

Maraton
dopisů

Strana 2

Sběratelé
jedniček

Strana 6

Josef Ptáček

Strana 10 a 11



THE BLUE

2/2019

prosinec 2019 - leden 2020

Zdarma

RAISE YOUR VOICE 2019

Jako již tradičně se tento týden v pátek 20. 12. od 9:30 uskuteční 6. ročník hudební soutěže Raise your voice, při které vystoupí mnoho zpěváků.



Eliška Bartošková

Minulý ročník soutěže vyhrál Vašek Šolc s písničkou Up town funk od Marka Ronsona a díky tomu tento rok obsadí čestné místo v porotě. Druhé místo obsadila Debora Jelínková z hudební skupiny Marbles for you, třetí, bronzovou příčku obsadil Rodan Tuka, který tento rok

znovu vystoupí. V minulém ročníku získali vítězové jako velký bonus možnost natočit svůj vlastní videoklip, jehož režírování se ujal Džalal Nazarov, a výsledky jejich práce můžete naléznout na školním youtube.

Letos se v sále můžeme těšit na Adélu Mejdrovou,

Pokračování na straně 2

Češi slavili samet

Letos v listopadu si Česko připomnělo 30 let od pádu železné opony. Naši redaktoři vyrazili do terénu a přináší svědectví o událostech 17. listopadu 1989 i o bezpečnostních opatřeních během letošních oslav.

Více na stranách 4 a 5



Foto: Michal Turek, SEUP

Pokračování z první strany

Hanku Strejcovou, Vivien Tartákovou a Simonu Švajdovou. Dále uvidíme vystoupení Kateřiny Linkové a Zuzany Janouškové a znovu také vystoupí Rodan Tuka. Čeká nás i hvězdně obsazená porota, ve které zasedne pan

ředitel Roman Liška, pan učitel Jan Darebný a zmiňovaný Vašek Šolc z M2A. A můžeme se těšit i na speciální překvapení.

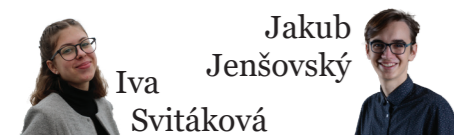
Uvidíme se v sále!



Debora Jelínková v minulém ročníku. Foto: Džalal Nazarov, SEUP

Píšeme za lidská práva

Maraton psaní dopisů, který podporuje nespravedlivě vězněné, pronásledované nebo utlačované lidi se poprvé konal i na naší škole.



Akce odstartovala v pondělí 9. 12. 2019, kdy si mediální komunikace z druhého ročníku připravila v atriu školy fotokoutek věnovaný dívce jménem Yasaman, která se v Íránu odhalila a na Mezinárodní den žen s její matkou rozdávaly bílé květiny. Studenti i zaměstnanci školy se tak mohli vyfotit s tematickými rekvizitami, s bílou květinou či hesly organizace Amnesty International. Také tento první den byl příležitostí k sepsání a odevzdání dopisů.

„O co vlastně jde?“ Maraton psaní dopisů pod záštitou celosvětového hnutí **Amnesty International** podporuje lidi, kteří byli a jsou nespravedlivě odsouzeni, vězněni, pronásledováni či utlačováni, a tak se tato organizace snaží hájit jejich lidská práva.

Letošní Maraton je věnován mladým lidem do 26 let a my si nyní krátce představíme jejich příběhy:

„Kamarádi Sarah a Sean, kteří pomáhali lodím v nouzi a dostávali lidi z nich do bezpečí. Teď jim hrozí 25 let vězení.“

„Marinel, dívka, která přežila tajfun, se snaží přesvědčit světové lídry, aby začali řešit dopady klimatických změn.“

„Za protest proti povinnému zahalování dostala 16 let. Mluvíme o dívce, která si sundala šátek a na MDŽ v metru rozdávala bílé květiny.“

„Yiliyasijiang žil a plánoval budoucnost v Egyptě, ale byl deportován do převýchovného tábora, protože je Ujgur. Jeho žena o něm už dva roky nic neví.“

„Ibrahim je od června

nezvěstný, zatkla ho zřejmě tajná policie a dodnes o něm nejsou žádné zprávy. A to jen proto, že dělal výzkum o právu na bydlení v Egyptě.“

„Bělorus Emil se chystal studovat vysokou školu do Polska, ale kvůli špatnému výběru brigády a chlapovi, který mu lhal, ho zavřeli na 8 let do vězení za obchod s drogami, ale nic neudělal.“

Aby se těmto lidem pomohlo v boji s bezprávím, mohli žáci psát dopisy v anglickém jazyce, které organizátoři odešlou na adresy příslušných úřadů. Doufejme, že kanceláře zaplavené těmito dopisy a vytvořený mezinárodní nátlak na světové autority alespoň trochu přinese své ovoce.



