

LUŠTĚNINY

II. TRIMESTR

2018/2019

73



Pokořitel 14 let trvajícího českého
rekordu na 100 m motýlek,
několikanásobný mistr české
republiky, vítěz olympiády dětí a
mládeže na 200 m motýlek a
student tercie.

Albert
MOC

Úvodník

Milí čtenáři,

druhý trimestr je nejdelší, ale utekl rychleji než ten první. Naše bývalá šéfredaktorka Anna Táborská mě varovala, že se ani nenaději a budu dávat dohromady další číslo... a měla pravdu. Máme čím dál tím méně času na opravení hodnocení, oktávě se krátí čas do maturity, blíží se konec školního roku a začátek dvou sladkých měsíců, které zase budou moc krátké. Nechci Vás strašit, ale pouze připomenout, že čas nevrátíte...

...tak ho využijte na něco smysluplného jako jsou Luštěniny à la „Chilli con Carne“ (odkaz na předchozí úvodníky). Vrátily se perličky!!! Servírujeme Vám na stříbrném podnose tipy na brigády pro nezletilé, vysvětlíme, co je to slow fashion (a jak (ne)souvisí s fast food), koukneme se na svět očima naší redaktorky, která se zamyslela nad smyslem života (Ikigai) a v neposlední řadě na Vás čekají rozhovory se Stopou, několikanásobným mistrem ČR v plavání a studentskou firmou Wrap 'n' Roll.

Celá redakce Vám přeje hodně sil do třetího trimestru a oktávě štěstí u maturity!

Eliška Košťálová



Šéfredaktorka
Eliška Košťálová

Redakce:

Anna Táborská
Barbora Škývarová
Elizabeth Hošková
Jan Kubáček
Matěj Hajský
Romana Pacáková

Do čísla přispěli

Hana Modrá
Tina Marijczuková
Berenika Killichová

Jazyková korektura

Mgr. Anna Zelenková

Sazba a grafika

Mgr. Martin Turčík

Ilustrace

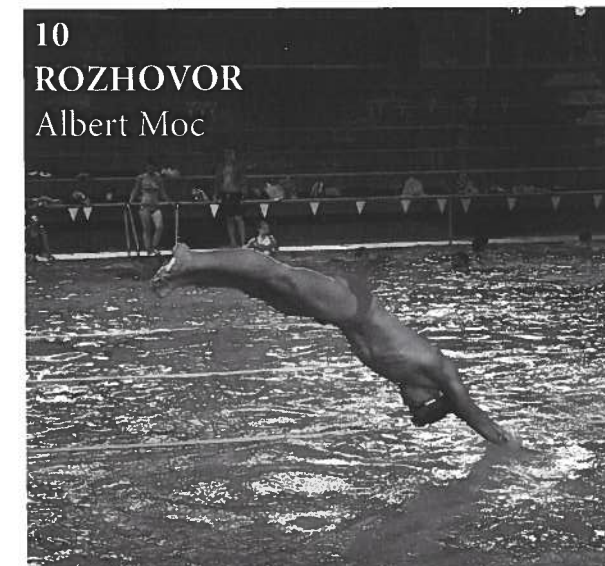
Barbora Škývarová
Elizabeth Hošková
Eliška Košťálová



02	Editorial
04	Rozhovor WRAP 'n' ROLL
06	SLOW fashion
08	Student exchange
10	ROZHOVOR Albert MOC
12	ROZHOVOR Divadelní soubor STOPA
15	Brigády pro studenty do 18 let
16	Ikigai
17	Perličky
18	Poems
19	Vaše pomoc v Africe



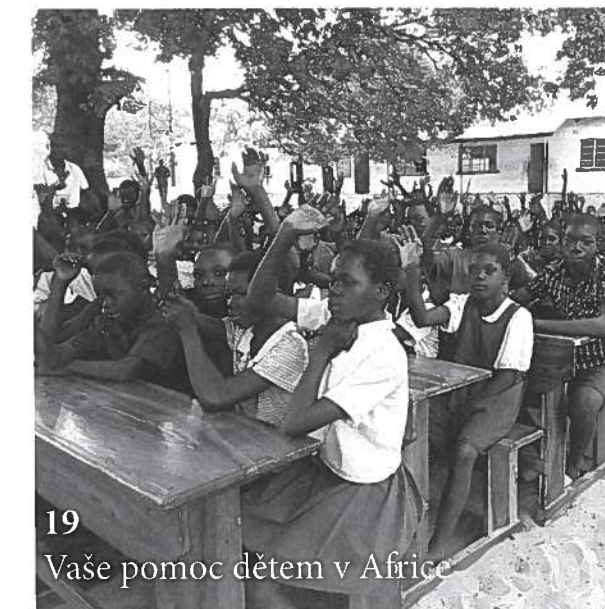
04
ROZHOVOR
WRAP 'N' ROLL



10
ROZHOVOR
Albert Moc



12
ROZHOVOR
Stopa



19
Vaše pomoc dětem v Africe



Dne 31. 1. 2019 proběhl rozhovor se členy studentské firmy Wrap `n` Roll, Natálií Bergmannovou a Tomášem Laboutkou. Dozvíte se, kdo přišel s nápadem na designový balicí papír, jak firma funguje i jaké řeší problémy. Firma vznikla v rámci předmětu praktická ekonomie, který vede paní profesorka Quirenzová.

Natálie Bergmannová a Tomáš Laboutka jsou zástupci studentské firmy Wrap `n` Roll na Doctrina - Podještědském gymnáziu. Vítejte.

Čím se Vaše firma zabývá?

Tomáš: Zabýváme se prodejem balicího papíru a dárkových potřeb.

Jak jste se vůbec na gymnáziu dostali k založení firmy?

Tomáš: K založení jsme se dostali přes nepovinný předmět praktická ekonomie. Je to vyloženo práce do předmětu.



Koho napadl zrovna designový balicí papír?

Natálie: Původní nápad byl Pavlův (septima). Ten vymyslel celkovou myšlenku balicího papíru. Název firmy vymyslela Klára (septima).

Všem se nápad líbil.

Tomáš: Nejdříve jsme začali s nápadem, co vlastně budeme dělat. Když jsme se rozhodli pro balicí

napíše přes sociální síť. Se zákazníkem se domluvíme na motivu, Pavel ho potom vytvoří. Návrh balicího papíru se posílá zákazníkovi ke kontrole. Když zákazník souhlasí s návrhem, následuje tisk a předání produktu.

