

POD LAVICÍ
ŘÍJEN



Obsah:

Hrdá Škola

Divadlo

Otrava houbami

Sport

Rozhovor

Beauty

Borec na konec

Hádanka

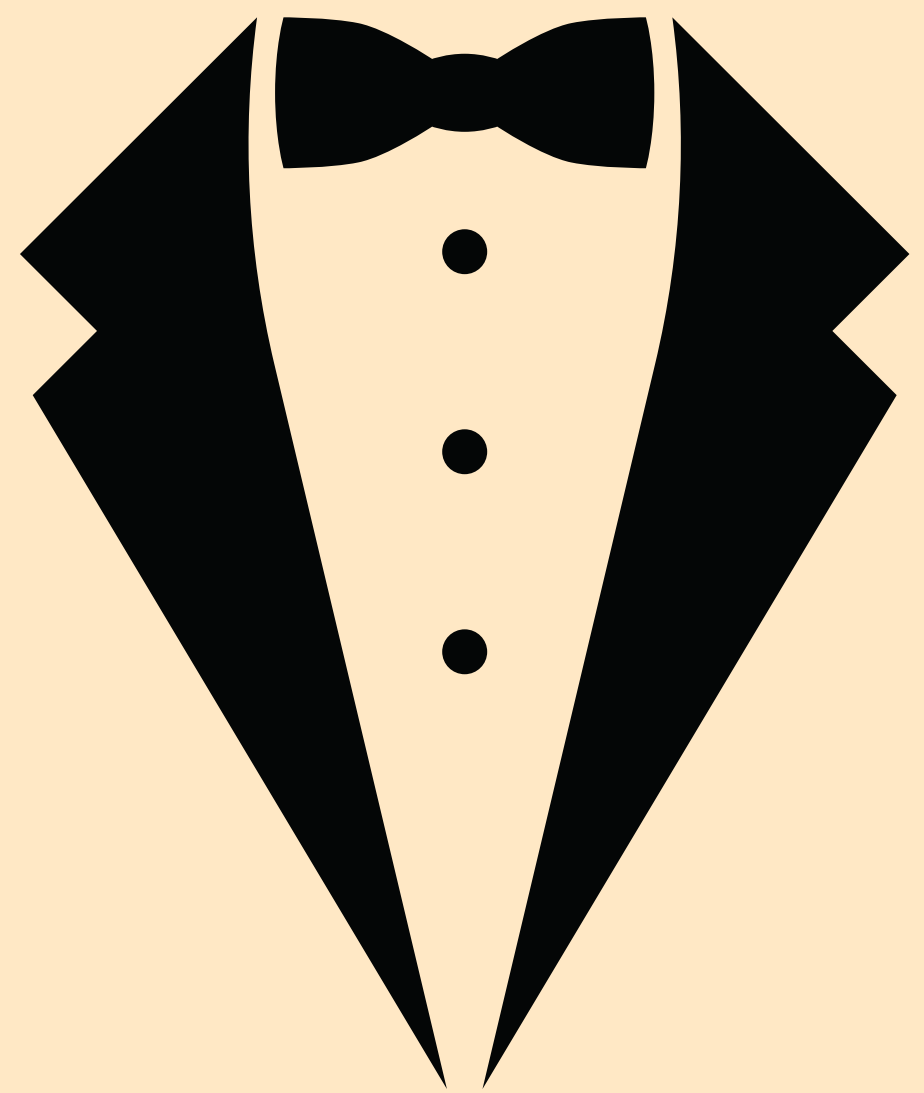
HRDÁ ŠKOLA V NOVÉM KABÁTĚ

Jako v minulých letech nás i tento rok doprovázejí akce Hrdé Školy (School United). Pro ty z vás, co netuší, o čem je řeč – akce hrdé školy byly nejrůznější zpestření školních dní se zajímavou tematikou. Ať šlo o den bez batohů, filmový den, den školníka atd., vždy to bylo příjemné rozptýlení od repetitivních školních dnů. Účast byla vždy dobrovolná a bylo na každém, jak moc se zapojil.

Hrdá škola je letos koncipována jinak. Aktivita má přicházet od samotných studentů. Každá třída může navrhnout za sebe jednu akci a termín, kdyby ji chtěla uskutečnit.

Súspěchem už proběhla první akce 1. C, která jako první našla odvahu započít naši Hrdou školu „trochu jinak“, a to 31. října - s názvem Halloween.

