



3/2018/19

PODLAVIČNÍK





Úvodní slovo

ÚVODNÍ SLOVO

Milí čtenáři,

právě držíte v ruce poslední Podlavičnick letošního školního roku. A protože se blíží prázdniny, věnovali jsme ho cestování. „Cestuj levně“ – to je téma článku Kristýny Bartáčkové, která umí cestovat téměř za pár korun. Že to funguje, dokazuje i její další příspěvek. Zjišťovali jsme anketou cestovatelské cíle studentů i vybraných učitelů. Dále se dozvíte, jak to vypadá úplně na jihu afrického kontinentu. Přečíst si můžete i vítězné práce z literární soutěže. Samozřejmě ani v tomto čísle nezapomínáme na úspěchy našich studentů v různých mimoškolních činnostech. Příjemné chvíle s Podlavičnickem

přeje redakce

OBSAH

OBSAH

Cestuj levně.....	1
Stopem po Dánsku.....	3
Anketa.....	4
Český učitel v Africe.....	5
Arménie.....	6
Španělští studenti na zdrávce.....	9
Dobrovolnictví.....	10
Můj život s Anetkou.....	11
Ze školních lavic.....	14
Naši úspěšní.....	18
Soutěže.....	20



CESTUJ LEVNĚ!

„Kde na to pořád bereš?“ Toto je otázka, kterou slyšíte častěji než „Jak se máš?“

Já ale vlastně taky peníze nemám. Ne tolik, abych podle ostatních cestovala tolik, jako cestuji.

Kde jsem všude byla a kolik mě to stálo?

Většinou nevím částku přesně, takže uvedu jenom tři destinace, u kterých jsem si jista:

- Roadtrip Itálií na Silvestra (zastávka ve Florencii, Benátkách, Římě, konečná částka: 1000,-
- Budapešť na 4 dny s kamarádkou, konečná částka 2500,-
- Dánsko na 5 dní autostopem, konečná částka 3000,-

Jak jsem to dokázala? Jsem student, musela jsem. Zkusím vám nastínit pár typů, jak cestovat, aniž byste si všimli, že vám na účtu něco chybí.

Na kolik mě cesta vyjde? Jestli si nevíte rady s rozpočtem, zkuste stránku Numbeo.com, jde o přesnou databázi nákladů na život v daných městech/státech. Získáte tak přehled o tom, kolik si našetřit.

Jak si ale našetřit? Jestli chodíte na brigádu, a přesto vám rodiče přispívají na koncert, tak se zkuste zamyslet nad tím, kam peníze ve skutečnosti dáváte. Zjistíte, že pijete víc v kavárnách než doma a že svačina z domova je taky dobrá. Pokud máte velký problém udržet peníze u sebe, zkuste si vytvořit seznam, kam zapíšete každý svůj výdaj. Vsadím se, že na konci měsíce budete jen kroutit hlavou.

Ubytování

Pokud netrváte na hotelu s kompletním servisem, tak ušetříte ohromné peníze.

Já oficiálně ujíždím na Couchsurfingu.

Couchsurfing je web, na kterém vám obyčejní lidé nabízí ubytování v jejich domě. Většinou jde o cestovatele, kteří tuto možnost poskytují i využívají. Ale jde to i jednoduše.

Jak to funguje? Zaregistrujete se, napíšete co nejvíce informací o sobě, aby ostatní věděli, kdo jste, a pak už jenom zadáte město, ve kterém byste chtěli bydlet a najdete si tam pár sympaťáků, kterým pošlete žádost. Přes couchsurfing jsem bydlela například 2 minuty od Vatikánu v nádherném bytě. Co to stojí? Nic. Já vždycky přivezu česká piva nebo jiné drobnosti, ale nejvíce se zavděčíte svou přítomností, komunikací, sílením zážitků....

Další možností je momentálně populární **Airbnb**, které zprostředkovává pronájem ubytování ať už v levných

hostelech nebo v letním domě někoho, kdo tam zrovna nepřebývá. V Budapešti jsme si tak našly s kamarádkou kompletně vybavený byt, který nás stál na 3 dny 600,-

Kempy, kapitola pro dobrodruhy. Pokud se s kamarády chystáte o letních prázdninách projet Východ, tak proč nezkusit spaní pod stanem? Budťo můžete vyhledat oficiální kempy, ve kterých to funguje úplně stejně jako u naší Vltavy, nebo spát „nadivoko“ uprostřed lesa či na pláži. V Itálii jsme si na Silvestra postavili stan na pláži. Když odbila půlnoc, vběhli jsme do moře. V zahraničí i v ČR jinak spím v hamace. Jednoduše se zavěším mezi dva stromy v hezkém lese a spím.

Hostely můžou vypadat různě. Ať už jako deset paland v jedné místnosti, nebo jako velmi skromný hotel. Každopádně i to se dá jednu noc vydržet (a peněženka vám poděkuje.) Ve Španělsku jsem spala v jedné místnosti s třiceti lidmi. Jsou jen dvě věci, které nesmíte zapomenout: špunty do uší a masku na oči.

Stravování

Po ubytování většinou nejdražší položka. Nebudu vám radit, abyste si zabalili jídlo z domova, protože jídlem se poznává místní kultura.

Vařte si, ať už na vařiči venku nebo v pronajatém domě. Pokud teď v hlavě argumentujete tím, že bez jídla nepoznáte zemi dostatečně, uvědomte si, že i tady u nás, v Českých Budějovicích, je více italských restaurací než českých. Málokdo jí každý den jídla, která jsou v jídelníku. Zato v supermarketu se to hemží novými chutěmi a potravinami.

Další tipy: Chodte na obědová menu, jezte tam, kde místní.

Letenky

Na letenky odborník nejsem a můžu vám poradit jen pár věcí. Ceny letenek nejsou stálé, a tak se vyplatí neustále cenu hlídat. Obecně ale platí, že nejlepší ceny se pohybují 2-3 měsíce před odletem.

Bud'te flexibilní. Pokud budete trvat na přesně daném termínu od-do a navíc budete bazírovat na odletu z Prahy, pravděpodobně bude cena vyšší. Pokud vyhledávací dovolíte +-3 dny a více a přidáte i jiná blízká letiště (Katovice, Vídeň) můžete ušetřit v řádu až několik tisícovek.

Létejte mimo sezonu. Do mnoha destinací se to nevypalí, ale u většiny vás cena přesvědčí a zjistíte, že i jarníky jdou využít k poznávání nových zemí.

Vyhledávače akčních letenek. Prohledají kompletní nabídky a vyberou ty nejvýhodnější. Zkuste například:

www.cestujlevne.com, www.pelikan.cz, www.letuska.cz
a podle mě nejlepší www.skyscener.cz

Co se dá na těchto vyhledávacích najít? Například Mallorca v lednu za 50,-, Izrael mimo sezónu za 800,- nebo Island v březnu za 1 300,-
Stačí trocha trpělivosti!

Jak ušetřit na dopravě? Tuto otázku jsem zatím neřešila. Ráda chodím všude pěšky, a to i když jsem sama v hlavním městě, které neznám. Co vám to přinese? Když pojedete od jedné památky k druhé a ukaždé vydáte ze sebe ono „woow!“, zachvíli vás to začne nudit, i kdybyste byli v sebe-hezcím městě. Procházení se malými uličkami, které nejsou vyhledávány turisty, vám ukáže mnohem více, než byste si mysleli. Na Itálii se mi nejvíce líbily právě malé uličky se skrytými pizzeriemi a kouřícími lidmi na balkóně, všude šňůry s pověšeným oblečením a vůně vína. Nevidět tohle, nemůžu říct, že znám Itálii.

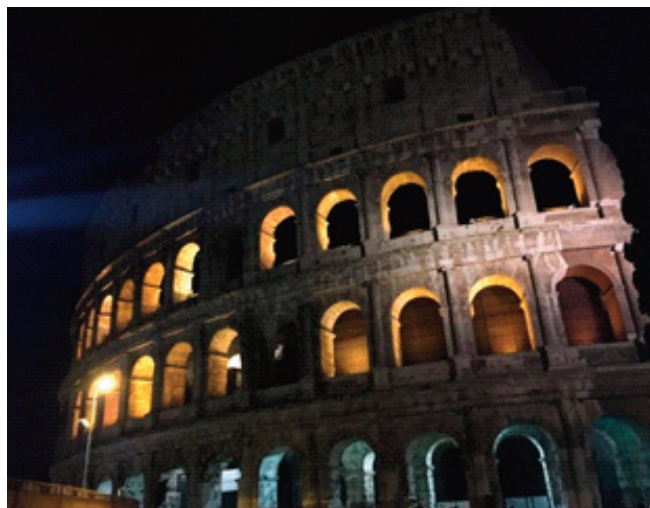
Co ale pokud se musíte přepravovat mezi městy? **Auto-stop!** Moje babička při tomto slově jde do kolen a objednává nekonečnou zásobu pepřáku. Dobrovolně sednout cizím lidem do auta? Ano! Věřte mi, zkusíte to jednou a už vás nic nezachrání. Stoupnete na výpadovku, uděláte ceduli z kusu kartonu, nahodíte úsměv, zvednete palec. Nic složitého. (Pokud tedy nestojíte v opačném směru ...) Jednou jsem četla cestovatelský článek, kde stálo: „Dobrá věc na autostopu je ta, že blbci projedou bez zastavení.“ Nemůžu než souhlasit. Pravděpodobnost, že se vám něco stane, je menší, než že vás zasáhne blesk, a navíc si můžete v klidu popovídat s místními.

V Dánsku jsem šla na odpočinkové parkoviště, kde jsem měla v plánu sníst jablko, a až poté začít stopovat. Než jsme ho vyhrabala z krosny, přišel ke mně kluk ve svetru s létající kočkou a řekl mi, že kam jedu já, jede i on. A tak jsme jeli!

Místní doprava. Z Budějovic na Hlubokou taky jedete obyčejným autobusem. Proč ne i v cizí zemi?

Spolujízda se rozmáhá už i mezi Čechy a v cizině je to naprosto normální. Většinou existují skupiny na Facebooku pod názvem dvou měst, do kterých se chcete dopravit, dále cestovatelské skupiny nebo různé servery, kde lidé spolujízdu nabízejí. Zkuste například: www.Bla-bla-car.com

Šťastnou cestu přeje **Kristýna Bartáčková**



Stopem po Dánsku

Letošní podzimní prázdniny jsem strávila v Dánsku, a až jsem toho už viděla hodně, můžu říct, že Dánsko jsem si zamilovala snad ze všeho nejvíce.

Samozřejmě, někdo má radši neokázalost jižních států, kde si každý žije nespoutaný život a koupe se v teplém moři. Pokud ale chcete navštívit sofistikovanost, čistotu a spatřit pokrok, pak Dánsko jednoznačně doporučuji.

Jak to celé začalo?

No, jednoduše. Jela jsem Flixbusem z Prahy do Budějovic a jen tak mě napadlo podívat se, kam Flixbus jezdí nejdále. Na severu je to Kodaň, hlavní město Dánska.

Tam jsem ještě nebyla! No, a tak jsem vyrazila.

S sebou jsem si sbalila svoje druhá záda-krosnu, která tentokrát vážila 3 kila (jsem žena, víte?) a vyrazila jsem za celé tři stovky do Dánska. (Cesta 300,- tam i zpět se slevovým kuponem.)

Autobusem jedete zhruba den, ale je v tom započítaná i pětihodinová cesta trajektem přes Severní moře. Na trajektu se můžete volně pohybovat a je tam vše, co vás napadne. Od obchodů po restauraci, až po prosklený bok trajektu, přes který můžete sledovat rozbouřené moře.

Po dni se celí rozlámaní ocitnete v Kodani. A hned vás to postaví zpátky na nohy. Všechno je tam čisté a promyšlené, lidi nespěchají, všichni jsou upravení, vše má svůj význam.

Většinou se toulám po jihu, kde přebývající dráty jsou zkroucené a přilepené k omítce izolepou. Jsem zvyklá na punk.

A najednou? Silnice má 5 proudů, ale z toho 2 jsou jen pro cyklisty. Kola, kam se podíváte. Všude spousta přírody, ale přesto víte, že se koukáte na hlavní město.

Jdu s otevřenou pusou do obchodního centra, mého startovacího bodu odkudkoliv. (Na začátku každé cesty si sednu na kafe, připojím se na internet, který jinak nepoužívám, a zjistím vše potřebné, navíc v každém supermarketu si můžete opatřit kousek kartonu, na který potom napíšete destinaci, kam chcete dostopovat.)

