



MENSA

ČESKO



září/2024



Vážení čtenáři,

co vás čeká v srpnovém čísle časopisu Mensa?

- informace o nové škole a nové školce spolupracující s Mensou a o dvou nových klubech nadaných dětí
- výsledky **fotografické soutěže**
- přehled článků, které byly za poslední měsíc **publikované na webu magazin.mensa.cz** (obzvláště doporučuji článek o Victoru Serebriakoffovi v rámci rubriky Mensantrop)
- přeložené články z **Mensa World Journal** (z toho jeden o spánkové deprivovaných krysách a jeden o souvislosti inteligence a rizika mozkové mrtvice)
- několik **úloh k luštění** v rubrice **Bystřilna**.

Přeji vám příjemné čtení – a budu ráda, pokud vás třeba inspiruje k zaslání příspěvku vlastního.

Zuzana Kořínková
zuzana.korinkova@mensa.cz
+420 776 288 979

Časopis Mensy Česko „Mensa“ je elektronický měsíčník. **Číslo 9/2024** (září), ročník XXXI, vychází 1. září 2024. **Uzávěrka říjnového čísla je 1. 9. 2024, uzávěrka listopadového čísla je 6. 10. 2024.**

Časopis připravuje redakce časopisu Mensa, zveřejnění a nezveřejnění příspěvků podléhá schválení redakční radou. **Příspěvky, připomínky a dotazy prosím zasílejte na adresu redakce@mensa.cz.** Redakce si vyhrazuje právo články v případě potřeby upravit nebo zkrátit.

Články v časopise představují díla, názory, myšlenky nebo nabídky jednotlivých autorů a nemusejí vyjadřovat postoje jiných mensanů ani orgánů Mensy Česko, není-li výslovně uvedeno jinak. Obsah tohoto časopisu může být volně přebírán všemi ostatními publikacemi Mensy za předpokladu uvedení zdroje, není-li výslovně uvedeno jinak. Obsah publikovaný na magazin.mensa.cz je šířen pod licencí Creative Commons.

Aktuální číslo časopisu je k dispozici v elektronické podobě na webu magazin.mensa.cz. Archiv všech čísel, včetně časopisů Mensy International, naleznete na intranetu Mensy intranet.mensa.cz.

Vydavatel: Mensa Česko, Španielova 1111, 163 00 Praha 6; **Grafika:** Ateliér Falátek, s.r.o., Prokopova 2219/19, Jižní Předměstí, 301 00 Plzeň; **ISSN** 1211-8877; Evidence periodického tisku MK ČR E 22252; © Mensa České republiky, 2023.

Na tomto čísle se podíleli: Na tomto čísle se podíleli: Robin Crawford, Taryn Dryfhout, Ryan Au Eong, Marcela Fatrová, Marta Frydrychová, Vicki Herd, Čestmír Kalus, Zuzana Kořínková, HOnza Koudelka, Jarka Marčeková, Esther Naef, Dita Sedláčková, Jana Soukupová, Victor Tan, Katka Vágnerová, Eva Vítová.

Titulka: HOnza Koudelka

NOVÁ SPOLUPRACUJÍCÍ ŠKOLA, ŠKOLKA A DVA KLUBY NADANÝCH DĚTÍ

Zuzana Kořínková

Novou školou spolupracující s Mensou je **ZŠ Mikulov, Hraničářů 617E.**

„Jsme moderní školou v jižní části města. Snažíme se o vytvoření spolehlivého zázemí pro osobnostní rozvoj každého z našich žáků.“ představuje školu učitelka Lucie Kmentová.

„V rámci dějepisu jsme začali spolupracovat s organizací Post Bellum, díky které jsme se mohli zapojit do projektu Příběhy našich sousedů. Dále organizujeme Pangeu, Matematického klokana, soutěž o Mladého chemika a naši žáci se účastní celé řady předmětových olympiád, soutěže plšQworky nebo šachových turnajů. A každoročně také podporujeme děti v účasti na Logické olympiádě.

V hodinách matematiky využíváme Hejného metodu. Ve škole se vzdělávají 2 žáci identifikovaní jako mimořádně nadaní v oblasti matematické a logického myšlení, kteří měli v minulém školním roce možnost 3x týdně navštěvovat hodiny matematiky ve vyšším ročníku. Několik dalších žáků, které jsme identifikovali čekají na potvrzení nadání v PPP. Pro nadané žáky je v provozu Klub deskových her.

Pravidelně se účastníme programu ve Vida centru, každým rokem k nám zavítá Škola moderní chemie. V hodinách mají žáci možnost provádět pokusy, mikroskopovat, pracovat s 3D tiskárnou a perem, využívají moderní počítačovou učebnu, mikrobot a laserovou CO2 řezačku. Podporujeme žáky v tvůrčí a badatelské činnosti, účastní se exkurzí souvisejících s ochranou přírody v CHKO Pálava. V letošním školním roce byl v naší škole zřízen školní parlament pro žáky čtvrtých až devátých tříd.