Studenti měli 9.12. možnost při příležitosti této akce navštívit fotokoutek. Foto: Jakub Jenšovský, SEUP

CO SE U NÁS STALO

připravila: Vanessa Kučerová

2.12.2019 – divadelní představení Agent (A3B, A4A, P2B, P3B)

3.12.2019 – 22. ročník tradiční Mikulášské soutěže žáků 2.ročníku v psaní na klávesnici



4.12.2019 – den otevřených dveří



4.12.2019 – 1. kolo Olympiády v německém jazyce

4.12.2019 – Návštěva Prof. PhDr. Elišky Walterové, CSc. (nositelka ceny Milady Paulové, členka vědecké rady Pedagogické fakulty Univerzity Karlovy a Světové rady pro komparativní pedagogiku)



V týdnu od **9.12.2019** – Maraton psaní dopisů – akce Anesty International na podporu nespravedlivě vězněných mladých lidí

6. – 11.12.2019 – lyžařský kurz Alpy

13.12.2019 – 3.ročník volejbalového turnaje učitelé vs. žáci

16.12.2019 – exkurze Mnichov - Německo

16.12.2019 – workshop Amnesty International

17.12.2019 – Přednáška o náhradní rodinné péči + předávání dáreků s podepsanými přáníčky z vánočního stromku

20.12.2019 – Raise your voice

23.12.2019 – vánoční prázdniny



O dni boje za svobodu a demokracii a Mezinárodního dne studentů bylo tento rok slyšet více. Připomínal totiž již jubilejních 30 let od pádu komunismu. Jak tedy vypadaly oslavy nejen po Praze?

Foto: 4x Michal Turek, SEUP



Anna Košťálová

V Praze bylo již od nedělního rána velmi rušno. Desítky akcí, pod společnou značkou *Festival svobody*, byly již od brzkých hodin zpřístupněny divákům. Bylo tu pro každého něco – čtení knih na náměstí Václava Havla nejen z jeho díla, vzdělávací programy ve formě videí, fotografií či přednášek od pamětníků, koncerty známých interpretů, neziskové sektory a plno dalších obohacujících aktivit. Největší akce se však uskutečnily na tradičních místech, jako je Albertov, Národní třída nebo Václavské náměstí. Večer se většina účastníků sešla na Národní třídě, kde mohli zhlédnout strhující světelnou projekci na domech Národní třídy. Projekci uvedla Paměť národa ve spolupráci s 3dsense a se spolkem *Díky, že můžem*. Nejenom světelná projekce byla součástí celé instalace,

nesměl chybět ani zvukový doprovod. Projekce byla dlouhá 440 metrů a zhlédlo ji několik tisíc diváků. Co by to ale bylo za oslavy, kdyby si lidé nepřipomněli průvod Albertov – Národní. Rekonstrukce tohoto průvodu začínala ve tři hodiny na Albertově společně s herci v dobových kostýmech. Pochod trval přibližně dvě hodiny, zastavil se, stejně jako před třiceti lety, na Vyšehradě, a vyvrcholil na Národní třídě, kde navázal další program. K večeru vystoupilo několik známých interpretů, jako například David Koller, Prago Union či Aneta Langerová s *Modlitbou pro Martu*.

I přes to, že se Sametová revoluce jednoznačně pojí s Prahou, se přidala k nedělním oslavám. Neslavili jsme totiž sami! Rok 1989 totiž není revoluční pouze pro nás. Společnou cestu si evropská města, osvobozená od komunismu, připomínají jednoduchým, ale krásným gestem – nasvícením svých

památek ve státních barvách.

Jak to ale bylo v ostatních českých městech?

V Hradci Králové se 16. listopadu otevřelo náměstí Václava Havla, Kladno vydalo knihu s názvem „*Kladenská Sametová*“, kde popisuje průběh událostí v Kladně během revoluce, v Českých Budějovicích proběhl průvod *Rozsvíťme demokracii*. Většina měst si připomněla rok 1989 nejrůznějšími před-náškami, koncerty, pochody a mnoha dalšími akcemi, díky kterým mohli lidé pořádně oslavit těch 30 let svobody.

Tak ať nám ta svoboda vydrží a za rok se sejdeme zas na Národní!