Proč vůbec stopem? Jednoduše. Co ví každý o Dánsku? Dvě věci: „Píješ jako Dán.“ a „Je tam draho!“ A obojí mohu potvrdit.

A co je v Dánsku až neslučitelné s rozpočtem nebohého studenta, jsou jízdenky.

Dánsko není tak velký stát, ale zato má všechny své krásy daleko od sebe. Rozhodnuto bylo v okamžiku. Projedu Dánsko stopem.

Po pár minutách vyrazím s nápísem Helsingør. Místo, kam jsme se chtěla podívat hned poté, co jsem dočetla Shakespeareova Hamleta. V Helsingøru totiž stojí dánský

hrad Kronborg, známý z Hamleta jako Elsinor. Stoupla jsme si na výpadovku dálnice, tentokrát správným směrem, zvedla palec, a než jsem si stačila zazpívat celou písničku „All I want for Christmas is you“, stálo u mě auto. Krásný pár mi sdělil, že jedou na výlet do Helsingborgu a že mě tedy hodí až na místo. Byli úžasní! Propovídali jsme celou cestu a nakonec mi ještě dali čokoládu.

A pak už přede mnou stál onen hrad, na který jsem se těšila. A byl nádherný. Jasně, naše Hluboká má taky své kouzlo, ale hrad, který stojí majestátně uprostřed ničeho, okolo něj je oceán, z jeho věže vidíte na Švédsko, které je deset kilometrů od vás, a není tam moc lidí a hlavně není do kopce...

No, co vám budu povídat, zamilovala jsem se. Na útesu jsem si snědla sváču, jako správný Čech ještě z domova (Kdybyste viděli ty ceny v Dánsku, tak to pochopíte.)

A o chvíli později jsem už stoupala na věž hradu. A výhled byl dechberoucí. Moře ze tří stran, v dálí Švédsko, z jedné strany malé městečko a za ním les. „Tam budu dnes spát,“ rozhodla jsem se. Vše bylo umocněné západem slunce. Odcházelo se mi velice těžko, ale při představě, že se zdržím ještě pár minut a budu stavět stan potmě, jsem opustila nakonec ve spěchu svou životní lásku

Jak je to se stanováním v Dánsku? Taky sofistikované! Jednoduše mají na internetu zveřejněnou mapu území, kde stanovat můžete a kde ne. Takže jsem si našla nejbližší vyznačený lesík, postavila stan a spala.

Druhý den také stojí za zmínku. Vydala jsem se totiž do parku, ve kterém žije několik stovek jelenů, srnek, daňků a dalších podobných zvířat. Byli tam uměle přivezeni kvůli lovu pro zábavu bývalého panovníka, ale po jeho smrti nebyli z parku odvezeni. A protože si zvykli na lidi, můžete zažít jedinečnou procházku parkem, ve kterém se pohybujete jen několik metrů od jelenovité zvěře. A jsou jich tam opravdu stovky.

Ach jo, omlouvám se Kronborgu, ale mám novou lásku. Večer byl ve městě nějaký festival a všechny ulice hrály barvami. Nekecám, v každé ulici byla postavena stage, ve které hráli umělci písně všech žánrů a samozřejmě všichni pili jako Dáni. A já poznávala místní kulturu!

Ještě se zmíním o Kodani. Jak už jsem psala na začátku, vše je tam perfektní. Až na jednu část. Představte si Budějovice a v nich sídliště Máj. A teď si zkuste představit, že sídliště Máj se odtrhne. Ne od Budějovic, ale od státu. A vyhlásí samostatné území, kde neplatí zákony ČR, není v EU a vlastně má jediný zákon- zákaz fotit. Bláznivé? Neskutečné?

Ne. Tohle se totiž v Dánsku opravdu stalo.

Část Kodaně, Christianie, se totiž odtrhla a vede si tam

svůj vlastní život mimo všechny zákony. Policie tam nemá moc, královna tam nemá moc.

Proč zákaz fotit? Christianie je totiž stát, kde si můžete absolutně legálně koupit a požit jakoukoliv drogu. Procházíte se městem/státem a na ulici jsou stánky s hašišem, marihuanou, koksem a sem tam se i objeví něco tvrdého.

Ti, kteří neprodávají drogy, malují obrazy a prodávají je. Ti, kteří nejsou nadaní, se buďto živí jako průvodci, nebo jsou členy nějaké kapely. V Christianii je totiž nonstop festival kapel. A ještě jedna zajímavost. Jak řešit nedostatek zeleně ve městě? Jednoduše. Všude vysázíte koprů!

Shrnuto. Dánsko je přenádherná země. Neočaruje vás tam tolik příroda, ale spíše lidi a úroveň celé země. Přes den klid a v noci se všichni ukážou v pravém světle. Bary tam totiž opravdu žijí. Autostop je ideální způsob do-

pravy. Několikrát se mi stalo, že jsem přišla na odpočívadlo, a než jsem stihla vybalit svou ceduli, táhli mě lidé do auta, že tam, kam jedu já, jedou oni určitě taky. Ubytování jsem neřešila, jelikož se vyžívám ve spaní „na divoko“, ale co jsem tak viděla, můžete se zde ubytovat za 500-1000,-/noc. Jídlo je drahé, ale když si uděláte nějaký přesný rozpočet a budete nakupovat podle něj, vyžijete. Co vás ale zruinuje je oběd v restauraci. Já jsem zase ušetřila tím, že jsem si vařila na vařiči. Sečteno, podtrženo: Dánsko mě vyšlo na 3000,- za 5 dní. Díky stopu jsem viděla opravdu vše, co jsem chtěla. Poznala jsme nespočet lidí a několikrát jsem se zamilovala. Opravdu musím říct, že Dánsko se mi vrylo do srdce, a jsem si jista, že se tam někdy vydám znovu.

Kristýna Bartáčková

ANKETA

Zajímalo nás, jestli studenti cestují a kam nejčastěji. Ve vybraných třídách jsme proto zadali následující otázky:

- 1) Kam nejdále jste cestovali?
- 2) Kam byste se chtěli podívat?

Z odpovědí vyplynulo:

Naši studenti nejčastěji jezdí do Chorvatska a Itálie (moře je moře). Ovšem někteří byli i v Egyptě a Tunisu. Často navštěvovanou destinací je i Anglie (zřejmě díky školním zájezdům). Tři studenti se podívali za oceán do USA, jeden dokonce do Dubaje a jeden do Vietnamu.

A kam by se rádi podívali?

Nejvíce studentů láká Amerika, především USA a Kanada. Atraktivní pro mladé je i Skandinávie, Španělsko, Austrálie. Vyrůstá ale i zájem o země východní Evropy – především Rusko. Několik studentů si přeje podívat se do Černobylu!

Tytéž otázky jsme položili i některým pedagogům. Jak se ukázalo i mezi nimi jsou zdatní cestovatelé.

P. uč. Tomášová

1. Na kilometry nevím, kde jsem byla nejdále od Čech, ale když to vezmu podle světových stran, tak na sever - Island, na jih - Tenerife, na západ - Andalusie ve Španělsku a na východ Košice.

2. Vyloženě cestovatelský sen nemám, spíš bych se na některá místa ráda vrátila, např. na Islandu, v Albánii a chtěla bych znovu přejít Krkonoše.

P. uč. Zbyněk Vácha

1. Nejdál jsem byl v Kambodži (cca 9 000km).



2. Rád bych se podíval do pravé černé Afriky (Uganda, Tanzánie) především na safari, abych zažil ještě nedotčenou přírodu plnou zvěře, než si ji lidstvo zničí.

P. Honnerová (naše mzdová účetní)

1.2012 Dominikánská republika
2013 Mexiko
2017 Srí Lanka
2019 Keňa

2. Tibet. Zvláštní přitažlivost a trošku tajemno. Klid, pohoda, vyrovnanost a moudrost. A pak být kdekoliv, kde se dá vidět a zažít polární záře. Tenhle úkaz mě fascinuje.

P. ředitel Karel Štix

1. Mongolsko, Gruzie, Arménie, Řecko, Turecko, Izrael, Rusko, Španělsko, Portugalsko, Anglie, USA a nejdále Austrálie
2. Patagonie, amazonské pralesy

ČESKÝ UČITEL V AFRICE

Rozhovor s Jiřím Dominem (Mat/Zem)

Co Vás vedlo k tomu, že jste začal cestovat?

V mládí jsem rád četl dobrodružnou literaturu a při tom si hledal na mapách oblasti, které jsou v knize popisovány. Na škole mě také hodně bavil zeměpis. Proto jsem po maturitě šel zeměpis studovat na pedagogickou fakultu společně s matematikou.

Kde jste byl nejdál?

Nejdelší cestu jsem podnikl do Jižní Afriky. Navštívil jsem Botswanu a Jihoafrickou republiku. Nejdále od vlasti byl asi nejj jižnější bod Afriky – Střelkový mys. To je místo, kde se setkávají dva oceány. Když zde stojíte a díváte se směrem k jihu, tam kde někde v dáli leží Antarktida, máte po levu Indický oceán a po pravé ruce Atlantik.

Jaký byl Váš největší zážitek?

Pěkných zážitků bylo několik. Zahrnul bych mezi ně návštěvu Troji v dnešním Turecku. Dále také cestu po Norsku až na Lofotské ostrovy, kde bylo denní světlo po celých 24 hodin, také plavbu po fjordech s překrásnými vodopády a návštěvu ledovce Svartisen. Velkým zážitkem jsou horské silnice v Alpách spojené s návštěvou okolí nejvyšších alpských vrcholů. Nelze se nezmínit ani o Viktoriiných vodopádech na hranici afrických států Zambie a Zimbabwe, kde vidíte padat vodu kolmo do téměř 100 m hluboké propasti. Největším zážitkem však byl výstup na sopku Stromboli, která leží na stejnojmenném



ostrově jihozápadní Itálie v souostroví Liparských (nebo též Eolských) ostrovů. Výstup až na vrchol jsme podnikli v podvečerních hodinách a po setmění pozorovali sopečné erupce z kráterů sopky, které se nacházely pod námi.

A jaký byl ten nejhorší?

Musím říci, že špatných zážitků nebylo tolik, abych si je nějak výrazně zapamatoval, a jsem za to moc rád. Tak mi v živé paměti zůstává nepříjemný zážitek z letiště v

Kapském Městě. Při příchodu na odbavení k letu zpět do Gaborone, kdy jsme měli mít zajištěnou a zaplacenou letenku, nám řekli, že žádné letenky nemáme. Při představě, že budeme nocovat na letišti, kde se neustále pohybují stovky a možná i tisíce lidí různých národností, na mě začaly jít mdloby. Nakonec vše dobře dopadlo, dostali jsme palubní lístek na další let a dorazili do cíle. No dobře, jak se to vezme. Kufr nedorazil. Protože jsme příští den už cestovali do severní Botswany na safari a pak přes hranice do Zimbabwe k Viktoriiným vodopádům, neměli jsme čas kufr vyzvednout. Cestovali jsme jen s tím, co jsme měli na sobě a v batohu. S kufrem jsme se setkali po pěti dnech po návratu do Gaborone.

Kde se Vám nejvíce líbilo?

Dá se říci, že se mi líbilo v každé zemi. Každá oblast má něco, čím vás okouzlí. Nejradyji jsem však u nás doma.

Kam byste se chtěl podívat, co je Vaším snem?

Těch oblastí je více. Také hodně záleží na finančních možnostech. Láká mě např. Island, Nový Zéland, rád bych viděl řeku Amazonku a deštné pralesy, které ji obklopují nebo parky na západě USA. Asi největším zážitkem by pro mne byl lov lososů na Aljašce.

Jak jste se dostal do Jihoafrické republiky?

Cílem naší cesty bylo hlavní město Botswany Gaborone. Žije zde moje sestřenice, která nás k sobě už několikrát zvala. Z něj jsme si zaletěli na 5 dnů do Kapského Města a jeho okolí. Později jsme podnikli výlet na sever Botswany, kde je mnoho národních parků s divokou zvěří, a zajeli jsme rovněž do Zimbabwe k Viktoriiným vodopádům.

Pověděli byste nám něco o mysu Dobré naděje?