Druhá akce - Den společenského obleku - je plánována na listopad a bude spojena svolbou lady a největšího gentlemana.



Jak se přihlásit?

Jednoduše, pošli zprávu buď panu učiteli Pavelkovi, nebo paní učitelce Palové.

Akcí se mimo jiné můžou zúčastnit i učitelé! A mohou tak povzbudit ostatní studenty, aby se také přidali.

Nebojte se! Buďte kreativní a zapojte se!

DIVADLO

Zdravím všechny čtenáře, říjnový článek bude věnován divadlu Prostor, které nejspíše dobře znáte, protože je nedaleko školy v Boskovicích.

Dne 22. 10. navštívily třídy 2. A, 4. C a 4. A boskovické divadlo Prostor u zámku. Představení (nebo spíše „televizní show“) neslo název Peče se celá země. Námět se zabýval ekologií a udržitelností životního prostředí.

A teď abych vás uvedla trochu do děje: představení vedly dvě moderátorky, jež měly propagovat různé obyvatelné planety, jako třeba planetu nekonečných luk a jezer, planetu pramenů a dalších podobných. Byla tam však zakomponována témata globálních problémů, našeho chování k planetě - hlavně z hlediska oděvního průmyslu. Fast fashion...

kolik oblečení ročně lidé spotřebují a vyhodí. Publikum však bylo do představení taky vtáhnuto a mělo mít pocit, že celá věc se jeví jako větší problém, než prezentují moderátorky. Závěrem divadla byla vybrána planeta, na kterou se měli dva lidé přestěhovat. Zúčastnili se však tři lidé zobecnstva, kolem se mísila hudba, kouř, rekvizity a vystoupil muž v plynové masce a ochranném obleku, jenž si měl ty tři vyzvednout.

Na některé to mohlo působit až přehnaně, necítili se komfortně, a pro někoho to mohl být podnět zamyslet se nad svým vztahem k tomuto tématu.





Z mého pohledu by se tato problematika měla otevírat v naší škole častěji, protože spousta lidí o tom opravdu nic moc neví, možná ani nemají představu o ekologii, anebo můžou mít i mylné informace či domněnky.

To mě přivádí k otázce, co děláte vy pro udržitelnost planety a co si pod tím představujete? Kolik ročně vyhodíte oblečení, aniž byste ho například darovali či prodali?

Závěrem bych chtěla dát alespoň pár menších typů, které už vám možná jsou známé, ale pro jistotu bych je ráda zmínila.

Určitě každý znáte sekáče, někdo by si ještě mohl myslet, že v nich najdete jen smradlavé, nevkusné hadry, ale opak je pravdou. Různě po Boskovicích je dost second-handů, ve kterých jsem i já našla spoustu krásných a nových kousků. Takže netřeba se bát, pračku máte doma všichni a ještě k tomu ušetříte klidně dvojnásobek ceny.

Pokud naopak chcete oblečení prodat, není na škodu si stáhnout již dobře známý Vinted. Zbavíte se neunositelných kousků, ale taky si můžete vydělat pár stovek. Není však problém ale oblečení nabídnout kamarádce, či ho věnovat např. do dětského domova či charity.

A třetí tip je nenakupovat impulzivně, opravdu se zkuste v obchodě zamyslet, jestli oblečení využijete, kam a k čemu ho budete nosit. A nekupovat ho jen proto, že je ve slevě.

OTRAVA HOUBAMI

„Houby! Ty píšeš o houbách?“ říkáte si možná. A je tomu tak.

Říkala jsem si, že když je ta houbařská sezóna (a nám smrdí houby po celém baráku), tak by nebylo od věci si popovídat o neblahých účincích některých druhů.

