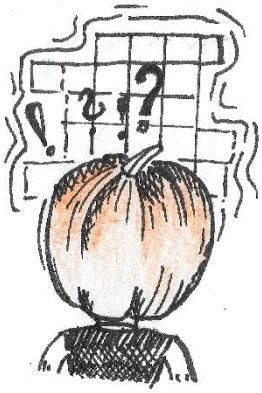
SPECIÁL 4.A

2020/21

Gymnázium
Praha 9, Chodovická 2250
detašované pracoviště
Praha 9, Vybíralova 964

REDAKCE KVARTA A



Volný čas: Lucie Masopustová, Eliška Kotalová, Veronika Škrétová, Markéta Chvalová Darja Hrušková
Rozhovory: Zuzana Jiráková, Anna Nachlingerová, Natálie Přindová, Sandra Rottenbergová, Berta Smolíková
Sport: Justýna Korbelová, Emílie Zervanová, Julie Ohanková, Laura Bohatová, Magdaléna Pokorná
Dopady koronaviru: Tomáš Přinda, Ondřej Sikač, Marek Miladinović, Matěj Havlík, Michal Vokřínek
Hudba: David Švancara, Jonáš Jirman, Otakar Wolf, Vojtěch Urban, Tam Pham Tien
Technická stránka: Richard Vacek, Tadeáš Hýbner, Petr Panenka, Jakub Hájek, Jan Horák

OBSAH

Rozhovor s významnými osobnostmi naší školy	3
Dopady koronaviru	5
Sport a doba koronavirová	8
Volný čas	10
Hudba	13

ÚVODNÍK

Vážení čtenáři,

vítáme vás u letošního speciálního čísla časopisu Kompot. V dnešní nejisté covidové době, kdy se vládní nařízení mění z hodiny na hodinu, se ale můžete spolehnout, že náš školní časopis vyjde. Nebude to ale obyčejné číslo. A víte proč? Protože jsme si ho vzali na starost my, kvarta A, v rámci hodin mediální výchovy.

Co vám tedy v tomto čísle přineseme? Nejprve jsme si připravili rozhovor s paní profesorkou Ing. Lucií Polákovou a s panem profesorem Bc. Adamem Kubištou, kterým jsme položili několik otázek. Poté se podíváme na dopad koronaviru na různé oblasti společenského života a blíže se zaměříme na sportování v této době. Provedeme vás po Praze a ukážeme zajímavé aktivity, kterým se můžete věnovat i v tomto období. V hudbě vám k poslechu či případné koupi doporučíme alba, projdeme si hudební novinky i recenze a nakonec vám dáme tip na koncerty, které se budou možná konat.

Za celou třídu vás zdraví
Tadeáš Hýbner, Magdaléna Pokorná a Petr Panenka

INTERVIEW S PANÍ PROFESORKOU ING. LUCIÍ POLÁKOVOU A PANEM PROFESOREM BC. ADAMEM KUBIŠTOU

Jelikož jsme letos školu moc dlouho prezenčně nenavštěvovali, nemohli jsme pořádně poznat nové profesory, kteří k nám v září nastoupili. Proto jsme se rozhodly požádat je o rozhovor a touto cestou vám je alespoň trochu představit. Vzhledem ke stavu, ve kterém se nyní nacházíme, jsme naše interview vedly korespondenčně.

Na jaké vysoké škole jste studoval/a?

Paní profesorka Poláková: *Vystudovala jsem na VŠCHT obor technologie organických výrob, zaměření organická chemie a farmakochemie, následně specializaci v pedagogice, která mi umožnila vyučovat na základní i střední škole.*

Pan profesor Kubišta: *Studoval jsem a stále studuji na Fakultě tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy. Jsem v posledním ročníku na navazujícím magisterském studiu.*

Pracoval/a jste někdy v jiném zaměstnání než jako učitel?

Paní profesorka Poláková: *Jako studentka vysoké školy jsem si přivydělávala různými brigádami. Jednou z nich byla i práce v knižním nakladatelství. Jsem fanouškem fantasy a sci-fi. Takováto krátkodobá práce byla pro mě ráj na zemi. V průběhu studií jsem později začala pracovat i na Akademii věd v oboru zabývajícím se vývojem virostatik. Práce byla odborně zajímavá a náročná na čas. Umožnila mi setkat se s velmi zajímavými lidmi. Musím však říct, že nejraději učím. Mám ráda práci se studenty. Jejich zvídavá mysl mě udržuje stále ve střehu a nutí mě se učit nové věci.*

Pan profesor Kubišta: *Během studia jsem vyzkoušel mnoho prací a brigád, abych mohl studovat. Pracoval jsem nejen jako trenér a lektor, ale také jsem byl mimo jiné kurýr, pomocný zvukař u televize, uvaděč v kině a prodavač.*

Které předměty vyučujete?

Paní profesorka Poláková: *Na škole učím především chemii od sekundy až po oktávu a mám jednu třídu na fyziku.*

Pan profesor Kubišta: *Vyučuji tělesnou výchovu.*

Jak dlouho už učíte?

Paní profesorka Poláková: *Učím již 17 let. Nejdříve jsem působila na základní škole a v posledních letech vyučuji na vyšším gymnáziu.*

Pan profesor Kubišta: *Učitelem jsem první rok. Dříve jsem několik let vedl sportovní kroužky na základních školách, byl jsem trenérem ve sportovním centru a vyučoval jsem jízdu na lyžích a snowboardu.*

Na jakých školách jste pracoval/a dříve?

Paní profesorka Poláková: *Chtěla bych uvést poslední – čtyřleté gymnázium, které mělo jednu ze čtyř tříd zaměřenou na vrcholový sport. Byla to velmi zajímavá zkušenost. Studenti museli skloubit sportovní i studijní přípravu.*

Pan profesor Kubišta: *Na základních školách a praxi jsem podstoupil na gymnáziu PORG.*

Obrázek: Pixers.es

Obrázek: Complex.com

Je naše škola v něčem jiná?