Mys Dobré naděje (CAPE OF GOOD HOPE) je výběžek na jihozápadě Afriky. Svě jméno dostal od portugalského mořeplavce Vasco de Gamy, který první proplul kolem Afriky při cestě do Asie. Protože v této oblasti jeho cesta začala měnit směr z jižního na východní, doufal, že se již dostal k nejj jižnějšímu bodu Afriky a nazval výběžek mysem Dobré naděje. Má zde také postaven památník a v Kapském Městě na hradě je jeho veliký portrét.

Děkujeme a přejeme samé šťastné cesty.



Ptala se Markéta Stašková La3

ARMÉNIE

PO DVAATŘICETI LETECH ZNOVU V ARMÉNII...

Tradičním „plánovacím místem“ našich cest do zemí na východ od České republiky je hospoda, kde se scházíme pravidelně po sauně. I tentokrát padlo při pivu několik atraktivních destinací, kam nás lákalo se podívat. Od roku 2013 už jsem společně s partou kamarádů, z nichž tři jsou moji bývalí studenti z gymnázia, navštívil Gruzii, Kyrgyzstán ve střední Asii a Ukrajinu. Tentokrát jsme se rozhodli pro další z republik bývalého Sovětského svazu – Arménii.

Arménii jsem navštívil ještě jako vysokoškolský student v roce 1986. To byl také jeden z důvodů, proč jsem se na cestu do této země dlouho těšil. Zajímalo mě, jak se Arménie a její lidé za více než čtvrtstoletí změnili. Cestovali jsme letadlem přes Varšavu do hlavního města Jerevanu, a když nebudu počítat pauzy na letištích, cesta trvala necelých pět hodin. V plánu jsme měli během deseti dnů projet tento nepřilíši rozlehlý stát od hlavního města směrem na jihovýchod až k hranici s Íránem. Uvedu na úvod několik geografických údajů, abych vám Arménii trochu přiblížil.

Země leží v tzv. Zakavkazsku, což je území rozkládající se jižně od Velkého Kavkazu. Rozloha je necelých třicet tisíc čtverečních kilometrů, na kterých žijí tři miliony obyvatel. Z toho jeden milion žije v hlavním městě Jerevanu. Arménie je poměrně hornatá, zasahuje do ní pásmo Malého Kavkazu a pohoří Ararat se stejnojmennou bájnou horou, která se už ale nachází na tureckém území. Historikové řadí Arménii k asijským zemím s velmi starým kulturním dědictvím. Nejstarší arménské království zvané Urartu vzniklo již v 9. století př.n.l. a jako první na světě přijalo v r. 301 křesťanství jako státní náboženství. Arménské království mělo v době svého vrcholu rozlohu jako dnešní Španělsko. Arménům zůstalo po genocidě (masovém vyvražďování) osmanskými Turky v roce 1915 velmi malé území.

Jerevan je historické a zároveň krásné moderní město srovnatelné se západními metropolemi. Z letiště jsme se přesunuli autobusem do centra Jerevanu a po snídani v parku, kde jsme ochutnali čerstvé pečivo z místní pekárny, nás čekal úkol sehnat za přijatelnou cenu taxíka pro přesun k nejvyšší hoře Aragac (4090 m), kde jsme plánovali zdržet se dva dny. Jednu věc jsme ale nedomysleli, nebo spíše podcenili. Když jedete z nížin do horských pásem, je nutná aklimatizace na vysokohorské

podmínky, abyste nedostali tzv. horskou nemoc. My jsme se vlastně během dvanácti hodin přesunuli z nějakých 390 metrů (nadmořská výška Č. Budějovic) do výšky 3200 metrů nad mořem a náš organismus na tuhle rychlou změnu nebyl připraven.

Stany jsme si postavili u kouzelného vysokohorského jezírka Kari, odkud byly na obzoru vidět čtyři vrcholy pohoří Aragac. Večer jsme navštívili místní restauraci, kam zajíždějí lidé z Jerevanu na tradiční arménské jídlo zvané KHASH (čti chaš). Je to vlastně arménská zimní polévka, jejímž základem je vývar z telecího kolene, které je obalené bílým lojem a v polévce po celou dobu konzumace zůstává. Do talíře není vůbec vábný pohled a polévku sní pouze silní jedinci. Aby se dala nevábná tekutina vůbec konzumovat, musíte si ji „vylepšit“ citrónovou šťávou, cibulí, česnekem a chilli paprikou. Místní tuto polévku připravují celkem 7 hodin a další hodinu ji vaří! Do tekutiny pak nadrobí chlebovou placku lavaš. Přiznám se, že tekutinu nevalného vzhledu a chuti jsme snědli pouze dva z osmi. Navíc nebyla vůbec levná!

Ale ještě horší to bylo s naším spánkem. Špatně se nám dýchalo a polovinu noci většina z nás probděla. Ráno jsem měl problém dojít padesát metrů k jezeru vyčistit si zuby. Nemohl jsem to udýchat. Kdyby mi nepůjčil kolega Zbyněk inhalátor s ventolinem, abych si dýchnul, neušel bych ani půl kilometru. A to nás čekal osmikilometrový výstup s převýšením skoro 900 metrů! Nakonec to také úplně nedopadlo... Po půldenním výstupu jsme to v polovině cesty raději vzdali. Vrátili jsme se, protože u jednoho z nás se projevil příznak horské nemoci, a v tom případě nemá cenu nic riskovat.

Na zpáteční cestě do Jerevanu jsme navštívili starý klášter s typickými chačkari (kamenné stély s vyrytým křížem a ornamenty), které zdobí volná prostranství každého chrámu a kostela. V Jerevanu jsme si najali taxi a zamířili směrem na jih ke starému klášteru KhorVirap, odkud byl jedinečný výhled na Velký a Malý Ararat v sousedním Turecku. Odtud jsme pokračovali 130 km do lázeňského města Jermuk, které zažilo svou největší slávu v dobách existence Sovětského svazu. Stejnojmennou minerální vodu znají lidé v celé Arménii.

Druhý den jsme si vyšli na čtyřkilometrovou túru k přírodním horkým pramenům, kde jsme se vykoukali v příjemně teplé železité minerální vodě. Sice nás trochu odrazovaly cedule s nápisem „Pozor medvědi“, ale naše

ale naše mužská osmička byla natolik hlučná, že se žádný neukázal. Další den jsme zamířili do Sisianu, kde nás fascinovaly nádherné přírodní vodopády a ráno nás překvapil přívál krup, které se nahromadily ve vrstvách kolem našich stanů. Počasí bylo opravdu velmi proměnlivé. Necelou hodinu pak trvala cesta nacpaným autobusem do dvacetitisícového města Goris na hranicích s Ázerbajdžánem. Protože celou dobu poprchávalo, rozhodli jsme se přespat v malém hotýlku ve městě. Město je rozděleno na novou a starou část se středověkými jejskynnými obydlími vytesanými do skály.

Odpoledne jsme se vydali na starý hřbitov, který je zasazen mezi skalami. Už se smrákalo a skalní město se pohroužilo do až mystického oparu. Od místních jsme se dozvěděli, že Goris bylo původně skalní město, kde žili místní obyvatelé. Z města Goris už to nebylo daleko do naší cílové destinace Kapanu vzdáleného 300 km od Jerevanu. Město je největší v jižní Arménii a má necelých 50 tisíc obyvatel. Na hlavní ulici nás zaujala socha arménského vůdce z 18. století, Davita Beka, který úspěšně bojoval proti Turkům a Peršanům. Z města jsme se nechali vyvézt starým dobrým vojenským gazem, který s námi šplhal 8 km do hor celou hodinu. Stany jsme postavili přímo uprostřed pastviny krav nedaleko napajedla. Byla taková mlha, že nebylo vidět na krok, a stany byly mokré, ještě než jsme je postavili. Rozhodli jsme se vystoupat na vrchol Khustupa dosáhnout tak výšky 3201 metrů. Do poloviny cesty jsme viděli jen kousek před sebe, ale kolem jedenácté mlha spadla a nám se otevřel nádherný pohled na vrcholy hor a celé okolí. Po třech hodinách jsme si už vychutnávali krásu zdejších hor a přírody...

Při návratu zpátky na sever jsme se zastavili v Tatevu, kde se nachází nejdlejší visutá lanovka nad údolím, které Arméni říkají „Létající tramvaj“. Z jedné zastávky na druhou, k chrámu Tatev, je to 5 752 metrů a nejvyšší bod nad zemí je 320 metrů. Výstavba stála 13 mil. €. My jsme z lanovky bohužel neviděli nic a stejné nic jsme viděli i z chrámu, protože celý den byla všude jen neproniknutelná mlha. Druhou zastávkou na zpáteční cestě byla stará vesnice s krkolomným názvem Khndzoresk, kde ve skalním městě žilo na začátku 20. století 8 300 obyvatel, fungovalo 27 obchodů a 7 škol. Údolí, ve kterém se vesnice nachází, je překlenuto řetězovým mostem ve výšce 80 metrů.

Naše putování po Arménii jsme zakončili v letovisku Sevan u stejnojmenného jezera, které je vzdáleno hodinu cesty od hlavního města. Jezero se nachází 1 905

metrů nad mořem, je největším horským jezerem na Kavkaze a max. hloubka je 86 metrů. Voda z jezera je využívána Sevanskou kaskádou hydroelektráren. Město Sevan s Jerevanem spojuje železnice, která ale turistům slouží pouze v sezóně.

Poslední den v Jerevanu jsme měli ještě relativně dost času, a proto jsme se rozdělili na dvě party po čtyřech. Jedna parta hlídala batohy a druhá šla do centra obdivovat památky a nakupovat. Po třech hodinách jsme se vystřídali. Zajímavé bylo, že téměř u všech se v batohu našel po přeletu do Česka arménský koňak Ararat.

Arménie se po třech desetiletích určitě změnila, ale tradice zůstávají.

Karel Štix



Památník genocidy v r. 1915



Armenian Alphabet

Ա	Բ	Գ	Դ	Ե	Յ	Ը	Թ	Ճ	Կ
Լ	Ն	Շ	Պ	Ր	Պ	Ղ	Ճ	Մ	
Տ	Ս	Շ	Ո	Պ	Ջ	Ի	Ս	Վ	
Տ	Ր	Տ	Ի	Փ	Օ	Յ			





Khash – Arménská zimní polévka

- 1 cibule (na kostičky)
- 1 česnek (na kostičky)
- Sůl podle chuti, citron
- Suché listy pažitky
- Voda
- 1 telecí koleno
- 1 chilli paprika

- Doba přípravy- 540 minut!
- Doba vaření - 60 minut
- Celkem - 600 minut!!!



Klášter KhorVirap



Jermuk – minerální prameny



Pekárna – tradiční chléb lavaš



Skalní město v Goris



Kapan – výstup na Khustup (3 201 m)



VÝMĚNNÝ POBYT ANEB ŠPANĚLŠTÍ STUDENTI NA ZDRÁVCE

Pro studenty 3. B ZDA a 3. A ZDA začal v úterý 5.3.výjimečný týden.

Spolek VESNA a ředitelé obou škol domluvili výměnný pobyt pro španělské studenty, kteří k nám přiletěli z Barcelony.

Vše bylo domluvené tak, že budou bydlet v našich rodinách, ve kterých jim zajistíme snídaně, svačiny a večeře. Škola připraví program dopolední a my vymyslíme, co budeme dělat odpoledne a večer. Za odměnu v září poleťme k nim do Španělska.

Všichni jsme se těšili. Několik dní předem u nás doma probíhal úklid, jaký jsem ani o Vánocích nezažila. (Dokonce se bílilo)

Kde bude můj adoptovaný Španěl spát, bylo jasné. Sestra je na koleji a co oči nevidí, to srdce nebolí!

Nejhůře to ovšem odnesli moji rodiče. Že taťka bude taxi a mamka kuchařka na plný úvazek, jsem jim oznámila předem, ale přesto zabralo chvíli, než se do své nové role vžili. Rodiče neumí anglicky. Mamka mi oznámila, že pokud na ni Španěl začne mluvit, tak se rozbere a uteče a taťka se omlouval, že pokud pro nás přijede na nádraží pracovním autem, mám Španělovi oznámit, že je to „auto arbeiten.“

Na nádraží všichni vypadali mile, a tak se naše nadšení zvýšilo ještě o pár bodů.

Rozebrali jsme si své adoptované sirotky a odvezli je domů. Prohlídka našeho domu mého svěřence asi nezajímala. Neustále koukal do mobilu a na nic neodpovídal. Na otázku, jak se ti líbila Praha?, odpověděl: „Je tam moc lesů.“ A pak zase esemeskoval. A tak jsem celou cestu domů přemýšlela, zda je vzali na výlet do Střemčovic, nebo na Petřín...