Primární pravé - s termostabilními toxiny:

Mezi nejzávažnější otravy patří ty s termostabilními toxiny. To znamená, že způsobují otravu i po důkladném tepelném zpracování. Tyto otravy dělíme na 8 typů:

1. Otravy cyklopeptidové, cytotoxické

- nejvíce smrtelných případů
- nejnebezpečnější toxiny
- otrava se začíná projevovat až zhruba po 8-10 hodinách od konzumace
- bolesti břicha, průjemy a zvracení, dehydratace - nejintenzivnější zhruba 24 hodin
- selhávání činnosti jater a ledvin, což může vést i ke smrti

2. Otravy gyromitrinové

- podobné počáteční symptomy, ale způsobuje je gyromitrin, toxin, který postihuje opět játra, ale již méně ledviny
- Ucháč obecný a Baňka velkokališná
- toxin se v menší míře nachází i v jiných ucháčích, ty jsou ale po tepelné úpravě v pohodě
- sbírat pouze mladé, nepřemrznuté plodnice



3. Otravy muskarinové

- 15-30 minut po jídle, výjimečně již během jídla
- velmi nepříjemný a bolestivý průběh, ale obvykle bez trvalých následků
- zarudnutí v obličeji, silné pocení a slinění (až 2 litry slin)
- křečovitě bolesti břicha, zvracení, průjmy, zrychlený dech, poruchy močení a vidění, srdeční problémy a dušnost.
- vyčerpávající, vede k zesláblosti, někdy ochablosti či otoku dýchacích svalů
- podává se protijed atropin

4. Otravy koprinové

- některé hnojníky patří v mládí mezi dobré jedlé houby, ovšem ne v kombinaci s alkoholem
- zhruba po 30 minutách
- lehčí otravy: zarudnutí pokožky; těžší: dušnost, zvracení a průjmy.

5. Otravy izoxazolové neurotoxické

- nejdříve po 30 minutách
- horkost, sucho v ústech, zhoršené vidění, pálení a mravenčení po celém těle
- halucinace a nebezpečné poruchy srdeční činnosti



6. Otravy psychotropně-neurotoxické

- nejdříve po 15 minutách, rozmanitý průběh
- může být i v případě lysohlávek velmi nepříjemný
- poruchy zrakové a sluchové oblasti, závratě, únava a nevolnost
- riziko infarktu, mozkové příhody, psychických problémů či úraz

7. Otravy gastrointestinální

- patří k nejčastějším otravám. Nepříjemný, ale většinou neškodný průběh.
- nejnebezpečnější druhem je Závojenka olovová, která způsobuje snad nejkrutější otravy (ukrutné bolesti břicha doprovázené zvracením a průjmy)



8. Otravy orellaninové

- nejzákeřnější typ otrav
- nejdříve po 36 hodinách, ale většinou mnohem později, někdy dokonce až po 2 týdnech!
- bolesti v oblasti bederní páteře a mírné žaludeční obtíže
- brzy odezní a postižený se cítí několik hodin v pořádku
- později však orellanin způsobí těžké poškození ledvin s doživotními následky, nebo přímo smrt
- Pavučinec plyšový představuje v podstatě nejnebezpečnější druh houby na světě.



