

# age<sup>M</sup>

Život je nádherný v každém věku 1-2/2024

## TRADICE SLUŠÍ VŠEM

6 Moravské  
pohlazení v Praze

12 Čtyřlístek  
nosí štěstí

22 Touha pomáhat  
nestačí

Srdcaři, děkujeme, že s námi rozdáváte radost a naději!



Jubilejní 10. ročník celostátního projektu Srdce s láskou darované přinesl další stovku nádherných dobrých skutků! Do jejich realizace se zapojily tisíce malých i velkých srdcařů.

Podrobné informace o všech ročnících projektu Srdce s láskou darované najdete na [www.srdceslaskou.cz](http://www.srdceslaskou.cz) včetně galerie všech soutěžních prací.

**Srdce s láskou darované je také na Facebooku!**

**[www.srdceslaskou.cz](http://www.srdceslaskou.cz)**



## Život je nádherný v každém věku

# Z obsahu

- 5** ÚVODEM
- 6** ROZHOVOR / Zuzana Cílová: Folklor je diagnóza
- 12** RODINNÉ STŘÍBRO / Čtyřlístek nosí štěstí. Již 55 let!
- 16** ZAMYŠLENÍ / Práce jako zábava
- 18** V SOULADU S PŘÍRODOU / Zbyněk Šedivý: Chceme pohladit tělo i duši
- 22** JAK TO VIDÍTE VY / Touha pomáhat nestačí. V sociálního pracovníka musíte lidsky dozrát
- 29** NÁŠ ŽIVOT S KAMENY / Růženín otevírá naše srdce
- 31** POZVÁNÍ / Devětadvacátý Mezinárodní varhanní festival v Roce české hudby
- 32** PŘEDSTAVUJEME / Zdeňka Otipková: Krása starých věcí mě nepřestane fascinovat
- 36** PŘEDSTAVUJEME / Pojďte si hrát (nejen) se světlem
- 40** KRÁSY ČESKA / Karlovy Vary, Mariánské Lázně, Františkovy Lázně
- 42** CO ŘÍKAJÍ HVĚZDY / Jupiter jako symbol štěstí, pohody, hojnosti a přízně osudu. Komu bude nakloněný?

Vydavatel:



ANTECOM s.r.o., Blatenská 2166/7, 148 00 Praha 4  
IČ: 2836 2926, [produkce@antecom.cz](mailto:produkce@antecom.cz), [www.antecom.cz](http://www.antecom.cz)

Redakční servis: +420 602 313 176

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

Redakce: Mgr. Milošlav Jenšík, PhDr. Věra Vortelová, Ing. Martina Hošková,  
Ing. Mgr. Daniel Libertin

Grafická úprava: Ing. Valeria Ashhab

Produkce: Mgr. Marek Jenšík

Vydání: duben 2024

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

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.



*Milé Srdce s láskou darované,*

*letos slavíš své jubilejní 10. narozeniny. Ano, už je to 10 let, co existuješ. Během této doby se díky Tobě zrealizovalo velké množství různých projektů. Je těžké vyjádřit v číslech, kolik lidí jsi už potěšilo, kolik srdcí jsi udělalo šťastnými. Každý úsměv, který se díky Tobě objevil lidem na tváři, je důkazem toho, jak moc pro nás znamenáš. Jsi důležité nejen pro ty, kteří jsou obdarováni, ale také pro ty, které jsi myšlenkou a posláním nadchlo. Dalo jsi nám prostor k tomu, abychom se dokázali mezi sebou domluvit a spolupracovat v týmu. Díky Tobě se dokážeme podívat na svět jinýma očima a darovat lásku, úsměv, pohlazení. Jsme rádi, že Tvoje snaha konat dobré skutky neustále inspiruje a motivuje další lidi k tomu, aby se zapojili, udělali pro někoho jiného něco hezkého. Děláš svět kolem nás lepším místem!*

*Moc Ti děkujeme a přejeme Ti hodně šťastných srdcařů i v dalších letech!!!*

*S láskou*

Lucka Dvořáčková a Věrka Hudcová  
za Parlamentáky ze ZŠ Komenského, Náměstí nad Oslavou

# 0 narozeninových přáních

Srdce s láskou darované slaví deset let, a jak se zdá, ví o tom každý malý i velký srdcař. Tedy alespoň ten, který se svým činem zapojil do našeho společného projektu. Svědčí o tom mimo jiné spousta přání, která jsme od vás k narozeninám dostali. Ať už jste je poslali přímo se soutěžní prací, na náš redakční e-mail nebo dokonce poštou. Z každého jsme měli nezměrnou radost a velmi vám za ně děkujeme! Bohužel je tu nelze všechna otisknout, a tak na protější stránce najdete alespoň jedno.

No, a protože jako správní srdcaři víme, že největší radost je udělat radost někomu jinému, v tomto AGE vám představujeme téměř samé jubilanty, kterým jsme chtěli dát také dárek k jejich narozeninám. Všichni totiž mají stejně jako vy srdce otevřené a dělat radost druhým je jejich DNA.

*S láskou*

*Jana Jenšíková,  
zakladatelka projektu  
Srdce s láskou darované  
a šéfredaktorka AGE*





^  
Hajdaláci v akci

# Folklor je diagnóza aneb Moravské pohlazení v Praze

Zuzana Cílová spolupracuje se souborem Rosénka jako pedagožka a choreografka od roku 1995. Uměleckou vedoucí je od roku 2011

∨



## Rozhovor se Zuzanou Cílovou, uměleckou vedoucí souboru Rosénka

Rodný kraj našeho dětství nám v srdci přetrvává celý život a doprovází nás věrně na našich cestách, ať už nás osud zavane kamkoli. Stejný příběh stojí za vznikem folklorního souboru Rosénka, který v roce 1982 založila bývalá členka vyhlášeného Hradišťanu Radmila Baboráková, když se z Uherského Hradiště přestěhovala do Prahy. Dnes v Rosénce tančí, zpívá a hraje 160 dětí (převážně), má vlastní cimbálovou muziku, je součástí Dejvického divadla a jeho uměleckou vedoucí je Zuzana Cílová. Pojdme spolu s ní nahlédnout za oponu a podívat se, jak naše lidové tradice baví a vychovávají jednu generaci za druhou.



## Od baletu k lidovému tanci

### Jak jste se vy, Pražáčka, dostala k folkloru?

Jako dítě jsem bohužel do žádného folklorního souboru nechodila, ale s babičkou i maminkou jsme zpívaly lidové písničky. Moje maminka chtěla být vždycky tanečnicí, ale dědeček byl zásadně proti. Když mi byly čtyři roky, dovedla tedy alespoň mě na hodiny rytmiky do Malostranské besedy. Pak jsem pokračovala v baletní škole madam Zabylové – tehdejší primabaleríny Národního divadla a v baletních kurzech Army Večejové, sólistky Národního divadla. Byla jsem přijata do tanečního oddělení pražské státní konzervatoře a zdálo se, že ze mě bude baletka, po čemž jsem od dětství toužila.

A pak přišlo setkání s paní profesorkou Mílou Urbanovou, která mě na konzervatoři učila lidové tance. Sny o baletu byly rázem pryč a já se zamilovala do lidového tance. Připadalo mi, že do něj mohu vložit celou svou duši, a mému temperamentu byl daleko bližší než klasický balet, okleštěný přísnými pravidly. Sedm let jsem protančila v Československém státním souboru písní a tanců a dalších čtrnáct pak v Armádním uměleckém souboru. Na HAMU jsem vystudovala i choreografii lidového tance a bylo dokonáno – folklor se stal mým osudem. Jak jsem jednou někde zaslechla a ráda parafrázuji: „Folklor je diagnóza, a pokud se jím někdo nakazí, už se nechce uzdravit.“

## K Rosénce mě připoutal můj malý syn

### Co vás přivedlo do Rosénky?

Můj syn. Už v prenatalní době se mnou tančil a poslouchal lidovou muziku, a jak se říká – geny

neoblafeš. Od dětství jsem mu zpívala, a jakmile se postavil na nohy a začala hrát hudba, začal se pokoušet o taneční kreace. Na Karlově mostě nás tehdy takto potkal kolega z Armádního souboru. Když viděl tříletého kluka, jak se za zvuků jazzové kapely zmitá v podivném tanci a nerozptyluje ho ani shluk turistů, který se okolo nás vytvořil, poradil mi, ať ho zkusím přihlásit do folklorního souboru Rosénka, který vede Radka Baboráková a dělá to prý moc dobře. A tak jsem se v roce 1992 potkala s Rosénkou a její úžasnou vedoucí. Nejprve jen jako matka, která vodí na hodiny své dítě, a posléze jako spolupracovnice. Když Radka zjistila, že jsem „od fochu“, přizvala mě ke spolupráci.

### Jak tehdy Rosénka vypadala?

Tenkrát byly v souboru jen tři skupiny: přípravka (předškolní děti), Malá Rosénka (mladší školní děti) a Velká Rosénka (starší školní děti). Později do Malé Rosénky přešly děti z přípravy a z Malé Rosénky vznikla Střední Rosénka, kterou mi Radka dala na starost. Začala jsem tvořit své vlastní choreografie pro děti – to pro mě byla nová zkušenost. Do té doby jsem pracovala jen s dospělými profesionálními tanečníky, kteří byli vybaveni perfektní taneční technikou a zkoušeli každý den. Teď jsem přišla před děti s různou mírou talentu, pro které byl tanec pouze zájmová činnost a zkoušely hodinu a půl dvakrát týdně. Pro obě strany to bylo těžké. Já jsem musela své nápady přizpůsobovat možnostem malých tanečnicků a některé děti si těžko zvykaly, že nemám ráda lenost a snažím se před ně stavět čím dál tím těžší úkoly. Děti v Rosénce postupně přibývalo a v roce 2011, kdy se Radka Baboráková rozhodla odejít do důchodu, jsem převzala vedení celého souboru.

^  
Tradice baví všechny generace.  
Na obrázku Zuzana Cílová s dětmi

<  
Kordulka na vystoupení

Folklor je  
diagnóza,  
a pokud se jím  
někdo nakazí,  
už se nechce  
uzdravit.



^  
Na festivalu ve Strážnici

>  
Společně se svým synem během vystoupení

Kde mají děti  
vzít fyzickou  
kondici, když  
nejsou ani zvyklé  
chodit pěšky?

## Syn jako parták a neocenitelný pomocník

**Váš malý syn, který vás na počátku do Rosénky přivedl, už malý není. V souboru je ale stále, pravda?**

Ano, můj syn Filip nedávno oslavil 35. narozeniny a u nás tancuje a hraje dodnes. Od dětství hrál na flétnu a později i na housle, primoval dětskou muziku v Rosénce a nyní je schopen hrát na několik dalších nástrojů, jako je viola, kontrabas, pastýřské píšťaly. Je mým neocenitelným pomocníkem v aranžování not pro muziku a při vymýšlení choreografií se ráda řídím jeho hudebním citem.

V Rosénce vytvořil pro skupinu Hajdaláci už několik svých choreografií a ve dvou

dětských skupinách působí jako korepetitor. Zde i ve skupině Hajdaláci se rovněž uplatňuje jako asistent choreografa. Jeho působení v souboru, kde musel jako ostatní děti skloubit tanec, zpěv i mluvený projev, ho ovlivnilo v jeho rozhodnutí stát se hercem. Natočil několik televizních inscenací a filmů, hraje v několika divadlech a v České televizi ho můžete vidět i ve Studiu Kamarád. Někdy je spolupráce s ním pravá Itálie, ačkoli nádobí po sobě neházíme, ale bez jeho pomoci si to už nedokážu představit. Díky němu se mi podařilo uskutečnit i můj sen – vydat CD Rosénky, na němž se podílel jako muzikant, zpěvák a upravovatel písní. CD s názvem „A tož takú...“ jsme slavnostně pokřtili v minulém roce a začínáme se pomalu připravovat na další.

## Folklor opět táhne

Oblíbenost lidových tradic dnes opět roste, a co je nejdůležitější – i mezi mladými lidmi. Rosénka navíc není jen obyčklý volnočasový kroužek, je to fungující společenství lidí nabízející svou náruč všem generacím.