Paní profesorka Poláková: *To rozhodně. V této škole je méně studentů pohybujících se o berlích. Ne nadarmo se říká sportem ke zdraví nebo k trvalé invaliditě.*

Pan profesor Kubišta: *Samozřejmě. Každá škola je svým způsobem jiná. Nejde jen o učitele, kteří ve škole pracují, ale také o žáky a jejich vzájemnou interakci. Prostředí, jaké tady je, tu vytváříme společně.*

Jak se vám tu líbí?

Paní profesorka Poláková: *Teď se to těžce posuzuje, protože jsem více výuky vedla z domova než ze školy. První měsíc jsem se rozkoukávala a zabydlovala v kabinetě. Následně se školy zavřely a výuka se vedla virtuálně. Každodenní prezenční práce se studenty mně chyběla. Přece jenom z očka do očka je to inspirativnější.*

Pan profesor Kubišta: *Zatím tu nejsem tak dlouho, ale myslím, že tato škola není úplně nejhorší. Vlastně patří k nejlepším, které jsem doposud poznal. Vlastně se mi tu líbí moc.*

Jste z Horních Počernic, nebo dojíždíte?

Paní profesorka Poláková: *V Horních Počernicích bydlím již 14 let a jsem moc ráda, že již nedojíždím. Na minulé pracoviště jsem jezdila přibližně hodinu a v současné době si užívám komfort pěší chůze.*

Pan profesor Kubišta: *Dojíždím z Prahy 8, víc ale prozradit nechci, nezlobte se.*

Jak se vám pracuje, když jsou některé třídy distančně a jiné prezenčně?

Paní profesorka Poláková: *Tento obojživelný způsob výuky je velmi náročný na organizaci práce. V současné době jsem však vděčná, že většinu studentů mám již naživo ve třídě. Nejlepší varianta by však byla, aby studenti mohli docházet do učebny a výuku měli zprostředkovanou, i pokusy.*

Pan profesor Kubišta: *Pracuje se mi obtížněji. Byl bych raději, kdyby to bylo jednotné, ale taková je zkrátka situace a nic s tím nenadělám. Těším se, až bude probíhat výuka jako dříve.*

Myslíte si, že má distanční výuka nějaká pozitiva a negativa? Jaká?

Paní profesorka Poláková: *Na distanční výuce mi nejvíce vadí ten vzdálený kontakt. Chybí mi okamžitá reakce od studentů – úsměv nebo i nechápavý pohled, na který lze okamžitě reagovat. Těším se, až nebudu muset začínat větou: Dobrý den třído, slyšíme se?*

Distanční výuka mě donutila naučit se psát deseti prsty na počítači, psát poslepu na grafickém tabletu a využívat programy, se kterými jsem se dříve nesetkala. Je fajn si zpříjemnit hodinu čajem nebo kávou.

Pan profesor Kubišta: *To je složitá otázka, na kterou nejsem schopný stručně odpovědět. Distanční výuka má určitě svá pozitiva, ale z mého pohledu mnohem více negativ, ale nechci se pouštět do hlubokého přemítání. Co se týče tělesné výchovy, tu pomocí počítačů nenahradíme. Mám možnost ukázat studentům sporty a cvičení, na které by za normálních okolností nebyl prostor, ale to je asi tak vše a už toho bylo poměrně dost. Větší smysl to bude mít zase při cvičení ve škole v tělocvičně.*

Mockrát děkujeme všem zúčastněným za trpělivost, a to především paní profesorce Polákové a panu profesoru Kubištovi.

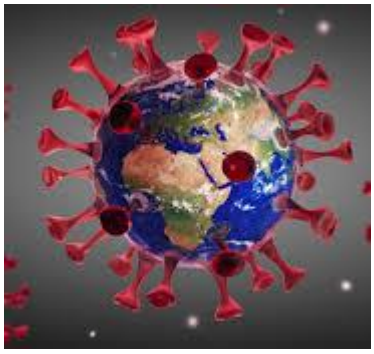
Zuzana Jiráková, Anna Nachlingerová, Natálie Přindová, Sandra Rottenbergová, Berta Smolíková

DOPADY KORONAVIRU

V našich článcích se dozvíte hlavní informace o dopadu epidemie koronaviru na lidstvo. Toto téma jsme si vybrali, protože si myslíme, že je to v dnešní době jedno z hlavních témat v médiích a v životě obecně. Náš článek je tematicky rozčleněn do několika částí, kde si můžete přečíst podrobné informace o dopadech koronaviru na hlavní okruhy světového dění.

Dopad koronaviru na společnost

Epidemie koronaviru výrazně dopadla nejen na ekonomiku a cestovní ruch, ale i na lidskou společnost jako takovou a lidi obecně. Mezi hlavní problémy patří zhoršení nálady ve společnosti, problémy v rodině, dopady na vzdělání a ztráta důvěry v politiky. Mnoho lidí se s těmito problémy denně potýká. Zhoršení nálady lidí nejvíce ovlivňují opatření zamezující setkávání s jinými lidmi a uzavření restaurací, hotelů, divadel a kin. Mezi další důvody patří například špatná situace v rodině, která je často zapříčiněna distanční výukou, „ponorkovou nemocí“, nebo finančními problémy.



Obrázek: Happyend.cz

Zhoršení finanční situace hlásí více jak třetina českých domácností. Negativní dopady na výkon zaměstnání pociťuje polovina všech zaměstnanců. Odborníci očekávají velký celosvětový nárůst chudoby, některé zdroje uvádějí, že se pod hranici chudoby nově dostane až 500 milionů lidí. Je také zaznamenán patrný růst emisí. Nejčastěji je přisuzován tomu, že se lidi obávali nákazy, a proto nejezdili veřejnou hromadnou dopravou a více využívali svá osobní vozidla. Koronavirus se také zasloužil o mírný nárůst celkového počtu sebevražd, avšak toto číslo není nijak drastické. Epidemie také dost zasáhla školství a vzdělání. Jednak je velmi narušena kvalita vzdělávání, ale také například sociální kontakty.