Důvod esemeskování se za chvíli ukázal. Přijela s ním i jeho holka. Ačkoliv bydlím dvacet minut od Budějovic a nic už nebylo v plánu, jeho příkaz zněl jasně. „Chci být s ní.“ A tak jsme jeli. Bohužel musím napsat, že toto byl jediný příjemný den, který jsme s ním strávili.

Druhý den měli domluvené následky v našich hodinách u nás na škole. Samozřejmě jim byly vybrány předměty, kterým mohli porozumět, jako matematika, angličtina, chemie, latina...

Že nebudou dávat pozor, bylo jasné nám všem (Konec konců, my taky pozor nedáváme.), ale že si dají do uší sluchátka ve chvíli, kdy se jich učitel na něco zeptá, nás rozčílilo.

Na poslední hodinu nechtějí, přesouváme se do města. Ve směnárně se hádají s prodávacem a celá hádka končí zvednutým prostředníčkem španělské studentky. Raději je bereme na oběd. Třeba mají jenom hlad.

Zbytek dne strávíme ve škole, kde je spousta jídla. Tak nějak to funguje, a tak jsme všichni rádi.

Třetí den jsme se vydali na Hlubokou, což byl školou skvěle naplánovaný výlet. Byl tam domluvený průvodce, který nám nádherně vyprávěl o zámku. Podle výrazů jsme usoudila, že na kořisti z lovu ve Španělsku moc zvyklí nejsou.

Rozchod v zahradě vypadal tak, že česká půlka se procházela a španělská seděla celou dobu na lavičce. Tak alespoň, že jsme se my, čeští studenti, koukli na tu Hlubokou!

Z Hluboké jsme se přesunuli domů na oběd a poté zase jeli do města hrát bowling. Jediná věc z celého týdne, kde nebyli úplně znuženi. Přesto ho vydrželi hrát ze dvou hodin jenom hodinu. Jenže potom se tam jedna Španělka pohádala s chlapem od vedlejšího stolu (Nemusím být právník, abych řekla, že v právu byl on), a tak jsme zase byli všichni rádi, že už jedeme domů.

„Už jenom jeden den!“ tohle byla věta, která se nám všem honila hlavou.

Pátek vypadal podobně. První část dne jsme strávili v Krumlově, kde náš program (který byl ale hezky připravený) celý padl. Nechtěli jít na věž, nechtěli mít rozchod, nakonec chtěli rozchod, ale celý ho proseděli na lavičce. Večerní program měl být korunkou na celém výměnném pobytu. Chtěli jsme jít do baru a následně do klubu. Přece jen jsme všichni kamarádi, máme se rádi, a tak proč to neoslavit. Vzhledem k tomu, že jsme každý den v týdnu čelili otázkám na místní noční život, překvapilo nás, že nakonec všichni seděli na jednom gauči, popíjeli coca-cola a koukali. Jen dvě Španělky poznaly krásu místního karaoke! Okolo jedenácté hodiny jsme se chtěli přesunout do klubu. To, co se stalo potom, už asi nikdy nezapomenu. Na jedné straně chodníku stáli Španělé, na druhé Češi a hádali se. Řvali na sebe. Proč? Vstup do klubu byl padesát korun. Po hodinové hádce jsem rezignovala a svého svěřence odvezla. Z vyprávění vím, že nakonec naši studenti zaplatili vstup i za Španěly, kteří nakoukli a pak seděli na ulici. Všichni tedy odjeli brzy domů a ráno Španěly s radostí přivezli k vlaku.

Zajímavá zkušenost to byla. Ovšem jiného druhu, než bychom si všichni přáli.

Jestli bych šla do výměnného pobytu znovu? Ano, šla. Proč? Protože věřím, že jakákoliv jiná skupinka lidí by byla úžasná a naplnila by naše očekávání. To, že jsme měli smůlu my, neznamená, že ji budete mít i vy. Proto jakmile se vám od školy naskytne příležitost na podobné akce, neváhejte a přihlašte se.

Kristýna Bartáčková

DOBROVOLNICTVÍ

Že je naše škola zapojena do různých charitativních akcí a projektů, víme všichni. Jsou mezi námi i tací, kteří jsou aktivní i mimo školu. Těm, kteří by chtěli ve volném čase rovněž pomáhat, zkrátka „dobrovolničit“, poradí v následujícím příspěvku opět Kristýna Bartáčková.

DOBROVOLNÍKEM NA PLNÝ ÚVAZEK

Jestli něco nedokážu, tak je to poflakování se. Před třemi roky jsem se rozhodla, že každou chvilku svého času využiji naplno a zatím se mi to daří plnit. Jedním z důvodů, proč se mi to doposud daří, je i dobrovolnictví. Za tři uplynulé roky jsem se stala ADRA dobrovolníkem, dobrovolníkem v mobilním hospicu Sv. Veroniky, dobrovolníkem v lidskoprávní organizaci Amnesty International a občas spolupracuji i s Lékaři bez hranic.

Jaký je život dobrovolníka na plný úvazek?

Kterou organizaci bych mohla doporučit a co vám může kromě smysluplně využitého času nabídnout?

ADRA

Tuto organizaci určitě všichni znáte, jelikož je propagována i na naší škole. Sdružuje a organizuje dobrovolníky k seniorům, u kterých nefunguje rodina, k postiženým dětem, sociálně znevýhodněným dětem.

Já přes tuto organizaci začala navštěvovat seniory v Dps Hvízdal.

Jaké jsou moje pocity po 3 letech?

Nečekejte, že přijdete ke kouzelnému dědečkovi nebo k babičce, která vám bude péct bábovku a učit vás plést. Jelikož se ADRA soustředí na lidi, u kterých nefunguje rodina a jsou opuštění, jde většinou o klienty odkázané na lůžko, kteří nemají interakci ani s ostatními klienty. První schůzky jsou vždy nejtěžší, jelikož zatímco některé lidi těší zpráva o tom, jak je venku, tak jiní zmínku o „tom“ světě nesou velice těžce.

Já osobně jsem se potýkala s velmi nepříjemnou situací, kdy jsem navštěvovala babičku, která překypovala negací. Ať už jsem se začala bavit o štěňátkách nebo jsem se snažila započít reminiscenci, skončila naše konverzace u smrti. Na to je potřeba se připravit.

Když se naučíte jak reagovat na tyto situace, slibuji, že vám dobrovolnictví přinese čiré štěstí z dobrého skutku a nebudete svého času ani chvilinku litovat.

Koneckonců možná budete jediným člověkem, který onu osobu navštěvuje.

Hospic Sv. Veroniky v Českých Budějovicích

Že nejbližší hospic je až v Prachaticích? To se pokouší změnit parta skvělých žen z Budějovic.

Tyto ženy zorganizovaly mobilní hospic a za svými pacienty denně dojíždí a zajišťují jim co nejkvalitnější dožití. Kromě toho ale sdružují dobrovolníky, kteří docházejí ke klientům domů a tráví s nimi čas.

K „Veronice“ jsem se přidala tento rok a bylo to jedno z mých nejlepších rozhodnutí. Vzhledem k tomu, že chodíte ke klientovi domů a setkáváte se s celou jeho rodinou, je toto dobrovolnění velice intimní záležitost.

Nedoporučuji tuto cestu pro slabší povahy, jelikož klienti „Veroniky“ se dožívají v průměru pouze několika týdnů. Náplň může být velice různorodá. Můžete pomoci rodině s péčí o umírajícího, číst mu knihu, jste-li věřící, spousta klientů ocení i společnou modlitbu, někteří chtějí jen držet za ruku a hladit po vlasech. Kromě darovaného času těm, kteří ho mají málo, vám „Veronika“ může nabídnout různé přednášky, semináře a kurzy, ale také vstup do jejího bazénu na relaxaci a obrovskou knihovnu plnou knížek, které by si každý (zdravotník) měl přečíst.

Amnesty International

Můj nejnovější žrout času. Přidala jsem se k nim letos v březnu. Amnesty působí po celém světě. Jde o lidskoprávní organizaci, která pomáhá lidem, u nichž byla porušena základní lidská práva. Náplň práce je tím velice různorodá.

Na ulici často demonstrují, ve školách edukují děti o lidských právech a místech, kde se tato práva porušují, upozorňují na diskriminaci přes projekt s názvem „Živá knihovna“ a snaží se dostat na svobodu nespravedlivě zatčené lidi.

Po absolvování sedmihodinového semináře můžu pořádat debaty ve školách a knihovnách po celé ČR, kdy seznamuji lidi s činností této organizace, lidskými právy a pořádám již zmíněnou Živou knihovnu. Díky tomu jezdím po celé republice, navštěvuji různé akce, potkávám spoustu lidí a učím děti o demokracii, deklaraci lidských práv, diskriminaci.

Amnesty je skvělá parta lidí, která se nechce dívat na utlačování lidí, a její slovo už má váhu.

Věděli jste, že i díky nim byl Václav Havel propuštěn z vězení?

Pokud vás jejich činnost alespoň trochu zaujala, podívejte se na jejich webové stránky a poznejte je ještě víc!

Lékaři bez hranic

Věřím, že tuto skupinu, pro mne „nadlidí“, ani nemusím představovat. Lékaři z celého světa, kteří jsou schopni postavit nemocnici i na odlehle louce v rozvojové zemi a bravurně odoperovat člověka i na chodníku špinavé ulice.

Jak jim pomoci? Finance!

Lékaři žijí jen z toho, co jim kdo dá. Na e-shopu mají spoustu krásných věcí. Nebo chcete-li si každý měsíc zlepšovat karmu, zadejte trvalý příkaz.

Rádi byste pomohli, ale nemáte moc peněz?

Nevadí.

Můžete dokreslovat dosud jimi nezmapované území. Věřte mi, když to dokážu já, dokáže to i vaše babička. Vše mají vysvětleno na svých webovkách i s návody, jak na to. Dá se tak skvěle vyplnit prázdný čas nicnedělání.

Doufám, že jsem vám přiblížila některé z možností dobrovolničení a že se rozhodnete darovat svůj čas tam, kde je ho třeba. Věřte mi, že vás to naplní dosud nepoznaným pocitem a zjistíte, že máte času mnohem více, než jste si mysleli.

Kristýna Bartáčková

MŮJ ŽIVOT S ANETKOU

Každý den si tisíce lidí stěžují, jak mají těžký život. Že měli blbý den v práci, protože je seřval nadřízený. Že dostali hodně úkolů, takže nemají čas jít ven a užívat si hezkého počasí. Že jim nikdo nepomáhá, věčně jsou ve stresu a že se mají hrozně. Hořce každému vysvětlují, jak špatně se mají a že je nikdo nedokáže pochopit. Jenže skutečný problém těchto lidí je, že si za to můžou sami. Spousta jejich problémů vyplývá z jejich vlastních rozhodnutí. Stěžují si, začnou se litovat a hned se cítí líp, když si uvědomí, že jim to někdo „žere“. Jenže oni si vybrali tuto školu. Oni si vybrali tuto práci. Oni nechávají vše na poslední chvíli a pak jsou ve stresu, když jim dojde, co je čeká a jak málo mají času. Málokdy si uvědomí, že oni mají práci a domov, mezitímco tisíce lidí musí žít na ulici. Že mají milující rodinu, mezitímco děti v dětském domově si každým dnem uvědomují, že jejich naděje na rodinu mizí. Že mají plnou ledničku, mezitímco někteří lidé se dřou aspoň pro suchý chleba a trochu vody. Takoví lidé si nikdy neuvědomí, co to znamená těžký život. Nejtěžší život mají mnohdy ti, kteří si nejméně stěžují. I když toho mají často nejméně, dokážou dát nejvíce. I přes nepřízeň osudu si uvědomují, kolik toho mají. Člověk, kterému umřel někdo blízký, si začne uvědomovat, jaké má štěstí, že toho má ještě tolik před sebou. Člověk, který byl osamělý, si nejvíce cení přátelství, rodiny a přátel. Člověk zažívající každý den bolest a strach si nejvíce cení chvíle klidu a lásky.

