

age^M

Život je nádherný v každém věku 1-2/2021

*Ještě
se dovedem
smát!*



12 Když se dítě
narodí v srdci

16 Svůj život jsme
si vystavěli znovu

26 Výtvarka online?
Jde to!

Konečně je to tady!

Dejte svoje hlasy kamarádům a posuňte je na stupně vítězů!

Nové práce do 7. ročníku projektu
Srdce s láskou darované
najdete na www.srdceslaskou.cz



Srdce
s láskou darované





Život je nádherný v každém věku

Z obsahu

- 6 EPIŠTOLY:** O tom, co bude potom
- 8 OBJEVY:** Probudíme naše srdce a nechme ho, aby řídilo náš mozek
- 12 CESTA:** Když se dítě narodí v srdci aneb Jsme konečně rodina
- 16 STORY:** Lenka Helena Koenigsmark: Svůj život jsme si vystavěli znovu
- 20 SPOLUPRÁCE:** Hendikep, věk, jazyk, stát či etnická příslušnost? Důležití jsou lidé!
- 22 ROZHOVOR:** Tomáš Kirschner: Nikdy není pozdě naučit se něco nového
- 25 POZVÁNKA:** Hudba překoná všechny bariéry
- 26 ŠKOLA HROU:** Výtvarka online? Jde to!
- 28 FEJETON:** Máme tu nové trivium?
- 30 SOUTĚŽ:** Srdce s láskou darované, 7. ročník
- 40 PRAXE:** Finanční návyky si vytváříme již v dětství
- 42 KALENDÁRIUM:** Jaro–léto 2021
- 44 TVOŘENÍ PRO RADOST:** Malovaná taška

Vydavatel:



ANTECOM s.r.o., Blatenská 2166/7, 148 00 Praha 4
IČ: 2836 2926, produkce@antecom.cz, www.antecom.cz

Redakční servis: +420 602 313 176

Šéfredaktorka: PhDr. Jana Jenšíková, jednatelka společnosti ANTECOM, vydavatelství časopisů TRADE NEWS, AGE a TECH EDU

Redakce: Mgr. Miloslav Jenšík, PhDr. Věra Vortelová, Ing. Martina Hošková, Štěpánka Kotrbová, Ing. Mgr. Daniel Libertin, PhDr. Jozef Gáfrik, CSc.

Grafická úprava: Hana Melčová

Produkce: Mgr. Marek Jenšík

Datum vydání: 15. 4. 2021

Vydáno v Praze jako dvouměsíčník. MK ČR E 20841 / ISSN 1805-5524

Partner:



OPTYS, spol. s r. o.

U Sušárny 301, 747 56 Dolní Životice

Tel.: +420 553 777 392, e-mail: skola@optys.cz

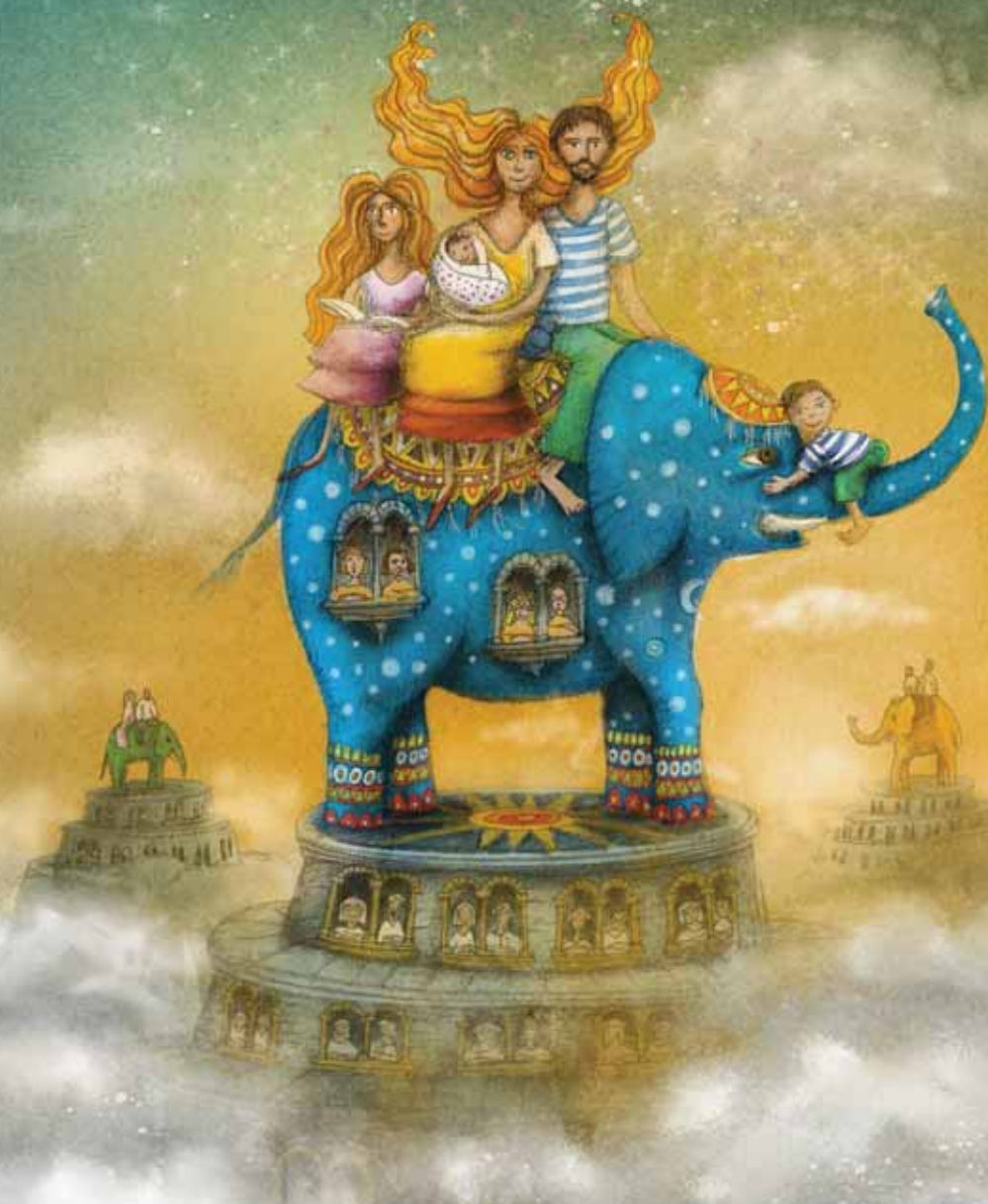
Tisk a distribuce: OPTYS, spol. s r. o.

Foto na titulní straně: Shutterstock

Za obsah inzerce zodpovídá inzerent.

Žádné části textu nebo fotografií nesmí být používány, kopírovány nebo jinak šířeny v jakékoliv formě

či jakýmkoliv způsobem bez písemného souhlasu vydavatele.



0 rodině

„Bez rodiny se člověk chvěje zimou v nekonečném vesmíru.“

André Maurois, francouzský spisovatel

Dnes si půjčím jeden prý fakt pravdivý příběh, který pluje vlnami internetu. Je o novodobém Robinsonovi a jeho početné rodině. Ten Angličan se jmenoval Thomas Bell a žil v předminulém století. Z rodného Yorkshiru ho osud zavedl na Nový Zéland, kde potkal svou budoucí ženu a měl s ní šest krásných dětí. Početnou rodinu pak přestěhoval za vidinou prosperity na 1100 kilometrů vzdálený neobydlený ostrov. Jeli tam na palubě lodi Norval s klidnou myslí, protože kapitán jim slíbil, že se za nimi po třech měsících zastaví – a pokud se jim život na pustém ostrově nebude líbit, vezme je zpátky do civilizace.

Jenže plány jsou jedna věc, a život druhá. Ostrov se ukázal být nehostinným místem, které mělo k ráji hodně daleko. Kapitán svůj slib nesplnil. A tak Bellovi museli přijmout novou realitu a začít boj o život s nemilosrdnou faunou i počasím. Pro naše účely příběh zkrátím: strávili na ostrově dlouhý čas, přes veškeré pohromy tam vybudovali prosperující farmu, která své přebytky prodávala kolem plujícím lodím, narodily se jim tam další čtyři děti. A s těžkým srdcem opouštěli „svůj“ ostrov Raul až po třiceti letech v roce 1914, těsně před počátkem první světové války.

No schválně, nepřipomíná vám to něco?

Pravda, my jsme se na své uzavřené ostrůvky nevydali přes oceán dobrovolně za vidinou zemského ráje. Ovšem to ostatní už dost sedí. Pohromu v podobě kulatého vetřelce jsme neplánovali, a postihla nás všechny. Museli jsme a dál musíme překonat nejedno nepohodlí a úskalí. A často bojujeme dokonce o život. Každý z nás to zvládá jinak a rodina v tom hraje hodně velkou roli. Pochopili jsme, jakou má ten náš „ostrov bezpečí“ pro nás hodnotu.

I když dnes ještě naše rodinné ostrůvky plují kosmem více či méně osamocené, myslíme na to, že i vesmír je jen jedna rodina. A budujme láskyplné a důvěryhodné rodinné vztahy. Může se nám to v budoucnu hodit.

Krásné jaro!

*Jana Jenšíková,
šéfredaktorka*

EPIŠTOLY

O TOM, CO BUDE POTOM

Neomylní vědí
všechno přesně,
mnohdy ještě
daleko přesněji.

Onehdý jsem s jistým úžasem sledoval poslance, který z obrazovky drtil jedno proticovidové opatření za druhým, až posléze – s gusem karbaníka, který zpečetí partii esem – korunoval své dílo větou, jež mi vyrazila dech: vláda neví, co bude za tři týdny! V tu chvíli mě polil studený pot. Být postavou starého románu, jistě bych zesinal. Ztraceně, řekl jsem si, vždyť ani já nevím, co bude za tři neděle! A ještě hůře: vždyť on to neví vůbec nikdo! V takové tmě už přes rok tápeme. A rozhodně v tom nebruslíme sami.

Mám rád neomylné, jsou solí země. Tedy alespoň v tom smyslu, že si s nimi člověk užije dost legrace. Neomylní vědí všechno naprosto přesně, mnohdy ještě daleko přesněji. Jako ten kapitán Ořech z Černých baronů. Nebo jako Švejk, který v hospodě U kalicha obvinil ze sarajevského atentátu Osmanskou říši. „Vojna s Turky musí bejt. Zabili jste mi strejčka, tak tady máte přes držku. Válka jest jistá. Srbsko a Rusko nám pomůže v té válce.“ Pravda, věci se pak vyvinuly poněkud jinak. Řeč se mluví, pivo pije. Ale válka byla, a taková, jakou svět do té doby nepoznal.

Když nás před rokem koronavirus tak zákeřně zaskočil a my jsme se otřepali z prvního šoku, pustili jsme se do šití roušek. Bůhví, kdo s tím tehdy přišel první. Ale co na tom sejde? Hlavně, že se šilo ostošest a že přitom nebylo smutno, natož aby se brečelo.

Odpusťte dědkovi osmdesát plus (a o dost), který už s touto zemí zažil všelicos, že se tu vrátí k dávno zasuté osobní vzpomínce. Táhlo mi na devátý, když přišly nálety na Prahu. Paměť je zvláštní potvora. A tak člověk, který věčně zapomíná, kam si před čtvrthodinkou položil mobil a co že to šel hledat do chladničky, si vybaví naprosto přesně, v barvách a ozvučeně, co se mu vrylo do mysli před sedmdesáti šesti lety. Lidé umírali, mohlo to potrefit každého, ale proto se ještě za zaťatými zuby vzteku a pod clonou slz nepřestali usmívat. A vyprávěli si anekdoty. Třeba tuhle:

Nejpohostinnější národ na světě jsou Rusové. Za téhle války provedli Němce po celé své zemi, ukázali jim Moskvu a teď je doprovodí až domů.

Život je nesmrtelný. A smích v tom s ním drží basu. Ostatně jsem si tu dávno a bezpočtukrát ověřenou zkušenost ověřil později ještě nejednou, i když ne za tak extrémních okolností.

Měl jsem kdysi o dost staršího, ale věčně mladého kamaráda. Už v letech mého nejtěšnějšího dětství byl fotoreportérem Foglarova ikonického dětského časopisu Mladý hlasatel. Ve dnech po 21. srpnu 1968 běhal po ulicích pražského centra s černou plastovou krabičkou, a jak jen zahlédl některého ze zahraničních návštěvníků v uniformách, hned si ji kladl na ucho a tvářil se, že pozorně naslouchá. Konečně natrefil na toho pravého. Voják s čupřinou zpod blankytného baretu k němu přikročil s výhrůžně vytrčeným kalašnikovem a krabičku mu vyrval. Když zjistil, že v ní je jen houska se salámem, svačinu zabavil a krabičkou praštil o zem. Lidé kolem se smáli, parašutista vychrlil pár nadávek a namířil si to za nejbližší roh. Kdo ví, kdy naposled jedl... Sváta nevzrušeně zvedl krabičku a šel hledat další objekt svého žertíku. Vlastně jsem vám nepověděl, že mívá kdysi syna, měl ho moc rád a pochoval ho jako oběť rakoviny. Přezít vlastní dítě je kruté, strašně kruté. Něco o tom vím. A také o tom, že i s tím se musí žít dál. A když je čemu a proč, smát se jako ten Ezopův mravenec, o kterém zpívali Voskovec s Werichem.

Nezapomněli jsme se smát, když jsme si loňského jara nasadili roušky a dodržovali i další opatření, která měla zastavit šíření viru. Ne vždy se to povedlo. Až na „chřípečkáře“ jsme však drželi spolu.

Ve dnech, kdy se už mohlo zdát, že jsme z nejhoršího venku, napsal jsem na sklonku léta v Epištolách: „Když už jsme si blíže, když už si

zase jednou umíme najít víc času a snad i dobré vůle porozumět tomu, co říkají a jak to myslí ti kolem nás – co si tu blízkost, tu umocněnou empatii podržet i pro chvíle, kdy nám otrne?“

No, některým otrnulo až příliš brzy. Hurá k moři, jsme tam rok co rok, proč nám to nezadatelné právo má vzít nějaká nová plíživá totalita? Na internetu jsem objevil povzdech záchranáře, který neustále závodí s časem při převozu nejvážnějších pacientů na některé z posledních volných míst v nemocnicích, a přitom často ví nebo tuší, že už jim není pomoci: „Nechápu, proč teď musí lidé jezdit někam na lyže. V týdnu jsem jel kolem parku, tam spousta lidí a dětí, většinou bez roušek...“

Dovedeme vůbec dohlédnout hloubku zoufalství muže, který se dnes a denně pere o životy svých bližních, nejednou prohrává a v neposlední řadě přitom sám riskuje zdraví nebo dokonce život svůj a svých nejbližších? Jak dlouho mu bude trvat, než se zase s ostatními dokáže od srdce smát?

A co my ostatní? My, co nemůžeme než boj s tím odporným virem nechat na povolaných? Snažme se jim pomáhat alespoň tím, že jim v jejich úžasném vzepětí nebudeme házet klacky pod nohy, ani zbytečně přidělavat práci a brnkat na nervy. Už tak podávají výkony na hranicích lidských možností.

Kdyby nám byl před rokem někdo řekl, že se s covidem budeme potýkat ještě dnes a stále neuvidíme světélko na konci tunelu, někteří

z nás by ho obvinili z choromyslnosti a jiní by proskočili zavřeným oknem. To podle národy.

Přitom virus je tu s námi stále a vůbec se mu odtud nechce. Vzдор tomu jsme tu stále také my a neztrácíme naději, že jednou to podivné bezčasí konečně pomine. Ti, co jsou přesvědčeni, že oni by se s ním jinak popasovali, to říkají a budou říkat dál, z toho přece žádná odpovědnost neplyne. A my ostatní s jejich postojem nic nenaděláme.

Ani zdaleka nemáme vyhráno. A kvůli tomu máme v tom okradeném, oškubaném životě zapomenout se smát?

A měli bychom už teď dumat o tom, co bude potom. Jednou to přece přijít musí. „S následky dočasného zmrazení života a práce se budeme potýkat ještě dlouho, nejspíš nás čekají docela těžké časy,“ napsal jsem loni. Není na tom co měnit. Ale třeba nás právě to dá znovu trochu dohromady.

