



3 / 2015/16

# Podlavičník

## Návod k přežití

### žena

### muž



7:00



7:00



Jen se na mě podívej. Jsem stará, tlustá a ošklivá. Nerekneš mi aspoň něco, co by mě trochu potěšilo?

9:30

Stále dobře vidíš.



7:10



# Úvodní slovo

Milí čtenáři,

právě držíte v ruce třetí a v tomto školním roce poslední Podlavičnick. A co si můžete přečíst? Je jaro, a proto se zabýváme velmi podrobně vztahy mezi muži a ženami. Zkrátka takovým Soubojem Titánů. Opět uvádíme zaručeně skvělé recepty. Konečně detektiv George odhalí masového vraha, nezapomeňte si „podlavičnickovou“ detektivku dočíst. Věnujeme se i zdravotnické problematice. Dozvíte se například, co je to KAMBA (fakt se nejedná o stejnojmennou gorilu z pražské zoo), dále jak se měly naše zdravušky v Turecku, jaký má vztah juniorský mistr světa v krasobruslení k paní Bidařové z našeho školního bufetu, kam zajít na kafe a spoustu jiných zajímavostí. Čtěte a dobře se bavte.

Vaše redakce



# OBSAH

## SOUBOJ TITÁNŮ

Souboj titánů.....	2
Růžověmodrá.....	3
Ženy vs. muži v kuchyni.....	5

## KULTURA

Chytré věty Běty a Květy aneb kam si zalézt na dobré kafe.....	8
Titanic.....	9
Škola pomáhá.....	12
Výsledky soutěží v ČJ.....	15
Hospic.....	16

## POSTŘEHY A NÁZORY

Maturant v koncích.....	18
Kamba.....	19
Ándor Šándor.....	19

## BODY BOOK

Dieta.....	20
------------	----

## HRY

Factorio.....	21
---------------	----

## NAŠ ŠKOLA V PROJEKTECH

Zdrávušky v Turecku.....	22
Jazykový kurz.....	25

## ZE ŠKOLNÍCH LAVIC

Dvanáct do kruhu.....	26
-----------------------	----

## SPORT

Maraton.....	31
Dámy v kanadách.....	32
Rozhovor s boxerem.....	33
Mistr světa.....	34



## ŽENY VERSUS MUŽI TÉMA VĚČNÉ A VDĚČNÉ

Co bychom si počali, kdyby mezi muži a ženami žádné rozdíly nebyly, kdyby nebyly typické mužské vlastnosti, kdyby se muži svým pohledem na svět přiblížili ženám? Byla by to pěkná nuda a zároveň katastrofa. O čem by psali spisovatelé? Co by řešili v manželských poradnách? Časopisy Chvilka pro tebe nebo Moje psychologie by se scvrkly na recepty a



poradnu ohledně pletení. O čem taky psát, kdyby se muži postavili ženám po bok a myli nádoby nebo společně žehlili? Kdyby to nebyl SOUBOJ Titánů, ale SYMBIÓZA.

Tohle naštěstí nehrozí. Takže díky tomu, milé dívky, můžete číst v knihách, že muži jsou z Marsu a ženy z Venuše, proč muži nepláčou a ženy neumějí číst v mapách. V publikacích tohoto typu je VĚDECKY! vysvětlena příčina rozdílů mezi mužem a ženou. Například proč muž nevidí na poličce v lednici přímo v úrovni svých očí máslo. Ne, není slepý. Jen má horší periferní vidění než žena, protože v pravěku muž musel sledovat zvěř kdesi na horizontu, tudíž když hledá máslo, vlastně kouká kamsi za lednici a vyhlídí courajícího se mamuta. Zatímco žena se popelila někde u ohniště, „požvejkávala“ kůže, občas zpohlavkovala děti, ta zkrátka nepotřebovala vidět na dálku, ale vyvinulo se u ní lepší to periferní vidění.

A také lepší ženská schopnost vycítit atmosféru v místnosti není prý projevem vaší inteligence, milé ženy a dívky, ale máte to zase z pravěku. Žena se totiž musela u ohniště rychle

zorientovat, aby odhadla, která z pravěkých kolegyň je mrcha a mohla by jí ukrást tu kýtu ze šavlozubého tygra. Muž v boji nepotřeboval nic analyzovat a věděl, že ten naproti je hajzl, tudíž hrr na něj. Myslím, že kdyby tohle všechno byla pravda, tak se Darwin šeredně spletl, nebo evoluce platí jen v omezené míře, plošně jen v případech ptačích zobáků a opičích palců.

Myslím, že to moudře zařídila Matka příroda prostě proto, abychom se nenudili a nezakrněli. Jak řekl neznámý klasik: BOJ MEZI MUŽI A ŽENAMI NEMÁ VÍTĚZE, JE V NĚM PŘÍLIŠ BRATŘÍČKOVÁNÍ S NEPŘÍTELEM.

Vaše V.K.

## RŮŽOVĚ MODRÁ

Honzína je středně vysoká a štíhlá zrzka s poutavě rovnou ofinou. Má zajímavě zelené oči a pravé oko má nepatrně menší. Honzína si však myslí, že hlavou bourá stropy, že její oči mají barvu brčálu, a kdyby jí obroučky brýlí měl optik vyrábět na míru, na pravé oko by jí obroučky ani nedělal, neboť je tak malé oproti levému, že téměř žije v domnění, že to oko nemá. Je to však nesmysl, protože rozdíl je skutečně nepatrný.

Honzín je vysoký muž se začínajícím syndromem pivního pupku. Starší trička mu začínají být těsná, ale jinak je to docela hezký, udržovaný chlap. Má modré oči a tmavé vlasy. Honzín na sobě žádné chyby nevidí, myslí si, že je prostě frajer.

Honzína vstává v 6:00, po zdlouhavé proceduře v koupelně si skládá věci do pracovní aktovky (věci byly připravené už večer předtím). Dělá snídani Honzínovi, sama posnídá jeden banán a hrst müsli, aby nepřibrala. Na židli, kde si Honzín svléká pracovní oblečení, zaměňuje špinavou košili za čistou a totéž dělá s ponožkami. Snaží se nemyslet, jak to Honzín dělá, když ona jezdí na pracovní cesty.

Honzín vstává v 6:55, do ruky si vezme namaзанý rohlík, zajídá ho tyčinkou snickers a zapíjí coca-colou. V 7:00 si obléká již zmíněné čisté věci, aniž by postřehl, že byly vyměněny.

7:05: Honzína při pohledu na Honzína vzdychá. Jde se podívat raději do zrcadla a po pěti minutách důkladného zkoumaní sebe sama si v duchu říká, že to dneska není tak hrozné a že když se namaluje a vezme si stahovací kalhotky, je i docela hezká. Čeká, že ji Honzín pochválí.

Honzín si mezitím potají stříhá v koupelně jednu šedinu. O její existenci se nezmiňuje ani Honzíně, ani své matce.

7:10: Honzín s Honzínou odcházejí. Honzína se pochvaly nedočkala.

7:30: Oba se rozcházejí na parkovišti, políbí se na tvář.

Honzíně začíná pracovní den. Závistivě se dívá na svoji kolegyni, kterou vidí jako alfa samici, protože má husté blondáté vlasy, pěkný zadek a je minimálně o 2 kg lehčí. Přehání. Alfa samice není zdaleka tak hezká a Honzíně potají závidí její zrzavou barvu.

Honzín přivítá kolegy na pracovišti způsobem typicky mužským. Když dosedá na židli, nesnaží se ovládat svůj meteorismus. Obdivně se dívá na svého kolegu, kterého vidí jako úspěšného svalovce. Tituluje ho jako „fakt hustého týpka“ a v pátek si s ním domluví pivo, jsou to dobří přátelé.

Honzína poobědvá dietní salát a tajně sní o bůčku.

Honzín si dává bůček, zapíjí ho malým pivem a poplácá s úsměvem svůj rostoucí pupek.

Po práci se scházejí na parkovišti.

Honzína v autě rozvíjí konverzaci na téma nedělní návštěvy Honzínovy matky, ptá se ho na jeho názor a vymýšlí, co uvaří k obědu. V duchu přemýšlí nad tím, jestli bude mít čas utřít prach na skříních a kam vystaví nevkusný růžový porcelán, který dostala k Vánocům od výše zmíněné tchyně.

Honzín v pravidelných intervalech buď vydává zvuky jako „ehm“, nebo „jistě miláčku, souhlasím s tebou“. Na to, co říká Honzína, nedokáže udržet pozornost, a proto nemyslí na nic. Má v hlavě prostě tmu.

Honzína je smutná, že ji Honzín neposlouchá, a tak později při přípravě večeře znatelně hlasitěji a větší silou krájí cibuli. Má mírně vyšpuřený ret, snaží se se Honzína ani nedotknout a při každém jeho pokusu o polibek musí nutně pro něco dojit. Na Honzínovy otázky „co se děje zlato?“, odpovídá, že nic.

Honzín je zmatený a Honzínino chování nechápe, nechce ji podráždit, a tak se raději dívá mlčky na televizi. To Honzínu rozčiluje ještě víc.

Rozčilená a vyčerpaná Honzína si sedá k televizi, automaticky vypíná fotbal způsobem trošku nakvašeným a přepíná ho na tradiční úterní seriál na nově.

Honzín si netroufá nic říct.

Po zdouhavém procesu ulehá Honzína do postele a otáčí se k Honzínovi zády. Honzín po procesu značně kratším ulehá k Honzíně a konejšivě ji hladí po zádech. Honzína mu smutně prozradí, co ji celý den trápilo (nikdo neví, jestli si při tom je vědoma toho, že kdyby to řekla dřív, mohl se večer nést ve značně pozitivnějším duchu). Honzín se naučeně a zkušeně omlouvá. Opakuje, že Honzínu miluje. Honzína se otáčí čelem k Honzínovi. Honzín Honzínu zamilovaně políbí. Honzína polibek zamilovaně oplácí.

A jak to všechno končí, všichni dobře víte. Aby tyto záležitosti začínající polibky mohly být tak krásné, musel Stvořitel ženu udělat jinou než muže. Muž je příliš jednoduchý a to žena nechápe. Dokáže dělat věci, protože je prostě chce dělat, a dokáže nedělat nic. Žena je zase příliš složitá a to muž nechápe. Dokáže si věci pamatovat sto let, zanalyzovat, co si „o tom“ myslí široká veřejnost. Dokáže vařit, u toho číst knihu, zároveň si trhat obočí a ještě mluvit o plánu na páteční večer. Svět nemůže být příliš jednoduchý, ale zase ne příliš složitý.

**Kristýna Michálková ZDA4.A**

## SUKNĚ VS. KALHOTY

„No, to to trvalo...“

Typická reakce muže, když někam se ženou vyráží. Teda u nás doma to tak funguje a tohle je oblíbená věta mého táty, kdykoliv někam jdeme a já jsem jako obvykle ta, na kterou se čeká. Člověk by řekl, že si už mohl za těch 19 let zvyknout...

Ale každý den se přesvědčuji o tom, že i když přede mnou vychoval další dvě holky, tak si prostě nezvykl. Kdykoliv tuhle větu pronese, tak mu říkám, že bych ho chtěla vidět v minu-

losti. Asi by se zbláznil. A když nad tím uvažuji, tak já asi taky.

Představa, že bych trávila čtvrt dne tím, že na mě celý gang dalších ženských navléká jednu sukni za dru-hou a na hlavu mi položí paruku, která váží skoro jako já. Brr... připadala bych si jako vánoční stromeček nebo cukrová vata. Pohodlnost a praktičnost v ženské módě neexistovala.

V tomhle to muži měli jednodušší. Měli jednu vrstvu a nikdo je rozhodně nestahoval hrůznými konstruk-cemi, aby měli vosí pas. Oni pupek mít mohli! A mohli nosit kalhoty! Víte, jak dlouho to trvalo, než to úz-koprsá společnost povolila ženám?

Takže, pánové, buďte trpěliví, představte si, o co byste přišli, kdyby ženy vypadaly jako dort se šlehačkou a neříkejte, že my, ženy, to máme všechno jednodušší. ;-)

**Mirka Neubauerová LY4**

## KDO JE VÍC?

Samozřejmě musí být na prvním místě muži, to je jasné. Jsou to přece páni tvorstva. Nebo ne? Je něco, co je na mužích lepšího? To je otázka do pranice. Odmala jsme vystavovány faktu, že muži jsou zkrátka lepší než my ženy. Sakra, kdo to vymyslel? I když žijeme v době, kdy diskriminace kvůli pohlaví je posta-vena dokonce mimo zákon, stále máme zažitě některé předsudky. Ženy jsou nerady přijímány do armády, k policii nebo hasičům. Údajně za to může absence testosteronu a některých dalších látek, které v mužích vzbuzují bojovnost a soutěživost. Větší roli než hormony však hrají, podle mne, vlastnosti konkrétního člověka. Přece jen bojovnost a odvaha jsou prostě víc než vousy a hormony.

Taky jsou prý muži od přírody lepší řidiči. Možná by na tom něco mohlo být, kdyby skoro každý chlap nepotřeboval ukázat

**Vendula Bartáková ZDA 4.A**

## ČÍ ROZKROK JE BOLESTIVĚJŠÍ? Kde mají muži práh bolesti?

Nikdy jsem nebyla žádná zarytá feministka. Výroky typu, že při čůrání mají muži sedět, aby nám neukazovali svou nadřazenost, mi přišly vždy vlastně dost ujeté. Ale dá se srovnávat porod s kopancem do varlat? Kdo má tedy pravdu? Kdo vydrží více bolesti?

Každý asi někdy zažil mužskou rýmičku, kdy muži schoulení na gauči nemohou vyčerpáním dosáhnout na televizní ovladač. Ženy pak šílí a upozorňují na to, že když mají ony chřipku, manžel jim doporučí vzít si ibalgin a ještě se jich zeptá, co budou vařit.

V jednom ale budu bojovná feministka. A to je právě již zmíněná a stále řešená otázka porodu. Když chlap srovnává bolest při kopnutí do rozkroku s porodem, začíná se mi klepat hlas. Jestli je podle nich toto srovnatelné, opravdu bych jim přála porod si vyzkoušet. Já taky ještě nerodila a neumím si představit, jak musí bolet, když se vámi procpe hlavička o průměru řekněme 15 cm! (Poznámka redakce: Někteří malí budoucí muži mají hlavičku tak velkou, jako kdyby byli už od početí předurčení stát se mysliteli, vynálezci...). Ženské tělo je tomu sice přizpůsobeno a vyplavuje se nám ten známý hormon, ale stejně je ta bolest asi neskutečná. Je ale pravda, že z kopnutí do varlat nic krásného na rozdíl od porodu asi nevznikne.