Kolik času vám práce ve firmě zabere?

Tomáš: Pavel s tím má asi nejvíce práce kvůli designu. Celkově nejvíce času zabere konzultace s klientem. Někdy je složité se dozvědět, co si vlastně zákazník přeje.

papír, tak jsme vymysleli název.

Jak vlastně funguje výroba vašeho balicího papíru? Mohli byste mi prozradit postup?

Natálie: Nejdříve nám zákazník

Natálie: Během týdne máme všichni povinné dvě hodiny v pondělí, rozdělíme si úkoly, a pak už se jedná o individuální práci.

Co vše jste museli udělat pro zalo-

žení firmy?

Tomáš: Museli jsme přijít na to, co budeme vlastně dělat, což nám dalo dost zabrat.

Natálie: A museli jsme se zaregistrovat do programu JA Czech.

Tomáš: To nám zařídila naše vedoucí, paní profesorka Quirenzová.

Je pro vás Wrap `n` Roll jen zábava nebo ji berete jako opravdovou firmu, kde se můžete hodně naučit?

Tomáš: Já to beru spíše jako školní předmět.

Natálie: Já to beru oběma způsoby, jako volitelný předmět v pondělí a taky jako zábavu, protože mě firma opravdu baví.

Chtěli byste vést vlastní firmu v budoucnu?

Natálie: Určitě ano.

Tomáš: Nevím.

A co jste se už naučili, máte nějaké nové zkušenosti?

Natálie: Díky tomuto předmětu si budeme moct udělat certifikát podnikatelských dovedností. Ten prověřuje zkušenosti týkající se firmy. Vést firmu obecně je rozhodně velká zkušenost.

Co všechno bylo odlišné od vaší představy, očekávali jste od předmětu praktické ekonomie přesně toto?

Tomáš: Každý očekával něco jiného. S tím, že budeme nabízet a prodávat reálný produkt, jsme absolutně nepočítali.

Balicí papír teď bude asi chvilku out, kam bude firma směřovat dál?

Natálie: Balicí papír stále nabízíme, například na akce jako jsou narozeniny, Valentýn nebo svátky. Balicí papír pořád funguje, ale ohlas už je menší.

Tomáš: Snažíme se přeorientovat spíše na narozeniny a svátky, ale u balicího papíru zůstáváme.

Jaká je práce se zákazníky?

Tomáš: Když zákazník řekne přesně co chce, vytvoříme balicí papír na míru a zakázka je vyřízena.

Máte porady, setkáváte se osobně



a probíhá výměna názorů? Nebo komunikujete jen online?

Tomáš: Každé pondělí se scházíme všichni, ale objednávky se řeší online. Pondělky řešíme finance, pokračování firmy, rozdělování úkolů a případné změny ve firmě.

Kdo firmu vede? Máte stanovené nějaké posty?

Tomáš: Máme rozdělené, co kdo dělá, jakou má funkci a jakou část firmy představuje. Já jsem prezident, Volodě a Filip mají na starosti finance, Pavel, Maruška, Klára a Nikol se zabývají designem a marketingem, Natka a Terka komuni-

kují s klienty a propagují naši firmu.

Natálie: Nakonec děláme ale všichni všechno. My se vždycky domluvíme.

Baví vás práce, kterou děláte, nebo byste raději udělali nějakou změnu?

Natálie: Baví a klidně bych začala úplně od začátku: nový produkt i novou firmu.

Tomáš: Baví.

Jak se po půl roce fungování Wrap `n` Roll díváte na založení vlastní firmy v budoucnu?

Byl pro vás tento půlrok velkou zkušeností?

Natálie: Myslím si, že jsme všichni udělali velký kus práce, ten půlrok je velká zkušenost. Je těžké srovnat studentskou a klasickou firmu, my jsme pod programem JA Czech, který poskytuje vše potřebné. Já osobně bych v budoucnu firmu mít chtěla, takže si mys-

lím, že by mi tato zkušenost mohla v pomoci.

Hodláte firmu rozšiřovat?

Natálie: Tahle firma se nedá rozšířit, ani upravit.

Myslíte si, že by z vaší firmy mohlo být něco velkého? Případně vlastní podnik? (fantazii se meze nekladou)

Natálie: V této chvíli určitě ne, protože je to jen školní předmět.

Děkuji za rozhovor, ať se Vám daří.

Matěj Hajský

Slow fashion

Dnešní svět čelí kvůli modernizaci mnohým problémům, které se odráží na stavu naší planety, přístupu k lidem, porušování základních lidských práv a svobod. Velkou roli hraje módní průmysl, ve kterém kvantita již dávno ubila kvalitu. Musí naše šatníky opravdu vypadat tak, jak nám bylo dosud podsouváno na sociálních sítích i jinde?

Co je to slow fashion?

Podobně jako můžeme pozorovat u jídla, kde také vznikl rozpor mezi fast food a slow food, máme dnes hnutí fast a slow fashion. Pod fast fashion bychom zařadili firmy, které produkují trendové oblečení bez



ohledu na dopad na životní prostředí a společnost. Slow fashion naopak klade důraz na řemeslnou dovednost, kvalitu a tradici, s respektem k biodiverzitě a lidským právům. Na výrobu produktů slow fashion je tedy potřeba více času, větší investice do kvalitních materiálů a řemeslníků.

Jak začít?

Nejprve je důležité si srovnat priority, protože jak bylo již zmíněno, hlavní roli zde hrají kvalita a kvantita. Každý si musí určit, zda preferuje plný šatník neeticky vyrobeného oblečení, které po pár vypráních nebude nositelné, nebo chce radši vlastnit pár kvalitních kusů, které si bude střežit a vzhledem k ceně a příběhu si jich i víc vážit. Samozřejmě, že váš šatník poté nebude tak pestrý, nebudete schopni na každý den vymyslet nový outfit, ale pocit méně etičnosti stojí za to. Jestli Tobě taky, můžeš přejít na další krok, kterým je vyhledání značek specializujících se právě slow fashion, a začít postupně obměňovat svůj šatník. Vyhod



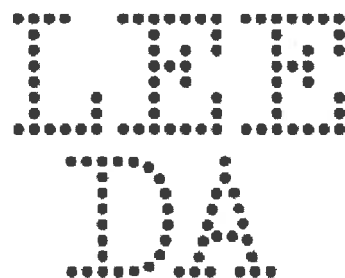
pět triček z H&M a nahrad' je jedním smysluplným.