Jenže kolik lidí si dokáže vážit zdraví? Zdraví je něco, co má každý jen jedno. Nejde koupit, nejde nalézt, nejde za něco vyměnit. Můžete ho zlepšit nebo zhoršit, můžete ho ztratit, ale už nikdy ho nemůžete dostat zpátky. Člověk, který ztratil zdraví v průběhu života, si nejlépe uvědomí, jaká je to ztráta. Pak jsou dva typy lidí. Buď ten kdo bojuje, který každý den trénuje svou fyzickou i psychickou stránku, i když ví, že už nikdy to nebude jako

to vzdá. Který celý zbytek života zůstane v depresích, ničí si život ještě více a nezbyla v něm ani jiskřička naděje. Jenže co lidé, kteří ho ani nemohli ztratit?

Moje dětství bylo v rámci možností normální. Zažívala jsem bolesti a strasti jako ostatní děti. A jako každé normální dítě jsem se těšila na dalšího sourozence. Vymýšleli jsme jména, kupovali hračky.... Byla to pro mě taková hra. Jenže každá hra jednou končí.

Začalo to asi ve chvíli, kdy jsem viděla svoji maminku plakat. Říkala jsem si, proč se místo radování trápí. Vysvětlení jsem dostala až o pár let později, když už jsem vnímala věci více. Člověk si nedokáže představit, jaké to je, když matka o dítě přijde. Natož jak to má chápat šestileté dítě.

Ztratit dítě je prý jedna z nejhorších bolestí, i když jste se ho snažili ochránit, přestože jste věděli, že by to mělo v životě těžké. Když vám řeknou, že dítě se narodí nemocné, musíte se rozhodnout, jestli raději obětujete jeho kratičký život v děloze, nebo budete sledovat jeho celoživotní trápení. Tolik odpovědnosti a bolesti v jediném rozhodnutí.

O pár měsíců později přišla další nečekaná zpráva. Máma byla opět těhotná. Naneštěstí diagnóza byla podobná. Buď se dítě narodí mrtvé, nebo nemocné. Tentokrát ale další ztrátu nedokázala unést. Jen se strachem čekala, co jí osud nadělí. Dítě se narodilo zdravé. Malá holčička s narůžovělou kůží, co na první pohled byla k nerozeznání od ostatních. Mámě se splnilo přání. Jediné, co si přála bylo, aby to na ní nebylo moc vidět, aby se jí děti nesmály.

Downův syndrom je nejobvyklejší vrozená chromozo-

mální anomálie. Dochází k ní nejčastěji při splynutí vajíčka a spermie, kdy hned v prvotní buňce zůstane chromozom navíc a každá další buňka pak pokračuje v dělení již s touto vadou. Velmi vzácně anomálie vzniká až při pozdějším dělení, a proto je nadbytečný chromozom přítomen jen v některých buňkách těla. V tomto případě se jedná o tzv. mozaiku. Mozaika Downova syndromu je označována za lehčí formu tohoto postižení, zato je vzácnější. Rozdíl je většinou v psychickém vývoji. Děti s MDS mají lepší motorické schopnosti (zvládají v kojeneckém věku lézt, později i samostatně chodit mnohem dříve než děti s DS), mají vlastní snahu něco zvládnout a mají o několik bodů vyšší IQ; ale mají spoustu společných rysů jako psychické problémy, často i vzhled, obtíže se zažíváním, srdeční choroby a často velké opoždění ve vývoji řeči.

Když se Anetka narodila, nevěděla jsem, že bude o tolik jiná než já. Vypadala stejně jako každé dítě. Smála se, lezla, rostla. Jako dítě jsem ty rozdíl ani nezaznamenávala. Jenže postupem času jsem si sama začala uvědomovat, že není všechno úplně v pořádku. Čím byla větší, tím víc bylo starostí. Museli jsme obětovat hodně vlastního času, práce, peněz, nervů pro zvládnutí toho všeho. Víte, podle mě si lidé, kteří jsou nemocní, mají nějaký handicap, ani neuvědomují, že jsou jiní. Žijí v jiném světě a koukají na nás jinými očima. Vnímají každičkou věc jinak a co nám připadá jako přirozenost, pro ně může být nadlidský úkol. Pro ně je náš svět cizí. Když něco udělají, neberou to jako chybu. Víceméně se chovají jako děti, které nikdy nevyrostou. Prožívají víc než my. Jejich emoce je ovládají víc. Když jim řekneme, že udělali chybu, bolí je to víc. Když udělají něco dobře, jsou nejšťastnější na světě. Jejich reakce je vždy nějakým způsobem tak silná, že je ovládne. Ale nikdy nevidí, že jsou jiní. To až ve chvíli, kdy je začne někdo litovat. Pak si začínou uvědomovat, že oni jsou ta chyba. Oni nepotřebují lítost, ani pochvaly za zbytečnosti. Sice mají svůj svět, ale stále to jsou lidé, patří mezi nás. Ale nemůžou vědět, že udělali chybu, když je chválíme za vše. Přestanou se zaobírat věcmi, protože budou vnímat vše „za dobře“. Stejně jako normální dítě i oni potřebují ukázat rozdíl mezi dobrem a zlem, solí a cukrem, odměnou a trestem. Když je za něco pokáráme, vnímají jako my, že udělali chybu a poučí se. Takoví lidé potřebují ale péči od prvního kroku, potřebují mnohem více věst, více trpělivosti a více pomoci než obyčejné děti. Nesmíme je brát jako něco špatného, něco, co do našeho světa nepatří. Patří sem stejně jako my, potřebují stejně jako my, dokonce i víc. Patří mezi nás, proč je tedy často nepřijímáme do společnosti?

Problém ale často bývá i u normálních lidí, kteří neví, jak se k někomu takovému chovat. Děti umějí být kruté a zlé a často si za oběť šikany a posměchu berou právě někoho s poruchou. Dospělí je zase naopak berou s lítostí a odstupem. Kdybychom ale děti už odmala vedli k lásce k těmto dětem a porozumění, všimli bychom si pozitivních výsledků jak ve společnostech, tak i ve vývoji nemocného. Protože když se na dítě s poruchou podíváte individuálně, ani vám nedojde, že je jiné. Stejně jako normální dítě si chce hrát, mlsat, zlobit. Přesto se na děti s handicapem dívá společnost skrz prsty.

Naše máma byla vždycky skvělá a neuvěřitelně silná. I když toho bylo hodně, málokdy nám dovolila vidět její slzy. A ani tohle jí nezlomilo. Svět jí toho vzal tolik, že už nedovolila, aby jí vzali ji. Mrzí mě, že si to uvědomuju až o deset později a tehdy jsem jí nebyla dostatečnou oporou. Starostí přibývalo, čím byla Anetka starší a čím víc se projevovalo, že je jiná. Dítě jako ona nemohlo být bez dozoru. Lidé jako ona potřebují mnohem více lásky a mamka se jí snažila dát všechno proto, aby vyrůstala normálně. Aby z ní byla šťastná a silná holčička. Jenže bylo starostí tolik, že jsem měla pocit, že na mě se občas zapomíná. Máma byla samoživitelka s pěti dětmi. Musela pracovat, starat se o domácnost, o mě a Anetku a k tomu o další tři dospívající děti, které měly zase svůj svět v diskotékách a zábavách. I přes fakt, že jí všichni pomáhali, byla ve finále na všechno sama. Milovala nás, jak jen mohla, a snažila se být vždycky tak silná, aby nám dávala najevo, že je všechno v pořádku. Jenže ne vždy to tak bylo.

Byla jsem ještě tak malá, že jsem nemohla tušit, proč je Anetka jiná. Z mého sourozence, na kterého jsem se tak těšila, se stal soupeř o máminu přízeň. Teď už chápu, že mě nechtěla odstrkovat. Jenže lidé jako Anetka potřebují k vývoji mnohem více lásky než normální lidé. Potřebují více pozornosti, více chvály, více všeho. Máma mi vždy věřila, že to zvládnou, proto si asi nikdy neuvědomovala, že na Anetku tolik žárlím. Nechápala jsem, proč je Anetka o tolik důležitější než já...ale ona nikdy nebyla důležitější. Jen potřebovala víc než já, protože se narodila s méně než já.

Člověk si ani neuvědomí, jak je všechno těžké se naučit. Mluvit, chodit, vnímat je pro nás prvotní popud, ke kterému ani nepotřebujeme moc popostrčit. Číst, psát, počítat je pro nás samozřejmost první třídy. Jenže co jiní? Všechno mi to přišlo tak jednoduché, dokud jsem nemusela hodiny prosedět vedle svojí sestry a probírat s ní látku, která by mi zabrala několik vteřin, nanejvýš minut,

než bych to spočítala či přečetla. Když si jedenáctileté dítě neuvědomuje rozdíl mezi p a b, neodlišuje je a ě, nedokáže si zapamatovat jednoduché postupy příkladů, násobilku, vyjmenovaná slova či anglická zájmena, hodiny probírání stále toho samého dokola vám připadají jako nekonečné peklo. Navíc když tím ztratíte mnohdy čas na vlastní záliby, chození ven, kamarády, život obyčejného dítěte, mladého člověka. A i když mě to jako mladší mnohdy štválo a stále jsem si stěžovala tou ošemetnou větou „ Proč já?“, najednou mi došlo, že bych se spíš měla ptát „ Proč ona?“, protože ona to nedělala schválně. Nechápala, co všechno jsme ztratili, obětovali, museli změnit. Jenže když uvidíte radost z úspěchu, přijde vám celá procházka peklem jen cestou k ráji. Změní vám to život, to každopádně. Bude to bolet, bude vás to srážet na kolena, vezme vám to duši, mozek a život a zdeformuje je do něčeho, co byste nikdy nenazývali svým. Jenže nikdy to není špatně. Často si pak uvědomíte, že ten čas jste věnovali něčemu důležitějšímu, než jsou sociální sítě. Že ti kamarádi nebyli praví, protože nevydrželi. Že ten život by byl prázdný. Kdyby život šel tak, jak vy chcete, bylo by to až moc jednoduché a nudné. Někdy vám prostě do cesty hodí něco nemožného, nechá vás se s tím poprat, aby se to stalo možným. Něco takového vám neuvěřitelně změní pohled na svět.

Nejvíce mi ale udělá radost, když za mnou přijde sama Anetka. Dělán si z ní srandu, občas ji za něco seřvu, pošťuchuju ji, hraju si s ní. Ona to ale všechno vnímá, možná víc než ostatní. Když to nikdo jiný nevidí, stejně za mnou přijde a zeptá se, proč jsem smutná. Zeptá, jestli mi může pomoci s vařením nebo s prací v domácnosti. Chce si jít hrát na hřiště nebo s ostatními dětmi na kolo. Vidí, jak se s ní trápíme při učení, když nespolupracuje, uráží se a stále na nás kouká nechápavě, i když jí to vysvětlujeme každý pětkrát. Zato někdy projeví vlastní iniciativu a přijde, jestli bych jí nenapsala několik příkladů, nezkontrolovala ji, když čte (má problém i se čtením a artikulací) nebo podobné věci. Sama mám ale vyzkoušené, že lépe spolupracuje, když s ní jednáme s laskavostí a trpělivostí, než když na ni už zoufale ječíme. Takže ve finále, sice má handicap, ale pro mě vždy bude normální. Budu hrdá na každý úspěch, kterého dosáhne. Bude má sestra, která mě naučila víc, než kdy já naučím ji, i přes všechny knihy a příklady světa. A toho si vážím nejvíc. Naučili jsme ji nic nevzdávat, stejně jako jsme se to naučili my všichni postupem času. Byli jsme s ní od první slabiky a budeme tu vždy, když bude potřebovat. Něco takového dokáže rodinu stmelit, nebo rozdělit. Je to o síle, naději a víře. Té je našťěstí vždy dostatek. Lidé

postižení Downovým syndromem dosáhnout duševního vývoje mezi 20. -37. rokem, vzácně mezi 16.-18. Takže kdo ví? Možná v mém věku bude už podobná dětem v jejím věku a najde své místo.