Nové děti přijímá Rosénka vždy v září. Ty nejmladší začínají v souboru jako tříleté ve skupině Klobúček. Do pěti let se učí jednoduchá říkadla, písničky a pohybové a taneční hry. V dalších letech se ve skupinách Pantlička, Kasanička, Fěrtůšek a Kordulka začínají postupně učit taneční kroky, tanec ve dvojici, práci s rekvizitou a zvládat složitější choreografické celky. Nejtalentovanější děti pak zařazuje umělecká vedoucí do skupin Košulěnka (7 až 13 let) a Čižmičky (13 až 15 let). Ti, kteří se s Rosénkou nechtějí rozloučit, pokračují v dospělé skupině Hajdaláci. Těchto osm skupin vede umělecká vedoucí Zuzana Cílová a doprovází je lidová hudba Rosénka. Ve skupině Treperendy pod vedením Natálie Špiříkové tančí děti školního věku od sedmi let, po dovršení patnácti let pak přecházejí do skupiny Hrožěnka pod vedením Šimona Axmana. S těmito dvěma skupinami spolupracuje cimbálovka Muzička.





Vlastnoručně vyšíváné kroje jsou nejkrásnější

## Moravské kořeny

Rosénka je pražský folklorní soubor, který zde působí od roku 1982. Od samého počátku se soustředí na folklor jižní Moravy – co jiného taky čekat, když zakladatelkou a duchovní matkou je paní Radmila Baboráková, dcera legendárního primáše Hradišťanu J. V. Staňka. Jejím záměrem bylo pracovat s dětmi, učit je lidové písně a tance jejího rodného kraje. Původní skupinka čítala asi dvacet dětí od 6 do 10 let, jejichž rodiče také pocházeli z Moravy. Děti to v Rosénce bavilo, rodiče byli spokojeni a do souboru přicházeli noví zájemci, včetně těch čistě pražského původu, kterých je dnes většina. Pražskou rodačkou je ostatně i nynější vedoucí Rosénky paní Zuzana Cílová.

Soubor se postupně rozčlenil do deseti samostatných skupin. Repertoár stále pochází převážně z oblasti Uherskohradištska, Uherskoostrožska a Uherskobrodsko, v posledních letech byl ve skupinách starších dětí a dospělých rozšířen o další regiony.



## Čtyřicet rosénkových let

**Rosénka loni oslavila čtyřicáté narozeniny. Jak se ta dnešní liší od té před desítkami let?**

Dříve přicházely do souboru většinou děti, jejichž rodiče se do Prahy přestěhovali z Moravy a chtěli v dětech udržet pouto k rodnému kraji. To už se dávno změnilo a dnes je většina členů křtěna Vltavou. Rodiče se o Rosénce většinou dozvědí buď z internetu, nebo nás vidí na nějakém vystoupení, případně s dětmi přijdou na doporučení svých známých, kteří už děti v našem souboru mají. Vzhledem k enormnímu tlaku, který je v posledních letech vyvíjen na žáky, aby se dostali na co nejprestižnější gymnázium, spousta dětí kvůli tomu na Rosénku přestává mít čas, chodí na různá doučování a přípravné kurzy a v souboru končí. Stále však zůstává mnoho těch, kteří u nás zůstávají až do dospělosti ve skupinách Hajdaláci a Hrozénka. Dokonce máme i souborová manželství a největší radost mám z toho, že v Rosénce už tančí potomci bývalých i stávajících členů souboru.

Dnešní děti mají obecně větší přístup k informacím, jsou ale méně tělesně zdatné, méně jazykově vybavené a ani systém současného školství (ústní projev je minimalizován, zkoušení se odbývá formou testů, paměť není tak trénována) jim v celkovém rozvoji nenapomáhá. Před dvaceti lety se za jednu zkoušku naučily třeba dvě nové písničky. Dnes je jednu sloku učím měsíc... Do souboru přijdou malé děti, které neumějí běhat, nevědí, jak se hraje na honěnou, o kotrmelci ani nemluvě. Není to jejich chyba, život ve velkoměstě se zrychluje, rodiče více pracují, mají méně času a všude se jezdí autem. Kde mají děti vzít fyzickou kondici, když nejsou ani zvyklé chodit pěšky? Když se ve skupině předškoláků zeptám, jestli jim rodiče večer

čtou před spaním, z patnácti dětí se přihlásí tři, se zpíváním doma je to ještě horší.

Stejně tak jako před čtyřiceti lety jsou ale děti upřímné a s citlivostí lakmusového papírku vám dají okamžitě vědět, když je něco ne baví. A stejně jako před čtyřiceti lety je napínavé objevovat další možnosti, jak je zaujmout a těšit se ze světýlek v jejich očích, pokud se to podaří.

### Co na váš pražský soubor říkají na Moravě?

S Moravou jsme úzce spojeni. Rosénka stále spolupracuje s paní Radkou Baborákovou, s folkloristou Davidem Pavlíčkem, mnoho jsme se naučili od DFS Hradišťánek. Na regionální čistotu velmi dbám, ať už se týká dialektu či tanečních motivů. Jednak si myslím, že udržet tradici je důležité, a také proto, že při vystoupeních na Moravě jsme pod skutečným drobnohledem a často jsme se setkali (ještě než nás obecenstvo vidělo na jevišti) s poznámkami typu: „Pražáci nás chtějí učit náš folklor? To bude pěkná slátanina.“ O to větší zadostiučinění pak cítím, když za námi po představení titíž přijdou se slovy: „Byli jste výborní, my bychom vůbec nepoznali, že jste z Prahy, vždyť vy to máte stylově čistší než ti naši.“

## Bez podpory Dejvického divadla by to nešlo

**Při pohledu na vaše nádherné kroje mě napadá: Kdo vám je šije?**

Jednodušší části dívčích krojů si šijeme svépomocí, složitější musíme kupovat na Moravě, což je samozřejmě velmi drahá záležitost, kterou si můžeme dovolit díky Dejvickému divadlu, pod jehož hlavičkou Rosénka působí. Divadlo nám poskytuje prostory zkušebny



^  
Rosénka je společenství lidí  
s velkým srdcem

## Kam na Rosénku?

Všechny skupiny se každoročně představují publiku v některém z pražských divadel. Se skupinami Treperendy, Hrozénka, Košulenka, Čížmičky a Hajdaláci se můžete potkat na masopustních veselících, adventních i vánočních trzích včetně slavnostního rozsvěcení vánočního stromu na pražském Staroměstském a Dejvickém náměstí, na dožínkách či třeba na velikonočních trzích. Pravidelně se zúčastňují folklorních festivalů doma i v zahraničí, kde získali i spoustu ocenění. Rosénka také pořádá výchovné koncerty pro děti i akce pro seniory a několikrát účinkovala v České televizi.

a finančně nás dotuje, za což mu patří obrovský dík a já jsem za to velmi vděčná. V rámci spoření jsem já osobně vyšila třeba pánské kopianické vesty a děvčata ze skupiny Hajdaláci jsem přiměla k tomu, aby si vyšila hradištské i kopianické části krojů. Když jsme s tím začaly, mnohá děvčata držela jehlu v ruce poprvé v životě a na soustředění jsem je učila základní stehy. Já sama jsem nikdy nevyšívala, ale internet je vynikající pomocník – našla jsem vzory stehů i výšivek pro jednotlivé regiony a mohlo se začít. Dnes máme vyšité krásné kroje a ušetřili jsme desetitisíce. A ještě jednu výhodu to má. Kroj, který si dlouhé hodiny pracně vyšíváte, nehodíte při převlékání jen tak na zem, docela jinak si ho vážíte než toho, který dostanete už hotový.

### A když se podíváte před sebe, vidíte budoucnost Rosénky optimisticky?

Ano, kdybych nebyla optimistka, asi bych tu práci nemohla dělat. Dětem od malička vyprávím o tradicích, které se váží k různým etapám roku (vynášení Moreny, chození s létečkem, Velikonoce, pálení čarodějnic, svatojánská noc, dožínky, advent, Vánoce, Tři králové, masopust). Povídáme si i o různých tradičních řemeslech, krojích a podobně. Mám radost z toho, že znovu ožívají různé tradice a zvyky a folklor přitahuje i mladé lidi. Vždyť lidová píseň, tanec a lidové tradice jsou vzpomínky na naše předky, které stojí za to zachovat.

### A poslední otázka, osobní: Čím je pro vás Rosénka?

Bez rozmýšlení odpovídám, že obrovskou láskou, které neváhám obětovat všechny své síly a volný čas. Skupina Hajdaláci jsou moje srdcová záležitost, část jejich členů jsem odchovala

v Rosénce od předškolních let. Oni byli mými pokusnými králíky, na nichž jsem začala zkoušet humorné a stylizované choreografie, které jsou pro tuto skupinu, kromě těch tradičních, charakteristické. Díky jejich entuziasmu a kreativitě mě napadají stále nová témata a dnes jsou už schopni je dotvářet a přicházet s vlastními nápady. Jejich pomoc s mladšími dětmi při představeních je neocenitelná a způsob, jak zaučují nově příchozí do skupiny, je obdivuhodný. Všechny děti z Rosénky se mi nesmazatelně zapsaly do srdce, ať už v souboru pobýly kratší či delší dobu. Celý soubor je pro mě neustálým zdrojem inspirace a všechny těžkosti, problémy a únava jsou zapomenuty, když vidím Rosénku hrát, zpívat a tančovat. Folklor je prostě diagnóza...

Text: Martina Hošková  
Foto: archiv Zuzany Cílové



# DÍKY VÁM JSME OPĚT ÚSPĚŠNÍ

## Pojišťovna roku



**1. místo**  
Autopojištění



**2. místo**  
Pojištění občanů



**3. místo**  
Životní pojištění



**3. místo**  
Pojištění průmyslu  
a podnikatelů

## Zlatá koruna



**1. místo**  
Pojištění podnikatelů  
a průmyslu



**2. místo**  
Autopojištění  
Combi Plus IV



## ČESKÁ PODNIKATELSKÁ POJIŠŤOVNA

*Děkujeme!*





^  
Manželé Lucie  
a Jaroslav Němečkovi  
s Myšpulínem, Fifinkou,  
Pindou a Bobíkem

# Čtyřlístek nosí štěstí

## Již 55 let!

Když Jaroslav Němeček v květnu roku 1969 nakreslil postavičky Pindi, Fifinky, Myšpulína a Bobíka poprvé, bylo mu 24 let. Od té doby snad neminul den, aby se jejich tvorbě nevěnoval. Letos oslavil osmdesátiny a příběhy čtyř nerozlučných kamarádů pod jeho rukama ožívají stále. Věříme, že stejně jako my i mnozí z vás nad stránkami Čtyřlístku prožívali napínavé a krásné chvíle dětství a toto potěšení pak předávají ve svých rodinách dál. K významnému jubileu bychom Čtyřlístku i jeho stvořiteli rádi poblahopřáli, trochu si zavzpomínali a podívali se, jak se jim všem daří dnes.

### Za všechno může Itálie

Skutečnost, že inspiraci ke kreslení čtyřlístkových příběhů nachází výtvarník a ilustrátor Jaroslav Němeček ve svém nejbližším okolí, je poměrně známá. Jak do toho ale zapadá Itálie? Autor Čtyřlístku je přece Čech a patriot na slovo vzatý!

Ono to bylo tak... Když tehdy dávno před 55 lety Čtyřlístek vznikl, nápad se zrodil ze silného zážitku, který si mladí novomanželé Němečkovi přivezli ze své dovolené v Itálii. Už tehdy Jaroslav kreslil komiksy do Mateřídoušky a v Itálii si hned oba dva všimli obrovského množství krásně barevných časopisů pro děti, které tam byly k mání. A tak si s manželkou Lucií hned řekli, že musí

něco takového udělat i pro děti české – včetně svého syna Vítky, který byl tehdy ještě miminko. Po návratu z dovolené si v klidu na chalupě sedli k lahvince dobrého italského vína, a jak sami říkají, s tužkou v ruce a láskou v srdci společně vymysleli čtyři nerozlučné kamarády: Pindu, Myšpulína, Fifinku a Bobíka. Rovnou jim tehdy k podobě dali do vínku i základní povahové rysy a už se těšili, jak svůj Čtyřlístek nabídnou k realizaci v redakci.

## Papír došel!

V tehdejší šedi zapůsobil barevný Čtyřlístek na děti, a potažmo jejich rodiče, jako zjevení. Pamětníci vzpomínají, jak se u trafik na něj stály fronty a někdy byl k dostání jako podpultovka. Děti byly nadšené a rodiče jim chtěli udělat radost. Na začátku nebyl číslovaný, nevycházel pravidelně a neříkalo se mu časopis, byl vydáván pod názvem Čtyřlístek – Veselé obrázkové čtení. A přesně to uvnitř čtenáři vždycky našli: laskavé příběhy pro malé děti, do kterých se nikdy nepletla politika, zloduchové byli vždy dopadeni a spravedlivě, leč nikoli krutě, potrestáni.