Kde slow fashion seženu v ČR?

Rádi bychom Ti zde představili pár tvůrců na území ČR:

Bohempia

Produkty vyrábí výhradně z konopí. Proč? Jeho pěstování je ekologické, konopné látky jsou pohodlné a dlouho vydrží.



Leeda

Designérka Lucie Kutálková již od roku 2003 tvoří nádhernou módu, kterou oblékají i hvězdy v Karlových Varech. Zajdi se podívat do stejnojmenného kamenného obchodu v Praze.

FAKTA

Na výrobu jednoho bavlněného trička se spotřebuje tolik vody, kolik člověk vypije za 3 roky.

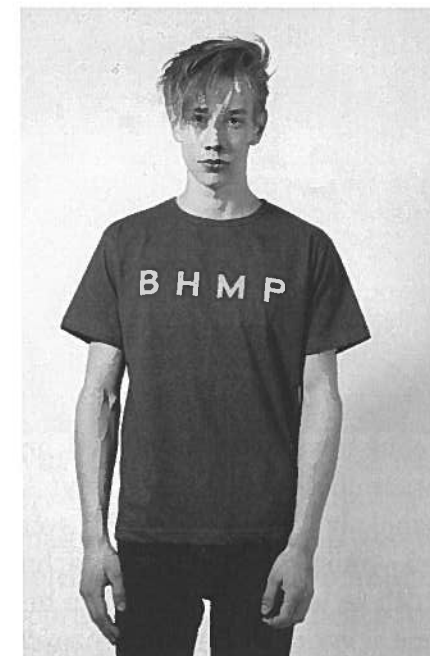
Až 90 % oděvů obsahuje materiály vyráběné z fosilních paliv, která jsou největším strůjcem klimatických změn

Většina oděvních značek vyplácí svým dělníkům mzdu pod hranici životního minima.

Ročně je pokáceno až 100 milionů stromů na výrobu textilních vláken.

Pro uspokojení aktuální poptávky bychom potřebovali 1,7 planety.

(zdroj: instagramový účet Veroniky BLABLA Hubkové @veronikablalahubka)



Julie

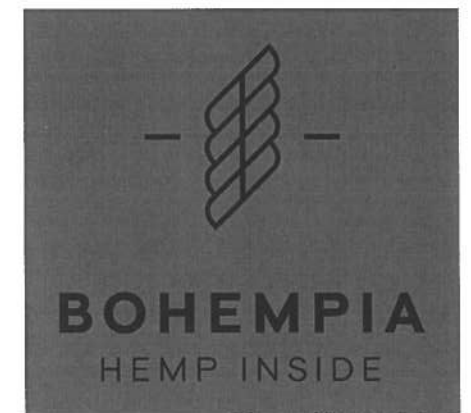
Maminka s dcerami společně tvoří romantickou a jednoduchou módu pro každého. Používá přírodní materiály jako je len, bio bavlna nebo ramie (tropická rostlina podobná naší kopřivě). Materiály jsou šetrné k pokožce i přírodě.



Tyto a mnoho dalších designových značek z ČR a Slovenska, které se specializují na slow fashion, můžeš vidět naživo na akcích jako je Designblok, Lemarket, nebo Festival Mini s dětskou módou. Další způsob jak nakupovat slow fashion, je chození do bazarů. Mohu doporučit Slowbazaar. Vždy je lepší i úspornější nakoupit z druhé ruky, protože tím nezvyšuješ poptávku.

Každý může přispět ke změně, stačí jen přemýšlet nad tím, co nakupujeme.

Elizabeth Hošková



Student Exchange



Sobota – příjezd a vřelá vítání

Ve dnech 12. 1. - 16. 1. proběhla návštěva holandských studentů z Amersfoortu.

V sobotu jsme studenty nedočkavě očekávali v přízemí naší školy. Čas jsme trávili hraním fotbálku. Čekání bylo dlouhé, později se zdálo být nekonečné, a když už jsme oprav-



du nevěděli do čeho píchnout, zaslechli jsme šramot přede dveřmi. Následovalo objímání, seznamování, navazování první komunikace a hlavně, hledání svého nového kamaráda. Někteří měli dokonce transparenty se jmény, aby našli toho svého. Pak jsme pokračovali k další akci, hledání zavazadel a



kontrola, zda mají naši noví kamarádi opravdu všechno. Otevřely se dveře velkého cestovního autobusu a v něm se objevily desítky zavazadel. Vypadalo to hororově, ale nakonec všichni své zavazadlo našli, po kontrole zjistili, že opravdu mají všechno, a celý dav se postupně ztrácel s českými studenty pryč. U každého českého hostitele čekala na studenty z Holandska (určitě) výborná večeře a společné večerní aktivity.

Neděle – volný den aneb co můžeme dělat v Liberci a okolí

Volný den s našimi novými kamarády trávil každý po svém, ale i přesto se našlo pár skupinek s po-



dobným programem. Někteří šli hromadně na bowling, jiní na lasergame, někdo na procházku po Liberci do Lidových sadů. Samozřejmě u nás v horách se plány nemohly obejít bez běžek a lyžování. Holandští studenti znali lasergame už předtím, ale v našem podání



zřejmě nikoli. Postupně se všichni seznámili s prostředím, a když se rozblikaly čelenky červeným světlem symbolizujícím zásah, všichni věděli že jde „o život“. Během hry jsme si vyzkoušeli mnoho různých módů hry, které nás pobízely k nevídaným činům. Někdy spoje-nectví, jindy šílené běhání po místnosti, mnohdy došlo na okupová-



ní jednoho nepřátelského hráče v koutě druhým týmem. Lasergame byl silným zážitkem pro všechny. Pondělí – počasí nám nepřálo... V pondělí byli studenti ve škole

rozděleni do tří skupin. Postupně jsme si všichni prošli výukou anglického jazyka, hudební výuky a zeměpisu. Původním plánem po skončení výuky byl společný výlet na Ještěd, ale kvůli velmi větrnému počasí jsme byli nuceni podniknout něco jiného. Důstojnou náhradou výhledu na Liberec z Ještědu byla prohlídka Liberce zblízka. Studenti z Holandska spolu s námi společně procházeli město a Holanďané tak měli možnost vidět některé liberecké významnosti. Večer



byl už v režii českých studentů.

