

PODSKALÁK

VI. vydání

prosinec–leden 2025/26

Prague
Playoffs

Samet
2025

Rozhovor
s představitelem
Palacha

Rozhovor
s pí. učitelkou
Šoobovou

ROZHOVORY, ČLÁNKY, TIPY, REPORTÁŽE, RUBRIKY

Stále je potřeba, ji chránit

Svoboda. Element naprosto nepostradatelný a aktuální. Element, který nesmí vyhasnout a musí tu být stále s námi. Proto i my jsme mu věnovali speciální pozornost v našem šestém vydání.

Připomínáme si oslavy sedmnáctého listopadu, invazi vojsk Varšavské smlouvy a výročí upálení Jana Palacha. Připravili jsme pro vás hned několik článků a rozhovorů, které upozorňují na důležitost svobody a jak její omezování vypadá dnes. K tomu se ohlížíme za Sametem na škole, ke kterému nám promluvily samy pořadatelky ze 4. B.

Novinkou Podskaláku je rubrika, ve které náš redaktor vysvětluje děje ve vesmíru. Dále se můžete těšit na zajímavé tipy redakce, kam vyrazit, nebo vřele doporučuji mysteriózní příběh k přečtení na konci vydání.



Rozálie Fingerová, 4.G
šéfredaktorka

Vážení čtenáři, vážené čtenářky, přeji vám pohodové čtení šestého vydání Podskaláku!

Dodatek: Omlouváme se naší redaktorce Heleně Grisonové za chybné uvedení jejího oboru v předchozím vydání. Jedná se o studentku 1. V, nikoliv 1. B.

NAŠE REDAKCE

Šéfredaktorka: Rozálie Fingerová

Zástupkyně šéfredaktorky: Tereza Tichotová

Redakce: Sára Šimková, Johana Riegerová, Petra Skokanová, Markéta Pešková, Riona Riessnerová, Emílie Šmeráková, Helena Grisonová, Tomáš Klečka, Abraham Noah Jamie

Korektura: Rozálie Fingerová, Markéta Pešková, Riona Riessnerová

Grafika: Tereza Tichotová, Rozálie Fingerová, Riona Riessnerová

Autorka titulní strany: Alžběta Jozová + Karel Cudlín (foto)

Kontakt: casopis.podskalak@gmail.com

Školní časopis Podskalák byl založený v roce 2024 po dlouhodobém usilování studentky Tamary Mackové, která tehdy chodila do 4. ročníku gymnázia.

Obsah

04 **Za svobodu: rok 1968 a Jan Palach**
Jak to tenkrát bylo?

06 **Rozhovor s Viktorem Zavadilem**
Představitel Jana Palacha nám sdělil svůj pohled na vnímání svobody a zavzpomínal na natáčení filmu *Jan Palach*

12 **Velvet 89**
Zahrajte si hru a buďte blíž k Sametové revoluci

13 **NepřemoŽENY – Měsíc příběhů bezpráví 2025**
Potlačování svobody i dnes

6



15 **Samet na Podskalské**
Ohlédnutí za Sametem na Škole 2025

19 **Výstava Tělo v pohybu**
Plastinace, kontroverze a fascinující exempláře

21 **Národní parky, které pravděpodobně neznáte**
Fascinující národní parky z různých koutů světa

23 **Rozhovor s učitelkou Šoobovou**
Její cesta k učitelství, pohled na dnešní generaci a další

27 **Volby 2025**
Výsledky

19



29 **Vlastní divadlo? Žádný problém!**
Příběh o dvou studentkách, které zrealizovaly autorské představení

31 **Rozhovor s Klárou Bulínovou (2. G)**
Výraz, dynamika, emoce

34 **Deník veterinářky**
Co se děje s mazlíčkem za dveřmi operačního sálu?

37 **Prague Playoffs**
Akce pro milovníky koní

37



39 **Vesmír z pohledu studenta**
Život hvězd: od zrodu po zánik

41 **Svět moderního pětiboje**
Rozhovor s Eliškou Jechovou ze 4. B

45 **Avatar: Oheň a popel**
Třetí film Avatar přichází do kin 17. prosince

46 **Festival francouzského filmu**
Jak letošní ročník probíhal?

47 **Chomáč černých vlasů**
Příběh

Za svobodu: rok 1968 a Jan Palach

Je svoboda samozřejmost? Jaký měl vliv na budoucnost rok 1968? Na to, a další témata s tímto spjatá, bych se chtěla zaměřit v tomto článku. Začnu představením demokracie. Povíme si o druzích demokracie a co znamená pojem referendum. Podíváme se blíže na okolnosti roku 1968 a proč se upálil Jan Palach.

HELENA GRISONOVÁ, 1. L / FOTO INTERNET

Demokracie funguje na takovém principu, kde si lidé volí zástupce ve volbách a ti následně rozhodují o dění země. V České republice volíme – prezidenta republiky, poslance do Poslanecké sněmovny, senátory do Senátu, členy zastupitelstev krajů a obcí. Existuje několik druhů demokracie:

Přímá demokracie – občané sami přímo rozhodují o zákonech a důležitých otázkách. Ta je uplatňována hlavně v menších státech a obcích (například Švýcarsko).

Zastupitelská neboli nepřímá demokracie – občané si ve volbách volí své zástupce, kteří za ně rozhodují v parlamentu nebo zastupitelstvech (například Česká republika).

Polopřímá demokracie – kombinuje zastupitelskou demokracii s prvky přímé demokracie, jako jsou referenda nebo petice, občané mají možnost přímo zasáhnout do rozhodování.

Dále dělíme demokracii podle fungování státní moci...

Parlamentní demokracie – vláda vychází z parlamentu a je mu odpovědná, parlament má hlavní moc (například Česká republika).

Prezidentská demokracie – prezident je hlavou státu i vlády, má silné pravomoci a je volen přímo občany (například USA).

Poloprezidentská demokracie – moc je rozdělena mezi prezidenta a vládu, prezident je volen přímo, ale vláda je odpovědná parlamentu (například Francie).

Česká republika je zastupitelská parlamentní republika.



Co znamená pojem referendum?

Občané hlasováním rozhodují o důležitých otázkách zákonodárné nebo výkonné povahy, namísto aby o nich rozhodovali volení zástupci. Referendum se koná tajným hlasováním na základě všeobecného, rovného a přímého hlasovacího práva. Například ve Velké Británii se odehrálo referendum v roce 2016 a to v otázce ohledně vystoupení z Evropské unie. 51,9 % voličů tehdy hlasovalo pro, a proto v roce 2020 došlo k oficiálnímu odchodu Velké Británie z Evropské unie (trvalo to dlouho kvůli legislativním procesům). Referenda mohou být vyhlášena pro celý stát, kraj nebo obec. Je to forma přímé demokracie.

Rok 1968

21. srpna 1968 došlo k invazi vojsk Varšavské smlouvy. Tato událost ukončila pokus o reformu zvanou Pražské jaro. Během Pražského jara se v Československu odehrávaly pokusy o politickou a společenskou liberalizaci pod heslem "socialismus s lidskou tváří", zahrnující uvolnění cenzury, vznik nových organizací a reformní politiku v čele s Alexandrem Dubčekem. Nějakou

dobu to vypadalo nadějně, ale invaze v roce 1968 vše potlačila a poté následovalo období "normalizace". Během tohoto období byly jakékoliv reformy potlačovány.



Invaze vojsk Varšavské smlouvy (foto: wikipedia)



Alexandr Dubček (foto: ČTK)

jak tento čin nazýval, uskutečnil 16. ledna v horní části Václavského náměstí. Do nemocnice byl převezen s rozsáhlými popáleninami, ale po třech dnech zemřel.

Pokud vás zajímá více o Janu Palachovi, tak nezapomeňte sledovat náš Instagram, jelikož se tam objeví rozhovor s panem vrátným, který se s ním znal osobně!

Akce Jana Palacha

A jak s tím vším souvisí Jan Palach? Začneme tím, že si ho trochu představíme... Jan Palach byl studentem historie a politické ekonomie Filozofické fakulty Univerzity Karlovy. Je znám, jelikož se upálil na protest proti potlačování svobod a pasivnímu přístupu veřejnost po invazi v roce 1968. Upálil se v roce 1969, když mu bylo pouhých 20 let. Svou akci,



Jan Palach (foto: VŠE)

„Nerozumím tomu činu, právě proto, že nejsem schopen představy něco takového udělat,“ říká představitel Jana Palacha - Viktor Zavadil

V lednu uběhne 57 let od upálení Jana Palacha. Viktor Zavadil, představitel Palacha ve stejnojmenném filmu a držitel ceny Thálie, vzpomíná na natáčení, mluví o tématu svobody a o tom, jak česká společnost vnímá odlišnou sexuální orientaci.

ROZÁLIE FINGEROVÁ, 4. G / FOTO ARCHIV VIKTORA ZAVADILA

V šestém vydání se zabýváme tématem svobody, oslavou Sametové revoluce a připomínkou Jana Palacha. Co pro vás tyto témata znamenají a jak moc hodnotné pro vás v životě jsou?

Já to mám asi výhodnější v tom, že jsem nezažil dobu nesvobody. Takže to nemám s čím srovnávat. Všechny ty zákazy cestování, cenzura, nemožnost říct svobodně co si myslím, bez reálné hrozby postihu od státu. Tohle jsem nezažil. Takže když svobodu oslavuji, slavím to, v čem žiju, což je fajn. A oslavuji to proto, aby to tak taky zůstalo.

Pokud bych to přirovnala k sousednímu Slovensku, tak o to více tato témata člověka zasáhnou a je vděčný za to, v čem žije.

Jasně. Člověk kouká na Slovensko, které nám je nejbliž. Lidé žijí ve svobodné zemi a všechno naznačuje tomu, že to tak je. Zároveň tamější události spějí k bodu, kdy to tak nemusí být, což je hrozná představa.

Včera jsem četl, že slovenská ministryně kultury Martina Šimkovičová vyhrála soudní spor, o zákaz mluvit o ní veřejně a vyjadřovat se k ní. A to se té svobodě strašně vzdaluje, když je to dáno státním nařízením.



foto: Kristýna Sigmundová

Zároveň se s tím pojí to, že si můžeme dělat co chceme, v rámci morálních a mravních pravidel. To, co nám svobodu určuje a vymezuje, nemůže být přechod k tomu dělat si úplně co chci, bez ohledu na ostatní. Svoboda od nás mimo jiné požaduje zodpovědnost za naše činy.

Jan Palach o svém činu hovořil jako o akci. Nepovažoval ji za sebevraždu. Vidíte to stejně jako on?

Je těžké vtom vidět něco jiného, mohl to nazvat jakkoliv, ale reálný průběh byla sebevražda. Možná v tomto případě je důležitější, co tím chtěl říct, k čemu chtěl společnost vyburcovat. V případě, že ta to nevnímá jako sebevražedný krok, ale výzvu, je hloupost tomu takhle říkat. Já bych na to určitě neměl – vyzývat takhle společnost. A myslím si, že z historie je vidět, jak strašně složitý a dlouhý proces následoval, až doby, kdy jeho výzva měla dlouhodobý účinek.

Zároveň jste říkal v některém z rozhovorů, že Palachově činu nerozumíte. Během přípravy na roli, jste mohl mít myšlenky a otázky, na které byste se ho chtěl zeptat. Je právě toto nepochopení tou otázkou, která by vás zajímala, a nebo byste chtěl vést rozhovor na jiné téma?

Nerozumím tomu činu, právě proto, že nejsem schopen představy něco takového udělat. Ohrozit bezprostředně svůj život jen proto, abych společnost k něčemu vyburcoval. A zároveň, jak jsem říkal, jsem nežil v nesvobodě, takže nemám zkušenost. A jestli bych se ho na něco zeptal?...Takhle to nemám. Pro mě to byla práce na roli a k tomu ještě první a strašně velká, takže jsem měl úplně jiné strachy a očekávání. Cokoliv jiného, než touha potkat ho a zjistit, co se mu honilo hlavou.

Myslím si, že od toho film, divadlo a umění celkově je, pokud se nebavíme o dokumentu. Je to interpretační záležitost, nejde vždy o přesné pojmenování toho, co se postavám honí hlavou, ale hledání kousku sama sebe, svých postojů. Říct: „Tohle jsem já“ není tak podstatné, spíš přes sebe celé téma přefiltrovat.

Takže to mě nenapadlo, na co bych se ho zeptal. Ale teď, když nad tím přemýšlím, bylo to téma i našeho filmu, chtěl bych se ho zeptat, nakolik v tom všem přemýšlel o svých blízkých. Jestli si uvědomoval, jak jim to ublíží, nejen ze společenského hlediska. Protože mu muselo být jasné, že jeho rodina bude čelit výsledkům a represím ze strany státu. Jak moc zvažoval, co je pro něj na té váze důležitější – jestli tento společenský čin, který udělal, nebo rodina, která o něj přijde.

