јавили да ми је додељена шестомесечна стипендија у Бриселу. Ја сам становао у апартману са још једним младићем, он је био из Пољске. Хранио сам се у мензи универзитета, а за викенд сам понекад ишао у ресторане, а понекад сам сам спремио неко једноставније јело. Курс је био јако интересантан и користан за мене. Колеге и предавачи су били као љубазни и отворени. Купио сам неке нове књиге, а доста материјала су ми предавачи послали преко мејла као презентације. Сада много боље говорим француски и енглески. Јесте да сам дуго био удаљен од породице, али су они дошли код мене у посету један викенд.

Предлажем ти да и ти редовито прегледаш конкурсе, и препоручујем ти да се јавиш на више конкурса, овако је већа шанса да добијеш неку стипендију. Ово је било велико и лепо искуство за мене.

Надам се да си ти добро, било би лепо да се ускоро сретнемо.

Пуно поздрава

У Будимпешти, 12.03.2016.

Јован

II.

Драги Петре,

било је велико изненађење видети твоју разгледницу са Сејшелских острва! Заиста је дивно место за летовање и одмарање. Како си нашао аранжман, код које туристичке агенције? Да ли су ти они сређивали и авионску карту или си о томе ти требао да се побринеш? Питао си ме о мојим плановима везаних за годињи одмор, па ево, да ти напишем како стоје ствари. Код мене су се ствари доста закомпликовале. Знаш ме, ја највише волим да узмем свој годишњи одмор лети, када је топло, јер ја обожавам



летовање на обали неког топлог мора, на пример на Јадранском мору или на Егејском мору. Међутим, моја девојка, сада већ вереница, не дели моје мишљење. Она најрађе иде на годишњи одмор зими. Воли скијање, снег и хладноћу. Она сматра да се лети лако могу добити инфекције због високе температуре, на плажама су гужве и често је прљавштина. Она, на жалост, заиста има алергију на многе биљке које цветају у јулу и у августу, па тада не воли ни да излази из куће. Зато воли да иде на планину где је борова шума, јер је тамо чистији ваздух. Ја, међутим, обожавам пливање у топлом мору, сунчање на пешчаној плажи, и у ресторанима јести плодове мора. Већ смо више пута разговарали о томе, али никако да се договоримо, чак смо се и посвађали једном.

Шта ми ти саветујеш? Какво компромисно решење да нађемо да обоје будемо задовољни? Или да се и ја чврсто држим свог става? На крају крајева, и на мору је чист ваздух. Молим те, одговори ми што пре, јако ми је битно твоје мишљење.

Пуно поздрава

У Будимпешти, 12.03.2016.

Немања



## Olvasáskészség

Maximális pontszám: 25

1. A kínai orvoslás. 2 pont
2. A hasonlót hasonlóval gyógyítja. 2 pont
3. Növényi gyógymódot. 1 pont
4. A beteg embert és nem a betegséget, mivel a szervezet egységes. 3 pont
5. Hivatalosan (törvényesen) akkor ismerték el Szerbiában a homeopátiát, mint gyógymódot. 2 pont
6. A terhesség utolsó hónapjában hetente kétszer javasolt a könnyebb szülés érdekében. 3 pont
7. A szennyezett levegő, stressz, kevés mozgás, az immunrendszer romlása. 3 pont
8. Az öngyógyításra. 2 pont
9. Növényi, ásványi, állati alapanyagokból készülnek. 3 pont
10. Segítik a sebgyógyulást. 1 pont
11. Tartósítószeret és kémiai segédanyagokat. 2 pont
12. Az emberi szervezeten belüli egyensúlyt. 1 pont