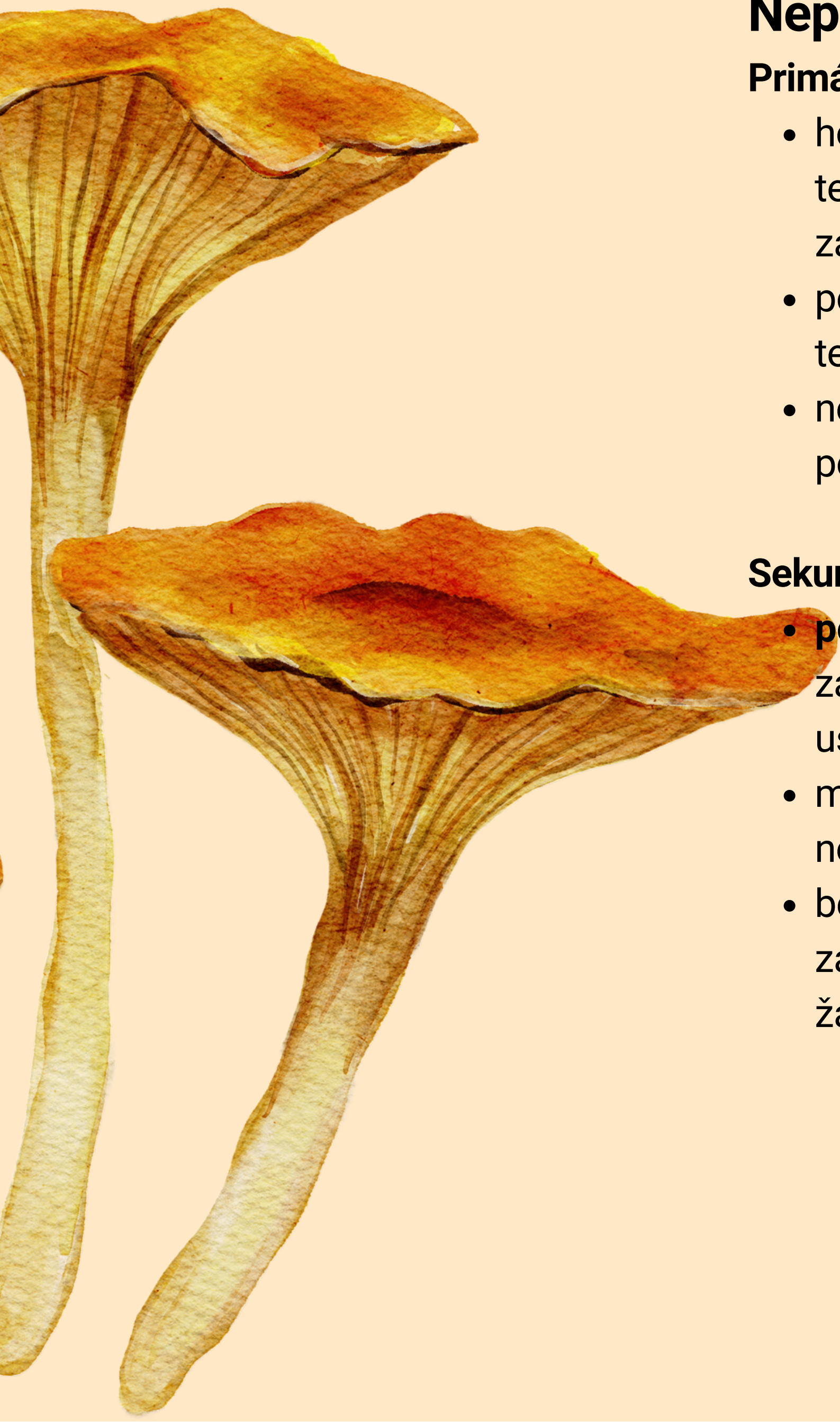
Nepravé

Primární nepravé - s termolabilními toxiny:

- houby, které jsou po důkladném tepelném zpracování jedlé, avšak za syrova bývají jedovaté.
- potřebují 15-30 minut důkladnou tepelnou úpravu
- nepříjemné žaludeční obtíže, které postupně odezní

Sekundární pravé:

- po konzumaci přemrzlých, starších, zapařených a případně špatně uskladněných hub
- může se v nich vytvořit i velmi nebezpečný botulotoxin
- bez botulinu jsou otravy většinou méně závažné a projevují se obvykle žaludečními potížemi



Nepravé otravy

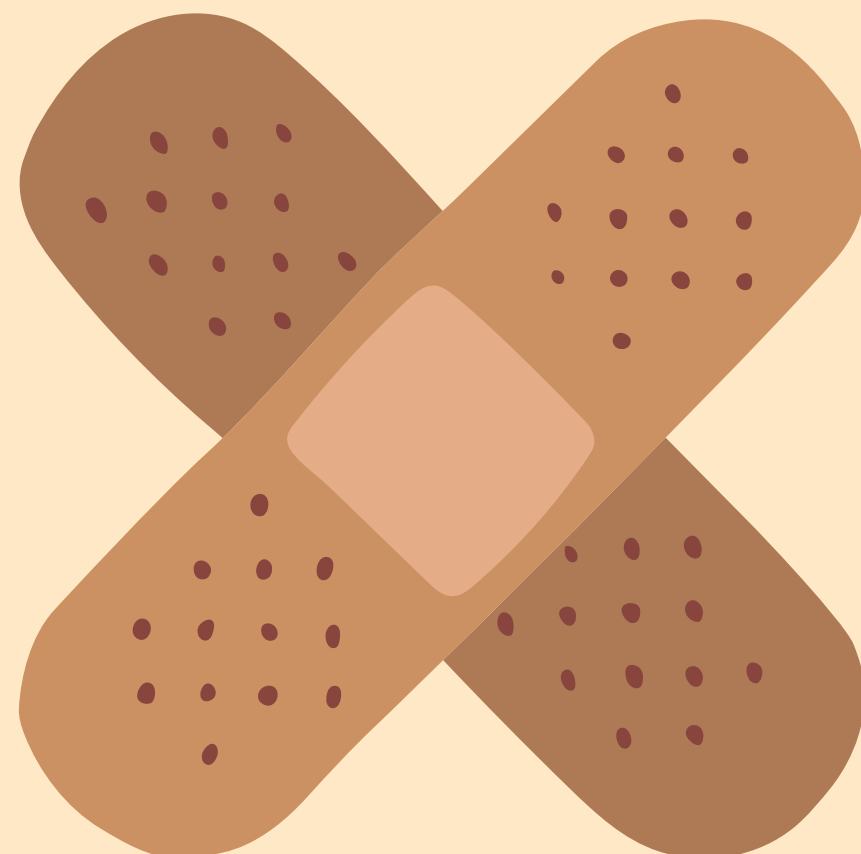
Primární - projevují se při alergii na některý druh hub