Je to sedm let od premiéry filmu. Jak vzpomínáte na své první velké natáčení?

Už to vzala voda. Není to tak, že bych po večerech vzpomínal na natáčení *Jana Palacha*.

Ted', když jsem vám to připomněla, co vás jako první napadne?

Asi scény se Zuzanou Bydžovskou, kdy jsem měl pocit, že jsem měl představu o tom, co hraní je, že to má mít energii, netušil jsem, že se sní dá takovým způsobem pracovat. S natáčením se mi pojí léto, které bylo ve filmu často. Poté Denisa Barešová, která hrála přítelkyni Jana

Palacha. Takové pocity.

Hezké pocity?

Jo, vlastně jo. I když to bylo samozřejmě hrozně stresující. Vůbec jsem nevěděl, kde jsem a co dělám. Mám pocit, že z pracovního hlediska je toto někdy asi nejlepší. Nejlepší je nevědět, co člověk dělá.

Jaké bylo natáčení závěrečné scény, upálení? Natočili jste to napoprvé?

Bylo to rozdělené, já jsem ve filmu do momentu škrtnutí zápalky a celé hoření dělá kaskadér. Znovu jsem tam v blízkém záběru na konci.

Zatímco mě v maskérně tři až čtyři hodiny tvořili masku, venku točili samotné hoření. Myslím, že točili pouze jednou, protože vedoucí kaskadérů řekl, že už podruhé do toho svého člověka nepustí. Byl samozřejmě pojištěn nehořlavým gelem, ale nelze to opakovat do nekonečna.

Příprava před upálením, kdy odloží kabát a dopis, se točila dlouho s různými variantami. Poslední záběr zblízka se točil tak jednou, dvakrát. Když jsem šel z maskérského autobusu na plac, režisér Robert Sedláček, který mě vedl, protože jsem přes masku moc neviděl,

se omlouval, že se na mě nemůže dívat. Já to měl rád, protože jsem věděl, že to je pouze maska.

Rád?

Ano. Je to zajímavé z hereckého hlediska, kdy z vás v maskérně vytvoří naprosto realistické ztvárnění toho, jak asi vypadá těžce popálený člověk. Je to maska, já v té situaci nejsem.

A co lití benzínu na sebe? Bylo to pro vás silné?

Dlouho jsme hledali formu energie, v jakém stavu je člověk, který nad tím dlouho přemýšlí a dlouho se na to připravuje. V jakém stavu probíhají ty poslední vteřiny před tím, než se opravdu odhodlá. Jak moc ho to znervózní, nakolik si najednou začne být nejistý tím činem. Myslím si, že se nám tam lehkou nervozitou nebo zmatenost povedlo dostat.



S Denisou Barešovou – přítelkyně Jana Palacha (foto: Karel Cudlín)

Vím, že jsem byl potom hrozně nervózní z toho, že – což si divák asi nevšimne, jen „šťouralové“ – to nebyl benzín, ale voda. Má jinou konzistenci a on to někdo na place řekl a kvůli tomu jsem od té doby nebyl schopný myslet na nic jiného.

Vedle toho, že byla pro vás postava Palacha tak významnou, nejen v hereckých začátcích, co vám tato role důležitého zanechala? Něco, co si s sebou nesete dodnes.

Nevím, jestli je to postava Palacha, práce na projektu, anebo částečně setkání s Robertem Sedláčkem. Myslím si, že kdybych toto neabsolvoval, tak nepřemýšlím tolik nad tím, co dělám. To, že to byl první projekt, Robert Sedláček a Palach – který byl velmi intelektuální v tom, jak moc přemýšlel nad kontextem a souvislostmi – mě nasměrovalo jinam. Myslím si, že bych jinak zvolil jinou cestu a postoj k práci, možná více intuitivní.

Je historická postava vedle Jana Palacha, kterou byste si rád zahrál? Ať už z České republiky nebo zahraničí?

Asi nemám historickou, dramatickou a ani nehistorickou postavu, kterou bych si rád zahrál. Nějak to nemám. Vždy, když přijde nabídka práce, tak se v tom snažím najít, jestli se to se mnou v ten moment pojí nebo ne. Ale vysněné role nemám.

Letos na podzim jste získal svou první cenu uměleckého ocenění - cenu Thálii v kategorii do 33 let. Vyplatilo se čekání? Jaké to je, mít Thálii?

Nevnímám změnu. I když je samozřejmě hezké, když lidé gratulují a přejí mi to. Momentálně mám volnější pracovní období, tak nedokážu posoudit, jestli mi to přineslo nějakou změnu ve vnímání

pracovních věcí.

A jestli se vyplatilo čekat? To není úplně na mně. To čekání není, že bych seděl a čekal, až to tedy přijde.

Vlastně pracovně jsem spokojený, nehledě na to, jestli Thálie přišla nebo ne. A snad se mi podaří nemít závazek v potřebě si to obhájit další cenou. Protože si myslím, že je ve mě nebezpečí vzniku takových myšlenek – potřeba to obhájit před ostatními tím, že to zopakuji.

Během večera předávání Thálií jste ve svém projevu mimo jiné děkoval svému příteli. Setkáváte se s narážkami na Vaši orientaci, nebo Vám přijde, že se ocitáte ve společnosti, kdy je toto téma normalizované?

Řekl bych, že obojí. Nesetkávám se s konkrétními narážkami na mě. Myslím si, že lidé už pochopili, že to může být bolestivé, zvláště ty konkrétně mířené, a hlavně je to zbytečné, hrubé a zlé. Občas, což je společenské téma po posledních Slavících, zazní obecné „teplé“ fóry. Já sám mám rád takový teplý humor, když je dobrý, vtipný a nikoho nezesměšňuje. A s tím mám problém. Spousta lidí chce uvolnit atmosféru okolo tohoto tématu, tak sklouzává k takovému humoru. Je strašně těžké vyčíhnout kontext, jestli si to můžu dovolit a jestli to, co říkám, nemůže někomu v ten moment ublížit, a nebo jestli to není skrytě homofobní humor, který zvýrazňuje nějaké stereotypy.

Takže ano, setkávám. Nechci být takový bijec za korektnost v tom špatném slova smyslu, ale zároveň si myslím, že to zvládneme bez toho. Že svět bude stejně vtipný i bez toho aniž bychom museli zesměšňovat nějakou skupinu lidí na základně věcí, které nemůžu jakkoliv ovlivnit.

K tomu jste moderoval závěr Pridu 2025. Jak jste přišel k této práci?

Nabídli mi to přímo z Pridu. Občas s nimi spolupracuji na různých čteních a tak podobně.

Pro mě bylo takové velké moderování poprvé. A bylo to super! Moderovali jsme s Kristýnou Sitkovou, se kterou se znám nějaký čas. Nevěděl jsem, co to obnáší a co se ode mě očekává. Nakonec jsem zjistil, že je to opravdu jen provedení celým odpolednem.

Za rok vás uvidíme znovu na pódiu?

Nevím, o tom jsme se nebavili. Já bych byl rád, užil jsem si to, tak doufám, že jo. A když ne, tak ne. Objevím se tam aspoň jako návštěvník.

Na čem momentálně pracujete? Na co nás, mě a čtenáře, můžete nalákat?

Příští rok bude mít výročí svatá Anežka Česká. Takže vzniká dvoudílný film o Anežce České, který režíruje Lenka Wimmerová. Anežku hraje Eliška Křenková a já hraju jejího bratra, krále Václava I. Což bude pro mě zatím nejstarší historická postava. Už proběhla první tiskovka a příští rok bude premiéra.

V rozhlase vznikl projekt *Případ Holečkovi*, hraná série o restorativní justici, kde také vystupuji.

A divadlo?

Divadlo teď nejnovější žádné. Až do dubna, kdy zkouším v Činoherním klubu, tak nic. Poslední, co jsem dělal v Činoherním klubu, byl projekt - *Tě tmě utíkám ve Smečkách*. Jednorázový, v bloku hraný projekt, kdy jsme diváky provedli zákulisím divadla, a i ulicí Ve Smečkách a



Předávání cen Thálie 2025 (foto: Kateřina Šulcová)

jejími skrytými místy. A poslední představení tu byla Komuna.

Na závěr se zeptám, jestli máte vzkaz pro naše čtenáře. Chcete něco sdělit mladým lidem ze střední školy?

Ať čtou váš časopis a ať si užívají života!



Představení Komuna, Viktor Zavadil druhý zprava (foto: Pavel Něsvadba)

Velvet 89

Každý z nás asi dobře zná pojem Sametová revoluce. Existuje nespočet filmů, knih a jiných zpracování popisujících události naší, snad nejdůležitější, revoluce. Ale věděli jste, že existuje hra, která vás provede jak samotnou stávkou na Národní třídě, tak i událostmi, které jí předcházely a co se dělo potom?

SÁRA ŠIMKOVÁ, 2.B / FOTO STEAM

Tato hra není úplnou novinkou, vyšla již v roce 2024, letos však byla rozšířena o novou kapitolu, více postav a nové předměty na hledání. Hra byla vytvořena vývojáři z Charlesgames, vývojářské dílny spadající pod Univerzitu Karlovu, ve spolupráci s organizací Člověk v tísni. Vznikla jako důležitá část projektů Příběhy bezpráví a Jeden svět na školách. Získala několik cen – například v Awards 2025 a BIG festival 2025.

Hra funguje ve stylu takzvaných hledacích her (hidden object). Má šest kapitol, ve kterých navštívíte pět měst – Teplice, Prahu, České Budějovice, Ostravu a nově i Brno. Celá hra je založena na tom, že v davu demonstrace hledáte určité lidi a ztracené předměty. To, že najdete předmět, vám otevře bonusové okno, kde se dozvíte extra



informace k určitým demonstracím. Když najdete postavy, docílíte toho, že vám postava řekne, jak se jmenuje, kde pracuje a proč na demonstraci vůbec přišla. Postavy vám řeknou svůj příběh a jak vidí současnou situaci. Dozvíte se tedy, jak komunistický režim vidí studenti, učitelé, anebo třeba horníci.

Mně osobně přijde, že hra je super cesta, jak si Sametovou revoluci přiblížit a možná ji i lépe pochopit. Zvukové efekty a grafika, připomínající novinové výstřižky a zaprášená fotoalba, vás opravdu vtáhnou do děje a vy máte pocit, že jste opravdu v osmdesátém devátém. Hra není vůbec náročná, ale kdybyste se náhodou zasekli, hra vám dá nápovědu, jak dál. Takže toho, že hru nedoděláte, se vůbec nemusíte bát. Není ani časově náročná, měla by trvat zhruba 45 minut, takže čas si najde opravdu každý. Hru bych tedy rozhodně doporučila jak studentům, tak učitelům, klidně i rodičům nebo sourozencům.

NepřemoŽENY – Měsíc příběhů bezpráví 2025

Jestli jste se během listopadu procházeli pasáží Lucerna, možná jste si všimli plakátové výstavy na téma ženský odpor proti totalitě. Nebo jste možná zaslechli hlasitý potlesk z prostoru kina. Jestli ne, vůbec to nevadí – v tomto článku se vše dozvíte.

SÁRA ŠIMKOVÁ, 2.B / FOTO JSNS.CZ

Příběhy bezpráví je projekt, který má za úkol přiblížit dětem a studentům časy nesvobody a bezpráví české historii. Vznikl v roce 2005 pod známou organizací *Člověk v tísni* a má sloužit jako připomenutí, že svoboda není samozřejmá a že se o ni musíme starat a zajímat, jinak může dost rychle nastat to, co nastalo v minulosti. V rámci projektu se pořádají besedy, pamětníky, výstavy, filmové projekce, semináře, a dokonce vydávají knihy. Některé materiály a akce jsou bohužel přístupné jen učitelům a školám, stejně ale doporučuji podívat se na jejich stránky – například filmy a termíny výstav široké veřejnosti otevřené jsou. V roce 2009 pod projektem vznikla Cena Příběhů bezpráví – cena, která se každý rok předává několika lidem, kteří si stáli pevně za svým a nenechali se jen tak zlomit totalitním režimem.

