

Školní časopis ZŠ U Vršovického nádraží v Praze

sChOOL 11

www.zsvrsovicka.cz

dvojčíslo
podzim a zima 2020/2021

Doba
koronavirová

Jak bude škola vypadat
za 90 let?

ROZHOVORY • RECENZE • POVÍDKY • TYPOLOGIE • EXPERTIZY

OBSAH

sChOOL NEWS (strana 4–5)
Žákovský parlament
Rozhovor s Věrou Adamovou

sChOOL SPECIÁL (strany 6–10)
90. výročí
Vysvědčení z minulého století
Naši slavní absoventi
Probudit se v roce 1930

sChOOL TRENDY (strany 11–13)
Proměny vnímání krásy
Rozhovor s Ninou Bibilovou
Kulichy této sezóny

sChOOL LIDI (strany 14–15)
Rozhovor s Annou Mazánkovou
Srdeční záležitosti
Nej Michaely Suché
Nej Eriky Schubertové

sChOOL TÉMA (strany 16–21)
Z první linie
Covid ve verších
Rouškování
Malá typologie stresářů

sChOOL PLÁNY (strany 22–23)
Tipy psychologa
Pohledy do budoucnosti

sChOOL ČTENÍ POD LAVICÍ (strany 24–25)
Jak bude škola vypadat za 90 let?

sChOOL EXPERTIZA (strany 26–27)
Odkud jsi?

sChOOL RECENZE (strana 28–29)
Gamemetr
Zaostřeno na filmy

sChOOL TIPY (strana 30–31)
Tipy redaktorů

sChOOL ANKETA (strana 32)
Jaký bude rok 2021?

Pište nám na:
school@zsvrsovicka.cz

Redakce

Šéfredaktorka sChOOL: Tamara Macková
Editor a šéf sChOOL TV: Adam Kabát
Redakce: Adam Suchomel, Elisabeth Daniel, Karla Polláková, Kateřina Juránková, Kristýna Loudová, Lejla Hurem, Lili Nguyen, Natálie Blahová, Sarah Smutková
Jazyková korektura: Tamara Macková
Grafická korektura: Adam Kabát
Spolupracovníci redakce: žáci mediální výchovy
Celková supervize: Jana Frojdová a Věra Adamová
Koncept, koordinace, obsah, grafická supervize: Alena Bartošová (-ab-)

DVOUČÍSLO 11 (PODZIM/ZIMA 2020/2021) VYŠLO 31. LEDNA 2021.



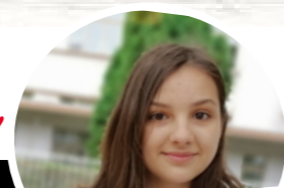
Časopis sChOOL vzniká na ZŠ U Vršovického nádraží v Praze. Na jaře 2018 byl zvolen nejlepším školním časopisem v Praze, v listopadu 2018 nejlepším školním časopisem v České republice. V roce 2020 obsadil v celostátním kole Soutěže školních časopisů 6. místo a v kategorii grafika byl opět první.

Editorial

Úvodní slovo šéfredaktorky Tamary a editora Adama.

Toto dvojčíslo sChOOL je speciální. Proč? Jak už víte, vyhráli jsme první místo v celostátním kole Soutěže školních časopisů v kategorii grafika. A teď tu pro vás máme ještě propracovanější magazín se spoustou zajímavých rubrik, jako třeba sChOOL trendy se žhavými novinkami nebo vytuněné sChOOL recenze

s Gamemetrem. Upozorníme vás i na sChOOL speciál věnovaný 90. výročí založení školy a sChOOL téma, kde najdete spoustu článků o době koronavirové. A dokonce i poezii! Máme pro vás i sChOOL expertizu, kde si přečtete, z jakých koutů světa jsme se sešli v naší škole. Ať se vám líbí! ◀



Opět vítězíme! Máme nejlepší grafiku v Česku v Soutěži školních časopisů.

KDO JE NA TITULCE?



Holky z 5. B:
Tereza, Kristýnka, Dianka, Helenka a Kája
Foto: -ab-

ŠKOLA v číslech

154 Tolik přáníček jsme napočítali na našem Vánočním plotě přání. Kéž se nám většina splní!

5 Celkem 5 tříd nastoupilo v lednu 2021 do školy na prezenční výuku. Šlo o třídy 0. A, 1. A, 1. B, 2. A a 2. B.

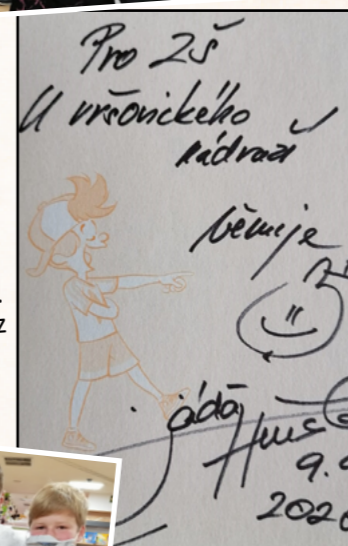
1600 Výzva pro všechny: Obsahuje tapetová knihovna v hale na druhém stupni víc, nebo míň knih než 1 600? Počítej!



Setkání s celebritami

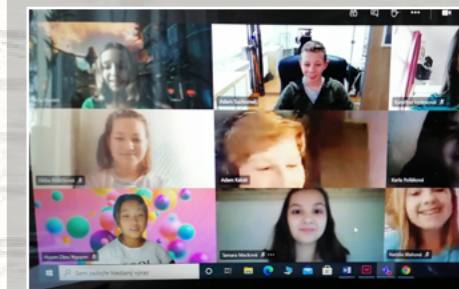


Hned na začátku školního roku jsme se zúčastnili VIP křtu druhého dílu knížky Průšvihy drzého záškoláka, kterou napsal kutil Láďa Hruška. Měli jsme možnost popovídat si s ním. Věděli jste, že je to vystudovaný učitel přírodopisu? Věnoval nám i knížky do soutěže. Na křest dorazil i olympijský vítěz a moderátor Roman Šebrle. ◀



sChOOL zákulisí

Pracujeme online



Mediální klub se schází každou středu odpoledne – a někdy se schůzka protáhne až do večera. Užší jádro redakce pracuje prakticky kdykoli, když má někdo nápad. Běžně i o víkendech. Adam těmto setkáním říká "sobotní soustředění," Alena "sChOOL workshopy", Natka "srazy InDesign agentů." ◀

Točíme reportáže



Během prvního pololetí jsme spustili kanál na Youtube - jmenuje se sChOOL TV. První příspěvky jsou o reportážích, které s námi natočila Česká televize pro pořad Zprávičky. ◀

Děláme i noviny



Od září vydává naše škola i měsíčník NÁSTUPIŠTĚ. Zatímco sChOOL je barevný magazín, NÁSTUPIŠTĚ jsou čtyřstránkové noviny a mají stylové rubriky jako Výslech v kupě, Komentář na kolejkách nebo Z rychlíku. ◀

Žákovský PARLAMENT

sCHOOL NEWS

v 1. pololetí roku 2020/2021



Foto: -ab-

Co všechno jsme během prvního pololetí stihli? Zde je jen stručný výběr. Zaprvé jsme zvládli **imatriculaci členů parlamentu**. Ta proběhla ve stínu mimořádných opatření v souvislosti s pandemií 9. října v šokujících 7 hodin ráno. Všichni přítomní dostali imatrikulační list a zápisník parlamentáka.

Také jsme nafotili tablo. Fotografie vznikaly postupně o velkých přestávkách a výsledek nás baví. Podařilo se báječné tablo, které si můžete prohlédnout na webu školy.

JEDEME ONLINE

Rozdělili jsme svou činnost do čtyř parlamentních výborů. O nich se více dočtete ve sloupci vpravo. Staronovou předsedkyní parlamentu se stala Tamča, oblíbená u všech svých mladších kolegů.

Od zavedení distanční výuky **pracuje parlament online.**

Schůzky žákovského parlamentu se přesunuly z pátečního rána na čtvrteční odpoledne 15 hodin. Zaujali jsme Českou televizi, a tak štáb Děčka s námi přijel natočit **reportáž pro pořad Zprávičky**, která se odvysílala 22. listopadu 2020. Druhá následovala 30. prosince 2020.

VÁNOČNÍ PROJEKTY

Dále parlament připravil unikátní projekt – **online adventní kalendář** s vánočními fotkami z dětství žáků i učitelů. Do projektu se zapojily desítky lidí a všichni také mohli tipovat, kdo je na obrázku u vánočního stromku. Soutěž nakonec vyhrál Ondřej Mikula. Úspěch měl také **Vánoční plot přání**. Původně jsme připravovali Vánoční strom přání, nakonec jsme se dohodli, že přáním to bude víc slušet na plotě.

NÁPADY NA PROVOZ

Řešíme také provozní záležitosti: Celé první pololetí jsme shromažďovali podněty ze všech tříd na zlepšení chodu naší školy. Vše jsme projednali, sestavili seznam smysluplných nápadů a předložili vedení školy. Více se dočtete na následující straně. ◀

SCHVÁLILI JSME VZNIK VÝBORŮ

1 **Parlamentní výbor pro školní média** se prolíná s redakcí časopisu sCHOOL, měsíčníku NÁSTUPIŠTĚ a sCHOOL TV. Zaštiťuje jejich obsah, shromažďuje podněty k publikování a snaží se o propagaci. Členové tohoto výboru se účastní středních schůzek Mediálního klubu.

2 **Parlamentní výbor pro akce a události** iniciuje celoškolní akce, oslavy či události a aktivně se podílí na koordinaci jejich příprav.

3 **Parlamentní výbor pro provoz školy** má na starosti praktické provozní záležitosti, shromažďuje tipy na například doladění školního vybavení, řeší případné závady a vyvíjí aktivitu při jejich odstranění nebo nápravě.

4 **Parlamentní výbor pro dobrou náladu** přispívá k pohodové atmosféře ve škole. Svým přátelským jednáním stmeluje komunitu a svými dobrými skutky startuje řetěz dalších dobrých skutků.

„Šatny jsou aktuální téma,“ potvrzuje Věra Adamová

Zástupkyně Věra Adamová léta koordinovala žákovský parlament, proto jsme s ní podrobněji probrali nejnovější nápady na zlepšení provozu školy.

Ptaly se: NATÁLIE BLAHOVÁ A TAMARA MACKOVÁ



Foto: -ab-

Děti z druhého stupně si stěžují na šatny.

Šatny a jejich uspořádání je aktuální téma, také nás trápí a byli bychom rádi, kdybyste se nad tím v parlamentu zamysleli a přišli s návrhy na řešení šatních prostor. Budeme se na všechny nápady našich žáků těšit a určitě uskutečníme ty zajímavé.

Žáci se také ptají na nějaké místo, kde by přehledně viděli suplování učitelů.

Tyto informace budou dostupné na nově instalovaném interaktivním panelu ve druhém patře jižní budovy. Jakmile začne škola normálně fungovat a budou se žáci pohybovat běžně po škole, budou moci tento panel s mnoha dalšími informacemi využívat. Určitě to bude prima moderní a prospěšné zařízení a bude se žákům líbit. Také zvažujeme aplikaci v programu Bakaláři, kterou by si všichni zájemci stáhli do mobilu a různé užitečné informace ke školní práci měli přímo u sebe.