V Praze akce navštívilo 40 000 lidí



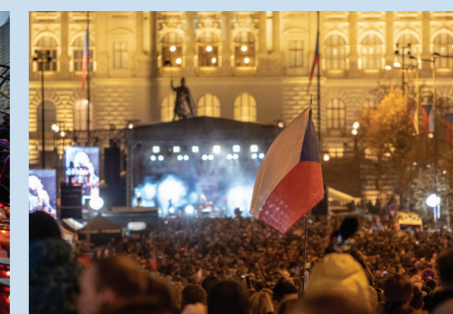
SAMETOVÉ POSVÍCENÍ

Ve tři hodiny vystartoval z Kampy satirický průvod Sametové posvícení, ve kterém účastníci byli převlečení například za řezníky, kuchaře, kukuřice, a upozorňovali tak na jisté problémy dnešních dní.



KORZO NÁRODNÍ

Dominantou všech akcí konaných 17. listopadu v Praze bylo Korzo Národní, které se rozprostíralo podél Národní třídy. Lidé tak mohli po celý den navštívit třeba Obývák Václava Havla či vzdělávací tramvaj.



KONCERT PRO BUDOUCNOST

Celé oslavy vyvrcholily již tradičním občanským setkáním nazvaným Koncert pro budoucnost, který se nacházel na Václavském náměstí. Program byl plný koncertů a projevů nejznámějších osobností.

Petr Bílý : taky mě málem zmlátili



Tereza Bílá

Byl pátek 17. listopadu. Bylo mi tehdy čerstvě 15 let. Chodil jsem na střední průmyslovou školu do Masné. Můj kamarád Aleš se mě zeptal, jestli mám na pátek odpoledne nějaký plán. Nabídl mi, abych se k němu přidal a šel s ním na povolenou demonstraci na Albertov, že by to mohlo být zajímavé. Byla to demonstrace ke dni studentstva. Aleš Palásek byl stejně starý jako já, chodili jsme spolu do třídy, ale byl zapojen do zakázané skupiny HOS (Hnutí za občanskou svobodu). Už dříve se účastnil demonstrací při Palachově týdnu. Šel jsem na Albertov, ale nedržel jsem se s ním, on to nechtěl kvůli mně, řekl mi: „Radši se mě straň, mohl bys mít problémy.“ to byla první demonstrace, na které jsem kdy byl. Na Albertově proběhly jak proslovy členů SSM, kteří sklízeli většinou pískot, tak

proslovy zástupců nezávislých studentů. Pak vyšel průvod. Šli jsme na Vyšehrad položit kytky na hroby a uctít památku například Jana Opletala. Bylo plánované, že na Vyšehradě měla demonstrace oficiálně skončit. Spousta lidí tam skončila, protože jít dál už bylo nebezpečné. Zároveň se ale početný dav, ve kterém jsem byl i já, v dobré náladě rozešel dál do města k Národnímu divadlu. Z šaten na nás mávali herci a měli jsme v úmyslu jít přes most na Hradčany. Celým průvodem se skandovala hesla proti KSČ a mimo jiné například: „Dneska večeříme na hradě“, ale Most 1. Máje (dnešní most Legií) byl hermeticky uzavřen příslušníky VB se štíty a obušky, proto průvod zahnul na Národní třídu s cílem dojít na Václavské náměstí. Na křižovatce před obchodním domem Máj stála hradba příslušníků VB se štíty, kteří nás už nepustili dál. Tady se průvod zastavil a několikrát byli lidé vyzváni, aby se rozešli, že toto shromáždění

je nezákonné. Průvod se na tomto místě zastavil a začal znovu provolávat hesla, zpíval hymnu a jiné významné písně. Zezadu od Národního divadla přijely obrněné transportéry, které stlačovaly dav směrem k příslušníkům VB v čele před průvodem. Byli jsme na sebe úplně natlačeni a špatně se dýchalo, lidé omdlívali. Lidé se chtěli začít rozcházet, ale nebylo kudy. Asi po hodině stání a skandování VB utvořila uličku hanby, kudy jsme po jednom vycházeli a schytali spousty ran pendrekem nebo nám podkopávali nohy. VB zadržela některé lidi, které chtěla dále vyslýchat, a zavřela je do policejních antonů. Já jsem prošel ven, dostal jsem pár ran obuškem do zad, chránil jsem si hlavu a spěchal jsem do metra a domů. VB honila lidi ještě v metru. Já jsem vyvázl naštěstí bez zranění. Moje máma nevěděla, že se demonstrace zúčastním, myslím si, že jsem jí ušetřil hodně šedin.