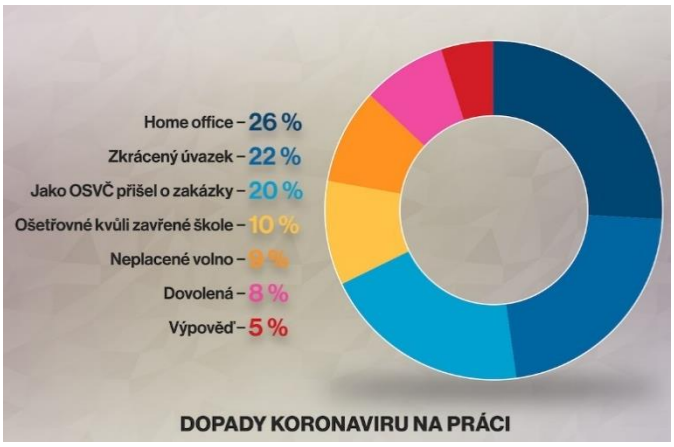
Distanční výuka (ale také home office) vyžaduje enormní množství času stráveného u počítače nebo jiné techniky. To není prospěšné za prvé z hlediska fyzického zdraví, ale také je zde velké riziko vzniku závislostí na IT technologiích (v důsledku epidemie je vyšší riziko vzniku i všech dalších závislostí, např. na alkoholu nebo drogách). Mezi další úskalí distanční výuky patří fakt, že žáci a studenti se toho naučí o mnoho méně, než kdyby vykonávali normální prezenční školní docházku. Tento deficit není možné odbourat, a je to taková pomyslná daň za zmenšení rizika přenosu infekce díky uzavření škol a jiných vzdělávacích institucí.

Odborníci se shodují, že následky pandemie koronaviru potrvají ještě minimálně několik let, proto je nutné, aby se lidé naučili s koronavirem žít. Účinná vakcína od firem Pfizer a BioNTech už je schválena EU. Doufejme tedy, že její masové zavedení v ČR bude mít za následek zlepšení situace, a tím pádem i uvolnění opatření, na které se všichni tolik těšíme.

Dopady koronaviru na ekonomiku

Žádná krize nedokázala takovým způsobem ochromit ekonomiku jako koronavir a s ním související nezbytná preventivní opatření. Vyčíslit odhady škod v české ekonomice je nyní

obtížné, protože stále nevíme, kdy začne šíření koronaviru odeznívat. Nicméně pro ilustraci můžeme uvést několik údajů. Odvětví, která jsou výrazně paralyzována, například maloobchod, sport, kultura, školství, knihovny, letecká doprava, stravování a ubytování nebo cestovní kanceláře. Na tato odvětví je navázána celá řada dalších oblastí ekonomiky. Zavřené obchody znamenají pokles nových objednávek u výrobních firem v průmyslu, případně pokles dovozu. S poklesem ekonomické aktivity souvisí nižší spotřeba energií atd.



Obrázek: Novinky.cz

Hrubý domácí produkt meziročně klesl o 10%, průmyslová výroba klesla o 15% a míra nezaměstnanosti činí 2.9% což je o procento více než v roce 2019, Zvýšila se také míra inflace a to o půl procenta.
Současná situace je natolik vážná, že ekonomické ztráty mohou převýšit dopady finanční krize v roce 2008.

Kultura v době koronaviru

Obrázek: Olomoucký deník

Do kultury se koronavirus promítl asi nejvíce, protože jako první, co lidi byli schopni oželet, byla kultura. Postupně se tak během března uzavřela všechny kina, divadla, opery, galerie, muzea, knihovny nebo koncerty. Většina akcí byla zrušena nebo přesunuta na léto a podzim, některé však proběhly v on-line prostředí, jako například známý hudební festival Pražské jaro. Umělci požadovali, aby se snížil pronájem prostor nebo aby se nevracelo vstupné za akce, které byly zrušeny. Také požadovali například odpuštění odvodů sociálního a zdravotního pojištění a snížení nebo úplné zrušení DPH, které v té době činilo 15 %. Asociace nezávislých divadel ČR tedy požádala ministra kultury Lubomíra Zaorálka, aby navrhl nějaké řešení. Ministr Zaorálek tedy navrhl, že by si kulturní instituce a spolky měly vzít půjčky V dubnu vláda vyhradila 1 miliardu pro kulturu, přičemž většina peněz šla na nezávislé umění.

V létě se začala uvolňovat opatření, a s tím se do normálu začala vracet i kultura. Některé koncerty, které měly proběhnout i na jaře, tak proběhly právě v létě, ale byl to jen zlomek akcí, které se měly pořádat.

Na podzim se zvýšil počet nakažených a s tím se začala i kultura připravovat na situaci, která vypukla na jaře. V tuto dobu byla však již větší připravenost, takže se mohla většina akcí uskutečnit on-line. V září se ještě daly akce pořádat venku, ale v říjnu byl zaveden přísný režim nových opatření. Naštěstí se skoro všechno přeneslo do online prostředí, a tak se mohla kultura probíhat alespoň na dálku.

Na počátku zimního období se opatření neuvolnila natolik, aby byla možnost znovuoživení kultury, a tak se 17. prosince uvolnila další miliarda. Také byl spuštěn program COVID – kultura, který byl však pouze pro „zdravé“ umělce, což bylo ministrovi vytýkáno. Snad se v roce 2021 bude kultuře dařit stejně jako před koronavirem.

Dopad na cestovní ruch

Obrázek: Tripmania.cz

Cestovní ruch je jeden z nejdůležitějších ekonomických sektorů světa. Díky koronaviru se skoro nikam nedá vycestovat nebo se někde ubytovat. Nejvíce jsou ohrožené společnosti, jako například cestovní kanceláře a letecké společnosti. Propad cestovního ruchu kvůli koronaviru nejvíce zasáhne Prahu. Přijde o několik set miliard korun a ohroženo je přes 200 000 pracovních míst. Bohužel řada společností v cestovním ruchu už musela svou činnost ukončit. Zkrachovala například letecká společnost Thomas Cook nebo SkyEurope.