První náklad vyšel v počtu třiceti tisíc výtisků. Hlad po veselém obrázkovém čtení byl tak obrovský, že další měsíc už se muselo vydat šedesát tisíc výtisků, pak devadesát a nakonec v 80. letech dosáhl Čtyřlístek rekordního počtu dvě stě dvacet tisíc výtisků osmkrát za rok. Kvůli tomu ho paradoxně dokonce chtělo nakladatelství zrušit, protože na veleúspěšný časopis bylo potřeba tolik papíru, že už mu z plánovaného a dostupného množství nezbyvalo dost na tisk neprodejných, leč politicky korektních titulů. Naštěstí ke zrušení nikdy nedošlo a české děti o svůj oblíbený originální český komiks, dalo by se říct součást národního kulturního dědictví, nepřišly.

## Gratulanti, kam se podíváš

První Čtyřlístek spatřil světlo světa v květnu 1969, letos tedy slaví 55. narozeniny. Prvních dvanáct nečíslovaných příběhů patří mezi sběrateli k nejvyhledávanějším. A těch úplně prvních šest čísel si Jaroslav Němeček nejen sám ilustroval, ale i psal. Pak otěže psaní převzala nejdříve básnířka Ljuba Štíplová, následována postupně dalšími kolegy spisovatelů. Příběhy z pera Ljuby Štíplové zůstávají i po dlouhé době mezi těmi nejoblíbenějšími, a jak říká Jaroslav Němeček, jeden je lepší než druhý. Ona sama vzpomínala na své první počty, kdy se jí zdálo, že psát komiks pro čtyři hlavní postavy bude ohromně obtížné – je to totiž dost neobvyklé aranžmá. Většinou bývá v komiksu jen jeden hlavní hrdina, jemuž se střídají partneři, nebo hrdinové dva, kteří stojí proti sobě. Ale udržet na osmi stránkách hned čtyři postavy, to byla výzva.

Letos oslavil významné jubileum i pan Jaroslav Němeček, a to své osmdesátiny. Blahopřání tak mnohdy přicházejí oběma nerozlučným jubilantům zároveň. Jedním z gratulantů je městská část Praha 12, kde autor Čtyřlístku prožil své dětství a dospívání. Rodný dům v Modřanech, kde nyní žije rodina jeho bratra, byl vzorem, podle něhož vznikla podoba domku, ve kterém bydlí Čtyřlístek. Sdílejí například stejná kamna a zelený nábytek. Na počest autora a jeho díla uspořádala radnice unikátní výstavu, kterou trefně pojmenovali Čtyřlístkománie.

V sobotu 28. října 2023 převzal Jaroslav Němeček na Pražském hradě medaili Za zásluhy I. stupně v oblasti kultury a umění. S blahopřáním přispěchala i Česká televize, která při této příležitosti nachystala o Čtyřlístku a jeho autorovi vzpomínkový dokument a odvysílala prvních sedm nově vzniklých



## Myšpulín

Myšpulín je velice chytrý kocour. Zařídil si svou vlastní dílnu, ve které rád něco nového vymyslí a bádá. Jeho vynalézavost a rozvaha nejednou pomohla celému Čtyřlístku a jejich přátelům vymotat se z nenadálého problému. Právě proto je přirozenou autoritou celé party a uznávaným profesorem v celém širém světě.



## Fifinka

Psí holčička Fifinka vyrostla ve skvělou hospodyňku a velkou parádnici. Obětavě se stará o ostatní a vaří jim jejich oblíbená jídla. Nemá ráda nepořádek a běda tomu, kdo ho udělá. Často v domečku uklízí a vymýšlí, jak by ho ještě víc zkrášlila. Nezkazí žádnou výpravu, podle slov Bobíka je odvážná a nedá se. Je zkrátka nejlepší kamarádkou i do nepohody.





## Bobík

Už jako malý si pořad špinil košilkou a kalhoty. Není divu, je to přece prasátko. Jeho velkou láskou je jídlo. Když Bobík něco dělá, jde do toho se vši vervou a rychle rovnou po hlavě. Ale je to věrný kamarád a za všechny z party Čtyřlístku by se rval jako lev. Však je to taky pořádný silák.



## Pinda

Jako každý správný zajíc i Pinda moc rád běhá. Nejdřív mu to moc nešlo, ale vydržel, pilně trénoval, a dnes se může pyšnit zlatými poháry, které dostávají jenom vítězové. Ale neběhá jen na závodech. Když se poleká, je hned fuč. Je to odborník na lékání. Zároveň ale ví, že každý strach se dá překonat, a na své odvaze neustále pracuje.



Foto: Tomáš Fongus

čtyřlístkových večerníčkových dílů, čímž se Jaroslavu Němečkovi splnil jeho velký sen. Přenést kreslená dobrodružství na obrazovku chtěl totiž odjakživa, a své hrdiny kreslil proto vždy tak, aby je, až nastane ta správná chvíle, bylo snadné animovat. Dva filmy už sice vznikly dřív, ale ve večerníčku se dětem Čtyřlístek představil poprvé. Jeden osmiminutový díl vznikl pod vedením čtyřlístkového dvorního režiséra Michala Žabky přibližně čtyři měsíce a zhruba za dva roky bychom se mohli dočkat uvedení dalších šesti dílů, na kterých se už také pracuje.

## Je ti podobná, nezdá se ti?

Už jsme zmínili, že inspiraci ke kreslení čtyřlístkových příběhů nachází výtvarník a ilustrátor Jaroslav Němeček ve svém nejbližším okolí. A kdo by mu mohl být bližší než jeho milovaná manželka Lucinka? Schválně se na ni podívejte a porovnejte ji s podobou Fifinky ☺. Modřanskou inspiraci z dětství jsme už také prozradili, ale Třeskopsky přece v Praze nenajdeme, že ne? No jasně, jako každý správný Pražák i Jaroslav Němeček si našel svou cestu z města. Učarovala mu malebná krajina Kokořínska a okolí. Třeskopsky, to je městečko Doksy, Blaták Máchovo jezero a hrad Bezzub, to je Bezděz. Skály, lesy, řeka, to všechno má autor Čtyřlístku před očima, i když zrovna nekreslí na chalupě v Doksech, ale v ateliéru v Praze. V Doksech má kreslená parta i své stálé muzeum, které se

nyní rozšiřuje o další čtyři místnosti. Najdete ho na zdejší zámku, kde vás přivítají Myšpulín, Fifinka, Bobík a Pinda v životní velikosti, prohlédnete si čtyřlístkové poštovní známky a nakouknete i do Myšpulínovy laboratoře a Fifinčiny kuchyně. A pokud máte rádi přírodu a pohyb jako tato čtveřice kamarádů, můžete se vydat i na dvanáct kilometrů dlouhou stezku Se Čtyřlístkem okolo Blatáku neboli kolem Máchova jezera.

Lásku k přírodě vdechli svým postavčkám manželé Němečkovi hned při jejich narození. Myšpulína tehdy pojmenovali po mišpuli obecné, staré odrůdě ovocného stromu. Tato starobylá dřevina byla pěstována už před několika tisíci lety a Čtyřlístek byl při tom, když byla vysazena i v pražské botanické zahradě, kde ji můžete najít. Její plody obsahují mnoho prospěšných látek a blahodárně působí na celý organismus. Totéž lze bez přehánění prohlásit i o laskavých příbězích čtyř nerozlučných kamarádů. Celkem jich dosud vyšlo 750 a každoročně přibývá dalších osm nových čísel plus čtyři dvojčísla. Stejně jako před lety i nyní je na začátku nápad, který je potřeba zhmotnit. A my přejeme všem, kdo se na tvorbě Čtyřlístku podílejí, ať jim jde práce pěkně od ruky, a děti se tak mohou těšit na další a další příběhy svých zvířecích kamarádů.

Zpracovala: Martina Hošková  
Foto: archiv Jaroslava Němečka  
a Tomáš Fongus

&lt;

Slavnostní chvíle na Pražském hradě. V sobotu 28. října 2023 převzal Jaroslav Němeček medaili Za zásluhy I. stupně v oblasti kultury a umění



## Trocha historie nikoho nezabije

### 1969

Patnáctého května vychází první číslo Čtyřlístku v nákladu 30 000 kusů. Během tří týdnů je časopis rozebrán. První příběhy píše Jaroslav Němeček sám.

### 1970

V tomto roce se k panu Němečkovi přidává paní Ljuba Štíplová a začíná pravidelně tvořit scénáře Čtyřlístku pod pseudonymem svého muže Miloše Štípla.

### 1982

Vychází sté číslo Čtyřlístku.

### 1990

Vzniká soukromé nakladatelství Čtyřlístek.

### 1991

V tomto roce se k paní Ljubě Štíplové přidávají i další spisovatelé – Libuše Koutná, Hana Lamková, Josef Lamka, Jiří Poborák, Karel Ladislav a jiní.

### 1992

Vychází číslo 200.

### 2002

Vychází kniha Prvních dvanáct příběhů Čtyřlístku.

### 2010

Vychází první poštovní známka Čtyřlístku, na známce se objevuje Fifinka. Prodává se okolo 270 milionů kusů.

### 2011

Slavnostní otevření muzea Čtyřlístek v Doksech v Libereckém kraji.

### 2013

Vznik filmu Čtyřlístek ve službách krále.

### 2019

Přichází premiéra nového filmu Velké dobrodružství Čtyřlístku.

### 2023

Jaroslav Němeček přebírá na Pražském hradě z rukou prezidenta Petra Pavla medaili Za zásluhy I. stupně v oblasti kultury a umění. Česká televize připravila o Čtyřlístku dokument.

### 2024

Čtyřlístek slaví 55. narozeniny a Jaroslav Němeček osmdesátiny. Praha 12 na počest svého rodáka pořádá výstavu Čtyřlístkománie a Česká televize uvádí prvních sedm večerníkových dílů Čtyřlístku.



# Práce jako zábava

Pomoc  
a podpora  
je oboustranný  
tok.

Vzhledem k tomu, co vidím ve firmách, jsem došla k závěru, že práce by měla být součástí života od útlého dětství. Nemyslím tím zneužívání dětské práce samozřejmě. Ale druhý extrém je urputně ochraňovat děti a mládež před prací. Co když je totiž právě ona tou odpovědí na otázky jako: Jak zajistit, aby se nová generace dokázala o sebe postarat? Jak podpořit její úspěch a štěstí?

Za svou dvacetiletou kariéru konzultací v oblasti budování týmů jsem se setkala s vyššími stovkami, ne-li tisíci úspěšných lidí. Úspěšných nejen z pohledu majetku, ale hlavně z hlediska užitečnosti pro jejich okolí. Někteří vybudovali skvělé užitečné firmy, jiní jsou užiteční svému týmu tím, že odvádějí skvělou práci, další svým zákazníkům a veřejnosti.

Jsou to lidé, kteří se dokáží postarat o sebe, své blízké, a ještě podporují stát, ve kterém žijí. Prostě chodící šťastná užitečnost. A společným

jmenovatelem je to, že se prostě nebojí práce. Nesnaží se jí vyhnout, i když vědí, že s sebou někdy přináší jisté nepohodlí. Je jim proti srsti pasivně natahovat ruku a čekat, až se někdo postará o jejich spokojenost. Vnímají, že pomoc a podpora je oboustranný tok.

Dále jsem vyzozorovala, že tento jejich přístup nesouvisí s úrovní dosaženého vzdělání ani s inteligencí. Dokonce ani původ nebo geny v tom nehrají roli. To, co doopravdy nejvíc podpořilo tento zdravý přístup, je fakt, že jim bylo



umožněno pracovat (tedy hodnotně přispívat) mnohem dříve, než se oficiálně zařadili do pracovního procesu.

## Bezstarostnost jako past

Současný styl výchovy a přístupu k dětem je o tom, poskytnout jim vše, co my jsme neměli, usnadnit jim život, jak to jen jde, a nechat je, aby si užívali bezstarostnosti. Bohužel tato bezstarostnost zároveň zneschopňuje.

Sama jsem si všimla nezvyklé radosti, která následovala vždycky poté, co jsem přijala pomoc od některého ze svých dětí. Nebyla to často práce v plném smyslu slova. Jednalo se o snahu být užitečný. Tato radost byla až podezřele srovnatelná s radostí z opravdové hry. Když si totiž hrajeme, máme běžně nějaký cíl a nějaké překážky nebo soupeře. Třeba postavit co nejvyšší věž, aniž by spadla, nebo schovat se tak, že vás spoluhráč nenajde... Musíme se trochu namáhat, abychom mohli vyhrát nebo jenom hrát. Pak máme radost, když vyhrájeme, nebo i z toho, že jsme se zlepšili.