Sběratelé jedniček



Milan Janoušek

„Dobře se uč, ať máš samé jedničky,“ tak zní příkázání, se kterým chodí do školy většina žáků na světě. Ani naše škola nebude ušetřena a před pololetím zde vzplane boj o lepší známky. Po vysvědčení jedničkáři sklídí ovace a ostatní budou vymýšlet alibi pro rodiče. Zejména pro ty rodiče, kteří rádi srovnávají, zda máte známky alespoň na úrovni svých sourozenců, nebo jestli s takovým prospěchem vůbec můžete pokračovat na vysokou školu. Chtít sbírat jedničky je prostě přirozené a těžko najdete někoho, kdo by doporučoval svým potomkům (nebo dokonce žákům!) něco jiného.

Pravda o jedničkách

Realita je ale komplikovanější – mezi jedničkami ve škole a následným úspěchem v životě totiž neexistuje žádná úměra. Jedničkáři nevydělávají více peněz, nemají větší domy, ani atraktivnější milence a milence. Jejich vysvědčení se nestanou ozdobou galerií a lidé nebudou platit vstupné, aby si je mohli prohlédnout. Žádná banka nesmění jejich jedničky ve výhodném kurzu za eura.

Na základní ani na střední škole jsem nikdy nepatřil mezi jedničkáře. Míval jsem trojky z matematiky a fyziky, a dokonce i dvojku z výtvarky! Přesto jsem se dostal na tři vysoké školy. Moji

spolužáci, kteří měli krásné sbírky plné jedniček, naopak často pohořeli. Kromě jedniček si totiž ze školy nic užitečného neodnesli.

Proč jsme tady?

Představte si školu jako hluboký pramen; každý k němu může přijít a odnese si z něj přesně tolik, jak velkou si přinese nádobu. Co tím chci říct? Chci říct, že ve škole můžete získat mnohem více než jedničky. Ty může mít skoro každý! Skoro každý je schopen se nazpaměť naučit libovolnou látku, odpapouškovat ji (třeba i před maturitní komisí) a dostat jedničku.

Škola – ten hluboký pramen – vám ale může dát mnohem víc. Především by vám měla ukázat cesty, po kterých se můžete vydat. Měla by ve vás probudit touhu poznat věci, o kterých se učíte, ještě více do hloubky. Škola je ideální prostředí, abyste zde rozpoznali svoje přirozené talenty a dále je rozvíjeli.

Nastřední škole jsem měl štěstí na výborného češtináře. Často mi doporučil nějakou knížku a já šel do knihovny a půjčil si ji. V těch knížkách se pak pro mě otevíraly nové světy a zároveň mě motivovaly k psaní. Následně jsem vyhrál několik literárních soutěží, a nakonec jsem napsal i vlastní knížku.

Škola by vám měla dát do života také pár užitečných schopností: kromě kritického myšlení a schopnosti formulovat a prezentovat vlastní myšlenky byste se zde měli

naučit i to, jak spolupracovat, jak respektovat jinakost, jak brát neúspěch jako motivaci, jak odpouštět sobě i ostatním. To všechno jsou klíčové dovednosti pro život.

V neposlední řadě můžete z pramene jménem škola vytěžit i cenná přátelství. Složení, v jakém jste se tu sešli, je dílem náhody. Své spolužáky jste si nevybrali, ale věřím, že od každého z nich se můžete něco naučit. Zkuste se zajímat o to, co spolužáci dělají, co je baví, protože vás to může také hodně obohatit. Škole odzvoní, ale přátele, které zde poznáte, můžete mít na celý život.

Víc než šimpanz

A teď asi to nejdůležitější: věděli jste, že člověk a šimpanz sdílí 98 % společných genů? A zamysleli jste se někdy nad tím, jak je možné, že ten první postaví a vymaluje Sixtinskou kapli, zatímco ten druhý se bude celý život jen houpat na liánách v pralese? Vy jste lidé, a proto od vás chci mnohem víc.

Jsem naprosto přesvědčen, že každý z vás dostal talent přinejmenším ve třech oblastech. Může to být sport, může to být hudba, může to být matematika, může to být třeba i smysl pro humor. Teď je na vás, co s tímto darem uděláte. Můžete se spokojit s tím, že vám váš talent bude stačit na jedničky, nebo ho budete rozvíjet i za hranicemi školy.

Den má 24 hodin, přibližně 8 hodin strávíte ve škole a přibližně 8 hodin spíte – takže vám zbývá ještě 8 hodin na

to, abyste změnilí svět. Těch zbývajících 8 hodin denně je váš největší poklad. Tak se dejte do díla! Vždyť básně, co nosíte v hlavě, ale nesevíte je, nikdy nevzniknou. Domy, které nenavrhnete, nebudou nikdy stát. Skladby, které nezahrajete, nikdy nezazní. Vaše dílo prokazatelně spoluvytváří tento svět.