Od 2. 11. 2020 existuje COVID – podpora cestovního ruchu, která by měla z části pomoci cestovním kancelářím, agenturám a průvodcům v České republice, dostanou dotace.

Ve třetím čtvrtletí 2020 se celkový počet hostů v hromadných ubytovacích zařízeních meziročně snížil o 20,7 % a počet přenocování poklesl o 16,8 %. Počet přenocování hostů v hromadných ubytovacích zařízeních dosáhl 17,4 milionu nocí, došlo k poklesu o 3,5 milionu nocí oproti stejnému období loňského roku. V hromadných ubytovacích zařízeních se ubytovalo skoro 6 milionů hostů. Oproti stejnému období loňského roku nastal pokles o 1,6 milionu hostů. Regionálně se návštěvnost zvýšila přibližně u poloviny krajů, avšak domácích hostů přibylo ve všech krajích České republiky.

Restaurace

Koronavirová opatření dolehla i na restaurace. Od 5. do 13. října mohlo být u jednoho stolu maximálně 6 lidí. Restaurace musely být zavřené od 14. října 2020 do ukončení nouzového stavu. Hospody odhadují ztráty na několik milionu korun, což by mohlo vést k jejich postupnému bankrotu, mají dovolené výdejní okénko, ale to jim nevrátí ztráty. Restaurace obchází opatření tím, že nechají venku stoly, u kterých zákazníci konzumují alkohol a zakoupené zboží. V prosinci se situace na čas uklidnila, restaurace mohly otevřít. O vánočních prázdninách se musely zase zavřít. Uzavření se nelíbí lidem ani restauracím. Podle mne je to dobře, protože lidé jsou více doma.

Obrázek: Plzeňský prazdroj, a.s

SPORT A DOBA KORONAVIROVÁ

Sport venku, aneb jak sportovat v dnešní zapeklité době, abychom zůstali fit

Připravily jsme si pro vás shrnutí všech opatření, která za poslední 4 měsíce zasáhla sportování a rozhodly jsme se zjistit informace o letních olympijských hrách. Posledních několik měsíců je zase chmurných a sportování je oproti létu velmi omezené, ale stále se najde pár možností na pohyb. My vás stručně provedeme všemi měsíci až do současnosti. Také jsme si pro vás připravily rozhovor s Pavlou Klicnarovou, naší bývalou reprezentantkou.

Říjen

V necelé půlce října přišel zákaz sportování uvnitř a snížil se počet osob na venkovních sportovištích na pouhé dvě. Ligové sezóny, soutěže, turnaje a závody musely být dočasně přerušeny. Pohyb byl tedy povolen pouze venku.

Listopad

Na začátku listopadu byla omezení stejná jako v říjnu, a sportovat se tedy dalo jen venku, a to pouze ve dvou osobách. Ke konci byly obnoveny profesionální tréninky a soutěže, které ale musely probíhat bez přítomnosti diváků.

Prosinec

V prosinci se začala situace poměrně lepšit, takže se rozvolnila i nějaká opatření. Znamenalo to, že ve vnitřních prostorách, jako jsou např. tělocvičny, nás mohlo být 10, ale samozřejmě s rouškami. Dokonce se mohly pořádat soutěže, a to jak pro profesionály, tak pro amatéry. Ale bohužel se to muselo obejít bez diváků.

Také jsme už měli možnost zajít si do fitness center a posiloven. I tady však platilo maximum pouze 10 osob. I přestože se nám může zdát, že 10 osob je málo, měli bychom si určitě dávat pozor, často si mýt ruce, používat desinfekci, a hlavně nosit roušky (a to nejen v tělocvičnách a posilovnách)!

I když už jsme mohli na cvičení využívat vnitřní prostory, je bezpečnější sportovat venku, jak už jsme zmínily, např. běhat anebo klidně se jen déle procházet. Určitě nám totiž více svědčí čerstvý vzduch a většinou kolem nás nebude tolik lidí.

Před Vánoci se ale situace začala opět zhoršovat a od 17. prosince se již mohlo setkávat pouze 6 osob. Stav epidemie se ale stále nezlepšoval, takže došlo k dalším restrikcím, které by zatím měly platit do 22. ledna 2021. Tato omezení zahrnují např. zastavení provozu lyžařských středisek, omezení setkávání na 2 osoby nebo opětovné uzavření fitness center a posiloven. Nyní je tedy možné sportovat jen venku, a to sám nebo jen s jedním dalším člověkem. Můžeme chodit běhat nebo se jen procházet a některá lyžařská střediska otevřela své sjezdovky pro ty, kterým nevadí, že jsou vleky a lanovky zastaveny a kopec si klidně vyšlapou sami, takže i vy si můžete vzít sáňky a této příležitosti využít.

Leden

Co můžeme pro naše tělo tedy dělat?

Nejběžnější aktivitou je asi běh. Lidé běhají rádi a trochu ošklivější počasí při této aktivitě také nevadí. Také je velmi pohodlné a praktické provádět posilovací cviky doma v teple. Bohužel, čím chladněji bude, nic jiného než toto nám nezbyde. Kdo raději posiluje na čerstvém vzduchu, může nadále aktivně využívat venkovní posilovny. Jen bychom měli dávat pozor, aby zde nebylo příliš lidí, a dalo se

tak vyhnout nebezpečí nákazy a v tomto období možná i námrazy. Za chvíli bychom možná mohli bruslit na ledě, ale to pouze na rybnících apod., za předpokladu, že bude stále mrznout nebo se teplota udrží na bodu mrazu, aby se na vodních plochách vytvořil led. Vzhledem k tomu, že je dostatek sněhu, můžeme se také pustit do běžkování.