## Práce jako škola života

Stejně je to i s prací. Dítě má cíl, má i bariéry. Má vyskládat myčku a musí použít židli, aby dosáhlo do horních pater poličky (to je jeho

překážka), a když to zvládne, zvítězilo. Na tom stojí jeho sebedůvěra a ochota dál pokračovat. Nebojí se práce, protože ví, že to může zvládnout. Škola života, jak se říká.

A práce je proto přesně ta správná lekce pro život, je zdrojem sebeúcty a sebedůvěry, kterou lidé potřebují, aby se doopravdy postavili na vlastní nohy. Je to důležitá prevence pro duševní zdraví.

Proto bych nám rodičům a pedagogům popřála víc práce a méně organizované zábavy. Ráda bych viděla ve školách víc zahradních prací, úklidu, zapojení do rekonstrukce a zvelebování prostor.

## A na závěr

Pokud jste už tak trochu propásli přirozenou ochotu pracovat a pomáhat u malých dětí a teď se ji snažíte probudit u náctiletých, připravte se na počáteční neochotu. Obrňte se trpělivostí a vytrvalostí. Stokrát se vám to vrátí. Každý úspěch v tomto směru je vklad, který se zúročí v budoucnu.

*Text: Lucie Spáčilová, výkonná ředitelka společnosti Performia  
Foto: Shutterstock*



## Práce pro Srdce s láskou darované

O tom, že děláni, dělání (nejen) všechny smutky zahání, se každoročně přesvědčují i malí a velcí zapojení do projektu Srdce s láskou darované. Jejich práce naplňují a utvářejí nejen je, ale také ty, kterým jsou věnovány.



^  
**Nobilis Tilia** je česká značka přírodní aromaterapeutické kosmetiky. Spojením živlů přírody a starobylé metody destilace vodní párou získává to nejcennější přírodní bohatství pro krásu a zdraví – 100% čisté éterické oleje. Mocné esence ukryté v siličnatých váčcích rostlin, jejichž hluboká síla a energie významně působí na tělesné i psychické zdraví člověka.

# Nobilis Tilia slaví třicetiny

## „Chceme pohladit tělo i duši,“

říká její zakladatel Zbyněk Šedivý

Zbyněk Šedivý

∨



Jedinečná atmosféra, genius loci Českého Švýcarska, vůně vlčihorských luk, tradice bylinkářství, kvalitní produkty a péče o zákazníka. To vše a nejen to najdete v Krásné Lípě v sousedství národního parku ve firmě Nobilis Tilia, která letos slaví třicet let. „Jsem hrdý na to, že jsem po celou tu dobu obklopen lidmi, kteří se mnou sdílejí mé nadšení,“ konstatuje její zakladatel Zbyněk Šedivý, přírodovědec a původně učitel tělocviku.

„Třicetileté výročí vnímám jako příležitost zastavit se a přemýšlet. To, že Nobilis Tilia ve Vlčí Hoře stále žije a daří se jí, je pro mne i nepřímým potvrzením, že původní myšlenka našla prostor pro bytí. Je to také příležitost k oslavám a k setkáním s lidmi, kteří se na fungování společnosti podílejí, se spolupracovníky, přáteli a podporovateli. Ti všichni spoluvytvářejí hodnoty, které stojí za to dál formovat a pečovat o ně s odpovědností uvážlivého hospodáře,“ popisuje své pocity zakladatel společnosti, jež přináší prvotřídní aromaterapeutickou kosmetiku s nejširším portfoliem na českém trhu.

Zbyněk Šedivý se začal profesionálně zabývat léčivými vlastnostmi rostlin už krátce po roce 1989. Hledání cest, jak účinky rostlin využít pro lidské zdraví a přeměnit je ve smysluplný produkt, vyústilo v roce 1994 v založení společnosti Nobela se sídlem v Domě služeb v Krásné Lípě. První podnikatelské krůčky charakterizovalo především důkladné učení se řemeslu, dlouhý čas v laboratoři, poznávací cesty za rostlinami a vzděláváním do Francie, hledání dodavatelů nejkvalitnějších surovin. Receptury prvních krémů a olejů vznikaly ve spolupráci s uznávaným odborníkem na vývoj kosmetiky prof. Ing. Janem Šmidrkalem, CSc., a významným českým dermatologem doc. MUDr. Otakarem Feřtekem.

## Název firmy jako poděkování místu, kde vznikla

Nové tisíciletí přineslo nový vítr do podnikání, a hlavně roky 2003 a 2004 představovaly velký



zlom. Společnost se přestěhovala do nedaleké obce Vlčí Hora, do objektu bývalého kulturního domu a na přilehlé pozemky. Z Nobely se stala Nobilis Tilia (latinsky Krásná Lípa) jako poděkování místu svého vzniku a k vedení společnosti se připojili manželé Adéla a Petr Zrubečtí. Adéla Zrubecká jako první diplomovaná aromaterapeutka v Čechách a Petr Zrubecký jako zkušený podnikatel, který se začal aktivně věnovat technickému rozvoji firmy.

V malebné vesničce Vlčí Hora, rozprostírající se pod stejnojmennou vyhaslou sopkou, se začalo s opravami budovy a prostorů pro výrobu. Na principech permakultury vznikala naučná bylinková zahrada, a pomalu se tak začalo tvořit místo propojené s přírodou, zasvěcené



^  
Prodejna Nobilis Tilia ve Vlčí Hoře se stala nejlepším kamenným obchodem uplynulého roku v soutěži Visa Czech Top Shop 2023

Jedinečnou atmosféru Návštěvnického centra ve Vlčí Hoře a komplexní nabídku aromaterapeutických produktů chtělo vedení společnosti nabídnout i zákazníkům z dalších koutů republiky. Proto otevřelo další dvě zážitkové prodejny – v prosinci 2021 v Praze v pasáži Platýz a v listopadu 2023 v Avion Shopping Parku v Ostravě.

&gt;

**Zbyněk Šedivý**

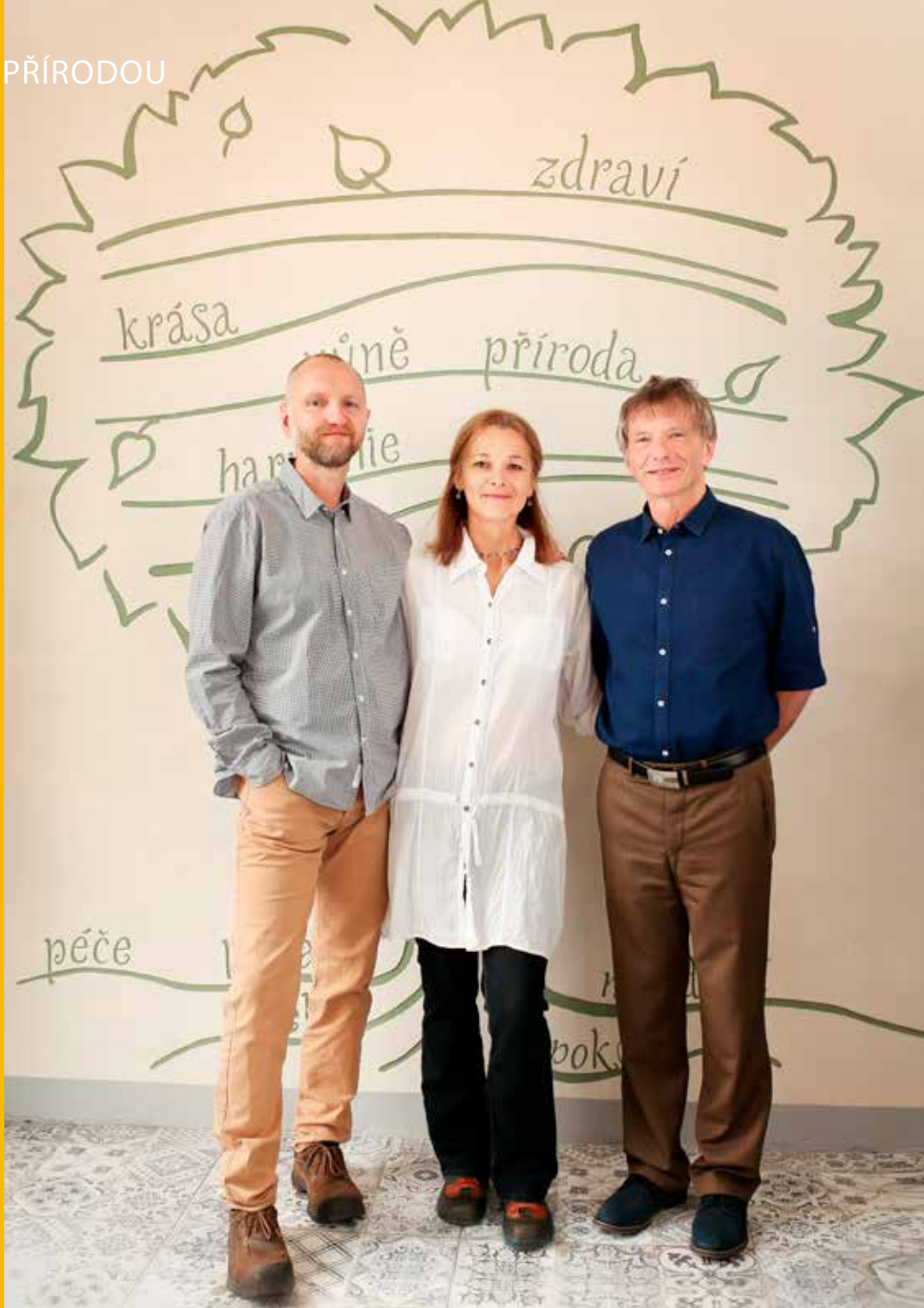
(na fotce vpravo) vystudoval biologii a tělesnou výchovu na Karlově univerzitě v Praze. Stál u zrodu Asociace českých aromaterapeutů a Institutu aromaterapie, kde 20 let vyučoval. Je spoluautorem první knihy o aromaterapii v Čechách *Praktická aromaterapie*.

**Adéla Zrubecká**

se stala první diplomovanou aromaterapeutkou v Čechách. Aromaterapii vystudovala na Institutu přírodní medicíny v Londýně. Působila jako šéfredaktorka Listů aromaterapie a fytotherapie. Stála u vzniku Institutu aromaterapie. Je autorkou odborných knih jako *Aromaterapie podle ročních období* nebo *Voňavé léčivé pohádky*.

**Petr Zrubecký**

od roku 1997 pracoval pro Národní park České Švýcarsko. V Nobilis Tilia od počátku zajišťuje technické zázemí pro všechny aktivity společnosti.



vůním, rostlinám, odpočinku i vzdělávání – Centrum aromaterapie. V roce 2016 pak bylo v budově bývalé vesnické školy otevřeno Návštěvnické centrum s první kamennou prodejnou kosmetiky a Bylinkovou čajovnou. Stále pulzujícím projektem je také přilehlá Vlčíhorská zahrada, v níž návštěvníci zjistí, jak odpovědně hospodařit s půdou, poznají siličnaté aromatické rostliny, ze kterých vznikají éterické oleje, ale i lokální ohrožené druhy nebo staré mizející odrůdy. Zahradou provází naučný orientační systém, připraveny jsou zážitkové trasy i zábava pro děti.

„Nesmírně si vážíme toho, že se naše produkty během třiceti let staly pro mnohé každodenními celostními pomocníky v péči o tělo i duši. Do své další dekády vstupuje naše společnost s odhodláním, vizí a plány na tu nejlepší péči o člověka,“ zdůrazňují majitelé. A my za redakci AGE dodáváme – mějte se rádi a klidně se i trochu rozmazlujte.

Připravila: Jana Jenšíková  
Zdroj: Nobilis Tilia



# Probud'te se, je jaro!

Na jaře přichází ke slovu element Dřeva. Energie, která se nashromáždila během zimy, začíná růst a stoupá vzhůru, stejně jako rašící výhonky a klíčky. Také cítíte, jak vaše energie dostává nový impuls? Pojd'te si s pomocí éterických olejů uvolnit důležité dráhy v těle, aby vaše nová vlna energie mohla volně proudit.

Jaro je rozhodně potřeba odlehčit. Kromě čerstvých jarních bylin zařad'te do jídelníčku naklíčená zrna a naplánujte si jarní očistu zevnitř i zvenku. **Játra a žlučník jsou hlavními orgány v elementu Dřeva** a ne nadarmo je na jaře ideální čas k jejich nejrůznějším očištným kúrám. Když totiž energie v játrech neproudí, nastávají nejrůznější potíže, od těch trávicích a vylučovacích přes migrény, PMS, únavu a svalovou ztuhlost až po psychické problémy. Vynechte z jídelníčku všechno tučné, smažené, alkohol, kávu, bílý cukr a nekysané mléčné výrobky, pijte hodně čerstvé vody a zařad'te kúru s detoxikačním čajem a čekankovou tinkturu, která napomáhá obnově jaterních buněk.