Na každý pád správně zpívá Bolek Polívka ve své Manéži: „Když ale koukám se na lidi, tak to tak špatně zas nevidím.“ Ten chytrý klaun má pravdu: „Ještě se dovedem smát!“

A tak si dejme na závěr dvě „covidové“:

„Dneska jsem viděl v parku týpka s dredama, jak se sám očkuje... Jsem rád, že i mladí lidé jsou tak zodpovědní! To dáme...“

„Hospoda zavřená, tak jsem včera zůstal s manželkou doma a celej večír jsme si povídali. Celkem prima ženská s dobrými názory.“

Miloslav Jenšík

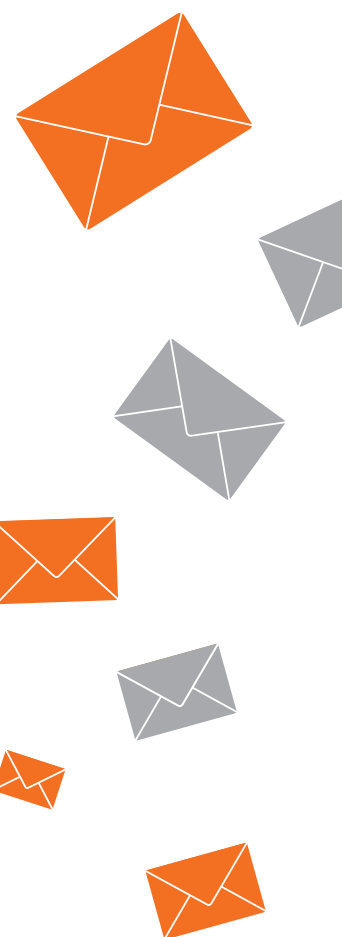


Foto: Shutterstock

**Ještě se
dovedem
smát!**

PROBUĎME NAŠE SRDCE a nechme ho, aby řídilo náš mozek

„Nejlepší myslitelé naší doby nám říkají, že žijeme v čase extrémů, v době, kdy se dějí velké změny a někteří lidé je nejsou schopni přijmout, nejsou schopni se s nimi vypořádat. Pro mě je klíčové tuto změnu zdravým způsobem přivítat. Možná víc než kdy předtím. A začít myslet jinak. Protože to, jak jsme byli na Západě naučeni myslet za posledních sto padesát let, vychází z vědeckého paradigmatu, který už neplatí,“ říká v jednom ze svých vystoupení Gregg Braden, mezinárodně uznávaný lektor, vědec, vizionář, řečník a spisovatel, kandidát na Templetonovu cenu. V redakci AGE jsme ho objevili v souvislosti s naším celorepublikovým projektem Srdce s láskou darované. Prostě na nás „vykoukl“ v prostředí internetu, když jsme něco hledali pod heslem „srdce“. Zjistili jsme, že máme mnoho společného. I my se naším projektem snažíme šířit vzájemné porozumění, úctu, toleranci a podporovat spolupráci. Spojili jsme se tedy s týmem jeho spolupracovníků a výsledkem jsou tyto stránky. Věříme, že vám vlijí novou energii (nejen) do srdce.

Co se tedy děje?

Podle Gregga Bradena je třeba si klást otázku: Kdo jsem jako jednotlivce? Je to ta nejzásadnější otázka, na kterou musíme hledat odpověď. Určuje úhel pohledu, jímž se díváme na svět. „Po sto padesát let, od vydání knihy Charlese Darwina, byl ten úhel založen na pohledu, který nám vykládali vědci jako nejzákladnější pravidlo přírody: Soutěžení. Konflikt. Boj. Na tom byly postaveny základy naší společnosti, celý náš ekonomický systém. Dnešní vědecké poznatky směřují jinam a potvrzují naše nejstarší tradice. Že když spolupracujeme, jsme lepší lidé a budujeme lepší svět, než když bojujeme.“

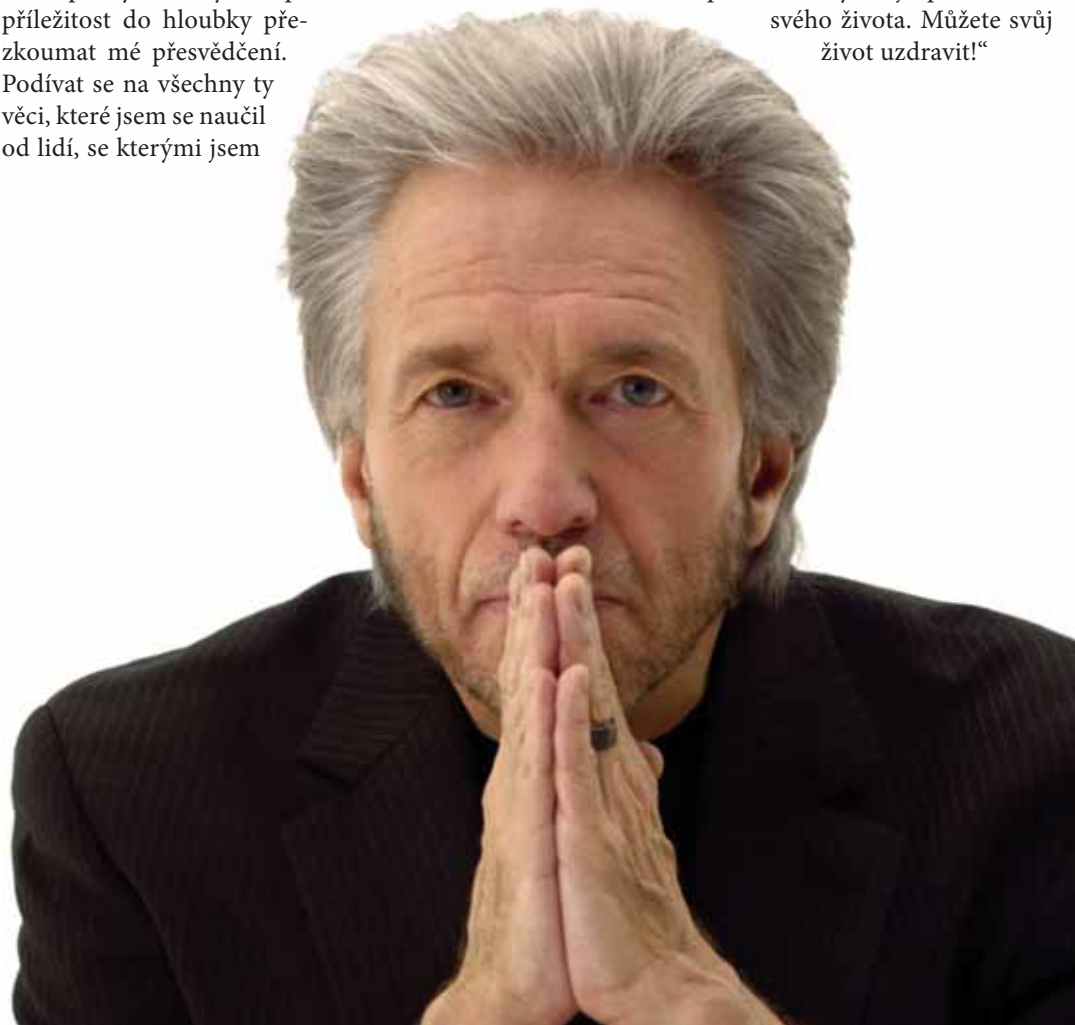
Stejně tak moderní věda přišla na to, že každá naše buňka má schopnost se neustále regenerovat a léčit. Gregg Braden si to ověřil vlastní zkušeností: „V roce 2000 mi byla diagnostikována nemoc, která mě překvapila. Protože věřím, že jsem udělal všechno možné ve svém životě, abych vedl zdravý, vitální a aktivní život. Bylo mi řečeno, že mám ve svém těle nádor a že operace musí proběhnout okamžitě. Poslechl jsem si, co mi lékaři říkají, a požádal je: ‚Dejte mi pár týdnů.‘ Byla to pro mě příležitost do hloubky přezkoumat mé přesvědčení. Podívat se na všechny ty věci, které jsem se naučil od lidí, se kterými jsem

studoval, za dobu, kterou jsem strávil v kláštrech v Tibetu nebo životem s domorodci v různých koutech světa. To vše definuje vztah, který máme se svým tělem. Jestliže je pravdivý, nyní je ten pravý čas toho využít ve svém životě. Zkrátím-li celý tento dlouhý příběh, za dva týdny jsem šel na operační sál, a když jsem se probudil, doktor se na mě podíval a zeptal se mě, co tu dělám. Že to, co si mysleli, že musí odstranit z mého těla, už neexistuje.

A já s vámi sdílím tento příběh z jistého důvodu. Protože mě to naučilo, že mám schopnost překonat i ty nejtemnější chvíle ve svém životě. Sám jsem si to vyzkoušel na vlastní kůži, takže se vám mohu podívat z očí do očí, ze srdce do srdce a mohu vám říct bez jakýchkoli pochybností, že jsme se narodili a přišli jsme na tuto zemi se schopností překonat ohromné krize a výzvy v našich životech... Vím, že každá buňka v našem těle se nepřetržitě léčí a opravuje sama sebe. Když jí ustoupíme z cesty a necháme naše tělo dělat to, k čemu byla stvořena, otevřeme dveře ke zdravému, vitálnímu, milujícímu a produktivnímu životu. Vyzývám vás k tomu, abyste tuto možnost svému tělu „povolili“, abyste ji přinesli do svého života. Můžete svůj život uzdravit!“

Gregg Braden

Autor několika bestsellerů je mezinárodně známý jako průkopník spojování vědy a spirituality. Jeho schopnost nalézt inovativní řešení vedla za ropné krize v 70. letech k úspěšné kariéře počítačového geologa ve firmě Phillips Petroleum. V 80. letech pracoval jako senior programátor počítačových systémů pro Martin Marietta Aerospace – to bylo v posledních letech studené války. V roce 1991 se stal prvním technickým provozním ředitelem v Cisco Systems, kde řídil vznik celosvětového podpůrného týmu, jenž zajišťuje spolehlivost dnešního internetu. Už více než dvacet let pátá v horských vesničkách, ve vzdálených kláštrech a v zapomenutých textech, aby odkryl jejich nadčasová tajemství. Jeho práce vedla k vydání již dvanácti velmi zajímavých knih. Jmenujme například The God Code (Boží kód), Secrets of the Lost Mode of Prayer (Tajemství ztraceného módu modlitby), Matrix – božský zdroj, Smysl změn. Díla Gregga Bradena vyšla v patnácti jazycích a třidvaceti zemích. Poukazuji mimo jiné na to, že dokážeme zvrátit průběh nemocí, změnit definici stárnutí, a dokonce i změnit samotnou realitu tím, že přijmeme moc přesvědčení jako kvantového jazyka změny.





^
Východ slunce v Hunts Mesa
poblíž Monument Valley v Arizoně

Jak si přeprogramovat mozek a vyléčit srdce díky moudrosti starých kultur

(Úryvek z knihy Gregga Bradena Kódy moudrosti, kterou nám poskytlo jeho vydavatelství Hay House)



^
Západ slunce u Monument
Valley. Jedná se o region
v oblasti severoamerické
Koloradské plošiny, který je
charakteristický množstvím
červených pískovcových
skalních útvarů, které se tyčí
z plochého údolí

Kód moudrosti 12: Modlitba za krásu

Před čtyřmi sty lety byli příslušníci kmene Navahů, obyvatelé pouští amerického jihozápadu, těžce zkoušeni extrémní podnebí a přírodních živlů, a nadto je ohrožovaly nepřátelské kmeny žijící na územích kolem nich. Navahové si ovšem právě díky obtížnému životu v podmínkách sucha, spalujícího vedra a nedostatku jídla uvědomili, že k tomu, aby v těchto drsných podmínkách přežili, se musejí naučit přetvářet svou vnitřní bolest ve schopnost tyto nepříznivé vnější vlivy překonávat.

Zjistili, že ty samé životní zkoušky, které jim na jedné straně přinášely nehlubší utrpení, u nich zároveň odhalily i jejich nejsilnější stránky. Klíčem k přežití pro ně bylo přijmout cokoli, co jim těžký život v poušti přinese, a postavit se k tomu čelem místo toho, aby se tomu zkoušeli vyhnout. S každou nově překonanou překážkou se ta další stávala snadnější, jak s nimi Navahové postupně měli více a více zkušeností. Proto v sobě museli najít emoční kotvu – základní víru, která jim dodávala sílu vydržet – a poznání, že přijdou lepší dny. Jakmile si uvědomili tuto vnitřní sílu, nemuseli se bát riskovat a provádět změny k tomu, aby se jim v jejich měnícím se světě lépe dařilo.

Najděte svou emoční kotvu

Naše dnešní životy se od životů původních obyvatel amerických pouští v mnohém tolik neliší. Ačkoli dnes pochopitelně žijeme v jiné době a ve značně proměněném světě,

stále se dostáváme do situací, které umějí otrást samými základy naší víry a existence, zkoušejí hranice naší citlivosti a vyžadují od nás, abychom se uměli povznést i nad tím, co nám ublížilo.

Televizní zprávy nás 24 hodin denně a 7 dnů v týdnu bombardují tragédiemi z celého světa či negativními dopady měnícího se klimatu a ukazují nám často nesmyslná politická a sociální opatření různých vlád. Proto je často lákavé a snadné před nimi utíkat do emočního světa vztahových a citových problémů přátel, rodiny, spolupracovníků, ale i celebrit – tedy ke každodennímu dramatu životních extrémů. A přesně v těchto momentech potřebujeme ovládat způsob myšlení, který vede k vyváženějšímu a zdravějšímu pohledu na svět a život – citový kompas, který nás navede a udrží náš správný směr. Starodávne kódy moudrosti, které ve své době sloužily Navahům, mohou dnes posloužit i nám, pokud jim budeme naslouchat a řídit se jimi v našich životech.

Ukrytá moc krásy

Nedávné objevy moderní vědy dále zvyšují množství důkazů, podle kterých má krásu v sobě víc než jen estetický rozměr: krásu může mít transformativní funkci, tedy moc přetvářet. Jinými slovy, je to více než pouhý přívlastek, kterým popíšeme barvy západu slunce nebo duhy po bouři na konci léta. Krása je přímý a smyslný prožitek, který vám může změnit život – krásu je totiž náš prožitek.



^
Tyrkysové náramky na rukou
navazské babičky. Každý z kamínků
představuje významnou událost
v jejím životě

Prostřednictvím našeho prožití krásy získáváme moc změnit to, co pociťujeme v našem těle. Naše pocity totiž přímo souvisejí s tím, jak reagují naše neurony, a také s chemií našich buněk a orgánů i světem mimo naše tělo. Takže když tvrdím, že krása má moc změnit naše životy, znamená to zároveň, že krása má také moc změnit celý náš svět! Klíčem k tomu je donutit se prohlédnout skrz momentální bolest, utrpení a strádání, které právě prožíváme, a dokázat i navzdory tomu vidět krásu, která je již přítomná ve všech věcech. Když se nám to podaří, objevíme v sobě sílu a moc změnit náš život.

Modlitba krásy kmene Navahů

Navazská slovesnost odráží filozofii tohoto prastarého, moudrého národa, která staví zodpovědnost za naše štěstí i za naše utrpení přímo na naše ramena, a tím nám i v dnešní době pomáhá se lépe vyrovnat s životními extrémy. Kód moudrosti 12 je známý jako Modlitba krásy a týká se právě tohoto pohledu na život a svět. Je to zároveň závěrečná modlitba obřadu Cesty požehnání, jednoho ze série šesti ceremonií, jejichž cílem je vnést harmonii do kosmu a všech věcí v něm...

Abych podstatu tohoto kódu vystihl pokud možno co nejjednodušeji a s úctou k navazskému originálu, uvádím zde jeho neoficiální verzi pro každodenní použití, kterou popsal navazský umělec a malíř Shonto Begay v článku, který jsem před mnoha lety četl v jednom časopise. Begay tento kód shrnuje do tří stručných částí, přičemž každá

z nich vyjadřuje klíčový pohled na naši sílu posunout chemii našeho těla, a ovlivnit tak způsob, jakým vidíme náš svět. V textu knihy uvádím také delší, formálnější verzi této modlitby.

Begay popisuje podstatu této navazské modlitby takto: „Říkáme nizhonigoo bil iina: krása, se kterou žijete, krása, kterou žijete, krása, na které je váš život založen.“

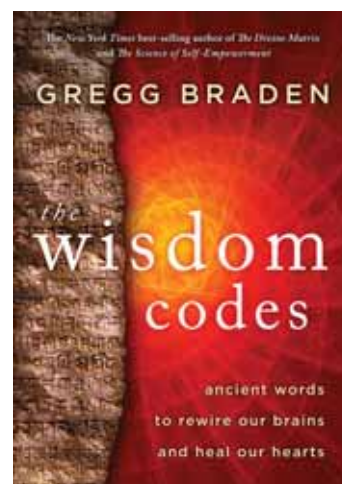
Těmito slovy navazští náčelníci po staletí předávali moudrost svého kmene, a připomínali tak svým lidem, a nyní i nám, klíčovou roli spojení mezi naším vnitřním a vnějším světem – spojení, které moderní věda poznala teprve nedávno.