Letní olympijské hry v Tokiu byly přesunuty na 2021

Kvůli pandemii Covidu-19 byly přesunuty i letní olympijské hry v Tokiu až na rok 2021. Přeložené olympijské hry v Tokiu budou mít v roce 2021 téměř identický program, jaký byl naplánován na rok 2020, a budou se odehrávat na stejných sportovištích. Organizátoři her to potvrdili na zasedání Mezinárodního olympijského výboru, které kvůli koronavirové krizi, jež způsobila i přeložení OH na příští rok, probíhá on-line. Bylo oznámeno, že LOH začnou čtvrtý pátek v červenci, tedy v případě příštího roku 23. července. Loni měl být zahajovací ceremoniál 24. července. Tokijské hry mají být největší co do počtu soutěží. Do závěrečného ceremoniálu 8. srpna má být předáno rekordních 339 sad medailí ve 33 sportech. Jednu z největších výzev pro organizátory po odložení her znamenalo zajištění všech 42 dějišť i na nový termín, protože většina z nich byla už určena na jiný program. Pořadatelé uvedli, že mají všechna sportoviště "ústně zabezpečena". Maratony a závody v chůzi se budou podle původního plánu konat v Sapporu na severu země kvůli očekávaným vedrům v hlavním olympijském městě Tokiu.

Rozhovor s Pavlou Klicnarovou

Pavla Klicnarová je bývalá reprezentantka České republiky v alpském lyžování. Byla aktivním závodníkem do konce roku 2017. Byla a je členkou oddílu TJ Bižuterie Jablonec n/N. Teď je trenérkou právě alpského lyžování. Trénuje také v našem lyžařském oddíle, proto ji dobře znám.

Co teď děláš nebo koho trénuješ?

Jsem trenérka sjezdového lyžování a trénuju jak v žákovské kategorii, tak v kategorii dospělých.

Strávila jsi podzim více v zahraničí, nebo v České republice?

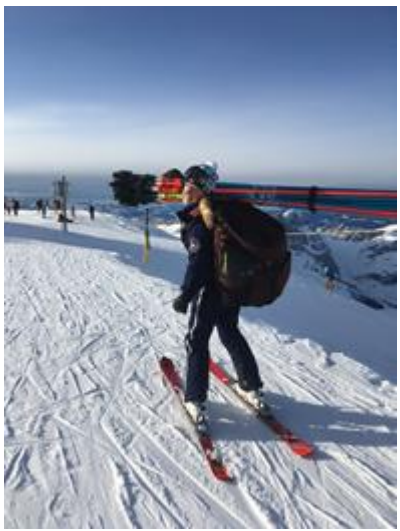
Dokážu si tipnout, že kvůli současné koronavirové situaci více času v zahraničí.

Jak ovlivnil Covid-19 tréninky?

Covid – 19 ovlivnil velice zásadně lyžařské tréninky v žákovské kategorii, neboť sport do 16 let byl od nějakého období úplně zakázán. Ve výjimečných případech se dalo dostat na tréninkové kopce v zahraničí. Pro profesionály a starší 16 let byly tréninky povoleny, ale i tak trénování vyžadovalo spoustu nestandardních postupů oproti minulým rokům.

Je pro tebe těžší v této době trénovat než normálně? V čem?

Určitě je to těžší, je to hrozná a vysilující doba jak pro trenéry, tak závodníky. Takhle doba vyžaduje spoustu změn, přizpůsobování se aktuální situaci a neustálému zjišťování, kde a za jakých podmínek je možné trénovat či závodit. A pak další věc je sehnat ubytování, neboť jsou omezení i v oblasti ubytovacích služeb. Pro dětskou kategorii nejsou zatím povoleny žádné závody. A k tomu ještě dodržování vládních nařízení také velice zatěžuje, často je to až nelogické.



Jak se změnily různé závody od normálu?

V dětské kategorii byly zatím doposud všechny závody zrušeny kvůli vládním nařízením. A v dospělé kategorii se v zahraničí závodí, ale s

velkými změnami a s častým rušením závodů z aktuálních nařízení vlády. Na závodech platí různá speciální nařízení – nošení masek, rozestupy lidí mezi sebou, jednosměrné průchody, dodržování časových vstupů na prohlídku tratě, online meetingy ….atd.

Myslíš si, že Covid-19 nějak ovlivňuje výkony tvých svěřenců?

Těžko říct, zatím se to na výsledcích neukázalo. Všichni mají podobné podmínky. A myslím, že některé lidi to může ovlivňovat hlavně po motivační stránce. Ale teď musíme být hlavně vděčni, že jsme zdraví a že sport můžeme alespoň tímto omezeným způsobem dělat dál. Snad se situace zlepší.

Je nějaký rozdíl mezi závody, které jsi jezdila, a těmi dnešními?

Rozdíl mezi závodními kopci není, jen jak je teď závodů méně, tak roste konkurence, a tím pádem je obtížnější v tuto dobu zajet nějaký dobrý výsledek. Protože čím víc závodníků na startu, tím vyšší startovní číslo, horší trať a náročnější podmínky pro závodníka.

Co bys na závěr poradila ostatním lidem, aby se s touto náročnou a těžkou dobou vyrovnali?

Věnujte se pokud možno svým koníčkům, provozujte aktivity, nebo aspoň v upravené formě, jako jste dělali dřív. Přeji vám hodně trpělivosti a disciplíny. Čelte novým výzvám, hledání nových řešení, nevzdávejte se, pokračujte a vydržte.

Děkuji za rozhovor

Justýna Korbelová

Foto: archiv Pavly Klicnarové

VOLNÝ ČAS

V naší rubrice bychom vám chtěly představit několik zajímavých míst v Praze. Každá jsme si vybraly jednu lokalitu, kterou jsme navštívily, a skrze článek vám uděláme malou exkurzi. Dozvíte se, na jakém místě se nachází a jaké aktivity si můžete vyzkoušet.