Při škole funguje Školní sportovní klub, jehož cílem je podpora sportovních aktivit žáků školy, a v zimě je u školy v provozu kluziště, kde probíhá výuka od první třídy. Organizujeme spolupráci s ostatními školami – Setkání tří škol – kde se žáci během tří dnů zapojují do různých sportovních aktivit. Dále rozvíjíme talent žáků v tanci, výtvarné výchově, hře na hudební nástroj v Instrumentálním

souboru, v jazycích a čtenářské gramotnosti. Zapojili jsme se do festivalu Knihopásek. Koncem školního roku naše aktivity nekončí, každoročně se v průběhu prázdnin koná florbalové, taneční a volejbalové soustředění.“

Mezi školky spolupracující s Mensou přibyla **MŠ Máchova v Klatovech.**

„V naší mateřské škole se zaměřujeme na komplexní rozvoj osobnosti dítěte s velkým přihlédnutím k jeho individualitě.“ říká Kamila Serbi, zástupkyně ředitelky. „Mezi naše nadstandardní aktivity patří plavání, bruslení (formou celoroční spolupráce s klatovskými hokejisty v projektu zvyšování tělesné aktivity dětí), sbor, keramická dílna, výtvarný kroužek, bubnování nebo Matýšek (předmatematické představy podle Hejného).

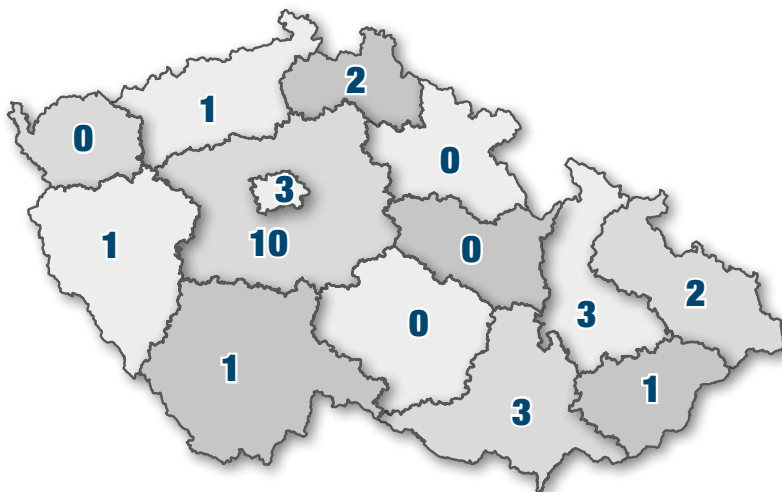
Snažíme se o individuální rozvoj každého dítěte. Ve třídě tříletých již lze vyzorovat některé známky nadání u dětí, které dále rozvíjíme v našich nadstandardních aktivitách. Pracujeme s robotickými hračkami, zařazujeme do řízených činností prvky Hejného matematiky, pracujeme s piktogramy. Pro výuku používáme pomůcky na rozvoj logického myšlení, představivosti, fantazie. Naše pedagogická snaha je především provázet dítě při získávání jeho nových zkušeností a poznatků, a ne mu jen předkládat hotová fakta. Naším mottem je: „Neotvírejte dětem dveře, ale pomozte jim najít klíč, aby si je otevřely samy.“

A konečně mezi kluby nadaných dětí přibyla rovnou dva přírůstky: **Klub nadaných dětí při ZŠ A. Jiráka, Lanškroun**, který účastníkům kromě pravidelných schůzek zaměřených na rozvoj logického myšlení nabídne i exkurze a workshopy, a **Klub nadaných dětí při ZŠ Unhošť**, který slibuje matematické hlavolamy, logické úlohy, jazykové hádanky a slovní hříčky, logické a vědomostní hry nebo Rubikovu kostku.

Podrobnosti o nových i stávajících spolupracujících školách, školkách i klubech nadaných dětí najdete na webu **deti.mensa.cz** společně s informacemi o nadaných dětech, kalendářem akcí nebo poradnou.

VÍTÁME NOVÉ ČLENY!

Lada Beránková, Soňa Fialková, Alice Gablerová, Šimon Josef Gazdo, Estella Horáková, Lucie Hájková, Anne-Maria Kasipovičová, Sofie Kaucká, Hana Kolková, Filip Kopečný, Kryštof Kurečka, Antonín Mejsnar, Michal Muzikář, Jan Peldřimovský, Jonathan Ross, Tomáš Strmiska, Samuel Svoboda, Ladislav Šilhán, Maxim Štambera, Václav Štohanzl, Jan Štýbar, Václav Vajgl, Tomáš Varga, Martin Vítek, George Zaitsev, Michail Zaitsev, Michaela Zušťáková.



VÝSLEDKY MENSOVNÍ FOTOGRAFICKÉ SOUTĚŽE 2024

Dita Sedláčková

Téma letošní fotosoutěže bylo FIRE (Oheň).

Do soutěže bylo přihlášeno 25 fotografií členů Mensy Česko. Hlasující rozhodli o pořadí a tři nejúspěšnější snímky postupují do mezinárodního finále.