V jazykové učebně některým chybí tabule na psaní křídou. Je možné ji dokoupit?

Tabule na psaní křídou se obnovovat nebudou, v jazykové učebně lze psát na interaktivní tabuli. Promysleme, zda by se nedaly do těchto učeben instalovat bílé tabule na fixy.

S žádostí o opravu zavírání dveří na WC se můžeme obrátit na pana školníka?

Ano, drobné opravy a udržování prostor zajišťuje pan školník, také vy sami můžete pana školníka o takové činnosti poprosit. Určitě ho potěší, že si všimáte a není vám to "fuk". ◀

Co říkáte na nápady, které jsme shromáždili ve třídách?

Hlavně nás těší, že ve škole perfektně fungujete vy, žákovský parlament. Bereme vás jako mladé kolegy, kteří nám mohou pomoci měnit naši základku a vytvářet v ní prostředí, v němž všem bude dobře.

Co hodnotíte jako nejzdařilejší projekt parlamentu pro první pololetí?

Chválíme vás velice za všechny vaše projekty a akce, líbí se nám, jak jste vytvořili nové parlamentní výbory a rozdělili si práci, líbí se nám, jak skvěle fungujete online, jsme nadšené z Nástupišť. Zkrátka jste skvělí.

Děkujeme. A teď k jednotlivým návrhům.

Bude myslíte možné upravit hlasité zvonění? Na něj upozorňovalo více tříd...

Hlasité zvonění jsme už upravili. Pokud by to nestačilo, znovu se ozvěte.

Jak se vám líbí nápad zřídit poličky na nabíjení mobilů?

Hezký nápad, ale není to prioritou školy, neboť mobil není povinné vybavení žáka pro vyučování, nabitý mobil by měli mít žáci z domova. Už jen to, že si jej nabíjíte ve škole, je vlastně něco navíc. Mobil by se měl nabíjet ve škole vždy s dovolením učitele a pod jeho dohledem, a to především z bezpečnostních důvodů. Takže poličky zatím ne, ovšem do budoucna nevyklučujeme.

"Líbí se nám, jak fungujete online, a bereme vás jako mladé kolegy."

90

Jak šel čas s naší školou, školičkou



ORGANSAKÁ ŠKOLA CHLAPECKÁ I DIVČÍ V NADRAZNÍ ULICI. Vpředu jedna ze starých vří, uvozllosti, nyní pozostnosti J. Lábeie, odosouzena k brzkému zániku. (Foto Člámký)

Foto: Outdoorová stála výstava před Sokolem Praha Vršovice

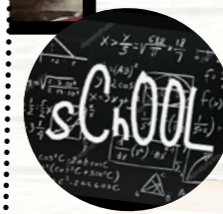


Foto: Archiv paní učitelky Jany Volfové

Před naší školou stávalo povoznictví. Byly tu i barikády!



Dnes devadesátiletá maminka Jany Volfové chodila do naší základky. Tady je na fotce před školou jako deváťáčka!



Devadesáté výročí od otevření naší školy jsme kvůli koronaviru nemohli oslavit společně, proto roku 1930 a našemu milému vzdělávacímu ústavu věnujeme několik speciálních stran.

Už jsme v tomto školním roce zmiňovali mnohokrát, že naše základní škola byla postavena v roce 1930. Podařilo se nám zjistit, že náklady na stavbu tehdy činily osm milionů korun. Od začátku svého fungování byla díky sálu s jevištěm kulturním centrem Vršovic. Konaly se tady přednášky, koncerty i divadelní představení. Například sdružení Smetana tu organizovalo koncerty pěveckého sboru a Dělnická tělocvičná jednota tady pořádala přednášky spojené s ukázkami „prosných cvičení tělocviku“.

Škola ale zažila i smutnější časy... Z kronik je patrné,

jak místní obyvatele zasáhla na počátku třicátých let hospodářská krize. Učitelé organizovali sbírky a pořádali veřejná vystoupení, z jejichž výtěžků pak pomáhali nejchudším dětem.

V září 1938, kdy byla vyhlášena mobilizace, mnoho mladých učitelů odešlo do armády. Školy zabrala vojska a vyučovalo se podle zkráceného rozvrhu. "Řada pražských učitelů, školníků a dalších zaměstnanců škol byla za války popravena, vězněna či jinak perzekuována, mnozí také padli nebo byli zraněni v průběhu Pražského povstání," píše Karel Výrut v Kapitolách z pražské historie. ◀

VRŠOVIČTÍ UČITELÉ

Učitelé působící ve Vršovicích se účastnili společenského života a řada z nich se věnovala i umělecké činnosti - psali kroniky nebo učebnice. Například **František Křelina** napsal román ze školního prostředí Na Březích Botiče.

Mezi známé vršovické kantory patřil i **Václav Beneš**, nejstarší ze sourozenců prezidenta Edvarda Beneše.

Vršovický učitel **Jan Zelenka** pomáhal parašutistům po atentátu na Heydricha. Aby nepadl do rukou Němců, spáchal v červnu 1942 sebevraždu.

MÍSTNÍ ŠKOLY PŘED 90 LETY

Ke vzniku nových vršovických došlo v roce 1920 rozdělením škol na tři chlapecké a tři dívčí školy. Před druhou světovou válkou už fungovalo ve Vršovicích pět chlapeckých a pět dívčích obecných škol, tři dívčí měšťanky, celkem tedy šestnáct škol. Chodily do nich zhruba čtyři tisíce dětí, učilo v nich sto dvacet učitelů.



Foto: Facebook Staré Vršovice

Vysvědčení z minulého století!

Paní učitelce Vladě Kopecké se podařilo v rodinném archivu objevit poklad: vysvědčení z minulého století! Redaktorka Káta komentuje jednotlivé předměty. Co se učilo v dávných časech?

Text: KATEŘINA JURÁNKOVÁ

Na první pohled mě zaujal předmět **nauka o domácnosti**. Bylo by zajímavé, kdyby tento předmět byl i dnes, dozvěděli bychom se, jak se starat o domácnost a jak se starat o zahradu nebo o dvůr a jak hospodařit. Kdyby byla nauka o domácnosti jako nepovinný předmět, přihlásila bych se na ni.

Dále vidíme na vysvědčení **jazyk ruský**.

Za mě je ruština mnohem těžší než angličtina nebo čeština, protože její důležitou součástí je azbuka. Němčina je na tom podobně jako ruština, i když nemá azbuku, ale má písmena, nad kterými se píší dvě tečky. Ruština má také jiný přízvuk, jako mnoho jiných jazyků.

Kreslení bylo něco jako dnešní výtvarka, ale výuka se lišila. Například z hlediska pomůcek. Dříve: tužka, uhlík, vodovky, obyčejný papír. Dnes: tužky, fixy, tempéry... Tehdejší **rýsování** bych přiřadila k dnešní geometrii. Zajíma-



vost: dříve se měřilo i v coulech, palcích, a dokonce i mikrometrech. Kdysi byla součástí vzdělávání i **náboženská výuka**. „Nauč se tu modlitbu nazpaměť, Nováku!“, „V kostele se nevykřikuje, Bětko.“

Učit se v takovéto atmosféře by opravdu zaručilo zkažený den. Jsem ráda, že tuhle výuku v naší škole nevedeme. Ale na druhou stranu dozvědět se něco o křesťanství nebo o jiných náboženstvích by nebylo zase tak marné.

A na závěr bych chtěla upozornit na předmět **vnější úprava písemných prací**. Tento předmět by mě na rozvrhu hodin hodně potěšil, protože ve svém volném čase se věnuji krasopísání. Kdyby se tento předmět objevil v rozvrhu hodin, byli byste také nadšení? Jak by obstál váš škrabopis? Hi hi hi... ◀

NAŠI SLAVNÍ ABSOLVENTI

SCHOOL SPECIAL

Naše školní lavice hostily i známé osobnosti. Některé jistě znáte.

Zpracovala: LENKA CHOCHOLOUŠOVÁ

Děti slavného hudebníka a multiinstrumentalisty Jiřího Stivína, který do naší školy patrně také chodil:

Zuzana Stivínová – herečka
Markéta Stivínová – flétnistka

Jiří Stivín ml. – bubeník
Adam Stivín – baskytarista

Lukáš Pelánek – Mates z filmu S tebou mě baví svět

Tonko Mardešič – gynekolog, který se zabývá neplodností a asistovanou reprodukcí, je vedoucí IVF laboratoře, PRONATAL Sanatorium
Magdaléna Mašlaňová – první houslistka České filharmonie

Tomáš Verner – Mistr Evropy v krasobruslení, který startoval na Zimních olympijských hrách 2006, 2010 a 2014. K jeho nesporným úspěchům patřil start na Mistrovství Evropy v krasobruslení 2011

v Bernu, kde si vybojoval bronzovou medaili. Největším sportovním úspěchem Tomáše Vernerera je zisk zlaté medaile na Mistrovství Evropy v krasobruslení 2008 v Záhřebu. ◀



Foto: www.ceskatelevize.cz



Jak šel čas

s naší školou, školíčkou



Foto: www.wikimedia.cz

Pamatuje si někdo staré dveře, stará okna, starý parčík?



Foto: www.presbariery.cz



Foto: www.foursquare.com



Foto: Kateřina Juránková

Co se stává ve Vršovicích

V roce 1930 byla kromě naší školy dostavěna i dominanta Vršovic – **kostel sv. Václava na Čechově náměstí**. Projektoval ho světoznámý architekt Josef Gočár. Jde o první kostel u nás, na jehož stavbě byla použita skeletová železobetonová konstrukce. Ze stejné doby je i **Husův sbor** naproti zámečku, dílo architekta Karla Trusky. ◀

1930

Rok, kdy se otevřela naše škola. Co se dělo?

Zajímavosti o roku 1930 a o dávných časech ve Vršovicích.

V roce 1930 umírá operní pěvkyně Ema Destinnová.

V roce 1930 světová populace přesáhla dvě miliardy lidí.

V roce 1930 zemřel spisovatel Alois Jirásek.

V roce 1930 Thomas Alva Edison patentoval umělý kaučuk.

V prosinci 1930 byla v Brně dostavěna nadčasová vila Tugendhat.

V roce 1930 objevil Clyde Tombaugh Pluto.

Karel Čapek nedaleko

Nedaleko naší nově postavené školy žije a tvoří Karel Čapek. Kolem roku 1930 vychází mnoho jeho knih – například Povídky z jedné kapsy, Povídky z druhé kapsy (1929), Zahradníkův rok (1929), Devatero pohádek (1932) nebo Dášeňka čili život štěňete (1933). ◀

Probudit se

V roce 1930

Toto je skvělá povídka z dílny Mediálního klubu. Psali jsme ji všichni, společně na dálku. Naše online veledílo.

Je večer. Zítra píšeme test z dějáku a já to pořád ještě neumím. Už se do té učebnice koukám přes hodinu, a pořád nic. Koho by zajímalo, co se dělo v roce 1930? Může vůbec děti bavit, že v německých říšských volbách získala NSDAP už docela hodně hlasů a že se stala druhou nejsilnější stranou? A že Adolf Hitler už brzy získá moc?