KLUZIŠTĚ NA LETNÉ

V Praze na Letenské pláni bude i letos otevřeno venkovní kluziště. Za zábavou sem můžete přijít od 19. prosince 2020 do 7. března 2021. Toto kluziště naleznete poblíž ulice Milady Horákové naproti fotbalovému stadionu Sparta. Otevírací doba je od 9:00 do 21:00. Vstup na plochu je zdarma. Vedle kluziště je otevřena také půjčovna bruslí. K dispozici jsou kluziště dvě, menší o velikosti 20 x 10 metrů a větší o velikosti 40 x 20 metrů. Mimo sportovního využití můžete zkusit i zajímavý doprovodný program.

Obrázek: Kudyznudy.cz

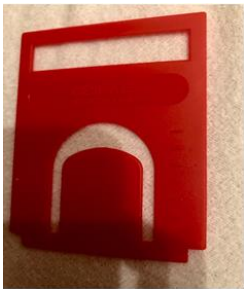
Já osobně jsem kluziště navštívila a odnáším si jen pozitivní pocity. O víkendu je stadion sice trochu přeplněný, ale přesto jsem byla spokojená. Osobně doporučuji noční bruslení.

Darja Hrušková

KAVÁRNA PO TMĚ

Už sedm let můžete navštívit zatemněný kavárenský autobus, který staví na různých místech České republiky. My jsme ho navštívily s mojí kamarádkou 13. 10. 2019 v Praze.

U vstupu nás obeznámili s tím, že autobus je úplně zatemnělý. Dostaly jsme žetony na zaplacení objednaných nápojů a odložily si věci. Vyzvedla si nás nevidomá slečna a doprovodila nás na místo. Šly jsme pouze úzkou a krátkou uličkou autobusem, kterou jsme si mohly díky tomu, že víme, jak autobus vypadá, i představovat. Ale připadalo nám jako věčnost dostat se ke stolu a posadit se a do ničeho nenarazit. Byly jsme moc rády, že se můžeme naší průvodkyně držet za rameno.
A v té absolutní tmě jsme podvědomě čekaly, až se konečně rozsvítí, a ono ne a ne. A pak si najednou uvědomíte, jak je krásné slyšet něčí klidný a milý hlas, a oceníte, když je někdo trpělivý, ochotný a podá vám pomocnou ruku, abyste se dostali na správné místo, nevylili si pití, dokázali zaplatit.
V té tmě nás oslovila slečna Šarlota, že bude naším číšníkem, a my jsme si objednaly pití. Hrnečky jsme si držely po celou dobu, abychom něco nevylily. Když jsme si chtěly něco objednat, měly jsme do té tmy zavolat, Šarloto, prosím …. Dělalo nám trošku potíže jen tak někoho oslovit a u toho jsme si uvědomily, jaké to asi musí být pro nevidomé, říct si někomu o pomoc.
Zaplacením za kávu v této kavárně jsme přispěly na pomoc nevidomým a jako upomínku jsme si odnesly hrnečky se světlušcím logem.



Před kavárnou nám usměvavý nevidomý průvodce pověděl něco o pomůckách pro každodenní potřebu. Víte, že?

- Nevidomí rozeznávají bankovky i podle speciální plastové pomůcky, která změří jejich délku a tím se pozná jejich hodnota – pomůcka: tečka před pomlčkou znamená, že číslovka začíná jedničkou

- Na třídění ponožek mají taky plastovou pomůcku. Umíte si představit, kolik asi takovýchto pomůcek musí mít, a hlavně jak pečliví musí být v jejich používání a ukládání?

- A hra „Člověče nezlob se“ je sice barevná, ale pro nevidomé je barvou to, že každá hlavička panáčka má jiný tvar, kostka má vystouplé kuličky na počítání a panáčci se při hře neposouvají, ale zapichují do podložky

Text a foto Lucie Masopustová

NEVIDITELNÁ VÝSTAVA

Výstava je unikátní interaktivní cestou do světa, který postrádá absolutně všechno světlo. Návštěvníci jsou zde tak odkázáni na své smysly mimo zrak. Pomocí těchto smyslů a pomocí instrukcí průvodce (nevidomého či slabozrakého) se návštěvník snaží orientovat v upravených a kompletně zatemněných prostorách, kde jsou vytvořena různá místa každodenního života. Každý si zde může vyzkoušet na vlastní kůži, co vyžaduje orientace „poslepu", např. v bytě, na ulici, v lese nebo jak zaplatí v kavárně či restauraci.

Na obrázku je zachyceno, jak vidí lidé s různými typy zrakových postižení. Foto: Markéta Chvalová

Pokud se budete ve tmě bát, budete se cítit úzkostně, stačí pouze říct průvodci a ten vás ze tmy okamžitě vyvede.

Kromě prohlídek v češtině jsou v nabídce i cizojazyčné prohlídky (v angličtině, němčině, španělštině, portugalštině a ruštině). Kromě základní prohlídkové trasy jsou v nabídce také prohlídky pro pokročilé, neviditelná ochutnávka, neviditelná večeře nebo neviditelný teambuilding.

Neviditelná výstava se nachází na adrese Karlovo nám. 1/23. Můžete se sem přijít podívat ve všední dny v čase 12:00-20:00 a o víkendech 10:00-20:00.

Neviditelná výstava je vhodná pro všechny, kteří chtějí zažít něco neobvyklého a nebojí se vystoupit ze své komfortní zóny. Můžete sem přijít sami nebo ve skupině. Já tuto výstavu navštívila poprvé před osmi lety, když byla ještě v začátcích. Asi před půl rokem jsem se rozhodla jít znovu, abych zjistila, co se změnilo. Byl to rozhodně nevšední zážitek a i podruhé jsem si výstavu velmi užila a určitě doporučuji.

Markéta Chvalová

LEONARDO

Výstava „LEONARDO – cesta do tvořivé mysli renesančního génia Leonarda da Vinci" z produkce společnosti Objevárium je na Chvalském zámku v Horních Počernicích od 29. 8. 2020 do 31. 1. 2021.

Za vstupné jsem jako studentka zaplatila 40 Kč. Pokud byste chtěli vzít i svého rodiče, platili byste o 70 Kč navíc.