V dětské kategorii bylo letos přihlášeno 9 fotografií, přičemž všechny tři vítězné snímky zaslala čtrnáctiletá Nella Peabody, která za svůj úspěch obdrží věcnou cenu.

Všem soutěžícím děkujeme za účast a vítězům srdečně gratulujeme!

DOSPĚLÁ

1 Good Servant Jan Koudelka



2 Oheň nad Balatonem
Martin Junge



3 Fire compressed
Jakub Moc



DĚTSKÁ

1 Svíčky Nella Peabody



2 Lodičky Nella Peabody



3 Zápalky Nella Peabody



Mensantrop: Victor Serebriakoff

mensa.click/1d6

Victor Serebriakoff je znám jako člověk, který zachránil Mensu před zánikem, vybuřoval ji do podoby, jakou známe dnes, a prosadil do jejích stanov dnešní první cíl – využití inteligence ve prospěch lidstva. V dalším dílu Mensantropa najdete článek o Victorově životě v Mense i mimo ni, opět z pera HOnzy Koudelky. Ten při sběru informací mimo jiné mluvil s řadou pamětníků, v článku tedy najdete i informace doposud jinde nezveřejněné.



Fotoreportáž: Vědecký týden LogIQ klub

mensa.click/1d9

V červenci se v rámci klatovského LogIQ klubu uskutečnil vědecký týden určený pro děti z I. stupně ZŠ, a to na téma Od pravěku k robověku. Vedoucí klubu Kateřina Vágnerová shrnula aktivity, kterým se účastníci věnovali, do fotočlánku.



Kukačka

mensa.click/1d7

V červenci se uskutečnil už 3. ročník povedené akce pro rodiny s dětmi na skautské základně Bílého orla umístěné v krásném prostředí CHKO Šumava mezi obcemi Javorná a Čachrov (poblíž osady s krycím názvem Kukačka). Ve svém článku se s vámi o dojmy a fotografie podělí Eva Vítová.



Příměstské tábory

mensa.click/1d8

Už tradiční příměstské tábory pro nadané děti v Českých Budějovicích letos ve dvou termínech zabavily celkem šedesát dětských účastníků. Ti se v prvním běhu věnovali šachům, v druhém se pak inspirovali Sherlockem Holmesem. Co všechno děti podnikly, najdete (včetně obrazové dokumentace) v článku od Marty Frydrychové.



Z Mensa gymnázia: Začátek školního roku

mensa.click/1da

Školní rok začíná i na Mensa gymnáziu. Zástupkyně ředitelky Marcela Fatrová v dalším ze série článků z dění na škole představuje plány na tento školní rok, a to ať už v oblasti plánovaných vzdělávacích akcí, soutěží a kroužků, nebo v oblasti kariérního poradenství, rozvoje školy nebo podpory vztahů školy s rodiči a vztahu žáků mezi jednotlivými ročníky.



Mensa a inteligence v médiích

mensa.click/1d5

V tradiční rubrice Mensa a inteligence v médiích Stanislav Wolf shrnuje, kde se za poslední měsíc mluvilo o Mense, inteligenci, mozku nebo nadaných dětech.



INZERCE

GRAFICKÉ PRÁCE & DTP
originální ilustrace
novoročenky
výročky
loga

Mgr. Kristýna Mothejzlková

BEEPART.CZ

*Nadané dítě?
Adhd?
Pas?*

Theraplay.CZ
Dětská psychologická poradna

**KURZY
KERAMIKY**

JAKUB OTH
KERAMISTA.CZ
Pláček: Tereza Kodešová

PRAHA



Z ExCommu: O Mensa Hubu a dobrovolnictví

Robin Crawford, mezinárodní radní pro administrativu. Převzato z Mensa World Journal č. 140, 9/2024. Přeložila Zuzana Kořínková



*Děkuji vám
za příležitost sloužit
jako vaše nová
mezinárodní radní
pro administrativu.*

Ještě předtím, než se letos v červenci nový ExComm ujal úřadu, jsme všichni tvrdě pracovali – studovali jsme správné dokumenty, potkávali jsme se s našimi předchůdci a učili se od nich, stanovovali jsme priority, vytvářeli seznamy, připravovali se na naše první osobní setkání v rumunské Bukurešti a pracovali na sestavení agendy pro říjnovou schůzi IBD v australském Perthu.

Je toho tolik, co je potřeba udělat!

Tvorba nového MENSÁ HUBU přitom byla nejzajímavějším projektem. Jde o univerzální platformu pro všechno, co se týká Mensy: diskuse, ISIGy, národní Mensy, IBD, správné dokumenty, výbory a týmovou práci a mnohem více. Pokud jste byli přihlášení na původně používané platformě Workplace, už jste pravděpodobně obdrželi pozvánku na jejího nástupce: Mensa Hub. Nyní bude následovat několik fází, v nichž Hub zpřístupníme více členům. V tom nám pomůže nová a dlouho očekávaná mezinárodní členská databáze, která kromě rychlého přístupu k Mensa Hubu umožní i jednodušší registraci na zahraniční setkání a další výhody.