Myslím, že lidé, kteří se takhle už narodí, to mají snazší, protože neví, že jsou jiní. Znají jen to, co vidí oni sami, neznají lítost, ani bolest. Neví, že je svět odsuzuje, protože nezvládnout to, co ostatní děti. Nevidí to, a proto je to pro ně jednodušší. Těžší to mají lidé okolo. Musí snášet všechny ty změny. Musí se naučit, jak se chovat k lidem, kterým mozek funguje jinak. Musí se naučit chválit je za všechno, umět jim všechno vysvětlit, protože se celý život můžou chovat jak pětileté dítě. Musí se naučit trpělivosti. Víte, říká se, že člověk dospěje ne věkem, ale událostmi. Myslím, že umět vychovat dítě, které nechápe tento svět a nic kolem sebe, je jedna z největších zkoušek, které může život nadělit. Jenže vás to naučí všemu. Když se naučíte vidět svět očima takového člověka, změní vás to navždy. Navzdory všemu tomu trápení, bolesti, slzám a starostem se naučíte vážit si všeho, co jste doteď přehlíželi. Je to úkol na celý život, který nikdy nesmíte vzdát, protože by to stálo příliš mnoho. A když se pak otočíte a odmyslíte si všechny ty stinné stránky, najdete toho tolik, co za to stálo. Nic vás nenaučí cenit si života víc než uvědomění, že někdo, kdo musí celý život bojovat, se dokáže usmívat nad jedním podařeným obrázkem. Když někdo, koho tolik lidí odsuzuje, vám dokáže vrátit úsměv krásnější než kterýkoliv jiný. Víte, takoví lidé mají největší srdce, nejkrásnější duši a nejbarevnější mysl. Nic není větší zkouškou života než naučit se pochopit jedinou myšlenku takových lidí. Takoví lidé si nezaslouží lítost. Oni ji nepotřebují. Oni potřebují víru, lásku a pochopení. Nesmíte jim ukazovat, že jsou méně, protože leckdy jsou to lidé, kteří jsou více. Nikdo nemá jednoduchý život. Měli bychom se tedy přestat sebelítovat nebo se vrtat v životech druhých, ale naučit se cenit si toho, co máme, než místo toho brečet pro to, co nemáme. Svět je dost velký na to, abychom našli své místo, naplnili své sny a naučili se žít. Každý má právo na život a na štěstí. Každý by si měl uvědomit, co je důležité a co ne. Nikdy není pozdě něco změnit. Měli bychom se podívat kolem sebe a říct si, že je čas žít, dokud máme možnost. Nemusí to být život dokonalý. Musí být ale dost dobrý na to, aby ho stálo zato žít. Pokud nerozumíte, zkuste se zeptat malého dítěte, osmdesátiletého seniora nebo někoho, kdo ztratil zdraví. Řeknou vám to. A až to za nějakou dobu pochopíte, možná zjistíte, proč se děje, co se děje.



V letošním školním roce proběhla jako obvykle literární soutěž. Tentokrát na téma „Když nemůžu spát...“. Otiskujeme vítězné práce.

KDYŽ NEMŮŽU SPÁT ... 1. místo

Jako studánka.

Jako moře.

Jako v podzemí na nejvyšší hoře.

Smutek - přijde, když nemůžu spát.

Únavou... už na nohou nemohu stát – nezbyvá, než opět si se slovy hrát.

Raději však nechala bych si něco krásného zdát. Ale ten boj nemohu vzdát.

Nemohu nechat utichnout to bojiště bez boje.

Vlnobítí. Odlivy a příboje.

Jako vždy... přijímám oboje.

Možnosti. Nejsou. A možná nikdy nebyly. Okno do duše... mi dávno vysklili.

Ale mohu jen děkovat. Vážím si toho. Ze střepů na stěnách skládám mozaiky – lituju všechny prozaiky, že nepsalí básně.

A až tvé prsty rozezní mé struny, začnou se na pouštích hýbat písečné duny.

A až poznáš, že nejsem fata morgána, budem si povídat, třeba až do rána.

Klára Jelínková ZDA 3.A

KDYŽ NEMŮŽU SPÁT ... 2. místo

„Tik, tak,“ zvuk nemocničních hodin přerušoval v pravidelných intervalech hrobové ticho na chodbě. Přestože bylo teprve září, byla mi ve froté županu zima, snad za to mohlo pootevřené okno v hale... Mohla být už půlnoc a já ne a ne usnout. V podvečer byl u nás na dětském oddělení příjem a ten pokaždé vnášel na patro rozruch. Sestry sháněly a stlaly lůžko pro nového dětského pacienta, rodiče se srdceryvně loučili se svou plačící ratolestí, nám se zalivaly oči slzami při vzpomínce na naše domovy a příbuzné a nad tím vším stál lékař jako anděl hledící na dění kolem.

Čím dál tím více jsem si uvědomovala, že nemám nemocnice vůbec, ale vůbec ráda a snad ještě víc nesnáším nemocniční čaje. „Fuj,“ pronesla jsem už po pozření prvního doušku té odporně nahořklé tekutiny, kvůli níž jsem opustila svou zahřátou postel, absolvovala cestu dlouhou a chladnou chodbou a riskovala i možnost, že si mě všimne sestra, jež slouží noční. Rychle jsem se otočila a už měla namířeno zpět do svého pokoje, když vtom jsem si všimla pootevřených dveří a pronikajícího pruhu světla z jednoho z pokojů. Jednalo se o pokoj s číslem 6, což znamenalo, že je to pokoj mladších dětí. Já ležela na tříadvacítce, tedy na pokoji pro tzv. odrostlé děti, a jelikož těch v nemocnici zrovna mnoho nebylo, měla jsem pokoj ihned po převezení z jednotky intenzivní péče sama pro sebe. To mi zprvu nevadilo, ale po týdnu už bych uvítala nějakou tu společnost. Rodiče se snažili za mnou chodit na návštěvu každý den, ale někdy se zdrželi jen na pár minut a mít si s kým popovídat i mimo doby vyhrazené pro návštěvy by bylo super. A tak

jsem snad i proto vešla do místnosti za světlem.

I přes to malé množství světla, jež ji ozařovalo, jsem v šeru rozpoznala obrys dvou postelí. A z jedné vycházelo zpod peřiny ono tajemné světylko.

Vzpomněla jsem si na dobu, kdy za mnou často chodil Honzík s prosbou: „Majdo, pojď si se mnou postavit bunkr z dek. Prosím.“ Toto ovšem byla zcela jiná situace. Z postaveného doupěte se neozýval veselý výskot od hry, jako tomu bylo u mého bratra, ale tichý pláč. Automaticky jsem příkrývku zdvihla a přede mnou se objevilo dětské tělíčko schoulené do klubíčka a svírající dětskou baterku.

„Neplač. Nemusíš se ničeho bát,“ snažila jsem se neúspěšně konejšit to malé stvoření.

„Já jsem Magda a ty se jmenuješ jak?“ Zase bez reakce. Bezmocně jsem stála nad nemocniční postelí a přemýšlela, jak navázat kontakt.

„Máš hezkou baterku,“ zkusila jsem.

„Dík,“ špitlo dítko.

Pak ale opět nastalo ticho. Tělíčko se však v posteli otočilo obličejem ke mně a já zjistila, že tím malým pacientem je asi šestiletá holčička. Když jsem se na ni podrobněji zahleděla, zjistila jsem, že je hubená, bledá a zpod dětské košilky čouhají dvě nohy plné maličkých modřinek, některé už byly hnědé, jiné měly odstín modrofialové nebo zelené...

„Koupila mi ji maminka, když jsem měla jet poprvé na



tábor v přírodě.“ Zdálo se, že se mi snad podařilo si divenku díky baterce získat. Otřela si slzy a posadila se. „Stejně jsem ale nikam nejela, bylo mi zase zle, a tak jsem musela zůstat doma...“ Na přední straně postele jsem si všimla cedulky s iniciálami: Valérie Málková, narozena 26. 7. 2012.

„Povídej mi pohádku,“ pronesla zničehonic Vali a mně se v hlavě najednou začali objevovat všechny ty princezny a princové, čarodějníci a ježibaby, draci a kouzelné babičky.... „A jakou?“ chtěla jsem si ušetřit rozhodování. „Takovou, co neznám...“

Odpověď mi vykouzila úsměv na tváři. „Tak tedy... Daleko v lesích žila jedna ježibaba a ta byla úplně opuštěná. Nikdo ji nenavštěvoval, nikdo jí nikdy neodpověděl na pozdrav, vždy když jí někdo zahlédl, vzal raději nohy na ramena. I děti z vesnice měly zakázáno chodit do té části lesa, aby se jim něco nestalo... Stařenu to moc mrzelo, nikdy nic špatného neudělala, nikdy nikomu neublížila. Proto hledala alespoň společnost mezi zvířátky, o která se láskyplně starala, nejčastěji v době jejich nemoci. To o ně pečovala dnem i nocí. Zvířátka jí měla moc ráda, nebála se jí a často k ní chodila pro pohlázení, nebo prostě jen tak na návštěvu. Byli mezi nimi i stálí hosté, jako zajíček s poraněnou pacičkou Čmuchaček, mladá liščí krasavice Karolína, které tato dobrá ježibaba uzdravila ocásek a neobratný ježek Jozífek. A teď k nim přibyl trochu neposlušný pejsek Ferda. A tom ti budu, milá Valinko, vyprávět,“ usmála jsem se na svou novou kamarádku. Ta konečně měla úsměv na tváři, uvelebila se v postýlce a podívala se na mě na znamení, že je připravená a mám začít povídat.

„Ferda byl pejsek neurčité rasy, jakým říkáme „voříšek“. Patřil kováři, který měl chaloupku hned na kraji vesnice, blízko lesa, v němž žila i naše ježibaba. Kovář Ferdu koupil, aby mu hlídal kovárnu, když bude za prací na cestách. Jenže Ferda vůbec hlídat nechtěl. Pokaždé, když někdo přišel ke kováři na návštěvu, tak místo, aby začal štěkat, běžel příchozího radostně přivítat. A úplně ze všeho nejraději dováděl s kovářovými dětmi, Honzíkem a Kačenkou. Stala se z nich nerozlučná trojka. Jednoho letního dne poslala maminka kovářka Honzíkova s Kačenkou do lesíka na borůvky, aby jim mohla upécti výborný borůvkový koláč.“

„ Já miluji borůvkový koláč. V létě mi ho maminka taky peče k svačině! A je mooc dobrý!“ vykřikla radostně Valinka. „ Děti si tedy vzaly misky a šly. Samozřejmě, že se k nim přidali i věrný kamarád Ferda. Zatímco děti sbíraly

borůvky, jednu do pusinky, druhou do misky, Ferda běhal kolem nich, vrtěl ocáskem a nasával všechny vůně kolem. Vtom ucítil jednu, kterou ještě neznal a která mu voněla ze všech nejlépe a nejvíce. A protože si ho děti, zaujaté sbíráním, nevšimaly, vydal se za ní.

„A co ten pejsek cítil? Co to bylo? Nějaký párek, salám?“ přerušila mě má nová zvědavá kamarádka.

„Nebyl to nikdo jiný než zajíček Čmuchaček, který tudy proběhl, a Honzík s Kačkou si ho ani nevšimly. Ale Ferda ho ucítil a šel po jeho stopě. Vyděšený Čmuchaček se ho moc bál a nevěděl, kam se má před ním honem schovat. A nenapadlo ho nic jiného, než běžet tam, kde se cítil nejbezpečněji. Proto si to namířil rovnou k ježibabě, Ferdu v patách. Čmuchaček vtrhl do chaloupky jako lavina, div že ježibabu neporazil. „Copak se stalo, kamaráde? Někdo tě honí?“ zeptala se ježibaba konejšivě a vzala vyděšeného ušáka do náruče. Venku zatím nervózně pobíhal Ferda, kterému vůbec nešlo do hlavy, kam se ten krásně voňavý zajíc tak najednou ztratil. Ježibaba vyšla i s Čmuchačkem ven. „ Ty jsi ale krásný pejsek. Čípak ty jsi? Tebe vůbec neznám. Nesmíš po lese honit zajíce, oni se tě pak bojí, víš?“ začala si s Ferdou povídat. A protože byl celý uhoněný, donesla mu mísu s vodou. Ferda hltavě pil, až všechnu vodu vypil. Uklidnil se. Ježibaba se mu moc líbila, proto jí začal olizovat. Postupně se seznámil i s Čmuchačkem, který už se tak nebál, protože pochopil, že mu Ferda nechce ublížit a chce si s ním hrát. Mezitím Honzík s Kačenkou naplnili borůvkami své misky a chtěli jít domů. Začali se proto shánět po Ferdovi. Volali, pískali, ale po pejskovi jako by se slehla zem. „Co když už Ferdu nikdy nenajdeme?“ zeptala se s pláčem Kačenka. „ Neboj, určitě se jenom zaběhl hlouběji do lesa. Vezmeme misky a půjdeme ho hledat,“ utěšoval ji starší Honza. A jak řekli, tak také udělali. Společně procházeli místy, kde ještě nikdy nebyli, kam měli od dospělých zakázáno chodit. Celí vyděšení a zoufalí volali Ferdovo jméno. Až dorazili k neznámé chaloupce. A světe div se, před ní spokojeně spal hledaný a tolik oplakaný Ferda. „Ferdíčku, můj zlatej,“ vrhla se mu kolem krku Kačka. Ferda se probudil a šťastný, že vidí zase svoje děti, děvčátko olízl na tváři. „Dobrý den, děti. To je váš pejsek?“ z chaloupky vyšla podivná stařenka a za ní vyhopkal roztomilý zajíček. „ To bude asi ta zlá ježibaba, co nám o ní minule vyprávěla babička. Honem vezmeme Ferdu, borůvky a běžíme pryč!“ sykl Honzík směrem k sestřičce. Té se ale stařenka moc líbila. „To nemusíte. Já vám neublížím. Nejsm zlá, jak si všichni myslíte. To jenom o mně říkají lidé, přitom mě vůbec neznají,“ odpověděla Honzíkovi