Na výstavě jsem si upravila obraz Mony Lisy podle svých představ, pokoušela jsem se sestavit anatomické modely, vyzkoušela si funkčnost mechanických strojů, prověřila své znalosti Leonardovy tvorby a virtuálně si prohlédla jeho vynálezy. O některých jsem ani nevěděla, že je vymyslel zrovna Leonardo.

Kromě této výstavy jsem si také na Chvalském zámku prohlédla obrazy od Radovana Paucha i výstavu 100 let počernického fotbalu.

Obrázek: Objevarium.cz

Expozice se mi líbila a doporučila bych ji lidem, kteří mají rádi umění.

Momentálně je výstava zavřená. Je možné, že bude opět prodloužena, a pokud se zlepší epidemiologická situace, můžete ji jít navštívit.

Veronika Škrétová

HURRICANE FACTORY

Obrázek: Slevomat.cz

Hurricane factory v Letňanech je první, a také jediný větrný tunel u nás v České republice. Je to místo, kde můžete létat, vznášet se a vyzkoušet sílu hurikánu.

Já a moje sestra jsme dostaly tento voucher k Vánocům. Velmi nás to zaujalo a nemohly jsme se dočkat, až si to vyzkoušíme. Objednaly jsme se proto na den 14.4. 2019.

Když jsme dorazily na místo, posadily nás do velké místnosti. Všichni účastníci zde čekali na instruktora. Když přišel, řekl nám krátké instrukce o tom, co se bude dít. Poté nás poslal do šatny, kde jsme si převlékli oblečení, přezuli boty a vzali si helmy. Všichni už jsme byli připraveni, a tak jsme se mohli vydat k tunelu. Prošli jsme celou budovu, až jsme došli namísto. Pustili nám krátké instruktážní video a následně nám ukázali pár gest rukou a řekli, co znamenají. Nasadili jsme si helmy a jako poslední věc před samotným vstupem jsme si nasadili špunty do uší a čekali, až na obrazovce uvidíme naše jméno, abychom mohli vstoupit dovnitř.

Po vstupu do tunelu vás vezme vítr a vy nesmíte zpanikařit, musíte zůstat klidní. Při prvním vstupu jsem pomalu ani nedýchala. Ale věděla jsem, že když udělám jeden špatný pohyb, nemusí to skončit dobře. Naštěstí tam se mnou byl instruktor, který na celý můj let i na lety ostatních dohlížel. Popřípadě nám opravil polohu, ve které jsme museli být.

Celkem jsem měla 2 vstupy po minutě a půl, to jsou dohromady 3 minuty. Přijde Vám to jako chvilka, že? Ale když jsem letěla, připadalo mi, jako kdybych úplně přestala vnímat čas. Na závěr mého druhé vstupu mě instruktor dostal až na vrch tunelu a pak jsme zase sletěli dolů – bylo to něco neuvěřitelného. Odcházela jsem domů a věděla, že toto si někdy ještě jednou vyzkouším.

Eliška Kotalová

HUDBA

V našem článku vám představíme současnost hudebního světa. Hudbu jsme si vybrali, protože nás toto téma zajímá, každý z nás ji posloucháme a v naší rubrice bychom se chtěli s ostatními podělit o naše názory na některé interprety nebo některé hudební skupiny. Dále bychom vám chtěli představit nová alba, písničky a uvést vás do současného dění, už jen kvůli tomu, abyste se orientovali.

David Švancara

ALBA – ČEŠTÍ INTERPRETI/SKUPINY

Lucie Bílá

Jedná se o nejpopulárnější zpěvačku v Česku. Mnoho jejích fanoušků se těší na její každoroční vánoční koncerty. Letos se však Bílé Vánoce Lucie Bílé konat nemohly z důvodu pandemie, a proto budou nahrazeny albem, do kterého byly zařazeny ty nejlepší skladby nejen z jejích vánočních písní. Najdeme zde např. Vánoce jsou zábava, Láska je Láska nebo píseň Purpura.

Jan Smigmator – Murphyho zákon

Jan Smigmator je český producent, zpěvák a moderátor pořadu Klub Evergreen. V říjnu vydal své nové album, které nazval Murphyho zákon. Jedná se pop-swingové album s českými

texty. Vedle původní tvorby se na desce objevují světové standardy, které pro něj otextovali: Václav Kopta, Josef Nečas a Ester Kočičková. Nalezneme zde písně jako např. Bříza, Volá máma, Piano story, nebo Poustevník.

Skupina Tata Bojs – Jedna nula

Po dlouhých 5 letech přicházejí s novou nahrávkou nesoucí název „Jedna nula“. V létě vydala skupina dvě ochutnávky v podobě dvou singlů Zvony a Kraftwerk in Saint Tropez. Nezpívají však pouze česky, ale často i anglicky nebo s přízvukem. Jejich vinylová verze vyjde až na jaře příštího roku. Mezi skladby z tohoto alba patří např. píseň Zavazadlo, Velký třesk (má dvě části) nebo Spolek holek.

ALBA – ZAHRANIČNÍ INTERPRETI

Miley Cyrus – Plastic Heart

Jedná se o 7. album této americké zpěvačky, které nahrávala už od roku 2017. Nazpívané je pochopitelně v angličtině a jedná se o rockový žánr. Album obsahuje také 2 singly: Midnight Sky a Prisoner Feat. Mezi další skladby patří např. Hight, Hate me, Never be me nebo Angeles like you.

Jonáš Jirman

PŘIPRAVOVANÁ ALBA

Powerwolf

Powerwolf ohlásili evropské turné pro rok 2021 se zastávkou v Praze. Heavy-metaloví giganti oznámili data svého evropského turné pro rok 2021 k podpoře svého dosud nepojmenovaného nadcházející alba. Turné nadcházejícího alba, které má vyjít v létě 2021, povede skrz Německo, Španělsko, Francii, Velkou Británii, Nizozemsko, Belgii, Itálii, Maďarsko, Rakousko a zamíří i do Česka. Fanoušci mohou očekávat nejen nové heavymetalové pecky, ale také úžasnou show.