### Viky

## ŽENY VS. MUŽI V KUCHYNI

Pryč jsou časy, kdy prim v kuchyni hrály ženy. Z českých kuchyní už se neline vůně kynutých buchet a rajské omáčky. Nastupuje Láďa Hruška a jeho vynikající smažené kuřecí kůžičky či cuketový sachr.

Přeskočíme k dalšímu extrému! Paní DoktorKA Kateřina Cajthamlová a její slavné Jste to, co jíte! Díky úpravě stravy, pravidelnému pohybu a nastolení duševní pohody se úspěšně „prokousala“ českými tloušťkami.

K jaké straně se přikloníte vy? Na čí K.O. si vsadíte? O jaký kurz se sázkaři poperou?

První nastupuje Láďa Hruška se svým langošem jako ze stánku:



### Ingredience:

3 a 1/3 hrnku polohrubé mouky  
necelé 2 hrnky vlažného (ne horkého!) mléka  
1 kostka droždí  
1/2 lžičky soli  
1/2 lžičky cukru



**Postup:** Zaděláme kvásek (2 hrnky mléka, 1/2 lžičky cukru a rozdrobené droždí) a necháme 5 až 10 minut vzejít. Přidáme zbytek všech ingrediencí a vypracujeme hladké nemazlavé těsto. Pod utěrkou v teple necháme nakynout minimálně 30 minut. Z těsta vyválíme placku přibližně 2 cm vysokou. Vykrájíme kolečka (např. hrníčkem) a ty necháme 10 minut nakynout. Mezitím rozpálíme olej (langoše musí plavat!!). Z nakynutých placek uděláme tenké placky s tlustším okrajem a krátce osmažíme z obou stran.

A v levém rohu ringu se na zadní staví doktorKA Kateřina Cajthamlová s grilovaným lososem:

**Ingredience:**

4 filety z lososa, s kůží  
extrapanenský olivový  
olej + česnek  
čerstvě vymačkaná  
šťáva a nastrohaná  
kůra ze 2 citronů, v bio  
kvalitě  
směs čerstvých bylinek  
(bazalka, rozmarýn, ty-  
mián a hladkolistá petr-  
žel( 1 hrst)  
mořská sůl, čerstvě  
namletý pepř



**Postup:** V pánvi na mírném žáru prohřejte oli-  
vový olej s česnekem. Promíchejte a sundejte  
z plotny. Dejte do misky, přidejte citronovou  
šťávu i kůru a směs bylinek. Promíchejte. Rybí  
filety potřete připravenou směsí, osolte a ope-  
přete čerstvě namletým pepřem. V pánvi gri-  
lujte jednotlivé filety, nejprve kůží dolů, přibližně  
4 minuty. Filety otočte a pokračujte v grilování  
ještě 1 minutu. Každý filet přelejte zbývající  
šťávou z pánve, ozdobte kouskem citronu a  
podávejte například s rukolovým salátem a ze-  
leninou.



**Jak souboj titánů dopadl ?** Zvítězil váš favorit  
? Ať to dopadlo jakkoliv, stejně si žena a muž  
zvolí způsob stravování dle svého gusta. My  
ženy to budeme muset s muži buď vzdát,  
anebo do nekonečna zkoušet „přetáhnout“ je  
na stranu zdravé stravy. A vy, muži, mějte pro  
nás a naše diety pochopení. Dobrou chuť !

**Vaše Tereza Kekrtová ZDA 4.B**

## MNOHO OSOBNOSTÍ MĚLO A MÁ POTŘEBU ŘÍCI K TÉMATU ŽENA A MUŽ SVÉ. TAK TŘEBA...

No jó, mužský, ti nestárnou. Šediny je zdobí,  
brýle jim svědčí, vrásky jsou sexy. Žádné kře-  
čové žíly. Žádná celulitida. Žádné klimakterium.  
Ale pak najednou... zdechnou. (**Věra Chytilo-  
lová**)

Dobrá žena buď pije, nebo nalévá. (**Miroslav  
Horníček**)

Ideální manželství má dva předpoklady, muž  
musí být hluchý, žena slepá. (**Sokratés**)

Žena může udělat z muže milionáře - z tako-  
vého, který byl miliardářem. (**Ch. Chaplin**)

Neříkej, že nemůžeš, když nechceš! Přijdou  
dnové, kdy to bude daleko složitější a horší:  
budeš chtít a nebudeš moci. A to důležité ne-  
zapomeň, že chlap nesmí být blbej ve třech pří-  
padech: za volantem, u stolu a v posteli. Všude  
jinde se to snese. (**Jan Werich**)

Pátrání po dokonalosti: Jestli hledáš muže,  
který je přitažlivý, vtipný, chytrý, sebevědomý,  
citlivý, sexy, něžný a romantický, jdi do kina.  
(**Egon Lánský**)

My, ženy, potřebujeme krásu, aby nás muži mi-  
lovali, a hloupost, abychom milovaly my je.  
(**Coco Chanel**)

Žena je muž, který byl potrestán. (**Platón**)

Jedna ženská vidí někdy dál než pět mužských  
s dalekohledem. (**J. Werich**)

Ženy jsou na to, abychom je milovali, ne na to,  
abychom je chápali. (**O. Wilde**)

Strašné je, že nelze žít ani s ženami, ani bez  
nich. (**G.G.Byron**)

Opravdu mohla Sněhurka už napořád šťastně  
žít, jestliže princ věděl, že nějakou dobu sdílela  
domácnost se sedmi velmi malými muži? Ani  
náhodou. Při každé rodinné hádce by jí to ur-  
čitě připomněl. (**Robert Fulghum**)



Dříve dostával muž ženu, která uměla vařit jako její matka. Dnes dostane nanejvýš ženu, která umí kouřit jako její otec. **(neznámý autor)**

Se ženami je to jako s gramatikou, je mnoho více výjimek, než pravidel. **(Immanuel Kant)**

Ideální muž nepije, nekouří, nesází, nehádá se a neexistuje. **(A.Vocásek)**

Dokážete si představit svět bez mužů? Žádná zločinnost a spousta šťastných a tlustých žen. **(Nocole Hollanderová)**

## A NA ZÁVĚR PÁR VTIPŮ

"Doslechla jsem se," povídá jedna žena své přítelkyni, "že se chceš vrátit k manželovi. Je to pravda?"

"Ano. Nemohu se na to dívat, jak si teď šťastně žije."

Muž hledal ideální manželku a nemohl se rozhodnout mezi třemi adeptkami. Proto každé z nich dal padesát tisíc korun s tím, že se ožení s tou, která s penězi naloží nejlépe. První vyrazila do kosmetického salonu a nechala se zkrášlit, aby se mu co nejvíc líbila. Druhá šla do obchodu se sportovním náčiním, nakoupila spoustu věcí, aby mohl dělat, co ho baví. Třetí peníze investovala a vydělala jednou tolik. Muž se pak zamyslel a nakonec si za ženu vzal tu, která měla největší prsa.

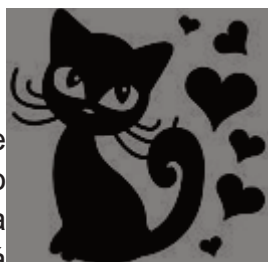


## CHYTRÉ VĚTY BĚTY A KVĚTY aneb Kam si zalézt na dobré kafe

### Café au Chat Noir

Pojďme společně po stopách černé kočky za dobrou kávou!

Dneska se Bětka nudila, a tak se rozhodla, že si zajde na kávu někam k náměstí, ale nechtělo se jí tam, kde by to bylo „tuctový“ a „profláklý“, a tak se po stopách kotěte vydala na náměstí Přemysla Otakara II. do prvního patra domu č.21.



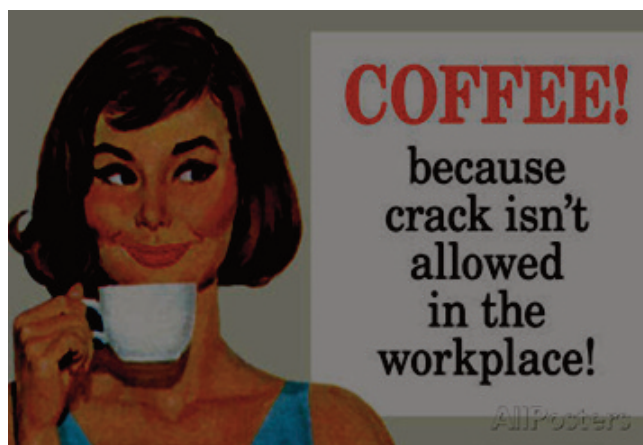
Kavárna U Černé kočky je milá, „dřevěná“, trošku jako u babičky a stejně jako káva v ní voní Francie. Skýtá téměř líbezný výhled na náměstí, uklidňující prostředí a hlavně balzám na nervy – opět musím zmínit, že my studenti ho potřebujeme. Obsluha mi připadala sympatická, ale často jsem se setkala s názorem, že je pomalá a nepříjemná až odpuzující. Mléčný kofein laskající nervy tady mají za 45Kč, což hodnotím pozitivně (o patro níž většinou bývají o desetikačku dražší). Oceníte i výběr zákusků, palačinek, a když si přivstanete, i snídani za fajn ceny. Cigaretu si tady zapálíte, aniž byste na sebe při vyfukování modrých obláčků neviděli, neboť i když je prostředí kuřácké, nic tomu k mému překvapení kromě popelníků nenasvědčuje. Moc mě potěšily i živé kytičky na stolech, které vám v zimě udělají prostě radost.

Mějte se kávově a složte úspěšně maturitu, Běta.

**Hodnocení: \*\*\* a třičtvrtě**

### Cafe Plaza

Kavárnu s názvem Cafe Plaza najdete na náměstí Přemysla Otakara II. Tato kavárna nás samozřejmě nezaujala jen z důvodu, že je blízko školy, ale „počítá se to“. Interiér je rozdělený na kuřáckou a nekuřáckou část. Řekla



bych, že v dnešní době je tohle nejlepší řešení jak nepřijít o zákazníky, protože si sami vyberete, kde chcete sedět a jestli chcete být v kuřácké společnosti, nebo nikoliv.

Prostředí je v této kavárně více než příjemné. Celá na mě působí hrozně pozitivním dojmem. Obsluha byla tentokrát příjemná a kafe bylo na stole skoro okamžitě. Bohužel se párkrát stalo, že jsme obsluhu očividně neokouzlili, a tak jí to trvalo o „chlup“ déle.

Káva chutná velmi dobře a myslím, že ať zkusíte jakoukoli, neprohloupíte a ceny jsou přijatelné. Nebojte, vaše peněženky plakat nebudou.

Nenapadá mě nic, co bych, kromě obsluhy (jen někdy), vytkla. Tato kavárna mě okouzila.

**Hodnocení: \*\*\*\***

Kávoholiky zdraví Květa



## TITANIC

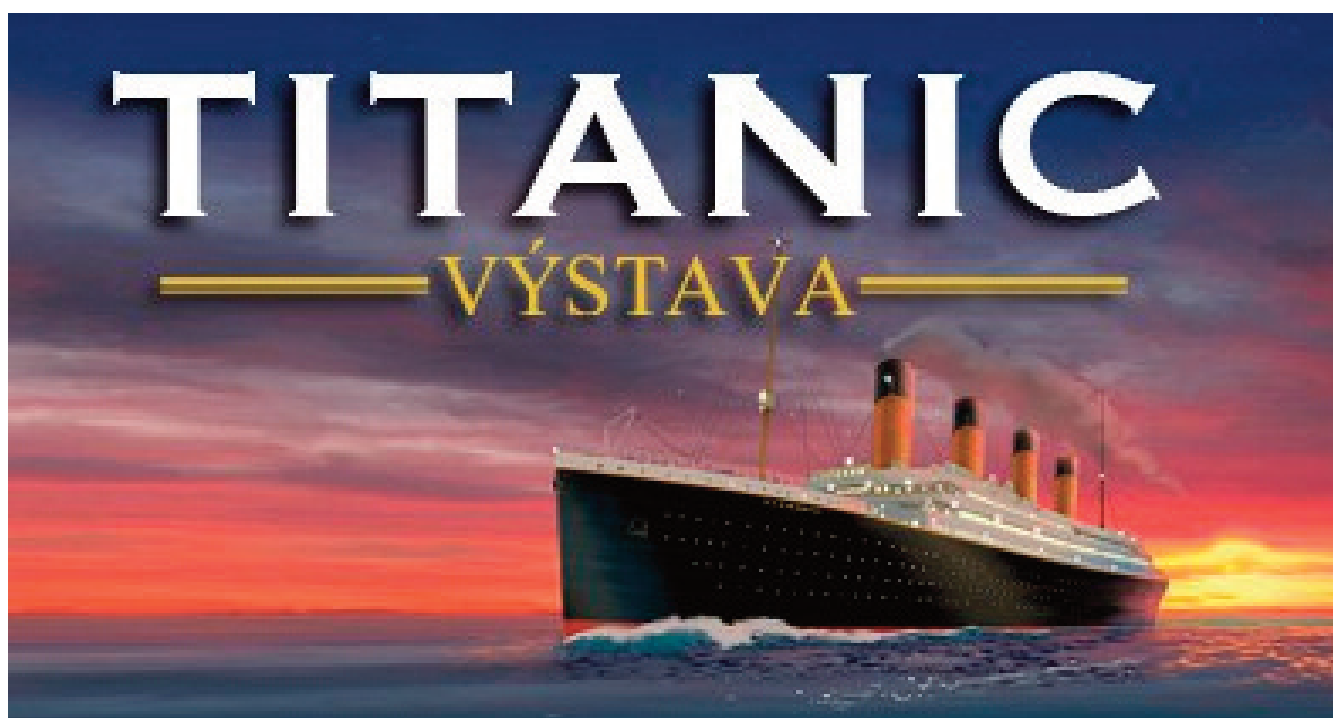
výstaviště PVA EXPO PRAHA, Beranových 667, Praha 9

ceník : student 250 Kč/ 300 Kč (so-ne)

KDYŽ SKOČÍŠ, TAK JÁ TAKY aneb Jedno dopoledne na Titanicu

Vystupujeme z metra, šlapeme po schodišti, kam se vkrádá nápadná zima, a když vylezeme nahoru, čeká nás ještě větší. Vzhledem k tomu, že jsem žena, rozhodla jsem se už v

Už po dvanácté se dostáváme na výstavu. V ruce držíme palubní lístek, který nese skutečné jméno pasažéra, který se na Titanicu plavil. Kabáty si odkládáme v šatně a můžeme začít. S audioprůvodcem na krku objevujeme to, co se zachránilo. Výstava má podle mě spíš technický ráz a je hodně bohatá na informace, ale je chudá na lásku a na příběhy. Můžete se podívat do chodbičky první třídy, na kajuty v



pátek, že do Prahy pojedou v converskách, které jsou vhodné na jarní teplé večery, nikoliv na únorový mráz, takže vítej, angíno. Tahle informace je i pro vás dost podstatná, protože radou nad zlato zůstává, VEM SI S SEBOU TEPLÉ PONOŽKY i na Titanic.