ježibaba, protože moc dobře slyšela, co o ní říkal. Honzík se začervenal, moc se styděl. „Vidím, že jste nasbírali spoustu borůvek. V lese je jich opravdu plno. To máte na koláč?“ „Ano, prosím,“ špitl Honza. „Tak víte co? Já mám nápad. Co kdybychom ten koláč upekli tady u mě v chaloupce spolu a přinesli jste ho domů mamince už hotový? Ušetříme jí tak práci,“ navrhla. „Ano, ano,“ zajásaly obě děti. A ježibaba péct uměla. A jak. Koláč se jí opravdu moc povedl. Když ho pak šťastné děti večer společně s Ferdou nesly domů, očička jim zářila radostí. A nebyly jediné. I ježibaba byla moc ráda. Konečně si měla s kým popovídat. Děti se jí moc líbily, byly milé a všichni si to společné pečení borůvkového koláče užili. Od té doby Kačenka s Honzíkem chodili se souhlasem rodičů ježibabu pravidelně navštěvovat. Postupně se k nim přidali i jejich kamarádi. A ...“

„Co se to tady děje??!! Co to má, dámy, znamenat??!!“ přerušil mě přísný hlas sestry. „Sestřičko, nezlobte se. Já jsem se šla napít a Valinka tady plakala, tak jí vyprávím pohádku. Že je to tak, Vali?“ začala jsem se honem omlouvat. Ale Valinka mi už neodpověděla. Spokojeně oddechovala a zdálo se jí něco hezkého, protože se ze spaní, navzdory všemu, usmívala. Přikryla jsem ji a ještě zašeptala do ouška: „Neboj, zítra zase přijdu, ano?“ Ale to už sestřička stála ve dveřích a odváděla mě na můj pokoj.

Na návštěvy za malou Valerií jsem začala docházet pravidelně. Cítila jsem, že mě děvčátko zkrátka tak nějak „potřebuje“, a já jsem si po dlouhé době připadala užitečná. Už jsem jen neležela osamocená na pokoji a nepřemýšlela nad životem a nad tím, co se stalo. Tyto chvíle jsem raději věnovala někomu, kdo to opravdu potřeboval a byl mi za to více než vděčný. Nemocniční personál si za čas zvykl, že jsem se stala něčím jako Valinčinou chůvou. Dost možná, že to bylo přijato i s povděkem, jelikož nálady nemocného děvčátka se vlivem léčby hodně měnily. A já byla z nemocnice jediná, koho

přijala a respektovala za každé situace. Když měla pusinku plnou bolavých aftů a nechtěla nic jíst, byla jsem to pouze já, kdo ji mohl krmit rozmixovanou stravou a od koho jídlo přijímala. Když jí bylo opravdu zle, tak jsem jen mlčky seděla u její postýlky, nikoho jiného u sebe nechtěla.

Také jsem se seznámila i s Valinčinou rodinou. Respektive s její maminkou Kristýnou. Zdálo se, že nikoho jiného děvčátko nemá. Na Kristýnu jsem byla naštvaná. Odsoudila jsem ji jako bezcitnou matku, které na jejím dítěti vůbec nezáleží. Ovšem do doby, že mi pověděla svůj příběh. Ukázalo se, že Valinka má ještě sedmiměsíční sestřičku Natálku. Kristýna žije s oběma holkami sama v bytě na Kladně. Od ní jsem se také konečně dozvěděla, jakou nemocí Valerie trpí, i když už jsem dávno měla svou domněnku. Bohužel, nemýlila jsem se. Toto droboučké modrooké děvčátko trpělo leukémií. Dostávala chemoterapie a čekala ji transplantace kostní dřeně. Na otázku, proč Valerie leží tady v Praze v Motole a ne v nějaké nemocnici poblíž Kladna, aby za ní Kristýna mohla denně docházet, mi odpověděla, že to samozřejmě bylo její velké přání a nějakou dobu to tak i skutečně bylo, ale lékaři se shodli, že Motol je pro děvčátko vzhledem k jejímu zdravotnímu stavu nejlepší. A Kristýna nakonec musela souhlasit. Za Valinkou se snaží dojíždět pokaždé, kdy je to jen trochu možné. To znamená vždy, když se nějaká z jejích kamarádek, nebo sousedka uvolí pohlídat maličkou Natálku, která do nemocnice na návštěvu samozřejmě nesmí. Kristýna je původem ze Slovenska, její rodiče na Slovensku žijí dodnes a mají tam velké hospodářství, proto ani jejich přestěhování za dcerou do Čech nevypadá reálně. Jiné příbuzné opravdu nemají. Také mi řekla, že je mi moc a moc vděčná a zavázána, že jsem se Valinky tak ujala, že díky mně má u sebe někoho, koho má ráda, když s ní nemůže být ona.

Eliška Korešová LY 3

KDYŽ NEMŮŽU SPÁT ... 3. místo

Tik, tak, tik, tak...

Nad hlavou mi tikají hodiny ukazující dvacet osm minut po půlnoci. Tikání je dosti monotónní zvuk a poslouchám jej už přes hodinu, čekala bych tedy, že každou chvíli začnu zívát a konečně upadat do hlubokého spánku. Ale ne. Můj organismus je natolik rozprouděný a živý, že mi moji důležitou chvílku klidu, na kterou se mnohdy těším už od rána, nedopřává.

Tik, tak,...

Zkus už konečně zabrat, ráno musíš zase brzy vstát!, napovídá mi můj vnitřní hlas. Jenže kde vzít a nekrást? Počítání oveček už mě nebaví, přemýšlení nad vznikem Vesmíru - nuda, rozjímání o nesmrtnosti chrousta - k ničemu. Všechny příjemné představy už jsem taky vyčerpal. I všemožné a nemožné polohy pro uvelebení se v posteli jsem zkusila. Kdyby mě někdo viděl, mýslil by si, co to tady nacvičuji za jógu a dost by se pobavil. Jenže spánek stále nepřichází.

Tik, tak...

Upřeně hledím na odraz světla pouliční lampy. Napadá mě, zda jsem nevyčerpala svůj spánkový příděl na celý rok dopředu. Ale vždyť je teprve 22. ledna!

Dala jsem si snad před spaním dnes kávu? Ne, nedala. Dívala jsem se snad na nějaký hororový nebo jinak děsivý film? Ani to ne.

Tak proč? Už mě to opravdu začíná štvát.

Tik, tak...

Opět zkouším hledat další neobvyklé jogínské pozice a po značném úsilí dosahuji pouze toho, že palec mé pravé nohy je opravdu velmi těžký a uvolněný. Zato já jsem tak bdělá, až se mi to protiví. Ze zoufalosti sahám po mobilu a pouštím si oblíbený seriál. Vždy mi lepší

náladu.

Ani ne po pár minutách začínám postupně víc a víc zívát. Má oční víčka těžknou natolik, že ani nedokoukám epizodu o Sheldonovi Cooperovi a jeho teorii světélkující rybky. Mobil odkládám zpět na poličku a spokojeně se, v přirozené poloze na boku, oddávám svým snům.

Tik, tak, tik tak...

Tak tedy - ještěže mně se takové situace většinou netýkají. Spím jako dřevo, i když... jak spí vlastně dřevo...? Alespoň mám námět na další bezesnou noc.

E. Chrástková MSR 4

Láska?

Propojení mě a tebe. Nás.

Někdy jsme jedna duše, jindy jedno tělo.

Ale pořád jsme to my. MY DVA.

Měla jsem přání, chtěla jsem zažít takové štěstí jako tenkrát s tebou. Jako když jsme byli my dva. Nebo jako když jsem cítila, jak mě objímáš. Když jsem tě viděla stát nervózně na nádraží. A já cítila to teplo uvnitř sebe. To teplo, co jsem cítila vždycky v tvou blízkosti. Taky ty motýlky v břiše. Nebo to, jak jsi mi dal toho medvídky.... teď leží vedle mě a já si pořád přehrávám tu chvíli, kdy jsi mi ho dal a já byla šťastná. Víš, myslím opravdu šťastná. Myslíme takové to štěstí, co cítíš občas nebo ho cítíš jen určitou část života. Víš, opravdu bych to chtěla zažít znovu a vlastně by mi bylo jedno, jestli by to bylo s tebou nebo bez tebe. Jen být šťastná. Zase alespoň na chvíli.

Mám sice úžasné kamarády. Víš ale přítomnost žádného se nevyrovná té tvou, když jsi ležel vedle mě v posteli a jen tak mě líbal na krku. Každá chvíle s tebou byla vzácná, protože jsme byli tak daleko od sebe. Pokaždé, když jsem tě uviděla, jsem cítila něco, co s nikým jiným. Potom, co jsme se rozešli, jsem nikdy tenhle pocit necítila. Byl pryč stejně jako ty. Vzpomínám si, jak jsi mi častokrát říkal, že jsem silná a že to všechno překonám. Ale nebylo už dost trápení? Nebylo už dost toho, co jsme si prožili? Je vlastně jedno, jestli spolu, nebo sami. Víš, někdy čekám, že napíšeš znovu, třeba jen, chybíš mi, nebo jen to blbé ahoj. Toho, co jsme prožili, přece nebylo málo. Nebylo málo všech těch pocitů. Pocitů mých, nebo tvých, nebo našich. Někdy štěstí, jindy zlost, někdy touha. A nakonec konec. Dalo se to čekat. Možná.

Možná by bylo lehčí si už tenkrát přiznat, že to není ten

pravý. I když pořád věřím, že to ten pravý je. Nevím, jak dlouho tomu budu ještě věřit. Jenže pořád sním o tom, co by mohlo být. Kdykoliv a kdekoliv jsem, pořád myslím jen na to, co by bylo, kdybys tu byl se mnou. Třeba kdybys nebyl tak daleko. Jenže všechno se dá zvládnout. Víš, stačí jen chtít. Všichni se můžou změnit. Ty, já, my oba. Jen bys musel víc říkat, co ti vadí, a ne to dusit v sobě. Komunikace, na té záleží. Vždycky jsi to říkal. Tak proč jsi to sám nedělal?

Koukal jsi na moje chyby, ale co ty tvoje? Nikdy jsem o nich nemluvila, protože pro mě jsi byl dokonalý. Nemusela jsem ti o nich říkat, protože já nehledám chyby. Hledám to, co je pozitivní, a hezké. Víš, to je to, co ty jsi nikdy neviděl. Možná jsi ani nechtěl. Nikdy nevíš, jak těžké bylo si z tebe dělat srandu, když jsem uvnitř sebe umírala i s tebou. Nikdy ses to nesnažil zjistit. Víš, s takovým člověkem jsem asi nemohla být a je dobře, že jsi to udělal. Protože to je to, co bych já nikdy nedokázala. Asi protože mi i po takové době na tobě záleží. Podle tebe umím přemýšlet, ale k čemu mi to vlastně je, když i ty jsi mě nechal odejít? Jako ty ses změnil, i já se změnila, ale k čemu to všechno bylo? Možná by bylo lehčí si to všechno přiznat. Ale stejně to nikdy neudělám.

(AAX)

Naši úspěšní

Petr Šindler z AZT4 je pravděpodobně prvním studentem naší školy za posledních 20, možná dokonce 50 let, který se dostal na DAMU. A na první pokus. Gratulujeme a v následujícím rozhovoru přinášíme podrobnosti.

ROZHOVOR S

PETREM ŠINDLEREM

Už brzy budeš mít za sebou zdrávku, ale přesto ses rozhodl jít studovat hereckou školu místo například medicíny. Co tě k tomu přivedlo? Je to tvůj sen od malička?