Sekundární - při sběru hub v průmyslových oblastech (ozářené houby, nasáklé těžkými kovy apod.)

Pseudootravy - vyvolané psychosomaticky ze strachu, že se člověk otrávil houbami.

První pomoc:

- 1) při důvodném podezření na otravu houbami, je nutné co nejrychleji vyvolat zvracení.
- 2) hned potom je vhodná konzultace s toxikologickým informačním střediskem (tel. 224 91 54 02, 224 91 92 93)
- 3) při potvrzení je potřeba co nejrychleji přivolat lékařskou pomoc (tel. 155, 112). Doporučuje se podávat aktivní uhlí, které na sebe dokáže navázat nežádoucí látky, a zabránit alespoň zčásti vstřebávání a hodně pít.
- 4) zajistit vzorky hub, případně vzorky stolice nebo zvratků, ze kterých se dá odhalit zdroj otravy. **DŮLEŽITÉ!**



SPORT

Přespolní běh

Reprezentace naší školy

Dne 26. 9. 2024 se vybraní žáci naší školy zúčastnili soutěže vpřespolním běhu. Pořadatelem bylo opět boskovické gymnázium, které mělo celou organizaci soutěže na starost. Přespolní běh se tradičně uskutečnil vboskovickém bikeparku, kde holky běžely vzdálenost 3 km a chlapci 5 km. V kategorii chlapců naši školu nejlépe reprezentoval Patrick Müller ze třídy 2. C, který skončil na celkovém 17. místě z celkových 42 míst s časem 24:54/5 km. V kategorii chlapců naši školu také reprezentovali Štěpán Pernica (2. C), Rostislav Kubín (4. A) a Jonáš Klouček (4. C). V kategorii dívek se nejlépe za naši školu umístila Ilona Kouřilová ze třídy 4. A, která skončila na 7. místě z celkových 21 míst s časem 14:41/3 km.

Dále v kategorii dívek naši školu reprezentovaly Anna Ryšavá (2. A), Zdena Dedková (3. C) a Markéta Malachová (2. C). Další kategorií byly týmy, kde jsme měli tým dívek a tým chlapců. Výsledné časy žáků naší školy se sečetly dohromady a vzešly výsledky. Tým dívek ve složení výše jmenovaných žákyň se umístil na 4. místě - bohužel z celkových 4 dívčích týmů. Tým chlapců obsadil krásné 5. místo z celkových 9 chlapeckých týmů.

Žákům děkujeme za vzornou reprezentaci naší školy a za úsilí, které do svého běžeckého výkonu vložili. Také děkujeme paní učitelce Renatě Palové za motivaci našich žáků k dosažení nejlepších výsledků.



ROZHOVOR S ABSOLVENTEM

Než začneme rozhovorem, mohl byste se našim čtenářům nejdříve představit?

Samozřejmě, rád se představím. Jmenuji se Dominik Fadrný, jsem absolventem Střední pedagogické školy v Boskovicích, kde jsem studoval obor Pedagogické lyceum, studium jsem ukončil v roce 2015. V současné době působím jako kastelán Státního hradu Šternberk.

Jak jste se ke své práci kastelána dostal?