Jak používat kódy moudrosti

Síla kódů moudrosti je založena na jejich opakování a souhlasu s nimi. To nám daný kód otiskne do podvědomí. Když vytváříme harmonii mezi naším srdcem a mozkem, otevíráme tím „horkou linku“ pro přímou komunikaci s naším podvědomím. Klíčem je kód přijmout za svůj a zaměřovat se přitom na své vědomí, dech a pocit v srdci spíše než v mysli.

Stránky připravili Jana Jenšíková a Daniel Libertin ve spolupráci s týmem Gregga Bradena a americkým vydavatelstvím Hay House

*Zdroj: www.greggbraden.cz, Hay House
Foto: archiv Hay House a Shutterstock*



Po přednáškách v Los Angeles, Mexiku, Římě, Londýně a dalších místech plánuje Gregg Braden a jeho tým, že letos v srpnu přijede poprvé do Prahy. Hodlá zde uskutečnit svůj výjimečný seminář, který bude uvádět a moderovat Jaroslav Dušek. Tato akce byla plánována už na loňské léto, ale z důvodu pandemických opatření přeložena na letošní rok. Více informací: www.greggbraden.cz



Když se dítě narodí v srdci aneb Jsme konečně rodina

Chování v náruči, bušící srdíčko, rozzářené obličej, melodie před spaním, drncající kočárek, první svíčka na dortu, první krůčky. Hrajeme si, výskáme, zpíváme, tancujeme, honíme se, hádáme se, vztekáme se, čekáme, bojíme se, radujeme se, jsme šťastní... Střípky dětství, na které se nabalují další obrazy. Každý máme v paměti ty své. A většina z nás je má spojeny s domovem a milujícími rodiči a prarodiči, pro které zůstáváme navždy dítětem. Na své pouti životem si pak mnohokrát připomeneme, že rodina je to nejcennější, co máme. Největší jistota, opora a radost. Každý rok však u nás skončí stovky dětí v ústavní péči, protože takové štěstí nemají. A na druhé straně je mnoho manželských párů, které se na vlastní miminko těší marně. Logicky se tedy nabízí jejich spojení v podobě adopce, jež je však velice náročným krokem, a ne každý na něj má sílu a odvalu. Představujeme vám dva páry, které se touto cestou vydaly a vytvořily šťastný domov pro dvě dětské dušičky. A smekáme před nimi pomyslný klobouk.

Jiřina, Roman a Míša

„Naše rodina vznikla jinak, než jste zvyklí: náš syn se nám narodil v srdci. A adopce se tak pro nás stala vlastně přirozenou cestou ke vzniku rodiny,“ začíná své vyprávění Jiřina Maleňáková. S manželem Romanem jsou dnes rodiči malého Míši.

Roman, Míša a Jiřina



Adopce je krokem do neznáma

S manželem jsme se rozhodli nemít vlastní dítě s ohledem na můj zdravotní stav, který mi však zároveň v péči o ně nebránil. Shodli jsme se, že pro nás není důležité, že dítě nebude biologicky naše, a tak bylo jasno. Jdeme do adopce! I když jsme si o ní dlouho zjišťovali všechny dostupné informace, stejně jde člověk do velkého neznáma. V tu chvíli byl náš cíl prostě dát lásku dítěti, předat mu ze sebe to nejlepší a vychovat z něj zdravého a slušného člověka. K vytouženému cíli někdy ale vede cesta dlouhá a těžší, než si dokážeme představit.

Z úřadu, kde jsem si domluvila schůzku, jsem domů nesla stoh dokumentů. S manželem jsme doma vyplňovali, obíhali zdravotní prohlídky, sháněli různá potvrzení. Když jsme měli vše nachystané, mohli jsme konečně podat žádost o adopci. Sociální pracovnice nás ještě navštívila doma, aby provedla tzv. sociální šetření, a poté žádost putovala na pražský magistrát. Ten nás za půl roku vyslal na psychologické testy a přípravný kurz osvojitelů.

Ze žadatelů čekateli

Kurz byl strašně fajn, dozvěděli jsme se hodně nejen o náhradním rodičovství, ale díky zážitkové formě i o sobě samých. Trval tři měsíce. Za tu dobu jsme se také víc poznali s dalšími páry, které se ho spolu s námi účastnily, a dnes už mohu říct, že to byl začátek velkého přátelství a vzniku skvělé party lidí. Po ukončení kurzu jsme dostali pozvání na magistrát, kde jsme byli oficiálně schválení jako žadatelé – a tím se z nás stali čekatelé. Začalo naše „těhotenství“, jen jsme nevěděli, jak bude dlouhé. Nutno podotknout, že se nehledá dítě rodičům, ale hledají se vhodní rodiče dítěti.

A tak jsme čekali. Vrátili jsme se ke svým životům, občas jsme se společně setkali, popovídali... Byli jsme smutní, že to trvá dlouho, a současně se těšili na to, co nás čeká. Ubíhaly týdny, měsíce. Nemohli jsme ani nic nakupovat, protože jsme nevěděli, jak staré dítětko dostaneme, v jakém ročním období, prostě nic. Tak jsme se s manželem zabavili alespoň rekonstrukcí pokojíčku.

Kouzelný telefon

Den, kdy zazvonil kouzelný telefon, jak se mu mezi čekateli říká, si pamatuju dodnes. Číslo jsem měla uložené, věděla jsem tedy, kdo volá. Byla jsem v práci a utekla s mobilem na chodbu a poslze si říkala, že kolegyně si musely myslet, že jsem asi vyhrála sportku, jak šťastně jsem se tvářila. Referentka z magistrátu mi sdělila, že by nás ráda poslala jako vhodné žadatele pro dvouměsíčního chlapečka do jiného kraje, kde bude probíhat tzv. poradní sbor, tedy kde se bude vybírat ze žadatelů, kteří jim tam budou poslání. Následující týdny, než měl poradní sbor proběhnout, se neskutečně vlekly. Doma jsme vedli hovory o tom, jaký asi chlapeček bude, a snažili si zachovat chladnou hlavu; co když nás nevyberou?

Konečně telefonát z magistrátu, opět v práci vyběhám na chodbu s telefonem jako s výherním losem a srdcem až v krku. Vybrali nás! A prý se nám ozvou! V ten moment jsem byla jak v jiném světě! Následně mi volala paní referentka z kraje, že se můžeme přijet seznámit se spisem chlapečka, a pokud budeme na základě toho chtít, můžeme ho vidět. Řekli jsme, že chceme rovnou naplánovat i seznámení, protože žádná informace, kterou nám řeknou, nás nemůže od setkání odradit.

Návštěvu nám naplánovali až za další dva týdny, od prvního telefonátu to byl celý měsíc, než jsme

mohli vyrazit. Nejdřív jsme strávili asi dvě hodiny na kraji čtením spisu, kde jsme se dozvěděli všechno, od zdravotní anamnézy po další informace, které o biologické rodině měli. A také pro nás velice důležitou informaci, že chlapeček je v péči pěstounky na přechodnou dobu. Byli jsme za to moc rádi, protože jsme věděli, jak je pro dítě skvělé, když není umístěno do ústavu, kde se může prohloubit citová deprivace, zatímco u pěstounky mu je poskytnuta nejen péče o fyzické potřeby, ale navíc péče jedné osoby v rodinném prostředí.

Osudové setkání

Konečně míříme za ním! Až k hranicím s Polskem, do malé vesničky, kde na nás v kouzelném domečku čekala pěstounka a dovedla nás k postýlce – a v ní ležel ON. V první sekundě našeho srdce šampion! Koukal na nás, smál se a ten moment byl přesně jedním z těch, které nikdy nezapomenete. Podívali jsme se na sebe s manželem a pak na malého a bylo jasno: je náš a my jeho, prostě se to tam propojilo. Domů jsme odjížděli totálně okouzlení a zamilovaní. Hned jsme telefonovali a plánovali, že obratem podáme žádost o svěření do péče formou předběžného opatření, já že oznámím v práci, že končím, že budeme rychle nakupovat vybavičku, a také si pamatuju na ten skvělý pocit, že na Vánoce budeme rodina.

Bohužel druhý den ráno nastalo vystřízlivění. Volala mi sociální pracovnice a doprovázející pracovník pěstounky, že to tak rychlé nebude, protože malému běží termín, kdy může biologická matka odvolat souhlas s osvojením, a soud, který měl tento případ na starost, předběžná opatření v takové situaci nedává. Začali jsme tedy řešit, jezdili, telefonovali, psali a výsledek byl ten, že dřív než po Novém roce danou věc řešit nebudou. Naprosto nechápali, kde je problém. Že není až tak u nás, i když jsme se moc těšili, ale že dítěti běží čas, který už mohlo strávit s novými rodiči a budovat si s nimi pouto. Bylo nám přímo od soudu řečeno, že je to malé miminko, kterému to je jedno, nic nevnímá, a že ho zajímá jen to, že dostane najíst a čistou plenu. Toto považuju za absolutně tristní a pevně doufám, že se to v našem systému změní a bude opravdu jednat v zájmu dítěte tak, jak se tímto sloganem propaguje. Za sebe mohu říct, že následující týdny a měsíce pro mě byly ty nejtěžší, které jsem zažila, a mám pocit, že jsem snad vyplakala všechny slzy.

Naštěstí jsme měli tu nejlepší pěstounku pod sluncem, která se o malého úžasně starala, a my jsme za ním, ač jsme na cestě tam a zpět strávili



Společně na procházce



Miša s ledním medvědem

Do projektu Českého statistického úřadu Minisčítání se na začátku letošního roku zapojilo téměř 19 tisíc školáků z celé republiky ve věku 9 až 15 let.

Ukázalo se, že ze všeho nejdůležitější je pro děti rodina, vybralo ji 63 % účastníků. S velkým odstupem pak zdraví (13 %) a kamarádi (12 %).

Zdroj: ČSÚ

pět hodin, jezdili, jak jsme jen mohli. Ve všem nám vyšla vstříc, starala se o nás při každé návštěvě jako o rodinu. Společně jsme například také jeli na víkend na hory, kde jsme si malého dosyta užívali. Ač toto období bylo pro nás hodně vyčerpávající jak psychicky, tak fyzicky, snažili jsme se užít si s malým každou minutu, jak to jen šlo. Na pěstounku vzpomínáme dodnes a posílám jí fotky malého, aby viděla, jak roste, a plánujeme ji navštívit, až to situace ohledně cestování dovolí.

Po Novém roce jsme se přestali spoléhat na sociální pracovníci a začali jednat u soudu na vlastní pěst. Atakovala jsem je žádostmi o termín soudního jednání, sehnala si posudek psychologa o tom, že malý je na nás navázaný a není vhodné prodlužovat dobu předání atd. Konečně nám dali termín, soud proběhl a mohli jsme si našeho syna odvézt k nám domů.

Nový život ve třech

A začal nám nový život. Oficiálně jsme se stali rodinou. Když jsme si malého přivezli a uložili ho do postýlky, stáli jsme nad ním, pozorovali ho, jak klidně spinká, srdce nám skákalo radostí. Dívali jsme se na sebe s manželem: je náš, jsme rodina, napořád. Po čase získal také milující tety, babičky a dědečky.

Po dalším půl roce jsme znovu absolvovali soud, už konečný, na jehož základě došlo k finálnímu osvojení a pro syna jsme dostali nový rodný list, kde jsme uvedeni jako jeho rodiče. Byl to pro nás silný okamžik, takové stvrzení toho všeho, že jsme oficiálně rodiče a dítě, oficiálně rodina.

Dnes je našemu Míšovi dva a půl roku, z toho je u nás víc než dva roky. Je to šikovný, zdravý, citlivý a usměvavý chlapeček. A protože téměř všichni z přípravného kurzu dostali dětičky skoro ve stejnou dobu, náš kontakt přetrval a jezdíme celá parta i s dětmi na výlety, na víkendy, hojně se navštěvujeme, takže se už i z našich dětí stali nerozluční kámoši.

Občas se nás někdo zeptá, zda synovi někdy řekneme, že je adoptovaný. Ale my už jsme mu to řekli! Od začátku mu vyprávíme pohádku o tom, jak k nám přišel, kterou v návaznosti na věk doplňujeme. Mám pro něj fotky všech lidí, kteří pro něj byli důležití v jeho životě, jako jsou biologická matka, pěstounka na přechodnou dobu... Co jsme se o něm dozvěděli, mám zapsané, a až nastane čas, všechno mu řekneme a bude jen na něm, jak s tím naloží. My mu velice rádi pomůžeme s hledáním jeho kořenů. Teď je naše největší poslání milovat ho, pečovat a starat se o něj a vychovávat ho, jak nejlépe budeme umět. Je naše největší štěstí.

Igor, David a Anetka (a kocour Flip)

„Zamýšleli jste se někdy nad tím, zda existuje osud nebo zda je vaše životní cesta napsána ve hvězdách, jak se říká? Nikdy jsem tomu nepřikládal velkou váhu. Dnes už ale vím, že hvězdy v našem příběhu rozhodně musely sehrát významnou roli,“ přiznává Igor Rolínek a vypráví příběh své rodiny. S dcerkou Anetkou zrovna slaví její druhé „příchopeniny“.

Cesta k duhové rodině je klikatá

S partnerem spolu žijeme čtrnáct let a již od počátku našeho vztahu jsme oba toužili mít rodinu. Velmi často jsme se o tom společně bavili, snili a představovali jsme si, jaké by to jednou mohlo být. Věděli jsme, že v našem případě nemusí být cesta tak jednoduchá, jak tomu bývá u heterosexuálních párů. Přeci jen koncept duhové rodiny (tj. dva tátové nebo dvě mámy) nebyl a stále není v naší společnosti zcela běžným jevem.

Věděli jsme, že několik párů před námi si touto zkušeností prošlo a až na výjimky to pro ně nebylo z různých důvodů vždycky snadné. K tomu bylo zapotřebí přičíst také fakt, kolika mýty a před-



Igor, David a Anetka

sudky jsou duhové rodiny opředeny. Na počátku to tedy pro nás znamenalo sebrat veškerou odvahu a připravit se na možné komplikace, nepochopení, odmítnutí, a to i přesto, že naše rodiny i blízcí přátelé nás podporovali a povzbuzovali.

S partnerem jsme oba velmi důslední a vždycky se snažíme získat co nejvíc informací, podkladů i zkušeností. Ani tato cesta pro nás nebyla výjimkou. Obrovskou podporu a impuls nám v začátcích přinesla svépomocná skupina pro stejnopohlavní páry, kde jsme měli možnost se setkat nejen s odborníky (právníky, psychology, lékaři), ale také sdílet stejnou touhu po rodině s ostatními účastníky. Tato skupina nám asi nejvíc pomohla při rozhodování o reálných možnostech.

Nakonec jsme se rozhodli pro adopci. V srdci nás hřál pocit, že tímto krokem nejen budeme mít možnost založit rodinu, ale pomůžeme i jednomu človíčku, který by jinak nepoznal lásku, něhu a bezpečí. Začali jsme si zjišťovat všechny zákonné podrobnosti, ale také to, kde jsou nejvíc otevřené úřady i pro naše páry, jakým způsobem probíhá příprava a co budeme muset podstoupit.

Sociální pracovnice byla na naší straně

Vyplnili jsme tedy potřebné formuláře a vyrazili na jeden pražský OSPOD. První setkání s paní sociální pracovnicí nás naprosto odzbrojilo: přestože jsme byli její první gay pár žádající o osvojení dítěte, zahrnula nás neuvěřitelnou podporou a v celém procesu nám velmi pomohla. Za to jí patří veliké poděkování. Naštěstí nebyla sama. I dál jsme na naší cestě za vysněnou rodinou potkávali úžasné lidi – ať to byla paní na magistrátu v Praze, paní soudkyně nebo sociální pracovnice dnes už naší dcery. Stejně tak jsme si zvolili opravdu kvalitní organizaci pro takzvanou přípravku, kterou je nutné povinně ze zákona absolvovat. V naší skupině jsme poznali skvělé přátele, s nimiž jsme dodnes v kontaktu, navštěvujeme se a podnikáme společné akce s našimi ratolestmi.

Proces přípravy, psychologického vyšetření a sociálního šetření u nás doma trval víc než rok. Pak už zbývalo jen čekat, zda budeme vhodní rodiče pro naše nastávající dítě. Čekání na ten magický telefonát, který nám změní život, bylo nekonečné, velmi emotivní a náročné. S každým zazvoněním neznámého čísla jsme si říkali: „Tak už? Konečně?“ A ono stále nic. Nikdy nezapo-

meneme na probdělé noci a neustálé přemítání o tom, jestli nás dva někdy vyberou.

Hovor H nakonec přišel. Paní z magistrátu nám řekla, že bychom mohli být vhodní rodiče pro holčičku, která se nachází v dětském centru v Praze. A tak jsme vyjeli. Oba vystresovaní jako před státnicemi. Nejdřív jsme museli na magistrát do Ústí nad Labem, kde nám o naší holčičce poskytli veškeré informace, od zdravotního stavu po rodinnou anamnézu. Když jsme souhlasili, ukázali nám její fotografii. Věděli jsme, že nám pouhý obrázek nestačí, a chtěli jsme holčičku poznat osobně.