Citrusové éterické oleje, jako je bergamot, grep, pomeranč nebo citron, jsou v tomto období ideální. Pročistí dráhy jater a žlučníku a dodají vám jarní optimismus. Nevolnostem ulevujte mátou a heřmánkem, proti migrénám vyzkoušejte třeba náš Aroma olej Migréna. Také rozmarýn výborně rozproudí vaši energii

i lymfu a zimní melancholie se v jeho vůni rozplyne jako mlha v ranním slunci. K masážím využijte Směs éterických olejů Dotek jara, jehož příjemná citrusová vůně navíc podporuje tok energie v játrech. Na jaře na vás může být té aktivity najednou moc, nezapomeňte proto na relaxaci. K suchému kartáčování pokožky přidejte večerní koupele s Koupelovým olejem Klid nebo Radost. Blahodárně působí nejen na játra, ale také na vaše nervy.

S nástupem vlády elementu Dřeva je čas na nové vize a projekty. Oprostěte se od starého a nepotřebného, uklid'te si šuplíky a své mentální energii dejte směr. Probud'te v sobě tvořivost, vždyť všechno okolo vás je v pohybu, bud'te také...

*Text: Adéla Zrubecká  
Foto: archiv Nobilis Tilia*

^

V areálu Nobilis Tilia ve Vlčí Hoře se koná spousta společenských akcí. Foto zachycuje tradiční Svatojanské slavnosti

Adéla Zrubecká

v



# Touha pomáhat nestačí V sociálního pracovníka musíte lidsky dozrát



^  
Ivana Kmochová (vlevo) a Petra Mottlová pracují v sociálních službách řadu let a jsou spojeny s humpolským Medou

**Integrace  
je to, když je  
dítě s ostatními  
dětmi, ne vedle  
nich.**

*Prof. Zdeněk Matějček*

„Když byla v roce 2015 založena nezisková organizace Medou, sledovali jsme kromě uplatnění zdravotně znevýhodněných dětí a mladých lidí z Humpolecka ve společnosti také jejich přirozenou integraci,“ vzpomíná na začátky spolku Ivana Kmochová.

Mezinárodně uznávaný dětský psycholog profesor Zdeněk Matějček upozorňoval, že integrace je to, když je dítě s ostatními dětmi, ne vedle nich. Důležitost a systematickosti integrace zdůrazňují také sociální pracovníce Petra Mottlová a koučka a lektorka Ivana Kmochová ze spolku Medou.

Obě svorně říkají, že k začlenění do společnosti je potřeba ochoty všech stran. A za velký úspěch považují nástup některých klientů do práce. Tomu však předchází dlouhá doba rozvíjení neformálních vztahů v běžném životě. „Navštěvujeme předškolní a školní zařízení, aby již malé děti měly možnost vnímat postižení klientů jako běžný jev, a na tomto poli vznikají velmi krásná a křehká přátelství. Například se Základní uměleckou školou v Humpolci jsme spolupřádali koncert a žáci Základní školy Hálkova pod vedením paní učitelky Ivony Krčilové nám věnovali v rámci celostátního projektu Srdce s láskou darované několik ze svých soutěžních prací, čehož si velmi ceníme.“

Nezapomenutelným zážitkem bývají komunitní odpoledne a společná putování, jichž se účastní široká veřejnost. Kromě kulturních a sportovních akcí trénují s klienty běžné činnosti, jako je nakupování, využívání služeb bank, telefonních operátorů, knihoven a tak podobně.

„Zájem o posilování samostatnosti projevují jak naši klienti, tak jejich blízcí. Za všechny bych zmínila příběh chlapce, který jezdí sám do našeho centra z dvacet kilometrů vzdáleného domova, i když naše Centrum denních služeb nabízí také svozovou službu. Cesta sice někdy přináší komplikace, po dohodě s maminkou ale pokračujeme v nácvičku samostatnosti. Všichni včetně něj máme z každého pokroku radost,“ připomíná nefinanční benefity podpůrných profesí Petra Mottlová.

**Když chci, aby můj tým  
tvořili srdcaři, musím jím být  
především sám**

Sociální služby trpí chronickým nedostatkem pracovníků a jejich vysokou fluktuací, neboť tato náročná práce není pro každého. „Velmi důležitý je jejich správný výběr. Mnohdy si v Medou nejsme jisti, zda potenciální kolega přesně ví, do čeho jde. Dlouhodobě a úspěšně spolupracujeme s dobrovolnickým centrem v Humpolci a každý, kdo k nám chce nastoupit, si nejprve vyzkouší své kompetence jako dobrovolník. Tento postup eliminuje nenaplněná očekávání obou stran. Členové humpoleckého dobrovolnického centra všech věkových skupin navštěvují klienty Medou, navázali s nimi přátelské osobní vztahy a obohacují je svými znalostmi, zkušenostmi



a empatií," oceňuje sociální pracovníce přínos dobrovolníků pro komunitu.

## Vnímání profesionalizace

V České republice sice existuje zákon 108/2006 o sociálních službách, který jasně definuje podmínky sociální práce, ale neříká, jak ho přesně naplnit, a už vůbec ne, jak tyto služby financovat. To je také jeden z důvodů, proč se zatím názor na sociální práci jako profesi nesjednotil. Proto naši redakci zajímalo, co o této problematice soudí ve spolku Medou. „Považujeme ji za nesmírně důležitou. Aby členové našeho týmu mohli poskytovat klientům kvalitní služby, musí disponovat multidisciplinárními znalostmi a dovednostmi. Naše vedení, především ředitelka Lenka Šlapáková, podporuje průběžné vzdělávání a sebevzdělávání pracovníků formou kurzů a stáží, rozvíjí neformální vztahy s organizacemi stejného zaměření, spolupracuje s příslušnými orgány města Humpolec a regionálními firmami a v neposlední řadě pečuje o psychickou a fyzickou kondici a personální stabilitu týmu,“ shrnuje Petra Mottlová opatření na podporu profesionálního růstu pracovníků.

Důležitou součástí sociální práce a metodou, jak nahlédnout na vlastní profesionální výkon, je supervize. Zabraňuje vyhoření personálu, rutině v práci, nedostatku empatie a případným konfliktům s kolegy. „Vedení naší organizace ji

považuje za nedílnou součást péče o zaměstnance. Velký důraz kladlo na vhodný výběr supervizora, s nímž dlouhodobě spolupracujeme formou individuálních a týmových supervizí. Měli jsme štěstí, že se podařilo získat takového, který si s pracovníky dokázal postupně vybudovat vztah postavený na důvěře. Za největší problém považujeme financování, které je vícezdrojové. Část pochází od státu, ale je potřeba ji doplnit soukromými prostředky či projekty vypisovanými krajem nebo EU.“

## Jak pečovat a nevyhořet

Dobře se postarat o druhé, to vyžaduje v první řadě myslet na sebe. Před vyhořením nejsou chráněni ani pracovníci podpůrných profesí. Proto spolek Medou letos v únoru uspořádal seminář nazvaný Jak pečovat a nevyhořet. Jeho pracovníci si totiž víc než široká veřejnost uvědomují příznaky a následky takzvaného syndromu vyhoření. Cílem organizátorů bylo upozornit na plíživost postupného vyčerpání, potřebu včasného řešení problému a nabídnout zájemcům techniky, jak je zmírnit, případně eliminovat.

„Přínos semináře vnímám v mnoha ohledech. Jednak v tom, že vůbec upozornil na nebezpečí, že také u pečujících v domácím prostředí může dojít k syndromu vyhoření. Ti nad ním často mávnou rukou se slovy ‚cítím únavu, ale musím to vydržet‘. Profesionální pečující o něm sice mají povědomí, ale ne vždy vědí, na co si dát pozor a co mohou pro sebe udělat. Dalším naším cílem bylo popsat jednotlivé fáze vyhoření a varovat před zrádností procesu, který postupuje pomalu a nenápadně. Aby si dotyčný včas řekl: ‚Aha, toto už u sebe pozoruji.‘ V neposlední řadě jsme chtěli upozornit na to, že je naprosto v pořádku a vlastně žádoucí říct si o pomoc.“

Velmi pozitivní zpětná vazba nás povzbudila a přivedla k rozhodnutí v projektu pokračovat. Témata, do kterých jsme nahlédli, budeme rozvíjet v navazujících besedách, z nichž další na téma Kde hledat pomoc? nabídne zájemcům tipy na konkrétní druhy pomoci, od psychosociální až po finanční,“ shrnuje Ivana Kmochová, koučka a lektorka, která má také osobní zkušenost s péčí o handicapované dítě.

Text: Věra Vortelová  
Foto: archiv Medou

<  
Tým neziskové organizace Medou

<<  
Pracovníci a klienti Medou  
na jedné z narozeninových oslav



## Medou z.s.

Tato nestátní nezisková organizace vznikla v roce 2015 z iniciativy rodičů a přátel zdravotně znevýhodněných dětí a mladých lidí s cílem pomoci jim zapojit se do života běžné společnosti. Poskytuje ucelený komplex služeb pro osoby s tělesným, mentálním či kombinovaným postižením a lidem s autismem z Vysočiny ve věku 6 až 60 let. Je zřizovatelem sociálních služeb Centrum denních služeb Medou.

# Rodina 10. ročníku celostátního projektu Srdce s láskou darované

Záštita



POSLANECKÁ  
SNĚMOVNA  
PARLAMENTU  
ČESKÉ REPUBLIKY

Patron



Hlavní partner



MINISTERSTVO PRÁCE  
A SOCIÁLNÍCH VĚCÍ

Soutěž vyhlašuje a pořádá



Významní partneři:



LUXOR



mailstep®

AMOS  
vision

TEPfactor  
team adventures



PERFORMIA®

centropen®

Partneři  
a  
podporovatelé



agilab  
GROUP

LUNAMIES®

fantasy decore  
zdeňka čápková

Jan Vicha  
spoluzakladatel projektu



Irena Chřibková  
www.auditeorganum.cz

Partneři  
a  
podporovatelé

Mediální partner

age.





# Zopakujme si pravidla 10. ročníku

## O co nám všem společně jde

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

Podpora týmové práce a rozvoj tvůrčích dovedností dětí.

Podpora mezigeneračního dialogu.

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

Účastníkem projektu Srdce s láskou darované 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 může přihlásit i více projektů; škola/zařízení může zaslat libovolný počet příspěvků různých kolektivů.**

U každého projektu je soutěžní jedna fotografie a jeden text libovolného žánru, z nichž bude zřejmé, komu je práce určena a proč. Soutěžící mají možnost dále nahrát do přihlášky až pět fotografií 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](http://www.srdceslaskou.cz). Podáním přihlášky soutěžící dávají organizátorům soutěže automaticky souhlas s možným publikováním svých

**příspěvků, fotografií i videoprezentací a se zasláním časopisu AGE na adresu uvedenou v přihlášce.**

Předepsaný formát fotografií je jpg, velikost A4, rozlišení 300 dpi (maximální možné rozlišení/kvalita fotografie; vítězné fotografie se budou zveřejňovat v časopise, proto musí mít tiskovou kvalitu). Předepsaný formát textu/příběhu je word, rozsah od 1000 do 5000 znaků. Videoprezentace by měla mít maximální délku 6 minut (prosíme o dodržení daného časového limitu).

*Pozn.: Galerii soutěžních prací na [srdceslaskou.cz](http://srdceslaskou.cz) generuje program přesně podle toho, jak jste přihlášku vyplnili. Věnujte proto 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 použijte vlastní hudbu nebo si předem vyžádejte souhlas autorů písně.*

- Soutěžní příspěvky bylo možné zaslat od 1. 11. 2023 do 17. 3. 2024.
- Soutěží se ve 2 kategoriích (u smíšených skupin rozhoduje věk u převažujícího 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,
  - Zvláštní cena předsedkyně Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR,
  - Zvláštní cena ministra práce a sociálních věcí za rozvoj mezigenerační spolupráce a solidarity,
  - Zvláštní cena za šíření projektu v zahraničí.
- Uzávěrka přihlášek byla 17. 3. 2024, rozhodovalo datum odeslání elektronické přihlášky.
- Soutěž bude vyhodnocena do 30. 5. 2024.
- Výsledky budou zveřejněny na webových stránkách [www.srdceslaskou.cz](http://www.srdceslaskou.cz) a v časopise AGE; v průběhu roku 2024 pak mohou být v AGE a na Facebooku Srdceslaskou uveřejněny jednotlivé příběhy, fotografie, videa, rozhovory s vítěznými týmy, reportáže atd.
- Slavnostní setkání vítězů se bude konat v červnu 2024 v historických prostorách Poslanecké sněmovny PČR v Praze, pokud tomu nezabrání epidemická situace.