Už při studiu na střední škole jsem začal provázet na zámku v Lysicích. Práce na tomto objektu pro mne byla velmi důležitá a formativní. Během deseti let jsem tak měl možnost poznat, jak funguje správa historických objektů. Získal jsem cenné zkušenosti sprací snávštěvníky i s organizací akcí. Lysice pro mě byly nejen pracovním místem, ale i školou, která mě nasměrovala na tuto „dráhu“. Je však pravdou, že jsem od útlého věku velice rád jezdil s rodiči po hradech a zámcích. Tudíž vztah k tomuto prostředí zde byl „odjakživa“. Ačkoli mám vysokoškolské vzdělání v jiném oboru, než je historie, domnívám se, že to není překážkou pro výkon funkce kastelána.





Práce kastelána není úplně obvyklá, co vše to obnáší?

Práce kastelána je už z podstaty věci velice specifická a různorodá. Dle mého názoru je to top manažerská pozice. Díky týmu velmi schopných a pracovitých lidí je každodenní práce mnohem efektivnější a příjemnější. V gesci mám návštěvnický provoz, organizování akcí, svatební obřady, prezentaci hradu, rovněž ale také řeším opravy a údržbu hradu, po konzultaci s odborníky i restaurátorské zásahy, dále pak nutné práce v parku apod. Je toho spoustu, co musí kastelán řešit, ale práce je to velice zajímavá.

Co vás nejvíce na vaší práci baví? A co naopak nebaví?

Na práci kastelána mě nejvíce baví zmiňovaná různorodost. Není to v žádném případě stereotypní práce, každý den je jiný. Jiné je období od dubna do října, kdy se vše točí kolem návštěvnické sezóny a oprav hradu. Naopak v ostatních měsících se vše připravuje tak, aby další sezóna byla opět úspěšná. Prozatím jsem nenašel něco, co by mě výslovně nebavilo. Samozřejmě administrativní agenda je široká a leckdy časově náročná, ale i to se dá hravě zvládnout.



Kam jste pokračoval dál po střední škole?

Po střední škole jsem pokračoval ve studiu na Vyšší odborné škole v Boskovicích, obor cestovní ruch, což se teoreticky přímo dotýká práce, kterou nyní dělám. Posléze jsem se přesunul do dle mého názoru nejkrásnějšího moravského města – Olomouce, kde jsem pět let studoval politologii a evropská studia na Univerzitě Palackého. Ačkoli se moje studium zaměřovalo na tuto disciplínu, zjistil jsem, že některé dovednosti a znalosti z tohoto oboru jsou v práci kastelána velmi užitečné, především tedy schopnost komunikovat a spolupracovat s různými partnery, institucemi a vyjednávat v různých situacích. Studium jsem zakončil na jaře roku 2023 a od 1. 1. 2024 jsem byl jmenován kastelánem Státního hradu Šternberk. Na samotné převzetí funkce jsem se přímo na hradě připravoval od září 2023.

Máte na naši školu hezké vzpomínky?

Na střední školu mám mnoho hezkých vzpomínek. Myslím si, že jsme byli vcelku dobrá parta lidí s podobnými zájmy, jen toho času na setkávání v současné době moc není. Mnoho vzpomínek mám na celostátní divadelní přehlídky v rámci dramatické výchovy, které jsme mohli navštěvovat s paní učitelkou Lepkovou a posléze s paní učitelkou Pelclovou. Měl jsem také úžasné třídní učitelky paní Mgr. Resovou a poté Mgr. Fojtovou. Myslím si, že mnoho z nás s láskou vzpomíná na hodiny pedagogiky s paní učitelkou Strbačkovou, či hodiny literatury s paní učitelkou Přikrylovou. Studium na Střední škole pedagogické v Boskovicích bych doporučil každému.

Máte nějakou radu pro naše aktuální studenty?

Chtěl bych spíše všem studentům vzkázat, ať si studium na škole užívají a mají plno zážitků a úspěchů, neboť z vlastní zkušenosti vím, jak to vše rychle uteklo.

BEAUTY RUBRIKA

Možná jsi už slyšela o tom, že každému člověku sednou jiné barvy. Ale jak to vlastně funguje? A jak zjistit, které barvy sluší právě tobě?

Vše se točí kolem tzv. **typologie barev**, která rozděluje lidi do různých barevných typů podle jejich přirozených odstínů pleti, vlasů a očí. Díky tomu se můžeš naučit vybírat oblečení, make-up, nebo dokonce barvu vlasů tak, aby podtrhla tvou přirozenou krásu.

Barevné typy: Jarní, Letní, Podzimní a Zimní

Existují čtyři základní barevné typy, které se inspirovaly ročními obdobími: jaro, léto, podzim a zima. Každý typ má specifickou paletu barev, která s ním ladí. Pojdme se na ně podívat blíže.