Úterý – Holanďané na lyžích aneb z placky do hor

Úterní dopoledne strávili holanďští studenti na sjezdovce Severák. Doprovod jim dělali profesori a čtyři čeští studenti fungující jako lyžařští instruktoři, motivace nebo první pomoc při pádu do sněhu (naštěstí šlo vždy jen o sebrání hůlek a pomoc vstát). Po několika sportem strávených hodinách jsme všichni nastoupili zpět do autobusu, kterým jsme na Severák přijeli. Za pár minut jsme ale zapadli do sněhu Tedy nejdříve se nám nepodařilo autobusem vyjet kopec, při



dalších snaženích bohužel autobus sklouznul pravými koly do boční části silnice, kde byl hluboký sníh, a zapadli jsme. Řidič s profesorským sborem ihned řešili problém, který vypadal vážně. Nakonec přijela pomoc, obrovský traktor začal nevídanou silou autobus vytahovat, jeho řetězy házely sníh daleko za něj, a když už se autobus pohnul, sjel do sněhu na druhé straně silnice. Štěstí nás ale neminulo, šikovní řidiči nakonec autobus dostali z problémů. Traktor autobus musel



vytáhnout kousek výše ke kiosku, kde byla mimo jiné mobilní toaleta, a když jsem z ní vylezl a proti

mně se řítily kolos a za ním druhý, myslel jsem, že se budu muset na záchod vrátit. Holanďští studenti vše nadšeně dokumentovali na své mobilní telefony. Autobus sice utrpěl škodu v podobě zohýbaného nárazníku, ale to byla naštěstí jediná újma. Po příjezdu ke škole

dostali studenti z Holandska čas připravit se na společenský večer, který následoval. Ten byl zahájen bohatým pohoštěním, které připravili naši milovaní rodiče. Raut sklídl velký úspěch a všichni jsme se dobře najedli. Následoval program, který si vytvořili Holanďané pro nás. Zpívalo se, tancovalo, hrály se kvízy s holandskou tematikou a všichni se skvěle bavili. Po ukončení společenského večera jsme se rozdělili do dvou skupin a poklidně si užili zbytek rozlučkového večera. Každopádně celý večerní program sklídl velký úspěch.



Středa - odjezd

Ve středu ráno jsme se s Holanďany dlouho loučili, než sami odjeli prozkoumat Prahu. Rozloučení sice proběhlo bez srdceryvného pláče, avšak všem se nám stýskalo už v momentě, kdy autobus zmizel z dohledu.

Poděkování

Děkujeme profesorskému vedení, za výborné zpracování návštěvy, bez nich by výměna nebyla taková, jaká byla. A že byla povedená! Za studenty děkujeme: panu profesorovi Blechovi, paní profesorce Zelenkové a paní profesorce Qui-renzové.

Děkujeme

Matěj Hajský

Usain Bolt ve vodě.

Věk
15 let

Bydliště
Liberec

Závodní sport
plavání

Koníčky
cyklistika, lyžování,
filmy

Jak dlouho už plaveš?

„Výukově plavu už od pěti let, ale závodně od deseti let.“

Jaké máš cíle a zajímavé akce v letošním roce?

„Cíl mám na tuto sezónu splnit limit do juniorské reprezentace a ještě mě čeká multiutkáni v Grazu v Rakousku“



Jak jsi se dostal k plavání?

„Když jsem byl malý, tak jsem začal chodit na výukové plavání. Rodiče asi chtěli, abych se nikde neutopil a naučil se plavat. Mě to pak začalo bavit.“

Kolikrát týdně máš trénink? A trénuješ i mimo bazén?

„Šestkrát týdně ve vodě a dvakrát na suchu.“

V které dráze nejraději plaveš?

„To je různý. Já moc nemám rád krajní dráhy, ty jsou pro outsidersy, že jo. Ani ty moc favorizovaný, kde plave leader. Já mám nejradši druhý a třetí místo. Ono záleží, když je to šesti dráhový bazén, tak je to čtvrtá a druhá dráha a když je to osmi dráhový bazén, tak je to pátá a třetí dráha.“

Máš nějakou oblíbenou trofej? Nebo úspěch, na který jsi opravdu pyšný?

„Oblíbenou trofej asi nemám, ale za největší úspěch považuji překo-

nání českého rekordu čtrnáctiletého žactva na 100 m motýlek.

Co děláš ve svém volném čase?

„Ve volném čase...spím. Nebo plavu.“

Jak jsi na tom s časem, stíháš se připravovat do školy nebo si užít volný čas?

„Je to náročný, ale dá se to.“

Jak si představuješ svůj ideální den?

„Vůbec žádná škola, to zaprvé... bez ranního tréninku, dobře se vyspat, trávit čas s rodinou...prostě chill.“

Jaké jsou tvoje nejoblíbenější předměty?

„Hmm...asi dějepis, španělština a laborky.“



Nemáš někdy pocit, že je toho na tebe moc?

„No jako mívám...ale to se musí zvládnout. Rodina mi je velkou podporou, vždycky mě podrží.“

Co tě motivuje pokračovat?

„Hlavně moje sny a úspěchy. Být lepší a lepší.“

Máš nějaký speciální rituál před závodem? Pokřik, hudbu nebo nic?

„Nemám, ale vždycky si na závod vezmu svůj talisman. Je to malý plyšáček Emila Zátopka.“



Jaká je tvoje oblíbená kapela / interpret?

„Queen a Imagine Dragons.“

Chtěl by ses plavání věnovat profesionálně i po ukončení studia?

„No...chtěl bych, ale je to velmi náročný, protože plaváním se nedá moc uživit. Uživí se tím opravdu jenom top špička ve světě, takže to by mi to muselo ještě hodně, hodně jít.“

Chtěl bys později třeba dělat trenéra plavání?

„To nevím...přijde mi to jako opruz, být celou dobu v bazéně s dětmi.“

Jaká jiná profese by tě bavila?

„Něco se sportem. Asi fyzioterapeut.“

Podporuje tě tvoje rodina či kamarádi?

„Jo, hlavně mě podporuje rodina, za to jsem velmi vděčný a samozřejmě i kamarádi mě také podporují.“

Jaké je tvoje oblíbené jídlo?