Chci tedy po vás, abyste byli mnohem více než sběratelé jedniček. Chci, abyste hrotili svůj talent každý den. Chci, abyste odolali pokušení zabít

odpoledne na Instagramu a vyrazili na ten trénink a šli na tu zkoušku. Chci, abyste nezradili svoje dary a rozvíjeli je tak, jak to jen bude možné. Chci, abyste se chopili barev a plátna a začali malovat. Chci abyste malovali usilovně a malovali pestrými barvami. Chci, abyste svým životem namalovali tak krásný obraz, že se o něm bude vyprávět až do skonání věků.

(tento text je zkrácenou verzí mojí přednášky pro žáky SEUP z ledna 2019)



Psychologická poradna

Každý má občas nějaké problémy... Proto jsme si pro vás připravili psychologickou poradnu, kam nám budete moci anonymně posílat vaše problémy či otázky, a pan učitel Zigo se vám na ně pokusí stručně odpovědět. Prosíme vás, abyste nám posílali otázky, na které vážně chcete znát odpověď. Na hlouposti odpovídat nebudeme. Zároveň bychom vás chtěli upozornit, že odpovědi na dotazy jsou velmi obecné a nemusí být dostačující. Vždy je lepší se svým problémem zajít osobně za odborníkem.

Vaše dotazy nám můžete posílat přes tento QR kód:



Osmisměrka pro volnou chvíli

S M N U Š P A N Ě L S K O E S V J
D O O K O T S B N C M L A O E H L
E D V S A Á J E D N I Č K Y U L I
V R I T D Č O M A R A T O N P D Š
V Á N O C E I E P F J E Ž Í Š E K
C I Y A N K H A D K S V O B O D A

Jedničky
Ježíšek
Liška
Maraton
Modrá
Noviny
Ptáček
SEUP
Svoboda
Španělsko
Vánoce

Jak se přidat a napsat svůj článek?

Není nic jednoduššího, nežli nás kontaktovat na e-mailu: novinyseup@gmail.com, do zprávy nám pak napište, o čem byste chtěli psát, a my se ozveme. Dveře jsou otevřeny úplně pro každého a zkušenosti nejsou potřeba, všechno vás naučíme.



Partnerská výměna se španělskými studenty



Markéta Svobodová

Pohodlí našich domovů a to, s kým je sdílíme, jsou důležité faktory pro spokojenost našich životů. Minimálně toto si uvědomil každý, kdo se kdy zúčastnil výměnného pobytu se zahraničním studentem. Zároveň ale také může bohatě popisovat, jak nenahraditelná zkušenost to byla. 1. – 7. 12. proběhla na naší škole druhá část partnerské výměny se španělskými studenty, pro šestnáct Madridčanů se tedy Praha a její okolí staly na týden jejich domovem. Ubytování byli samozřejmě v rodinách českých studentů. Na čas strávený v Madridu, který jsme navštívili v červnu, všichni vzpomínáme s radostí – troufnu si říct, že to byl nejlepší výlet, který jsem na naší škole kdy podnikla.

Co ale teď? Z Madridu jsme všichni přijeli krásně opálení a plní slunce, kdežto

tady zima, žádný sníh a bláto. Na zahradách jim rostou palmy, a kdo není o půlnoci ještě vzhůru, jako by nežil. Co si tak pomyslí o našem způsobu života? Španělský den je totiž o trochu delší, než ten český, a to nejen kvůli zdejšímu brzkému stmívání, čemuž se tedy můj student z výměny taky docela divil.

Na případné komplikace s denním režimem se bylo třeba řádně připravit. Jedním z momentů, kdy jsem opravdu pochopila španělský život, byl ten, kdy mi Pablova maminka podvanáct v noci naservírovala na stůl talíř s vepřovým steakem o velikosti mojí hlavy. Bylo proto potřeba řádně doplnit zásoby v lednici. První den jsme na uvítanou upekli kuře s nádivkou. Večeřelo se v půl sedmé, o půl desáté Pablo vyluxoval obložený talíř se sýry, klobáskami a uzeninami, který jsme mu připravili na základě mých zkušeností získaných v Madridu. Moji rodiče měli

radost z jeho chuti k jídlu, a proto usoudili, že bude Pablo schopen snést týden plný pravých českých kalorických jídel. Hned druhý den po zkonsumování čtyř řízků slušně odmítl druhou večeři a odebral se ke spánku již v půl deváté! Podobně probíhaly i následující večery, ale na jeho únavě měly větší podíl spíš výlety, které Španělé absolvovali. Bylo na nich vidět, že chtějí Prahu poznat opravdu celou a to se jim také povedlo. Kromě Prahy se také podívali i do Liberce, kde se koulovali a navštívili aquapark, později si vyzkoušeli i bruslení, což bylo pro mnohé z nich poprvé.