Překonáváme úspěšně asi 0,5 km cesty, vítr nás neodfoukl a nohy ještě cítíme. Všude lidi v autech, bez aut, s lístky a bohužel i bez lístků, tedy stejně jako my, takže nás čeká 0,5 km dlouhá fronta. Myslím, že je zázrak, že nepřimrzáme k zemi. Dorazili jsme v 10:30, ke koupi lístků se dostáváme okolo 11:00 a lístky máme na 12:30. Super! Ještě hodina a půl v téhle zimě. Velkým mínusem je, že v areálu není kromě WC, lehce páchnoucích močí, žádné místo, kam se před zimou schovat. Další radou tedy je, KUP SI LÍSTKY VČAS.

první a třetí třídě. Zajímavý je i jídelniček, nádobí, třeba taková kulma na vlasy, ledovec a i kavárna. Na stěnách visí cedule s osudy cestujících a podíváte se dokonce i do kotelny.

Výstava nám zabrala přibližně tři hodiny, ale procházeli jsme ji skutečně svědomitě. Moc se nám líbila a určitě to stojí zato. Myslím si, že by bylo hezké výstavu opřít klubkem příběhů, protože na mě působila trošku jako encyklopedie, ale i tak byla moc povedená a vhodná i pro muže, neboť je asi moc omáčky milostných příběhů nezajímají.

**Kristýna Michálková ZDA4.A**



## CENY MOSTY 2015

### CHARITATIVNÍ AKCE

V zájmu podpory aktivit přispívajících významným způsobem ke zlepšení postavení osob se zdravotním postižením a jejich participace začala NRZP ČR v roce 2003 s pravidelným vyhlašováním ceny MOSTY. Cena je udělována za mimořádnou aktivitu nebo čin ve prospěch občanů se zdravotním postižením.



24. 3. 2016 proběhlo v Českých Budějovicích předávání cen Mosty za rok 2015. Pro tuto akci byly využity prostory Clarion congress hotelu. Vše se odehrávalo v lehce napjaté atmosféře. Myslím, že nebylo vůbec snadné akci uspořádat tak, aby někdo nepocítil zmatek. I tak ale plány probíhaly kupodivu bez problému.

Tuto akci podpořila také naše škola. Především třída ZDA 3.A s paní učitelkou Ivanou Kadlecovou, která se akce s třídou zúčastnila. Já také. Byly jsme rozděleny do skupin. Každá z nás dostala svou práci a plnily jsme nejrůznější úkoly. Celkem zde „účinkovalo“ 12 studentek naší školy. Všechny z již zmiňované třídy. Hlavními patrony akce byli: paní Lívie Klausová, hejtman Jihočeského kraje Jiří Zimola a primátor Českých Budějovic Jiří Svoboda. Moderátorem tohoto odpoledne byl pan Aleš Cibulka. Dalšími vzácnými hosty byli například pan Radek Žalud, pan Láďa Kerndl, pan Petr Bazala a také pan Václav Krása - předseda Národní rady zdravotně postižených. Byla nominována města a kraje.

Smyslem ceny je ocenit akt, projekt či osobnost, které významným způsobem zlepšují postavení osob se zdravotním postižením.

#### Jaká byla role nás – zdravušek?

1. skupinka mých spolužaček, včetně mě, ukazovala cestu od recepcie k výtahům, což bylo prakticky zbytečné, výtah v hotelu Clarion nepřehledně nikdo. Problém byl se špatně viditelným pultem na odkládání osobních věcí. Byl tak nešikovně schovaný, že i když jej náhodou někdo objevil, věci si nechal u sebe. Proč? Asi protože 10Kč za šatnu by si nemohl dovolit. Včetně Aleška Cibulky, který jen proběhl kolem nás s úsměvem na tváři a raději předstíral, že šatnu neviděl.

2. skupinka stála v 1. patře, kde se akce konala, jejím úkolem bylo usazovat hosty. Tady jsem nebyla, ale u výtahu se mi podařilo odchytil bloudícího pana Kerndla, který hledal svůj pokoj. Celý udivený ze všech žen kolem nakonec došel na pokoj s naší pomocí.

3. skupinka - děvčata oblečená ve společenském oblečení - plnila funkci hostesek.

#### Můj vlastní pohled na celý den v kostce:

Ranní vstávání s myšlenkou na velkou akci mě velmi povzbudilo

Mně, ale určitě i dalším děvčatům, nešlo jen o účast na celé akci, nýbrž i o setkání s Aleškem Cibulkou.

Do šatny nás dovedl pohledný muž oblečený v „kvádru“ a košili, tam jsme se převlékali do zdravotnického a některé do společenského oblečení.

Ještě se párkrát objevil pohledný muž v „kvádru“, aby nám sdělil, co se bude dít. Jeho neodolatelný úsměv rozzářil celý prostor naší šatny.

Když tento neodolatelný muž opustil naši šatnu, vrhly jsme se na oběd. Oběd byl sponzorován hotelem.



Očekávání bylo vyšší, ale řízek a bramborový salát ZDARMA jsme prostě musely sníst.

Hodinové čekání na začátek akce.

Námi očekávaný Aleš Cibulka ve dveřích (kdyby ovšem přišel o půl hodiny dříve a nepopíjel si v klidu kávu, možná by se nám to čekání zkrátilo a akce by začala včas)

Pro paní učitelku nezapomenutelný zážitek - osobní setkání s paní Lívií Klausovou.

### Něco málo o rautu:

Plno jídla, dobrot a lidí. U dveří stála naše děvčata a kontrolovala pozvánky, aby nedošlo k překročení kapacity a aby se zabránilo vstupu nezvaných hostů. Na raut bylo zváno kolem 200 lidí. Především vzácní hosté - pan Aleš Cibulka, pan Láďa Kerndl, Radek Žalud a další. Ale i my všechny, které jsme jako dobrovolnice pomáhaly. Raut byl vlastně zakončením dne. A tímto jsem snad sdělila vše podstatné. Více zajímavých detailů a zážitků z celého dne se můžete dozvědět od studentek ZDA3A.

O hotelu si můžete přečíst zajímavosti na webových stránkách:

[www.clarioncongresshotelceskebudejovice.com](http://www.clarioncongresshotelceskebudejovice.com)

**Simona Krajíčková ZDA3A**



## ŠKOLA POMÁHÁ

aneb pojedme s humorem uklidit stezku na Hlubokou - 12.4.2016

Po čtyři roky se banda nadšenců pod vedením Jana Pihery pouštěla do nelítostného boje s neuvěřitelnou hloupostí všech těch, kteří leda byle pohazují odpadky na stezce podél řeky Vltavy. Honza Pihera ( ve svých šedesáti letech se pyšní zápisem do České knihy rekordů, když na handbiku ujel 30km s převýšením 1km za pouhé 2h a 8min.) však letos se svým týmem nemohl pro povinnosti ostatních počítat, a proto oslovil mne s prosbou o pomoc. Již minulý rok jste jistě někteří zaznamenali můj hlas v rozhlase školy. Vyzýval jsem k pomoci,



a ač se loňský rok s účastí nepovedl, ten letošní se vskutku vydařil.

Cíl byl jasný. Uklidit poházený odpad od Lidlu na Vltavě až po kanál v Českém Vrbném. Společně s naším školníkem panem Bártou (tímto mu děkuji) jsme zhotovili několik bodel k napičování odpadu, vyfasoval jsem pytle, jednorázové rukavice a vzhůru do MHD. Pravda, v MHD jsme v lidech těmito prapodivnými harpunami vzbuzovali přinejmenším respekt, zvláště když se takového náčiní přidržoval nejmenovaný Michal H. se sestřihem utečence v teplákovce nejistého původu. Nicméně proč bychom se měli za takové nástroje stydět, když neslouží k přehrabování v kontejnerech, nýbrž k jejich naplňování?

Cesta z Mariánského utekla celkem rychle, byť jsem měl obavy, že se větší část skupiny ne-

dostaví. Důvodem byla skutečnost, že si někteří žáci po nástupu do autobusu uvědomili, že nemají lístek, a při překotném úprku se těs-



němu sevření hydraulických dveří vyhnuli jen o vlásek. Potěšilo mne, že i přes prvotní komplikace všichni dorazili na vytyčené pozice, a mohl začít hon na odpadky.

Počasí od brzkého rána věstilo krásný den a obavy, že by cokoli neklaplo, se tak zdály být neopodstatněné. Člověk mění, život mění, když jsme vystupovali z autobusu, začalo lehce mrholit. Když jsem začal za ladných pohybů zpívat známou hitovku „Kapkama se proplétám, když rytmem samby zní...“, nikdo můj smysl pro humor nepochopil, a tak jsem byl za blázna. Naštěstí jsem byl pouze s jednou skupinou, a tak jsem se alespoň neztrapnil před ZDA1 a 2 a ZLY2. Mimoto jsme si slíbili, že to zůstane jen mezi námi, a já jim prostě věřím. :D

Když se mrholení změnilo v krápání, ještě většina neztrácela hlavu. I když Anička naznačovala, že takové akce v takto nehostinném prostředí a za takto nepříznivých povětrnostních podmínek nejsou úplně pro ni, pokračovali jsme dále. Byli jsme teprve na cestě od MHD ke stezce, když z krápání vyvstal klasický pršák střední intenzity. To již i mne humor přešel, jelikož jsem očekával, že boty budu mít promoklé (a jestli vůbec) až na konci stezky.



Opak byl však pravdou. V ten moment jsem si říkal, jestli to nebyla nějaká vyšší moc jako odplata za tu mou rádoby vtipnou šou s kapkami deště. No nic, naděje umírá poslední, a tak jsem i přes černá mračna dále motivoval žáky k tomu, ať to nevzdávají, že jarní deštěk nás pouze zocelí a mokro v botech bychom měli stejně.

Musím pochválit chlapce z MSR1, kteří po nafasování pytlů na odpad rychlostí poníka po těžké luxaci kyčlí docupitali po srázu k břehu řeky a zde začali napichovat a vytahovat z vody petlahve a plechovky od piva, kterých se ve vodě nahromadila pěkná halda. Horlivost chlapců neznala mezí, a když už začali stahovat jednoho z rybářů do vody, jelikož se mylně domnívali, že to, co plave u břehu, je petlahev a nepřišlo jim divné, že od této vede vlasec do míst, kde se nacházel rybářův prut, bylo načase se posunout o kus dál.

Svinčíku byl plný břeh, ale i okolí asfaltky, a tak jsme neměli prostor na to se příliš nudit. Snad jen Anička dvakrát či třikrát v prvních pěti a pak deseti minutách sběru prohodila: „Kdy už tam budeme? Můžeme už jít dom?“ ...Po necelé hodině nicméně pochopila, že sběr ještě není zcela u konce. :)



Po stezce se náhle řítíl subjekt, který vypadal jako nějaký sportovec. Na ohnivém oři se vyloupl zpoza táhlé zatáčky Radek. No, třída ne-lenila a svého spolužáka hlasitě vyzývala k tomu, aby s kola sesedl, a jestliže stezku využívá, tak aby přispěl svou troškou do mlýna a pomohl s úklidem. Samozřejmě Radek přitakal, že by velice rád, ale bohužel na tuto aktivitu není příliš vhodně oděn, ani obut. Já osobně bych to tak negativně neviděl, vždyť funkční

prádlo musí být přece funkční i při sběru odpadu a nějaká ta špína se lehce vypere. Krom toho zoubky na cyklobotech by po drobném zásahu kapesní kudličkou, kterou Honza i Michal B. nosí vždy při sobě, mohly efektivně posloužit jako napichovadla a my bychom pak namísto bodla mohli obírat Radka. Kdo čekal, že se spolužák zapojí, se šeredně spletl. A ten jak rychle přijel, tak zas odsvištěl.

Naději zdárného konce nám vzal Jan Pihera, který na svém hanbiku přijel podruhé v krátké době a sdělil, že to s druhou skupinou nevy-padá nadějně, že se zřejmě pro nepřízeň počasí rozutekla. Tento klam však v okamžiku vyvrátil telefonát p. učitelky Sedláčkové, která byla vedoucím právě druhé party jdoucí proti nám. Pravda, paní učitelka mne hned nezapomněla osočit z toho, že se lajdáme, že oni již uklidili skoro celou stezku a my“ furt“ nikde... Aha?

Jakmile jsme uviděli druhou skupinu, bylo nám jasné, proč skupinka paní učitelky byla tak rychlá. Michal s Honzou a ještě pár jedinců v ruce třímali povislé zelené pytlíčky nevelkých rozměrů, kdežto skupina MSR1 táhla černé plastické pytle o obsahu 150 litrů narvané k prasknutí. A nebýt mého včasného zásahu bývali by kluci vytrhli i zpod spícího bezdomovce rozškubanou matraci, která hyzdila okolí již krásně uklizené stezky...

Na závěr jsme udělali společné fotografie (viz níže). Za pytlí nemůžete spatřit třídu MSR 1 a Janču z MSR3, jelikož nasbírali příliš odpadu na to, aby se vměstnali do zorného pole objektivu jinak velmi šikovné fotografky Veroniky :)



Nakonec jsme logicky dospěli k tomu, že produktivita obou týmů byla naprosto totožná, jen jsem bohužel mé skupině nevědomky vybral horší úsek stezky. Tak to příští rok můžeme vyměnit ;)

Nééé... nějaká fotka se přece jen našla.