„Oblíbené jídlo? Asi svíčková. Klasika.“

Co jíš před závodem?

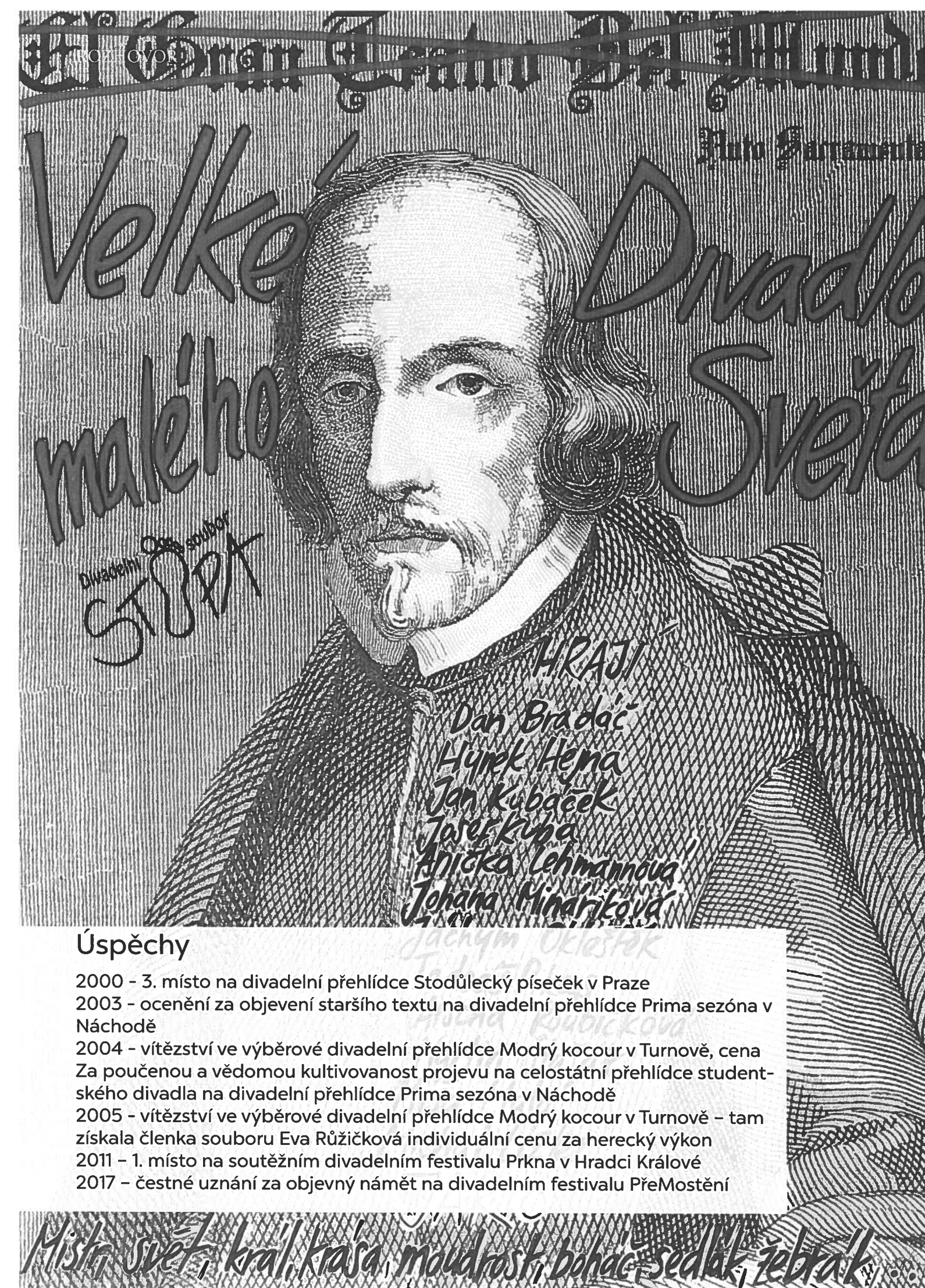
„Nasnídám se, většinou vločky s jogurtem, a pak už jenom něco lehkého. Třeba těsně před závodem si dám banán nebo hroznové víno.“

Eliška Košťálová

Albert
MOC

Úspěchy

Několikanásobný mistr České republiky, vítěz Olympiády dětí a mládeže na 200 m motýlek a pokořitel 14 let starého českého rekordu čtrnáctiletého žactva na 100 m motýlek.



Úspěchy

- 2000 - 3. místo na divadelní přehlídce Stodůlecký píseček v Praze
- 2003 - ocenění za objevení staršího textu na divadelní přehlídce Prima sezóna v Náchodě
- 2004 - vítězství ve výběrové divadelní přehlídce Modrý kocour v Turnově, cena Za poučenou a vědomou kultivovanost projevu na celostátní přehlídce studentského divadla na divadelní přehlídce Prima sezóna v Náchodě
- 2005 - vítězství ve výběrové divadelní přehlídce Modrý kocour v Turnově - tam získala členka souboru Eva Růžicková individuální cenu za herecký výkon
- 2011 - 1. místo na soutěžním divadelním festivalu Prkna v Hradci Králové
- 2017 - čestné uznání za objevný námět na divadelním festivalu Přemostění

ROZHOVOR

Stopa anebo ŠKOLNÍ SMETÁNKA

26 let

ČLENOVÉ 2018/2019

Daniel Bradáč
Hynek Hejna
Josef Kuba

Jan Kubáček
Anna Lehmannová
Michal Lizler

Michaela Malá
Johana Mináriková
Jáchym Okleštěk

Tadeáš Pikous
Aicha Roubíčková
Martin Stašák

Vedoucí

Petr Besta

Bývalí vedoucí

Milena Šajdková

Lukáš Horáček

Vanda Zaplatílková
Hutařová

Proč ses přidal/a do Stopy?

Dan: „Protože mě to baví a chtěl jsem mít nějakou volnočasovou aktivitu.“

Josef: „Vždyť koukáš na anime.“

Michal: „No, tak má ještě nějakou druhou.“



...

Michal: „Já nikdy nebyl na dramaťáku, tak jsem si říkal, proč to nezkusit“

Chceš se herectví věnovat i po dokončení studia?

Josef: „Ne.“

Michal: „Jenom jako koníček.“

Anna: „Tak možná zkusit.“

Dan: „Možná.“

Jak probíhají vaše zkoušky?