„Edo, pojď už k večeři,“ volá na mě máma, která si myslí, že už bych toho biflování měl nechat. „Ještě chvíli, mami, už to skoro umím,“ volám ze dveří pokoje a v duchu se modlím, aby mě nechtěla přezkoušet. Stačí, že mně zítra zase bude kontrolovat známky.

Nedá mi to – a po večeři znovu otevírám učebnici. Strana 30, 31, ještě shrnutí na straně 32..... Zavírají se mi víčka..., ale ještě to dočtu....

Ráno klasicky nestíhám. Místo abych v 7:45 už seděl v lavici, vybíhám z domu. No skvělý, zapomněl jsem si mobil... Připadá mi trochu divné, že zatím nevidím žádné auto - není státní svátek?

Nee! Tamhle jede Franklin 13, rok výroby 1929, o kterém táta nedávno četl v časopise pro milovníky veteránů... Cože? A támhle ten pán má dost retro knír a zvláštní kabát. A proč smeká klobouk, když zdraví tu kolemjdoucí paní? Počkat - a proč jsem jediný, kdo má na obličej roušku?

Dobíhám ke škole a zjišťuju, že zmizely trampolíny. A i ty stromy mi připadají nějaké malé. Škola vypadá taky nějak jinak. Retro okna, retro dveře, ale zároveň je taková neoprýskaná... Jééé, a naše kašna je jako nová!

Vbíhám do dveří a na vrátnici mě čeká další šok. „Mladý muži,“ chytá mě za ucho neznámý vrátný (proboha kde je pan Hariš?!) a ne a ne pustit. „Cožpak jsme zapomněli, že tady je dívčí škola, mladý muži?“ zopakuje zvláštní oslovení.

Rozhlédnu se kolem – a fakt, všude samé holky. Prostě děs. „A kde jsou kluci?“ ptám se zoufale.

„Mladý muži, naše škola, jak všichni víme, je rozdělena na dívčí a chlapeckou školu. Musíte do vedlejší budovy.“ Tak teď už vůbec nevěřím svým očím. Procházím kolem blyštící se kašny a nuceně vcházím do budovy, kde nepoznávám ani svou třídu, ani svoje spolužáky. „Kde je safra naše paní učitelka?“

„U nás učitelky neučí,“ směje se mi kluk, co vypadá jak můj praděda zamlada. Hned na mě vychrstne jakousi modrou hmotu, o které na první pohled vím, že ji máma z kalhot nevyperé. „Chachá, inkooustový troubo!“ Vůbec všechno tady vypadá jak z dob mého pradědy. Na prezidentském obraze je Masaryk, lavice jak vypůjčené z muzea...

Jako mávnutím proutku se řev ve třídě ztlumí na absolutní ticho. Všichni kluci se postaví – a do třídy vchází PAN UČITEL. Nehne ani brvou, na nikoho se nepodívá, na nikoho nepromluví, jen neznatelně mávne rukou za znamení, že se můžeme posadit. Rákosku si položí na stůl a na tabuli významně a dokonale krasopisně napíše „dnešní datum“:

28. listopadu 1930

!!!! Vykřiknu – a učitel s rákoskou už stojí u mě. Vzpomenou si na Igora Hnízda z filmu Obecná škola a ušklíbnu se: „Vy nevíte, že fyzické tresty nejsou povolené? Nebo si snad hrajete na Hnízda?“

„Nevím, o čem mluvíte, mladý muži, ale takovéto chování nestrpím a netoleruji. Okamžitě opusťte třídu.“ Chytne mě za rukáv a v tu chvíli:

CCCCRRRRRRRRRRRRRR!

Zamáčknou budík. Bojím se otevřít oči. „Edooo, už budeš vstávat?“ slyším svou mámu. Pár sekund ještě nechápu, ale pomalu mi to dochází. Takže se mi to všechno jenom zdálo? Sahám po mobilu a vidím datum 28. 11. 2020. Uf. Cinkne mi zpráva: „Kde seeseš? Už na tebe čekáme! Makej! První hodinu píšeme test z dějáku!“ ◀

Proměny vnímání krásy

Napsala: VERONIKA MARGITOVÁ

SCHOOL
trendy

K úvaze o proměnách krásy se Lejla Hurem vyfotila ve stylu krásek období první republiky. Jak vnímáte styl a krásu vy? Líbilo by se vám víc v jiné době?



V minulých dobách byl ideál krásy pro nás z dnešního pohledu zvláštní. Ve třicátých letech, v době, kdy se otevřela budova naší školy, byli všichni vážně elegantní. Tehdejší móda měla zvláštní kouzlo. Možná bychom se občas i dnes mohli inspirovat.

Třeba v 50. letech byla považována Marilyn Monroe za nejkrásnější ženu světa, ale dnes, v naší době, byste si asi řekli: Jak ji mohli považovat za nejkrásnější ženu? A ještě k tomu nejkrásnější ženu světa?

Viděla jsem film Někdo to rád horké, ve kterém hraje právě Marilyn Monroe. Nepřišla mi zas tak až hezká, protože byla trochu tlustá a ani v obličej se mi moc nelíbila. Ani její účes se mi nelíbil. Tohle všechno, co se mi na ní nelíbí, lidé v té době strašně moc obdivovali.

Dnes se zase považují za krásné hodně hubené modelky. Ale lidem z minulých dob by se náš styl krásy asi také nelíbil, protože lidé v dnešní době spíše považují za nejkrásnější až přehnaně štíhlé ženy. Kdybych si položila otázku, zda jsou dnes ženy a muži hezčí než třeba v 50. letech, asi bych si odpověděla, že předtím byl někdo hezčí než teď, ale jiný je zase teď hezčí než předtím.

A co se týče oblékání? Dřív bylo nemyslitelné, aby si žena oblékla například kalhoty. Kdežto dnes jsme v oblékání mnohem svobodnější. Vlastně si na sebe můžeme vzít v podstatě, co chceme. Každopádně móda se hodně mění. V 60. letech byly moderní velice krátké sukně, a pak zase nastala doba, kdy se nosily sukně hodně dlouhé. Ale v současné době je jedno, jakou sukni si člověk vezme. Nebo kdysi by byla naprostá ostuda vzít si roztržené kalhoty. Dnes jsou roztrhané džínny cool. Například moje prababička by si roztržené džínny nevzala ani do chléva. Nebo dnešní crop top. Kdyby si ho žena vzala v minulých dobách, asi by to s ostatními švihlo a byla by vyřazená ze společnosti slušných lidí. ◀



Dnes je trendy hlavně osobitost!

Foto: -ab-, Lejla Hurem, www.stoplusjednicka.cz, www.magazin.reallfilm.cz

„Zhubla jsem přes šestnáct kilo,“

líčí Nina Bibilová

sChOOL
trendy

Určitě každý zná ten pocit, kdy si uvědomí, že potřebuje něco změnit. A právě to si řekla Nina Bibilová z 9. A. Rozhodla se začít hubnout.

Rozhovor pořídila: TAMARA MACKOVÁ

B ylo těžké začít?

Docela ano, jenže já jsem ten typ člověka, co si řekne, že za něčím jde, a dělá všechno proto, aby toho dosáhl. Jelikož jsem necvičící typ a nemám ráda cvičení, hledala jsem jinou cestu, jak zhubnout, a našla jsem ji. Začala jsem držet nízkosacharidovou dietu.

Co to je?

Je to dieta, kde člověk nejí žádné přílohy, pečivo a samozřejmě sladké. Někdy v malém množství si to třeba jednou za týden můžu dát, ale pořád s citem.

Proč ses pro dietu rozhodla?

Donutila mě k tomu karanténa, už jsem si to plánovala dávno, ale nějak jsem se k tomu nemohla dokopat. A právě ta karanténa mi v tom pomohla. Řekla jsem si spolu s celou rodinou, že musíme změnit náš jídelníček a dát nějaká kila dolů. Před půl rokem jsem schytávala na svou postavu plno urážek, ale většinou jsem je ignorovala a šla dál. Ale pořád mě to nějak tížilo. I to mě přimělo k hubnutí, že jsem chtěla těmto lidem ukázat, že se nevzdám a dokážu víc, než si myslí.

Jaké byly začátky?

První dva týdny ta dieta byla těžká, ale postupně jsem si na ni zvykla. A teď už ani nemám tak velkou chuť na sladké. Ale přiznávám, že jsem si šla ty první dva týdny koupit něco nezdravého, protože jsem na to měla chuť.

Kolik jsi zhubla?

Z 73 kilo mám teď 56,5 kilo, takže jsem zhubla asi šestnáct kilo.

Jak se teď cítíš?

Potom, co jsem zhubla, se mi změnil celý můj život, a to doslova. Lidé se na mě dívali s obdivem. Teďka si třeba můžu koupit oblečení, které jsem si předtím neodvážila koupit, nebo jsem se je zkrátka styděla nosit. Všem lidem, kteří na tom jsou jako já dřív, bych chtěla vzkázat, aby se nestyděli, šli si za tím, co chtějí. Jako jsem to udělala já. ◀