Týden nato přinesl český rekordman pan Pihera do školy panu řediteli několik fotografií s poděkováním a pan ředitel mu přislíbil spolupráci při dalších podobných bohubilých aktivitách. Tímto všem níže jmenovaným, ale i těm, kteří chtěli a nemohli, vřele děkuji a těším se na další ročníky. ;)

### Úklidu ZDAR, odpadu zmar!

#### Třída ZDA 1.B

Markéta Novotná  
Renata Klimentová  
Milan Čečka  
Ondřej Malecha  
Iveta Nováková  
Eliška Sedlářová  
Jasmína Steerová  
Tereza Kavanová  
Pavla Maierová

#### Třída ZDA 2.A

Michal Bednář  
Jan Jůsko  
Kristýna Kolářová

#### Třída ZLY 2

Jitka Belaniová

#### Třída MSR 1

Daniela Vorbisová  
Anna Štiková

#### Eliška Cinádrová

Tereza Gažíková  
Kateřina Viktorinová  
Markéta Našincová  
Veronika Malíková  
Libor Víta  
Eliška Chrástková  
Nikola Tibitanzlová  
Michal Hučík

#### Třída MSR 3

Jana Coufová

učitelé: Pavel Leština a Barbora Sedláčková

**Pavel Leština**





Nakonec jsme logicky dospěli k tomu, že produktivita obou týmů byla naprosto totožná, jen jsem bohužel mé skupině nevědomky vybral horší úsek stezky. Tak to příští rok můžeme změnit ;)

Nééé... nějaká fotka se přece jen našla.

Týden nato přinesl český rekordman pan Pihera do školy panu řediteli několik fotografií s poděkováním a pan ředitel mu přislíbil spolupráci při dalších podobných bohulibých aktivitách. Tímto všem níže jmenovaným, ale i těm, kteří chtěli a nemohli, vřele děkuji a těším se na další ročníky. ;)

### Úklidu ZDAR, odpadu zmar!

#### Třída ZDA 1.B

Markéta Novotná  
Renata Klimentová  
Milan Čečka  
Ondřej Malecha  
Iveta Nováková  
Eliška Sedlářová  
Jasmína Steerová  
Tereza Kavanová  
Pavla Maierová

#### Třída ZDA 2.A

Michal Bednář  
Jan Jůsko  
Kristýna Kolářová

#### Třída ZLY 2

Jitka Belaniová

#### Třída MSR 1

Daniela Vorbisová  
Anna Štiková  
Eliška Cinádrová  
Tereza Gažíková  
Kateřina Viktorinová  
Markéta Našincová  
Veronika Malíková  
Libor Víta  
Eliška Chrástková  
Nikola Tibitzlová  
Michal Hučík

#### Třída MSR 3

Jana Coufová

učitelé: Pavel Leština a Barbora Sedláčková

**Pavel Leština**

## VÝSLEDKY SOUTĚŽÍ V ČESKÉM JAZYCE

### Literární soutěž

- |                 |                                |
|-----------------|--------------------------------|
| <b>1. místo</b> | <b>Petra Syslová (AZT3)</b>    |
| <b>2. místo</b> | <b>Kateřina Vonešová (LY1)</b> |
| <b>3. místo</b> | <b>Lenka Bílková (LY1)</b>     |

### Recitační soutěž

- |                 |                                |
|-----------------|--------------------------------|
| <b>1. místo</b> | <b>Markéta Šimová (MSR3)</b>   |
| <b>2. místo</b> | <b>Tereza Surá (LY1)</b>       |
| <b>3. místo</b> | <b>Daniela Kudějová (AZT2)</b> |

### Olympiáda z českého jazyka

- |                 |                        |
|-----------------|------------------------|
| <b>1. místo</b> | <b>Marie Prenerová</b> |
|-----------------|------------------------|



## HOSPIC

není jen budova



V únoru jsem dostal možnost navštívit Hospic Sv. Jana N. Neumanna v Prachaticích. Při této příležitosti mi poskytl rozhovor právě ředitel tohoto zařízení pan PhDr. Robert Huneš, jemuž bych chtěl tímto mockrát poděkovat. Rozhodl jsem se s vámi, našimi čtenáři, podělit se o tento rozhovor .

Dozvěděl jsem se ve škole, že je možnost, absolvovat ve vašem zařízení odbornou praxi. Mnozí moji vrstevníci mají Hospic spojený spíše se smrtí a s umíráním. Kdybyste měl Vy popsat, co je Hospic, jak byste ho popsal?

Hospic není budova. Hospic je myšlenka nebo bych řekl, že to je postoj k životu. Hospic je takový postoj k životu, jako je porodnice. Tak jak se společnost hezky chová k člověku , když přijde na svět, tak bychom se se stejnou péčí a láskou měli chovat i k člověku, který z tohoto světa odchází. To je ve skutečnosti hospic.

To je velmi zajímavá myšlenka. Samozřejmě většina z nás si při vyslovení slova“hospic“ představí právě jenom tu budovu.

Kdybychom poté měli sestoupit z takových těch výšin, které ale považuji za nejdůležitější, tak hospic není ani léčebna dlouhodobě nemocných, není to ani domov důchodců, není to ani sanatorium, je to, dá se říct, jednotka intenzivní péče pro umírající. Nebo jak říká zakladatelka hospicového hnutí paní doktorka Marie Svatošová, hospic je umění doprovázet. Když si ale vzpomenu na našeho prvního pacienta, je zajímavé, jaké to má souvislosti. Hospic je zdravotnickým zařízením podle zákona, nese jméno našeho rodáka Jana Nepomuka Neumanna a snažíme se tady o péči fyzickou, ale i o nemedicínský pohled péče. Náš první pacient byl povoláním lékař, křtěný Jan Nepomuk, a přijali jsme ho na Dušičky. A když tento pacient odcházel na věčnost, svíčka jeho života do-

hořivala nad ránem. Tak jako většina úmrtí se odehrává nad ránem. Odcházel tak, že z jedné strany seděla sestřička, držela ho za ruku a z druhé strany mu jiná sestřička brnkala na kytaru.

Když na praxi k vám přijdu, na co se mám připravit?

Z větší míry ta přímá, řekněme ošetrovatelská



praxe, by mohla být podobná té, jaká je v nemocnici nebo v léčebně. Ten rozdíl se těžko popisuje a je dobré ho zažít. Přitom poté zjistíte, že máte více času na pacienta. A to je na konci života důležité, protože, když umírající člověk má strach a trápí se, že jeho život neměl smysl, teď hned byste tam s ním měli být. Protože má velký strach, tak mu prostě z hlediska slušnosti a lidskosti nelze říct, nemám čas, na dalším pokoji je taky pacient. Takže tady musí mít člověk na pacienta čas, proto je tady také více personálu než v nemocnici. Další odlišností od nemocnic je , že součástí naše personálu je pastorační asistent. Kupodivu se tu i hodně nasmějeme. Hospic není dům smutku, je to také dům radosti. Vzpomínám si, že jsme měli pacienta a ten měl karcinom rekta. A samozřejmě nemohl sedět. Mohl pouze ležet a také maličko chodit. Jednou ráno stál u okna a snídal. Na pokoj přišla uklízečka, a když ho uviděla, zeptala se, jestli se k té snídani nechce posadit. On se na ni otočil a odpověděl jí :„Pani, já nemůžu, já mám konečník v prdeli!“ Takže tu není pouze humor mezi personálem, ale zasmějeme se tu i spolu s pacienty. Právě díky tomu, že se tady nelže, že jsou ty věci přiznané, se můžeme nakonec i z těch věcí trošku pobavit, aniž by z toho měl ten druhý nějakou újmu.



Máte zkušenosti s tím, jak vaši klienti reagují na mladé praktikanty?

Jako každý člověk. Gaussovu křivku jste ve škole nejspíše brali, takže tak to asi vypadá. Pár jedinců bude říkat, že je to úžasné, budou z toho naprosto nadšeni, budou se k vám chovat, jako by vás znali od malička. Velká většina lidí se chová standardním způsobem. No a pak bude malá část morousů, kteří jsou protivní na řádný personál, tak budou protivní i na praktikanty.

Dáte mi za pravdu, že ne každý je pro práci v hospici vhodný. Jaký by podle vás měl být zdravotník, který by chtěl u vás pracovat?

Měl by být smířený se svojí konečností. Protože člověk, který má problémy sám se sebou, nebo se smyslem svého života, nemůže být oporou těm, kterým ten smysl chybí. Také musí být smířený se svým vlastním životem. Musí mít rád druhé lidi. A všechno ostatní se dá doučit. Ty dvě první podmínky se naučit nedají, ale dají se vylepšovat a dobrušovat.

Pracují u vás i muži?

Také, těch je u nás málo, ale jsou tady. Někteří jsou lékaři a dva ošetřovatelé. Muže - zdravotní sestru tady nemáme. Pak tady máme jednoho ředitele (smích), údržbáře, správce, ekonoma, ale v té přímé péči máme jenom dva lékaře a ošetřovatele.

Zapojují se do práce lépe ženy, nebo spíše muži?

Všeobecně statisticky vzato to jde lépe ženám. Z povahy věci jsou ženy lepší vychovatelky a tady se hluboce mylí naše veřejnost v čele s ministerstvem práce a sociálních věcí. Já jsem nepřitelem názoru, že dítě má rodiče číslo jedna, rodiče číslo dvě, jak se o tom dnes nesmýšlně diskutuje. Rodič je maminka, rodič je tatínek, každý z nich má svoje přednosti, má svoje, řekněme handicap. V péči o malé děti jednoznačně má větší dispozice od přírody žena. Žena jediná může kojit, to my chlapi nemůžeme. Žena má vyšší míru empatie a více citu všeobecně. Muži mají samozřejmě jiné přednosti. A ono je to podobné s umírajícími, oni jsou také jako malé děti, v dobrém slova smyslu. Z hlediska potřeby, z hlediska něhy i z hlediska utírání zadečků mají ženy přece jenom lepší vlohy.

Je v dnešní době pro vás těžké sehnat zaměstnání?

Kupodivu není. Sleduji problémy ve zdravotnictví a vím, že je nedostatek lékařů a ostatního zdravotnického personálu, díkybohu my tady větší problémy nemáme a tým drží bez syndromu vyhoření, což je velký úspěch.“

Když se já rozhodnu jít sem na praxi nebo zde pracovat, umožníte mi před tím zdejší prostředí nějakým způsobem poznat?

Děláme Den otevřených dveří, většinou v Den hospiců, což je druhá říjnová sobota. Případní uchazeči o práci mají jako povinnost tady absolvovat minimálně dvě nebo tři směny, aby poznali, jestli jsou alespoň trochu jejich představy o práci u nás shodné s realitou, aby poznali nás a abychom my „okoukli „je, protože ne každého mezi sebe přijmeme. A tak se dá udržet dobrý kolektiv. A každého, kdo k nám chce jít pracovat, osobně od toho zrazuju. Kdo vydrží mé zrazování, tak to je většinou ten pravý člověk.(smích)

Při své návštěvě jsem měl samozřejmě možnost projít si hospic a rozhlédnout se. Musím říct, že vše uvnitř i vně na mne působilo uklidňujícím dojmem a velmi optimisticky. Všude jsou použity světlé a veselé barvy, chodby jsou plné světla a zahrada u budovy je velmi pěkně udržována. Sám za sebe mohu říci, že se sem určitě rád opět vrátím, třeba i jako praktikant.



Pokud patříte mezi sportovní nadšence, můžete právě sportem podpořit Hospic sv. Jana N. Neumanna v rámci projektu RunCzech 2016. Více informací nejen o této akci, ale i o hospicu se můžete dovědět na webových stránkách – [www.hospicpt.cz](http://www.hospicpt.cz)

**Jan Kovář ZLY 2**



## MATURANT V KONCÍCH

Bliží se den D a všechny věci s ním spojené. Co ale vlastně maturita znamená pro nás, studenty, a co pro stát a společnost, ve které žijeme? Asi každý středoškolák tento pocit zná. Je to tady! Ta bájná zkouška dospělosti, o které všichni mluví. Je to ale opravdu tak těžké, nebo jen kantoři a rodiče chtějí něco, čím mohou v žácích vyvolávat strach od prvních dnů školy? První věc, která mě napadá při frázi „zkouška dospělosti“, je lehká diskriminace řemeslníků a dalších lidí, kteří mají vzdělání jiné než maturitní, nebo žádné. V poslední době se vláda pokouší opět zavést jistou vznešenost učňovských oborů, možná by nebylo úplně od věci se zamyslet nad kampaní, která by pojem „zkouška dospělosti“ změnila třeba na „zkouška odvahy“, nebo něco podobného. Určitě by to bylo užitečnější, než například dotované vysílání České televize. Ale k věci.

Celý čtvrtý ročník žijeme v obavě z několika testů, které se sice dají srovnat s průběžným diktátem, případně aplikací na Facebooku typu „otestujte se z češtiny!“. Ovšem rozdíl je v tom, že pokud má člověk slabý den a zkrátka se mu nezadaří, přichází čas, kdy bude litován spolužáky, nenáviděn rodiči a vřele přivítán na úřadu práce, kde bude zařazen do rubriky „základní vzdělání“, které se dá volně přeložit jako „“. V praxi to mimochodem znamená, že člověk nalezne úžasné možnosti zaměstnání. Například pozice asistenta pomocného skladníka, případně přidavače je jistě perspektivní místo s obrovskou možností kariérního růstu. Touto představou jsme samozřejmě systematicky „krmeni“ ze všech stran, protože přece bez maturity to nejde. Ve finále je na tom postavená celá maturita. Vystrašit stáda tisíců českých středoškoláků do úplného maxima. Jako další nástroj k tomu slouží mimo jiné státní maturita. Myšlenka, že všichni budou mít stejné zkoušky i šance, lidi z nastavbových učňovských oborů, odborných středních škol i elita národa z gymnázií je sice krásná, ale ve finále to znamená obrovské tajnosti, ceremonie a oficiality. Nejen maturant i učitel si při manipulaci s testem v onen den připadá jistě jako tajný agent kontrarozvědky. Asi jako kdyby manipuloval s informacemi o místech zranitelnosti amerického prezidenta při jeho návštěvě v Česku.

Když to vezmu kolem a kolem, maturita je důležitá. Je to něco, co nám otevírá brány nových možností. Svým způsobem se dá říct, že je to jedna z věcí, které nám umožní plnit si své sny. Pro někoho je to možnost získat peníze a žít si podle svého, pro jiného třeba dostat práci, která je přímo jeho snem. Ať už je to záchranář, novinář, policista nebo učitel. Závěrem tedy snad zbývá jen popřát mnoho zdaru všem, které to brzy čeká tak jako mne. A i kdyby bylo nejhůř, máme ještě další dva pokusy. A kdyby ani to nevyšlo, Albert každoročně otevírá po maturitách spoustu nových míst ve skladu.

**Vendula Bartáková ZDA 4.A**

## KAMBA



### PRO ZDRAVOTNÍKY

Kamba je nezisková organizace soustřeďující své úsilí na osobní růst a vzdělávání našich českých zdravotníků. Není to organizace, která pečuje přímo o blaho zdravotníků, ale učí zdravotníky samotné, jak o sebe mají pečovat. Nabízí semináře, školení s akreditací od profesionálních společností. Zkrátka organizuje aktivity velice užitečné pro zdravotnický personál.