Jáchym: „O víkendu se zpravidla začíná čajem...“

Michal: „...a o půl hodiny později.“

Aicha: „Nejdřív se protáhneme, rozmluvíme.“

Tadeáš: „Pak přijde ta rozcvička no...“

Aicha: „...hlasová i fyzická...“

Tadeáš: „...pak textová zkouška...“

Aicha: „...potom si říkáme, co se nám stalo během dne, abychom si byli blíží. Pak pracujeme pořádně.“

Tadeáš: „Někdy to je zábava a někdy si musíme máknout.“

Ted' otázka na starší členy Stopy.

Jaké je vaše nejoblíbenější představení?



Josef: „Já mám nejradši Oslí Vejce.“

spustí se velká debata, většina souhlasí s Jožinem

Otázka zase pro mladší členy.

Bylo lehké se zapojit do kolektivu?

Všichni: „Jo!!!“

Stýkáte se s ostatními členy mimo zkoušky? Popřípadě kde?

Všichni: „Ano, chodíme k Honzovi na čaj.“

Máte nějaké vtipné, nebo i trapné momenty z představení?

Tadeáš: „No, pár trapných momentů, ale zároveň vtipných, jsme měli. Nejtrapnější je, když někomu vypadne text. Když jsme hráli třeba v Mostě Churchilla, tak tam Jožinovi vypadl text, protože ho měl strašně moc. To bylo vtipný.“

Anna: „Minulej rok, jak jsme hráli

v Experimentálku, Petr nám tam dělal osvětlení a pouštěl ty repliky, co byly jako nahraný... a on třeba třikrát za sebou pustil tu stejnou repliku, a nebo prostě ty světla tam, prostě... nechci říct, že to nezvládl... ale nezvládl.“

Jak se popisují členové Stopy navzájem:

Petr Besta: vypadá jako Ježíš; nemá boty; celý rok nosí sandále, a když je zima, tak v nich má ponožky; má ponožky z velblouda

Daniel Bradáč: mluví japonsky; má velkou slovní zásobu, ale málo mluví; má dobrou paměť

Hynek Hejna: má super bráchu v primě; je vtipnej; má super historky; je hodnej; hraje na kytaru

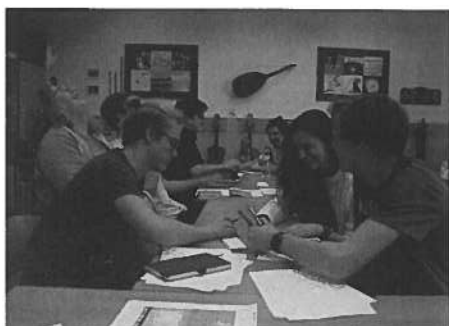
Josef Kuba: Josefa máme všichni rádi; sluší mu make-up; nesnáší kopání brambor, ale umí to; pomáhá babičce

Jan Kubáček: blázen; prostořeký; má hustou kočku a dobrou barák

Anna Lehmannová: všem chybí Aničiny růžové vlasy; skvělejší DJ

Michal Lizler: má vždycky roztrhaný kalhoty; on je prostě jako jeho sestra; vypadá jako Pavlášek zamlada; má skvělá trička

Michaela Malá: herečka; nefungují



jí palce; je taková rozbitá

Johana Mináriková: šílená; dá-belská; má ráda štěňátka; v jejím domě straší

Jáchym Okleštěk: hraje na kytaru; umí Eminema na klavír; všeumělec; je to takový renesanční člověk; umí dobře vařit

Tadeáš Pikous: dobrák; negativní; upřímný; vyhrál Fandu

Aicha Roubíčková: bydlí předá-leko; má ráda roztomilé ovečky; vegetariánka; dobrotivá; krade magnety z kostíků; podle Danovy tety je „trhlá“

Martin Stašák: Martin je sladkej

Hlášky:

Josef: „Kdo vyhrál?“

Aicha: „Tadeáš.“

Petr: „Co vyhrál?“

Josef: „Fandu.“

Petr: „Protože jsi zotročil svoji třídu?“

Hynek: „Jáchym umí dobře vařit“

Petr: „Jáchym? A jak to, že jsme to ještě nepoznali?“

Aicha: „Příští pondělí pečeš.“

Tadeáš: „Vy spolu něco pečete, chlapci?“

Honza: „Mně se nelíbí, že jste mě shrnuli jenom špatnejma vlastnostma.“

Michal: „Protože seš špatnej!“

Popište Dana:

Petr: „Čte fakt dobře verše... vlastně asi nejlíp z vás“

Všichni: „...“

Dan: „Já už to umím skoro celý nazpaměť“

Všichni: „...“

Michal: „Aicha krade magnety z kostíků a já je pak nemám.“

Aicha: „Máš je taky krásť.“

Josef: „Dej mi najíst.“

Aicha: „Co to je?“

Honza: „Buchta, od babičky.“

Michal: „Nech mi kousek. Jestli to sníš celý, tak uvidíš.“

Honza: „Talent na to [být hercem] mám, ale nechci jako předčít ostat-“

Michal: „-No ty tak!“

Fakta podle Stopy:

Nejoblíbenější a zároveň Stopou



nejčastěji používaný zvuk: piupiu-piupiu...

Dan je jediný člověk, který dokáže sníst pálivé skittelsky.

Jak se někdo cítí „Stašák“, tak je zmatený.

Tadeášův nejoblíbenější herec je David Bolek. Je to jeho velká inspirace. Jednou taky říkal, že chce být jako Jiří Schoř.

Hynek půjde do pekla (důvody toho jsou známy pouze Stopě).

Jan Kubáček
Eliška Košťálová

ČLÁNEK NA TÉMA

BRIGÁDY

PRO STUDENTY DO 18 LET

Pokud se rozhodnete přivydělat si na vysněnou věc nebo zážitek, je dobré získat nejdříve přehled o tom, co si můžete a nemůžete dovolit.

Na brigády je možné docházet od 15 let v případě, že máte ukončenou povinnou školní docházku. Je to dané zákonným omezením z důvodu bezpečnosti práce a dalších přísnějších pravidel.

V souladu s novým zákonem o zaměstnanosti se uzavírá s brigádníky „Dohoda o pracovní činnosti“ (DPČ) nebo „Pracovní poměr na dobu určitou“ (DPP). Firma, která vás zaměstná, za vás odvádí zdravotní a sociální pojištění.