Jarní typ

Jarní typ je často spojen s teplými a světlými tóny. Máš-li světlou, až broskvově růžovou pleť, světle hnědé nebo zlatavé vlasy a světle modré, zelené nebo oříškové oči, jsi pravděpodobně jarní typ.

Doporučené barvy:

- krémová, meruňková, lososová
- teplé odstíny žluté a zelené
- světlé, jemné pastelové barvy

Vyhýbej se tmavým a studeným tónům, jako je černá nebo tmavě modrá.

Letní typ

Letní typ je spojený se studenými a tlumenými tóny. Pokud máš světlejší pleť s modrým či růžovým podtónem, blond až světle hnědé vlasy a šedé, modré nebo zelené oči, pravděpodobně patříš k letnímu typu.

Doporučené barvy:

- pastelové, jemné odstíny, jako je pudrová růžová nebo levandulová
- studené barvy jako modrá, šedá, fialová
- světlejší odstíny zelené

Naopak vyhýbej se teplým a zlatým odstínům, jako je oranžová nebo teplá hnědá.

Podzimní typ

Podzimní typ je teplý a zemský. Máš-li olivovou nebo zlatavou pleť, kaštanové nebo zrzavé vlasy a hnědé či zelené oči, jsi pravděpodobně podzimní typ.

Doporučené barvy:

- hřejivé barvy, jako je hořčicová, měděná nebo cihlová
- všechny odstíny hnědé a zlaté
- zelená, červená a oranžová v teplých tónech

Vyhýbej se studeným barvám, jako je ledově modrá nebo jasná bílá.

Zimní typ

Zimní typ má výrazný kontrast mezi barvou pleti, vlasů a očí. Pokud máš světlou pleť s chladným podtónem, tmavé vlasy (černé či tmavě hnědé) a tmavé oči, jsi pravděpodobně zimní typ.

Doporučené barvy:

- jasné, kontrastní barvy, jako je černá, bílá, sytě červená a královsky modrá
- studené odstíny, jako je stříbrná a šedá
- fialová, smaragdově zelená

Vyhýbej se teplým a příliš jemným barvám, jako je béžová nebo oranžová.

Jak na to přijít?

Pokud si nejsi jistá, jaký jsi typ, můžeš zkusit několik tipů. Postav se před zrcadlo na denním světle a zkus k obličejí přikládat různé barevné kousky oblečení. Sleduj, které barvy ti rozjasní pleť a dodají ti svěžest a které naopak způsobí, že vypadáš unaveně nebo příliš bledě. Pokud chceš jít více do hloubky, můžeš se obrátit na profesionála, který ti udělá barevnou analýzu.

Výběr správných barev není jen o módě – je to způsob, jak podtrhnout tvou osobnost a cítit se dobře ve svém vlastním těle. Takže až příště půjdeš nakupovat, vezmi si s sebou svůj barevný typ a zjistíš, jaké poklady na tebe čekají!

Máš už svůj barevný typ? Jaké barvy ti sluší nejvíce? Zkus to zjistit a posuň svůj styl na další úroveň!

BOREC NA KONEC

Ahoj, mohl by ses nám prosím představit?

Jmenuji se Karel Friedl. Tak je mi 17 let, studuji na této škole. Momentálně jsem ve 3. C.

Mohl bys nám prosím představit svůj koníček?

Hraju na akordeon neboli jinak tahací harmoniku.

Jak dlouho hraješ - odhadem?

Bude to kolem 10 let. Takže od 6 nebo 7 let.

Hraješ i na jiné nástroje, popřípadě jak dlouho?

Ano, klavír - kolem 5 let.

Nepřemýšlel jsi, že bys studoval na umělecké škole, než jsi nastoupil na pedák?

Ano konzervatoř, ale uvědomil jsem si, že to je vlastně k ničemu. Protože tě to nenaučí, co potřebuješ, a je to automatickej směr k hudbě. A když si řeknu, že už vlastně hudbu dělat nechci, tak jsem v pasti.

Hraješ profesionálně v nějaké skupině? Popřípadě v jaké?

Ne ve skupině, byl takový prostě jenom pokus, vždycky jsme se třeba sešli někde u někoho a tam jsme něco hráli, ale to nebyla jako skupina, prostě takový Jam.