Podle mého názoru je to pozitivní krok. Nechci kritizovat stav českého zdravotnictví. Přese všechno si stále drží poměrně slušnou úroveň ve srovnání s jinými státy Evropy. Avšak co se přehlížet nedá, je to, v jakém prostředí naši zdravotníci žijí a pracují. Můžeme se klidně zaměřit na nejrozšířenější skupinu a tou jsou sestřičky. Pravdou je, že zdravotníci (nelékařský personál) a lékaři vykonávají velmi psychicky náročnou práci důležitou pro nás pro všechny. Neustále se vzdělávají, ne pro sebe, ale pro ostatní. Věnovat se ostatním je zkrátka jejich životní motto (Člověk žije opravdový život, je-li šťasten štěstím druhých. – J.W.Goethe). Co už však pokulhává, je to, že i takový vyčerpaný zdravotník by se měl umět starat sám o sebe. A to se neděje. A právě tento problém řeší KAMBA.

Měl jsem čest hovořit přímo s ředitelem organizace panem Davidem Brázdou, který mi zodpověděl dotazy a vysvětlil cíle a směr Kamby, které uvádím výše. Zvláště mě na této organizaci překvapilo, že nemyslí konvenčně. Nemá své sídlo, jak je obvyklé. Kamba je mobilní. Brzkým cílem je mít v každém kraji ČR svého koordinátora (osoba přímo napojená na Kambu), který bude organizaci rozvíjet a napojovat na ni další lidi a zdravotníky.

Myslím, že organizace nabývá na důležitosti. Možná víc původní idea než organizace samotná. Konečně je zde signál, že někdo

vnímá, co se děje ve zdravotnictví, a že se najdou tací, kteří vidí nedostatky a odhodlají se k činům. Navíc nezištně. Můžete se zapojit a být součástí Kamby. Vyhledejte ji pomocí facebooku a staňte se Kambou i vy.

Břetislav Vonšovský

P.S.- Pan David Brázda bude mít v září (příštího školního roku) na naší škole přednášku o směru a významu Kamby, takže se můžete těšit na osobní setkání. Více se dozvíte od svých vyučujících.

## ANDOR ŠÁNDOR

8. 4. 2016 jsme se zúčastnili přednášky brigádního generála v záloze Andora Šándora, bývalého šéfa vojenské zpravodajské služby. Mluvil o uprchlické krizi a celkové hrozbě Islámského státu pro Evropu. Jeho pohled na současnou situaci je velmi realistický. Varoval nás před výlety do ciziny, od Tunisu až po Turecko, kde právě probíhal výměnný pobyt našich studentek v rámci programu COPE. Díky panu Šándorovi navíc víme, že Česká republika naštěstí není v centru pozornost. Ovšem naše obranyschopnost a schopnost řešení krizových situací je bídná. Otázkou však zůstává, kdo s tím co udělá? To nikdo neví. Zatím to necháváme ležet ladem, dokud se nic vážného nestane. Smutná pravda a hořká tečka na konec.

**Břetislav Vonšovský ZLY2**

## DIETA?

Dieta?

A je to tady. Ta známá věta „Nemůžu, držím dietu“. Myslím, že tohle souvětí použila snad každá holka, když před zrcadlem objevila své křivky. Vsadím se, že u většiny to začíná tím, že si vytvoří svůj měsíční plán, jak bude cvičit, a později studuje kalorické tabulky u všeho, na co se v obchodě koukne. To je normálka, ale dodržel to někdy někdo?

Myslím, že to u všech končí stejně...

### Domácí jahodová zmrzlina



- 250g mražených jahod
- 100ml smetany ke šlehání
- 80g cukru moučky

Do mixéru vložíme mražené jahody, zasypeme cukrem a nalijeme šlehačku.

Mixujeme, dokud se všechno dobře nepromíchá.

### Domácí brambůrky na večer



- Koření (podle chuti)
- Sůl (podle chuti)
- Olej
- Brambory

Očištěné a omyté brambory nakrájíme na velmi tenké plátky a znovu omyjeme v čisté

vodě.

Jednotlivé plátky brambor šetrně smažíme na rozpáleném rostlinném oleji, dokud nejsou zlatavé.

Nakonec domácí brambůrky osolíme či okořeníme podle vlastní chuti.

### Mini větrníky



- Vanilkový cukr a cukr moučka
- 1 smetana ke šlehání
- 4 dkg cukru moučky
- 11 dkg másla
- 22 dkg hrubé mouky
- 4 vejce
- 400 ml vody

Do kastrolu nalijeme vodu nebo mléko, já jsem použila vodu, přidáme máslo a přivedeme k varu. Máslo s vodou svaříme a přisypeme mouku. Ze začátku se nám těsto bude trochu lepit, během několika minut ale přestane. Těsto necháme vychladnout, postupně přidáme čtyři celá vejce a umícháme těsto. Těsto na mini větrníky je opravdu hodně tuhé. Na plech dáme pečicí papír a troubu předehřejeme na 180 °C. Umíchaným těstem naplníme cukrářský sáček a tvoříme hubinky - větrníčky. Těsto se během pečení nafoukne, takže nesmíme zapomenout nechávat mezi větrníčky rozestupy. Zhruba po 20 - 25 minutách jsou větrníky upečené dozlatova. Předtím ale troubu v žádném případě neotvíráme, protože jinak spadnou a budou tvrdé. Upečené větrníky z jedné strany nakrojíme, aby unikla pára. Necháme vychladnout. Mezitím vyšleháme šlehačku s moučkovým cukrem. Mini větrníky šlehačkou naplníme a na závěr větrníčky pocukrujeme.

Mini větrníčky podáváme při různých příležitostech. (Poznámka redakce: Vypadá to tak skvěle, že radíme podávat kdykoli a kdekoli)



## HRAJU, HRAJEŠ, HRAJEME... FACTORIO

Opět jsem dlouze přemýšlel o tom, jakou hru ohodnotit a hlavně jakou vybrat. Bylo to složité, jelikož her je na výběr spousta. Nakonec jsem si vybral hru od českých vývojářů, která slaví velký úspěch ve světě a nějaký čas se držela v první dvacítky nejhranějších her na steamu. Jedná se o budovatelskou strategii nesoucí jméno Factorio.



Hra začíná na planetě, na které jste ztroskotali s vesmírnou lodí, a vaším jediným cílem je si postavit za nějaký čas loď novou a pakovat se domů. Nezasťaví vás ani vydrancování přírodních zdrojů planety a zdevastování životního prostředí pro dosažení vlastních cílů. V cestě stojí pouze mimozemská zvířata citlivá na znečištění a velice agresivní. Začínají útočit v malých skupinkách, které se ale velice rychle zvětšují, a ničí vše, na co narazí. Zakládají něco jako základny, čím více znečištění, tím více základen, ty je dobré ve volných chvílích likvidovat, než zvířata zlikvidují vás.

Hlavním cílem hry je vytvořit samostatný, nezávislý systém, ve kterém se vše samo vytěží, zpracuje a ze zpracovaných surovin se samy vytvoří další stroje nebo celé továrny. Ale nepředbíhejme a podívejme se na úplný začátek, kdy máte pouze krumpáč a chuť budovat. Je třeba si najít nějaké ložisko strategicky důležitých surovin, bez kterých se ze začátku neobejdete. Jako první je to asi železo a uhlí, ale bez kamene si nepostavíte vysoké pece, ve kterých z rudy uděláte železo. Všechno ze začátku funguje na uhlí a ani v budoucnu se bez uhlí tak snadno neobejdete.

První automatizace, kterou provedete a která vám usnadní práci, je vrták, který vám nakutá vše, co potřebujete. Problémem je přeprava a uskladnění. Aby se suroviny neválely na jedné hromadě, od toho jsou pásy, na kte-

rých vše přejíždí jinam. Nejlépe ke sběrníku, který vše sype buď do truhly, nebo do pece, ze které posléze zase do truhly nebo na další pás, který náklad doveze k továrně..... A to je nekončící koloběh tvořený z pásů a sběračů.

Nezapomínejte ani na měď, se kterou se později přehoupnete k lepšímu zdroji energie - k té elektrické. Získávat ji budete zpočátku z parních turbín a později také ze solární energie, což bohužel nebude nikdy stačit, jelikož vaše spotřeba bude přímo obrovská a výkon turbín je pořád vyšší.

Za zmínku také stojí výzkum, bez kterého pokrok není možný. Z vlastních zkušeností vím, že není dobré ho zanedbávat, ze začátku je potřebný hlavně ten zaměřený na těžbu, automatizaci nebo vojenský.

Vojenský podporuje stavbu obranných věží, které tvoří vaši jedinou šanci na odrazení nepřátel a vlastně vůbec na přežití. Nejprve stavíte věže palné, do kterých musíte doplňovat munici, se kterou se v případě nebezpečí nešetří, ale později je vyměníte za věže laserové, které zase potřebují velký přísun energie, a je proto lepší u každé postavit pár akumulátorů, které uskladní energii vyhrazenou jenom pro střelbu, a tak nezatíží tolik vaši elektrickou síť.

Za zmínku stojí i několik dopravních prostředků usnadňujících vaši přepravu. Můj oblíbený dopravní prostředek ve hře je tank, se kterým odrazíte útok nějaké té desítky, možná i stovky nepřátel. Jeho rychlejší variantou je obrněné vozidlo, které sice disponuje vyšší rychlostí, ale bohužel menší palebnou silou. K nejrychlejší přepravě slouží vlak, ale ten potřebuje koleje, které musí někdo nejprve položit. Jeho velkou výhodou je možnost automatické jízdy a schopnost tahat za sebou nákladní vagony, do kterých se snadno dá naložit obrovské množství surovin a převézt je na domovskou základnu.

Hlavní je velice rychle expandovat a udělat vše automatické. Věřím, že každému, který rád u her malinko přemýšlí a vymýšlí nové neotřelé řešení, se tato hra bude líbit a užije si s ní hodiny zábavy, třeba i s kamarádem.

Hrál a zhodnotil **Pavel Holický ZLY2**



## „ZDRAVUŠKY“ V TURECKU

V prvním čísle Podlavičníku tohoto školního roku jste si mohli přečíst, k čemu jsou projekty, čeho se týkají a co přinášejí pro vás, žáky a studenty. Kolegyně, Mgr. Ilona Bláhová, vám detailně popsala, o čem je COPE projekt, na kterém spolupracujeme již více než rok. Jedním z vrcholů celé dosavadní práce byla právě výměnná stáž studentů.

V tomto článku bych vás ráda nechala nahlédnout do našich zážitků ze stáže v tureckém městě Izmit.

Pečlivým výběrem prošlo 5 studentek: Terezie Šítalová (ZDA 4.A), Iva Ziková (ZDA 4.B), Andrea Kolářová (DV 1), Ivana Trizmová (DV 2) a Monika Kacrová (DV 3). Jako doprovod a snad i podpora jsem odvážně vyrazila já.

V úterý 17.11. 2015 jsem časně ráno „převzala“ od rodičů všech 5 studentek a se smíšenými pocity jsme odstartovaly cestu do neznáma. Nutno připomenout, že několik dní před odjezdem se odehrál v Paříži jeden z největších teroristických útoků. Na klidu nám nepřidával ani fakt, že turečtí partneři byli velmi skoupí na informace týkající se dopravy z letiště na místo určení a i celkového průběhu stáže. Ani cestou jsme se neuklidnily. Zdrželo nás několik dopravních nehod, a i přes časovou rezervu jsme na letiště ve Vídni přijely velmi pozdě - do odletové haly jsme se doslova vřítily pouhých 40 minut před odletem. Asi jsme působily opravdu zoufale, protože letištní zaměstnanci se nad námi slitovali, odbavili nás k letu, který již dále probíhal bez komplikací. Po necelých 3 hodinách jsme tedy přiletěly do Istanbulu, kde nás ale čekalo nelehké hledání a domlouvání transportu do cílového Izmitu. Po několika přestupech a v nejistotě, kam vlastně jedeme a zda nebudeme objektem únosců, jsme šťastně dojely do IZMITU, který se na dalších 14 dní stal naším druhým domovem.

Následující den jsme se seznámily s rumunskou skupinou, která absolvovala stáž společně s námi. Nejdříve jsme navštívily partnerskou zdravotnickou školu Anadolu Lisesi Mesleki Ve Teknik. Prohlédly jsme si třídy, odborné učebny, kabinety vyučujících i další prostory školy. Pokud bych měla porovnat vybavení i školní prostory, s radostí můžu na-

psat, že naše škola je vybavením i vzhledem prostor na mnohem vyšší úrovni (zejména toalety v nás zanechaly hluboké dojmy:-)).

Poté jsme se přesunuly do nemocnice, ve které studentky vykonávaly praxi. Každá studentka dostala svou tandemovou partnerku, se kterou následně byla na oddělení. Nemocníci nás prováděl lékař, který nám ukázal vybavení a také některá oddělení. Celkově bylo vybavení nemocnice podobné, prostory o něco málo horší než v ČR. Poprvé jsme také ochutnaly oběd z nemocniční jídelny, který můžu ohodnotit stejně jako u nás – žádná sláva :- Postupně jsme zjišťovaly, že angličtina nebude silnou stránkou Turků a dorozumět se nebude žádná sranda!

Další den už začínala praxe „naostro“. Do nemocnice jsme jezdily každý den autobusem (asi 30 min). Milým překvapením bylo, že na všech odděleních byly sestřičky z praxe našich studentek nadšené a šťastné (vypadalo to, že upřímně). Hned se zajímaly, kdo jsme, odkud jsme, proč jsme tam.

Možná vás napadá, jak jsme se dorozumívaly. Nebylo to vždy jednoduché, protože jak jsem již zmínila, angličtina není u Turků „v kurzu“. A tak bylo našim štěstím, že turečtí studenti mohou při praxi využívat mobilní telefony a tím pádem i překladač. Kromě toho je na místě veřejně poděkovat Mgr. Ivě Štixové za její hodiny latinského jazyka, který nám byl velkou pomocí!!! Nutno také dodat, že všechny sestřičky (i ostatní personál) byly neuvěřitelně ochotné se s námi nějakým způsobem dorozumět.