Výměnné pobyty jsou skvělou cestou k poznání cizí kultury, a to opravdu pořádně! Je to možnost k získání nových zkušeností, zážitků a v neposlední řadě také přátel. Doufám, že další výměnný pobyt naše následovníky obohatí stejně jako nás, kteří jsme se ho zúčastnili letos!



Před odletem. Poslední společná fotka na letišti před odletem Španělů do Madridu. Foto: SEUP

Knižní tipy a recenze: podzim/zima 2019



Tereza Schützová

Růže bílá, černý les - Eoin Dempsey

Kniha irského spisovatele Eoina Dempseyho je historický román, řadící se do kategorie knih o druhé světové válce, které jsou dnes velmi populární. Je ale z trochu jiného prostředí než většina podobných textů. Hlavní postavou je obyčejná německá občanka Franka. Stejně jako německou občankou by se však mohla Franka nazvat zrádkyní Říše.

Jak se vám pomstí režim za rozesílání protinacistických letáků? A jak Třetí říše rozvrátila životy vlastních občanů? Jen tyto dvě otázky by vystačily na celou knihu a co teprve když Franka najde uprostřed Černého lesa v bezvědomí vojáka se zlamanýma nohama. Franka by pomohla jakékoliv živé duši, přesto je velmi překvapená, když parašutista

v uniformě Wehrmachtu ze spánku vykřikuje anglická slova. Kam Franku dovede ukrytí podivného vojáka v otcově chatě? Bude je to stát život, nebo ne?

Napínavá kniha, plná zvratů, zavánějící špatným koncem. Za mě určitě palec nahoru.

Tapetář - Ema Labudová

V září byla Knižním klubem vydána kniha pod názvem Tapetář.

Její autorce je pouhých 20 let a svou knihu napsala při studiu gymnázia a je tak i nejmladší autorkou, která kdy vyhrála cenu Knižního klubu. Což je vskutku obdivuhodné a já si troufám říct, že by při čtení Tapetáře nikoho nenapadlo, že je dílem někoho tak mladého. Samotná kniha je zajímavá svým zpracováním, stejně jako dějem. Autorka píše velmi různorodým, někdy až drsným jazykem, který ale k historickému ději pasuje a dodává mu celkovou autenticitu. Příběh je zasazený

do poválečné Anglie a vypráví o každodenním životě dvacetiletého Irvinga.

Jaké byly největší problémy v padesátých letech minulého století? Z čeho Irvinga obvinili, proč ho vyhodili jeho milující rodiče z domu a jak skončil u tapetování? Souvisí to všechno s tím, že začíná vidět všechno modře? Zde se česká literatura rozhodně nemá za co stydět.

21 lekcí pro 21. století - Yuval Noah Harari

Tato kniha je z jiného soudku než předchozí dvě, nejedná se totiž o beletrii, ale o literaturu vědeckou. Yuval Noah Harari je izraelský historik, který už dříve vydal dvě úspěšné knihy: Sapiens - Stručné dějiny lidstva a Homo Deus - Stručné dějiny zítřka. 21 lekcí pro 21. století, jakožto kniha třetí, řeší problémy přítomné. Harari se snaží odborně a zároveň srozumitelně vysvětlovat důvody přítomného dění, a to jak v politice, tak i v jiných oborech. Ukazuje nám souvislosti mezi fyzickým vývojem člověka, jeho psychikou a vedlejšími faktory. V jeho knize najdeme podložená fakta i konspirační teorie, od politiky Donalda Trumpa až po genetické inženýrství. Harari si je přes svou odbornost vědom toho, že o našem světě neví všechno a není ani zdaleka možné ho celý pochopit.

V knize je spousta zajímavých i vtipných informací. Je to trochu těžší čtení, ovšem velmi dobré pro rozšíření všeobecného rozhledu.



Recenze. Kniha na dlouhé zimní večery. Foto: Tereza Schützová, SEUP

Josef Ptáček

Čtyřnásobný mistr světa v grapplingu, vicemistr Evropy ve fightingu, několikanásobný mistr České republiky v Brazílském Ju-jitsu, mnohonásobný vítěz mezinárodních závodů a turnajů. Za celý život dělal dvanáct bojových sportů a ve svých 18 letech má na kontě spousty úspěchů, přesto má stále mnoho cílů, kterých chce dosáhnout.



Lucie Buršová

V dnešním rozhovoru vítám Josefa Ptáčka. Bojovým sportům se věnuje už deset let.