Letošní rok

Tento rok se to rozhodli pojmout trochu jinak. Letos se totiž slavilo výročí 75 let od justiční vraždy Milady Horákové, a tak se organizátoři rozhodli, že letos budou oceněny samé ženy. Jak to bývá každý rok, laureátky vybrala studentská rada, která ceny následně i předala. Jako první cenu obdržela Milena Blatná. Za mlada pracovala jako účetní v jáchymovských dolech, kde pomáhala politickým vězňům. Ani po válce nepřestala pomáhat lidem – v současnosti pracuje jako předsedkyně Konfederace politických vězňů. Další laureátkou je Ivanka Lefeuvre, která mimo jiné podepsala Chartu 77 a byla donucena emigrovat. V jejím proslovu zaznívalo hlavně to, jak moc důležité je, aby se mladší generace zajímala o dodržování lidských práv a demokracii. Poslední oceněnou ženou je Věra Roubalová Kostlánová. Protestovala už jako studentka, podepsala Chartu 77 a ukrývala spolu s rodinou pronásledovanou Dagmar Šinoglovou. Současně pracuje jako psychoterapeutka příchozím z Ukrajiny a provádí terapie transgeneračního přenosu traumat z holocaustu.

Ocenění

Cena příběhů bezpráví má i speciální cenu – ocenění do zahraničí. To funguje tak, že organizátoři hledají za hranicemi České republiky osoby, které proti totalitním režimům bojovaly – anebo teprve bojují. To druhé je bohužel častější než to první. Letošní laureátkou je Iryna Danylovych, zdravotní sestra, novinářka a bojovnice za lidská práva. V roce 2014 se na Krymu podílela na dokumentaci bezpráví na lékařích, sestrách ale i obyčejných lidech. Od roku 2022 je však zavřená ve vězení, kam byla umístěna na základě falešných důkazů. Žije tam ve strašných podmínkách – i přes zdravotní problémy je jí odpírán jakýkoliv lékař a komunikace s rodinou je velmi omezená a náročná. Tetiana Pečončyk, žena, která pro ni cenu zatím převzala, ve svém proslovu zdůraznila, že se jim informace o ceně podařila dostat až k Iryně. Rodina silně doufá, že jí zpráva o tom, že se o jejím boji ví a že ji lidé oceňují, dodá naději a sílu na to nadále bojovat, a ještě se nevzdávat. Ve vězení je už tři roky, a ještě před sebou má alespoň další čtyři. Rodina však doufá, že ocenění a zveřejnění jejího příběhu by mohlo trest zkrátit, nebo alespoň zmírnit.



Zahájení 21. ročníku Měsíce Příběhů bezpráví v pražském kině Lucerna

Důkazem toho, že zázraky se dějí a naděje pořád přetrvává, byla skutečnost, že na předávání cen dorazila i Palina Šarenda-Panasjuk, běloruská lidskoprávní aktivistka, která ocenění do zahraničí dostala v roce 2021, ale nemohla si cenu stejně jako předešlá laureátka vyzvednout z důvodu uvěznění. V nedávné době se z vězení dostala a utekla do exilu, proto mohla cenu po letech osobně převzít. Její proslov byl srdceryvný a můžu naprosto jistě říct, že za celý večer dostala nejdelší a nejhlasitější aplaus. A Palina nepřestává bojovat.

Na předávání cen v Lucerně jsem byla osobně a můžu tedy naprosto klidně prohlásit, že to byla moc zajímavá, poučná a důležitá akce, na kterou bych pozvala úplně kohokoliv. Pojďme tedy nezapomenout na to, co pro nás minulé generace vybojovaly a skutečnost, že někde za svobodu pořád bojují.

Samet na Podskalské

Jistě jste všichni zaznamenali zpestřující a obohacující akci Samet na škole, která se již druhým rokem realizovala díky Marice Kolářové a Daniele Plachtové ze 4.B. Tak se pojdme podívat, jak akci hodnotí holky z jejich pohledu a zároveň si přečíst krátkou rekapitulaci výběru z mnoha přednášek očima našich redaktorů.

MARKÉTA PEŠKOVÁ, 4.B / FOTO DANIELA PLACHTOVÁ, PODSKALŠTÍ FOTOGRAFOVÉ

Co vás vedlo k tomu akci pořádat i letos?

Dalo by se říct, že to stejné, co loni poprvé. Obě jsme totiž přesvědčené, že připomínka takto podstatné historické události je velmi potřebná. Stejně tak obě zastáváme názor, že moderní historie se ve školách vyučuje až příliš málo a toto je ideální příležitost, jak tomu jít nenásilně naproti.

Kdo vám s akcí pomáhal, jak z učitelů, tak ze studentů?

Největší pomoc nám v průběhu příprav Sametu bez pochyby poskytla zástupkyně ředitele školy, paní Mgr. Hedvika Škapová. Studenty jsme požádaly, aby nám na výtvarné výchově vytvořili nějaké hezké tematické obrázky, za které takto ještě jednou mockrát děkujeme, moc se vám povedly a využijí se i do příštích let. Velkou pomoc studentů jsme také využily den před akcí, kdy jsme ve škole s velkou částí z vás strávili celé odpoledne, a to hlavně co se týče výzdoby celé školy.

Jak se vybírali hosté?

Celý námět na pořádání Sametu na školách zaštituje organizace Díky, že můžem (pozn. red. všechny podrobnější informace najdete na jejich webu). Velkou část workshopů jsme tedy zařizovaly právě přes jejich systém, kde je možné vybírat z velkého množství témat a organizací, které je pořádají. Letos jsme měli na škole ještě pár přednášek navíc (Václav Havel, Potřebujeme ještě média?), které zařídila naše paní zástupkyně.



Jak akci hodnotíte z vašeho pohledu?

Z našeho pohledu se i letošní Samet na Podskalské velmi vyvedl. Máme velkou radost, že se nám letos podařilo celou akci pořádat ve větším a věříme, že studenti, kterým předáme štafetu, povedou další ročníky přinejmenším tak dobře.

Na jakých přednáškách jste byly vy, a jak se vám líbily?

Obě jsme se přihlásily na přednášku Václav Havel, kterou bez pochyby hodnotíme velmi pozitivně a přínosně. Možnost poslechnout si jakéhokoli pamětníka, který dané momenty na vlastní kůži zažil, je něco úžasného, a hlavně to dokáže studentům velmi názorně přiblížit kontext událostí, které jsou součástí historie naší země, jako tomu bylo právě na tomto workshopu.

Poté jsme se účastnily workshopu *Díky, že můžem* volit, i tento workshop se dle našeho názoru moc povedl. Byl velmi interaktivní a dovedl nás, studenty, k aktivnímu kritickému myšlení a rozhodně jsme si z něj všichni odnesli nějaké nové informace.



Co byste do budoucna na akci udělaly jinak, změnily...?

Jsme si vědomy, že do příště by bylo potřeba vylepšit například časovou návaznost workshopů na další podněty v rámci Sametu. Také si moc vážíme všech ohlasů k akci, a to těch pozitivních i negativních. Konstruktivní kritika je skvělý nástroj ke zlepšení. Předáme všechny potřebné informace a osobní tipy v rámci organizace studentům, kteří budou mít zájem další ročník pořádat a věříme, že to s každým dalším ročníkem bude jen a jen lepší a snazší.

Od kdy jste akci začaly připravovat?

Je důležité s akcí začít včas, aby na vše byl dostatek prostoru. My jsme tedy letošní ročník začaly pomalu zařizovat někdy v průběhu června, doporučujeme ale klidně ještě o něco dříve, když se teprve budete zažívat s rezervačním systémem workshopů apod. Z vlastní zkušenosti chceme doporučit, abyste se ještě před letními prázdninami jasně dohodli s vedením školy na možných finančních prostředcích, které vám poskytne. Pár workshopů je zcela zadarmo, většina ale ne, tak abyste věděli, s čím můžete počítat. Workshopy je úplně nejideálnější objednávat na konci srpna, kdy se spouští rezervační systém a je tedy ještě nejvíce možností.

Jak vznikl nápad pozvat více hostů najednou, nebo swap oblečení?

Jak jsem už zmínily, celá akce je pod záštitou organizace *Díky, že můžem*, která se ale nevěnuje jen pořádání Sametů na školách ale celé řadě dalších významných akcí. Právě na těchto akcích jsme měly obě možnost poznat spoustu úžasných mladých a inspirativních lidí, se kterými jsme neustále v kontaktu. Velká část z nich pořádala loni i letos vlastní

Samety na školách a navzájem jsme se takto mohli inspirovat. Organizace *Díky, že můžem* také většinu příspěvků sdílí hromadně na svých sociálních sítích.

Co bylo na přípravě nejnáročnější/trvalo nejdéle?

Nejnáročnější pro nás pravděpodobně byla celá organizace workshopů. V první řadě jsme musely objednat všechny námi vybrané workshopy. Poté bylo třeba všem napsat a zjistit, jaké jsou jejich časové možnosti. Podle toho jsme je rozřadily do tří hlavních časových bloků. Celý proces byl organizačně poměrně náročný a zdlouhavý, ale stálo to za to!



Pustily byste se do přípravy akce znovu?

Bez váhání! Pořádání akcí podobného rázu má rozhodně smysl, ještě o to více, když je to přímo ve škole. Nechceme tím ale říct, že naplánovat takovou akci pro nás bylo jednoduché, to určitě ne, přeci jen jsme v tom poměrně ještě nové. Pokud si ale utvoříte dobrý tým lidí, kteří budou ochotni do toho vložit svůj osobní čas, budete se po celou dobu podporovat, a hlavně spolu a s vedením komunikovat, tak vše hravě zvládnete. I když jsme nad organizací strávily velké množství osobního času, tak finální výsledek stál rozhodně za to.

dodatek:

Organizace *Díky, že můžem* má pod záštitou další úžasné projekty. Každý rok například pořádají velkou akci Korzo národní právě na připomínku události 17. listopadu 1989, které se obě každý rok účastníme ať už jako dobrovolnice nebo běžní návštěvníci. Také jsme se ve třetím ročníku zúčastnily jejich zrovna rozrůstajícího projektu celoroční Akademie *Díky, že můžem*. Nebudeme přehánět, když řekneme, že nám částečně změnila život. Celý námět akademie je utvořený tak, aby vás sám navedl k tomu, že si najdete to svoje téma. Může se jí zúčastnit kdokoli, kdo je stále studentem střední školy a je to zcela zdarma. My jsme tam měly možnost potkat neuvěřitelné množství mladých, úžasných a inspirativních lidí, se kterými jsme do dnes v kontaktu. My obě tedy můžeme vřele doporučit se na Akademii přihlásit, možná zrovna Akademie bude tím impulzem ke změně, na kterou čekáte, jako byla právě pro nás.

Sametové přednášky

Komentáře naší redakce na přednášky spojené se Sametem na škole.

Potřebujeme ještě média? – Rozálie Fingerová, 4.G

„Z přednášky jsem byla nadšená! Novinářka Tereza Engelová měla připravenou prezentaci na ukázkou své práce – kde všude pracovně byla a co tam prožila. Poté měla druhou prezentaci, kde nám přiblížila, jak to v médiích funguje a proč jsou pro demokracii tak klíčové. Je škoda, že nebylo více času, jelikož bylo stále o čem diskutovat. Pokud by dorazila za rok znovu, všem vřele doporučuji zajít si ji poslechnout!“

Co je to totalita? – Markéta Pešková, 4.B

„Díky přednášce od paní Kamily Bendové jsem si znovu uvědomila, jak důležitá je svoboda slova. Vyprávění mrazivých událostí z tehdejší doby mi připomnělo, že nikdy nesmíme zapomínat na to, co se dělo, a neustále si historii opakovat. Slyšeli jsme například, jak tehdy probíhaly volby a myslím si, že nejsem jediná, kdo si v ten moment pomyslel, že teď na tom nejsme zase tak špatně a že máme alespoň nějaké možnosti volby, ne jako dříve.“

Vždyť já nemůžu nikdy nic změnit – Sára Šimková, 2.B

„Přednášku, na které jsem byla já, pořádala moc milá paní z Milionu chviliek pro demokracii. Nejdříve jsme si povídali o tom, jak každý z nás chápe demokracii a co do ní vlastně vůbec patří. Potom jsme se dívali na tematický film a hráli kahoot na téma: Události listopadu 1989. To mi přišlo jako super nápad, jelikož jsem si mohla vyzkoušet, kolik toho vlastně znám a zároveň se dozvědět i něco nového. Taký se mi líbilo, že díky kahootu se do programu aktivně zapojili i více introvertní studenti jako jsem třeba já.“



Václav Havel – Emílie Šmeráková, 2. G

„Přednášející pan Urban nám povyprávěl o průběhu pádu komunismu. O tom, jak se z Václava Havla stal prezident. Hezky nám přiblížil, jak svůj, tak i Havlův život. Mluvil o problémech s STB a o Chartě 77. Bylo velice zajímavé poslouchat někoho, kdo se opravdu podílel na vzniku demokratického Československa. Asi od žádného učitele dějepisu by toto téma neznělo tak dobře, i kdyby to prožil. Nikdo nepopíše lépe pocity z toho, jak ze dne na den z dlouhodobého komunistického státu opět tvoří demokratický stát než ten, kdo to zažil.“

Přednáška se mi velmi líbila. Bylo to hodně osobní a pak Urban nám sdělil i něco o sobě např. to, jak celá jeho protikomunistická činnost poznamenala celou jeho rodinu a nejvíce jeho dceru.“

Výstava Tělo v pohybu – kontroverze, anebo neuvěřitelný pohled do anatomie člověka?