Celostátní soutěž Srdce s láskou darované je nedílnou součástí projektu AGE a vydavatelství ANTECOM jako její organizátor 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.



*Srdce*  
*s láskou darované*

**má svou hymnu**

**1/**

*Srdce tluče pomaličku,  
zamyslí se na chvíličku.  
/:K srdci dětí najde klíč,  
ví, že tma je dávno pryč.:/*

**Refrén:**

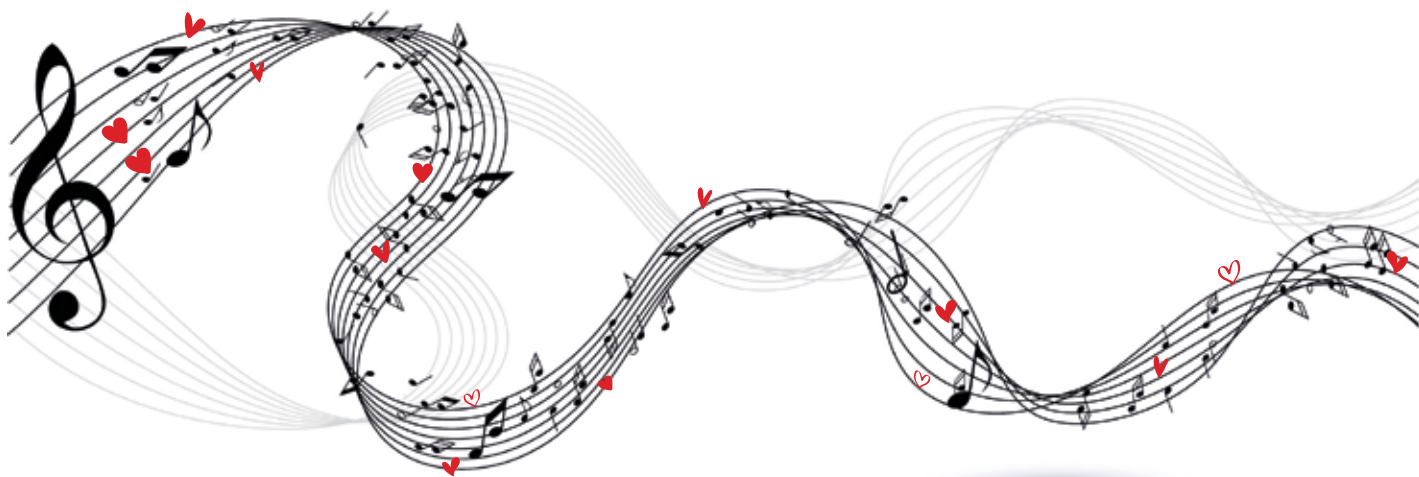
*/:Srdce s láskou darované  
podávám Ti na dlani.  
Stačí dotek, pohlázení,  
úsměv mraky odhání.:/*

**2/**

*Dospěláku, ohlédni se,  
uvidíš náš krásný svět.  
/:Srdce láskou otevřené,  
cestu, co je samý květ.:/*

**Refrén:**

*/:Srdce s láskou darované  
podávám Ti na dlani.  
Stačí dotek, pohlázení,  
úsměv mraky odhání.:/*



Text, který vznikl na základě prací zaslaných do soutěže Srdce s láskou darované,  
zhudebnil Jindra Fritsch.

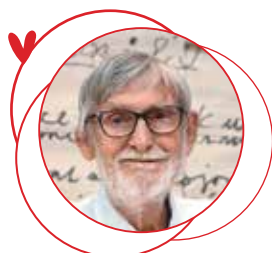
Písničku si můžete poslechnout na stránkách [www.srdceslaskou.cz](http://www.srdceslaskou.cz).

**Obdiv poroty mají všichni soutěžící, a všechny jejich práce  
tak zůstanou zveřejněny na [www.srdceslaskou.cz](http://www.srdceslaskou.cz).**



# Představujeme porotu 10. ročníku

## celostátního projektu Srdce s láskou darované



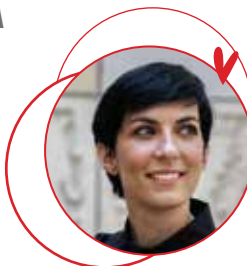
**JAN SCHMID**  
zakladatel a ředitel  
Studia Ypsilon



**JANA JENŠÍKOVÁ**  
jednatelka vydavatelství ANTECOM,  
zakladatelka projektu  
Srdce s láskou darované



**MARIAN JUREČKA**  
ministr práce  
a sociálních věcí



**MARKÉTA PEKAROVÁ ADAMOVÁ**  
předsedkyně Poslanecké  
sněmovny Parlamentu ČR



**MARTIN DEJDAR**  
za Studio Ypsilon



**MICHAL NESVADBA**  
umělec,  
který svou tvorbu zasvětil dětem



**IGOR ROLÍNEK**  
za ČPP



**LENKA HELENA KOENIGSMARK**  
manažerka, lektorka, zakladatelka  
humanitárního centra Dobrodějna



**ONDŘEJ ZICHA**  
za Studio Ypsilon



**ANNA MAJEWSKÁ**  
za vydavatelství ANTECOM

© centropen®



# pastelky



**SKVĚLÁ  
KVALITA  
ZA SUPER CENU!**



**JUMBO  
ERGO**



**ERGO**



trojúhelníkové



zářivé barvy



lehce se ořezávají



odolné proti lámání

[www.centropen.cz](http://www.centropen.cz)



# RŮŽENÍN otevívá naše srdce

Růženín je kámen nesobecké lásky, podporuje laskavost, soucit, empatii a štědrost. Otevírá srdce a smysly všem krásným věcem, které nás obklopují. Prohlubuje také naši vnímavost k umění, jež probouzí fantazii, tvořivost a inspiraci. Podněcuje pocity celkového štěstí a radosti.

Tento kámen nám také mimo jiné pomůže, abychom dokázali odpouštět druhým. Učí nás větší trpělivosti při komunikaci s lidmi a při řešení problémů, díky tomu dojdeme k cíli nejbezpečnější cestou. Dodává nám trpělivost věnovat pozornost odlišným názorům k rozšíření našich obzorů.

Posiluje funkci srdce, reguluje srdeční rytmus. Napomáhá při léčbě psychosomatických obtíží způsobených potlačenými emocemi. Navozuje klidný spánek ve chvílích citového rozrušení. Může pomoci při onemocnění krve, při léčbě

neplodnosti a pohlavních orgánů. Pomáhá čistit prostor od elektromagnetického smogu, proto je vhodné umístit růženín v blízkosti televize, počítače a dalších elektrických přístrojů, především v ložnici.

Růženín můžete najít i u nás, ale největší naleziště jsou v Brazílii, Kazachstánu, Indii, Keni, na Srí Lance nebo v USA.

Zdroj: Rachel Hancock: Krystaly  
www.milujemekameny.cz  
Foto: Shutterstock

Růženín nás provází jako strážný anděl. Chrání nás před vším špatným a hrubým. Prohlubuje meditaci, otevírá naše srdce nadmyslové lásce.

Srdíčka pro naše SRDCAŘE nám pomohli zajistit majitelé kamenných obchodů Milujeme kameny, kteří jsou také velkými srdcaři. Doporučujeme nahlédnout do jejich internetového obchodu [www.milujemekameny.cz](http://www.milujemekameny.cz)



## DUHOVÁ KOČKA – autorský obchod Lucie Ernestové věnuje vítězům projektu Srdce s láskou darované krásné dárky.

„Každý člověk potřebuje cítit, že je součástí nějakého celku, komunity, party...

Aby ten pocit naplnil, potřebuje vnímat, že je pro celek nějak užitečný. Že je jeho jedinečnou a platnou součástí. Z dětí se stávají dospělí tím, že z opečovávaných se stávají těmi pečujícími.

A právě Srdce s láskou darované vám dává příležitost zažít si pocit toho, kdo pečuje a dává.“

Lucie Ernestová



**Hrdí partneři  
celostátního projektu**



boutique ★★★★★  
**HOTEL RADUN**  
Est. 1928

Zažijte úslužnost první republiky v krásných moravských lázních Luhačovice.



[www.hotelradun.cz](http://www.hotelradun.cz)

# Devětadvacátý Mezinárodní varhanní festival v Roce české hudby

Největší varhany České republiky budou znít i toto léto ve Svatojanské bazilice v Praze pod rukama i nohama výjimečných umělců, domácích i zahraničních. A to v rámci 29. Mezinárodního varhanního festivalu, který pořádá společenství Svatojanské Audite Organum.

„Letošní ročník našeho festivalu vzdává hold české hudbě. Každý umělec zařadil na program svého koncertu dílo českého skladatele, u něhož si letos připomínáme životní výročí narození či úmrtí. Přivítáme varhaníky z Itálie, Francie, Polska, Německa, Rakouska, Dánska a samozřejmě nebudou chybět ani domácí umělci. Již zahajovací koncert přinese zcela nevšední zážitek, kdy budeme posluchači koncertu mladého Gabriela Agrimontiho, vítěze jedné z nejprestižnějších varhanních soutěží v Haarlemu. Své vystoupení bude korunovat improvizací na Smetanovu *Mou vlast*. Kromě toho nás čeká mnoho zajímavé hudby včetně improvizace na témata z publika,“ říká ředitelka festivalu a titulární varhanice baziliky sv. Jakuba Irena Chřibková.

V Roce české hudby nebudou na programu chybět díla A. Dvořáka, J. Suka, P. Ebena, B. Martinů a L. Janáčka. Ve světové premiéře zazní dílo Jiřího Gemrota, jež je určeno klarinetu a varhanám. Jeden koncert bude patřit varhannímu mládí, které pravidelně festival podporuje. Velkým lákadlem se jistě stane vystoupení titulárního varhaníka vídeňského dómu sv. Štěpána Konstantina Reymaiera nebo Karola Mossakowského, který před deseti



lety zvítězil v soutěži Pražského jara a nyní je varhaníkem v proslulém pařížském chrámu sv. Sulpicia.

„Posluchači mají zároveň možnost navštívit jeden z nejpozoruhodnějších pražských chrámů, jakým je právě bazilika sv. Jakuba, s jeho nevšedním interiérem a proslulou akustikou. Věřím, že pro ně naše koncerty budou výjimečným zážitkem, neboť umění se dotýká duše člověka a jeho bytostné potřeby krásy a harmonie,“ uzavírá Irena Chřibková.

Připravila: Jana Jenšíková  
Foto: archiv Ireny Chřibkové



Festival proběhne ve dnech **1. 8. až 19. 9. 2024**, vždy ve čtvrtek v 19 hodin. Vedoucí vítězných týmů celostátního projektu Srdce s láskou darované obdrží už tradičně dárkové poukazy od ředitelky festivalu a titulární varhanice baziliky sv. Jakuba Ireny Chřibkové.  
[www.auditeorganum.cz](http://www.auditeorganum.cz)

^  
Varhany v bazilice u sv. Jakuba jsou se svými čtyřmi manuály, 91 znějícími rejstříky (hlasy) a 8277 píšťalami největší v Praze i v celé České republice

Během každého koncertu probíhá videoprojekce, díky níž mohou posluchači sledovat na plátně varhaníka při hře.

ZACHRAŇME SPOLEČNĚ  
NEJVĚTŠÍ VARHANY V ČESKU  
v bazilice sv. Jakuba v Praze

Pomozte nám zachránit svatojanské varhany, největší nástroj v Česku, a zachovat jeden z klenotů baziliky sv. Jakuba se svým fenoménem hudby.

Číslo účtu: 5371410001 / 5500

Na vyžádání zašleme potvrzení o daru nebo darovací smlouvu.



Zdeňka Otipková:

# Krása starých věcí mě nepřestane fascinovat



Jak už naznačuje značka Fantasy decore, její majitelka Zdeňka Otipková tvoří dekorace s fantazií. Nejraději vrací život předmětům, které by jinak skončily v kontejneru nebo v kamnech. Upravuje nábytek, vyrábí steampunkové kazety a šperkovnice, do svých plastických obrazů zapracovává všechno – od hodinových strojků po umělé květy, rýsovací potřeby či nářadí. A také do nich dává kus svého srdce, což je na první pohled zřejmé. Proto není divu, že se stala také partnerem projektu Srdce s láskou darované.