Jak jsi s bojovými sporty začal?

Moje sestra Martina je světová šampionka v kickboxu a můj táta je trenér bojových sportů a zároveň můj trenér. Sestra vždy byla bojovný typ, když jsme byli mladší a chtěla si na mně zkoušet několik chvatů, ale já si jen stoupl do kouta a brečel. Později mi to přišlo trapné, a tak jsem se přihlásil na bojové sporty a začalo mě to bavit.

Se sestrou jste oba velice úspěšní, jaký mezi sebou máte vztah?

S mojí sestrou máme velice dobrý vztah. Věříme si, můžu jí vše svěřit a navzájem si pomáháme. Jsme vlastně nejlepší kamarádi. Děláme dohromady i charitativní projekty a to naše vztahy ještě více posiluje.

Kolikrát týdně máš tréninky a čemu se ještě,



Josef Ptáček - čtyřnásobný mistr v grapplingu. Jeho snem je pomáhat lidem tréninkem bojových sportů. Foto: Eliška Bartošková, SEUP

kromě přípravy na závody, věnuješ?

Tréninky mám každý den, kromě soboty. Závody moc nevyhledávám, vybírám si jen ty největší, spíše mě baví věci, co okolo sportu dělám. Stal jsem se ambasadorem organizace pro nevidomé, učím

je bojovému umění, trénuji děti i důchodce a dělám i přednášky a sportovní kempy. Je to něco, co mě naplňuje, a rád bych se tomu věnoval do budoucna.

Na naší škole studuješ již čtvrtým rokem obor právní administrativa. Kvůli každodenním

tréninkům musí být velice náročné stíhat školu. Musel jsi někdy omezit sport kvůli škole, nebo naopak mít například individuální plán ve škole?

I vzdělání je pro mě velice důležité, proto jsem se naučil stíhat školu i sport dohromady. Nemám žádný individuální plán, chodím do školy každý den, a přesto tréninky nevynechávám. Občas je to těžší, ale když si člověk najde určitý systém, může vše zvládat jako každý „normální“ student.

„Negativních reakcí se dostává čím dál více, ztratil jsem spousty kamarádů, ale dělám, co mě baví, a dostal jsem šanci se projevit.“

Vzhledem k intenzivním tréninkům, už od dětství, jsi nemohl prožívat úplně klasické dospívání. Co ti sport dal a co ti naopak vzal?

Sport mi dal šanci se projevit a odlišit se od ostatních. Dalo mi to dobrý pocit, když prostřednictvím svého koníčku mohu pomáhat ostatním, což je aktuálně můj cíl: cítit se dobře v tom, co dělám. Naopak mi vzal spousty kamarádů a času. Jsem

za to ale rád. Čas jsem sice využil nějak jinak než moji vrstevníci, abych se mohl projevit v tom, co mě baví. Negativní reakce okolí jsou pořád, ale já je moc nevnímám, jdu si jen za svým snem.

V jednom ze svých příspěvků na instagramu jsi zveřejnil fotku s koučem Janem Mühlfeitem, kde jsi napsal: „Je důležité, aby měl sportovec svoji hlavu pod kontrolou.“ Staráš se o svoje psychické zdraví pravidelně prostřednictvím sezení s Janem Mühlfeitem?

Ano, s Janem Mühlfeitem máme pravidelná sezení. Před závody máme i videokoučink, kde řešíme hlavně myšlenky, které jsou pořád v nás a dostávají nás do nepříjemných situací. Koučink mi hodně pomáhá, pro sport je, kromě fyzického zdraví, důležité i psychické.

V grapplingu se ti začalo po pár zápasech přezdívat had. Jak přezdívka vznikla?

Když jsem byl mladší, rád jsem zápasy ukončoval škrcením, a proto přezdívka had. Moje aktuální přezdívka je mrkev. Vymyslela mi ji sestra, ale nikdo neví, jak na ni přišla. Teď mi na závodech už nikdo jinak neřekne.

V kolika letech by bylo ideální s bojovými sporty začít?

Je to vlastně úplně jedno. Záleží ale, na jaké úrovni. Je důležité si dát určitý cíl. Kategorii je spousta. Ideální je samozřejmě, když nejmladší děti začnou nejdříve

s gymnastikou a poté až s bojovými sporty. Kondičně můžete začít prakticky kdykoliv.

Jaký výjimečný nebo zajímavý zážitek jsi prostřednictvím sportu mohl zažít?

Dvakrát do roka se snažíme jezdit do Bruselu do severoatlantické aliance trénovat s vojáky, a to jak na fyzickou tak psychickou přípravu. Málokdo získá takovou příležitost. Další významná událost pro mě bylo pozvání se sestrou na letošní předávání státních vyznamenání.