Plastinace, kontroverze a fascinující exempláře. To vše bychom mohli přiřadit k výstavě Tělo v pohybu, která momentálně probíhá ve Westfield Chodov do 12. 4. 2026. Výstava byla u nás poprvé předvedena v roce 2007. Díky své popularitě se opakovaně vrací do České republiky.

ROZÁLIE FINGEROVÁ, 4. G / FOTO ROZÁLIE FINGEROVÁ

Přemýšleli jste někdy nad tím, co bude s vaším tělem, až naposledy vydechnete? Lidé s jeho naložením mívají různé plány – nechávají se rozprášit do moře, zasadit se společně se stromem, anebo věnují tělo na vědecké výzkumy. Přesně tak se svými těly naložili dobrovolníci, kteří je darovali na výzkum a výstava Tělo v pohybu (anglicky Body Worlds) je výsledkem desetiletí vědecké práce. Cestuje po světě a nabízí veřejnosti náhled do anatomie lidského těla.

Jak exempláře vznikají?

Ke konci sedmdesátých let minulého století vyvinul německý anatom Gunther Von Hagens konzervační proces zvaný plastinace. Principem této techniky je nahrazení vody a tuku v těle určitými plasty. Tím se zabráňuje biologickému rozpadu exempláře a zachová se tak původní vzorek včetně orgánů a tkání. Zachované zůstanou desítky let v realistické podobě bez zápachu.

Kontroverze okolo výstavy

Výstava je od počátku doprovázena mnoha kontroverzemi. Nejzávažnější z nich jsou pochyby, zda byla některá těla v minulosti poskytnuta na výzkum skutečně dobrovolně.

V roce 2004 německý deník Der Spiegel na základě interních e-mailů a záznamů informoval, že některá z těl jsou těla čínských vězňů. Dokonce alespoň dvě z nich měla mít v hlavě ránu po kulce. Profesor Von Hagens následně výrok deníku potvrdil a navrátil těla Číně, kde byla náležitě spalována. Zároveň dodal, že svým čínským



zaměstnancům kladl na srdce, aby nepřijímali těla, která byla popravena. Když obdržel těla z Číny, nebyl si dle jeho slov jistý, zda byla těla popravena, ale věřil, že nebyla. Řekl, že u sedmi z nich po obdržení objevil poranění hlavy.

Jak se to ale mohlo přihodit? Gunther Von Hagens a jeho tým 200 zaměstnanců měli centrum výzkumu v čínském městě Dalian, kde se v jeho blízkosti nacházely tři vězeňské tábory pro odpůrce komunistického režimu. Podle Amnesty International čínské komunistické úřady v roce 2001 popravili přes 2 400 vězňů do hlavy nebo části krku.

Profesor Von Hagens byl v minulosti obviněn z koupi těl vězňů, bezdomovců či duševně nemocných v Rusku – tyto obvinění však popírá.

Dnes by měla být vystavovaná těla v souladu s etikou. Vzhledem k historii výstavy byl v České republice změněn zákon o pohřebnictví, aby se zabránilo nelegálnímu vystavování těl bez souhlasu.

Medici jako průvodci

Pokud se rozhodnete vyrazit na výstavu, můžete si zvolit jednoho z průvodců, kterými jsou medicí – speciálně vyškolení studenti medicíny. Provedou vás orgánovými soustavami člověka s pozoruhodnými informacemi k tomu.



NÁRODNÍ PARKY, KTERÉ PRAVDĚPODOBNE NEZNÁTE

Věděli byste, kde najdete posvátnou horu, která je chráněna již od středověku? Ostrov, jenž chrání had? Nebo Bažinu čarodějnic? Přečtěte si první část o národních parcích, které pravděpodobně neznáte!

PETRA SKOKANOVÁ, 2. B / FOTO INTERNET

tripadvisor.com

Národní park Bogd Khan Uul v Mongolsku – nejstarší chráněná oblast na světě?

Tato oblast o rozloze více než 67 tisíc hektarů má kořeny o ochraně přírody již z 13. století. Právě proto se o něm mluví jako o nejstarším národním parku na světě (oficiálně to je však Yellowstone národní park). Kromě toho, že Bogd Khan Uul je celý horský masiv, jeho stejnojmenná hora byla příčinou zřízení ochrany, protože ji místní považovali za svatou. V ní by měl podle Mongolů žít duch starého muže, kterého není dobré si znepřátelit, jinak se přihodí něco špatného. Najdeme zde ohrožené druhy pižmoňů, orlů, svišťů i zajíců. Například ohrožený kabar pižmový se stal zranitelným druhem. Jeho pižmová žláza se totiž využívá na výrobu voňavek.

Národní park Kukup v Malajsii – mangrovy kam se podíváte

Další nepříliš známý národní park najdeme na ostrově Kukup v jižní Malajsii. Zde je důležitá ochrana mangrovových lesů*, které zpomalují účinky vlnobití díky mohutným a hustým kořenům vyčnívajícím z vody. V porostech se ukrývá spousta organismů, ryby zde našly dobré místo pro líhnutí jiker, což funguje jako skvělá podpora místního rybářského průmyslu. V roce 2003 získal titul Mokřadu mezinárodního významu**. K ostrovu se váže několik příběhů, v jednom se vypráví o obřím hadovi, který ostrov chrání a občas přeplave Malacký průliv až na ostrov Karimum v Indonésii.

*mangrovy – azonální (výskyt ve všech klimatických zónách) společenstva keřů a stromů v brakických vodách (vzniká mícháním slané a sladké vody, např. ústí řeky do moře)

**Mokřad mezinárodního významu – území, které je chráněno kvůli vodnímu ptactvu a celkové biodiverzitě. V České republice tento titul vlastní například Šumavská rašeliniště nebo Litovelské Pomoraví

Lotyšský národní park Ķemeri – cesta za prameny, bažinami i jezery

Pro Ķemeri jsou zásadní minerální prameny, díky kterým se zde rozvinul lázeňský průmysl. Stejnojmenný resort založený v osmnáctém století se stal v té době oblíbený po celé Evropě. Za důvodem ochrany stojí vzácné lužní lesy s olší černou, v jejichž blízkosti se na loukách pasou divocí koně, krávy nebo i silně ohrožený chřástal polní. Dalším prvkem, kterým se Ķemeri může pyšnit, jsou lagunová jezera. Takové Kanerské jezero bylo původně mořskou zátocinou, když ale moře ustoupilo, vznikla tato laguna, která se časem proměnila v jezero. Místní vřesoviště a slatiniště s bažinami pokrývá zakrslá borovice kleč a Bažinu čarodějnic tisíce kusů ohrožené masožravky rosnatky okrouhlohlisté.



Národní park Ķemeri (foto: holidaygogogo.com)



chřástal polní (foto: jmpeso.cz)

„Zkuste v biologii najít tu krásu, ten důvod, proč to děláte, a pomůže vám to, protože přírodní vědy nikdy nejsou jednoduché a cestu jejich studia si nelze zkrátit.“ říká učitelka Šoobová

Spaní učitelkou Šoobovou jsem se seznámila před třemi lety, když jsem nastoupila do prvního ročníku na veterině. Ze zlověstné učitelky, připravené zničit moje mentální zdraví, se vyklubala skvělá bioložka, zapálená pro svůj obor, se kterou mě hodiny velmi baví. Oblíbené zvíře většiny z nás bude nejspíš savec, případně paryba, či plaz. Avšak paní učitelka je první člověk, kterého znám, pro kterého toto místo zabírají měkkýši. U nás na škole vystudovala obor Přírodovědné lyceum a na vysoké škole se zabývala oborem Geobiologie.

RIONA RIESSNEROVÁ, 4.V / FOTO ARCHIV PÍ. UČITELKY ŠOOBOVÉ

Jak se to stalo, že jste se začala zajímat o biologii? Čím vás to zaujalo?

Moje první krůčky, co se týče zájmu o přírodu, sahají do dětství, kdy jsme s rodiči aktivně chodili do přírody. I přesto jsem na základní škole nevěděla, co chci dělat a s rodiči jsme hledali obor s maturitou. Šla jsem sem do Navrátilky na den otevřených dveří (v té době probíhaly ještě odděleně v obou budovách) a zde se mi zalíbily laboratorní pokusy.

První lásku k biologii jsem získala až na střední škole díky paní učitelce Novotné. Byla sice přísná, ale její zápal mnohým z nás otevřel dveře krozmanitosti a složitosti biologie. Kvůli tomu jsem si také jako první vysokou školu vybrala VŠCHT obor biochemie



a biotechnologie. Avšak velice záhy jsem si uvědomila, že chemie není nic pro mě a rozhodla jsem se pro studium na PřF UK v oboru Praktická geobiologie. Teprve tam jsem objevila velkou vášeň v oblasti biologie a geobiologie. Mohla jsem studovat to, co mě bavilo a stále baví.

Jak jste se zmínila o vaší učitelce Novotné, živě jsem si vzpomněla na naše první setkání v prvním ročníku. Byli jsme ve škole teprve druhý den, do té doby střední vypadala celkem jednoduše. A pak najednou zazvonilo, bouchly dveře, vstoupila jste do třídy a my jsme se lekli, že tohle bude těžké...

To jsem úplně nechtěla, abyste ze mě měli takový stres, ale chápu, že pro první ročníky je střední škola celkově nový šok. Vaše 4.V a 4.L byly moje první třídy, které jsem učila od prvního ročníku... V té době jsem věděla, že nejsme od sebe tak věkově vzdálení a svým vzhledem přeci jen připomínám studenta. Z tohoto důvodu si vytvářím vůči studentům jisté hranice, například všem studentům vykám a vy vykáte mě. Nastavím si svá pravidla rychle a studenti se je snaží respektovat.

Samozřejmě paní učitelka Novotná je můj největší vzor, snad všichni ze třídy na ni vzpomínáme, ale ta byla ještě o kousek přísnější, než jsem nyní já. Od ní mám principy zkoušení a myslím si, že to je správná a účinná metoda, jak už od prváku zajistit, že si žáci alespoň něco zapamatují a jsou tedy lépe připraveni nejen na maturitu, ale i na další studia a životní cesty.

Přijde mi, že moje generace se bere za velmi křehkou a neschopnou vydržet dlouhodobější problémy, jaký máte na studenty názor vy? Změnili se od doby, kdy jste byla studentkou?

Určitě to jiné je. I přesto, že nyní nejsme od sebe až tak věkově vzdálení, vše se změnilo... Pro mě asi největším šokem bylo, jak rychle změna v generacích nyní probíhá. Souhlasím se studiemi, které říkají, že dnešní mladí jsou generace sněhových vloček. Nicméně se nemůžeme moc divit, vyrůstali jste v něčem úplně jiném, než my a generace před námi.

My ve vašem věku zažívali ten úžas, že existuje něco, jako internet, na který se můžeme připojit a lze ho využít i v pohodlí domova. Byla to ale dražší záležitost, a proto si ji nemohli dovolit všichni. Vy už vyrůstáte s dotykovými mobily, se sociálními sítěmi. Ale budu upřímná, já už dnes také trávím telefonem hodně času. Navíc je teď obrovská (ne)výhoda umělá inteligence, která vám ulehčí práci. Když to za vás udělá někdo jiný, organismus začíná logicky lenivět. Vtom vidím velký problém budoucí generace a společnosti.

Problémem je i nerovnováha požadavků po žácích ve školství. Na základních školách nejsou takové nároky. Na středních máme na studenty větší nároky – a to je najednou ten obrovský šok. Střední školy už jsou častěji specializované a mají tedy i více nároků na vaše znalosti.

Určitě bych nepolevovala vpožadavcích středních škol, už je na vás, jestli na ni půjdete po základce dál, nebo ne. Systémem učení i množství zodpovědnosti vás tady připravujeme na pracovní život.

Další nevýhoda, kterou dnešní generace má, je tlak na sebe sama i zvenku, který spočívá ve velkém očekávání. Porovnávání se s ostatními, sociální sítě, malé množství skutečné socializace mezi přáteli, extrémní nároky na svou budoucnost atd. Reálný život není o tom, že se vše podaří napoprvé bez práce. Člověk často někde zakopne, je ale potřeba se pak znovu zvednout, zkusit to znovu či změnit směr.