Proč další online platforma?

Ukončení provozu platformy Workplace, vlajkové online komunity Mensy International, v květnu oznámil její poskytovatel společnost Meta (ano, ta samá společnost, která vlastní Facebook). V reakci na to se dobrovolnický tým (složený z Eivinda Olsena, Lorenza Damioho, Cinthie Reyes, Anni Saloranta, Lyn Taylor, Terryho Lee a mě samotné) pod vedením bývalého předsedy Björna Liljeqvista pustil do vytvoření zcela nové online platformy od nuly – během necelého měsíce a půl.

Replikovali jsme aktivní a nezbytné skupiny ze staré komunity Workplace, vytvořili grafiku a sepsali zásady a často kladené otázky. Dokonce jsme měli zábavnou skupinu dobrovolných testovacích mensanských subjektů, které nám na sobě umožnily vyzkoušet si různé nástroje pro moderování a nastavení, zatímco diskutovaly o dortíkách a hádaly se o kulturních rozdílech mezi Mensou Antarktida a Mensou Atlantida.

Výzva všem dobrovolníkům

Když už mluvíme o dobrovolnících, oficiální výzva pro podávání přihlášek na dobrovolnické pozice na rok 2024 byla zveřejněna v červenci. Pokud vás zajímá, které pozice Mensy International a jejich výborů jsou k dispozici, chcete zjistit víc, nebo se rovnou přihlásit, prosím podívejte se na stránku s dobrovolnickými rolemi na mezinárodním webu www.mensa.org.

Nejste ještě připraveni se zapojit na mezinárodní úrovni? To je naprosto v pořádku. Vaše národní Mensa a místní skupina také potřebují pomoc.

Už teď se zapojujete jako dobrovolníci

Často čteme věty jako: „Dobrovolníci jsou životní silou Mensy,“ a „Máme volná místa pro tohoto funkcionáře a tohoto koordinátora.“ To vše je samozřejmě pravda, ale dobrovolnictví má mnoho podob. Je pravděpodobné, že každý z vás už nějakým způsobem přispívá k lepší Mense. Opravdu. Když pošlete e-mail, abyste sdělili své obavy nebo navrhli zlepšení, možná tím upozorníte na něco důležitého, co ostatní přehlédli, nebo pomůžete najít inovativní řešení.

Brainstorming je součástí procesu zlepšování; i to je dobrovolnictví. Když se zapojíte do online konverzace, pomáháte posunout diskusi kupředu, přispíváte k celkové živosti online komunity: i to je dobrovolnictví. Když se na někoho usmějete nebo s někým na akci zavítáte, pomáháte ostatním cítit se vítáni a žádaní a zvyšujete pravděpodobnost, že příště přijdou znovu: i to je dobrovolnictví. Představte si Mensu bez nových nápadů, bez příspěvků v online skupinách, bez her nebo úsměvů mezi sebou. Pokud jste zapojeni v Mense, i když jen zdánlivě malým způsobem, věnujete svůj čas a úsilí pro obecné dobro. Je to společná kombinace všech těchto aktů dobré vůle, která dělá z Mensy tak úžasnou organizaci, již můžete být součástí.

Díky vašemu příspěvku je Mensa lepší pro všechny.

Děkujeme vám!



Setkání Malajské Mensy na kelongu

Victor Tan. Převzato z Mensa World Journal č. 140, 9/2024. Přeložila Zuzana Kořínková.

*Z karaoke systému
se linul text písně
„Boundless Oceans“
od BEYOND,
zaplňoval každý kout
i (jak si představuji)
naši kolektivní mysl.
Najednou... ŽBLUŇK.*



Padl první nához, pak druhý a zvuk odvíjejícího se vlasce naznačil, že rybářské pruty už nečinně neleží na břehu. Otevřel jsem oči a uviděl nekonečný oceán, rozlehlé nebe a třpytící se vodu, naznačující nekonečno za hranicí obzoru. Stál jsem na dřevěné plošině na okraji oceánu a vše vstřebával.

Sešli se tu Mensané z šesti zemí: Malajsie, Singapuru, Hongkongu, Indie, Indonésie a Japonska. Ale národnost tu byla mnohem méně důležitá než obvykle – na tomhle místě se cizinci měnili v přátele, ryby se chytaly poprvé v životě a každý okamžik byl charakterizovaný radostí a objevováním.

Takové bylo setkání Malajské Mensy na kelongu, rybářské chatě na kůlech uprostřed oceánu.

KLAP, vytrhl mě z myšlenek zvuk kulečnickových koulí, v nichž jako by s každým uspokojivým ťuknutím ožil problém N těles. Na dalších stolech se otáčely karty a mahjongové kameny. Hra v kouzelnickém šachu probíhala rychlostí 15 milionů výpočtů za sekundu. V kvízech Kahoot se soupeři v přátelském zápolezení zapojovali do bitvy mozků a do živé konverzace o historii Mensy a o vlastnostech druhých mocnín.