Láska na první pohled

A naše dcerka? Byla to opravdu láska na první pohled. Ten první okamžik, kdy nám ji dali do náruče, její hluboký a klidný pohled, kdy jsme pocítili to propojení. Vůbec neplakala, i když nás viděla poprvé. Netrvalo to ani měsíc a dcerku jsme si přivezli domů. To však nebyl konec, právě naopak, začátek intenzivní a krásné cesty jménem rodičovství se vším, co k tomu patří. Dnes jsou naší dcerce tři roky a připadá nám, jako by tu s námi byla odjakživa. Každý den nás naplňuje radostí, štěstím, ale také učí trpělivosti, pokoře a umění užívat si každého okamžiku.

I když naše cesta procesem osvojení probíhala bez sebemenších překážek a nabyli byste pocitu, že vše je růžové, úplně tomu tak bohužel není. Právně platným rodičem může být pouze jeden z nás. Přestože jsme pro naši dcerku tátové oba stejným dílem, cítíme k ní stejnou lásku, staráme se o ni a plníme své povinnosti, naše právo uznává jako otce jen jednoho z nás. Co to vlastně znamená v praxi? Například to, že pokud by se mi cokoliv stalo, můj partner nemá automaticky práva jako druhý rodič. Kdybych tu já nebyl a partner by musel dcerku odvézt do nemocnice, nemůže ani v život ohrožujících případech rozhodnout, nemá právo na žádné informace. Takových podobných reálných situací může být spousta. I když to zatím bohužel vypadá tak, že se současná legislativní situace jen tak nezmění, nepřestáváme věřit a doufat.

*O svůj příběh se se čtenáři AGE podělili
Jiřina Maleňáková a Igor Rolínek
Zpracovala: Jana Jenšíková
Foto: archivy obou rodin a Shutterstock*



Společně na výletě



Anetka a Míša jsou kamarádi stejně jako jejich rodiče

Lenka Helena Koenigsmark:

Svůj život jsme si vystavěli znovu

Každý z nás má svůj příběh a schopnost navzájem své příběhy sdílet patří k těm nejkrásnějším lidským vlastnostem. Díky tomu se od sebe navzájem učíme, inspirujeme se a podporujeme. Máme-li za sebou něco těžkého, vyprávění nám zpočátku vůbec nemusí jít lehce, ale dokážeme-li se otevřít a začít mluvit i konat, přeměníme svou osobní bolest v obrovskou sílu. Lenka Helena Koenigsmark v sobě tuto sílu našla a otevřeným sdílením svého příběhu o rodině a postiženém synovi nám ukazuje, že i s takovým dítětem můžeme žít kvalitní, plnohodnotný život.

Starší sestra tří bratrů

Dětství byla hrozná švanda. Měla jsem jednoho mladšího bráchu, rodiče se rozhodli, že chtějí ještě jedno dítě – a narodila se dvojčata. Máma se to dozvěděla až asi v sedmém měsíci, byla už hodně obrovská a bylo jí to divné. Tehdy byla dvojčata výjimečná věc a pamatuji si, jak to rodiče v první chvíli zarazilo. Doma nás bylo pořád plno, vodili jsme si samozřejmě taky kamarády a všeho bylo vřdycky hodně. Vařilo se tak, aby ještě zbylo pro nečekanou návštěvu, obrovské množství. Švestkových knedlíků jsme dělali třeba sto padesát.

Dvojčata jsou o osm let mladší než já, vřdycky jsem se jich zastávala a bránila je, byly to takové moje první děti.

Rodina se rozrůstá

Ted' už máme každý své vlastní děti. Já mám dva syny, devítiletého Bena a pětiletého Maxe. Pořád mám tedy kolem sebe ty chlapy, jako v dětství. Aby rodina fungovala, je podle mě dobré dívat se na ni jako na firmu. Na lednici jsme vyvěsili náš rodinný plánovací kalendář, kde má každý svou kolonku, včetně mé mámy, která u nás poslední dobou po nemoci tráví hodně času. Každý den má své samostatné



políčko a já hned krásně vidím: aha, tady má v pondělí Beník klavír, babička vyšetření, Maxík kontrolu u lékaře.

Zajímavé je, že když si manžel odjede na víkend vyčistit hlavu a já zůstanu s dětmi sama, naplánuju celý ten čas naprosto sociálně: jdeme na návštěvu, přijdou známí, potkáme někoho na procházce... Mám radši sociální kontakty. V tom se s manželem doplňujeme a děti od nás tím pádem získávají obojí. Když je s nimi sám on, věnuje se totiž výhradně jim a další společnost nevyhledává.

Zdá se, že děti jsou společenské po mně. Beník si domů rád vodí své kamarády jako já, když jsem byla malá. Maxíkovi se líbí takzvaný respic, tj. víkendový pobyt s přespáním, který jednou za měsíc v rámci odlehčovací péče nabízí stacionář, kam Maxík dochází. Zkusili jsme to nedávno poprvé a zvládl to naprosto skvěle.

Děti doma... a také v práci

Než se mi kluci narodili, pracovala jsem osm let v marketingu pro známou společnost Lego. Protože jsem vlastní děti ještě neměla, byl pro mě svět hraček do jisté míry akademický. Teď pracuju pro hračkářskou firmu Mattel a už je to samozřejmě jiné, už mám svou praktickou osobní zkušenost. Nechci ale povyšovat zkušenosti z vlastní rodiny na jakýsi standard, kterým by se měli řídit ostatní. Dělá mě šťastnou, že můžu dělat šťastnými děti. Beru to tak, že já jsem ta, která jim zařizuje rozzářená očka pod vánočním stromčkem. Aby jim Ježíšek hračky mohl nadělit, musíme kolem toho s kolegy v Mattelu zařídit spoustu věcí.

Narodil se Maxiček

Naše první dítě bylo zdravé. Narodilo se druhé a zase bylo všechno v pořádku. Až na to, že Maxiček pořád plakal. Zkoušela jsem ta nejdražší hypoalergenní mléka, ale on pořád v noci čtyři hodiny v kuse brečel. Z toho jsem pak byla psychicky na dně, do toho manželovi krachovala následkem hospodářské krize firma, já jsem se vracela do práce. A pak moje máma začala říkat, že se jí něco nezdá. Jak Maxíka nevidala tak často, všimla si, že se od minulé návštěvy vůbec nezměnil, že něco není v pořádku.

Začala jsem se tedy ptát pediatřičky, ale ta mi pořád říkala, že to nic není, byla jsem u ní v podstatě za hysterickou matku. Když jsme šli na běžnou kontrolu kyčlí, tak zase říkám, pane doktore, vy tady vidíte tolik miminek, nepříjde vám, že něco není v pořádku? Ne, všechno v pořádku. Takže zase mě to uklidnilo... a za měsíc jsme byli u mámy a ona opět říká, mně se to nějak nezdá, on je pořád takový nějaký pokroucený... Bratr, který byl u toho, povídá: já mám kamaráda v dětské nemocnici, já ti to u něj domluvim, ať se na Maxíka podívá. Tak jsem hned druhý den jela za primářem neurologie, omlouvala jsem se mu. On si Maxíka krátce prohlédl a během deseti minut mi říká: vy máte těžce postižené dítě, to nevíte?

A všechno se změnilo

Nejdřív si to člověk úplně neuvědomí, pořád čeká, že někdo přijde, udělá cvak cvak a bude to dobré. Pak jsme začali s Vojtovou metodou (tu děláme dodnes, 4x denně), na Karlově náměstí v Praze jsme byli u MUDr. Honzíka, takového českého doktora House, aby našel diagnózu – nenašel ji. Nikdo ji nenašel, my diagnózu nemáme. V rodině nic takového nebylo, těhotenství proběhlo v pořádku, porod byl naplánovaný, císařský řez proběhl v pořádku atd. atd. Teď hodně spoléháme na terapeutky z motolské Kliniky rehabilitace MUDr. Koláře. Po nemocnicích chodí s Maxíkem hlavně manžel, mně toto prostředí dělá hrozně zle. Zpočátku, když jsem se synem v nemocnici ležela a dělali mu různá vyšetření, myslela jsem si, že umře. Byla jsem přesvědčená, že mi umírá, oni to vědí, ale nechtějí mi nic říct.



**podporuje Srdce
s láskou darované**

Společnost Mattel
dělá již druhým
rokem radost
také vítězům
celostátního
projektu Srdce
s láskou darované.
Děti od ní dostávají
nádherné hračky
a jejich šťastné
úsměvy mluví za
všechno.

<< Lenka Helena Koenigsmark
s Benem a Maxem

< Každý rok na Štědrý den
fotím kluky ve vánočních
motivech. Rok od roku je to
těžší



Rodina pohromadě



„Me time“ je nesmírně důležitý, aby se dalo vše zvládat

V té době jsem přišla o své nejlepší kamarádky, které jsem vždycky podporovala i v jejich nejtěžších chvílích. A najednou jsem zjistila, že tady pro mě nejsou. Všechno se mi tehdy v jednu chvíli rozpadlo. Byla jsem úplně na zhroutení. Ale pak jsem si řekla, a dost, mám tady ještě jedno zdravé dítě, musím se k tomu nějak postavit a budu bojovat. Toho bohda nebude, aby mě tohle složilo na kolena.

Záleží na rodičích

U postižených dětí je to hodně o tom, že pokud je rodič důrazný a aktivně hledá varianty, tak se k něčemu dostane. Pokud ne, pak to dítě vlastně odsoudí k pobytu v ústavu. Nám tolik specialistů řeklo, že to dítě nikdy nedá ruce k sobě! Že to bude ležák! Mám sto chutí jim teď ukázat, jak sviští na vozíku, jak rozumí relativně složitým věcem. Kdybychom si to sami jako rodina nevyběhali, nezařídili, tak se neděje nic.

Chodíme s Maxem i na akupresuru. Zkusila jsem i čínskou medicínu, maorskou, karmické zatížení, biorezonanci – nikdo mi zatím nedokázal říct, co je špatně. Podle všech těchto „východních“ metod je dítě zdravé. Na druhou stranu, když nemáme diagnózu, dává nám to naději, že se jednoho dne tou péčí, tou prací a plíží postaví na nohy.

Co nám říkali doktoři, že Max nikdy nedokáže, to už dávno neplatí. Například spojení levé a pravé ruky je hrozně důležité, znamená totiž, že máte propojenou pravou a levou hemisféru v mozku. Což je třeba naprosto zásadní pro to, abyste mohli chodit. Bez toho to prostě nemůžete zvládnout. Takže teď i lékaři změnili své původně pesimistické prognózy a vrcholem pro ně bude, když Max bude chodit s dopomocí. Třeba s chodítkem. Pro nás bude vrcholem to, že bude normálně chodit. A že si s ním zatancuju na jeho maturitním plese.

Sám to člověk nesvede

Naučila jsem se přijímat pomoc od druhých. Největší rozdíl mezi mnou před dvaceti lety a teď je, že už se nesnažím všechno zvládnout sama. Teď jsem já ta první, která položí tašky a řekne, pomůžete mi, prosím? Já umím jiné věci. Ano, uvařím – nebaví mě to, uklidím – nebaví mě to, takže máme Světlanu, kterou nám dal pánbůh shůry, chodí nám uklízet. Máme Míšu, ta nám pomáhá s Maxíkem od svých třinácti let, pro-

tože dospělí se báli nám pomáhat s postiženým dítětem. Ona se nebála. Je s námi doteď, jezdí s námi na dovolenou, je to člen rodiny. Teď je jí sedmnáct, nádherně si s Maxem hraje, mají vytvořenou vlastní komunikační linku, jsou spolu úžasní. Samozřejmě je tu můj manžel Honza, bez toho by to vůbec nešlo. On je ten, který zůstal doma, on se Maxovi věnuje. Všechno, co tady o Maxíkovi povídám, vychází z nás dvou. Já chodím do práce a vydělávám peníze, manžel je s Maxíkem, když je potřeba, například teď, když se kvůli covidu musely zavřít stacionáře. V našem případě nám zkušenost s postižením vztah utužila. Děláme to pro děti, vždyť ony jsou tím, co tady po nás jednou zůstane.

Přestanete řešit malichernosti

Když se vám stane něco takového, přestanete řešit malichernosti. Mně to přineslo víc pokory. Do jisté míry fatalismus. Ne, že bych seděla a čekala, jak všechno dopadne. Spíš jde o to, přijmout stav věci takový, jaký je, s tím, že vynaložím maximum úsilí na to, změnit jej do budoucna. Ale nehroutit se v tenhle daný moment tím, že to tak ještě není. Péče o dítě, jako je Maxík, vám dá jasný cíl. Nemáte čas ani potřebu bát nad krizí středního věku. Tím je můj život mnohem jednodušší.

Na Instagramu máme profil **MaxMilion&me**, je tam už skoro sedm tisíc sledujících. Chci lidem ukazovat, že mít postižené dítě není konec světa, že můžete dál žít kvalitní, plnohodnotný život. Protože se za to nestydím a myslím si, že by to i ostatní měli vídat, protože i je to nějakým způsobem formuje.

Nedávno jsem se stala součástí takové celosvětové skupiny na podporu postižených v rámci Mattelu, kde bychom chtěli sdílet své zkušenosti. Když udeřil covid, spouště lidí to úplně zbořilo život, jejich představy, a nás to právě tolik nezasáhlo, protože my už jsme náš život jednou rozbouraný měli a vystavěli jsme si ho zpátky. Snažím se inspirovat a pomáhat. Přemýšlíme i o adopci. Můj muž hodně mluví o tom, že bychom ještě mohli mít holčičku. Ben říká, že on by tu ségru teda chtěl. Žádné aktivní kroky v tomto směru zatím nepodnikáme, ale uklidňuje mě pomyšlení, že bychom někomu dali budoucnost. Moje maminka byla taky adoptovaná.

*Svůj příběh se čtenáři AGE sdílí
Lenka Helena Koenigsmark
Foto: archiv L. H. Koenigsmark*

NAŠE VÍTĚZSTVÍ JE VAŠE SPOKOJENOST



Klientsky nejprůvětivější
životní pojišťovna
2020



2. MÍSTO
Nejlepší
neživotní pojišťovna
2020



3. MÍSTO
Klientsky nejprůvětivější
neživotní pojišťovna
2020

ČESKÁ PODNIKATELSKÁ POJIŠŤOVNA



NEJLEPŠÍ
POJIŠŤOVNA 2020



VIENNA INSURANCE GROUP



Hendikep, věk, jazyk, stát či etnická příslušnost? Důležití jsou lidé!

To je hlavní motto nově vznikající spolupráce spolku Krajánek ve světě a Divadla BARKA. Hlavní cíle obou organizací jsou v mnohém jiné, a přesto stejné – otevřený pohled na svět, inkluze a chuť si pomáhat.

^
Divadlo Jára Pokojského
v inscenaci Brouk v hlavě (2019)

Krajánek si klade za cíl propagaci českého jazyka, literatury a kultury. „Podporujeme výchovu kosmopolitních dětí s otevřenými názory. Schopnost vnímat odlišné jazyky a kulturní dědictví je stejně důležitá jako vnímat lidi kolem sebe bez ohledu na jejich původ, rasu nebo hendikep,“ zdůrazňuje předsedkyně spolku Lenka Kanellia. A právě to se stalo

základním stavebním kamenem nově vznikajících projektů určených (nejen) pro zahraniční krajanské spolky a české školy v zahraničí. Kde je vůle, tam je i cesta. V rámci distanční výuky Krajánka ve světě již pilotně proběhly online první integrační besedy. A od konce dubna budou integrační představení dostupná českým dětem po celém světě.



Divadlo, kde rozhoduje postižení uměním

Brněnské Divadlo BARKA teď zeje prázdnotou. Běžně by se v letošní sezoně každý den plnilo tanečníky, činoherci, techniky, dobrovolníky, studenty, loutkoherci, dětmi, seniory, nevidomými, vozíčkáři, mentálně postiženými lidmi, ale i těmi „normálními“. Tento otevřený kulturní prostor Ligy vozíčkářů je totiž místo, kde má každý výsostné právo ukázat, co v něm je. Bez ohledu na svůj hendikep, věk či etnickou příslušnost. Rozhoduje totiž jediné postižení – postižení uměním.

Soubory, které berou do hry i hendikep

„Poskytujeme prostor uměleckým aktivitám, které by jinde zázemí nenašly. Nízkorozpočtové projekty, studentská uskupení, festivaly pro úzce vyhraněnou skupinu publika, ochotnické soubory či benefice. Naší hlavní misí je ale umožnit pravidelné zkoušky, vystupování a umělecký růst integrovaným souborům, tedy těm, ve kterých vystupují lidé s nějakým tělesným, mentálním či smyslovým postižením,“ uvádí Zdeňka Vlachovská, ředitelka divadla a žena, která stála u zrodu myšlenky a je téměř třicet let spjata s životem BARKY.