Společnost se sama ničí očekáváním od svých členů. Není to problém jen vaší generace, je to problém nás všech, jako celku. Ano, vaše generace se hroutí, ale my jsme ti, kteří nedokázali ovládnout modernizaci a výsledek je vidět především na našich mladých. Pokrok nám pomáhá, ale jeho vlivem pomalu degradujeme. Musíme najít stabilitu, ale to už je běh na dlouhou trať pro každého z nás.

Školu už jsme řešily dlouho, tak se přesuňme k vašim koníčkům...

Těch mám hodně. Ráda maluji, uklidňuje mě to. Paleontologie, kterou jsem vystudovala je pro mě dnes koníčkem a samozřejmě výzkum mých milovaných měkkýšů. Ráda sportuji, hraji aktivně badminton a nově se učím lézt na stěnách. Kromě sportu mám ještě mého pejska Charlieho, se kterým chodím ráda do přírody.

Zmínila jste paleontologii. Máte nějaké místo, nebo zážitek o který se chcete podělit?

Na vysoké škole jsme jezdili hojně na exkurze. Pro mě to byl bláznovský svět, ve kterém jsem se mohla najít, byli jsme si blízcí, něco, jako tady na Navrátilce.

Takže kdykoli to bylo možné, vyrazila jsem do terénu na výkopy.

Tady v Česku mě uchvátilo všechno, ale kdybych si měla vybrat, asi nejvíc mě těší, že jsem se mohla dostat do lomu Bílina na Mostecku, kde byly třetihorní uloženiny. Z paleontologického hlediska mám ráda Český kras s prvohorními uloženinami a nádhernou přírodou...

Takže jste vystudovala vysokou školu a jak se to stalo, že jste šla učit?

Omylem. V průběhu studia jsem přišla na to, že nechci být vědcem. Zjistila jsem, že realita vědy je vzdálená od mých dětských snů. Shánění grantů a peněz, neustálé dohady se spolupracovníky to vše mě začalo unavovat. Tím, že jsem byla zvyklá pracovat s dětmi a vysvětlovat jim i složitá témata, mi nedělalo problém představit si, jak učím ve škole. Nastoupila jsem na základní školu, a to byla velice zajímavá zkušenost. Ukázalo mi to realitu školství, vřele doporučuji každému učiteli, ať si to alespoň jednou zažije.

Po nějaké době se mi ozvala paní učitelka Trnková, že potřebují biologa, a tak jsem se vrátila domů učit biologii a mikrobiologii studenty přírodovědného lycea a veterinářství.



Charlie

Když jsme se teď vrátily zase na Navrátilku, máte něco, co byste chtěla vzkázat maturantům, nebo i ostatním žákům tady na škole?

Maturantům samozřejmě držím palečky, abyste se poctivě naučili a zbytečně se nestresovali. Když to nevyjde, máte ještě dva pokusy. Radujte se z každého úspěchu, je to vaše první zkouška za těch třináct let, které jste strávili ve škole. Přeji vám hlavně mnoho zdaru a pevné zdraví!

I nematurujícím přeji hodně štěstí v jejich nynějším studiu. Také si užívejte ty malé úspěchy, které vás posunou k lepším zítřkům.



Se svou třídou 3.L

VOLBY 2025 - výsledky



V předešlém čísle jsme přišli s předvolebním článkem, ve kterém jsme hlavně chtěli předat, proč je důležité chodit k volbám, jak se obecně k tomuto období stavět, jaké máme možnosti a co je to volební kalkulačka. 4. října ve 14 hodin skončilo volební hlasování a hlasy se sečetly. A právě proto jsme tady s pokračováním o tom, jaké jsou další kroky formující se vlády.

TEREZA TICHOTOVÁ, 3. G + PETRA SKOKANOVÁ, 2. B/ FOTO IROZHLAS.CZ

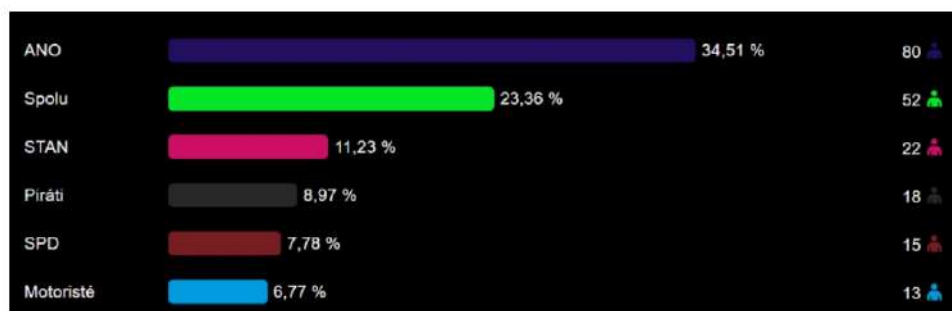
OBEČNÁ STATISTIKA:

Letošní volební účast v parlamentních volbách byla ze všech nejvyšší, volilo 68,95 % českých občanů.

Mohli jsme volit z 26 politických stran, z nichž strana ANO zvítězila s výsledkem 34,51 %. Za ní se umístily koalice SPOLU, strana STAN, Piráti, SPD a Motoristé sobě.

Počty mandátů jednotlivých stran ve sněmovně:

ANO – 80, SPOLU – 52, STAN – 22, Piráti – 18, SPD – 15, AUTO – 13



VOLBY V ZAHRANIČÍ:

Korespondenčně odevzdalo hlasy celkem 8 978 voličů. Nejvíce hlasů ze zahraničí obdržela koalice SPOLU (39,26 %), druzí skončili Piráti (28,24 %), dále Starostové a nezávislí (21,48 %) a ANO, které v rámci celé České republiky zvítězilo, obsadilo v zahraničí až čtvrté místo s 3,95 procenty. Můžeme nahlédnout i na konkrétní státy, kde Češi volili – např. V USA zvítězila koalice SPOLU, v Dánsku Piráti, v Rusku, Iráku či Sýrii ANO a třeba v Demokratické republice Kongo Balbínova poetická strana, kde byly odevzdány dva hlasy ze dvou.

ROZDĚLENÍ JEDNOTLIVÝCH RESORTŮ:

Hnutí ANO – 9 křesel 

Z této strany byl jmenován na post premiéra **Andrej Babiš** poté, co vyřešil svůj střet zájmů tím, že prodal **Agrofert**. Předsedou vlády se stal již podruhé v dopoledních hodinách 9.12. 2025, kdy ho na Pražském hradě jmenoval prezident Petr Pavel.

- Ministerstvo **financí**
- Ministerstvo **průmyslu a obchodu**
- Ministerstvo **pro místní rozvoj**
- Ministerstvo **zdravotnictví**
- Ministerstvo **školsství**
- Ministerstvo **práce a sociálních věcí**
- Ministerstvo **vnitra**
- Ministerstvo **spravedlnosti**

Motoristé – 4 křesla 

Po zdravotních komplikacích **Filipa Turka** se jeho předem vyměněného resortu, ministerstva životního prostředí, ujmul **Petr Macinka**.

- Ministerstvo **životního prostředí**
- Ministerstvo **zahraničí**
- Ministerstvo **kultury**
- Post ministra **sportu, prevence a zdraví**

SPD – 3 křesla 

SPD chce obsadit své tři resorty nestraníky. Zároveň byl **Tomio Okamura** zvolen předsedou poslanecké Sněmovny. Jedna z prvních věcí, které v této funkci udělal bylo sundání vlajky Ukrajiny z budovy Poslanecké sněmovny.

- Ministerstvo **obran**y
- Ministerstvo **zemědělství**
- Ministerstvo **dopravy**

Pravomoce prezidenta:

Jedna z pravomocí je jmenování premiéra. I když Petr Pavel musí respektovat výsledky voleb, řešil střet zájmů hlavního kandidáta na nového předsedu vlády, Andreje Babiše.

Střet zájmů u Andreje Babiše:

Již od roku 2014 se řeší podnikání Andreje Babiše. Je známý holdingem firmy Agrofert, kterou sám založil 25. ledna 1993 se základním kapitálem 100 000 Kč. Zpočátku tato firma měla čtyři zaměstnance a věnovala se obchodu s hnojiv, postupem času se však zaměřením na jednotlivá odvětví rozrostlo. V posledních letech vyrábí chemikálie a potraviny a zároveň působí i v zemědělství a lesnictví. Nyní má Agrofert holding s 200 firmami a pracuje pro něj přibližně 31 tisíc zaměstnanců v Česku i cizině. Rok po založení se firma změnila z s.r.o. na a.s.

Střet zájmu vyřešil prodejem nezávislému investorovi. Po smrti Babiše Agrofert zdědí jeho potomci, i když okolo tohoto tématu je stále spousta nejasností.

Vlastní divadlo? Žádný problém!

Nikdo z nás nejspíš nikdy nepřemýšlel nad tím, jaké to je vytvořit vlastní autorské divadlo. Možná se to může zdát nereálné, když jste ještě nezletilý, nad něčím takovým přemýšlet. Ale ono to reálné je, a to nám dokázaly dvě studentky z Gymnázia Na Zatlande svým autorským představením - *Temnota svět(l)a*, hraný souborem Goya v Tvůrčím domě Elišky Peškové.

ROZÁLIE FINGEROVÁ, 4. G / FOTO PESKOVKA.CZ

Dvě kamarádky ze třetího ročníku střední školy - Anežka Svobodová a Magdalena Herdová přišly s první myšlenkou na vlastní tvorbu během školního projektu, kdy dělaly loutkové divadlo a byly spolu přiřazeny do skupiny. „Soubor vznikl hodně bolestivě, protože jsme musely sehnat mladé herce, udělat konkurz. Najít mladé herce v Praze, když nemáte kontakty, je náročné. Takže jsme úplně náhodně psaly lidem na instagramu.” říká Anežka.

Ze začátku nevěřily, že by bylo někdy reálné dotáhnout představení do finální podoby a představit ho veřejnosti. To byl důvod, který jim dovolil vytvořit představení velice alternativní a mimo normální měřítko - mnoho herců, spousta kostýmů, složité rekvizity a tak dále.

Většinu práce dělaly skutečně obě autorky dohromady. Role, které mají rozdělené, jsou pouze zvuk a administrativa. Anežka má během večera na starosti zvuk, takže sedí celou dobu ve zvukařském zákulisí a Magdalena řeší smlouvy.

Téma představení, jak již bylo zmíněno, je více alternativnější a abstraktnější, než můžeme na divadle běžně vidět. Autorky od začátku chtěly takový formát. Největší inspirací byl rok 2023 a politická situace na Slovensku.

A co je na tom vytvořit vlastní představení nejtěžší? „Úplně všechno! Je to fakt záhul. Doporučuji, mít lidi na “neherecké” záležitosti. Nám by se skutečně hodil spolehlivý člověk, který by řešil administrativu okolo.” doporučuje Magdalena. Pro Anežku bylo nejvíce náročné stále věřit ve vlastní dílo. Říká, že člověk neustále



narážel na překážky a bylo těžké nezačít se sebe zpochybňovat. Během fáze zkoušení měly obě z autorek myšlenky na to, práci vzdát. Podržely se navzájem a to jim pomohlo krize překonat a pokračovat dál.

Obě berou představení a tvorbu spojenou s tím jako vedlejší aktivitu. Magdalena vidí svůj profesní život v cizině v oboru biomedicíny a Anežka se možnosti pokračovat v autorské tvorbě neuzavírá. Anežka vedle tohoto společného díla točí vlastní filmy a píše. A Magdalena píše vlastní knihu.

Premiéra byla po zhruba půlročním zkoušení v květnu 2025, na představení autorky pracovaly od konce roku 2023. Proběhlo již 5 repríz a hrají zpravidla jednou za měsíc. Nejbližší termín bude upřesněný na webových stránkách Tvůrčího domu Elišky Peškové.

Rozhovor s naší tanečnicí Klárou Bulínovou (2. G), která tančí za Vivid Dance Company

S tancem je spjatá již od dětství, kdy tančila balet. Teď tančí heels, experimental a nejraději contemporary.

EMÍLIE ŠMERÁKOVÁ, 2. G / FOTO ARCHIV KLÁRY BULÍNOVÉ

Popiš nám, co to vlastně contemporary je.

Contemporary je současný tanec. Je to směs různých stylů – třeba baletu, moderny, jazzu i improvizace. Nejlepší na něm je, že není tak svázaný pravidly, takže se v něm můžu vyjádřit víc po svém. Pracuje se hodně s plynulostí, dechem, tělem a s tím, jak přirozeně reaguji na hudbu nebo emoce.