„Nejsem restaurátorka nábytku a neopravuju hudební nástroje. Nejsem hodinářka, ani truhlářka. Neumím tato řemesla. Miluju ale práci zručných, mistrů, mám před starými předměty jistou dávku pokory. I před jejich tvůrci. Každý

z těch starých kousků píše svůj příběh a mě baví je objevovat a vdechnout jim příběh nový,“ vyznává se. Zdenčiným zaměstnáním je počítačová grafika, kde se uplatní její kreativita i dlouholetá praxe. Svému tvoření se věnuje





«  
Věděli jste, že se do kytary  
vejde třeba celý byt mladého  
gentlemana?»

<  
Skříňka vytvořená pro čajovnu

Zdeňka Otipková se svým dílem  
Steampunková dáma

»

ve volných chvílích a bere svůj koníček jako relax, i když jde mnohdy o fyzicky náročnou práci. Vzhledem k její všestrannosti můžete v jejím portfoliu obdivovat akvarelové i akrylové malby, výrobky z papíru i dřeva, ručně malovaná trička, šperky zalévané pryskyřicí a v poslední době se věnuje galvanizaci. Neustále zkouší něco nového.

Samostatnou kapitolu v její tvorbě představují hudební nástroje. Housle, kytary. Ale umí dát také s láskou nový kabát starému nábytku. „Osmdesátiletý prádelník, stará komoda, skříňka, stůl. Když jsou ve stavu, že se stačí škaredě podívat a rozpadly by se, nastává chvíle pro mou fantazii. Pak nemusím mít špatný pocit z toho, že je někde vidět hlavička šroubku. Naopak, tyto prvky jsou u steampunku žádoucí.“

Právě steampunk je styl, který si velmi oblíbila. Tuto specifickou estetiku znáte například z českých filmů Adéla ještě nevečeřela, Tajemství hradu v Karpatech, Vynález zkázy a dalších. Jde o spojení technologií a parních strojů s viktoriánským designem. Ač to na první pohled vypadá jako nesourodé „manželství“, opak je pravdou.

„U steampunku nevadí, že uvolněné díly u skříňky zpevním přišroubováním kovových patek a záměrně vybírám vruty s výraznými hlavičkami. Stejně tak využívám výřezů z překližky a rozebrané hodinové strojky. Všechny komponenty postupně lepím a připevňuji vruty, stříkám spreji, maluju akrylovými barvami, vytvářím kovový dojem pomocí metalických barev a ručního stínování... Věřte mi,



je to úžasné. Nic mě nelimituje, můžu pustit fantazii z uzdy a je jenom na mně, na mém citu a představivosti, co z původního předmětu vytvořím. A víte, co mě baví nejvíc? Že i když mám na začátku nějakou představu, nikdy nevím, jak to dopadne, protože o každém dalším kroku se rozhoduju až během tvoření. Je to obrovské dobrodružství,“ uzavírá Zdeňka Otipková.

S jejími výrobky se můžete potkat na festivalu Fantastická Ostrava, případně na hradě Sovinec, kde občas vystavuje. Nebo na FB profilu DEKORACEsFantazii, kde zveřejňuje fotostupy svých projektů.

Zpracovala: Jana Jenšíková  
Foto: archiv Zdeňky Otipkové

**Zdeňka Otipková,**  
rozené Galdové, byla  
láska ke starým věcem,  
nábytku a výtvarnému  
umění daná do vínku.  
Vystudovala gymnázium;  
uměleckoprůmyslovou školu,  
kterou navštěvovala při  
zaměstnání, kvůli vážnému  
zdravotnímu stavu maminky  
nedokončila. Přesto ji nejen  
výtvarné umění provází  
celý život.

Více na FB DEKORACEsFantazii



ÁMOSe denně využívá 400 škol 🤖

## Komunikujte se žáky moderní formou 🤖

Dotykový panel ÁMOS vision je připraven poskytnout žákům a učitelům užitečné informace z vaší školy. 📌

- | Rozvrhy 🕒
- | Jídelníčky 🍴
- | Školní novinky 📣
- | Fotogalerie 📷
- | Akce školy 🎉
- | Vše na jednom místě 📍
- | Prostě srdce vaší školy ❤️

Objednejte si osobní prezentaci pro vaši školu 📌

[www.amosvision.cz](http://www.amosvision.cz)

Hrdí partneři celostátního projektu



Srdce z lásky dle srdce



# Zábavní park

## okořeňte si školní výlet dávkou adrenalinu

Už jste slyšeli o místě, kde se zrychluje TEP, dobrodružství číhá na každém rohu a o zábavu je postaráno? Takové místo najdete ve středních Čechách nedaleko slapské přehrad. V TEPfactoru na vás čeká 25 originálních úkolů, které prověří vašeho týmového ducha, zápal pro hru a smysl pro spolupráci. Ačkoliv úkoly byly inspirovány slavnou pevností Boyard, nenajdete zde ani hady ani pavouky. Úkoly jsou zaměřené na logiku, trpělivost a zručnost a plní je vždy celý tým. Bez vzájemné spolupráce a podpory je nemůžete splnit. Pokud budete jako jedno tělo a duše, splníte všechny úkoly a posbíráte všechny indicie, čeká vás na konci cesty poklad. Dobudete i vy poklad TEPfactoru?

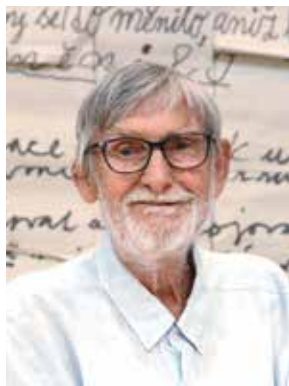
V TEPfactoru věříme, že i cesta je cílem, a proto není důležité vyhrát, ale zúčastnit se. Jde především o zábavu s kamarády a o zážitek, který si odnesete.

Pokud jste z daleka, můžete se ubytovat ve stylových plážových bungalovech. Více informací najdete na [www.tepfactor.cz](http://www.tepfactor.cz)



Jedno z předních českých divadel  
je tu s námi už 60 let!

A je také patronem našeho projektu  
Srdce s láskou darované.



Předsedou poroty je tvůrce  
a zakladatel Studia Ypsilon Jan Schmid



Do projektu Srdce s láskou darované se mohou dále zapojit:



Martin Dejdar



Petr Vacek



Jan Jiráň



Jiří Lábus



Jiřina Vacková



Pavel Nový



Jana Synková



Petr Vršek



^  
Petra Kubičková (vlevo)  
a Samanta Budinová,  
zakladatelky Lunamies

# Pojďte si hrát (nejen) se světlem

Myslíte, že je možné obejmout světlo? Česká designová značka Lunamies® se o to snaží. „Podporujeme hravost a kreativitu. Naši malí i velcí zákazníci společně s námi vytvářejí originální dekorace, třeba do dětského pokoje, na narozeninovou oslavu, ale také do mateřských škol nebo hračkářství,“ říká Petra Kubičková, jedna ze zakladatelek této mladé firmy, která se stala také partnerem 10. ročníku projektu Srdce s láskou darované.



Lunamies® spojuje světlo a textil. Myšlenka uzrála v hlavách dvěma kamarádkám, ale hlavně maminkám, Samantě Budinové a Petře Kubíčkové. „Obě jsme dříve pracovaly ve velkých reklamních agenturách, a protože nám na mateřské chybělo kreativní prostředí a chtěly jsme zužitkovat předešlé zkušenosti, rozhodly jsme se podnikat s novým produktem pro děti. Cílem bylo vytvořit něco neotřelého, co vydrží roky a neskončí po sezoně nebo jednom použití v koši. Zákazník si může naše girlandy tvořit postupně, dokupovat dětem dalšího ‚kamaráda‘ v podobě zvířátka nebo jiného textilního motivu, který se jinak dá také z girlandy sundat a poslouží samostatně. Anebo si vytvořit svou originální dekoraci pro jakoukoli oslavu,“ vysvětluje Petra Kubíčková.

V současné době značka rozšiřuje své působení a přináší na český trh novou butikovou agenturu Stories by Lunamies®, která se soustředí na oblast designu prodejních prostor se zaměřením na dětský sortiment. „Pokud dětem vytvoříte

správné prostředí, chováte se k nim s respektem a motivujete je, má to na ně naprosto zásadní pozitivní vliv. Prostřednictvím osobní prezentace, ať v kamenném obchodě ve formě atraktivní výlohy či originálního dětského koutku nebo na prodejních festivalech, mají naši klienti větší šanci přenést na své malé i velké zákazníky emoci a příběh,“ doplňuje spolumajitelka Samanta Budinová.

Zpracovala: Jana Jenšíková  
Zdroj: Lunamies®  
[www.lunamies.com](http://www.lunamies.com)  
[www.storiesbylunamies.com](http://www.storiesbylunamies.com)

LUNAMIES®

**Vybrané vítězné týmy mladších dětí 10. ročníku celostátního projektu Srdce s láskou darované se mohou těšit na nádherné světelné dekorace, které dostanou od majitelek Lunamies jako dárek. Obě jsou totiž také srdcařky a náš projekt jim byl okamžitě blízký.**



## Město Vamberk a Muzeum krajky Vamberk vás zvou na prohlídku

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

Otevřeno celoročně

Více na [www.moh.cz/muzeum-krajky](http://www.moh.cz/muzeum-krajky)



Hrdí partneři  
celostátního projektu



# Ve veltruské čokoládovně Pralinka si můžete čokoládové dobroty zkusit s dětmi vyrobit

Ale klidně přijedeme i za vámi do mateřských školek a základních škol nebo na nějakou akci, kde chcete udělat radost nejmenším návštěvníkům a jejich rodinám.

Těšíme se na vás.  
Vaše Pralinka

*Čokoládovna Pralinka*  
ruční výroba čokolády a pralinek

Olga Klejnová  
Žižkova 324, Veltrusy  
tel.: 605 804 801





**ČESKÝ PĚŠÁK**  
**S ČPP**

# Těšíme se na vás!

- 23. 3.** Putování za Rumcajsem
- 6. 4.** Do Okoře bez oře
- 20. 4.** Plánská 50
- 25. 5.** Putování za Loštickým tvarůžkem
- 1. 6.** Líšenské pochody Českým rájem
- 8. 6.** Pohádkový les v Krásné Lípě
- 14. 9.** Lanškrounská kopa
- 21. 9.** Po stopách kocoura Mikeše
- 5. 10.** Pochod slováckými vinohrady
- 12. 10.** Tišnovská 50





# Karlovy Vary, Mariánské Lázně, Františkovy Lázně

## Dopřejte svému tělu i duši odpočinek

Na rozdíl od toho Bermudského můžeme lázeňský trojúhelník v západních Čechách směle doporučit. Žádná jiná část naší země vám nenabídne tak bohatou paletu minerálních a termálních pramenů. Tři naše nejznámější lázeňská města, Karlovy Vary, Mariánské Lázně a Františkovy Lázně, byla dokonce před třemi lety zapsána na Seznam světového dědictví UNESCO.



<

V nejbližším okolí **Mariánských Lázní** vyvěrá stovka minerálních pramenů a v samotném městě něco kolem čtyřiceti. Stačí tedy chodit po kolonádách od jednoho altánu ke druhému a ochutnávat zdejší studené léčivé minerálky. Cílem výletů bývá park miniatur Bohemium, Goethova světnička v domě U Zlatého hroznu nebo Sochařský pohádkový ráj. Ovšem naprosto nezbytné je, abyste na chvíli spočinuli u nádherné Zpívající fontány. Uchvátí vás působivými vodními obrazci, které tvoří voda z deseti stříkových systémů, jejichž kombinaci řídí počítač





^  
**Karlovy Vary** není třeba moc představovat. Určitě znáte jejich symbol, a tím nemyslíme Karlovarský filmový festival, ale pramen Vřídlo, gejzír minerální vody horké 72 °C. Jeho léčivé účinky prý vyzkoušel už Karel IV., který původnímu osídlení kolem Vřídla v roce 1370 udělil privilegia královského města. Ve staré části vřidelního podzemí je zpřístupněna exkurzní trasa Podzemí Vřídla. Až si užijete procházek po všech kolonádách – Tržní, Zámecké i Mlýnské – a ochutnáte všech dvanáct pramenů, je možná čas okusit i ten třináctý – Becherovku

>  
 Příjemné lázeňské městečko **Františkovy Lázně** s řadou empírových a klasicistních budov, umístěné uprostřed krásných parků a lesoparků, na vás dýchne atmosférou z přelomu 18. a 19. století. Jak jeho název napovídá, bylo založeno v roce 1793 císařem Františkem I. jako první slatinné lázně na světě. Jejich symbolem je socha malého chlapce s rybou (symbol plodnosti). Milovníky vodních radovánek zde potěší Aquaforum, komplex ve stylu římských lázní s wellness centrem

>  
 Západní Čechy jsou také proslulé špičkovým porcelánem. Proto není divu, že z tohoto kraje, a to přímo z Karlových Varů, pocházejí originální hrnky a talířky, které u příležitosti 10. výročí projektu Srdce s láskou darovaného vyrobila malířka a designérka porcelánu Lenka Sárová Malíská



Připravila: Jana Jenšíková  
 Foto: Shutterstock a archiv Lenky Sárové Malíské  
 Zdroj: [www.kudyznudy.cz](http://www.kudyznudy.cz)

# Jupiter jako symbol štěstí, pohody, hojnosti a přízně osudu Komu bude nakloněný?

Víte, že byliny mají na jaře největší moc? Také stromy, které kvetou, jsou zdrojem té největší přírodní síly. Nemusíte je nutně objímat, stačí posedět v jejich stínu. I kolem včelích úlů se doporučuje spočinout, pomáhá to zejména proti bolestem hlavy a proti stresu. Tou nejmocnější bylinou na očistu krve a těla je kopřiva. Skvělá je jak v podobě čaje, tak jako součást různých salátů.