Existenci divadla by bylo možné označit za třicet let zázraku, tento prostor totiž při velmi omezených nákladech provozuje tak dlouhou dobu ne město, ale nezisková organizace Liga vozíčkářů. Ta nabízí jak sociální služby, tak i další aktivity lidem s hendikepem, a pomáhá jim tak objevovat a využít jejich potenciál.

Brzda v rozletu i strach

Nyní ale došlo k paradoxu. V posledních letech se výrazně naplnilo poslání divadla a stěžejními uměleckými projekty jsou právě ty, které má na svědomí šest integrovaných souborů.

Příspěvek do finanční sbírky
pro Divadlo BARKA, otevřený
kulturní prostor Ligy vozíčkářů,
můžete poslat na číslo účtu
2201897677/2010.
Divadlo vám předem děkuje.
www.divadlobarka.cz



Foto: Hana Michalíková

Tento rozkvět byl ale utlumen pandemií. Soubory nemohou zkoušet (jsou v režimu volnočasových uskupení). Divadlo nemá kde získávat prostředky na svůj provoz (doteď se snažilo být víceméně nezávislé na dotacích, ty tvoří jen třetinu rozpočtu). Sotva se také ukázalo, že je velká poptávka po dopoledních integračních představeních pro školní kolektivy, utnula tento trend distanční výuka. Zkrátka, Divadlo BARKA muselo ve svém výrazném rozletu výrazně přibrzdit. A bojí se, aby zase mohlo vůbec vzlétnout.

„Nezbývá nám, než obrátit se na naše přátele a podporovatele s finanční sbírkou. Natočili jsme o našem prostoru a souborech krátký dokument, nabízíme pohádky na míru pro děti či vnoučata zájemců, pokoušíme se oslovit pravidelné i firemní dárce. Všechno najdete na našich webových stránkách,“ zve k virtuální návštěvě ředitelka.

Divadlo BARKA se zatím připravuje na lepší časy se svými třemi zaměstnanci, z nichž jsou dva lidé hendikepovaní, tudíž v režimu chráněného pracovního místa. Těší se z každé spolupráce, třeba právě s dětmi ze spolku Krajánek ve světě. „Je to jedna z mála radostí dnešních dnů, moc za to Krajánku a všem jeho dětem děkujeme,“ dodává Zdeňka Vlachovská.

*Text: Aneta Vidurová a Lenka Kanellia
Foto: archiv Divadla BARKA*



Foto: Michal Šmolldas



V integrované pohádce Nevídáno, neslycháno... Tak to rozjedem! účinkuje vozičkářka, nevidomá a neslyšící. Na pohádku navazují workshopy s herci



Integrovaný taneční soubor SEtkání v představení Na cestě



Divadlo BARKA sídlí v ulici Svatopluka Čecha v brněnském Králově Poli



Foto: Jitka Chlupová



Tomáš Kirschner:

Nikdy není pozdě naučit se něco nového

Tomáš Kirschner je členem hornové sekce Symfonického orchestru hl. m. Prahy FOK už 32 let. S příchodem pandemie poprvé zažil, že se koncertní činnost zastavila. A právě tehdy přišel na nápad vytvořit online seriál o hudebních nástrojích s názvem Orchester bez pódia aneb FOK za časů pandemie.

^
Tomáš Kirschner s jednou z účastnic pořadu Orchester na dotek ještě před pandemií

Jak se ten nápad zrodil?

Nebyl to ani tak momentální nápad, jako přišla vhodná chvíle pro jeho realizaci. Snad nevdá, když prozradím, že vedu od roku 1990 malou firmu zabývající se vším kolem hudby. Má v názvu umělecká agentura, protože vznikla v době, kdy bylo potřeba nějak uchopit koncertní vystupování, které do té doby bylo v rukou státních agentur. Za tu dobu jsem jako člen několika komorních souborů připravil řadu programů, ve kterých jsme posluchačům přibližovali náš hudebnický svět co nejzábavnějším a neformálním způsobem. Před pár lety jsem uvažoval o tom, nabídnout něco podobného televizi, ale tehdy pořád nebyl čas, ne jako teď.

Kolegové z orchestru se chytli a byli úžasní

Jak se s ostatními kolegy z orchestru spolupracovalo? Bylo těžké někoho z nich přemluvit?

S kolegy se spolupracovalo výborně a o přemlouvání ani nešlo, spíš o vysvětlení, jak to bude technicky probíhat. Orchesterální hráči jsou za prvé pracovití, za druhé dostatečně kreativní a za třetí jsou schopní tvořit nejen dohromady jako orchestr, ale i každý jako samostatná osobnost. Tuto osobitost jsem se snažil zohlednit i v rozdělení scénáře mezi jednotlivé účinkující. Ne každý má blízko k nějaké komice nebo vůbec herecké-

mu projevu. A také jsem se párkrát ve svém odhadu spletl, protože ne každý, kdo je extrovertní v běžném životě, to dokáže na kameru. A jak jsem se přesvědčil, platí to i obráceně. Některé zakřiknutější typy zcela excelovaly.

Bylo náročné se najednou seznamovat s technikou, střiháním videa nebo třeba barevným klíčováním s pomocí tzv. green screen?

Koupil jsem si nejnovější verzi softwaru, který jsem kdysi používal pro rodinná videa, a snažil se něco naučit. Při střihání je určitě výhodou vnímání času, které máme jako orchestrální hráči v krvi. Trochu horší je to s hudebními ukázkami, kde se nedá střihat jako v audiozáznamu, protože u videa poskočí i obraz.

A green screen, tedy natáčení před zeleným pozadím a následné smontování s pozadím jiným, to byla kapitola sama pro sebe. Protože moje firma se zabývá i stavbou pódíí, mám spoustu zbytků textilií. A tak jsem si na stroji sešil pruhy zelené látky a pomocí dvou stativů na reflektory vždy v pondělí instaloval doma v obýváku stěnu – k velké radosti zbytku rodiny, které jsem překázal. V prvních dílech jsem měl ještě technické problémy, což je vidět, ale pak mi je pomohl odstranit přítel na telefonu, kolega Kurt Neubauer, který se v tom opravdu vyzná. Radost z povedených green screenů mi udělali někteří sledovatelé, když mi mnohé tyto návnady i spolkli. Montování ale chce i trochu představivosti. Například jsem zajel k Vltavě natočit si řeku v pohybu, potom jsem si před stěnou vyfotil detail hlavice flétny a pak natočil sebe v kostýmu a se zelenou látkou před sebou i za sebou, aby se dala vyklíčovat jen polovina těla čouhající z lodi, respektive z flétnové hlavice. Dohnalo mě k tomu ovšem hlavně to, že moje příspěvky z domova byly ve všech dílech, a náš obývací by se tak stal až příliš populárním.

Každý pátek nový díl, to byla výzva

Jak velká příprava jednotlivým dílům předcházela?

Příprava byla náročná, ale časově krátká. Rozhodl jsem se pro týdenní systém, který jsem se snažil dodržovat, aby vždy v pátek šel ven nový díl. Členové každé nástrojové skupiny mi posílali svoje nápady do své epizody. Za čtvrtek a pátek jsem napsal scénář, do kterého jsem se snažil tyto nápady promítnout. V pátek večer dostal každý

pouze svůj díl scénáře s očíslovanými vstupy. To byla ode mne taková schválnost, aby ani účinkující nevěděli, o čem to vcelku je.

Přes víkend se měnily domácnosti v hollywoodská studia a točili jsme každý zvlášť svoje příspěvky výhradně na mobilní telefony. Údajně u toho bylo v některých rodinách rušno, ale i zábava a nové zážitky. Video se v pondělí sešla u mě a začal jsem střihat. Občas se něco muselo přetočit z technických důvodů nebo kvůli návaznosti. Hotový díl šel nejprve na rodinný KOPR (kontrolní promítání) a poté na schválení do PR oddělení FOK. Tam vychytali třeba nějaké poslední chyby v titulcích, což je moje slabina, a pak, co jsem je opravil, umístili video na YouTube kanál FOK. Mezitím už další skupina posílala nápady, já psal další scénář a tak pořád dokola. O letních prázdninách jsme měli pauzu a já si tehdy dělal z dnešního pohledu nemístnou legraci, že jestli na podzim nepříjde druhá vlna, tak to ani nedotočíme.

Byl některý díl výrazně náročnější, ať už na přípravu nebo na editaci?

Určité rozdíly jsem zaznamenal, ale nic zásadního. Většinou to bylo technickou složitostí, kterou jsem si vymyslel, a nebo komplikovaností společných skladeb. Ty byly vůbec asi nejtěžší ze všeho. Když třeba sedm violoncellistů odděleně nahrálo svůj part, aniž by slyšeli ostatní, tak pak to dát dohromady byla někdy mravenčí práce. Ale to byla právě ta autenticita nouzové doby.

Ani estráda, ani nuda

Díly nejsou jen velmi informativní, ale také vtipné. Je vidět, že jste si se scénáři vyhrál. Byly všechny nápady z vaší hlavy nebo jste je s někým konzultoval?

Určitě nebyly všechny z mé hlavy, spoustu si jich vymysleli aktéři sami nebo vznikly spontánně. Já jsem se snažil spíš o vyváženost, aby to nebyla estráda ani nuda.

Stal se některý díl vašim oblíbeným?

Takhle jsem o tom nepřemýšlel a asi je to tím, že každý díl je o něčem jiném a vystupují v něm jiní lidé. Možná právě proto pro mě byl výzvou bonusový díl o technících orchestru – kustodech, protože ten se tematicky trochu vymykal. Řekl jsem si, že se na celý seriál podívám třeba v roce 2022 a pak se nějaké pořadí oblíbenosti třeba dostaví. Všechny díly ale měly společné to, že jsem se v nich vždycky dozvěděl spoustu pro mě úplně nových informací a zažíval příjemná překvapení z hereckých výkonů kolegů, které znám z orchestru



^
Ukázky z online seriálu o hudebních nástrojích Orchestru bez pódia aneb FOK za časů pandemie

**Všechno,
co se člověk
naučí,
ho obohatí.**



Tomáš Kirschner

začal s hrou na lesní roh již v osmi letech v Lidové škole umění. Pokračoval ve třídě prof. Aloise Čocka na Pražské konzervatoři a studium završil na HAMU ve třídě prof. Zdeňka Tylšara. Již během studií nastoupil do Smetanova divadla (dnes Státní opera Praha), o rok později do orchestru FISYO. Od roku 1989 je členem Symfonického orchestru hl. m. Prahy FOK. Po revoluci založil uměleckou agenturu, zabývající se vydáváním a sazbou not, produkcí a technickým zabezpečením akcí. Je nebo byl členem několika komorních souborů – Corni di Praga, Bohemian Brass, Lovecké trio Praha, Dvořákovo dechové kvinteto. Klasické hudbě je nevěrný jako kapelník Blue Moon Bandu a také svými aranžemi v oblasti populární hudby. V době pandemie se společně s členy FOK pustil do tvorby seriálu Orchestr bez pódia aneb FOK za časů pandemie, jehož je autorem.

> Tomáš Kirschner se svou ženou rádi hráli také pro děti mateřských škol, když to bylo možné. Věř, že se mezi tak skvělé publikum opět vrátí

spíš jen po hudební stránce. Za to bych touto cestou všem ještě jednou rád poděkoval.

Některé díly ale asi nebylo možné natáčet doma?

Přesně tak, kromě již zmíněných techniků se dva hudební díly točily jinde kvůli nástrojům. Proto jsme si je nechali na konec, když se trochu rozvolnilo. Epizoda o klávesových nástrojích, klavíru, cembalu, celestě a varhanách se natáčela dílem ve Smetanově síni, stejně jako některé bicí, a dílem v kostele sv. Šimona a Judy. Ale stejně z bezpečnostních důvodů točil každý hráč zvlášť.

Ohlasy od muzikantů, učitelů, ale i od myslivců

Máte nějaký ohlas například od učitelů hudební výchovy nebo na hudebních školách, že tento seriál zařadili do výuky?

Ohlasů je spousta z velmi různorodých stran a jsou vesměs pozitivní, ať už od muzikantů mimo náš orchestr, tak třeba nečekaně od myslivců. Učím totiž asi patnáct let na kurzech hrát loveckou hudbu myslivecké trubače a ti to po sociálních sítích šíří. A školy, to je pro mě asi nejpříjemnější překvapení. Už po natáčení druhého dílu „Violoncella“ mi psala kolegyně, že jí přišel e-mail od vedení hudební školy, kde učí, s odkazem na naše videa ke zhlédnutí a následnému šíření mezi studenty. To byl ale teprve začátek. PR oddělení FOK rozjelo kampaň pro hudební školy a podstatnou roli v oblíbenosti seriálu mezi dětmi určitě hraje i jejich nápad s kvízem ke každému dílu. Podle počtu vyluštěných kvízů lze usoudit, že často luští celé třídy, takže to funguje i na základních školách, nejen těch hudebních. A hlavně, seriál je nadčasový, takže věřím, že si ho občas někdo pustí třeba i za pár let.

Se svou ženou vystupujete s programy pro děti ve školkách a školách. Byla tato činnost inspirací pro Orchestr bez pódia?

Jistě jsem z toho do seriálu něco použil, i když to je trochu jiná práce. My hrajeme, pardon, hráli jsme a možná zase budeme, hlavně pro mateřské školy program s názvem Koncert pro nejmenší a to je úplně něco jiného než pro školy nebo dospělé. Pro mě osobně jsou takhle malé děti to nejlepší a zároveň nejnáročnější publikum. Na rozdíl od školních dětí zde není dobré klást hromadné otázky, protože hromadná odpověď může trvat i několik minut. Nesmí se povolit ani na vteřinu vzájemná pozornost, a tak když máme třeba dva koncerty za sebou, jsme zralí na lázně.

Plánujete po úspěchu seriálu ještě nějaké další podobné projekty pro FOK? Například v dětských pořadech FOK Orchestr na dotek?

Podobné pořady jsem pro FOK v minulosti dělal. Ale bylo to v devadesátých letech, tak si to už nikdo nepamatuje. Byly to dva typy koncertů v kostele svatých Šimona a Judy vždy pro 400 školních dětí, což bylo soustíčko. Jeden program byl s žesťovým kvintetem Bohemian Brass o žesťových nástrojích a další o bicích a harfě. Pokud by byl ze strany dramaturgie zájem, jsem připraven se v rámci svých možností podílet na čemkoliv smysluplném. Obecně si myslím, že je důležité dělat koncerty pro děti tak, aby se v nich vzbudil zájem o hudbu a hudební nástroje, a ne aby se cítily poučovány. Ostatně, to nemáme rád nikdo.

Nebojme se nových věcí

A nakonec taková shrnující otázka: řekněte, že vás zkušenost s přípravou Orchestru bez pódia, kdy jste se musel učit spoustu nových dovedností, obohatila i do budoucna? Doporučil byste i pedagogickým pracovníkům, aby se v současné době nebáli vyzkoušet a naučit nové technologie pro výuku?

Všechno, co se člověk naučí, ho obohatí. U techniky je problém, že když s ní nepracujete často, leccos zapomenete a nestíháte vstřebávat novinky, a naopak si člověk musí hlídat, aby s ní netrhl až příliš času. Většina učitelů se při online výuce musela hodně naučit, i když jim to třeba nebylo blízké. Učit online je ale něco úplně jiného než točit videa, ta jsou, doufám, trvalejšího charakteru. Oboje by mělo něčím zaujmout, což je v tom zvýšeném počtu hodin, co všichni trávíme u obrazovky, monitoru nebo displeje, čím dál tím těžší. Přesto doporučuji nebát se zkoušet nové věci, protože se to bude hodit i v době povodí a vůbec pro komunikaci s dalšími generacemi. Mému otci je přes devadesát a jak se mu teď v domově seniorů hodí, že umí s mobilem a počítačem. Nikdy není pozdě.

Text: Karla Melichnová

Foto: archiv Symfonického orchestru hl. m. Prahy FOK a T. Kirschnera



Hudba překoná všechny bariéry

26. ročník Mezinárodního varhanního festivalu nabídne hudební bonbonky

Mezinárodní varhanní festival, který pořádá Svatojakubské Audite Organum v bazilice sv. Jakuba na Starém Městě pražském letos již po šestadvacáté, je plánován pro tradiční termín 5. 8. až 23. 9., vždy každý čtvrtek od 19 hodin. Věřme, že to hygienická situace dovolí a největší pražské varhany se rozezní pod rukama i nohama předních umělců ze Spojených států amerických, Belgie, Německa, Švédska, Ázerbájdžánu, Francie a českých interpretů.

„Program letošního ročníku připomene několik významných skladatelů, například sté výročí úmrtí C. Saint-Saënsa, sté výročí narození geniální francouzské varhanice J. Demessieux nebo padesáté výročí úmrtí legendárního varhanního virtuosa M. Duprého. Samozřejmě, že nebudou chybět Bachovy skladby a díla světových klasiků,“ říká ředitelka festivalu a titulární varhanice baziliky sv. Jakuba Irena Chřibková.