Ale co mě skutečně dostalo? Paradoxně to byla... Videohra Metal Slug. Nemohl jsem tomu nejprve uvěřit, ale bylo to tam: mé dětství ožilo. Děti spolupracovaly se svými rodiči, aby horečnatým mačkáním tlačítek rozdrtily mimozemšťany a rozpixelované padouchy – a prostřednictvím společných zážitků a kolektivních vzpomínek tak spojovaly generace.

V tom okamžiku, kdy se obrazy, vzpomínky a hudba spojily, jsem stál omámený ve svém dějství, a věděl, že to je magický moment.

Společně jsme se vyfotili v dešti – na fotce jsou zachyceny rozjařené a okouzlené výrazy všech přítomných, ale pouhá fotografie ani tak nedokáže vystihnout vzpomínku na to, jak jsme se na akci potkali, hráli si, smáli se, plakali, učili se a zpívali z hloubi své duše. Byla to mladá, divoká a svobodná symfonie, která překročila národy a hranice. Tato neuvěřitelná sbírka zážitků je jednou z mých nejdražších vzpomínek na moji mensovní rodinu.

Děkuji organizačnímu týmu z Mensa Johor za vytvoření tohoto zážitku světové úrovně!

Pokud vás článek inspiroval se k nám připojit, přijďte se brzy pobavit s námi. Těším se na společné setkání! Na závěr doufám, že mnozí z vás čtou tento článek jako vzpomínku. Bylo mi ctí ji pro vás zaznamenat! Pamatujte, Mensu je nejlepší oslavovat společně.

PS: To pozvání myslím vážně!

Akce na kelongu byla předeherou k oslavě 40. výročí Malajské Mensy a 35. výročí Mensy Singapur, které se uskuteční od 5. do 6. října 2024 v letovisku Tunamaya Resorts v Desaru, mezi Kuala Lumpur a Singaporem. Těšíme se, že se znovu setkáme, a ať už jste odkudkoli, budeme rádi, když se k nám přidáte. Zaregistrovat se můžete zde: mensa.my/desaru-anniversary

Beyond the shores where waters gleam,
We gathered, minds as sharp as dreams,
From Malaysia's heart to Singapore's shore,
Beyond all borders, toward friendship's eternal soar.
Under canvas of endless blue,
Hammocks swayed, some even flew;
We laughed, screamed, cried, our hearts at ease, Amidst rustlings of the breeze.

Chess boards set on wooden tables,
Stories spun from ancient fables,
Cards and tiles shuffled in playful and grabby hand,
On wooden "land" memories formed, indisputably grand.

Quizzes sparked our curious minds,
Atop the table, the Mensa, where brilliance shines;
We ventured from Kelong to realms of lore,
From Metal Slug to myths of yore.

Young, wild, and free under sky,
In these brief moments, our minds did fly.
We played, relived, in the passing hours,
Conversations on world, society, all the great powers.

Then a fishing line cast in morning light,
Left but a memory of that epic night.
A giant fish, a triumph caught,
In awe we stood, in joy we sought.

Six nations, hand in hand,
Memories to form, eternal and grand.
Hearts united, bonded, true,
Each path unique, with new comrades to pursue.

This resort in Johor, a haven found,
Where laughter and knowledge did both abound.
In this place of serene delight,
We felt our futures burning bright.

In this gathering, small yet vast,
We saw the future, built to last.
In every game, and every thought,
Came a deeper unity hereafter, together wrought.

Stipendia Mensy International 2024

Vicki Herd, předsedkyně stipendijního programu Mensy International. Převzato z Mensa World Journal č. 140, 9/2024. Přeložila Zuzana Kořínková

Mensa Education and Research Foundation (Mensa Foundation) oznámila vítěze stipendií Mensy International a stipendií Ed Vincent International pro rok 2024. Žadatelé o stipendium předkládají eseje o délce až 550 slov, ve které vysvětlují své kariérní, akademické nebo profesní cíle a jak jich plánují dosáhnout.

Stipendium Mensy International je otevřeno mezinárodním (neamerickým) členům Mensy, kteří studují na neamerických univerzitách nebo vysokých školách. Vítězi pro rok 2024 jsou:

\$2 000 – Theresia Veronika Rampisela z Mensy Indonésie

\$1 000 – Oscar Lapidus z Mensy Švédsko

\$1 000 – Sofia Schoenbauer z Mensy Rakousko

\$1 000 – Kevin Boon Chun Kee z Britské Mensy

Stipendium Ed Vincent International je otevřeno mezinárodním (neamerickým) členům Mensy, kteří studují na amerických univerzitách nebo vysokých školách. Vítězem pro rok 2024 je Linn Zapffe z Mensy Norsko (\$1 000).

Odevzdané eseje hodnotí specializovaná skupina mezinárodních porotců z řad členů Mensy – kteří si za své úsilí také zaslouží být uznáni a oceněni. Porotci pro rok 2024 byli: Andreas Athanakis (Mensa Řecko), Aleksandra Borovic (Mensa Srbsko), Willem Bouwens (Mensa Nizozemsko), Zabeda Abdul Hamid (Mensa Malajsie), Delma Murray (Mensa Kanada), Cinthia Reyes (Mensa Mexiko) a Elissa Rudolph (Americká Mensa).