Před zhubnutím

Foto: Tamara Macková, archiv Niny Bibilové

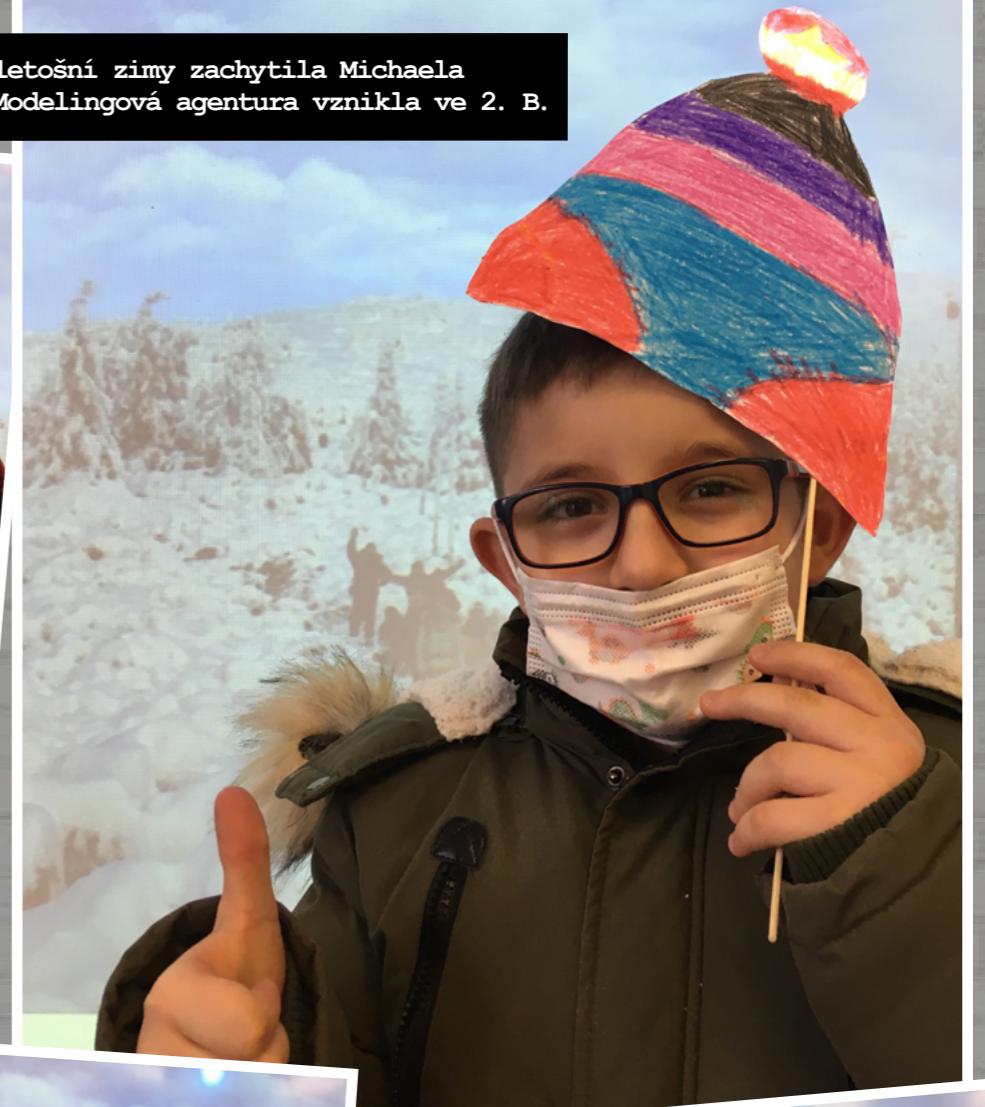
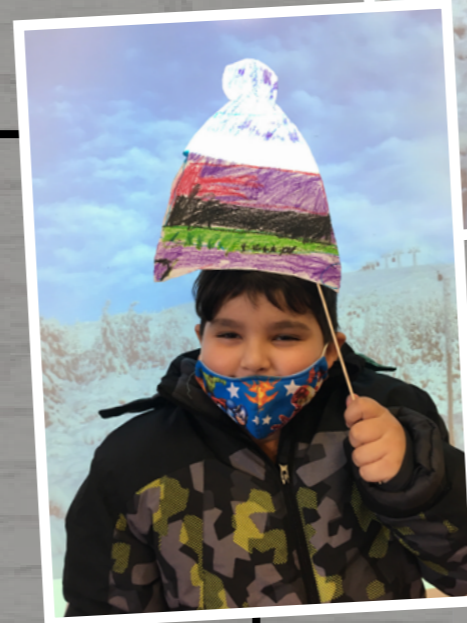
sChOOL
trendy

Kulichy

sezóny 2021

Foto: Michaela Suchá

Trendy letošní zimy zachytila Michaela Suchá. Modelingová agentura vznikla ve 2. B.



Naše oblíbená češtinářka a třídní 6. B odhaluje, co dělá po vyučování.

Ptala se: LILI NGUYEN

V kolik hodin v pracovních dnech vstáváte?

V běžném režimu vstávám chvíli po páté, během distanční výuky vstávám před sedmou hodinou.

Kterým dopravním prostředkem jezdíte do školy?

Jedině tramvají.

V jaké učebně se vám nejlíp učí?

V jakékoli klasické třídě s klasickou velkou černou dvoukřídlovou tabulí.

Chodíte někam po vyučování?

Jak kdy. V současné době nejčastěji rovnou domů. Nejdřív dodělávám a chystám věci pro žáky a pak buď jezdím rovnou domů, nebo se vydávám třeba na nějakou domluvenou schůzku.

A když není pandemie?

V „normální“ době ráda chodím do kina, divadla, nebo na výstavy...

Jaké daší koníčky máte?

Do svých koníčků řadím jízdu na opravdovém koni, četbu, sledování zajímavých a pěkných filmů, pěstování pokojových květin, vyhledávání dobré kávy, kaváren a klidu v přírodě.

Foto: -ab-



SCHOOL
lidi

"Vlasy nechávám
volně vlát,"

říká Anna Mazáková

Jakou knížku máte nejradši?

Mám knihy a čtení velmi ráda, takže se mi jedna kniha těžko vybírá. Asi by to byl Mistr a Markétka od Bulgakova.

Jak teď vlastně zvládáte distanční výuku?

Na knap, s usínáním v pozdních nočních hodinách s hodně myšlenkami o škole a českém jazyce, obklopena

učebnicemi a materiály a téměř non-stop přilepená k počítači. Ale zvládám.

Chtěla byste učit i jiný předmět?

Kdybych si měla vybrat, chtěla bych učit společenské vědy nebo dějepis.

Na závěr osobní otázka: Jak si nejraději dáváte vlasy?

Nejraději za ucho, či je nechávám volně vlát. ◀

SRDEČNÍ záležitosti ♥

V této rubrice vám představujeme nejlepší kamarádky a kamarády.

Napsala: NELA DEMETROVÁ

Ahoj, my tři jsme nejlepší kamarádky.

Jedna je Okurková čarodějka (Nina).

Druhá je Magžot (Terka).

A třetí Barbie (Nela).

My tři, když jsme spolu, jsme jako blázni, jako kdybysme utekly z blázince.

Co na sobě máme nejradši? Nina říká: "Mám na holkách ráda jejich povahu, že jsou blázni stejně jako já a že mě mají rády." Terka souhlasí a já dodávám, že holky mě mají rády **takovou, jakou jsem**. Jsou blázni jako já a nestydí se za mě.

Jsme ve svém světě, ale samozřejmě vnímáme i někoho jiného. Někdy se pohádáme, i kvůli blbostem, ale urovnáme to ještě ten den. ◀



SCHOOL
lidi

Foto: archiv Nely

NEJOBLÍBENĚJŠÍ ROČNÍ OBDOBÍ:

léto

NEJOBLÍBENĚJŠÍ RELAX: **četba**

NEJOBLÍBENĚJŠÍ KNIHA:

Svobodnej národ od T. Pratchetta

NEJOBLÍBENĚJŠÍ ZVÍŘE:

pes

NEJOBLÍBENĚJŠÍ ROSTLINA:

tulipán

NEJOBLÍBENĚJŠÍ BARVA:

fialová

NEJOBLÍBENĚJŠÍ JÍDLA: **sushi**

NEJOBLÍBENĚJŠÍ NÁPOJ:

kafičko

Dotazník, který odhaluje vše podstatné.

Michaela Suchá



Foto: -ab-

Moje
NEJ

NEJOBLÍBENĚJŠÍ FILM:

Harry Potter

NEJOBLÍBENĚJŠÍ SERIÁL:

Přátelé

NEJOBLÍBENĚJŠÍ PÍSEŇ:

Baroko

NEJOBLÍBENĚJŠÍ HEREC:

Bradley Cooper

NEJOBLÍBENĚJŠÍ KOUT DOMA:

křeslo pod knihovnou

NEJOBLÍBENĚJŠÍ MÍSTO VE ŠKOLE:

třída 2. B

NEJOBLÍBENĚJŠÍ MÍSTO NA SVĚTĚ:

chalupa

NEJOBLÍBENĚJŠÍ DEN V TÝDNU:

páteček

třídní 4. A

Erika Schubertová



Foto:
Lili Nguyen

Moje
NEJ

NEJOBLÍBENĚJŠÍ ZVÍŘE:

kočka

NEJOBLÍBENĚJŠÍ KYTKA:

gerbera

NEJOBLÍBENĚJŠÍ BARVA:

modrá

NEJOBLÍBENĚJŠÍ JÍDLA:

ledvinky s rýží

NEJOBLÍBENĚJŠÍ PITÍ:

coca cola

NEJOBLÍBENĚJŠÍ FILMY:

**Cas sluhů
Rekviem pro panenku**

Dotazník, který odhaluje vše podstatné.

NEJOBLÍBENĚJŠÍ KNIHA:
Děti z Bullerbynu

NEJOBLÍBENĚJŠÍ POŘAD
V TELEVIZI: **Cestománie**

NEJOBLÍBENĚJŠÍ PÍSEŇ:
Nenapovídej od Michala Davida

NEJOBLÍBENĚJŠÍ HEREC:
Keenu Reeves

NEJOBLÍBENĚJŠÍ
ROČNÍ OBDOBÍ: **léto**

NEJOBLÍBENĚJŠÍ RELAX: **čtení knih**

NEJOBLÍBENĚJŠÍ KOUT DOMA:
moje židle u stolu

NEJOBLÍBENĚJŠÍ MÍSTO VE ŠKOLE:
kabinet fyziky

Z první linie

Zasvěcený pohled do práce v nemocnici nabízí redaktor, jehož maminka pracuje s pacienty nakaženými koronavirem.

Napsal: ADAM KABÁT

Práce mojí mámy mi připadá velmi důležitá a její vyprávění jsou často dost zajímavá. Chtěl bych se s vámi o ně podělit.

JAKÉ TO JE VE SKAFANDRU

Máma pracuje v nemocnici na oddělení, kde se stará o pacienty s diagnózou covid-19. Takže je nutné, aby nosila ochranné pomůcky. Musí mít na sobě takový skafandr – tak tomu alespoň já říkám. Poté, co si celý ten oblek nandá, čouhají jí už jenom ruce. A na těch rukách má tři vrstvy rukavic. Jedny jsou jako její pokožka, druhé jsou taková pojistka, kdyby se protrhly ty první. No a pak je třetí vrstva, která je vyměňována po každém kontaktu s pacientem.

MLUVIT SE STARŠÍMI LIDMI

Osobní kontakt bohužel s pacienty není možný. Takže máma se sice na ty pacienty může usmát, ale ten dotyčný to nepozná, když jí jsou vidět jenom oči. Říká, že jí to moc mrzí. Další věc je, že musí na ty nemocné řvát, protože přes ty obleky se zvuk méně šíří. Navíc staří lidé často hůře slyší, a tudíž nemohou ani odezírat. Má na hlavě různé otlaky od toho obleku. Také říká, že si v tom obleku připadá, jako kdyby byla v létě na pláži. Je tam tak velké horko, že má po směně v gumových botách asi dva centimetry potu.

S BABIČKOU PŘES INTERNET

Prý k nim na oddělení chodí



Foto: archiv rodiny Kabátových

ODSTUP OD LIDÍ!

Máma mi pořád říká, že si musím mýt a dezinfikovat ruce. Že mám brát vitamíny a chodit minimálně ven. Pakliže už jdu ven, udržovat si odstup od ostatních lidí a mít roušku. Když mi to neustále připomíná, asi na tom něco bude. Takže zkuste dodržovat alespoň tato opatření.

Vasův běh versus koronavirus

Toto je moc hezký příběh, který rozhodně stojí za vyprávění. Vasův běh je devadesát kilometrů závod na lyžích ve Švédsku. Prostě je hrozně dlouhý, hrozně starý a hrozně slavný. Pacient, takový starý pán, se dal tuhle s maminkou do řeči, z níž vyplynulo, že budeme o víkend slavit moje narozeniny a že dostanu běžky. Pán pookřál, protože prý běžky miluje, běhá dodnes a před mnoha lety uběhl dokonce právě ten slavný Vasův běh. To zase byla paf maminka. A i když pán nebyl v úplně nejlepším stavu, že když dokázal tohle, nějaký koronavirus si na něj nemůže přijít. A také nepřišel. Pán se z toho dostal a odjel domů. Dokázal, že je opravdu stále bojovník. A že se jen tak nevzdá.

studentky, které umožňují starým babičkám a dědečkům spojit se se svojí rodinou. Protože staří, nemocní, ať už nakažené babičky či dědečkové, jsou izolovaní a nemají přístup k internetu. Studentky si vezmou ochranné obleky a notebook. A s příbuznými babičku či dědečka spojí. Jsou rádi, že můžou své blízké vidět. Staří lidé jsou za to moc vděční a vnímají to jako ten největší dar.