Plánuješ se dál věnovat hudbě po škole?

Jako spíš hobby, takže prostě si fakt furt budu dál hrát pro sebe, a to je všechno.

Nepřemýšlel jsi někdy o profesionálním hraní třeba?

Ne, třeba soukromé učení teoreticky, ale to je asi tak všechno.



Kdybys měl čtenářům popsat, jak je moc těžké naučit se hrát na akordeon?

Muselo by se začít jako od mládí, protože teďka už bys to nedokázal pochopit. Máte to pod bradou a nevidíte tam na ty ruce jako na klavíru, protože na tom vidíte, kam dáváte ty ruce. Tam ne, tam se nemáte ani kam správně dívat, takže vaše levá ruka a pravá hraje prostě poslepu. Na pravou ruku se můžete naklonit, ale zase záleží. Jsou totiž 2 druhy, buď klávesové, jako je klavír. Anebo knoflíkový, který je úplně něco jiného. Potom na levé jsou basy, akordy a hnedka vedle je molovej a pak je sedmička. Od céčka je to označený a pak nahoru to jde po křížkách. Jsou tam pomocný řady u basu. A jedna věc je vydávat zvuk, kdy vlastně vaše ruce jdou proti sobě, takže to není, jako že by sis pamatoval. Prostě jedna ruka jde dolů a druhá jde nahoru a ještě u toho zároveň musíte tou harmonikou tahat. Takže ano, je to asi náročný.

Na kolik peněz přijde tahací harmonika?

Záleží jaká. Dá se podívat do českých značek. Ty jsou horší, že jo, ale stačí na nějaký třeba učení, procvičování. Většinou ty zase bývají právě v těch ZUŠkách, kde prostě to je třeba kolem těch dvacet, třicet tisíc, ale potom ty lepší třeba 150 000.

Doporučil bys hrát na akordeon někomu, kdo nemá vůbec žádnou zkušenost s hudbou, nebo by měl umět na něco už hrát?

Tak zda myslíš jako teďka v tomhle věku, kdyby teďka se někdo rozhodl, tak asi ne. Protože to je strašně jeden směr a určitě je lepší zaměřit se prostě třeba na klavír, anebo něco jiného než toto. Jako harmonika je prostě fakt, pokud chceš OK, ale je to celkově taková celá skupina. Protože tam máš prostě všechno naráz. Muselo by to toho člověka hodně lákat.





Učil ses někdy na nějaké ZUŠce, popřípadě tě učil někdo? Někdy soukromý učitel?

Do ZUŠky furt chodím do Tišnova. K paní učitelce Daně Morrisové. Učí mě stále na akordeon a bude mě učit tento poslední rok, pak končím. Učila mě učitelka na klavír soukromě, vlastně stále soukromě, ale to skončilo před rokem a něco, kdy měla dítě a šla na mateřskou - a pak jsme se už nespojili a já už to ani asi nepotřebuju.

Účastnil ses někdy nějaké soutěže, s akordeonem? Mohl bys nám k tomu něco říct?

Ano, tak šlo většinou vždycky o přípravu, kdy mě učitelka Morrisová požádala, jestli bych se chtěl zúčastnit. Byly to místa jako třeba Ostrava, Praha, nebo i někde na Slovensku v Dunajské Stredě.. Někde jsem i obdržel ceny, ale to už je minulost, to skončilo kolem roku 2017 a pak mě to už přestalo bavit.

A teďka se teda věnuješ spíše klavíru?

Ano, ale furt jenom pro moji vlastní zábavu.

Je něco, co bys chtěl vzkázat čtenářům, akordeonu nebo i obecně?

Hudba je náročná, ale nádherná. Kdo má trpělivost se něco učit, tak se uče. Je důležitý tomu nástroji taky porozumět a vlastně si najít si tam vlastní způsob, co vás baví, jakým způsobem a nějaké pomůcky. Pokud se chcete učit sami od sebe, tak klidně, ale je potřeba i něco o tom vědět.



HÁDANKA

Devět mincí

Dostali jste devět na pohled stejných mincí, jedna je falešná – lehčí.

K dispozici máte rovnoramenné váhy.

Jak na dvě vážení zjistíte, která je falešná?



Rozsviďte svůj mozek a odhalte falešnou minci!

Řešení hlavolamu posílejte na: hadanky@outlook.cz