Spíš než o dokonalou techniku jde o to, co chci pohybem říct, takže každý tanečník má trochu vlastní styl. Contemporary je prostě tanec, který se pořád vyvíjí a nechává dost prostoru kreativitě.



Pověz nám o kombinaci sedmi tréninků a školy dohromady, jak to dáváš?

Upřímně – vůbec to nedávám. Na začátku školního roku jsem si říkala, že to bude super a že to všechno budu v pohodě zvládat se školou. Jenže poslední dobou zjišťuji, že vůbec nic nestíhám, nemám čas na nic. I když by asi někdo řekl, že čas by se našel, ale když přijdu domů ze tříhodinového tréninku, kde jsem do devíti večer, tak jediné, co dokážu, je ležet v posteli a koukat na TikTok.

Takže tipy, jak to dávat, nedám, protože žádné nemám.

Popiš nám ve třech slovech svůj sport.

Fíha, to je těžký... no asi bych řekla dynamika, rozhodně emoce, protože tanec je dost o pocitech, a jako třetí, výraz.

Jak ses k contemporary dostala?

Když jsem byla malá, moje mamka byla učitelkou na střední škole, kde jí ředitelka řekla: „InDance (pozn. red.: taneční škola) je super, nechceš tam dát svoje holky?“ Jako malá jsem pořád tancovala. Pamatuju si, jak jsem vždycky stála u televize nebo rádia a tancovala – bylo mi jedno kde. Taky jsem se ráda převlékala do kostýmů. Tak mamka řekla, že je to ideální, protože tenis mi vůbec nešel a plavání mi sice šlo, ale nebavilo mě to.

Je nějaká věc, co tě na tanci baví a co tě naopak štve?

Baví mě, že u toho můžu ventilovat všechny emoce – jak ty špatné, tak ty dobré. Já to beru nejen jako sport, ale i jako umění, a to mě na tom baví nejvíc – že je to, jak fyzická aktivita, tak umělecký projev.

Takže to, co je pak výsledkem, vůbec nepůsobí náročně, i když ve skutečnosti jsou za tím hodiny práce. Je mi sice líto, že nikdo nevidí tu práci za tím, ale rozhodně mi to za to stojí.

To, co mi opravdu vadí, je konkurence, jelikož je těžké uspět. Už vůbec se tím nedá vydělat. Tohle všechno mezi námi způsobuje velkou rivalitou a následnou toxicitu vůči ostatním.



Jak vypadá období, když máš soutěže?

Na tréninku je to nesmírně těžké. Odcházíme zpocení, červení a postřílení nerfkou, jelikož po nás trenér střílí, když něco děláme špatně.

Tréninky máme rozdělené na technické a soutěžní – na technice děláme techniku a na soutěžních trénujeme formaci. Tam chodíme po jednom, a ostatní nám na papírky píšou, co děláme špatně. To je můj největší stres.

Je něco, čím stres řešíš?

Většinou hodně utrácím v DM, například za lak na vlasy – za ten utrácím nejvíce, protože na jednu soutěž spotřebuji půl lahvičky.

Jak vypadá den soutěže?

Všichni jsou strašně protivní, protože mají nervy – samozřejmě i já. Můj den vypadá tak, že ráno brzo vstanu, udělám si make-up a vlasy. Přestože bych se měla nasnídat nebo aspoň napít, tak to nedělám, ale snažím se aspoň něco sníst. Protože stres pracuje, moc toho do sebe nedostanu, takže si většinou dám něco až po dotančení.

Než vyrazím na soutěž, dobalím si tašku. Hlavní věc, kterou nesmím zapomenout, je kostým, protože to by bylo hodně blbý.

Pak přijedu do zadýchané haly. V našich šatnách to vypadá jak ten pás, kde se rozebírají odpadky. Tam si „bydlíme“, než jdeme na stage, kde ve čtyřech minutách ze sebe vypustíme duši.

Potom už jen čekáme do večera na vyhlášení. Když nás je hodně v kategorii, tak máme první kolo, semifinále a finále.

Máš nějaký silný zážitek ze soutěže?

Jednou na mistrovství republiky se nám stalo, že už jsme byli ve finále. Šli jsme z pódia a jedna holka šla vedle mě a mluvila na tým, co šel proti, že byli super a jak jim to šlo. A přitom se napálila do dřevěné konstrukce a nějakým způsobem se jí povedlo pod to zaseknout nohu. Jelikož jsme tančili bosí, tak si rozřízla palec. Ten jí začal strašně krváčet. Tak si ji moje tehdejší třináctileté já hodila na záda a odnesla ji po schodech ke zdravotníkům.

Ti nám řekli, že neví, jestli bude schopná tancovat, a z toho jsme byli všichni dost ve stresu. Pak někdo do skupiny napsal, že je strašná herečka, a to jsem nemohla nechat být, tak jsem se jí zastala. Došla jsem za nimi se slovy, že nevíme, jestli vůbec bude moct tancovat, což by byl problém, protože ona tam byla celkem důležitá.



Jak řešíš nervozitu před soutěží?

Jelikož jsem velkej stresář, tak před soutěží je moje nervozita na levelu 1000. Vlastně neznám většího stresáře než jsem já.

Jak to řeším? No... moc to neřeším. Jsem dost toxická, proto radši nic neříkám, jinak bych byla zlá. Jednou se mi stalo na Mistrovství České republiky, že jsem byla v zákulisí a nemohla se nadechnout. Vůbec jsem nevěděla, co mám dělat. Tak jsem si zkoušela nějaké dechové cvičení – zhluboka se nadechnout a pak ještě trochu, a takhle třeba minutu.

Co by měl mít ten, kdo tančí?

Nohy! Měl by mít hudební sluch nebo aspoň vnímat rytmus, ale rozhodně taky disciplínu. Jak říká naše trenérka: „Když ti není na blití, něco děláš špatně.“

A s tou disciplínou je i spojeno chození na tréninky, protože bez tréninku to nejde – jako u všeho.

DENÍK VETERINÁŘKY – 2. DÍL

Co se děje smým mazlíčkem poté, co ho přenechám doktorovi na operaci?

Je to tu zase, večer, moje mozkové buňky už ztratily veškerou energii a já se je chystám nutit vymyslet další článek na docela složité téma. Tomu se říká prokrastinace v živoucím podání (to jenom pro toho, kdo si myslí, že s nástupem do čtvrtáku se stane zázrak a on už nebude tolik času trávit na internetu). Abych se ale dostala k té zajímavé části. Pro většinu smrtelníků má jejich veterinární klinika spoustu tajných dveří, kam je jen tak nepustí (důvod vysvětlím později). A tak tě možná napadlo, co se tam děje, když odejdeš a přenecháš svého mazlíčka v rukou cizích lidí. Proto jsem dnes tady, abych trochu poodkryla roušku tajemna.



RIONA RIESSNEROVÁ, 4.V / FOTO OLDDOMINIONANIMALHOSPITAL.COM

Co je v prostoru, kam může jen personál?

Veterinární personál, jak se tomu odborně říká, jednoduše doktoři a sestřičky dané kliniky, nemohou pracovat v běžném oblečení, ale musí se vždy před začátkem práce převléknout. Nejčastěji to jsou bílé kalhoty a tričko v barvách světle modré, růžové, nebo zelené. Důvodem je hygiena, protože jak jsme byli v době covidu všichni často informováni, v našem okolí se neustále pohybuje spousta breberů, patogenů, které se snaží vněkom usadit a způsobit mu nemoc. Převlékání má za účel alespoň částečně zabránit přenosu patogenů do místa, kde se nacházejí hlavně nemocná zvířata, kterým by to mohlo ještě víc ublížit.

To je tedy část pro personál. Dále tam může být infekční hospit, tam jsou zvířata, která onemocněla nemocemi přenosnými na lidi – zde si musí i personál dávat velký pozor a adekvátně se chránit. Dále to může být místnost s přístroji na měření krve, rentgen a taky naše dnešní hlavní téma – operační sály. Možnost dostat se na sál a sledovat průběh operace, nebo se na ní dokonce podílet je snad ta největší čest, kterou jsem na praxích zažila.

Je to skvělý pocit, který ale provází i stres, protože při operacích je největší možný důraz na čistotu operujících, i rány a také čistotu nástrojů. Za tímto účelem existují sterilní rukavice, sterilní operační nástroje, sterilní šití, sterilní rouška...prostě, čím větší důraz na čistotu, tím lépe se pacient hojí a tím menší riziko infekce mu hrozí.

Samozřejmě nikdy to nejde stoprocentně, ale pokud bychom to nedělali, měli by pacienti po operacích problémy, a my bychom taky brzo neměli, co dělat. Z vlastní zkušenosti můžu říct, že jako pro studenta je pro mě správná sterilita jedna z nejtěžších věcí. Běžně totiž nejsem zvyklá mýt si ruce po lokty a natírat si je dezinfekcí, při oblékání rukavic začínat pravou, obléknutí sterilního pláště je také hrůza a kdybys věděl, kolik mentální síly zapojíš na hlídání přístrojů, které měří životní funkce pacienta, plus aktivně pomáhat doktorovi. No a šití, to je taky kapitola sama pro sebe. Takže důvodem, proč tě nepustí na operační sál, je hlavně potřeba co největší čistoty.



Takhle může vypadat operační sál. Spousta hadiček a přístrojů, inu je to věda...

Jak probíhá operace?

Aby se mi to dobře popisovalo a teorie se dala lépe pochopit, budu teď psát o nejčastější operaci, kterou vidím – kastraci kočky. Kastrovat se nedá jakkoli stará kočka, musí dosáhnout určitého věku, kdy má dostatečně vyvinuté tělo a mentálně už není kotě. Když tedy přijde její čas, majitel dá kočce 8 hodin hladovku (při operaci by mohly vzniknout komplikace, protože po uspání někdy zvrací) přinese ji na veterinu, kde si ji doktor převezme, domluví vyzvednutí a kočka se posouvá do útrob kliniky. U psů většinou páníček zůstává až dokud neusne, ale kočky bývají agresivnější a mohly by pána, i nechtěně, poškrábat, a proto se uspání dělá v jiné místnosti.

Kočky tedy pícháme uspávací injekci a čekáme, než usne. Během spánku jí promažeme oči, aby nevyschly, a začne se sholením okolí budoucí rány. Místo se omyje, odmastí a vzhůru na sál, do tzv. „čisté zóny“. Tady se už dbá na sterilitu. Kočku ještě jednou očistíme speciálním sprejem a rouškou přikryjeme okolí oholeného místa. Doktor s asistentem jsou připraveni a můžeme operovat. Je to celkem rychlý proces, na jehož konci se rána přikryje ochranným sprejem a kočku vrátíme zpátky do přepravky, kde se pomalu budí. Sál se uklidí, základně připraví na další operaci a pacienta pravidelně kontrolujeme, aby se mu nic nestalo a mohl být v pořádku předán zpátky majiteli. Takle „jednoduchý“ proces to je.

Teď si zase o něco chytřejší a až třeba jednou poneseš svého mazlíčka na veterinu, budeš vědět, že ty zavřené dveře nejsou místem, kde by se děly nekalé věci, ale právě naopak tam dělají vše proto, aby se naše zvířátka mohla mít dobře.



Prague Playoffs

Tenhle vznešený název nese akce pro milovníky koní, která se každé dva roky odehrává v pražské O2 aréně. Musím se přiznat, že i když mám ráda koně a zvláště parkur, který je zde hlavní událostí na čtyřdenním programu, byla jsem se letos podívat poprvé.

RIONA RIESSNEROVÁ, 4.V / FOTO INTERNET

Určitě všichni víme, že existuje druh živočicha jménem kůň a že se na něm dá jezdit. Ne každý už ale ví, v čem různé disciplíny ježdění na koni spočívají, a proto bych začala vysvětlením, co je to parkur.

- kolbiště = prostor s pískovým povrchem
- kurz = sestava překážek, která je po celou jednu soutěž neměnná
- v jednom kurzu překážky stejné výšky, výběr přízpůsobím schopnostem koně
- na vrcholu překážky praporky, červený po pravé ruce, bílý po levé
- za překročení času uděleny trestné body
- po zaznění zvonu má dvojice 45 sekund na zahájení jízdy
- čistá jízda = kůň za určený čas neshodí žádnou překážkou
- rozeskakování = dvojice, které nemají trestné body, jedou na čas zkrácený kurz, nemá každá soutěž
- kůň i jezdec se potřebují soustředit » varně až do zdolání poslední překážky ticho



První chvíle po získání trofeje

To by mohlo stačit k základním znalostem parkuru a teď tedy k samotné akci. Program začínal v devět hodin ráno, kdy 57 dvojic z celého světa skákalo překážky ve výšce 135 cm. V této části bylo i rozeskakování celkem 15 jezdců. Pokud se snad někdo do té doby nudil, tak tady už začal opravdový adrenalin a obecnost hlasitě podporovalo každou dvojici (při rozeskakování se může). Ze začátku byly síly vyrovnané, postupně ale koně začínaly chybovat a na řadu přišla poslední dvojice.