Můj první kontakt s divadelním prostředím proběhl už v dětství, kdy mě rodiče brali s sebou na zkoušky nebo jsem během představení čekal v šatnách, když mě můj starší bratr odmítal hlídat doma. Můžu říct, že díky vzájemným přátelským a láskyplným vztahům mezi divadelníky jsem se v tomto prostředí cítil pochopitelně příjemně. Tehdy jsem ale vůbec neměl ambice stát se jednou „komediantem“, věděl jsem však, že s lidmi od kumštu chci být stále propojen. I kdybych jsem měl pracovat v zakouřené rekvizitárně, kam jsem chodil za tátou ze sboru na nealko (poznámka redakce: Petrův otec je operní pěvec, maminka baletka).

Hrál jsi už někdy? Například jako malý v divadle nebo někde s kamarády? Bavilo tě to? Jak proběhlo tvoje první vystoupení?

Asi v 7letech jsem se dostal do operety Ptáčník, kde jsem spolu s dalšími malými kolegy dostal takovou „pobíhající“ dětskou roličku. Byla to sranda. Pak následovaly další podobné role a nakonec přišla asi v 9letech první sólová v operetě Astrologové, kterou režíroval náš rodinný kamarád Míla Veselý. Tam jsem hrál malého andělíčka, který coby neviditelný pomáhá tam, kde ani konstelace hvězd se nepostaví mezi dva milující. Tam jsem poprvé zjistil, co to je, když kolega naproti zřetelně zpívá směrem k vám. Troše poprskání při artikulaci jsem se prostě nevyhnul :D.

Jaká je tvoje vysněná role? A který filmový žánr máš nejraději?

Vysněnou roli nemám žádnou. Myslím, že každá postava v sobě nese něco, co nás může obohatit, z čeho si můžeme něco vzít. Mám rád melodramatické filmy, nesmí ale přejít v přehnaný patos. A dále i komedie typu Přátelé, Jump street, Machři.

Jak často chodíš do divadla nebo na různé akce související s divadlem? Máš nějaké oblíbené představení?

Chodím spíše s „divadelníky“ do hospod, Tam je takové prostředí, kde se toho člověk naučí a dozví nejvíc.

Kdo je tvůj oblíbený herec? Proč ho obdivuješ? Chtěl bys být jako on?

Chci zůstat hlavně sám sebou, Dosáhnout nějaké originality, něčeho osobitého, to je asi to podstatné. Být jako někdo jiný je nanic, ten člověk už tu byl, nebo je a nikdo ho nepředčí. Ale je to k zamyšlení. Mít vyděláno do konce života, vlastnit jachtu, pár domků v Beverly Hills, potýkat se se závislostí na drogách, alkoholu a koupit mámě palác se šesti ložnicemi. Mám oblíbence jako Al Pacino, Gerard Depardieu, De Niro, Oleg Menšíkov a naše herce z Jihočeského divadla!

Co si o tom myslí tvoje rodina? Podporuje tě v tom? Nebo by spíš rodiče byli radši, kdybys studoval medicínu, nebo dělal rovníka?

Je jasné, že by si přáli víc, kdybych měl hlavu na medicínu, byl ze mě nějaký doktůrek a měl jsem zajištěný stálý finanční příjem. Stojí nohama pevně na zemi. Oni sami ví, jak to ti komedianti mají. Já jim rozumím, ale vracím se tam, kde se mi prostě líbilo. Nejsem naivní, jen mám dobrý pocit z toho, že jsem se takto rozhodl lépe. Rodinka je ale nadšená, že se mi podařilo dostat se na tu DAMU, moc mi nevěřili. V divadle jsem hrál naposledy ve 12 letech a od té doby jsem nenavštěvovaní žádný dramaťák. O tom, že bych mohl zkusit DAMU, jsem začal uvažovat před rokem.

Jak probíhaly přijímačky na DAMU? Jaký jsi z toho měl pocity?

Od září mi s přípravou pomáhala Dana Verzichová. Přijímačky se skládaly ze tří kol. Do prvního kola bylo potřeba se naučit pár monologů z divadelních her, ty mi pomohla vybrat a naučit se právě Dana. Před komisí šlo hlavně o zaujetí, způsob interpretace a mnoho dalšího. To bylo takové velké síto. Druhé kolo představovalo test zaměřený na divadlo, film, umění obecně. Následovala pohybovka, kdy jsme reagovali na muziku a na úkoly od komise. Hlasová zkouška, v níž nás testovali ze zpěvu, znělosti, artikulace. Druhé kolo končilo hereckou zkouškou. Tam šlo především o improvizaci ve skupinkách

s ostatními uchazeči, o projev v konkrétních situacích, které nám komise zadala. Třeba jak se chovají určitá zvířata v zoo, když na ně přijde jaro, prší, nebo jim donesou potravu apod.. Do třetího kola se nás dostalo už jen 22 z původních asi 250. Na každém bylo vidět to prahnutí dostat se tam. Hlavně se nám nikomu nechtělo za rok to celé opakovat. Kdo ví, jestli bychom se do finále vůbec znova probojovali. Já to štěstí měl a jsem za to nesmírně rád. Ve třetím kole šlo o hereckou stránku. Už si nás skládali do ročníku, kdo se jim tam hodí a kdo ne. A takovou tu trému jsem měl snad jen na začátku, když jsem stepoval před fakultou. Takové to, jak na vás padá ta tíha, že když to nevyjde, jste v háji. Ale naladil jsem se tak, že si to jdu užít, a buď na to mám, nebo ne.

Těšíš se na nový školní rok? Znáš už ze svojí nové třídy někoho?

Jsem sice přijat, nemám však ještě zakončené středoškolské vzdělání :D. Budu rád, když prolezu s odřenýma ušima. Trochu jsem vtipkoval s kantory, když jsem řekl, že v mých rukou byly přijímačky, v jejich je maturita :D Snad pochopili, že ta drzost byla žert. Musím to prostě zvládnout! Povede-li se, nazdar v Praze! Na DAMU to peříčko rozhodně nebude, ale já se na tu dřinu těším. S lidmi jsme se seznámili, ale nevím, kdo to zvládl. Hodně přicházeli z gymplů, konzervatoří, ale i z jiných vysokých škol. V ročníku nás bude tak 13, to se poznáme rychle. Přál bych ostatním na zdrávce, aby šli za tím, co je baví, i když to nebude zrovna z oboru, aby kantoři s námi u maturit neměli moc velké trápení a byli k nám shovívaví.

Ptala se Viky Goncharuk La1

Zuzana Benáková La1 dosáhla mimořádných úspěchů oblasti výtvarné tvorby. V roce 2015 získala 3. místo v mezinárodní výtvarné soutěži a v loňském roce obsadila bronzovou příčku v soutěži Talent Jihočeského kraje.

1) Můžeš nám přiblížit onu mezinárodní výtvarnou soutěž, které ses zúčastnila?

Jednalo se o 46. ročník světové soutěže a výstavy dětského umění v Číně, které se zúčastnilo 47 zemí. Téma bylo Karneval.

2) Kdo tě přihlásil?

Do této soutěže mě přihlásila moje bývalá třídní paní učitelka Mgr. Yvonne Dubská. Do talentu Jihočeského kraje jsem se přihlásila kvůli svým kamarádkám, které mě dlouho přemlouvaly.

3) Můžeš nám popsat svůj dílo obraz, se kterým jsi „zabodovala“ v Číně? Co na něm bylo zachyceno, kterou techniku jsi použila?

Byl na něm zachycen portrét tanečnice z karnevalu v Riu de Janeiru. Byla to malba tuží a anilínovými barvami na čtvrtku o rozměrech A3. Jelikož miluju všechno, co se třpytí, tak jsem tam dodala peříčka, třpytky a filtry. Řekla bych, že ta kresba sama o sobě nebyla nic moc, ale tímhle jsem tomu dodala ten správný šmrnc a kýč, co

mají Číňané rádi. :-)

4) Je malování/kresba tvůj koníček?

Ano to je. Byla jsem ke všemu tvůrčímu, a tedy i malbě, od malička vedená. Ale teď na to nemám moc čas, což mě velice mrzí. Teď ráda fotím a chtěla bych i nějaký snímek přenést na plátno.

5) Zkus přiblížit pocity, které jsi prožívala, když ses dozvěděla o svém umístění.

Protože jsem vůbec netušila, že mě paní učitelka přihlásila, tak to byl veliký šok a úžasný pocit. Nejprve jsem si myslela, že si ze mě dělá legraci, ale byla to pravda a byla jsem velice šťastná.

Když mi přišla pozvánka na předávání cen soutěže Talent Jihočeského kraje, byla jsem překvapená. Bohužel jsem se osobně nemohla předávání cen zúčastnit, protože jsem byla na lyžařském kurzu. Převzít to šla moje sestřička, a když mi volala, že jsem třetí, tak jsem se štěstím rozbrečela.

6) Máš nějaký výtvarný vzor?

Mám dva velké vzory. Jeden z nich je právě paní učitelka Mgr. Yvonne Dubská, která je úžasná výtvarnice. Druhým je moje mamka, která mě vždycky podporovala a sama je velmi kreativní.

Hodně úspěchů a hlavně radost z malování přeje redakce Podlavičníku!



Kromě literární soutěže proběhly v tomto pololetí i recitační soutěž, olympiáda v českém jazyce a psychologická olympiáda:

Výsledky:

Recitační soutěž

1. místo - Magdalena Gažiová (ZLY2)
2. místo - Lucie Dušková (PS1B)
3. místo - Karolína Kamenická (ZDA2A)

Olympiáda v českém jazyce

1. místo - Pavel Šrot (ZLY1)
2. místo - Martin Šprincl (ZLY2)
3. místo - Radek Rothshedl (ZLY2)

Psychologická olympiáda

Stejně jako v minulých letech se žáci 2. a 3. ročníků oboru Zdravotnický asistent a Zdravotnické lyceum zúčastnili Psychologické olympiády. Celostátníkomise stanovila pro tento školní rok téma "Síla okamžiku". Žáci vypracovávali příběhy, točili videa, probírali se starými fotografiemi, hráli na hudební nástroje a uvědomovali si, že každý život přináší okamžiky radostné i smutné, okamžiky, které dokáží jedince posunout vpřed, okamžiky, které nám otevírají oči, ale i ty, na které bychom raději zapomněli.

V letošním školním kole soutěžili:

ZDA 2.A - Klára Schwarzová, Vendula Heinzlová
 ZDA 2.B - Sára Klapáková
 ZLY 2 - Iveta Soukupová
 ZDA 3.A - Klára Jelínková, Miroslava Koldová
 ZDA 3.B - Kristýna Bartáčková, Barbora Klímová
 3.LY - Sára Kubešová, Natálie Kadlecová

Výsledky školního kola

1. místo - Vendula Heinzlová (ZDA 2.A)
 2. místo - Miroslava Koldová (ZDA 3.A)
 3. místo - Natálie Kadlecová - (ZLY 3)
- Zvláštní cena poroty – Iveta Soukupová (ZLY 2)

První dvě soutěžící nás reprezentovaly 21.3. i v krajském kole, kterého se zúčastnili vybraní zástupci všech škol Jihočeského kraje.

Vítězné karty byly rozděleny následovně:

Soutěž vyhrála žákyně naší školy **Miroslava Koldová** - České Budějovice, 2. místo obsadila **Ratajová Aneta** - Tábor a na 3. místě skončila **Heinzlová Vendula** - České Budějovice.

V odborné porotě krajského kola zasedli vyučující psychologie a komunikace ze všech zúčastněných škol.

Za jihočeské zdravotnické školy nás 4.4.2019 v Liberci reprezentovala naše Miroslava Koldová.

Mirka předvedla v celostátním kole pěkný výkon, za který sklídila veliký potlesk, a získala zvláštní cenu poroty za kreativitu.

Mirce samozřejmě gratulujeme a děkujeme za vzornou reprezentaci školy.

Myslím si, že všichni, kteří se do soutěže zapojili, si zaslouží pochvalu. Pochvalu za ochotu přemýšlet nad životními okamžiky, smyslem života a za ochotu se podělit s ostatními o svůj pohled.

Yveta Pužejová

NA TOMTO ČÍSLE SE PODÍLELI:

K. Bartáčková
L. Daniels
M. Stašková
J. Domin
K. Štix
Y. Pužejová
V. Kletečková
P. Šindler
Z. Benáková
I. Štixová
Titulní strana: Š. Marešová
Grafika: P. Leština