Zahajovacího koncertu se ujme americký varhaník, umělec, který je hudebními kritiky označován za nejskvělejšího varhanního virtuosa naší doby. **Stephen Tarp** již u nás s velkým úspěchem koncertoval před několika lety a jeho výkon nelze zapomenout! **Karel Martínek**, titulární varhaník olomoucké katedrály sv. Václava, je známý svými improvizacemi, a proto jeho vystoupení bude z velké části patřit právě této disciplíně – momentální invenci, nápaditosti a fantazii na podkladě daných témat. Renomovaní varhaníci **Christian-Markus Raiser** a **Johan Hermans** z Německa a Belgie budou reprezentovat klasičtější linii danou díly barokních mistrů, především Johanna Sebastiana Bacha, spolu s dalšími zásadními díly romantického repertoáru, Regera, Schumanna a Guilmanta. Takřka každoročně na festivalu dostávají příležitost mladí varhaníci, laureáti mezinárodních

varhanních soutěží, kteří stojí na počátku své kariéry. Takový je i náš český interpret **Aleš Nosek**, čerstvý titulární varhaník katedrály sv. Bartoloměje v Plzni. Švédský varhaník **Nils Larsson** spolu s kolegyní **Leylií Yekta** z Baku tvoří zajímavé varhanní duo. Oba jsou uznávaní sólisté a pedagogové a zároveň působí v prestižních stockholmských chrámech. Jejich koncert se loni nemohl právě z důvodu pandemie uskutečnit. Věříme, že letos se to podaří. Program pro čtyři ruce a čtyři nohy je vždy lákadlem. Koncert **Ireny Chřibkové** s názvem *Tajemství víry* představuje v různých hudebních dílech světa tři náboženství – židovství, křesťanství a islám. Závěrečný koncert bude patřit varhaníkovi pařížské katedrály Notre-Dame **Johannu Vexovi**. Francouzští umělci patří v celé historii festivalu vždy k těm nejlepším!

Během každého koncertu bude opět probíhat **videoprojekce**, díky níž mohou posluchači sledovat na plátně varhaníka při hře. Svatojakubské varhany a jejich 8277 píšťal se tak opět představí ve všech svých rozmanitých barevných kombinacích. Jejich zvukové spektrum lze přirovnat k velkému symfonickému orchestru. Ve spojení s vynikající akustikou chrámu a jeho jedinečnou architekturou přináší posluchačům nevšední a obohacující duchovní zážitky.



Varhanice Irena Chřibková věnuje všem vedoucím vítězných týmů 7. ročníku projektu *Srdce s láskou* darované dvě volné vstupenky na Mezinárodní varhanní festival v Praze. Těší se na setkání!

Více informací:

www.auditeorganum.cz

www.facebook.com/aomvf

Stránku připravila:

Jana Jenšíková

Foto: archiv Ireny Chřibkové

Výtvarka online? Jde to!



Leonardo da Vinci:
Dáma s hranostajem



Dáma s hranostajem v podání
Leontýnky (9 let)

Výtvarná výchova bývá při distanční výuce leckdy upozaděná, avšak naši žáci z ní pravidelně dostávají dobrovolné úkoly, které většinou nadšeně a s radostí plní. Občas se zapojí i ti, do nichž bychom to vůbec neřekli. To nám dělá velkou radost a při každém zadání se těšíme na jejich další různorodé příspěvky.

Ke splnění jednoho z úkolů stačily žákům věci, které mají doma okolo sebe, a fotoaparát či mobilní telefon. Ve škole již poznali některá známá umělecká díla a na internetu si mohli dohledat spousty dalších ukázek. Měli si vybrat jedno výtvarné dílo a zkusit ho vytvořit pomocí takzvaného **živého obrazu**. Použili věci denní potřeby, sebe, svého domácího mazlíčka, sourozence, rodiče či hračky. Atributy ze známého obrazu (alespoň tři prvky) nahradili těmito svými věcmi. Umělecká díla mohla být z jakéhokoli období a mohlo se jednat o jakýkoliv

námět. Žáci tak využili svou kreativitu, nápaditost, schopnosti a někdy i pomoc rodinných příslušníků a vznikla velmi povedená díla.

Je krásné vidět, že děti i v této době neztrácejí zájem, nápady i smysl pro humor!

Děkujeme jim!

*Mgr. Magdalena Žaludová,
učitelka výtvarné výchovy,
ZŠ Kraslice, Dukelská 1122*



Giuseppe Arcimboldo:
Rudolf II.



Rudolf II. v podání Adélky
(13 let)



Salvador Dalí:
Žena v okně



Žena v okně v podání Míry
(14 let)



Elisabetta Sirani:
Portrét Beatrice Cenciové



Portrét Beatrice v podání Ley
(14 let)



Hazel Bowman:
Andělská křídla



Andělská křídla v podání
Bianky (14 let)



Gerard ter Borch: Koncert –
zpěvačka a hráč na theorbo



Koncert v podání Elišky, Káti a Jakuba
(12–13 let)



Cassius Marcellus Coolidge: Psi hrající poker



Jean Baptiste Greuze:
Kytarista



Kytarista v podání Bruna
(13 let)



Pes hrající poker v podání Sabči (13 let)

Máme tu nové trivium?

Troufám si předpokládat, že většina dítek, která zdárně ukončila základní vzdělání, by nejspíš dokázala odpovědět na otázku, co ve středověku obnášel pojem „trivium“. Ano, mám na mysli prvý stupeň proslaveného „sedmera svobodných umění“. „Triviální“ předměty (gramatika, logika a rétorika) byly na evropských obecných učeních (univerzitách) pokládány za neopominutelný vzdělanostní fundament, nad nímž se zdvíhala „budova“ quadrivia neboli vyučování aritmetice, geometrii, hudbě a astronomii.

PhDr. Petr Nesvadba, CSc., je středoškolským a vysokoškolským pedagogem, vyučuje historii, základy společenských věd, komparativní dějiny, etiku, filosofii, kulturní antropologii a multikulturní výchovu

Dalo by se říci, že triviem rozuměli naši předkové jakési výchozí vědění, samozřejmě (tedy: zřejmé ze sebe sama), v tomto smyslu nezpochybnitelné (a nezpochybňované) a zakládající jak současnou zkušenost se světem i s druhými lidmi, tak kontinuální zkušenost generací (a civilizace vůbec). Jak by řekl Michel Foucault, šlo o jakousi **epistému, klíč k správnému „čtení světa“** – k jeho označování, interpretaci a sdílení. Nešlo tedy ani tak o konkrétní obsah (učivo o světě), nýbrž o ovládnutí **nástroje k porozumění světu**.

Nerad bych čtenáři nabízel banální numerologii, ale u čísla tři zůstaňme, neboť při bližším zkoumání lze – minimálně v evropských dějinách – odkrýt celý řetězec trivií. Co třeba stěžejní hodnoty křesťanství: **víra, naděje a láska? Nebo volnost, rovnost, bratrství** z trikolory Francouzské revoluce?

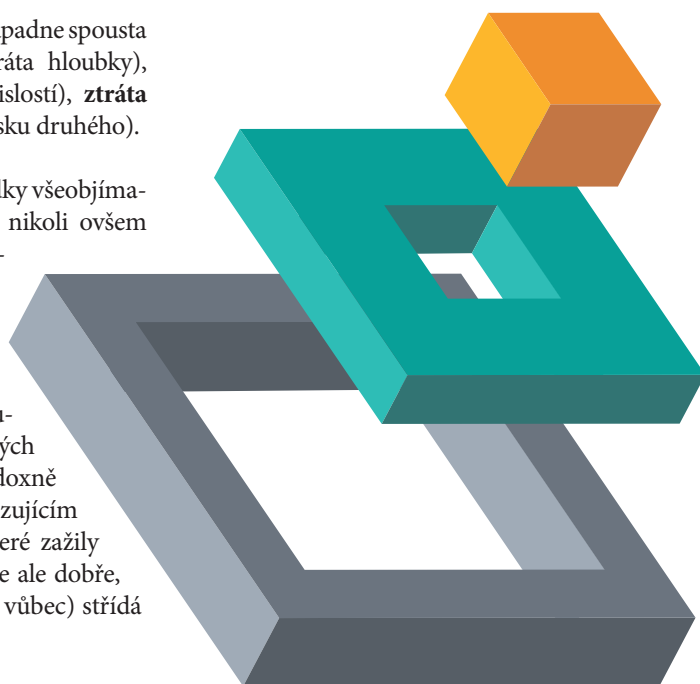
A co současná Evropa? Určitě vás napadne spousta trivií. Co třeba **zpovrchnění** (ztráta hloubky), **zkratkovitost** (ztráta širších souvislostí), **ztráta sebekritičnosti** (ztráta úcty k hledisku druhého).

V současné době jsme vsutku svědky všeobjímající a všeprostupující **trivializace**; nikoli ovšem ve smyslu hledání nových kvalitních a promyšlených klíčů k porozumění světu, nýbrž ve smyslu hledání hotových receptů k co nejsnadnější a nejúspěšnější orientaci v jeho bezprostředně zakoušených, povrchních a pragmatických vrstvách. Někdy to může paradoxně působit i uklidňujícím, ba osvobozujícím dojmem – obzvláště v zemích, které zažily zkušenost dvou hrůzných totalit. Je ale dobře, když **nesnesitelnou tíži** (slov i žití vůbec) střídá **nesnesitelná lehkost**?

Politika, byznys, mezilidská komunikace, vztahy, to vše dnes neodkrývá hlubiny lidských duší, přírody a dějin, nýbrž pouze „teče“ po povrchu, nabývá podoby jakéhosi podivného „surfování na vlnách každodennosti“... Žijeme v době banálních hesel, sloganů a reklamních výkřiků, bulvárních zpráv, PR, SMS, e-mailů, chatů. Opojení možností destruovat autority, přestáváme mezi nimi rozlišovat a destruujeme úplně všechny, zapomínajíc si pokládat otázku: nehodí se náhodou někomu do krámu, abychom přestali o světě, o lidech a sami o sobě hlouběji přemýšlet a abychom pouze konzumovali to, co v dané chvíli přistane na našem talíři?

Text: Petr Nesvadba

Foto: Shutterstock



Učíme děti mít srdce na správném místě



Srdce
s láskou darované

Letošní 7. ročník projektu Srdce s láskou darované potvrdil, že dobrou myšlenku ani doba covidová nezastaví.

A tak se můžeme radovat z dalších nádherných prací!

Srdcaři, děkujeme vám!

Podrobné informace o všech ročnících projektu Srdce s láskou darované najdete na www.srdceslaskou.cz včetně galerie všech soutěžních prací.

Srdce s láskou darované je také na Facebooku!

www.srdceslaskou.cz

Rodina Srdce s láskou darované

Záštita



POSLANECKÁ
SNĚMOVNA
PARLAMENTU
ČESKÉ REPUBLIKY

Patron



Mediální partner

age.

Soutěž vyhlašují a pořádají

ANTECOM

OPTYS®

Partneři



Davido
www.ZpevTicha.cz

Krajánek
ve světě



VAMBERK



Rō
PRAGUE

AMOS
VISION



TEPfactor
team adventures



SYMFONICKÝ
ORCHESTR
HL.M. PRAHY
fok

ČPP
VIENNA INSURANCE GROUP

LiKOS
international

Partneři



Irena Chříbková
www.auditeorganum.cz

centropen



RENE

agilab
GROUP



Zopakujme si pravidla 7. ročníku soutěže, který právě vrcholí

Účastníkem soutěže se mohou stát kolektivy z mateřských a základních škol, družiny, kolektivy dětí z dětských domovů, ZUŠ, mateřských center a ostatní dětské kolektivy, **třeba i děti se svými rodiči (nejméně 2 a nejvíce 30 dětí/kolektiv), které splní stanovená pravidla.** Do soutěže se nemohou přihlásit jednotlivci. Každý ze soutěžních kolektivů se může přihlásit pouze s jediným projektem; škola/zařízení může zaslat libovolný počet příspěvků různých kolektivů.

Soutěžní je jedna fotografie vyrobeného srdce (nebo srdcí) a jeden text libovolného žánru, z něhož bude zřejmé, komu je srdce určeno a proč. Soutěžící mají možnost dále nahrát do přihlášky až tři fotografie a video dokumentující proces tvorby i předání. Porota bude hodnotit celý tento proces a videoprezentace vítá!

Přihlášku lze podat pouze elektronicky prostřednictvím webových stránek www.srdceslaskou.cz. Podáním přihlášky soutěžící dávají organizátorům soutěže automaticky souhlas s možným publikováním

svých příspěvků, fotografií i videoprezentací a se zasíláním časopisu AGE na v přihlášce uvedenou adresu.

Předepsaný formát fotografií je jpg, velikost A4, rozlišení 300 dpi (maximální možné rozlišení/kvalita fotografie; vítězné fotografie se budou zveřejňovat v časopise, proto musejí mít tiskovou kvalitu). Předepsaný formát textu/příběhu je word, rozsah od 1000 do 5000 znaků. Videoprezentace by měla mít maximální délku 7 minut.

Pozn.: Galerii soutěžních prací na srdceslaskou.cz generuje program přesně podle toho, jak jste přihlášku vyplnili. Proto prosím věnujte jejímu vyplňování náležitou pozornost. Děkujeme.

V předešlých ročnících se bohužel stávalo, že někteří soutěžící použili k videu neoprávněně písně jiných autorů bez jejich souhlasu. Proto byla některá videa administrátorem YouTube smazána. Z toho důvodu prosím použijte vlastní hudbu nebo si předem vyžádejte souhlas autorů písně.

Cíle soutěže

Podpora tradičních lidských hodnot, jako jsou láska, přátelství, rodina, vzájemná úcta.

Podpora týmové práce a rozvoj tvůrčích dovedností dětí.

Radost z vlastnoručně vytvořených výrobků i z darování, sdílení radosti v kolektivu.

- Soutěžní příspěvky bylo možné zaslat od 1. 10. 2020 do 31. 3. 2021.
- Soutěžilo se ve 2 kategoriích (u smíšených skupin rozhoduje věk u převládajícího počtu dětí):
 - Základní škola (3. až 9. ročníky),
 - Mateřská škola + 1. a 2. ročníky ZŠ.
- Zvláštní ceny, které platí pro obě kategorie:
 - Zvláštní cena pro školu za školní kolo,
 - Zvláštní cena předsedy Poslanecké sněmovny PČR,
 - Zvláštní cena za šíření projektu v zahraničí,
 - Zvláštní cena Za pomoc Zemi.
- Uzávěrka přihlášek byla 31. 3. 2021, rozhodovalo datum odeslání elektronické přihlášky.
- Soutěž bude vyhodnocena do 20. 5. 2021.
- Výsledky zveřejní časopis AGE v červnovém vydání 2021; v průběhu roku 2021 pak mohou být v AGE a na Facebooku Srdceslaskou uveřejněny jednotlivé příběhy, fotografie, videa, rozhovory s vítěznými týmy, reportáže atd.
- Od 5. 4. do 30. 4. 2021 bude na webu www.srdceslaskou.cz probíhat veřejné hlasování, které určí TOP 10 z pohledu veřejnosti (nezávisle na porotě).
- Slavnostní setkání vítězů všech kategorií i hlasování se mělo konat v červnu 2021 v historických prostorách Poslanecké sněmovny PČR v Praze, ovšem vzhledem k epidemiologické situaci je nebude možné uskutečnit.

Celostátní soutěž Srdce s láskou darované je nedílnou součástí projektu AGE a vydavatelství ANTECOM jako jeden z hlavních organizátorů postupuje při její organizaci v souladu s pravidly GDPR a ve shodě s nimi jedná v oprávněném zájmu. Předávání cen bude snímáno médii. Z tohoto důvodu vyjadřují hosté svou účastí souhlas s pořízením a použitím audiovizuálního záznamu, který může obsahovat obrazové a zvukové záznamy týkající se těchto osob či jejich projevů osobní povahy.



KATEGORIE ZÁKLADNÍ ŠKOLY (3. až 9. ročníky)

1. místo:

- originální balíčky výtvarných potřeb pro každého člena kolektivu (celková hodnota 15 000 Kč),
- knižní poukázky v hodnotě 300 Kč pro všechny členy kolektivu,
- přívěsky srdíčka se šlupnou Swarovski pro celý tým,
- originální medaile s logem soutěže,
- dřevěný certifikát s vyřezaným logem soutěže pro školu,
- společenská hra od firmy Mattel,
- zábavná vzdělávací hra z dílny malířky Lucie Ernestové,
- článek o vítězném kolektivu a jeho uveřejnění v časopise AGE.

Odměna pro kolektiv:

- Vstupenky do zážitkového centra TEPfactor pro celý tým.