Stipendijní program pro rok 2025 se otevře 15. září 2024 a přihlášky budou přijímány do 15. ledna 2025. Všichni mezinárodní (neameričtí) členové Mensy, kteří studují na univerzitách a vysokých školách, se mohou přihlásit. Podrobnosti naleznete na stránce Mensa International scholarship (mensafoundation.org).

Pozor: Přihlásit se mohou pouze platní členové Mensy. Členové s propadlým členstvím budou diskvalifikováni. Ujistěte se proto, že vaše členství je aktuální.

Vliv inteligence na riziko mrtvice

Taryn Dryfhout. Převzato z Mensa World Journal č. 140, 9/2024. Přeložila Zuzana Kořínková.



Nový výzkum nedávno publikovaný v časopise Journal of Epidemiology & Community Health tvrdí, že mladí lidé s nižší úrovní inteligence mají vyšší pravděpodobnost, že utrpí mrtvici. Studie se zaměřuje na adolescenty a jejich riziko mrtvice před dosažením věku 50 let.

Bylo zjištěno, že jedinci se slabšími mentálními schopnostmi mají třikrát vyšší pravděpodobnost mrtvice než jedinci s průměrným nebo vyšším IQ. Výzkum navazuje na předchozí studie, které se také snažily prokázat, že jasná souvislost mezi mentálními schopnostmi a rizikem mrtvice u mladých lidí existuje.

Osobně mi to, jako člence Mensy, která prodělala mrtvici ve 30 letech, připadá obzvláště zajímavé. Samozřejmě jsem toho času nebyla adolescent, ale i tak mě to nutí přemýšlet, do jaké míry byly moje šance ovlivněné inteligencí. Existuje stále více důkazů, že mrtvice a přechodné ischemické ataky (TIA) jsou u lidí mladších 50 let stále častější. Zhruba polovina všech přeživších žije s dlouhodobými

následky, jak fyzickými, tak psychickými, takže prevence je klíčová.

Z řady studií na toto téma také víme, že nižší mentální schopnosti u mladých lidí jsou spojeny s vyšším rizikem kardiovaskulárních onemocnění a metabolických poruch. Není tedy překvapením, že nyní můžeme na tento seznam přidat i riziko mrtvice.

Nejnovější studie, vedená Gertnerovým institutem pro epidemiologii a výzkum zdravotní politiky v Ramat Ganu v Izraeli, se podrobně zabývala daty celkem 1,7 milionu mladých lidí za dobu 25 let. Data pocházela z přijímacích vojenských zkoušek, které absolvovali mladí lidé ve věku 16–20 let – jak je povinné u izraelských občanů před vstupem do vojenské služby. Test hodnotil několik oblastí, včetně fyzického zdraví (váha, krevní tlak a cukrovka), vzdělání, socio-ekonomického zázemí a mentálních schopností.

Mentální schopnosti byly středem pozornosti výzkumu. Ukazovaly, jak mladí lidé uspěli v oblasti plnění pokynů, abstrakce, kategorizace, matematiky, koncentrace, chápání, uvažování a řešení problémů.

Výsledky ukázaly, že z 1,7 milionu účastníků testu vykazovalo celkem 12 % vysokou úroveň mentálních schopností, 70 % střední úroveň a 18 % nízkou úroveň. Tyto údaje byly následně porovnány s izraelskou národní databází mrtvic, což přineslo zajímavé souvislosti. Ti, kteří byli označeni za méně inteligentní – tedy dosáhli nižšího skóre v testu mentálních schopností – měli téměř třikrát vyšší pravděpodobnost, že před dosažením 50 let věku utrpí mrtvici, než ti, kteří dosáhli středního nebo vysokého skóre. Studie přitom tyto výsledky považuje za přesné i po následném zohlednění různých dalších faktorů.

V této fázi není zřejmé, proč existuje souvislost mezi inteligencí a pravděpodobností mrtvice, a výzkum uznává, že je potřeba brát v úvahu i ty faktory související s životním stylem, u kterých je negativní vliv na riziko mrtvice už známý. Nicméně tato problematika vyvolává důležitou otázku, zda by nemělo být provedeno širší a komplexnější hodnocení rizika mrtvice, které se nebude zaměřovat výhradně na faktory životního stylu. Pokud totiž riziko zvyšují nižší mentální schopnosti, naznačuje to, že by mohly existovat i další fixní faktory, které bychom pro vytvoření přesného rizikového profilu měli v ranějších částech života identifikovat.



Šlofik nebo noční biflování? Spánek jako klíč pro udržení informací.

Převzato z Mensa World Journal č. 140, 9/2024. Přeložila Zuzana Kořínková



Představte si, že jste student, je zkouškové období a připravujete se na důležitou zkoušku: protáhnete to přes noc, nebo si radši odpočinete?