Dohoda o pracovní činnosti (DPČ) je pracovní dohoda uzavřená na maximální počet 20 pracovních hodin týdně.

Dohoda o provedení práce (DPP) je pracovní smlouva, která umožňuje pracovat maximálně 300 hodin pro jednoho zaměstnavatele za rok.

Nezletilá osoba (do 18 let) nesmí vykonávat práci přesčas a pracovní doba musí být ma-

ximálně 6 hodin za den nebo 30 hodin za týden. Zaměstnavatel po vás nesmí vyžadovat hmotnou odpovědnost. To znamená, že do 18 let nemůžete být pokladní.



Jaké brigády mohou dělat, když mi je 15+?

Nabídka je sice omezená, ale je. Nejvíce nabídek je přes léto a podzim, kdy jsou nabízeny sezónní práce: sběrač ovoce, lehké stavební a úklidové práce, průvodce na hradech a zámcích, recepční v hotelu a práce v pohostinství (nejčastěji mytí nádobí).

Po celý rok je možné doplňovat zboží v hypermarketech, roznášet letáky, dělat pomocného trenéra u sportu, který umíte, být asistentem invalidním osobám nebo společníkem seniorům. Mezi časté nabídky patří i práce v callcentru, doučování dětí (nejčastěji

cizích jazyků a matematiky), přepisování dokumentů nebo překlady cizojazyčných textů. Občas je možné najít i práci v útulcích pro zvířata, zajišťovat výcvik nebo venčení psů.

Pokud vás nic nenapadne, nebo nechcete zbytečně obvolávat různé firmy, je nejjednodušší se obrátit na agenturu, která vám pomůže s výběrem vhodné práce a ještě všechno zajistí. V Liberci můžete najít nabídku brigád třeba na <https://www.prace-liberec.cz/>.



A kolik si vydělám?

Mzda se většinou pohybuje od 50 Kč do 150,-Kč / hod. Pokud nevyděláte více než 4000 Kč za měsíc, tak částku jako studenti nemusíte danit.

Eliška Košťálová

Ikigai: Důvod vstát ráno z postele

Na chvíli se zastavit. Odtrhnout se od elektroniky, cizích životů a zaměřit se na přítomný okamžik.

Nasloucháme našemu dechu, v klidu ho korigujeme. Pohledem stačí zaměřit do reálných snů přírody, následovat každou křivku, pohyb. Všimnout si větru, jež projíždí lesy a zanechává za sebou šum klidnicí naše srdce.

Déšť. Smáčí všechny, bez ohledu na zjev, chování, chyby, úspěchy. Vůbec na tom nezáleží. Ne teď.

Slunce přináší pozitivitu jenom svým bytím. Jeho paprsky si pohrávají s barvami listů, jež nabádají k představivosti.

Vlny narážející do sebe. Přou se, ale nakonec jsou stále u sebe.

Proč nenávidět, mít odpor k něčemu tak vzácnému, jako je naše existence? Každá doba přináší komplikace, nadměrný stres se počítá.

Kam se poděl klid? Ukrytý v

odpoledních trávených se svíčkami, ve vaně, četbou, poslechem nejoblíbenějších písní?

Stravování, bez přejídání a hladovění, je důležitou součástí zdraví našeho těla. Všechny buňky dokáží fungovat a vytvořit ho. Když se mu projeví

u zvědavých dětí?

Je zábava si hrát, ale neměli bychom zapomínat, kým skutečně jsme. Ve škole nám to neřeknou. Ani ti nejbližší to nedokážou. Všechno, zdroje našich myšlenek pramení jenom a jenom u nás. Stačí sdělovat, sdílet zážitky plné jedinečných

chvil, ale nezabřednout v minulosti. Přítomnost je dar. Lidské tělo je dar. Se všemi nedostatky. I jizvy, pihy, pupínky je třeba ocenit.

Občas se ale vynoří splín. Takový, že i vstát z postele není možné. Myšlenky se točí jenom kolem bezmoci něco dělat. A to je v pořádku. Bylo a bude. Jednou zmizí. A bude líp.

Není možné urychlit bolest, ale ani ra-

dost. A až ta dorazí, tato nálada se promění. Pořád to budeme my.

Mít se rád neznamena být sobecký, lidé se v tom občas pletou. Dokonce se učí upřed-



vděk, vrátí ho. Když se o své tělo staráme, je nám líp, vypadáme líp, záříme.

Každý člověk je kreativní. Jaký by to byl pocit vidět jiskřičky v očích u dospělých častěji, jako

nostřovat ostatní před sebou, být nápomocný. To je ovšem klam. Nejdřív se v srdci musí uvolnit místo pro nás samotné. A když ho najdeme, můžeme tu lásku, která nic nestojí, ukázat ostatním.

Co špatného se skrývá v úsměvech? Ihned se dostaví lepší nálada, a to zadarmo.

Na chvíli se zastavit. Pohledem zaměřit k obloze, zvednout se, dýchat. To někdy stačí. Najednou zbývá se smát nad někdy nesmyslnými tužbami člověka dnešní doby.

-Barbora Škývarová

Where to find magic

„When the sun is shining and you feel its warmth spreading across your skin.

Hearing the birds sing outside your window.

When you first wake up in the

morning about having yet opened your eyes.

Meeting someone new and feeling like you've known them your whole life.

The way your body can heal itself from a paper cut to a broken bone to a broken heart.

Losing track of time when you're drawing.

The sound of silence when the snow is falling.

When all the plants and trees come back to live every spring.

Finding that something didn't work out only for something much better to happen instead.

Finding a new song that you can't stop listening to.

Looking up at the stars on a warm summer night.

The first sip of coffee in the morning.

That lingering feeling of waves pulling you as you lay in bed

after a long day at the beach. The thought that at any moment you could go anywhere you wanted in this world and experience a whole new way of life.

The feeling you get when you just know to your very core that something is right for you.

Driving with the windows down and listening to your favorite music.

Putting all your faith into the unknown, trusting that everything always works out in your favor and watching how amazing things happen.

Standing on the top of a mountain seeing all of the earth around you and realizing that you are part of the story of this universe.”