Odměny pro učitelku/učitele/
dospělého vedoucího kolektivu:

- třídní relaxační pobyt v lázních Luhačovice pro 2 osoby ve čtyřhvězdičkovém boutique hotelu Radun,
- originální dárek z vamberecké krajky,
- inspirační karty z dílny malířky Lucie Ernestové,

- dvě vstupenky na koncert,
- dvě vstupenky na divadelní představení Studia Ypsilon,
- dárek pro radost od módní značky Rõ.

Odměna pro školu/zařízení:

- volné vstupenky do všech expozic Muzea a galerie Orlických hor pro celou školu.

2. místo:

- originální balíčky výtvarných potřeb pro každého člena kolektivu (celková hodnota 10 000 Kč),
- knižní poukázky v hodnotě 300 Kč pro všechny členy kolektivu,
- přívěsky srdíčka se šlupnou Swarovski pro celý tým,
- originální medaile s logem soutěže,
- dřevěný certifikát s vyřezaným logem soutěže pro školu,
- společenská hra od firmy Mattel,
- zábavná vzdělávací hra z dílny malířky Lucie Ernestové,
- článek o vítězném kolektivu a jeho uveřejnění v časopise AGE.

Odměna pro kolektiv:

- Vstupenky do zážitkového centra TEPfactor pro celý tým.

Odměny pro učitelku/učitele/
dospělého vedoucího kolektivu:

- originální dárek z vamberecké krajky,
- inspirační karty z dílny malířky Lucie Ernestové,
- dvě vstupenky na koncert,
- dvě vstupenky na divadelní představení Studia Ypsilon,
- dárek pro radost od módní značky Rõ.

Odměna pro školu/zařízení:

- volné vstupenky do všech expozic Muzea a galerie Orlických hor pro celou školu.

3. místo:

- originální balíčky výtvarných potřeb pro každého člena kolektivu (celková hodnota 5000 Kč),
- přívěsky srdíčka se šlupnou Swarovski pro celý tým,
- originální medaile s logem soutěže,
- dřevěný certifikát s vyřezaným logem soutěže pro školu,
- společenská hra od firmy Mattel,

- zábavná vzdělávací hra z dílny malířky Lucie Ernestové,
- článek o vítězném kolektivu a jeho uveřejnění v časopise AGE.

Odměna pro kolektiv:

- Vstupenky do zážitkového centra TEPfactor pro celý tým.

Odměny pro učitelku/učitele/
dospělého vedoucího kolektivu:

- originální dárek z vamberecké krajky,
- inspirační karty z dílny malířky Lucie Ernestové,
- dvě vstupenky na koncert,
- dvě vstupenky na divadelní představení Studia Ypsilon,
- dárek pro radost od módní značky Rõ.

Odměna pro školu/zařízení:

- volné vstupenky do všech expozic Muzea a galerie Orlických hor pro celou školu.

4.–10. místo:

- balíček s překvapením (ze sortimentu firmy OPTYS).

VEŘEJNÁ HLASOVACÍ SOUTĚŽ

1.–3. místo:

- dřevěný certifikát s vyřezaným logem soutěže pro školu,
- přívěsky srdíčka se šlupnou Swarovski pro celou tvořivou skupinu,
- originální medaile s logem soutěže pro celý tým,
- dárky Centropen,
- společenská hra od firmy Mattel,
- zábavná vzdělávací hra z dílny malířky Lucie Ernestové,

- článek o vítězném kolektivu a jeho uveřejnění v časopise AGE,
- volné vstupenky do všech expozic Muzea a galerie Orlických hor pro celou školu.

Odměny pro učitelku/učitele/dospělého vedoucího kolektivu:

- originální dárek z vamberecké krajky,
- dvě vstupenky na koncert,
- dvě vstupenky na divadelní představení Studia Ypsilon,
- dárek pro radost od módní značky Rõ.

ZVLÁŠTNÍ CENA PŘEDSEDY
POSLANECKÉ SNĚMOVNY PARLAMENTU ČR (budou oceněny 3 týmy)

- Dárek od předsedy PS PČR,
- dřevěný certifikát s vyřezaným logem soutěže pro školu,
- přívěsky srdíčka se šlupnou Swarovski pro celou tvořivou skupinu,
- originální medaile s logem soutěže pro všechny členy kolektivu,
- společenská hra od firmy Mattel,
- volné vstupenky do všech expozic Muzea a galerie Orlických hor

- pro celou školu,
- dvě vstupenky na koncert pro vedoucího kolektivu,
- dvě vstupenky na divadelní představení Studia Ypsilon pro vedoucího kolektivu,
- dárek pro radost od módní značky Rõ pro vedoucího kolektivu,
- článek o vítězném kolektivu a jeho uveřejnění v časopise AGE,
- sladké odměny.

KATEGORIE MATEŘSKÉ ŠKOLY + 1. a 2. ROČNÍKY ZŠ

1. místo:

- originální balíčky výtvarných potřeb pro každého člena kolektivu (celková hodnota 10 000 Kč),
- přívěsky srdíčka se šlupnou Swarovski pro celou tvořivou skupinu,
- originální medaile s logem soutěže pro všechny členy kolektivu,
- dřevěný certifikát s vyřezaným logem soutěže pro školu,
- hračky od firmy Mattel,
- zábavná vzdělávací hra z dílny malířky Lucie Ernestové,
- článek o vítězném kolektivu a jeho uveřejnění v časopise AGE,
- sladké odměny pro všechny členy kolektivu,
- volné vstupenky do všech expozic Muzea a galerie Orlických hor pro celou školu.

**Odměny pro učitelku/učitele/
dospělého vedoucího kolektivu
(týká se 1.–3. místa):**

- originální dárek z vamberecké krajky,
- inspirační karty z dílny malířky Lucie Ernestové,
- dvě vstupenky na koncert,

- dvě vstupenky na divadelní představení Studia Ypsilon,
- dárek pro radost od módní značky Rõ.

2. místo:

- originální balíčky výtvarných potřeb pro každého člena kolektivu (celková hodnota 6000 Kč),
- přívěsky srdíčka se šlupnou Swarovski pro celou tvořivou skupinu,
- originální medaile s logem soutěže pro všechny členy kolektivu,
- dřevěný certifikát s vyřezaným logem soutěže pro školu,
- hračky od firmy Mattel,
- zábavná vzdělávací hra z dílny malířky Lucie Ernestové,
- článek o vítězném kolektivu a jeho uveřejnění v časopise AGE,
- sladké odměny pro všechny členy kolektivu,
- volné vstupenky do všech expozic Muzea a galerie Orlických hor pro celou školu.

3. místo:

- originální balíčky výtvarných potřeb pro každého člena kolektivu (celková hodnota 3000 Kč),
- přívěsky srdíčka se šlupnou Swarovski pro celou tvořivou skupinu,
- originální medaile s logem soutěže pro všechny členy kolektivu,
- dřevěný certifikát s vyřezaným logem soutěže pro školu,
- hračky od firmy Mattel,
- zábavná vzdělávací hra z dílny malířky Lucie Ernestové,
- článek o vítězném kolektivu a jeho uveřejnění v časopise AGE,
- sladké odměny pro všechny členy kolektivu,
- volné vstupenky do všech expozic Muzea a galerie Orlických hor pro celou školu.

4.–10. místo:

- balíček s překvapením (ze sortimentu firmy OPTYS).

ZVLÁŠTNÍ CENA PRO ŠKOLU ZA ŠKOLNÍ KOLO

- Výtvarné potřeby a dárky Optys a Centropen v hodnotě 10 000 Kč,
- dřevěný certifikát s vyřezaným logem soutěže pro školu,
- společenská hra od firmy Mattel,
- článek o vítězném kolektivu a jeho uveřejnění v časopise AGE,
- volné vstupenky do všech expozic Muzea a galerie Orlických hor pro celou školu.

**Odměny pro učitelku/učitele/
dospělého vedoucího kolektivu:**

- originální dárek z vamberecké krajky,
- inspirační karty z dílny malířky Lucie Ernestové,
- přívěsek srdíčka se šlupnou Swarovski,
- dvě vstupenky na koncert,
- dvě vstupenky na divadelní představení Studia Ypsilon,
- dárek pro radost od módní značky Rõ.

ZVLÁŠTNÍ CENA ZA POMOC ZEMI (budou oceněny 3 týmy)

- Návštěva celého týmu v areálu společnosti LIKO-S ve Slavkově u Brna, prohlídka živých staveb, workshop atd.,
- 10 000 Kč od LIKO-Su každému týmu na jeho další ekologický projekt,
- sestavitelná ptačí budka pro každého člena týmu od společnosti OPTYS,
- dřevěný certifikát s vyřezaným logem soutěže pro školu,
- přívěsky srdíčka se šlupnou Swarovski pro celou tvořivou skupinu,
- originální medaile s logem soutěže pro celý tým,
- knížka Objevy malého Chlapce pro každého člena kolektivu,

- volné vstupenky do všech expozic Muzea a galerie Orlických hor pro celou školu,
- článek o vítězném kolektivu a jeho uveřejnění v časopise AGE.

Odměny pro pedagoga/dospělého vedoucího kolektivu:

- originální dárek z vamberecké krajky,
- dvě vstupenky na koncert,
- dvě vstupenky na divadelní představení Studia Ypsilon,
- dárek pro radost od módní značky Rõ.

ZVLÁŠTNÍ CENA ZA ŠÍŘENÍ MYŠLENKY PROJEKTU V ZAHRANIČÍ

- Dřevěný certifikát s vyřezaným logem soutěže pro školu,
- přívěsky srdíčka se šlupnou Swarovski pro celou tvořivou skupinu,
- poukázka na knihy v hodnotě 1000 Kč pro kolektiv,
- originální medaile s logem soutěže pro všechny členy kolektivu,
- společenská hra od firmy Mattel,
- článek o vítězném kolektivu a jeho uveřejnění v časopise AGE.

Odměny pro učitelku/učitele/dospělého vedoucího kolektivu:

- inspirační karty z dílny malířky Lucie Ernestové,
- originální dárek z vamberecké krajky,
- luxusní bonboniéra v dřevěné krabičce s motivem srdce,
- dvě vstupenky na koncert,
- dvě vstupenky na divadelní představení Studia Ypsilon,
- dárek pro radost od módní značky Rõ.



ZVLÁŠTNÍ CENA ZA POMOC ZEMI

Jsme stavební firma, která i v moderní době bojuje za životní prostředí. Snažíme se zajistit, aby naše města byla příjemným místem pro život i dalších generací.

Vyvíjíme technologie, které nám umožňují návrat ke kořenům moderní cestou. Stavěním zelených fasád, zelených střech nebo kořenových čistíren přinášíme řešení pro přírodní tepelnou stabilizaci budov.

Proto jsme se rozhodli již druhým rokem zaštitit Zvláštní cenu Za pomoc Zemi v sedmém ročníku celostátního projektu Srdce s láskou darované.

Odměníme 3 týmy!

www.zivestavby.cz www.liko-s.cz **LiKO-S**
international

age. 1-2/2021



Tři vítězné týmy v kategorii Za pomoc Zemi si budou moci prohlédnout první živou halu na světě LIKO-Vo a budovu LIKO-Noe v areálu společnosti LIKO-S ve Slavkově u Brna. Naše zelené stavby ukazují nový koncept budov, které nejenom chladí samy sebe, ale umí ochladit i svoje okolí. Budoucnost stavitelství patří zeleným stavbám!

Porota 7. ročníku soutěže Srdce s láskou darované



JAN SCHMID

předseda poroty, zakladatel
a ředitel Studia Ypsilon



JANA JENŠÍKOVÁ

za společnost ANTECOM,
vydavatele časopisu AGE



JIRÍ LÁBUS

za Studio Ypsilon



JAN VÍCHA

za společnost OPTYS,
partnera časopisu AGE



MARTIN DEJDAR

za Studio Ypsilon



ANNA MAJEWSKÁ

za společnost OPTYS,
partnera časopisu AGE



JAN JIRÁŇ

za Studio Ypsilon



RADEK VONDRÁČEK

předseda Poslanecké sněmovny
Parlamentu České republiky

Hlasování na stránkách www.srdceslaskou.cz

Nezávisle na hodnocení poroty soutěže Srdce s láskou darované bude probíhat v termínu od 5. 4. do 30. 4. 2021 hlasování na stránkách www.srdceslaskou.cz, kde budou uveřejněny všechny příspěvky došlé do soutěže. Tímto může kdokoli dát hlas tomu týmu, jehož práce se mu líbí. V konečné fázi pak počty hlasů vyhodnotí počítač a zveřejníme TOP 10, které z tohoto veřejného hlasování vzejdou. První tři vítězné týmy získají hodnotné odměny (viz předchozí strany).

Obdiv poroty mají všichni soutěžící, a všechny jejich práce tak zůstanou zveřejněny na www.srdceslaskou.cz.

Všichni také obdrží milé dárky ze sortimentu společnosti Optys jako poděkování za účast.



MĚSTO VAMBERK

A MUZEUM KRAJKY VAMBERK
vás zvou na prohlídku

- trvalých expozic paličkových krajek
- specializovaných tematických výstav
- proměny krajky v Čechách od počátku 18. století až do současnosti
- unikátního paličkovacího stroje

Otevřeno celoročně (pokud to pandemie dovolí)

Více na www.muzeumkrajky.cz.

**Hrdí partneři
celostátní soutěže**



Srdce
s láskou darované



*Tradiční pardubický perník
pečený s láskou*



JaJa Pardubice s.r.o.

www.pardubickypernik.cz

*Kvalita a jedinečnost v každém kousku
nejen pro vítěze soutěže Srdce s láskou darované*

DUHOVÁ KOČKA — AUTORSKÝ OBCHOD LUCIE ERNESTOVÉ
věnuje vítězům soutěže Srdce s láskou darované
nádherné hry a inspirační karty.

Hrdí partneři
celostátní soutěže



Srdce
s láskou darované



**DUHOVÁ
KOČKA**

LUCIE ERNESTOVÁ
WWW.DUHOVAKOCKA.CZ



boutique ★★★★★

HOTEL RADUN

Est. 1928

Zažijte úslužnost první republiky v krásných moravských lázních Luhačovice.



www.hotelradun.cz

UČITELSKÝ MĚSÍČNÍK

Časopis pro všechny pedagogické pracovníky,

který se snaží pomáhat jim v jejich nelehké práci a je zdrojem odborného vzdělávání a profesního rozvoje. Nabízí pomoc při řešení reálných situací, se kterými se učitelé setkávají. Prostřednictvím špičkových odborníků na danou problematiku přináší orientaci a tipy v moderních pedagogických trendech, právní problematice, managementu třídy, způsobech hodnocení, didaktice jednotlivých předmětů, rozvoji gramotností i v celkovém pojetí kurikula.

To vše aktuálně, prakticky, přehledně

10 vydání/rok (od září do června) + 2 tematické přílohy
Minimálně 32 stran

Součástí předplatného je:

■ tištěný časopis ■ online archiv časopisu ■ bezplatná poradenská služba

Kalendářní předplatné – 1 035 Kč/rok (1 139 Kč včetně DPH, poštovného a balného)



Objednávejte na www.wolterskluwer.cz/obchod



**Hrdí partneři
celostátní soutěže**



Když si musíte být jistí

TRADICE PRO RADOST ORIGINAL Z JIŽNÍCH ČECH

V roce 1972 bylo léto v jižních Čechách obzvlášť krásné a náš protivínský domek nás chránil před spalujícím horkem. Zahrada byla plná stromů a keře rybízů se prohýbaly pod množstvím velkých červených bobulí.

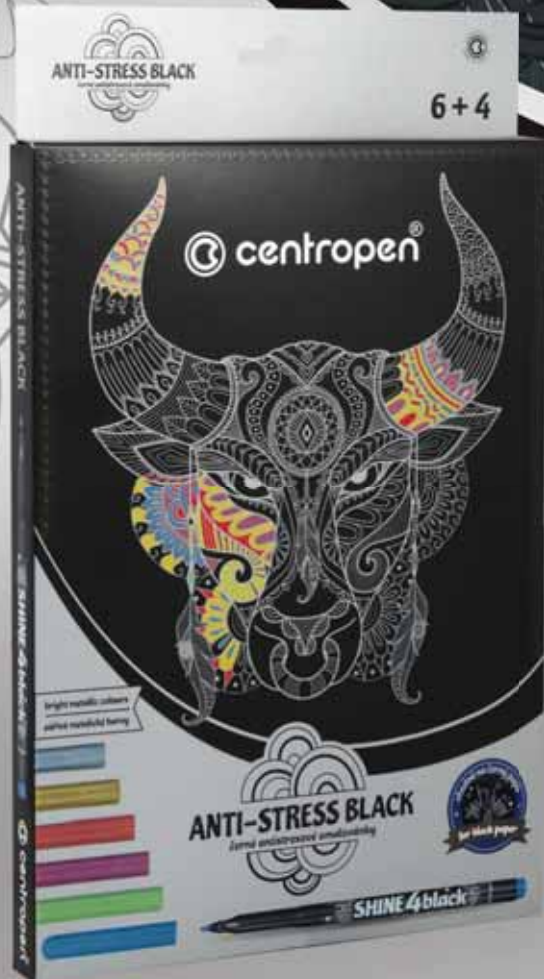
Sedmiletá holčička pečlivě trhala stonky rybízů do proutěného košíku po babičce. Právě po té babičce, která ji učila trhat rybíz ještě dávno před tím. Rybíz byl s námi od nepaměti a zůstává s námi i dodnes.