NĚKDY JE TO SMUTNÉ

Někdy máma přijde z práce smutná a nechce si povídat o tom, co zažila. Sám se ani nechci ptát, co se stalo, ale je mi jasné, že ne vždy můžou lékaři a sestry vyhrát. Přesto bychom si této ušlechtilé práce měli moc a moc vážit. Dělalí pro nás opravdu, co mohou, a rozhodně to nemají lehké. ◀

Verše, které stvořili žáci šestých a sedmých tříd v rámci mediální výchovy. Ať žije poezie, která možná někoho přizabije!

Foto: Unsplash

Covid-19 ve verších

POHROMA

BARBORA KLESALOVÁ

Tak to je ale pohroma,
všichni zamčení jsme doma.
Korona venku řadí,
všichni všem jenom radí,
kde roušky nosit a kde ne.
Stejně to každý
jednou dostane.

DOŠLA RÝŽE

DAVID SVITÁK

Oslava se nekoná,
řádí tady korona.
V obchodech již došla rýže,
zaplnila naše spíže.
Zelená se tady louka,
už došla i hladká mouka.

Distanční výuka

SOFIE HOGENOVÁ

Další ráno, další den,
slunce svítí jak na povel.
Koronáč nám venku řadí,
tak jsme doma, to jsme rádi.
Zasednu za kameru,
zapnu mikrofon.
Ejhle, to je horší než diktafon.
Hodina už skončila,
a já se tak těšila!

Nuda s koronavirem

ELLAMAE PENNELL

O koronaviru hodně mluví se,
každý už doma nudí se.
Online výuka je děs,
nesnes by to ani pes.

Přes pusu roušku,
nedýchat ani trošku.
V parku se děti nedruží,
nikdo už neskáče ani do kaluží.

ONLINE HODINY

MICHAELA PEŠANOVÁ

Koronavirus nám zavřel školu,
proto se distančně učíme spolu.
U počítače v určitou hodinu
úkoly plníme hned,
alespoň většinu.

Zbytek si nechávám na později
chvilku odpočívám,
hraji a hodně se směji.
Zbláznila bych se nebyť rodiny,
máma mně hlídá i online hodiny.

Bez covidu bude líp

JAN BRABEC

Covid už je zase tady,
kéž by radši umřel hladu.
Jenže on nám pokoj nedá,
pořád nějakou oběť hledá.

Proč se vůbec objevil,
když tu nikdy dřív nebyl?
Přiletěl netopýr z Číny
do Česka? Na to je líný!

Už na jaře otravoval,
v létě se pak někam schoval.
Na podzim se objevil
a doma nás uvěznil.

Nikam chodit nemůžeme,
to je tedy vážně skvělé.
Na dálku se učíme,
doma z toho šílíme.

Roušky všude nosit máme,
tohle my už nedáváme.
Venku, doma, za školou,
máme dobu rouškovou.

Už aby byl tomu konec,
covidu zazvonil zvonec.
Chceme zas normálně žít,
bez covidu bude líp!

Venku řadí covid

VANESA MRÁZOVÁ

Venku řadí covid,
já jsem doma ubit
domácími úkoly,
co mi chodí ze školy.

Je to síla!

ELIŠKA ŠVANCEROVÁ

Koronavir to je síla,
vše se pořád jen zavírá.
Školy, obchody, restaurace,
všichni mají málo práce.

Co přijde přistěže?!

SIMON MIRGA

Korona korona korona.
Dnes se mi nikdo nedovolá.
Korona korona korona.
Neřeším ji a jsem za vola.
Korona korona korona.
Z ledničky i ze záchoda.
Z obchodů, továren i z mola.
Je tu a já se jí neschovám.
V Kauflandu, Albertu i v Bille.
Ve vodce, rumu i tequille.
Ve všech potravinách z Asie.
V těstovinách z Itálie.
Odshora a taky odspoda.
Řeší to dolní i horní komora.
Mluví o tom tety i pratety.
Tak bys to měl vědět i TY!
Udělejme zásoby.
Ne, nebojte, na vás to nepovím.
Hygienik vydal hlášení.
Že naše dny jsou teď sečteny.
Apokalypsa se nekoná.
Místo migrantů je tady korona.
Co přijde přistěže?!
Bude to chvílička.
Asi pořádná pánská rýmička...

Nevím si rady

ADAM SUCHOMEL

A už je to zase tady,
někdy si s ní nevím rady.
Distanční výuka – to je věc,
spadla na mě klec.
Ať už je vše v normálu,
vše mi padá na hlavu.
Už se těším do školy.
Na pohodu, na normální úkoly.

Blázníme

SÁRA SMUTKOVÁ

Korona, korona,
to je ale pohroma.
Báseň o tom psát musím,
jinak ve škole neobstojím.

Učit se doma mě už neba,
raději ať už se otevře škola.

Ve škole se učíme
a doma se nudíme,
online hodiny máme
a učivo známe.

Všechny úkoly posíláme
a vystaráno máme,
z úkolů blázníme,
radši prázdniny máme.

A to je vše, co máme.

Muka

LAURA STEINOVÁ

Distanční výuka,
to jsou pěkná muka.
Chtěla bych vidět celou třídu
a zase slyšet skřípat křidu.
Už mě nebaví sedět v pokoji
a čekat, kdo se dnes připojí.
Už aby tomu byl konec
a distančně odzvonil zvonec.

SVĚT A KORONAVIRUS (POMOC, PROSÍÍÍM!)

ANNA HÁNOVÁ

Už je to tu, do Česka přišla korona,
před nákupákem stojí paranoidních lidí kolona.

Všude ve světě se korony bojí
a za zbytečné zásoby peníze vyhazují.

V obchodech pomalu potraviny mizí,
zásady společenského chování začínají být lidem cizí.

Někde dochází i toaletní papír,
každý, kdo trpí průjemem, již všechny naděje ztratil.

V Americe obchody rabují,
v zemích s funkčním zdravotnictvím
se na jejich účet radují.

Všichni zemřeme, ale to nevdá,
Donald Trump a celá protiroušková komunita
si s korunou poradí.

Z čista jasna přišla online výuka,
že je to dobrý nápad ti každý politik nakuká.

My, děti, však víme své,
a to, že učit se doma, je příšerné.

Doma školáci šílí,
v lékárně regály s antidepresivy bílí.

Na online hodinách chaos vládne,
snad to můj starý windows zvládne.

Doma z dětí šílí i rodiče
a kvůli zavřeným hranicím
si dávají fotky pláží jako obrazovky spořiče.

Nikdo neví kam takto dojdeme
s SARS-Cov-2 neboli kovidem.

Nikdo už ven vycházet nesmí,
ani v restauraci si již jídlo nesní.

Netflix, pornhub, disney + trhají rekordy stažení,
a to bez sebemenšího snažení.

Hlupák je ten, kdo nenosí roušku,
pandemie není k smíchu ani trošku.

Spousta nakažených korunou umírá,
nezačneme pro protekci v podsvětí
zase uctívat Usíra?

Svět pomalu spěje ke konci,
kvůli hloupé čínské nemoci.

My to však s humorem přečkáme
a lidského kontaktu se zase dočkáme.

Od desíti se zavírají bary i obchody,
protože korona do večera nechodí.

Politici si myslí, že jsou něco víc,
bez roušek chodí na proslovy, do barů a do ulic.

Myj si ruce, dodržuj rozestupy, nos roušky,
těžší než social distancing čekají tě zkoušky.

Ponaučení jistě jasné je ti
a to: Nejezte netopýry, děti!

SCHOOL
TÉMA

Výuka distanční

VERONIKA PAŘÍKOVÁ
A ELIŠKA RŮŽIČKOVÁ

Každý ráno vstávám z postele
a jdu trollit učitele,
zapínám živé vysílání,
o učivu povídání,
nestíhám číst, co se děje,
učitel křičí: "Verča, kde je?"
A já se krčím pod stolem
s nedokončeným úkolem.

Bud' nejedou mikrofony,
nebo problémů milióny,
softwaru aktualizace
v čase hodiny?
No to je situace.
Alt F4 když zmáčknete,
tak mikrofon si vypnete,
však že spadne server celý,
o tom jsme vám říkat nechtěli.

Kameru nezapínáme,
trochu totiž z vás strach máme.
Komu tohle přijde legrační?
Dámy a pánové,
to je naše výuka distanční!

Covide, covide!

TOMÁŠ BUMBA

Covide, covide,
kdy tě tu ubyde?

Už tě máme plné zuby,
chceme se vrátit do pohody.

Škola základ života,
ne distanční výuka!

ROUŠKOVÁNÍ

V Mediálním klubu jsme hodně řešili široké využití roušek. Máme přece fantazii! Tušíte, jakými způsoby se dají použít roušky?

Napsala: SARAH SMUTKOVÁ

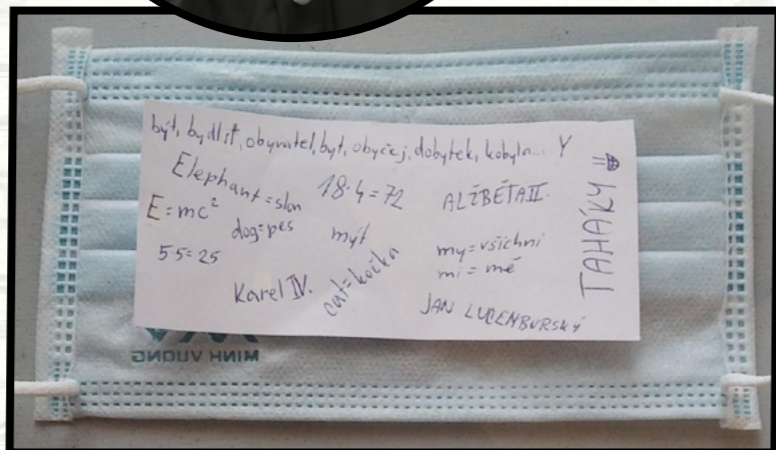
Roušku používáme, abychom chránili sebe i okolí, abychom omezili šíření virů. Roušky se využívaly i dříve, například během mandžuského moru v Číně, dále byla rouška nápo-
mocná během španělské chřipky a tak podobně.

Nosí se hlavně v zdravotních zaří-
zeních, ale i v dalších zaměstnáních. Tento rok ale roušku nosíme kvůli ne-
moci zvané covid 19. Kdyby si někdo vzal roušku minulý rok, všichni by se koukali úplně divně. Dnes to je naopak. Když si někdo sundá roušku, koukají na toho člověka divně, protože se bojí o svoje zdraví.