Květen bude nejvýznamnějším měsícem celého roku. Rozdělí jej totiž na dvě části. Kvalitu roku určuje planeta Jupiter, která prochází přibližně rok jedním znamením. Jupiter je symbolem štěstí, pohody, hojnosti a přízně osudu. Ve svém vztahu k ostatním znamením určuje, komu bude štěstěna nakloněna a kdo se nepohne z místa nebo bude mít vyloženě pech. V květnu přejde ze znamení Býka do Blíženců.

Co to znamená pro jednotlivá znamení? To, že právě květen bude zásadním měsícem, kdy se budou věci měnit k dobrému nebo k horšímu. V dubnu a po většinu května bude Jupiter stále ve znamení Býka, a to v blízkosti další významné planety – Uranu, která bude všemu dávat rychlost a sílu blesku. Zejména květen budou provázet nečekané změny a rozhodnutí. Využít tohoto spojení v dubnu a květnu by měli Býci, Raci, Panny, Kozorohové a Ryby. Ti by měli šlápnout pořádně na plyn a pokusit se i o hodně riskantní salta mortale. Štěstěna bude na jejich straně, a čím rychleji zaútočí na své cíle, tím lépe. Naopak velký pozor v tuto dobu, zejména koncem dubna a v květnu, by si měli

dát Lvi, Štíři a Vodnáři. Staré resty a problémy by mohly vyplavat opět na povrch, a to možná v mnohem větší síle než dříve. Lze očekávat nějakou nepříjemnou jobovku.

Koncem května Jupiter přechází do Blíženců a jeho energie se změní. Radost nebudeme hledat v materiální požitcích, ale v cestování a poznávání. Štěstí začne přát především Blížencům, Vahám a Vodnářům, v menší míře také Beranům a Lvům. Od této chvíle mohou ale očekávat Ryby, že se před nimi objeví starosti a nutnost udělat si v životě pořádek. Podobně budou postaveni před nějaký problém Panny a Střelci.

# Kalendárium duben–červen 2024

## Duben

**Novoluní 8. dubna ve 20.20** může být vhodným časem pro nevydařená novoroční předsevzetí. Zkuste to znovu!

*Nedělejte kompromisy! Teď musíte chtít všechno, nebo nic!*

**Úplněk 24. dubna v 1.48** – pozor na intriky, lži a pomluvy. Čas bude přát závistí a podrazům.

*Neunáhľujte se v soudech. Nejspíš se ukáže, že všechno je trochu jinak.*

Jsme součástí  
přírody, to  
ona dokáže  
dělat zázraky.

## Květen

**Novoluní 8. května v 5.21** – možná pocítíte, jak se vám blýsklo nad hlavou. Bude to chtít nějakou změnu. Ve výhodě bude ten, kdo umí dobře improvizovat.

*Myslete na to, že odvážnému štěstí přeje!  
Statečné srdce bude ve výhodě.*

**Úplněk 23. května v 15.52** – výborný úplněk, který vám pomůže dosáhnout cíle, pokud se chcete stát skutečně lepšími.

*Nešetřete se a podívejte se na sebe kritickým okem. Nebojte se pravdy.*

## Červen

**Novoluní 6. června v 14.37** – skvělý čas na to, udělat si v životě pořádek, vzít do ruky koště a vymést všechno, co nechcete. I některé lidi.

*Chtělo by to cestovat za poznáním. I v naší zemi je spousta krásných a zajímavých míst.*

**Úplněk 22. června v 3.07** přinese zvýšenou citlivost, výborný bude ale pro umělce a ezoteriky. Při jeho kulminaci se bude dařit magii nebo vás může políbit Múza.

*Jestli jste nevěřili na kouzla a čáry, tento úplněk nebo přímo svatojánská noc vás přesvědčí.*



^

### Horoskopy 2024

Pokud chcete poznat své znamení podrobněji, najdete v této knize dvanáct základních znamení rozdělených na tři podznamení – tzv. dekaný. Tím vzniká 36 znamení, díky tomu je také předpověď na tento rok přesnější. Objevíte tu i všechna novoluní a úplňky v roce, které mají různou energii, mohou být pro vás příznivé nebo naopak škodlivé. Ale ani tím vaše nahlédnutí do budoucnosti nekončí. Pokud znáte svou hodinu narození, v kapitole svého znamení a dekanu naleznete orientační tabulku, kde se dozvíte další podrobnosti – jaký máte ascendent (vaše já), kde se nachází oblast partnerských vztahů, rodiny nebo kariéry.

# V létě budou hvězdy přát dobrodružství

Kam se vydat na zajímavá místa? Zkuste hit současné doby, kterým jsou stezky v korunách stromů. Je to nezapomenutelný zážitek, plný dobrodružství pro návštěvníky každého věku. Ta nejstarší je na Lipně, kde si můžete užít i mnohých letních radovánek na našem jihočeském moři. Další najdete třeba v Krkonoších, a zvláště pěkná je v Beskydech.

Do července vstoupíme velkolepě s Jupiterem v Blížencích a skvěle aspektovaným Marsem v Býku. To je ideální pro cestování, dovolenou a samozřejmě též pro vydařené prázdniny dětí. Mnozí z nás dostanou šanci si polepšit fyzicky, půjde o skvělý čas pro sportování i odpočinek. Takový bude červenec, srpen se ještě více rozpohybuje, požene nás do společnosti, různých oslav a do dalších aktivit, možná i hodně odvážných a dobrodružných. Září přinese zklidnění jen pozvolna.

Co to znamená pro jednotlivá znamení? Červenec požene kupředu Býky, Raky, Panny, Kozorohy a Ryby. Tato znamení se vrhnou do léta po hlavě a s velkým očekáváním. Letní pohodu a ochranu osudu si budou užívat Blíženci, Lvi, Váhy, Vodnáři a Berani. Tato znamení se nikam nepoženu, budou si vychutnávat tento měsíc po douškách. Pokud se objeví problém, dostanou se jako zázrakem z jeho osidel.

Srpen nastartuje zejména Blížence, budou aktivní tak, že jim druzí jen stěží postačí. Hodně restů doženou a pohnou se svými plány. Čeká je velké štěstí a možná dokonce zázrak nebo

nabídka, která se neodmítá. Skvělý čas je také pro Vodnáře, Berany, Lvy a Váhy. Tento měsíc by měli být ve střehu Střelci, odněkud se nejspíš přiznají starost nebo problém. Bude rychlý a nečekáný. Oni jsou ale znamení silná a bojovná, dokážou se s potížemi vypořádat.

V září letní energie zeslábnou, rozloží se rovnoměrně mezi všechna znamení spravedlivým dílem. I tak to bude příjemný měsíc a čas nejen na práci, ale stále také na zábavu a relax.

# Kalendárium červenec–září 2024

## Červenec

**Novoluní 6. července v 0.57** – nenechte se vyrušit ze svých aktivit, jen to, co vám poradí duše, bude to pravé.

*Máte chuť na pořádnou dovolenou a skvělý relax? Pak si musíte vybrat – buď dobrého parťáka, nebo destinaci svých snů!*

**Úplněk 21. července ve 12.16** – bude to čas tajemných mystérií a zážitků, které budou poletovat mezi nebem a zemí.

*Realita nebude to pravé, o co se budete moct v tento čas opřít. Dny budou přát umění, nahledu a fantazii.*

## Srpen

**Novoluní 4. srpna ve 13.12** – pokud máte chuť ve svém životě cokoli změnit, neváhejte teď ani minutu! Máte nějaké sny a dobrodružné plány? I kdyby se vám to zdálo nereálné, zkuste udělat první krok. Možná se budete divit!

**Úplněk 19. srpna ve 20.25** – dramatický úplněk, který může věci obrátit naruby. Nenechte se zmást. Musíte si stát pevně za svým cílem.

*Šťěstí bude přát všem, kteří se umí rychle rozhodovat a jimž nevadí riziko. Zkuste trochu hazardovat, teď to bude hop, nebo trop!*

## Září

**Novoluní 3. září ve 3.55** – pocítíte velkou nerozhodnost, dostanete se mezi mlýnská kola a bude těžké zvolit správnou cestu.

*Nenechte se vlákat do osidel zajímavých nabídek. Raději se držte jistoty, a pokud je to možné, zkuste si prodloužit prázdniny a dovolenou.*

**Úplněk 18. září ve 4.34** – počítejte s nepříjemnou přecitlivělostí a možná podrážděností. Jestli vás něco v tento čas podrazí, tak to budou vaše emoce.

*Bude třeba dbát o duši. I když svým povinností neutečete a musíte se postavit realitě čelem, najděte si recept na lepší náladu.*

Text: Olga Krumlovská  
Foto: Shutterstock a archiv autorky

Nešetřete se.  
Užívejte si  
dlouhých dní  
a hlavně  
vášnivých  
letních nocí!

**PhDr. Olga Krumlovská, astroložka a spisovatelka.**  
Vystudovala Fakultu žurnalistiky Univerzity Karlovy. Pracovala v mnoha médiích, již téměř třicet let publikuje knihy zaměřené na jógu, astrologii a ezoteriku. Za svou publikaci Místa, která léčí získala v roce 2020 novinářskou cenu Czech Travel Press.



# Mattel



## věrný partner celostátního projektu Srdce s láskou darované

*Srdce*  
s láskou darované

Mattel je americký výrobce hraček se sídlem ve slunné Kalifornii. Společnost existuje od roku 1945 a možná nevíte, že její název je složen z počátečních slabik jmen jejich dvou zakladatelů. Mattel, to je především panenka Barbie, ale také Hot Wheels, Fisher-Price, Mašinka Tomáš, Monster High či Scrabble. Firma je druhým největším výrobcem hraček na světě, působí ve 35 zemích a prodává své výrobky ve více než 150 státech. Ve spolupráci s vydavatelem časopisu AGE, společností Antecom, dělá Mattel českým dětem velkou radost i jako spolehlivý partner našeho projektu Srdce s láskou darované.

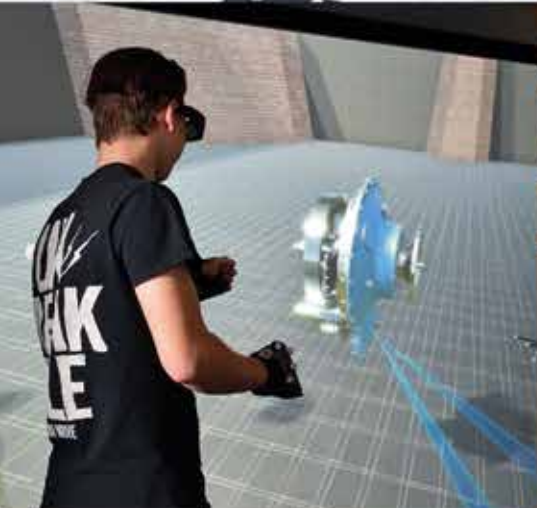
Děkujeme!





## MODERNÍ ZPŮSOBY VÝUKY

- INTERAKTIVITA A ZAPOJENÍ ŽÁKŮ
- ROBOTIKA A POLYTECHNIKA
- 3D A VIRTUÁLNÍ REALITA
- VÝUKA JAZYKŮ
- PŘÍRODNÍ VĚDY



Hrdý partner  
celostátního projektu



 **AV MEDIA**  
SYSTEMS



skoly@avmedia.cz  
www.avmedia.cz

# PRO ŠKOLÁKY MÁME VŠECHNO

luxor.cz



Nejširší nabídka  
knih a učebnic



Papírnictví,  
školní potřeby  
a kreativa



Pestrý výběr  
deskových  
a karetních her

# LUXOR