Když se blížily k závěrečné překážce, celá aréna zatajila dech a propukla v dunivý jásot, když patnáctiletá slečna Vanessa Hájková sklisnou Illusion získaly první místo s časem 32.44 sekund, předbíhající druhé místo o pouhých 20 setin sekundy!

Po slavnostním předání cen a kolečku vítězů následovala asi hodinová pauza na přípravu další soutěže, tentokrát se překážky zvýšily na 145 cm. Zde se účastnilo pouze 25 dvojic z toho jenom 12 se umístilo. Myslím, že si jako Česko můžeme gratulovat za obsazení prvních čtyř míst českými reprezentanty. Michala Hanuščinová sklisnou Qjuldou bez trestných bodů s časem 59.78 sekund přeběhly druhé místo o „nudných“ 79 setin sekundy. I tento kurz byl zkouškou obratnosti, rychlosti koní a schopnosti jezdců naslouchat svým parťákům.

Sice jsem nemohla vidět neočekávanější část programu Grand Prix, které se účastní nejlepší světoví jezdci, vítězi olympiád a mistři světa v parkuru, ale i tak byla pro mě tato akce velkým zážitkem. Tohle doporučuji určitě zažít všem koňákům, ale i těm, kteří rádi sledují naživo, jak úžasné výsledky přináší harmonické spojení koně a jezdce.



Vítězka první soutěže Vanessa Hájková s klisnou Illusion nad osudným skokem, který jim zajistil vítězství

Kurz druhé soutěže, šipky ukazují směr doskoku koně



VESMÍR Z POHLEDU STUDENTA

Život hvězd: od zrodu po zánik

Ahoj, jmenuji se Tomáš a v této rubrice se budu zaměřovat na astrofyziku, astronomii a vše co s tím nějak souvisí.

TOMÁŠ KLEČKA, 1.G / FOTO PINTEREST

Život hvězd začíná v obrovských mračnách plynu a prachu a končí jejich postupným vyhasnutím nebo dramatickou explozí. Hvězdy ovlivňují vývoj galaxií, vznik planet i samotné podmínky pro život ve vesmíru.

Hvězdy vznikají v tzv. molekulárních mračnách, která se nacházejí v mezihvězdném prostoru. Jsou to ty krásné mnohobarevné plyny, které se seskupují do různých sloupů a útvarů. Působením gravitace se v těchto oblacích začnou oblasti s vyšší hustotou shromažďovat na jednom místě. Jak se hmota smršťuje, roste teplota i tlak v jádře vznikající hvězdy. V okamžiku, kdy teplota dosáhne dostatečně vysokých hodnot, se spustí termonukleární reakce a hvězda se narodí.

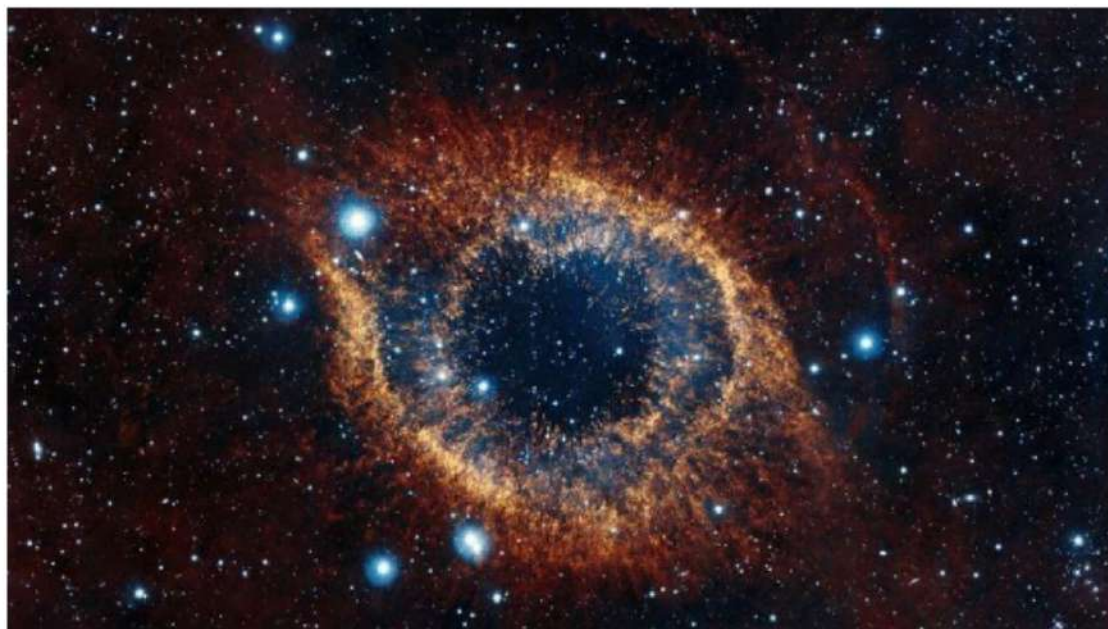
Hlavní část života hvězda přeměňuje vodík na helium a uvolňuje energii, kterou vyzařuje do okolního prostoru. Délka této fáze závisí na hmotnosti hvězdy. Menší hvězdy žijí velmi dlouho, zatímco velké hmotné hvězdy spotřebují své palivo mnohem rychleji. Jakmile hvězda vyčerpá zásoby vodíku ve svém jádru, začne se postupně měnit. Jádro se smršťuje a vnější vrstvy se rozpínají. Hvězda se tak stává obrem, který má mnohonásobně větší rozměr než dříve.

Další osud hvězdy závisí především na její hmotnosti. Menší a středně hmotné hvězdy, mezi které patří i Slunce, postupně odvrhnou své vnější vrstvy do okolního prostoru. Vznikne tak planetární mlhovina a v jejím středu zůstane husté jádro nazývané bílý trpaslík. Ten už neprodukuje novou energii a pomalu chladne. Tito trpaslíci jsou po vychladnutí tvořeni železem, zlatem a dalšími těžkými prvky. Velmi hmotné hvězdy procházejí mnohem dramatičtějším koncem. Po vyčerpání jaderného paliva dojde ke kolapsu jádra a následnému výbuchu supernovy. Tento výbuch uvolní obrovské množství energie a



rozptýlí těžké prvky do okolního prostoru.

Životní cyklus hvězd je klíčový pro fungování vesmíru. Právě díky hvězdám vznikají chemické prvky, z nichž se skládají planety, atmosféry i živé organismy. Každá hvězda je tak součástí neustálého koloběhu vzniku, proměny a zániku hmoty ve vesmíru.



Svět moderního pětiboje – rozhovor s pětibojařkou Eliškou Jechovou aneb: když jeden sport nestačí

Slyšeli jste už o moderním pětiboji? Pokud ne a chcete se dozvědět více, tak jsem si k rozhovoru přizvala dlouholetou pětibojařku Elišku Jechovou ze 4.B, která nám tento sport zkusí přiblížit a říct jaké to je trénovat na profesionální úrovni.

MARKÉTA PEŠKOVÁ, 4.B / FOTO BRANISLAV OHRABLO

Jak ses k tomuto sportu dostala a jak dlouho ho děláš?

Jako malá jsem dělala atletiku, první ji dělal starší bratr, tak jsem samozřejmě chtěla dělat to co on. Zároveň jsem chodila plavat stárou, protože byl dříve závodní plavec, a tak mě učil plavat. Také jsem bokem vyzkoušela gymnastiku a aerobik, u toho jsem ale dlouho nevydržela. Když mi bylo přibližně devět let, táta přišel s tím, že by šlo spojit moje oblíbené sporty, běh a plavání dohromady, a s věkem bych mohla i šermovat, střílet a skákat překážky na koni. To mě nadchlo, a tak jsem nastoupila na Duklu.

Z jakých pěti sportů se skládá pětiboj a který tě baví nejvíce?

Kdyby mě bavil jen jeden sport tak bych dělala jen ten, jelikož to tak ale úplně není, dělám všech pět sportů. Pětiboj se skládá z běhu, plavání, střelby, šermu a donedávna to byl i parkur na koních, ale jelikož každý sport prochází změnami, tak i v pětiboji před pár lety přišla obrovská změna. Jízda na koni byla vyškrtnutá a nahradil ji OCR (Obstacle Course Racing), pro představu je to něco jako překážková dráha. Abych ti odpověděla na otázku, tak mě baví všechno, ale šerm je můj nejoblíbenější. Je to hodně o tom přemýšlet, zkoušet nové taktiky a pořád se v něm máš co učit a jak se zlepšovat a posouvat.



Jak vypadá taková OCR trať?

Trať se skládá z nejrůznějších překážek, třeba ručkování, houpání se na kruzích, běh po kladině, výběh na stěnu a tak dále. Trasa je dlouhá asi 100 metrů, takže překonání může trvat 40 sekund, až minutu. Dráhy se na závodech pokaždé liší, protože každý pořadatel závodu si ji postaví podle sebe. Některé překážky jsou volitelné, jiné povinné. Čím je člověk starší, tím přibývá na trati volitelných překážek, které si pořadatel vylosuje, což navazuje na tradici losování koní. Nikdy člověk nevěděl, na jakém koni pojede a jestli si budou rozumět. Často to přišlo lidem nefér, že si vylosují třeba špatného koně, a kvůli němu to prohrají. My jako sportovci na to koukáme takhle – pokud umíš jezdit na koni, zvládneš to s každým koněm.



Prošel moderní pětiboj ještě nějakými změnami?

Změna z parkuru na OCR nebyla jediná. Například dříve se střílelo z diabolkové pistole, to se nazývá klidová střelba. Střílí se v místnosti u stolu na co největší přesnost, to jsem taky dělala, když jsem byla menší. Pak se to změnilo a teď běháme a střílíme dohromady. Můžete si to představit něco jako biatlon, ale ne doslovně, protože pravidla jsou úplně jiná. Máme laserové pistole a běháme a střílíme 5x dokola. Ta střelba už nemusí být tak moc přesná. Ono, když jste po běhu udýchaní, tak to ani moc nejde. Co je zajímavé, tak nemáš limit ran jako v biatlonu, nemáš žádný trest, neběhají se žádná trestná kola. Pro tebe je trest, když strávíš na střelnici delší dobu. Norma je takových 14 sekund. Do 20 sekund to je ještě v pohodě, ale když se ti nedaří, tak tam klidně můžeš být 40 sekund a ostatní ti uběhnou, to už nemáš šanci dohnat. Samozřejmě tam nemůžeš stát do nekonečna, maximum je 50 vteřin, potom terč začne blikat, oni tě pustí a vybíháš dál, i když jsi nedostřelil.

Který ze sportů ti naopak přijde nejnáročnější?

Náročné jsou všechny, pro mě nejvíc asi ten běh, jelikož nejsem přirozený talent na běh, jako třeba na plavání. Někdo to tak má a musí víc trénovat plavání, já musím víc trénovat běh. Jsem jeden z nejhorších běžců z naší skupiny, když běžíme společné tréninky, tak jsem většinou úplně vzadu. Někdy to беру trochu špatně, ale na druhou stranu se mám kam posouvat v tom běhu, vidím svoji slabinu a vím, co je potřeba zlepšit. Oproti tomu v plavání, tam už takový posun nebude, takže tam chci svou úroveň už jen udržovat.

Jak vypadá tvůj klasický trénink a kolikrát týdně trénuješ?

Trénuji 6 dní v týdnu. Tréninky mám od 3 do 7 hodin a co mě na tom baví, že se tréninky různě mění a není to dokola to samé. Každý den máme většinou běh a plavání a pak různě střídáme šerm, střelbu a trénink na OCR, nebo jdeme do posilovny. Střelbě se snažíme věnovat alespoň 2x týdně a spojuje se to s během. To jsou moje oblíbené tréninky, protože samotné běhání mě tolik nebaví. O víkendu, pokud zrovna nemáme závody, nebo turnaj v šermu, tak máme trénink jen vsobotu. To většinou dostaneme za úkol výklus na hodinku pomalým tempem. V neděli máme volno a snažím se dodržovat odpočinek. Zároveň zapojujeme regeneraci, takže ve středu chodíme do páry a vířivky a v pátek chodíme do sauny. To je skvělé, můžeme sholkami rozebrat, co se stalo na tréninku a ve škole, jindy na to tolik není čas.