Ale rouška se dá využít i jinak. Dám vám ně-
jaké tipy. Takže například jako záplata na díru v oblečení. Nebo tahák do školy, ale samozřej-
mě se vám nesmí tahák obtisknout na obličej, to by bylo nemilé.

Velmi vkusné jsou také rouškonáušnice. Nebo co takhle roušku využít jako brýle? Vy-
stříhneme si například tvar kostičky, srdíčka a tak podobně, do nich vložíme "skla" třeba ze slunečních brýlí - a vzniknou fashion nové brýle, které se dají nosit kamkoliv.

Nebo když chcete například jíst ve škole o ho-
dině, dáte si například lízátko pod roušku... Žhavý tip je "držátko na skittels". Ale to radši nezkoušejte. Haha. ◀



Obal na mobil, tahák nebo náušnice. I tak se dají využít roušky!

Foto: Lejla Hurem, Adam Suchomel, Natálie Blahová

ANKETA

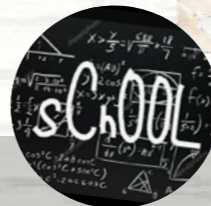
Jak jste se sžili s rouškou?
Použili byste ji ve škole jako tahák?

Ptala se: SARAH SMUTKOVÁ

"Rouška mě štve, je úplně na nic, ale nějak to zvlá-
dám. Možná bych si tahák do roušky dal, ale zatím to nemám v plánu. S rouškou bych nejradši udělal to, že bych ji vyhodil a rozstříhal, haha."
Tomáš Krummer, 7.B

"Roušky nás chrání, ale strašně blbě se v nich dýchá, například když někdy někam běžím. Na-
psat do roušky tahák? Tak to ne, protože ten papírek, co bysme měli v té roušce, by se přilepil na pusku a mohl by si toho pan učitel všimnout."
Diana Didenko, 5.B

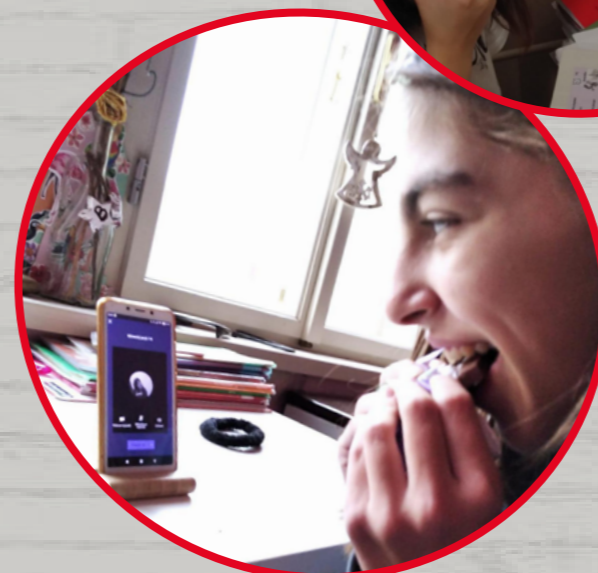
"Už jsem si na roušky zvykla, už mi tolik nevadí. Rouška s tahákem? To by bylo divné, kdybych se najednou začala koukat do roušky. Haha."
Julie Koutecká, 7.A



Malá typologie STRESAŘŮ

Sarah, Tamara a Adam nafotili způsoby, jak se žáci vypořádávají se stresem při psaní testů na on-
line hodinách. Který typ jsi ty?

1 STRESULÍN
Leží mezi učebnicemi a stresu zcela podléhá.



2 STRESOŽROUT
Stres při testech zajídá, nejčastěji čokoládou.



3 NO STRESOŇ
Stres prostě hodí za hlavu.

STRES PŘED PŘIJÍMAČKAMI: Jak ho zvládnout?

Školní psycholog radí, jak se mohou devátáci v náročném období vyhnout selhání a podráždění nervů. Zpovídala ho Tamara Macková.



Radí: PhDr. MIROSLAV POKORNÝ

DLOUHODOBÉ STRATEGIE

1 Základem je pravidelná průběžná domácí příprava na vyučování a aktivní přístup při školních hodinách. Učit se krátce před přijímacími testy moc nefunguje.

2 Zúčastňovat se předmětových soutěží a olympiád, a tím si zvykat na testovou situaci. Sám mám s tím dobrou osobní zkušenost. A případné úspěchy mohou pomoci s přijetím na SŠ.

3 Zkusit si v předstihu nanečisto přijímací testy z minulých let (jsou hodně podobné těm, které vás čekají). Měly by se dát najít na stránkách CERMATU (určitě dokáží poradit vyučující matematiky a českého jazyka), kde je uvedeno i mnoho dalších užitečných informací kolem přijímacího řízení.

4 Schopnost zvládat zkušební stres zlepšuje také pravidelný pohyb/trénink a účast na sportovních závodech, zápasech, soutěžích.

5 Je užitečné vybranou SŠ před přijímacími testy navštívit, např. v rámci dnů otevřených dveří. Znalost prostředí může pomoci o něco snížit zkušební stres.

TĚSNĚ PŘED PŘIJÍMAČKAMI

6 Na přijímací testy cestujte s časovým předstihem, ideální je, pokud to je možné, cestu si v předstihu vyzkoušet.

7 Pozor, u některých SŠ to zabere poměrně dost času, než se od vchodu dostanete do místnosti, kde se píšou testy.

8 Jdeme včas spát, večer před přijímačkami ani ráno se na ně neučíme!

9 S ostatními uchazeči se před zahájením o testech nebavte, a pokud o nich mluví, tak popojďte stranou a neposlouchejte je.

10 Nervozitu mohou naopak snížit např. nezávazné řeči o zpěvácích, sportovcích, zvířatech, filmech, počasí...

11 Stres odbourává smích, pomůže, když se před zkouškami zasmějeme.

12 V den přijímaček se snažíme dodržovat obvyklý stravovací (např. svačinu na přestávku s sebou) a pitný režim. Nepijeme hodně slazené a energetické nápoje. Vhodná je pitná voda nebo slabší minerálka.

CO JEŠTĚ POMÁHÁ

13 Zvýšenou nervozitu těsně před zahájením pomáhají snížit následující tipy - doporučuji uvedené techniky si předem vyzkoušet a zjistit, které mi vyhovují: např. na toaletě si opláchnout obličej a předloktí studenou vodou.

14 Aktivizace svalů – vyjít si přes dva schody několik pater schodiště, udělat si v ústraní pár dřepů či kliků (a tím spálit nadbytečný adrenalin).

15 Dělat pohyby přes střed těla – třeba při chůzi se střídatě dotýkat pravou rukou levého kolena a naopak, chodit po fiktivní velké osmičce, u lavice dělat pohyby jednou rukou a to i přes ruku – třeba si srovnat věci.

16 Napít se nebo sníst malý kousek sladkého např. hořké čokolády.

17 Nedýchat rychle, krátce a mělce, ale pomalu a hluboce – napodobit dech spícího člověka (to lze i nenápadně v průběhu zkoušky).

18 Představit si vsedě, že jsem loutka, které se ustříhly vodící provázky a uvolnit tak svaly nebo střídatě zatínat a povolovat svaly.

19 Během testu se krátce podívat z okna, optimálně na zelenou přírodu. ◀

Pohledy do budoucnosti

SCHOOL
plány

2

Veronika Margitová
Veterinářka

Na jakou školu se hlásíš?

Chtěla bych se dostat na gymnázium, protože pak můžu ještě přemýšlet, co bych mohla dělat za práci.

Čím bys chtěla být?

Zatím přemýšlím nad tím, že bych chtěla být veterinářkou. Je to od té doby, co k nám do rodiny přišel první pes a my jsme s ním občas jezdili na veterinu. Líbilo se mi totiž, jak tam pomáhají zvířatům a pak mají určitě dobrý pocit, že jim třeba zachránili život.

Čeho chceš v životě dosáhnout?

Pokud bych byla veterinářka, přála bych si mít vlastní veterinární kliniku, která by nebyla v hlučném městě, ale někde na venkově. ◀



A čím chceš být ty?
Napiš e-mail na
school@zsvrsovicka.cz!

O jakém povolání sní naši devátáci? Víte, na které střední školy se chtějí hlásit?

Ptala se: TAMARA MACKOVÁ

Valerie Macková



Učitelka
v mateřské školce

Na jakou školu se hlásíš?

Chtěla bych jít na pedagogickou, buď pedagogické lyceum, nebo předškolní a mimoškolní pedagogika.

Proč zrovna pedagogika?

To je jednoduché, zkrátka mám hrozně moc ráda děti a baví mě s nimi pracovat, protože jim tak můžu s čímkoliv pomoci.

Čím chceš být?

Asi zatím učitelkou v mateřské školce, ale postupně se chci vypracovat na ředitelku školy.

Co chceš v životě dosáhnout?

V tomhle ohledu nejsem moc náročná. Chci být šťastná a chci také, aby byla šťastná i moje rodina. Mým velkým přáním je být ředitelkou školky. ◀

1

Lukáš Koula
Kuchař

Na jakou školu se hlásíš?

Hlásím se na střední školu kuchař/číšník, chtěl bych být kuchařem.

Jak dlouho tě vaření láká?

Tohle povolání mě lákalo, už když jsem byl malý, protože jsem rád vymýšlel různá jídla a připravoval k němu menu. Bavilo mě to a dodnes si sám připravuji speciální svačiny, které chutnají nejen mně, ale i mým přátelům. ◀



3

Jak bude škola vypadat za 90 let?

Klást meze fantazii je u nás nežádoucí. A tak tu máme opět několik povedených výtvorů z dílny mediální výchovy.

Čip proti vesmírnému covidu

Naše škola právě slaví sto osmdesát let! Žákovský parlament se schází v učebně připomínající vesmírnou loď. Místo vrátného je vítá robot. Vymýšlejí plán oslav. Nemluví spolu, jen si píšou přes chat. To je bezpečnější, nemusí mít vesmírnou roušku. Dobře ví, že před devadesáti lety tu řádil strašlivý covid, a tak si dávají pozor.

Každý žák, který přichází do školy, dostává osobní UFO, v němž létá po učebnách. Aby se neztratil, vidí na chodbách svítící dopravní značky.

Ve třídě není učitel, ale jakási světelná tabule, co učí hlasem překladače matematiku, češtinu a další předměty. Možná i jiný světový jazyk. Škola je extrémně moderní, možná i lepší než Bílý dům. Kdo do ní nechce, nemusí. Učí se z domu přes počítač, jako před devadesáti lety. Jen už je modernější technika.

„Vítejte ve škole,“ ozve se z bezdrátového rozhlasu. „Prosíme všechny žáky, aby přiletěli do našeho parlamentu. Na oslavu výročí školy dostanete nový, moderní čip proti vesmírnému covidu!“ ◀

Napsal: JAN BRABEC

V SUTINÁCH

ZŠ U Vršovického nádraží rok 2 110

Sutiny jsou vidět i na půlkilometru daleko. Lidé ve svých samořídících elektrických vozídech projíždějí okolo a vzpomínají na nyní zbouranou, dříve majestátní budovu. Obyvatelstvo České republiky se blíží čtyřiceti milionům a v této sešlé staré škole začínalo být těсно.