Jordan Clark

Perličky z hodin

hodina tělocviku – venku

teplota: 13°C

Profesorka: „Tak si zaběhneme dvanáctiminutovku.“

Dívka: „Je možnost odevzdat pozdní žádanku?“

„Já si vás nepletu, já si vás nepamatuju.“

-profesor Jansa

„There is something for you, idiots..., ehm, idioms, sorry.“

-profesor Blecha

hodina dějepisu

Profesor: „Co se děje o Sva-

tojánské noci?“

Student: „Vylézají nějaký skřítci a takhle, ne?“

„So you want to take 20-hour nap? Well, that is not a nap anymore, that is a coma.“

-profesor Blecha

„Jaké jsou nevýhody pohlavního rozmnožování? Podívejte se na sebe.“

-profesor Jansa

Hodina AJ v nejmenované třídě – cvičné prezentace České republiky před odjezdem do partnerského Amer-sfoortu:

Nejmenovaná studentka:

„Ale já nebudu prezentovat zabíjačku, já jsem vegetariánka.“

Nejmenovaný profesor: „To mi chcete říct, že třeba pan profesor Stupka vám neodprezentuje komunismus?“

Nejmenovaná studentka: „Cože, pan profesor Stupka je vegetarián?“



/Demons/

Dívám se, jak bříza ve
Every night I see my bed,
I can feel what's under that.
Every night I hear a thunder,
I can feel all them under.
Under my bed, in my head
I can see them.
I can feel them.
But I can't kill them.

Berenika Killichová, Eliška Košťálová, Tina Marijczuková



/Night Skies/

I look up
In hope I gaze
The night skies
An organized maze

Uninterrupted
In my intense agony
Self-destructive
I find my own company

Then I wonder
When I gaze at the skies
Who else adores the vista?
How many eyes?

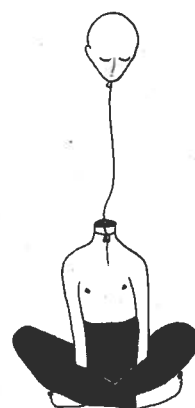
Suddenly
Lonely isn't as bad
I am not alone
So there is no reason to be sad

Abandoned in company
Like many others right now
I can deal with loneliness
Because now I know how

Elizabeth Hošková

/Somewhere in the sheets/

Too many days have past
Since I've seen your face
Seems like it was lust
For which I'll leave this place



Warmth of your
touch
Beneath my
heart
I will miss much
Till it goes apart

And your silly
whispering
Desiring for my
body
There goes my
shivering
From your voice
of honey

Barbora Škývarová

/Worm/

There was a worm that wished to
fly,
so he went for advice to one old
guy.
He said, „Just don't you worry, my
dear,
I have the most perfect flying
gear.“

For him, he created great white
18

wings,
but the worm didn't have a hand
to grip it with.
He made a hot-air balloon from
silver spider nets,
he just forgot to mention how
sticky it gets.

The nets formed a shapeless thing,
dirty and grey,
getting rid of it took them both a
whole long day.
Then they tried jet, propeller,
catapult,
they tried it all, but nothing wor-
ked.

The worm realised he didn't want
to live if he couldn't fly,



so he made himself his own silky
grave and decided to die.
What a surprise when he woke up,
light as a feather and beautiful,
and he saw two wings stretching
from his back, so bright and so
colorful.

Now his dreams were coming true,
he will be flying day and night,
he imagined every adventure,
that waited for him just out of
sight.

He jumped and flew out of the pit,
headed to say hello to a gorgeous
blue tit.
She looked at him with beautiful
eyes black as coal,
then she opened her beak, and
swallowed him whole.

Hana Modrá

CHARITATIVNÍ AKCE NA ŠKOLE

DÍKY VÁM SI MAJÍ ŽÁCI V AFRICE NA ČEM PSÁT TAHÁKY

Ještě jednou moc děkujeme všem, kteří se podíleli na loňském Běhu pro Afriku. Moc si vážíme všech běžců i sponzorů, kteří Běh podpořili.

Díky Vám se podařilo na Doctrině získat krásných **86 932 Kč**, což byl v rámci Běhu pro Afriku v loňském roce druhý největší výtěžek.

Celkem za ČR se uběhlo 4 217 km a vybralo celkem 351 944 Kč.



Díky příspěvkům do sbírky Postavme školu v Africe bylo v minulém roce úspěšně postaveno a školám předáno 8 speciálně pedagogických tříd v oblastech Gedeo a Hadiya na jihu Etiopie, kde pracujeme. Tyto třídy byly vybaveny nábytkem a učebními pomůckami pro speciální pedagogiku. Také bylo vybráno 78 učitelů, kteří byli v září loňského roku proškoleni v používání speciálních pomůcek a vybavení těchto nových tříd. Další dvě třídy už jsou téměř hotové a co nevidět se v nich začnou

učit děti, které to v klasických etopských školách nemají jednoduché. Tyto třídy budou školám předány na konci března. Ráda potom zašlu více informací a také fotografie ze slavnostního předávání.

V Zambii jsme se zaměřili na zlepšení podmínek tří základních škol v okrsku Ndoka, které v současné době navštěvuje 1 454 žáků. Školy jsou postavené z málo kvalitních materiálů, nemají dostatečný počet toalet a dětem chybí školní pomůcky a nábytek.

Díky sbírce Postavme školu v Africe stavíme na základní škole Nangumba dvě nové třídy, kabinet pro učitele a také 4 latríny s místem na mytí rukou. Školu poté vymalujeme a vybavíme školními tabulemi,

Odkaz na video ze Zambie



novým nábytkem a odpadkovými koši. Tato škola má přibližně 500 žáků, ale jen 5 tříd. Na video, ve kterém kolegyně Zuzana Filipová vysvětluje, proč jsou nové třídy potřeba, se můžete podívat na odkazu v QR kódu.

Školy Namatindi a Ndoka jsme vymalovali, několik tříd vybavili nábytkem. Také se zkrášlovalo prostředí škol, na kterém se podíleli sami žáci vysazováním květinových záhradek nebo zdobením stěn svými malbami.



Člověk v tísni



BĚH PRO AFRIKU²⁰¹⁸

86 932 Kč

VYBRÁNO ZE ŠKOL DOCTRINA JEN DÍKY VÁM

VAŠE POMOC SE PROMĚNILA V KONKRÉTNÍ ŠKOLNÍ
POMŮCKY, LAVICE I UČEBNÝ
MÁ TO SMYSL