Koně už v pětiboji nejsou, jak dlouho jsi jezdila, bavilo tě to?

O covidu jsem jezdila skamarádkou, abychom se to naučily napřed. To mě bavilo, jezdily jsme asi jednou týdně mimo Duklu, jenže pak parkur vyměnily za OCR, a tak jsem jezdit přestala, což mě hodně mrzí, ale zároveň to není tak vážný abych spětibojem přestala. Celkově změna disciplín bylo velké téma a pro ty starší to musel být asi větší šok najednou přestat stréninkem parkuru a začít se učit novou disciplínu. Hodně lidí kvůli tomu i skončilo. My jsme byli ještě v tom věku, kdy jsme si řekli - dobře, je to změna, zkusíme to, a paradoxně to někoho začalo bavit víc. Díky tomu se hlásilo i víc dětí, které bavilo houpat se někde na kruzích a podobně.



Jak zvládáš kombinovat školu a sport?

Jako zvládám to, ale je to těžké. Výhoda je, že jelikož máme odborně zaměřenou školu, teď ve čtvrtáku už nemáme tolik výplňkových předmětů, tím pádem máme školu kratší než třeba někdo, kdo z Dukly chodí na gympl. Hodně lidí od nás má kvůli tomu individuální plán, takže mají domluvené s vedením, že třeba nechodí na tělocviky a odcházejí z odpoledek. To já nemám. Když končíme ve dvě tak zvládnou být ve tři na Dukle, a to mi stačí. Zároveň mi přijde škola taky důležitá. Ráda bych odmaturovala a šla na vysokou. I kdybych byla nejlepší pětibojařka, tak se tím prostě neuživím, na rozdíl třeba od profesionálních fotbalistů. Přijde mi, že hodně lidí od nás na tu školu kašle a odchází ze školy, jak se jim to hodí, aby trénovali co nejvíce. To je za mě hodně nezodpovědné. Prostě jsme ještě mladí na to, abychom trénovali celý den a zároveň chceš být vzdělaný, a chceš si najít práci. A i když tě to v té škole nemusí bavit tolik, tak upřímně, měl bys do ní chodit. Za mě je škola důležitá, a to si myslí i náš trenér a chápe to, že má škola o trochu větší přednost než ten sport.

Co nebo kdo tě v tomto sportu nejvíce motivuje?

Asi bych řekla že naše tréninková skupina. Je docela velká, a to se už tolik nestává, protože lidi přicházejí a odcházejí. I když hodně lidí odpadlo, tak jsme pořád velká skupina, jsme si bližší a jsme opravdu dobrý tým, takže jsem ráda, že jsem začala na Dukle. Jako malá jsem měla totiž dilema, jestli začít tady, nebo v Kralupech nad Vltavou, protože jsem to měla blíž, nakonec jsem ráda, že to je takhle.

Avatar: Oheň a popel

TEREZA TICHOTOVÁ, 3.G / FOTO CSFD.CZ

17. prosince přichází do kin třetí díl ze série filmů odehrávajících se na Pandoře od Jamese Camerona. Na toto pokračování jsme si od minulého filmu *Avatar: The Way of Water* museli počkat tři roky, což je pro fanoušky *Avatara* téměř nic v porovnání s časem mezi druhým a prvním dílem, kdy jim nezbývalo nic jiného než vyčkat třináct let. A když už produkce tak známého filmu zabere tolik času, víme, že se rozhodně máme na co těšit. Protože Cameron už nám několikrát dokázal, že jeho filmy nejsou pouze o vizuálním zpracování.

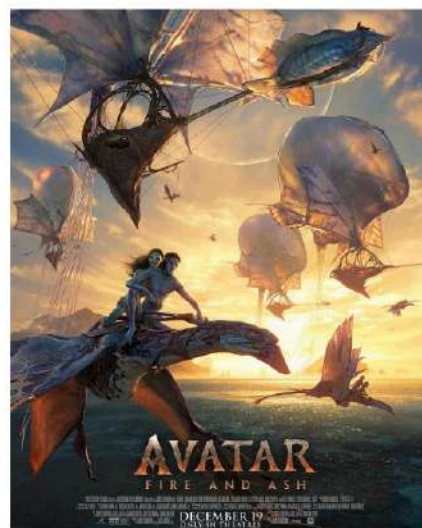


odpoutali od spojení s Eywou – nadpřirozenou silou, která je pro ostatní Na'vi posvátnou částí jejich života.

Budeme sledovat vývoj rodiny Sullyových a to, jak se jim podaří vyrovnat se se ztrátou Neteyama. Novinkou pro nás bude, že vypravěčem nebude nadále Jake, jako to bylo doposud, ale jeho syn Lo'ak. Součástí příběhu je také vztah mezi touto rodinou a přeživším kolonelem Quaritchem, který se právě k ohnivému klanu a jejich vůdkyni dostane a pokusí se s nimi spojit síly.

Víc už vyzrazovat nebudu, jen to, že film bude stát za návštěvu v tom nejlepším formátu v kině – HFR – vysoká snímková frekvence, Dolby Atmos, 4K, IMAX, jak už u minulého dílu zamýšlel sám režisér.

A abychom nesledovali pouze příběh spirituálních Na'vi lidí a dalších nám neznámých stvoření, která žijí na Pandoře zdánlivě vyvážený a dokonalý život, zatímco lidé jsou vykreslováni jako chamtivá a po bohatství prahnoucí rasa, tak nám režisér představí, že ne vše na Pandoře je pouze růžové. Po již nám známých klanech Omatikaya a Metkayina poznáme i klan Vzdušných Na'vi, kteří budou pravděpodobně žít v ještě větší spirituální rovnováze a dohlížet nad ostatními. Dále pak klan Ohnivých Na'vi, odkud pochází právě nová hlavní postava Varang. Ta je vůdkyní tohoto klanu, jehož lidé se kvůli minulosti



Festival francouzského filmu

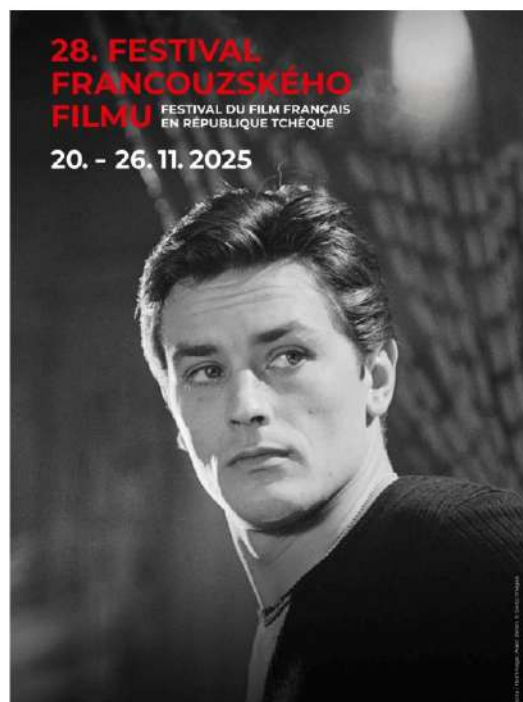
Pokud jsi fanouškem francouzské kultury, tak ti určitě nemohl ujít tento festival. Festival francouzského filmu každoročně významně přispívá k šíření francouzské filmové tvorby v ČR. Letošní dvacátý osmý ročník se konal od dvacátého do dvacátého šestého listopadu.

TEREZA TICHOTOVÁ, 3.G / FOTO FESTIVALFF.CZ

Promítalo se nejen v Praze, a to čtrnáct předpremiérových titulů, soutěžních sekcí a výběr krátkých filmů. Také se vzpomínalo na tvorbu herce Alaina Delona (†88) (*Bazén, Černý Tulipán, Kočky, Melodie podzemí*) a Émilie Dequenne (†43) (*Na shledanou tam nahoře, Milostné historky, Blízko, Pan Blake k vašim službám*). Chybět také nemohli někteří tvůrci, kteří se podíleli na tvorbě promítaných filmů. Takovými byli například: herec Zinedine Soualem (*Barvy času*), režisér Pascal Elbé (*Šťastná hvězda*), režisér Stéphane Demoustier (*Architekt*), režisérka Camille Perton (*Volný hráč*) a mnoho dalších.

V rámci zvláštního uvedení byl promítán film *U konce s dechem* – debut Jeana-Luca, který je zároveň jedním z největších děl francouzské kinematografie. Mezi již zmíněné předpremiérové filmy spadaly například: *Ahoj a díky!* od Amélie Bonnin, *Architekt* – Stéphane Demoustier, *Odlesk v mrtvém diamantu* – Hélène Cattet, *Volný hráč* – Camille Perton a deset dalších.

Já sama jsem se zašla podívat na film *Bazén*. Přišlo mi to jako skvělá příležitost zhlédnout tak starý snímek v kině společně s lidmi, kteří mají rádi francouzskou kulturu, což pro mě bylo něco nového. Na film jsem šla do Kina třicet pět ve Štěpánské ulici. Kino je součástí Francouzského institutu, který bych za normálních okolností nenavštívila. Zároveň byly vstupenky dostupné za příznivou cenu, na rozdíl od komerčních kin.



Chomáč černých vlasů



DORA HERMÍNA LIŠKOVÁ, 2. B

„Týno! To jsou tvoje vlasy?“ volala jsem na svoji spolubydlící z koupelny. V ruce jsem držela pramen tmavých vlasů, které jsem našla při úklidu v polici s kapesníky. Vlasy byly černé. To byl jediný důvod, proč mě to zarazilo. Týna byla blondýnka. Já jsem vlasy měla nabarvené na fialovou.

Týna přiběhla ke dveřím koupelny a nahlédla dovnitř. Ukázala jsem jí pramen vlasů, který vypadal, jako by ho někdo z hlavy vyrval nelidskou silou. Každý byl jinak dlouhý a vypadaly nezdravě, ale přesto jich bylo hodně. Týna protočila oči v sloup. „To sotva. Moje vlasy jsou mnohem hezčí.“ s těmi slovy pohodila vlasy, které se zaleskly ve světle. „Tak to je jasný. Ale nějaká kamarádka, nebo tak?“ zeptala jsem se, zatímco jsem si vlasy prohlížela podrobněji. „Ne. Teď jsem tu nikoho dlouho neměla. Jo, ale zítra přijde Karla s Bellou a budeme...“ Týna začala povídat dál o jejich společných plánech, které už teď signalizovaly to, že se nevyspím. Všechno jsem to odkývala, a poté Týna odešla zpátky k televizi.

Také bych raději koukala na film, ale moje poslední barvení vlasů zničilo celou koupelnu, tak jsem se musela alespoň snažit ji dát trochu do pořádku. Minimálně jsem chtěla vydrhnout ten fialový flek ve vaně. Rychle jsem se podívala do zrcadla. Stejně to za to stálo. Fialová mi sekla.

Poté mi oči padly zpět na vlasy v mé ruce. To, že moje spolubydlící vypadala jako modelka a já měla barvu na vlasech, mou záhadu neřešilo. *Ale co už.* Pokrčila jsem rameny a černé vlasy hodila do koše. Jenže jak se víko od koše zavřelo, všimla jsem si něčeho tmavého za košem. Plast jsem odstrčila stranou. Vlasy. Za košem byly další černé vlasy. Hodila jsem je do koše, kde se přidaly k hromádce, která už tam ležela. Postavila jsem se a spatřila další pramen vlasů u umyvadla. Vlasy jsem sebrala a hned na to jsem si všimla vlasů, které vyčuhovaly zpoza zrcadla. A další na polici, další v umyvadle, další vedle záchodu, další hned u mé nohy, další ve vaně, další všude.

Vlasy byly všude.

Polil mě strach. „Týno?!“ zavolala jsem, ale neslyšela jsem svůj hlas. Něco ho tlumilo. Vlasy. Snažila jsem se je vykašlat, vyndat třesoucími se prsty, cokoliv, ale vlasy z mých úst padaly dále. Skoro jsem nemohla dýchat, když se mě dotkla ruka. Někdo mi sáhl na záda. Polil mě klid. Týna. Určitě mi přišla pomoci. Určitě mě slyšela. Ale ruka nepatřila Týně. „Máš tak krásné vlasy.“ jsem ještě slyšela dobře. Pak mi ale černé vlasy začaly padat i z uší. Hlas Týně nepatřil. Rozhodně ne ty staré ruce, které držely nůžky. A jediný důkaz toho, že mi to začalo stříhat vlasy, byly fialové prameny, které dopadaly na zem. Ale ty už jsem také dlouho neviděla.