Jak už ví mnohý student, který kdy s prázdným pohledem po probdělé noci zíral na test, nedostatek spánku může výrazně snížit vaši schopnost udržet informace. Dvě nové studie z Michiganské univerzity odhalují, proč tomu tak je a které procesy, škodlivé nebo naopak prospěšné pro tvorbu vzpomínek, během spánku a spánkové deprivace v mozku probíhají.

Specifické neurony mohou být naladěny na specifické podněty. Například krysy v bludišti mají neurony, které se aktivují, jakmile zvíře dosáhne určitých míst v bludišti. Tyto neurony, nazývané „place neurons“ (prostorové neurony), jsou aktivní i u lidí a pomáhají jim orientovat se v prostředí. „Pokud je ale tento neuron aktivní během spánku, co z toho můžeme odvodit?“ ptá se Kamran Diba, Ph.D., docent anesteziologie na lékařské fakultě U-M.

Studie, shrnutá v časopise Nature a vedená Dibou a bývalým doktorandem Kouroshem Maboudim, Ph.D., se zaměřuje na neurony v hipokampu (strukturu mozku ve tvaru mořského koníka, která je zapojena do tvorby paměti) a objevuje způsob, jak naladění neuronových vzorců spojených s určitým místem vizualizovat, zatímco zvíře spí.

Typ elektrické aktivity zvané sharp-wave ripples (rychlé elektrické oscilace) během odpočinkových stavů a spánku vychází z hipokampu každých několik sekund po dobu několika hodin. Výzkumníci byli fascinováni, jak synchronizované tyto vlny jsou a jak daleko se přenáší, zdánlivě za účelem šíření informací z jedné části mozku do druhé.

Zdá se, že tato aktivita umožňuje neuronům vytvářet a aktualizovat vzpomínky, včetně těch na lokality. Pro účely studie tým měřil mozkovou aktivitu krysy během spánku poté, co krysa dokončila nové bludiště, a pomocí typu statistické inferenční metody zvané Bayesovské učení byl poprvé schopen sledovat, které neurony reagují na která místa v bludišti.

„Řekněme, že neuron preferuje určitý roh bludiště. Můžeme vidět, že se během spánku tento neuron aktivuje společně s dalšími, které vykazují podobné preference. Ale někdy se spolu s touto buňkou mohou aktivovat i neurony spojené s jinými oblastmi. Když jsme pak krysu vrátili zpět do bludiště, zjistili jsme, že preference neuronů se

změnily v závislosti na tom, společně s kterými buňkami se aktivovaly během spánku,“ vysvětluje Diba.

Metoda vědcům umožňuje v reálném čase vizualizovat plasticitu nebo „representational drift“ u neuronů (tj. reprezentace nebo vzorce aktivity neuronů v mozku, které se mění v průběhu času, i když podněty nebo úkoly, které tyto neurony zpracovávají, zůstávají konstantní). To také podporuje dlouhodobou teorii, že reaktivace neuronů během spánku je jedním z důvodů, proč je spánek důležitý pro naše vzpomínky. Vzhledem k tomu se Dibaův tým rozhodl prozkoumat, co se v mozku děje naopak při spánkové deprivaci.

Ve druhé studii, taktéž publikované v Nature, porovnával tým vedený Dibou a bývalým doktorandem Bapunem Girim, Ph.D., množství neuronové reaktivace — tedy kdy se prostorové neurony, které se aktivovaly během průzkumu bludiště, spontánně znovu aktivují během odpočinku — a sekvenci jejich reaktivace během spánku, a naopak během spánkové deprivace.

Zjistili, že vzorce aktivace neuronů zapojených do reaktivace a přehrávání zážitku z bludiště byly oproti spánkové deprivaci během spánku vyšší. Spánková deprivace sice odpovídala podobné nebo vyšší frekvenci ostrých vln, ale jejich nižší amplitudě a síle. „V téměř polovině případů však byla reaktivace zážitku z bludiště během spánkové deprivace zcela potlačena,“ upozorňuje Diba.

Když měly spánkově deprivované krysy možnost spánek dohnat, reaktivace zážitku se u nich mírně zlepšila, nikdy však nedosáhla úrovně u krys, které spaly normálně, a přehrávání bylo podobně narušeno a po doplnění ztraceného spánku se neobnovilo.

Vzhledem k tomu, že reaktivace a přehrávání jsou pro paměť důležité, tato zjištění prokazují škodlivé účinky spánkové deprivace na paměť. Dibaův tým doufá, že bude ve zkoumání povahy zpracování paměti během spánku, potřeby reaktivace neuronů a vlivu spánkové deprivace na paměť dále pokračovat.

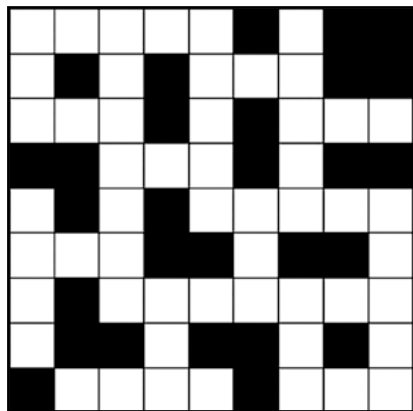
BYSTRÍLNA: VÝLET DO ZAHRANIČÍ

Tentokrát vám přinášíme výběr úloh z časopisů několika zahraničních Mens. Archiv všech zmíněných časopisů (i časopisů dalších národních Mens) najdete po přihlášení do členské sekce na webu Mensy International mensa.org.