Plánují tu postavit novou, mnohem větší a modernější školu, ale nikdo neví, jestli na to dojde. Schyluje se k další válce o zdroje a předpokládá se, že tahle bude zatím nejkrvavější.

Díky moderním technologiím se děti nepotřebují učit jazyky a historii, proto se na školách učí už jen přírodní vědy a tělesnou výchovu teď nahradil každodenní výcvik v boji.

Letošní žáci ZŠ U Vršovického nádraží se takto, kvůli přestavbě školy, dočasně učí na nedaleké, nově otevřené škole. ◀

Napsala: ANNA HÁNOVÁ

UMĚLÁ INTELIIGENCE

Škola bude zcela přebudována na větší a vylepšenou školní budovu. Do školy se bude "jezdit" vznášejícím se autobusem, který bude hlídat, aby všichni žáci byli ve škole včas.

Budoucí učitelé budou z osmdesáti procent umělé inteligence. Také se přidají nové předměty jako moderní mechanika. A přístroj na koukání do minulosti. ◀

Napsal: MIRGA SIMON

Budoucnost pro ospalce!

Letos, tedy v roce 2 110, se ve školách začíná používat nová moderní metoda učení. A pro studenty je to báječná zpráva – nejlépe se totiž člověk učí ve spánku.

Vědci proto sestrojili mobilní aplikaci, která dokáže ve spánku přenášet do mozku informace. Ty v něm trvale vydrží. Jediný problém je v tom, že přenos učiva je časově náročný, a proto musí žáci spát minimálně devět hodin denně. Ideální je usnout okolo půlnoci a vstávat kolem desáté hodiny dopoledne.

Ptali jsme se několika žáků v Základní škole u Vršovického nádraží v Praze na jejich první zkušenosti. Sedmák Pepa je nadšený: "Večer si zapnu apku na mobilu, a ráno vím všechno o Byzantské říši i o zlomcích. Pak si o tom ve škole chvilku povídáme. A hlavně máme v rozvrhu polovinu hodin, a tudíž i více času na povídání a hraní s kamarády nebo na výlety. Takže za mě OMG."

Uvidíme, jak tento fascinující objev změní naše děti. Tak na slyšenou za dalších devadesát let v roce 2 200! ◀

Napsal: JAN VOJTA

SCHOOL
čtení pod lavici

Sklo, roboti a technika

Podle mě bude vypadat škola za skoro devadesát let úplně jinak. Budova, žáci, učitelé i pomůcky budou jako ze sci-fi.

Škola bude celá skleněná, plná moderního technického vybavení. Vše bude řízeno roboty, počítači. Učitelé, školník, vrátný a uklízečky jsou dnes, a i v minulosti byli, neodmyslitelnou součástí školy, ale myslím si, že za těch devadesát let už součástí školy nebudou. Učit a vše řídit budou roboti.

Ve školách nebude výuka ani trochu připomínat tu dnešní. Děti se nebudou učit pomocí dnes nám známých školních učebnic a pracovních sešitů. Ani nebudou potřeba psací potřeby, jak je známe dnes. Vše bude ovládáno technikou, žáci budou mít speciální počítače nebo tablety.

Předměty, které se dnes učíme, už také budou dávnou minulostí. Budeme se učit jen programování a získávání informací z internetu nebo z nějakého jiného zdroje, který ještě nebyl vynalezen.

Co se týče vztahů mezi žáky, bude to dost smutný pohled. Myslím si, že se budeme méně scházet, hrát si, navštěvovat se. Už teď to není takové, jak to bylo před dvaceti lety.

Docela se bojím, jak to bude vypadat, bojím se, protože je to něco neznámého. Nebo je možné, že se mýlím. Třeba se stane něco, něco jako revoluce, převrat v myšlení a v chování lidí, který změní směr, a vše bude jako dřív. ◀

Napsala: NELLY OGANESIAN

Bílina, Jablonec

...a spol.

ODKUD JSI?

K nám do školy nechodí jen Pražáci. Je nás tu - nejen v redakci - pořádná naplavenina! Přečtěte si, odkud se někteří do Prahy přistěhovali a co je sem zaválo.



Foto: Lenka Kopalová

„Do Jablonce jezdím moc ráda, hlavně kvůli tátovi a mladšímu bráškově.“



AŽ ŽIJE JABLONEC!

Napsala: Lenka Kopalová

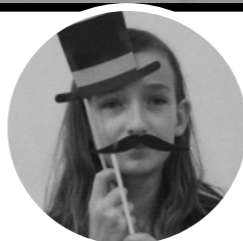
Jablonec mám pořád ráda, nejen protože tam jezdím za tátou a mladším bráškou, ale mám tam i bývalé spolužáky. Hrozně moc mi všichni chybí. Také tam mám vzpomínky z dětství. Ty šťastné chvíle, co snad každé dítě někdy zažilo.

Jezdím tam moc ráda za svojí rodinou. Sice jenom každý druhý týden o víkend, není to moc, ale aspoň něco. S rodinou si chodíme zahrát fotbal, lyžovat, plavat a hlavně si to spolu pořádně užíváme.

V Jablonci jsem vyrůstala od malička. Chodila jsem tam do školky, do školy a měla jsem to tam opravdu hodně ráda. Vždy jsem si tam našla kamarády a byla jsem prostě šťastná. Ale od té doby, co se rodiče hádali a potom se i začali rozvádět, všechno se změnilo. Rozvod trval asi tři roky. Máma chtěla co nejdál od Jablonce, tak jsme se odstěhovali sem do Prahy.

Já s bratrem jsem začala chodit sem do naší školy. On si hned našel kamarády, ale já vůbec. Pořád nemám moc kamarádů. Ale už mi to moc nevadí. ◀

VZPOMÍNÁM NA VRANÉ



Napsala: Kateřina Juránková

Pocházím z Vraného nad Vltavou. Ve Vraném znám dvě školy, základní školu a starou školu. Ve staré škole se dějí různé akce, před ní končí lampionový průvod na sv. Martina. Na konci průvodu se vyměňují napečené dobroty a sladkosti.

Ve Vraném nad Vltavou je také vlakové nádraží, má tři nástupiště a vedle budovy na kupování lístků je malinké hřiště.

Když jezdím do Prahy, projíždím okolo kostela. Chodí se tam na modlitby v neděli v 18 hodin a se školou taky na Vánoce – zpívat koledy za doprovodu varhan. Ve Vraném je i sokolovna, kam jsme chodili na tělocvik. Měli jsme pak dvě hodiny na to, abychom se stihli obléknout a zase přijít na přestávku. Mám to tam ráda. ◀

VŠECHNO JE TADY JINÉ NEŽ V OSTRAVĚ

Napsala: Tamara Macková

A si ne každý se narodil v Praze, a to je právě můj případ. Narodila jsem se v Ostravě. Začala jsem tam chodit do školy. Rodiče už nějakou dobu přemýšleli, že se do Prahy přestěhujeme, ale nikdy to nebylo oficiální. Až nás nakonec k sobě do Prahy zavolala naše teta. Když jsme za ní jeli na návštěvu, ještě jsem nevěděla, že opustím svoje rodné město.

Jakmile jsme přijeli a já viděla Prahu na vlastní oči, byla jsem překvapená. Všude vysoké domy, kostely, prostě bylo to všechno jiné než v Ostravě.

V Ostravě to vypadalo jako vesnice, skoro se všemi jsem se bavila, jenže jakmile jsme přijeli do Prahy, připadalo mi, že si tady v Praze nenajdu žádné kamarády. I když jsme se postupně zabydlovali, stejně jsem myslela na svoje rodné město a doufala jsem, že se tam znovu přestěhujeme. Pořád mám někde v sobě naději, že se tam přestěhuju, až budu o něco větší. ◀

CÍTLA JSEM, ŽE SEM NEPATŘIM

Napsala: Lejla Hurem

Moje rodné město je Sarajevo. Je to docela malé město v Srbsku. Mají tam hodně kopců, na kterých jsem lyžovala. Neměla jsem to tam moc ráda, ale mám tam celou rodinu a kamarády.

Jakmile mi řekli, že se budeme stěhovat, byla jsem docela smutná, protože jsem nevěděla, jaká je Praha, a nechtěla jsem se naučit česky.

Odjeli jsme kvůli tomu, že tady rodiče měli práci. Když jsem přišla do Prahy, všechno bylo jiné. Cítila jsem se, jako že sem nepatřím, ale časem jsem si zvykla, protože mi jazyky jdou, tak jsem se naučila docela rychle česky. Chybí mi Sarajevo, ale tady jsem šťastná. ◀

„Už bych se vrátit nechtěla, i když tam bydlí polovina mojí rodiny.“

BÍLINA U MOSTU

Napsala: Natálie Janáčková

Bílina se od pohledu může zdát jako obyčejné město, ale věřte, že tomu tak není. Bydlela jsem zde až do první třídy, po které jsem přestoupila na školu sem do Prahy, protože můj táta dostal nabídku na lepší práci v Praze. Samozřejmě, že ji přijal.

Kdybychom zůstaly s mojí mamkou v Bílině a můj táta by byl v Praze, tak bychom se moc nevidali. A já nechtěla takhle rozdělit svoje rodiče, tím pádem jsem přistoupila na návrh se přestěhovat do Prahy.

Začala jsem v Praze chodit do školy, kde jsem si našla spoustu kamarádů a postupně zapomínala na ty z Bíliny. Upřímně bych se zpátky ani vrátit nechtěla, i když tam bydlí polovina mojí rodiny - převážně z máminy strany, protože se tam stávají různé věci, o kterých se bavit nebudeme. I přesto tam stejně jezdíme na návštěvu za příbuznými a mojí kamarádkou. ◀



„Všechno bylo jiné, ale časem jsem si zvykla.“

ŽILA BYCH RADŠI DOMA

Změsta Petrušev v Moldavsku jsme se do Prahy přestěhovali kvůli rodičům a práci. V Moldavsku bych ale žila raději, mám tam kamarádky, rodinu. O prázdninách za nimi jezdím a ve školním roce si voláme. ◀ **EVELÍNA PETRACHE**

CHTĚL BYCH ZPÁTKY DO DĚČINA

Narodil jsem se v České Lípě, ale žil jsem s rodinou v Děčíně. Rád bych se přestěhoval zpátky, pořád tam znám fajn lidi a je tam příroda, na rozdíl od Prahy a těch jejich pár stromů v parku. ◀ **LUKÁŠ KŘUPALA**

V PRAZE JSEM SPOKOJENÁ

Narodila jsem se v Chorvatsku ve městě Rijeka. Moji rodiče dostali nabídku pracovat v Česku, tak jsme se přestěhovali do Prahy. Jsem tady spokojená, myslím, že tady je to pro život lepší. Líbí se mi tady víc než v Chorvatsku. ◀ **MARINA RUŽIČ**

V TÁBOŘE BY SE MI LÍBILO VÍC

Pocházím z Tábora, do Prahy jsme se přestěhovali, když mi bylo asi pět nebo šest let. Pořád tam jezdím za taťkou, který tam pracuje, a kousek za Tábořem žije moje babička. V Táboře by se mi asi líbilo víc, je tam klid. ◀ **VALENTÝNA MAROUNKOVÁ**

SCHOOL
recenze

GAMEMETR



Among Us

Jedná se o online multiplayerovou party videohru. Ve hře se stáváte jedním ze členů posádky, kteří jsou na vesmírné lodi. Celá posádka je rozdělena do dvou rolí, kde buď jste jako normální člen posádky, takzvaný crewmate, nebo jako podvodník, neboli impostor. Zatímco úkolem podvodníka je všechny zabít, obyčejní členové posádky musí opravit svoji vesmírnou loď, aniž by je podvodník zabil. ◀

79 %

Assassins Creed Valhalla:

Valhalla je posledním dílem ze série Assassins Creed. Jedná se o historickou akční adventuru s prvky RPG v otevřeném světě, ve kterém jste v roli vikingského náčelníka podnikajícího se svým kmenem nájezdy na anglosaskou Anglii. Hráč se během této hry setká s řadou historických postav, jako je například král Alfréd Veliký. Jedná se o dvanáctý díl této série. ◀

90 %

Které hry teď frčí?
Co byste si rozhodně měli zahrát?