Souhrn poznatků z praxe:

- Každý pacient má u sebe neomezený počet členů příbuzenstva a to celých 24 hodin denně, berou to jako samozřejmost, rodina se také významně podílí na péči o pacienta (provádí hygienu, péči o vyprazdňování, rehabilitaci, pomoc s jídlem atd.) Rodina je také přítomna při jakémkoliv výkonu, při převazu, vizitě atd.
- Provádění odborných výkonů je v turecké literatuře podobné našim postupům, realita je ale zcela odlišná, každý si dělá vše tak, jak mu vyhovuje, nedodrжуje se jednotný postup. Konkrétně pojetí dezinfekce a sterilizace je v Turecku zcela odlišné od ČR (dezinfekci používají jen občas, sterilitu pomůcek nijak zvlášť



neřeší). Musím ale říci, že za celou stáž jsme neviděly žádného pacienta s infekcí v ráně, pouze jednoho pacienta s proleženinou a minimum pacientů s komplikacemi (asi jsou více odolní ???)

- Sestra v Turecku provádí téměř výhradně odborné výkony a administrativní práce (její práci velmi odlehčuje rodina, která se aktivně podílí na celém procesu ošetřování)
- Přístup zdravotníků k pacientům i rodině je vždy velmi vstřícný a milý, s úsměvem!!
- Pacienti nejsou v pyžamu, mívají běžné oblečení anebo domácí oblečení (českého „andílka“ jsme neviděly :-)). Ženy, které jsou zahalené, toto dodržují i v nemocnici (viděly jsme i pacientky na JIP zahalené). Zdravotníci velmi dbají na intimitu pacientů.
- Ačkoliv je Turecko vnímáno jako muslimská země, tak jsme běžně viděly, že ženy ošetřují muže a naopak.
- Rozdělení práce, harmonogram prací sestřiček na mě působil poněkud zmateně a vlastně jsem nepochopila, jestli nějaký mají, ale důležité bylo, že všechny povinnosti si vždy splnily, neřešily, jestli někdo pracuje více než druhý
- Měla jsem možnost nahlédnout na několik oddělení a mohu říci, že na všech jsem měla pocit, že jsou zdravotníci ve své práci spokojení, dělají svou práci rádi, a ač na nás působila jejich práce zcela neorganizovaně, tak oni to vnímají jako dobře fungující systém.

Kdybych měla zhodnotit praxi z pohledu studentů, tak na prvním místě musím zmínit přístup sestřiček i lékařů ke studentům. Berou je jako součást kolektivu, mají s nimi přátelské vztahy, oslovují se jménem (vzájemně). Studenti mohou kdykoliv požádat o pomoc, radu. Studenti nemusí dodržovat žádnou zvláštní úpravu (ačkoliv oficiálně mají pravidla stejná jako my, nikdo je ale nedodržuje), mají uniformu (halena a kalhoty), ale mohou k ní mít svetr, mikinu jakékoliv barvy, mohou požívat mobilní telefony, nosí šperky, některé studentky měly i nalakované nehty.

Na tomto místě musím pochválit naše studentky. Všechny situace zvládly naprosto perfektně, aktivně se snažily dorozumět se. Jsem na ně opravdu pyšná!!!

Volný čas

IZMIT je poměrně rozlehlé město, a tak jsme



měly dostatek možností jak trávit volný čas. Centrum města je velmi pěkně udržované, čisté a neustále plné lidí. Je zde obrovské množství obchůdků, obchodů i několik obchodních center. Každý večer jsme si vybraly některou ze stovek restaurací a ochutnávaly tradiční turecká jídla (např. masové kuličky Köfte, Kebab, polévku Çorba), která jsme zapily hektolitry tradičního tureckého čaje (opravdu jsem se nepřepsala, čaje jsme v Turecku vypily všechny určitě více než za celý svůj život) anebo typického nápoje Ayran, což byl slaný bílý jogurt ředěný vodou. Nezapomenutelné byly také turecké dezerty (např. Baklava).

Pro duševní relaxaci jsme využívaly nedaleký Sekapark, promenádu táhnoucí se podél Marmarského moře. Moře je v Izmitu průmyslem znečištěné, tedy pro koupání nevhodné, ale přesto jsme k jeho břehům chodily relaxovat téměř denně!

Součástí stáže byl také jednodenní výlet do Istanbulu, kde nám velmi milá a anglicky mluvící :-)) slečna průvodkyně ukázala nejvýznamnější

místa (Modrou mešitu, Hagiu Sofiu, Basiliku Cisterna aj.). Několikrát jsme také zažily neuvěřitelnou atmosféru typického orientálního bazaru, kde se dá koupit opravdu úplně vše.

Dva týdny utekly doslova jako voda a přišel čas balení a odletu. I zpáteční cesta proběhla „po turecku“, tedy s drobnými komplikacemi a výbuchem bomby v Istanbulu (při kterém jsme našťastí nebyly), ale všech 5 studentek jsem v pořádku vrátila v Českých Budějovicích! Turecko z pohledu studentek:



Terezie: Rozhodně nezapomenu na každodenní budíček, který nám zajišťovala mešita (první „svolávání“ před 6 hodinou ráno a dále ještě několikrát během dne). Musím zmínit i tureckou dopravu, která je obzvláště specifická (na „čtyřicítce“ přibrzdili i na „120“). V nemocnici mě překvapila celodenní přítomnost rodiny a její aktivní péče o pacienta.

Iva Z.: Turecko nám nabídlo širokou škálu aktivit a pohled na velmi odlišnou práci v nemocnici. Velmi zajímavé pro mne bylo komunikovat se studenty, zjišťovat jejich názory a rozšiřovat si tureckou slovní zásobu. Tímto bych chtěla vzkázat všem studentům – pokud budete mít příležitost účastnit se jakékoliv zahraniční stáže, neváhejte a jeďte poznávat svět!

Andrea: Turecko na mě zpočátku působilo velmi chaoticky, ale po několika dnech jsme do tureckého životního stylu zapadly. Praxi jsem vykonávala na úrazové ambulanci a na neurologii. Překvapilo mě, že pacienti nemají pyžamo, někteří dokonce leželi v lůžku s botami. Velmi pozitivně vnímám přístup zdravotníků ke studentům. Celá stáž pro mě byla velkým poznáním a silným zážitkem.

Iva T: Už před odjezdem jsem tušila, že bude vše odlišné oproti našim zvyklostem, ale realita předčila mé očekávání. Mnohé postupy v nemocnici bych označila za zcela nesprávné. Na

druhou stranu jsem v nemocnici téměř neviděla imobilní pacienty, pacienty s proleženinami a jinými komplikacemi. Jistě bych našla v tureckém zdravotnictví i další pozitiva. Celkově bylo Turecko obrovským zážitkem a poznáním.

Monika: Několikrát jsem jako turistka navštívila arabské země, a tak jsem do Turecka odjížděla s představou, že mě čeká to samé, tedy nepořádek, nečistota, hluk. Byla jsem mile překvapena krásně upraveným a čistým Izmitem i pěkně udržovanou nemocnicí. Mile mě překvapila úroveň přístupu tureckých zdravotníků k pacientům a studentům, také důsledné respektování intimity pacienta. Negativní byla snad jen obtížná komunikace, která probíhala většinou prostřednictvím překladáčů.



Co říci závěrem? Turecko bylo pro mě a snad i pro studentky bezesporu velkým zážitkem už jen tím, že jsme se setkaly s jinou kulturou, jinou mentalitou. Ač jsme viděly různé, pro nás nepochopitelné zvláštnosti a odlišnosti, nesetkaly jsme se vlastně s ničím úplně nepřijemným, špatným. Mám dojem, že Turci jsou více pospolu, drží více při sobě než my, Češi. Jsou k sobě ochotnější, milejší. Bezesporu jsou více v klidu, nestresují se, nespěchají a více se usmívají!!!



**Barbora Sedláčková**

## JAZYKOVÝ KURZ NĚMECKÉHO JAZYKA

Čas a místo konání: 8. 3. - 10. 3. SZŠ a VOŠZ  
České Budějovice

Vyučující : rodilá mluvčí Maike Caiulo-Prahm  
(Berlín, Německo)

Úroveň jazyka : B1 – Odborné zaměření –  
zdravotnická tematika

Evropský projekt : Erasmus + EUROCURE



Erasmus+

EuroCure

V jednom z čísel Podlavičníku jste si mohli přečíst článek o naší zahraniční stáži v Německu. Ovšem rozloučením v Berlíně to definitivně neskončilo. Na začátku nového školního roku přišla velmi atraktivní nabídka on-line kurzu německého jazyka s rodilou mluvčí. Kurz se konal každé úterý od 20:30 a byl zaměřen na zdravotnickou tematiku. Aktivně jsme používali výukový systém Moodle, který nabízel široké spektrum testových úloh, které nás měly připravit na jazykovou zkoušku - úroveň B1.

V období od 8. 3. kurz dokonce probíhal přímo u nás ve škole. Účastnily se ho 2 studentky z Liberce a Hradce Králové a jedna studentka naší školy. Začínal vždy od 8:00 a zahrnoval písemné, poslechové a ústní úlohy. Velkým přínosem byla přítomnost rodilé mluvčí Maike z Berlína z jazykové školy 12 Sterne.

Ve čtvrtek 10. 3. se konala zkouška jazykové úrovně B1. Skládala se z poslechu (25 min.), hodinového didaktického testu, slohové práce (30 min.) a rozhovoru s rodilou mluvčí (15 min.)

Jsme velmi vděční naší škole a projektu Erasmus+ EUROCURE za tuto jedinečnou příležitost. Obohatili jsme si slovní zásobu, zlepšili gramatické dovednosti a ústní projev. Děkujeme a přejeme dalším studentům, aby také měli tak pestré možnosti, protože „kolik umíš jazyků, tolikrát jsi člověkem“ .

**Tereza Kekrtová ZDA4.A**

## DVANÁCT DO KRUHU

Byla neděle. Dobře to věděl. Důkazem byl fakt, že ležel ve své posteli a do pravé tváře ho hrálo podzimní slunce. Byl vzhůru, ale ještě nechtěl otevřít oči. Poslepu tedy natáhl ruku vedle sebe, ovšem k svému překvapení nahmátl prázdný prostor. Místo vedle něj bylo již vychladlé. Už vstala. Hluboce se nadechl a ucítil známou vůni ranní kávy. Posadil se na posteli a dlaní si otřel rozespálý obličej. Zvedl se, přehodil přes sebe hebký župan a pomalým krokem zamířil do kuchyně.

Uviděl její záda a vodopád vlasů, který padal přes límeček růžového županu až k pasu. Šel tiše, takže si ho ani nevšimla. Posadil se. Pokušení Nicol vylekat se z jeho plánů už dávno vytratilo. Jednou na tento žert už totiž doplatil. „Dobré ráno, zlato,“ pozdravila překvapeně, když se náhle otočila a právě otevřela ústa, aby zavolala svého manžela k snídani. Její oči ale náhle přeskočily na Petera a jen těžko skryla své překvapení. Ono překvapení ovšem trvalo jenom chvíli a doširoka otevřené oči vystřídal hřejivý krásný úsměv. Nicol obratně přenesla oba hrnky s kávou na stůl a vedle nich položila dva talíře, na nichž byla naservírovaná stejná snídaně. Rádi snídali spolu. Víkend byla jediná chvíle, kdy jim to jejich povolání dovolilo. Peter byl často volán k případu brzo ráno, v době, kdy Nicol ještě spala. Pracovala jako zahradní architektka, takže díky tomu se mohla věnovat klientům spíše v odpoledních hodinách. Jedna z nevýhod její práce byla ta, že musela pracovat i o víkendech.

Dnešní víkend nebyl výjimkou, kvůli tomu Peter věděl, že ještě zhruba tři hodiny si může užít se svou manželkou. Toto vědomí mu ale náhle pokazil telefonát „Miláčku, nejspíš asi další zájemce o zahradu,“ pronesl s neskrývaným podrážděním v hlase Peter. Nicol chvatně vstala a zamířila do předsíně, kde v kapse kabátu mobil vyzváněl. Tentokrát se ale zvonění neozývalo ze světlého kabátu, jak očekávala, ale z náprsní kapsy černé kožené bundy. Předala mobil manželovi a následovala krátká výměna frází mezi Peterem a neznámým hlasem na druhé straně. Neznámým byl šéf policejního

oddělení. Volal Petera na stanici, důvod zatím nebyl oznámen. Peter se rozloučil krátkým políbením a vyrazil dosti vystrašený v očekávání toho, co přijde. Nikdy předtím ho totiž do práce o víkendu nezavolali. Cesta autem ubíhala rychle.

Prudce otevřel dveře velitelství. Naproti němu stál George, zamyšleně se díval na fotky na stole. Peter ho odkašláním vyrušil a George se na něj podíval. „Moc se omlouvám, že jsem ti překazil příjemný den s Nicol, ale narazil jsem na něco, co by tě mohlo zajímat,“ řekl s neskrývaným nadšením v hlase a gestem pokynul svému partnerovi, aby se posadil. Peter ochotně poslechl. Usedl a s napětím sledoval komisaře, konečně se chtěl dozvědět, co bylo tak důležité, že tomu musel obětovat své pohodlí. Dlouhé nadechnutí naznačovalo, že to bude velmi dlouhá přednáška. „Včera jsem měl spoustu času zamyslet se nad těmi fotografiemi,“ začal zvolna George. Plánoval své trumfy až na úplný konec, aby překvapení neztratilo na účinku. „A teď už můžu s jistotou říct, jak si pachatel vybírá své oběti.“ Peter se posunul na židli a jeho srdce začalo bít rychleji. Taková zpráva byla ta poslední, co čekal, i když pokud měl někdo odhalit podstatu tohoto případu, tak to měl být právě George. „Jak sis jistě všiml, na každém místě činu jsme našli směs čísel, které byly napsané krví oběti. Ovšem, jak se shodli patologové, ještě před smrtí byla oběti vyryta značka. Dlouho jsme si lámali hlavu, jak tyto značky a čísla souvisí,“ George se odmlčel. Potřeboval se nadechnout.