Tak jako z dcery roste matka, z matky babička a z babičky prababička, tak i rybíz protéká časem a předává své plody babičkám, matkám, dcerám a vnoučatům. Proto rybízová marmeláda není v naší rodině jen tak obyčejným produktem, nýbrž životním souzněním po mnoha generací.



Ochutnají ji i vedoucí vítězných týmů
7. ročníku Srdce s láskou darované

 centropen®



ANTI-STRESS BLACK

černé antistresové omalovánky

Unikátní kreativní set metalických popisovačů s výraznými barvami a netradičními omalovánkami, které jsou **vytištěny transparentním lakem na kvalitním černém papíru** s motivem býka, chameleona, koně a páva.

V kombinaci s fantazií vznikají jedinečné obrázky s vysokým kontrastem barev.

ukázka vymalování



Sada obsahuje 6 popisovačů s metalickými inkousty a 4 černé omalovánky A4.



**Hrdý partner
celostátní soutěže**



ČESKÝ VÝROBEK


www.centropen.cz

Finanční návyky si vytváříme již v dětství

Starejme se, aby byly zdravé

„Situace vyvolaná covidem-19 mě utvrdila v přesvědčení, že život je nevyzpytatelný a je velmi důležité tvořit si finanční rezervu. Na to nyní kladu velký důraz při tvorbě finančních plánů. Jsem ráda, že v rámci společnosti Partners můžeme zdravé finanční návyky předávat již dětem, jednoho dne budou svou finanční situaci určitě řešit i ony,“ je přesvědčená Kateřina Košinová, majitelka a hlavní finanční koučka poradenské kanceláře Partners ve Zlíně.



Ing. Kateřina Košinová, EFA, majitelka a hlavní finanční koučka kanceláře společnosti Partners ve Zlíně. Vystudovala Univerzitu Tomáše Bati ve Zlíně, Fakultu managementu a ekonomiky. Ve finančním poradenství působí od roku 2012, v Partners od roku 2015, nejdříve jako koncipientka franšizy Partners Market Otrokovice, poté ve VIP poradenské kanceláři, kterou nakonec převzala. Když to ještě situace dovozovala, ve volném čase hrála squash a cestovala.
www.mojefinancezlin.cz
www.partners.cz

Ve Zlíně jste vystudovala univerzitu a máte zde kancelář, snažíte se tedy předávat zdravé finanční návyky i zlínským dětem?

Ano, s kolegyní jsme v rámci Dne finanční gramotnosti školily o fungování peněz děti na zdejší základní škole a byla to pro mě výborná zkušenost. Jsem ráda, že Partners takový projekt zastřešuje. Kdo jiný než odborník z praxe je totiž kompetentní finanční gramotnost šířit? Jenom mě mrzí, že hodiny finanční gramotnosti nejsou ještě ve školách standardem jako třeba hodiny českého jazyka. Vnímám to jako obrovskou chybu školství. Děti se pak často učí špatné nebo neefektivní finanční návyky od rodičů a těžko se této zátěže zbavují. Jsme rádi, že můžeme přispět k osvětě, ale rozhodně si nemyslím, že jedna hodina za rok stačí.

Zmiňujete svou kolegyni, na webových stránkách vaší zlínské kanceláře také vidím samé ženy. Znamená to, že se vám mezi ženami pracuje lépe?

Nebyl to záměr, vyplynulo to tak v mém životě samo. Z nějakého důvodu to vždycky dopadne tak, že mám kolem sebe schopné ženy. Pracuje se mi s nimi dobře, rozumíme si navzájem i s klienty. Myslím, že jsme schopné navázat s nimi důvěrnější vztah, jsme empatičtější, máme větší intuici než většina mužů. Důležité pro mne je, že klienti si vybírají nás a my zase

je, a když to klapne, tak je to vztah navždy. Mám pocit, že se nám v kanceláři daří navodit rodinnou atmosféru a že naši klienti to cítí a jsou s námi rádi.

Kancelář s rodinnou atmosférou mi do konceptu Partners krásně zapadá...

Práce v prostředí Partners se mi líbí hlavně z toho důvodu, že vlastně nemá žádné limity. Svou vlastní cestu si tu najde každý. Dříve bylo ve finančněporadenské firmě „divné“, že se chcete věnovat pouze klientům a nebudujete si síť několika desítek či stovek poradců pod sebou, dnes se trh profesionalizuje a v Partners můžete jít cestou franšizy a doslova si postavit kamennou pobočku, kde poskytujete kvalitní službu finančního poradenství. Nebo si můžete vybudovat VIP kancelář a starat se o bonitnější klientelu.

Navíc mě baví sledovat, jak neuvěřitelně rychle Partners inovuje. V žádné jiné poradenské firmě vám aťžáci téměř s týdenní frekvencí nepředstavují novinky, které vám usnadní život. Mám na mysli automatizaci, design, propojení systémů, vývoj technologií a podobně. Být v Partners mi prostě dává pocit, že jednou dosáhneme velkých věcí, protože máme skvělé vedení, kvalitní službu, smysluplnou strategii, neuvěřitelný tým a velice přátelské prostředí a atmosféru.



S kolegyněmi z kanceláře Partners jsou sehraný tým

U svého jména hrdě nosíte titul EFA, co to vlastně pro klienta znamená?

Titul EFA, European Financial Advisor, jsem získala v roce 2016 a byl to můj velký cíl už při nástupu do Partners. Chtěla jsem se vzdělat dostatečně na to, abych pro společnost měla opravdu přidanou hodnotu. Toto vzdělání zastřešuje evropská organizace EFPA, European Financial Planning Association, která vychovává největší profesionály ve finančním plánování v Evropě. Přípravě na zkoušku jsem věnovala asi rok a závěrem byla písemná zkouška a ústní obhajoba případové studie před komisí složenou ze zástupců výše zmíněné organizace plus zástupců ČNB a Ministerstva financí. Klientovi tímto přináším záruku kvality služby. Zkoušku EFA má momentálně v ČR asi 350 poradců. Její získání je náročné na energii, čas i peníze, musíte to tedy se svou profesí myslet skutečně vážně, abyste se do toho pustili. Pokud bych tento titul neměla, VIP poradenskou kancelář bych si v Partners otevřít vůbec nemohla.

Jak se změnil běžný pracovní den majitelky finanční poradenské kanceláře v době covidové?

Vzpomínám si, jak jsme společně se zbytkem republiky byly i u nás v kanceláři loni touto dobou docela v šoku. Lockdown jsme s kolegyněmi dodržely, ale zároveň jsem věděla, že kdo ho bude brát jako dovolenou, toho ostatní předběhnou. A tak jsem se vybavila technologiemi, v době karantény jsem se s nimi sžila, připravila si úplně jiné klientské rozhovory, než jsem byla zvyklá, a z prvního lockdownu jsem vyšla připravená na online svět a online schůzky.

Klienti si na online schůzky zvykali o něco pomaleji. Nejdřív chtěli svoje záležitosti řešit „až pak“, ale časem všichni zjistili, že „až pak“ bude možná až za dost dlouho. Letos už fungujeme naprosto normálně. Dokonce máme spíš více práce než před covidem. Mezi našimi klienty je totiž hodně těch, které situace příliš nepostihla, řešíme tedy investování, jelikož už velice silně pociťují rozevírání nůžek inflace versus úroky na svých běžných či spořicíh účtech.

Myslím, že finanční služby budou potřeba stále, jelikož peníze se řeší pořád. Buď je máte, nebo nemáte. Oboje je potřeba řešit.

Text: Martina Hošková

Foto: archiv Kateřiny Košinové



Den finanční gramotnosti neboli DFG je neziskovým projektem společnosti Partners Financial Services, jehož cílem je šířit mezi občany České republiky, včetně dětí, znalosti z oblasti hospodaření s osobními financemi. Za dobu existence projektu lektori Partners odškoliili již 3055 seminářů, kterých se zúčastnilo přes 38 tisíc osob. V současnosti se finanční osvětě v rámci DFG věnuje 177 lektorů. Více informací najdete na webových stránkách projektu, kde si takové školení lze rovnou i objednat. www.denfinancnigramotnosti.cz

Chcete mít své finance pod kontrolou? Nejdůležitější jsou následující 3 kroky:

1. Sedněte si a sepište si své výdaje. Spotřeba je totiž to jediné, co opravdu můžete ovlivnit. Zapisujte si výdaje třeba tři měsíce, uvidíte, jaký to bude mít efekt.
2. Mějte dvě banky a dva účty: jeden, kde budou zůstat jen peníze na spotřebu, a druhý, kde budete pouze tvořit rezervu. Máte tak větší přehled a větší kontrolu nad svou spotřebou, a tím se vám pak mnohem snadněji daří tvořit majetek do budoucna.
3. Udělejte si čas sami na sebe, zasněte se a naplánujte si budoucnost. Jak by měla vypadat? S čím budete spokojeni? Za čím jdete? Proč vůbec pracujete a proč vyděláváte peníze?

DUBEN

**„Najdi v sobě sílu dubu,
zakořeň se v zemi a vytrvej“**

Novoluní 12. 4. ve 4.30

Slunce i Luna v Beranu

Ponor do nitra a naladění se na tato témata: nadšení, začátek něčeho nového, radost, akce, chuť jít vpřed, sebevědomí, rozhodnost, sebeprosazení a seberealizace.

Úplněk 27. 4. v 5.31

Slunce v Býku, Luna ve Štíru

Propojování kvalit obou znamení. Osa Býk – Štír je především o transformaci hmoty. Najít k hmotnému světu správný poměr. Umět stát nohama na zemi a znát hodnotu věcí i sebe sama (Býk) a současně nelpět a umět se povznést k duchu (Štír/Orel).



KVĚTEN

**„Rozkvet' do své krásy
a rozdávej ji světu“**

Novoluní 11. 5. ve 20.59

Slunce i Luna v Býku

Ponor do nitra a naladění se na tato témata: klid, zakořeněnost, domov, místo, kde se cítím dobře, hojnost, zem, půda, hmota, zodpovědnost, sebeocenení, umění si užívat, schopnost říct životu ano.

Úplněk 26. 5. ve 13.14

Slunce v Blížencích, Luna ve Střelci

Propojování kvalit obou znamení. Aktivní mysl Blížence je prosvětlována pozitivní energií Střelce. Nižší každodenní mysl se povznáší do vyššího vědomí a učí se moudrosti.

ČERVEN

„Necht' ti zčervenají líčka od radosti a smíchu počínajícího léta“

Novoluní 10. 6. ve 12.52

Slunce i Luna v Blížencích

Ponor do nitra a naladění se na tato témata: humor, lehkost, hravost, schopnost nebrat vše tak vážně, komunikace, informace, umění se učit, logika, praktičnost, přizpůsobivost.

Úplněk 24. 6. ve 20.39

Slunce v Raku, Luna v Kozorohu

Propojování kvalit obou znamení. Citlivost Raka je podpořena soustředěností Kozoroha. A dodává umění koncentrovat se na to, co přinese hloubku, blízkost, sdílení a naplnění.

ČERVENEC

„Vyžaruj dál radost a užívej si barev léta“

Novoluní 10. 7. ve 3.16

Slunce i Luna v Raku

Ponor do nitra a naladění se na tato témata: pocit bezpečí, hloubka emocí, citlivost, zázemí, klid, blízkost, rodina, domov, schopnost vytvořit si pro sebe útulné místo.

Úplněk 24. 7. ve 4.36

Slunce ve Lvu, Luna ve Vodnáři

Propojování kvalit obou znamení. Čas k osvobození (Vodnář) tvůrčí síly (Lev). Nechat svou energii, aby se svobodně a radostně projevila.



SRPEN

„Vezmi srp a začni sklízet klasy moudrosti“

Novoluní 8. 8. v 15.49

Slunce i Luna ve Lvu

Ponor do nitra a naladění se na tato témata: tvořivost, talenty, oslava, jedinečnost, úspěch, hravost, individualita, sebevědomí, humor, velkorysost, radost, vitalita, umění vládnout.

Úplněk 22. 8. ve 14.01

Slunce ve Lvu, Luna ve Vodnáři

Druhý úplněk na ose Lev – Vodnář akcentuje osvobození tvůrčí síly. Dává sílu uvědomit si svou jedinečnost a neopakovatelnost. Objevit své dary a oslavit je tvorbou. Dosáhnout hluboké sebelásky a ještě více zářit.



*Kalendárium pro vás připravila Květa Kolouchová.
www.kalendarsily.cz
Foto: Shutterstock*



Malovaná taška

Taška je naším každodenním pomocníkem. Potřebujeme ji na nákup, na přezůvky do školy či na osušku, když jdeme k vodě. Proč si tedy nepřipravit takovou tašku přímo na míru? A podle své nálady a vkusu? Díky šablonám se do malování může pustit opravdu každý...

1



Co budeme potřebovat: bavlněnou tašku, barvy na textil, houbičku na nádobí, šablonu, papírovou pásku, štětce, karton nebo igelit na vypodložení tašky, kruh z kartonu o průměru cca 16 cm, papírové utěrky a tácek na barvy.

2



Na tašku položíme kruh vystřížený z kartonu (můžeme použít i talíř nebo pokličku) a stříkáním nanášíme barvy ze vzdálenosti cca 20 cm. Stačí několik stlačení, abychom neměli velkou vrstvu barvy. Do horní části použijeme modré a fialkové odstíny, do spodní zelené.

3



Sejmeme kruh a ve vodě namočeným štětcem na pár místech barvy rozetřeme. Pokud použijeme hodně vody, barva se rozpije víc. Ve spodní části vedeme tahy štětcem, jako bychom malovali trávu, v horní tvoříme „oblaka“.

4



Pokud jsme s připraveným podkladem spokojeni, vysajeme přebytečnou vodu rolí papírových utěrek. A protože pro další práci potřebujeme mít tašku úplně suchou, můžeme schnutí urychlit fénem.





Šablonu přiložíme na spodní část tašky a přichytíme si ji papírovou páskou. Barvy, které budeme používat na tupování, si nalijeme na talířek nebo plastový tácek a kouskem kuchyňské houbičky je tupujeme přes šablonu na tašku.



Už při tupování můžeme barvy míchat a překrývat jeden odstín druhým. Jakmile jsme nanесли barvy přes šablonu všude, kde jsme chtěli, sejme ji z tašky a ihned umyjeme. Malým štětečkem můžeme domalovat detaily. Barvy fixujeme podle návodu na balení.



Na www.youtube.com/c/optysspolsro se můžete podívat na inspirativní videa pro svá tvoření.



Tip

Motiv na tašce oživíme, když na jeho detaily použijeme více odstínů barev.

Vaše redakce AGE a kreativní Optys





*J*edno z předních českých divadel
je tu s námi už 57 let!
A je také patronem naší soutěže
Srdce s láskou darované.



Jan Schmid

Předsedou poroty je tvůrce
a zakladatel Studia Ypsilon Jan Schmid



Do soutěže Srdce s láskou darované se mohou dále zapojit:



Martin Dejdar



Petr Vacek



Jan Jiráň



Jiří Lábus



Jan Onder



Pavel Nový



Jana Synková



Petr Vršek

Nové dřevěné bloky A6

v pastelových barvách



OPTYS[®]

Tyto nové bloky zakoupíte v našich
prodejnách nebo na našem e-shopu

www.optys.cz
v sekci Kreativní dárky



Hravé učební POMŮCKY

OPTYS[®]

My inspirujeme, vy tvoříte



Připravili jsme pro vás **originální školní pomůcky**, kterými si můžete zpestřit výuku a netradičně procvičovat učivo. Jedná se o dřevěné šesti- nebo osmihrany s natištěnými obrázky, čísla nebo písmeny. Jsou spojeny středovou osou, kolem níž se otáčejí. Takto můžete přiřadit ke zvířatům jejich mláďata, ke stromům jejich listy a plody, rozlišit slabiky, počty symbolů a jiné.

Čísla, písmena a slabiky jsou spojeny magnety, které umožní různě skládat jednotlivé díly mezi sebou, a tím vytvořit různé početní příklady, číselné řady nebo slova, najít samohlásky a souhlásky, určit začáteční písmena slov, počet slabik atd.

Výhodou těchto pomůcek je jejich variabilita a procvičování manuální zručnosti. Objednávejte na **www.optys.cz** v záložce **Škola**.



www.optys.cz