Otakar Wolf

RECENZE

Klára Vytisková – Love Is Gold

Klára Vytisková je někdo, kdo se v hudbě vážně vyzná a kdo o ní umí přemýšlet. Na scéně se pohybuje již více než 15 let. Mohli jste to zaznamenat i v televizi, kde občas vystoupí. Domnívám se, že Klára má podobný hlas jako Lady Gaga. Toto album je první po pěti letech. Je to opravdu mimořádná záležitost, která nemá konkurenci. Myslím si, že obsahuje několik skvělých, a také chytlavých popových písní, např. – Have Some Fun.

David Švancara

Taylor Swift – Evermore

Slavná americká zpěvačka Taylor Swift má za sebou již několik úspěšných alb a nyní je doplňuje svým devátým albem. Bylo vydáno 11. prosince minulého roku. Standartní edice obsahuje celkem 15 skladeb o celkové délce 60 minut a 38 sekund. Je dostupná i Deluxe verze, která je prodloužená o 2

čtyřminutové skladby. Vzhledem k tomu, že Taylor patří mezi mé oblíbenější interprety, byl jsem velice nadšen, když jsem se tomto albu dozvěděl na sociálních sítích, nemohl jsem se dočkat, až si ho poslechnu. Mou nejoblíbenější skladbou je Willow, protože mě nejvíce vtáhla do děje a moc jsem ji prožíval. Album tedy hodnotím velice pozitivně, a to 90 %.

Vojtěch Urban

ÚMRTÍ VADIMA PETROVA

Zemřel skladatel Petrov, autor symfonií i hudby ke Krkonošským pohádkám. Ve věku 88 let zemřel skladatel, klavírista a hudební pedagog Vadim Petrov. Jeho dílo čítá asi 1 400 titulů, od symfonií až po hudbu k večerníčkům. Mezi nejznámější pohádky patří hudba ke Krkonošským pohádkám, Pohádky o krtkovi nebo příhody Spejbla a Hurvínka. V roce 2018 mu prezident Miloš Zeman udělil medaili Za zásluhy I. stupně v oblasti školství a kultury. Život pražského rodáka Petrova byl spojen s hudbou už od dětství. Jeho matka byla sólistkou pěveckého sboru. Díky svému otci poznal sborový zpěv v pravoslavném chrámu. Později vystudoval skladbu a hru na klavír na Akademii múzických umění v Praze. Byl autorem nejen pro děti, ale také psal vážnou hudbu, mezi kterou patří např. Opera Buffa, symfonie Divertimento nebo koncert Veselá sonatina.

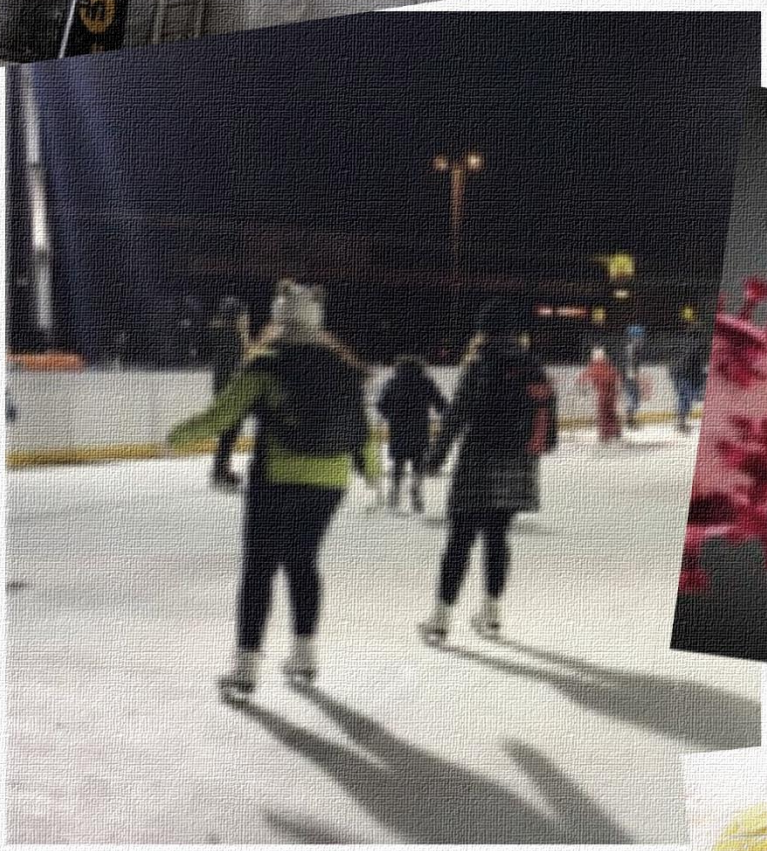
Otakar Wolf

KONCERTY – ČESKO

Kvůli druhé vlně koronaviru jsou téměř všechny koncerty v Česku odvolány a zrušeny. Bohužel tento kulturní sektor je nejvíce dotčen. Již na jaře se museli všichni hudebníci vzdát všech akcí a teď i na podzim. Zároveň nemohou na 100 % počítat ani se začátkem roku 2021. Mezi kapely, které musely od svých koncertů upustit, patří např. Lucie, Chinaski, Mirai nebo Kryštof.

KONCERTY – ZAHRANIČÍ

Ve světě se situace moc neliší od České republiky. Většina slavných zpěváků odložila své koncerty na začátek roku 2021. Tito zpěváci většinou pořádají turné po celém kontinentu nebo světě a spousta z nich se zastaví i v ČR. Patří mezi ně např. Harry Styles, kapela The Chainsmokers, One Republic nebo Ozzy Osbourne. Pokud jste si zakoupili lístky na nějaký z těchto koncertů a ty byly odloženy, můžete si lístky nechat. Lístky zůstávají v platnosti nebo je můžete do konce roku vrátit.

Tam Pham Tien

FACTORY