„Musím sám uznat, že jsem měl obrovské štěstí. Kdyby ke mně včera nepřišla sestra na návštěvu, nevím, jak dlouho bych nad tou záhadou seděl. Všechno to souvisí s tímhle.“ S hlasitým zaduněním pustil George ohromnou knihu na dřevěnou desku stolu. Většina fotografií se závanem vzduchu odporoučela na podlahu pod stůl. „Jak ta čísla, tak ty značky souvisí se zvěrokruhem.“ Věta byla pronesena s náležitou vážností v hlase, aby jí bylo nutno brát smrtelně vážně. Peter ale jako by toto gesto nezaregistroval, zdvihl k svému příteli oči. V jeho obličejí byla otázka, otázka, která

byla vzápětí zodpovězena. „ Ne, nepil jsem, jestli se chceš zeptat na tohle, a ne, nezbláznil jsem se. Všechno pochopíš,“ Komisař pomalu přešel k bílé tabuli umístěné na třech štíhlých nožkách. Rychlým pohybem odkryl první stranu papíru. Na něm bylo vyobrazeno dvanact značek. Šest z nich Peter samozřejmě poznával. Viděl je na tělech obětí. „ Každá značka, jak můžeš vidět, vyjadřuje jedno znamení zvěrokruhu. Pachatel tak vlastně oběť označil jejím znamením.“

„To bych pochopil, Georgi. Ovšem nechápu, jak ty značky souvisejí s těmi čísly.“

„ Právě tuhle souvislost jsem se ti teď snažil vysvětlit. Jen kdybys mě nechal domluvit,“ napomenul ho až skoro otcovským tónem v hlase George. „ Jak jistě víš, každé znamení má své rozmezí. A když vezmeš ta čísla na stěnách z míst činu a přidáš k nim na příslušná místa tečky, vyjde nám u každé značky právě rozmezí znamení oběti.“

„Tím chceš říct, že ten vrah celou dobu chtěl, abychom přišli na jeho výběr?! To ale znamená, že můžeme určit, koho z okolí si vrah vybere příště!“ křičel skoro na celé oddělení Peter. Byl nadšený, že jsou blíže k dopadení pachatele. „ Uklidni se, Petere. Ty jsi Lev, vid’? V této budově je nejméně deset dalších Lvů a to nejen mužů , ale i žen. Navíc, pokud se nemýlím, u poslední oběti bylo číslo 24081309. Když dáme tečky sem a sem, vyjde nám rozmezí 24.08. – 13.09., což odpovídá znamení Panny. Podle téhle knížky by měl být další obětí člověk, který se narodil v období Vah. Takových lidí je v tohle městě opravdu hodně. Sám jich znám pár a jeden z nich je mi docela blízký.“ Tato skutečnost komisaře nesmírně rozčílila . Až doteď si neuvědomil, že i člen jeho rodiny se najednou může ocitnout ve smrtelném nebezpečí. Srdce mu začalo nekontrolovatelně tlouct. Začal velmi rychle dýchat.

Právě jeho sestra nosila na krku zlatý přívěšek s vyobrazením Vah. V její branži se s touto skutečností lidé chlubil na setkání. Věřili totiž, že lidé narození v určitém znamení mají dobré předpoklady pro zvolené povolání. Na této teorii záleželo přinejmenším jejich životy.

Podle znamení předpokládali, jak se bude člověk cítit v zaměstnání, koho by si měl hledat jako svého životního partnera nebo kolik dostane v životě finančních prostředků. Zjištění, že se jeho sestra může s vrahem setkat ho přímo děsilo. Musel jí ihned zavolat. Zvedl svůj mobil a s rozechvělými prsty hledal v seznamu kontaktů svou sestru. Chvatně si přiložil sluchátku k uchu a s nesnesitelným napětím poslouchal vyzvánění. To čekání bylo snad nejdelších několik sekund, které kdy George prožil.

Snad, snad to nebyl on. Snad to nemohla být pravda. Že by ho jeho intuice varovala správně? Že by udělal osudovou chybu, když se ji rozhodl ignorovat? Pokud by to byla pravda, nikdy by si to neodpustil. Telefon stále vyzváněl bez výsledku. George už začínal panikařit. Vyzvánění ukončil, ale ihned poté začal vytáčet číslo znovu. Měl stále ještě naději. Do ucha mu zněl známý zvuk vytáčeného čísla.

„Haló,“ ozvalo se najednou po dlouhém, nesnesitelném čekání. „ Georgi, říkala jsem ti několikrát, že mi nemáš volat do práce, rušíš mi klienty.“ George si mohl hluboce oddechnout. Jeho tep se zklidnil a on byl konečně schopen promluvit. „ Moc se omlouvám, Jane, ale měl jsem o tebe starost. Udělala bys nejlépe, kdybys nějakou chvilku bydlela u mě.“

„Ale nechápu proč...“ v tu chvíli Jane nestačila ani dokončit větu. Její hlas najednou přerušil zvuk padajícího telefonu, zvuky zápasu a tlumené výkřiky. George jen s mrazením v zádech napjatě poslouchal, co se bude dít dál. „Ahoj, Georgie. Omlouvám se, ale Jane právě nemůže k telefonu. Má, jak bych to řekl, mnoho práce.“ Ten hlas George moc dobře znal, byl to hlas Freda. „Tak přece jenom jsem se nemýlil,“ řekl si v duchu George a naplnilo ho odhodlání získat pro sebe více času. To mu ale překazilo přerušování hovoru. „Co se děje?“ vyzvídal s vytržštěnými očima Peter. „Jane je v nebezpečí! Musíme ji rychle najít!“ téměř vykřikl komisař. Chvatně sebral svůj kabát, který byl přehozený přes židli u konferenčního stolu, a pospíchal ke dveřím. Jeho kolega ho jen následoval s nechápavým výrazem.

Jane se snažila přivyknout temnotě a alespoň zahlédnout něco, co by ji pomohlo se zorientovat. Po ráně do hlavy cítila ostré pálení na zátylku. Chtěla si místo promnout rukou, v tom jí ale bránil provaz spojující její obě zápěstí s kotníky, byla tak svázaná do klubíčka. V ústech neměla žádný roubík, avšak strach ji zbavil veškerého odhodlání se ozvat. Celá se třásla. Hlavou jí probíhaly útržky myšlenek, vjemů a záblesků z života. Najednou uslyšela odemykání dveří. Jak se před ní otevíraly, na její tvář dopadal pruh jasného světla. Když se ale dveře otevřely úplně, v jasném obdélníku světla stála silueta vysokého muže. Co bylo ale hrůzostrašnější, silueta držela v pravé ruce dlouhý nůž. Strach se Jane zmocnil úplně. Začala zrychleně dýchat. Veškerými silami se snažila přetrhnout silné provazy, které jí zamezovaly se bránit. Snaha byla beznadějná. Přízrak se stále přibližoval. Když se přiblížil na dosah ruky, Jane poznala svého přítele. Takto ho ale nikdy neviděla. Vlídny a milý úsměv vystřídala hrůzná grimasa doširoka rozevřených očí a dravčího úsměvu, jako když predátor shlíží na svou bezmocnou kořist a už se těší, až se bude moci pustit do své práce.

„Tak ses konečně probrala? Už jsem se bál, že budu muset začít a odepřít si tenhle pohled. Víš, co mě na tomhle nejvíce baví?“ zeptal se Fred chladným a nevzrušeným hlasem. Přiklekl si, aby jeho oči byly ve stejné výšce jako oči jeho vězenkyně. Špičkou nože jemně a pomalinku přejížděl po pokožce Janiny šije. Jane cítila chladný dotek kovu a zděšením se neodvažovala ani pohnout hlavou. Jen svého únosce sledovala očima. „Baví mě právě tenhle pohled. Avšak ty, miláčku, máš naprosto neodolatelný pohled. Za to tě asi zabiju pomaleji, abych si ho mohl déle vychutnat,“ poznamenal s úšklebkem na rtech a přiblížil se ústy těsně k jejímu obličejí, po kterém už tekly slzy, něžně a pomalu ji políbil na tvář. Poté se náhle odtáhl a znovu se napřímil. „Ještě tu na mě budeš muset chvíli počkat. Musím vše pečlivě připravit. A se svým bratrem si nedělej starosti, stejně tě nikdy nenajde. Jeho dům je posledním místem, kde by nás hledal, a až se sem vrátí, už bude po všem.“ Tuto větu doplnil Fred záchvatem naprosto psychopatického smíchu a s bouchnutím zavřel dveře pomyslné

cely smrti, kde obžalovaná čekala na svůj ortel.

George a jeho parťák se řítily po dálnici, těžká noha na plynu a plná hlava otázek. „Musíme se co nejrychleji dostat k Jane domů. Za tak krátkou dobu nemůžou být moc daleko. Snad ještě není pozdě,“ ujišťoval se George. Dům uviděli zanedlouho. Přeskočili plot a vyrazili dveře. Na nic jiného prostě nebyl čas. Oba policisté vytáhli zbraně a ostražitě prohledávali jednu místnost po druhé. George přešel do sestřina obýváku. Nábytek byl převrácený, byly patrné jasné známky toho, že tu někdo něco táhl, protože koberec byl shrnutý u dveří. Komisař si pozorně místnost prohlédl, hledal něco, co by mu pomohlo. Na stole byla vylitá káva, ovšem leželo tam něco, co tam nepatřilo. Naprosto čistý kus papíru, na něm stálo „Pod svícem je největší tma“. Do pokoje přišel Peter: „Nikde nikdo, je to tu prázdný. Co jsi to našel?“ Komisař podal svému kolegovi papírek a pohroužil se do svých myšlenek. V jeho hlavě zněla jedna jediná otázka: „Kde může být?“

Oba stáli nad napsanou hádankou. Dlaněmi se opírali o desku stolu. Zamyšleně hleděli před sebe a nikdo nepromluvil. „Co by to tak mohlo znamenat? Co nám tím chce říct?“ ptal se sám sebe komisař. Stále namáhal mozek a přemýšlel, co tím může ten člověk myslet. „Tohle přirovnání se používá, když je něco někde, kde bys to nejméně čekal!“ vystřelil najednou Peter, oči mu plály vzrušením a nadšením. „Třeba to Fred myslí právě takhle!“ George se zamyslel: „Pokud bys měl pravdu, tak Fred chtěl, abychom tohle vyřešili. To znamená, že nás na tom místě bude čekat. Jen musíme ještě přijít na to, kde to je!“ Komisař začal pochodovat sem a tam obývkem. „Kde bych ho čekal nejméně? Bude to tedy místo, které znám a které je mi blízké, protože tam bych ho opravdu nečekal.“ Komisař se najednou zastavil, otočil se na patě a běžel směrem k východu. „Mám to! Musíme jet! Hned!“ Vyběhli z domu a naskočili do auta. Vystřelili vpřed ještě rychleji než předtím. „Georgi, já to nechápu. Kam sakra jedeme?“ „Fred ji vzal na to nejnepravděpodobnější místo, kde bych vůbec čekal nějakou vraždu. Je u mě doma!“ Georgova noha na plynu ještě ztěžkla a neviditelný tlak je ponořil ještě hlouběji do sedadel.

Jane seděla zase v úplně temnotě, teď to ale nebylo způsobeno tím, že by v místnosti, kde se nacházela, byla tma, měla totiž na očích kus látky, který jí bránil ve výhledu. Slyšela kroky, mužské kroky, které neustále přecházely po pokoji, a neustálé cvakání, cinkání a posouvání dávalo tušit, že přípravy jsou v plném proudu. Zajatkyně si ale teď nedokázala představit, co se bude dít dál. Jediné, na co myslela, bylo, aby už se konečně rozletěly dveře a ona uslyšela hlas svého bratra. To jediné ji mohlo z téhle bezvýchodné situace pomoci. Náhle se jí dotkly ruce v latexových rukavicích. Ty ruce ji zvedly do náruče. Položily ji na rovnou desku. Jane si domyslela, že je to stůl, jiná takhle velká deska se v domě nenacházela. Než se nadála, měla pevně přivázané končety k nohám stolu, takže se nemohla ani pohout.

Prudkým trhnutím ji Fred strhnul látku z očí. „Nemůžu si odpustit, abych se ti při tom nedíval do očí, až ti budou vyhasínat, to je nádherný pohled,“ zašeptal Fred potichounku do ucha Jane a špičkou nože jí zase přejížděl přes krk. Ruce přivázané k nohám stolu se začaly v pěst, ještě naposledy se chtěla pokusit o útěk, ještě jednou se chtěla pokusit prostě provazy přetřhnout. Odhodlání opět vystřídala beznaděj, dalším plánem bylo vraha obměkčit pláčem. Fred uviděl slzy na její tváři, usmál se a palcem je setřel, palec pak s chutí olízl a znovu se pousmál. „Nic, naprosto nic mi už nepomůže. Žila jsem dobrý život, hodně lidem jsem pomohla. Nemám se zač stydět. Budeš mi chybět, Georgi,“ říkala si v duchu.

V momentě, kdy se Jane smířila se svou smrtí, se rozletěly dveře. Dovnitř vtrhli muži s neprůstřelnými vestami, se samopaly a kulkami na tvářích. Fred s nenávisí v obličejí se proti nim rozeběhl s nabroušeným nožem v ruce. „Konečně jste tady, vy bastardi, tak pojďte! Já vám dám mě takhle vyrušit!“

Ozbrojenec ho ale nacvičeným a zautomatizovaným pohybem odzbrojil, povalil na zem a zakleknutím mu zabránil jakkoliv dále útočit. Další z mužů přiskočil k Jane a klidným vlídným hlasem ji konejšil a při tom přeřezával pouta. Ostatní členové týmu se jali úkolu prohledat

celý dům, jestli na ně Fred nenachystal nějaké další překvapení. Do pokoje konečně vešel George s Peterem. Sourozenci si padli do náruče hned poté, co George zabalil Jane do přikrývky. Bylo po všem. Fred byl lapen a nikomu už nemohl ublížit. „Co s ním bude?“ přerušila ticho Jane v policejním voze a obrátila svůj távavý pohled na George.

„Dovezeme ho na okrsek a podrobíme výslechu. Zjistíme, proč to ten prevít dělal,“ odpověděl s ledově chladným hlasem komisař.

Výslechová místnost byla prostě zařízena. Byl v ní stůl a dvě židle. Víc ostatně nikdo nepotřeboval. Na jedné židli, té naproti zrcadlu, seděl Fred a proti němu komisař. Peter stál se založenýma rukama hned za Fredem. „Jako v televizi,“ podotkl s pobavením Fred a v jeho očích byl vidět výsměch, pohrdání a pýcha. „Máš pravdu, Frede, akorát s tím rozdílem, že ty si hodného policajta nezasloužíš. Takže nám okamžitě vyklop, proč. Proč jsi to všechno dělal?“ Komisař si sepnul ruce a lokty se opřel o stůl. Svůj zrak zabodl do proviněného. Ani jeden neměl v úmyslu sklopit zrak. Fred se opřel zády o opěradlo židle a pohodlně se usadil. „Vůbec nic nevíte? Vůbec nic vám nedochází?“ zakroutil nevěřícně Fred „To všechno jsem dělal pro lepší budoucnost.“ Fred na okamžik zahlédl v zrcadle obavy v Peterově obličejí a pobaveně se zašklebil. „Máte ze mě strach, co? Vidím to v očích tvého kolegy, Georgi. Není se čemu divit. Kdybyste mě nepřerušili, dívali byste se na nás všechny právě takhle.“ Po téhle větě se Fred na malý okamžik odmlčel, jako by znejistěl a naprázdno polkl.