Nansuke

Ryan Au Eong. Převzato z Menews, časopisu Mensy Singapur, 8/2024.

Zapište do prázdných políček čísla z tabulky. Každá buňka smí obsahovat pouze jednu číslici. Čísla můžete zapisovat pouze zleva doprava nebo shora dolů.



SEZNAM ČÍSEL PRO NANSUKE							
3 číslice (10)		4 číslic (2)		5 číslic (5)		7 číslic (2)	
138	541	2157		02768		0145769	
146	596	4748		12360		9823517	
240	823			40893			
243	834			43095			
429	954			52461			

Dominosa

Ryan Au Eong. Převzato z Menews, časopisu Mensy Singapur, 8/2024.

Rozdělte mřížku na dominové kostky (tj. obdélníky 2x1). Každá možná kombinace čísel 0-4 se na dominových kostkách vyskytuje právě jednou (včetně zdvojeného čísla).

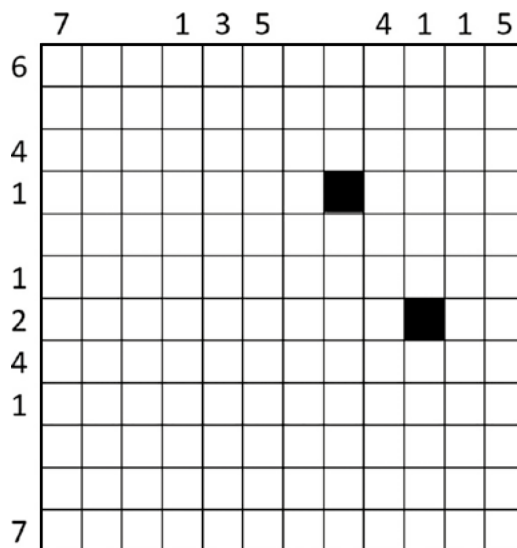
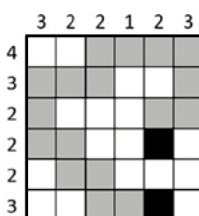
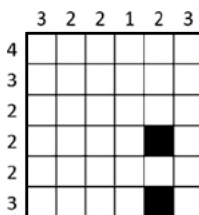
0	3	0	2	1	0
0	3	2	3	1	3
0	2	4	4	1	4
1	3	2	4	2	4
1	1	2	0	3	4

Had

Esther Naef. Převzato z Mensa Inside, časopisu Mensy Švýcarsko, č. 134, duben 2024.

Vybarvěte políčka tak, abyste vytvořili hada – tedy řetězec vybarvených políček, který se sám sebe nedotýká ani rohem políčka. Začátek a konec hada jsou už vyznačené. Čísla na okraji určují maximální délku souvislého řetězce vybarvených políček v daném sloupci či řádku.

Příklad:

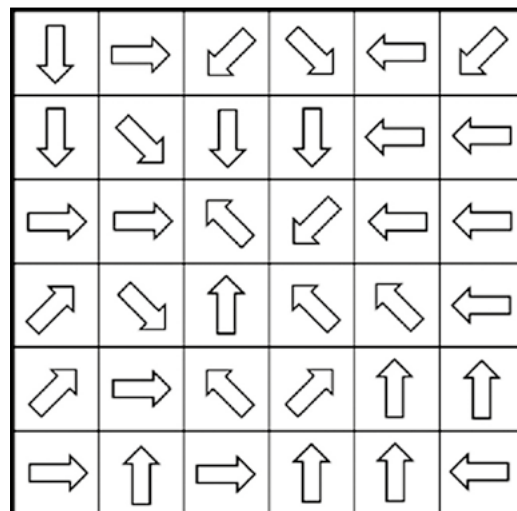
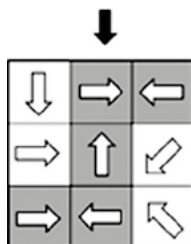
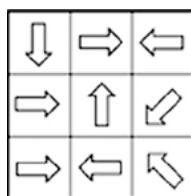


Sít šipek

Esther Naef. Převzato z Mensa Inside, časopisu Mensy Švýcarsko, č. 133, únor 2024.

Vybarvěte políčka v mřížce tak, aby každá šipka (včetně šipek ve vybarvených políčkách) směřovala k právě jednomu vybarvenému políčku.

Příklad:



Kontakty

Redakce: redakce@mensa.cz

Šéfredaktorka: Zuzana Kořínková, zuzana.korinkova@mensa.cz, 776288979

Redakční rada: Jana Šobrová, Jana Unruhá, Jan Pokorný; rr@mensa.cz

Administrativa: Zuzana Poláková, 770 177 926, sekretarka@mensa.cz

Další kontakty najdete na mensa.cz/kontakty.