Doporučuje: **ADAM SUCHOMEL**

Watch Dogs Legion:

Watch Dogs je akční adventurou, ve které jako tajný agent se schopnostmi hackera bojujete proti vládě a jejím nařízením, které občany utiskují. V tomto díle hry Watch Dogs tentokrát nebojujete sami, ale máte na výběr z více hratelných postav. Příběh se odehrává v blízké budoucnosti a je zasazen do sekce Anglie, přesněji do Londýna. ◀

82 %

Beat Saber

Beat Saber je hudební videohra pro virtuální realitu. Jedná se o velmi úspěšnou hru, kterou vytvořilo české herní studio Beat Games. Jediným úkolem v této hře je za pomoci světelných mečů sekát kostky, které mají stejnou barvu jako meč. Meče ve hře ovládáte pohybovými ovladači, které jsou u každé virtuální reality. Cílem hry je dokončit kampaň, v níž je několik písniček, od nejjednodušší po nejtěžší obtížnost. ◀

93 %

ZAOSTŘENO NA FILMY

Doporučuje: **TAMARA MACKOVÁ**

To all the boys I've loved before

1

Tento film pojednává o dívce jménem Lara Jean, která kdysi napsala několik milostných dopisů, ale mělo to jeden háček, nikdy si totiž netroufala je poslat. Jenže když si už myslela, že její život nebude nijak zvláštní, objevil se nečekaný zvrat. Její mladší sestra Kitty rozeslala všechny její kdysi napsané milostné dopisy. Jeden dostal i její nejlepší kamarád. Teď se její život obrátil vzhůru nohama. A Lara Jean postupně přichází na to, že bylo přece jen dobré rozhodnutí, že je Kitty poslala, protože díky tomu možná našla lásku svého života. ◀

Žánr: **romantický, komedie, drama.**
Hodnocení: **80%**

Enole Holmes

Je to film o dívce, která je vychovávána jen svojí matkou. Když ale její matka záhadně zmizí, Enole okamžitě zavolá svým bratrům, z nichž jeden, jak už Enolino příjmení napovídá, je Sherlock Holmes. V tu chvíli Enole zjistí, že jí jeden z bratrů chce poslat do nápravné školy pro mladé dívky, aby se stala slušnou ženou tehdejší společnosti. Jenže Enole si myslí, že tak, jak ji vychovala její matka, bohatě vystačí. Proto se vydá hledat svou matku sama a při této cestě zjišťuje, že možná odešla schválně. ◀

Žánr: **krimi, dobrodružný.**
Hodnocení: **100%**

Perci Jackson a zloděj blesku

3

Jak už název vypovídá, v tomto filmu jde o kluka jménem Percy Jackson, který si vede obyčejný život. Na hoře Olymp došlo ke krádeži blesku. Percy zatím netuší, že je polobůh, dokud na něho nezačnou útočit nestvůry z podsvětí. Právě v tomto okamžiku Percy zjistí pravdu a musí rychle do tábora zvaného Tábor dvojí krve. Mezitím na hoře Olymp panuje chaos. Pokud nepřinese Poseidonův syn Percy blesk do čtrnácti dnů, pak Zeus rozpoutá válku. A i když Percy blesk neukradl, vydá se na nebezpečnou cestu, aby zachránil svoji matku i celý svět. ◀

Žánr: **Fantasy, dobrodružný.**
Hodnocení: **70%**

Jak se doma PROTÁHNOUT?

MOUDROST
K ZAMYŠLENÍ:

„Hloupý
člověk kecá,
chytrý mluví
a moudrý
koná.“

1 Záklon je jeden z neúčinnějších cviků na záda. Ovšem musíme si dávat pozor, abychom nešli přes své síly!

2 Při tomhle cviku protahujete skoro vše – nohy, záda, hlavu, ruce. Jde o to, že si sednete, pokrčíte jednu nohu a druhou přes ni skrčíte, dále se přetočíte a budete se zády pokoušet otáčet co nejdále.

3 Kobra. Tu jistě všichni znáte! Nohy musí být u sebe a ramena dolů – to je základ. A pak už jen zasyčte a s chutí se protáhnout. Po tomto cviku doporučuji udělat si kočičku. Jdeme na čtyři (ruce, kolena) a uděláme na zádech obrovský hrb. ◀

NATKA



Tip na procházku



Chcete se podívat do nebe? Teda takhle to na mě z té fotky působí. Je to nádherný tip na výlet kousek od školy. Jedná se o Vršovický zámek severovýchodně od školy. Tak neváhejte a navštivte nádherné místo s přilehlým parkem. ◀

ADAM

17 000

TIP REDAKCE: Podle jedné odborné studie se na mobilním telefonu nachází průměrně přes 17 000 patogenů. Proto naše rada zní: ČISTĚTE SI OBČAS DISPLAY. ◀

redaktorů,

TIPY

bez kterých
se neobejdete
(bez těch rad,
ani bez těch
redaktorů)

1/6

V České republice se děti podle průzkumů cítí vlivem koronavirové izolace zduřeně, smutně, frustrovaně, ale i našťavaně. Šestina dotázaných dětí pociťuje samotu. Třetina rodičů zaznamenala údajně v chování svých dětí negativní změny. **Hodně se teď lidé obrací na Linku bezpečí (116 111).** ◀

Foto: Lili Nguyen, Lejla Hurem, Natálie Blahová, Adam Kabát



Kouzelná moc mazlíčků

Máte doma mazlíčky? Pokud ano, je to moc dobře, protože to může někdy hodně pomáhat. Můj tip na uklidnění: Mazlete se se zvířátky. Budou si jistí, že je máte opravdu rádi. A kdybyste mazlíčka neměli, je dobré se mazlit s něčím chlupatým nebo huňatým, jako například s polštářem, plyšákem, svetrem. Je to skvělé na nervy. ◀

LILI

Vyzrajte na nudu

Za mě je nejlepší zaháněč nudy knížka.

Do knížky se člověk vžije, prožívá děj s postavami, které hrají v knížce menší až větší roli. Je to něco jako druhý život, aspoň já to tak beru. Osobně nemám knížku jen proto, abych zahrála nudu, to ne. Čtu si knihy, protože mě zkrátka a jednoduše baví. Baví mě i to, že když si knížku čtu, je jedno, jaká je, představuji si, že jsem ve svém vlastním světě. Nikde nikdo, jen já, knížka a moje vymyšlené prostředí. (Do té doby, než mě od knihy odtrhne můj brácha s tím, že mu mám s něčím pomoci.)

Pro ty, kteří taky rádi čtou, mám tip na knížku, která je pro mě přímo magická. Nese název Zápisky z Rosewoodu: Princezna v utajení. I když vás možná odradí titul knihy, nejde o knížku o princeznách. Je to kniha o dívce, která dělá vše, aby uspěla ve škole, kterou si vysnila. A i když jí tíží žal po své matce, dokáže to. Jenže to by nebyla dobrá knížka, kdyby v ní nebyla kvalitní zápletka. Tak dívka čelí překvapením, která jí život nadělil... ◀

TAMČA

Co takhle pohrát
si s fotkami?

Apka Lightroom

Tahle aplikace je trochu složitá, ale zachránila mi fotky! Můžete si s tím pohrát, jak chcete, ale většinou záleží na světle a barvách. Když ve fotce je spíš béžová a míň těch barevnějších barev, tak bych tam dala víc bílý filtr, a když to je hodně barevné, pohrála bych si s barvami. ◀

LEJLA

K normálu

„V roce 2021 se budeme stále vyrovnávat s pandemií covidu. Čeká nás očkování. Nová vakcína covid zcela nevymýtí, ale po proočkování populace snad pomůže jeho šíření dostat pod kontrolu. Doufám tedy, že druhá polovina roku by se mohla vrátit k normálu.“

Také si myslím, že dále poroste popularita donáškových služeb a nákupů po internetu. Home-office se v některých firmách stane běžnou praxí.“ ◀

LENKA VAŠÍČKOVÁ

Jako každá zkouška

„Myslím si, že rok 2021 bude hodně podobný jako ten uplynulý, akorát lidé už budou na nečekané situace lépe připravení a nebudou tolik panikařit. Bylo by samozřejmě krásné, kdyby se vše vrátilo do stavu ‚před koronou‘, ale nemyslím si, že je to možné.“

Jako každá zkouška, tak i tohle nás má něco naučit a je na každém, zda si z toho vezme to pozitivní, nebo negativní. I kdyby to mělo být jen uvědomění, že člověk není neomezeným pánem světa.“ ◀

VERONIKA MARKOVÁ

Těším se na sluníčko

„Nejsem jasnovidec, ale velmi si přeji, aby se život vrátil do normálu, abychom se mohli potkávat, cestovat, zajít si do kina, divadla... Abychom byli zdraví... Těším se na jaro, sluníčko, přírodu...“ ◀

JARMILA BÁLINTOVÁ

Budeme si vážit vztahů

„Doufám, že bude vymýcen covid a škola se vrátí do původního stavu. Budeme si všichni více vážit vzdělání, mezilidských vztahů a všech vymožeností, které nám klidný život poskytují.“ ◀

JANA VOLFOVÁ

Jaký bude rok 2021?

Anketu s učitelkami
pořádila:

ELISABETH DANIEL

Bez komplikací

„Doufám, že tento rok bude lepší než ten minulý a už ne tak komplikovaný. Že se aspoň kolem léta můžeme zase více stýkat s přáteli. Snažím se věřit, že to bude všechno dobré.“ ◀

PAVLA BORTOVÁ

Přeji si, aby byl co nejobyčejnější

„Jaký bude rok 2021? Tak to nevím, ale mohu vám říct, co si přeji, jaký by měl být. Kdysi jsme si přáli hory doly, modré z nebe, prince na bílém koni, vyhrát milion dolarů... Loňský rok, který se zapíše do historie nejen naší, ale celé planety, vše změnil.“

Přeji si, aby ten nový byl co nejobyčejnější. Abychom mohli chodit do práce, do škol, jezdit na dovolené, sportovat, navštěvovat babičky a vnučata, a covid aby byl pro nás už jen minulostí...

Snad nejsem daleko od pravdy? Snad nás očkování vytrhne z nepříjemností této doby a my oceníme ten běžný každodenní „normální“ život...“ ◀

ALENA DOLEŽALOVÁ