Josef Ptáček

20. 5. 2001

S bojovými sporty začal roku 2009.

Několikanásobný mistr i vicemistr světa.

Za celý život dělal 12 bojových sportů.

Patří do velmi malé skupiny všestranných závodníků.

Jeho velkým snem je být trenérem Krav Magy.

I přes velké úspěchy se nadále zdokonaluje.



„Práce“ na suplované hodiny

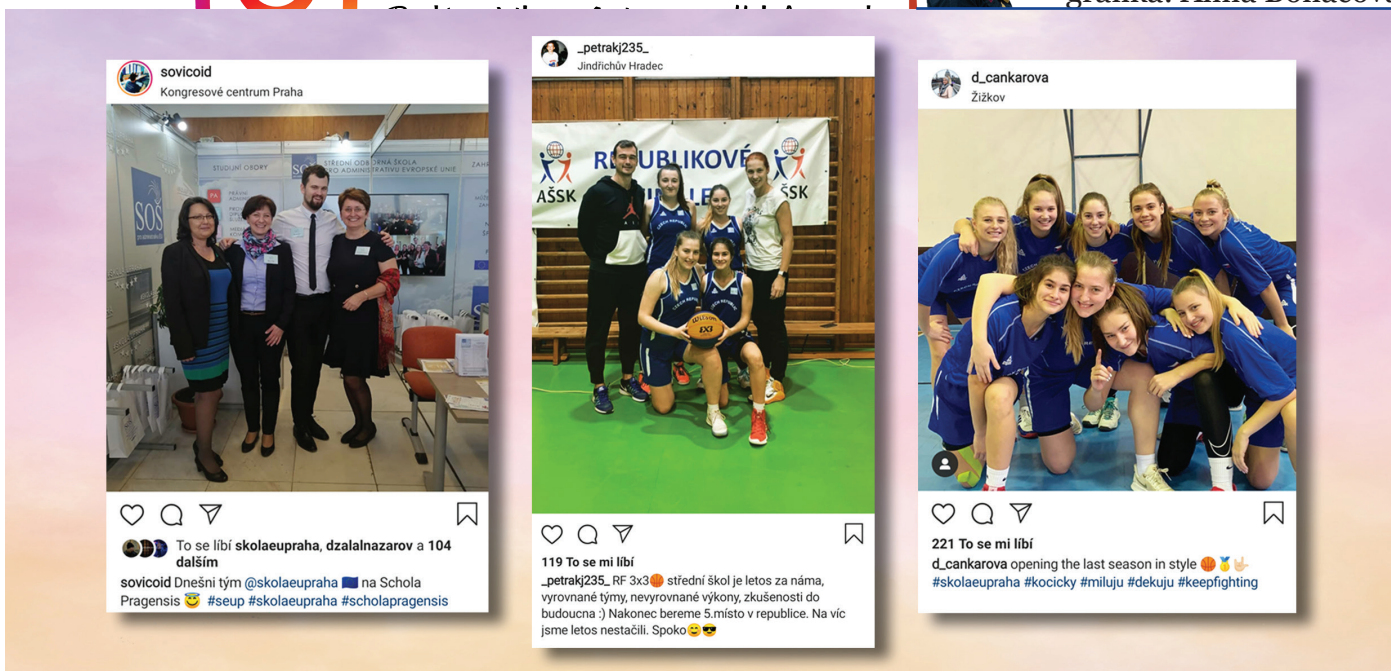
6		3	1	5	2			
	4							6
5								
		1		4	5	2		
	8						4	
		4	7	1		9		
								5
9							6	
			8	2	3	1		9



Život na #skolaep Praha



grafika: Anna Boháčová



Šéfredaktor: Michal Turek (M4A); redaktoři: Markéta Svobodová (M3A), Aneta Procházková (M1A), Tereza Schützová (M1A), Eliška Bartošková (M1A), Lucie Buršová (M1A), Vanessa Kučerová (M1A), Anna Košťálová (M1A), Tereza Bílá (R1A), Jakub Jenšovský (M2A), Iva Svitáková (M2A), JUDr. Milan Janoušek; grafika: Veronika Krátká (M3A), Anna Boháčová (M4A); jazykové korektury: Markéta Svobodová (M3A), Mgr. Jiří Soukup; redakční rada: Michal Turek (M4A), Anna Boháčová (M4A), Veronika Krátká (M3A), JUDr. Milan Janoušek, Mgr. Jiří Soukup
 Chyby v tisku vyhrazeny. Články nemusí odpovídat názorům redakce. Vychází v nákladu 250 ks.