„Nás?! To chceš říct, že je vás víc?!“ vyletěl ze židle komisař a pěstmi udeřil do stolu, jeho ruce vystřelily vpřed a chytily Freda za límec košile. Fred se jeho blízkému pohledu nevyhnul. Jen se provokativně usmál. „Je nás dvanáct, každý člen je zástupcem jednoho znamení zvěrokruhu. Víc vám řeknu až po sklenici vody.“ Komisař ho pustil. Odfrkl si a kývl na Petera. Mladší kolega se na okamžik vzdálil a za chvíli se vrátil se sklenicí vody. Položil ji na stůl a znovu zaujal své místo. „Máme tajnou centrálu a máme v plánu každý zabít jednoho ze zástupců každého znamení.“

Víc vám neřeknu.“ Fred vzal sklenici vody a pomalu se napil. „ To nám chceš říct, že tu běhá ještě dalších jedenáct vrahů jako ty?!“ Fred už ale neodpověděl, jen seděl a zíral na komisaře před sebou. Z ničeho nic se začal svíjet a chytat za krk. Chrčel a z úst mu po chvilce začala vytékat bílá pěna. „ Ten zmetek se otrávil! Zavolejte doktora! Rychle!“ křičel Peter. Fred ležel na zemi a mezi kašláním se zasmál. Na poslední chvíli stačil říct jen jednu větu: „Jsme vám blíží, než si myslíte.“ A najednou přestal dýchat. Bylo po všem. Byl mrtvý.

Komisař zaklepal na dveře. „Dále,“ ozvalo se za nimi a George vstoupil do kanceláře ředitele. „ Pane, ten vrah zemřel. Chci vás o něco poprosit. Nepůjdu do důchodu, dokud nedopadnu všechny ty psychopaty.“ Ředitel se na něho usmál: „Samozřejmě, Georgi, je to tvoje rozhodnutí, bude mi ctí dále spolupracovat s někým takovým jako ty. To je vše, můžeš jít, mám ještě nějakou práci.“ George opustil kancelář. Ředitel se posadil do koženého křesla, zapálil si doutník a zvedl telefon. Vytočil číslo. „Tady Lev, Štíra už můžeme vyloučit, použil ten jed, jak jste mu dal. Ano, ten policista nás bude chtít zastavit. Zařídím to. Ano, pane. Sbohem.“ Muž v křesle se podíval z okna na kapky deště stékající po skle.“ Mno, Georgi, opravdu mi bude ctí s vámi spolupracovat.“ Kouř z doutníku táhle stoupal ke stropu.

**Jan Kovář ZLY 2**



## JUNIORSKÝ MARATON 2016 štafetový závod

Letos poprvé se naše škola zúčastnila krajského kola Juniorského maratonu. I přes nepříznivé počasí se na náměstí v Českých Budějovicích sešel rekordní počet 21 štafet středních škol z celého kraje. Družstvo tvořilo 10 běžců, kdy každý musel uběhnout 4,2 km. Jedinou podmínkou v sestavě štafety bylo, že na 3. 5. a 7. úseku musela běžet dívka, což v případě naší školy nebyl problém. Po úvodní registraci štafety dostal každý běžec tričko s logem Juniorského maratonu a startovní číslo, běžec na 1. úseku si připnul čip k měření času a přesně ve 12 hodin byl závod odstartován. Po výborných výkonech všech běžců doběhla naše štafeta na 18. místě. Podotýkám, že se

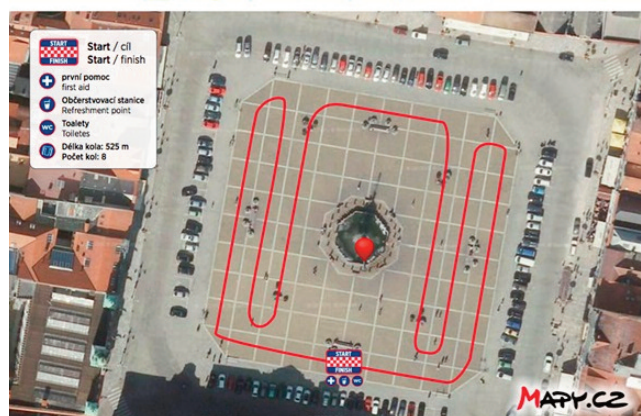
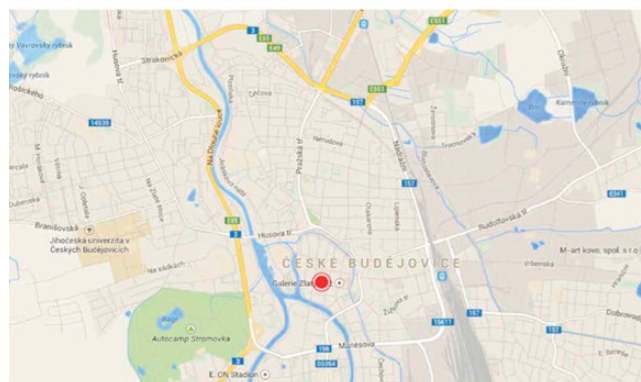
závodu účastnily i sportovní gymnázia a většina škol měla ve štafetě daleko více chlapců než my. Doufám, že se akce všem líbila, i když uběhnout 4,2 km je pěkná dřina, a těším se na všechny příští rok.

Juniorský Maraton 2016 – České Budějovice  
Semifinálové kolo pro Jihočeský kraj

RUNCZECH

Náměstí Přemysla Otakara II – 6. dubna

www.runczech.com/jmc



Padrtová Jana, Jůzko Jan, Nová Daniela, Plocová Barbora, Vonšovský Břetislav, Dvořáková Kateřina, Bučková Kristýna, Sekerová Lucie, Tomášková Barbora, Příbyl Miroslav, Knotek Lukáš, Kobrová Marcela

## DÁMY V KANADÁCH

Rozhovor se Šárkou Krejníkovou (MSR1), úspěšnou hokejistkou

### Kdy jsi začala hrát hokej a co se ti líbilo na tomto ryze mužském sportu?

K hokeji jsem se dostala už ve třech letech, kdy jsem začala bruslit. Líbí se mi na něm, že je to hra kolektivní a kontaktní.

### Na jaké pozici hraješ?

Hraji na pozici obránce, ale někdy mě trenér v klubu využije i jako útočníka.

### Za jaký tým hraješ a jakých úspěchů jste dosáhly?

Tuto sezónu jsem hrála prvním rokem ligu žen za HC Kladno 2001. Skončily jsme druhé a jen o vlasek nám unikl postup do Final tour. Velký úspěch je také 2. místo juniorského reprezentačního týmu na letošní olympiádě mládeže v norském Lillehammeru (viz foto níže).



### Jak se k hokejistkám chovají hokejisti – muži? Nepodceňují vás?

To se nedá jednoznačně říct. Někteří nás sice trochu podceňují, ale na druhé straně často slyšíme od kluků pochvalu a povzbuzení v tom, co děláme. Je to o lidech.



### Je ženský hokej stejně tvrdý jako mužský?

Není, ženský hokej je bezkontaktní. Hra tělem, která je v mužském hokeji běžná, se u nás hodnotí jako faul.

Měla jsi někdy „slabou chvíli“, kdy jsi chtěla s hokejem skončit? A proč?

Myslím, že každý sportovec má někdy „slabé chvíle“ a ani já nejsem výjimkou. Ty důvody byly různé, ale zatím se mi je vždy podařilo překonat.

### Dokážeš si sama sebe představit za 20 let? Co myslíš, že budeš dělat?

Co bude v roce 2036, to si zatím moc představit nedokážu. Ale doufám, že se budu věnovat něčemu, co bude spojené se sportem. Také z toho důvodu studuji obor Masér sportovní a rekonviční a věřím, že bych v tu dobu už mohla třeba mít svou soukromou praxi.

Děkujeme za rozhovor a přejeme hodně sportovních úspěchů.



## BOXER NA ZDRÁVCE

### Rozhovor s Petrem Šindlerem (AZT1)

Reakce čtenářek: To jako fakt?

Odpověď redakce: FAKT! Čtěte dál.

#### **Jak dlouho se věnuješ boxu?**

Závodně boxuju už tři roky.

#### **Co je na boxu nejtěžšího?**

Box je dost náročný, co se týče kondiční stránky, takže určitě příprava na zápasy, když to člověk teda nedělá jen tak pro zábavu :D

#### **Podporují tě rodiče a kamarádi? Co tě nejvíce na tom baví?**

Podporu mám snad u všech, co mě znají. Na boxu mě baví všechno. Když je podpora, fajn tréninkové zázemí, parta a motivace, tak je to super :)

#### **Jak často trénuješ? Jak často máte zápasy?**

Trénuju 5x v týdnu a k tomu máme každý druhý týden zápasy.

#### **Jaké jsou tvé největší úspěchy?**

Mám pár medailí z mezinárodních turnajů a bronz z MČR.

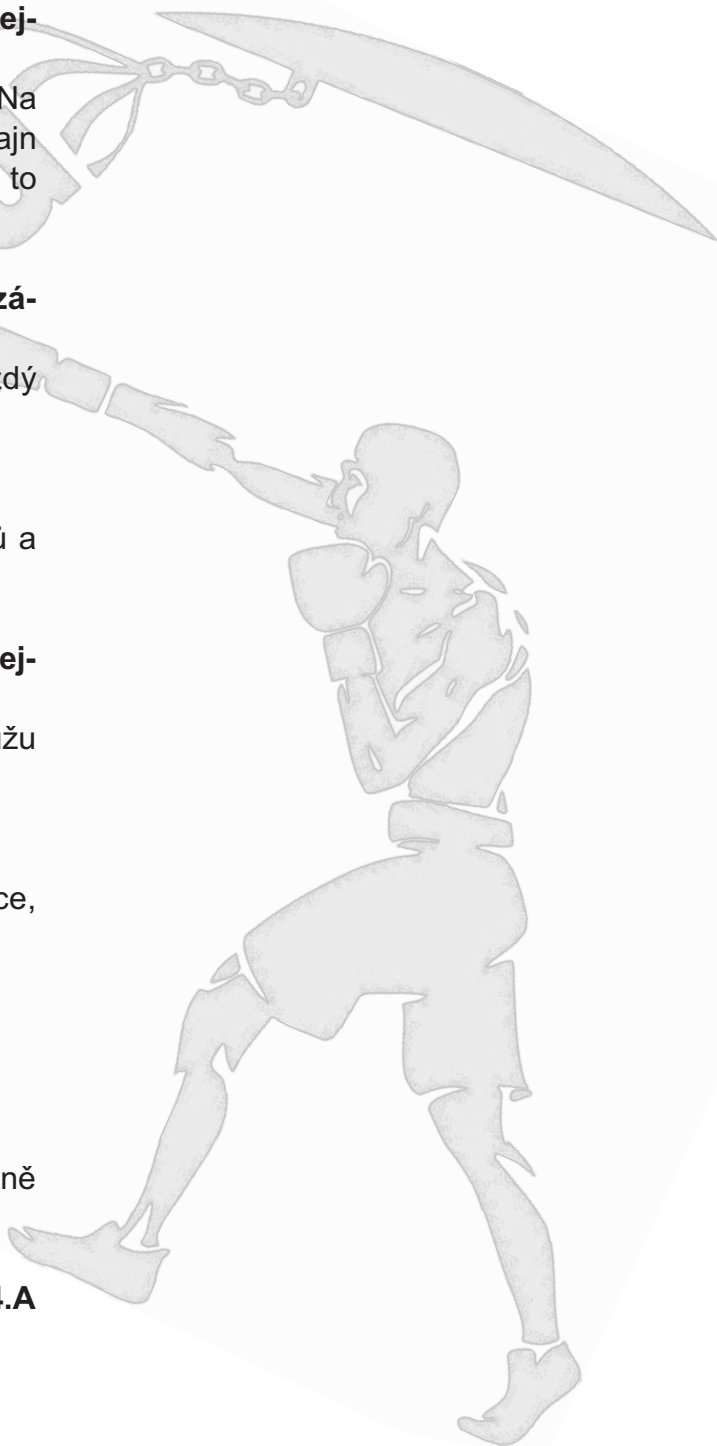
#### **Jak se ti líbí u nás na škole? Co říkáš zdejším slečnám?**

Škola je super. Fajn lidi, hezké holky, nemůžu si stěžovat. :D

Tak, děvčata, poperte se o tohoto krasavce, vzhůru do boje...

Rozhovor vedla a Petra se snažila (evidentně marně) „rozkecat“

**Veronika Karasová ZDA 4.A**



## MISTR SVĚTA Z ČESKÝCH BUDĚJOVIC



Někdo se jako „mistr světa“ tváří, ale Martin Bidař mistrem světa JE!

Že vám to jméno nic neříká? Chodíte do našeho školního bufetu? Pořád nic? No, ano, paní Iveta Bidařová, která vám vždy ochotně udělá kávu, připraví párek v rohlíku nebo toust, je matkou úspěšného krasobruslaře a čerstvého mistra světa Martina Bidaře. Ona sama je dlouholetou trenérkou krasobruslení a Martina k tomuto sportu přivedla. Od osmi let sou-

těží Martin s partnerkou Annou Duškovou a letos má tato sportovní dvojice za sebou životní sezónu. Po druhých místech na finále juniorské Grand Prix a také olympiádě mládeže v norském Lillehammeru získali zlato na juniorském mistrovství světa v Maďarsku. Za sebou nechali i favorizované sportovní dvojice z Ruska.

Mistra Evropy v krasobruslení už Jihočeši měli – Tomáše Vernera. Teď má Bruslařský klub České Budějovice i mistra světa.

Tak si jméno Martin Bidař zapamatujte, protože o něm ještě určitě uslyšíte.

Blahopřejeme k letošním úspěchům a věříme, že se Anička a Martin neztratí ani v seniorské kategorii. Příští rok jim budeme držet palce na mistrovství Evropy seniorů v Ostravě.

### NA TOMTO ČÍSLE SE PODÍLELI

- **Břetislav Vonšovský**
- **Aneta Frnková**
- **Honza Kovář**
- **Kristýna Michálková**
- **Wendy Bartáková**
- **Mirka Neubauerová**
- **Pavel Holický**
- **Tereza Kektrová**
- **Veronika Karasová**
- **Viky Dvořáčková**
- **Barbora Sedláčková**
- **Pavel Leština**
- **Vendulka Kletečková**
- **Iva Štixová**
- **Simona Krajíčková**

