



FOKUS
M Ě S Í Č N Í K

KARLOVARSKÝ KRAJ | BŘEZEN 2021

ROZHOVOR:
ZUZANA KÖTELEŠOVÁ
(STR. 3)



PRVNÍ ROK KERAMICKÉ
DÍLNY (STR. 10)



KVÍZ ZE ZNALOSTÍ
ČESKÉ LITERATURY
(STR. 19)



MATĚJOVA TVORBA
(STR. 21)



 ► **Svépomocná skupina rodičů:** Kvůli COVID-19 byla zrušená, konkrétní termíny se zatím neplánují.

Rozhovor	▶ 3
STD KV: Rok keramické dílny	▶ 10
Trénink kognitivních funkcí	▶ 12
Pravidlo jedné hodiny	▶ 17
Test ze znalostí české literatury	▶ 19
Tvorba klientů	▶ 21
Tiráž, Měsíčník e-mailem	▶ 30



Chcete dostávat náš Měsíčník automaticky elektronickou poštou? Jednoduše napište mail na: fokus.redakce@seznam.cz. Do předmětu uveďte: **Měsíčník zasílání elektronicky.**





CHTĚLA BYCH RODINNÝ DŮM, PLNÝ DĚTÍ A ZVÍŘAT

*Na pozici terapeuta v karlovarské STD pracuje už druhým rokem **Zuzana Kötelešová**. Přestože je zároveň členkou redakční rady Měsíčníku, rozhodli jsme se s ní pořádit rozhovor – také proto, abychom se dozvěděli, jaký má dojem z dosavadní činnosti v STD.*

► **Vy pocházíte z Chodova, prožila jste tam dětství?**

Ano, a jsem tam moc spokojená. Na Chodově se mi líbí, že je to taková větší vesnice. Prošla jsem si několika školami a zaměstnáními, takže tam mám spoustu známých. Poznala jsem také bydlení ve Varech. Ne, že by se mi tam nelíbilo, ale vrátila jsem se zpátky. Chodov nabízí spoustu vycházkových příležitostí, například nám pěkně udělali Bílou vodu.



► **Připadá mi, že lidé narození v Chodově jsou často velcí patrioti.**

Sama se považuju za chodovského patriota. Také proto, že jsem tam pracovala na městském úřadě, a k městu a jeho vedení tak mám vztah.

► **Na jaké konkrétní pozici jste tam působila?**

Poskytovala jsem hmotnou nouzi, byla jsem referent sociálních dávek. Z městského úřadu nás v rámci sociální reformy přesunuli na úřad práce. Vydržela jsem pracovat pro úřad práce necelý rok. Nebyla jsem spokojená s nefunkční sociální reformou. Šla jsem zkusit práci do Německa.



► Pracovala jste v minulosti také s drogově závislými? Ovlivnilo vás to nějak v současném zaměstnání?

Myslím, že ne. Uvědomuji si, že při práci s klienty ve Fokusu je potřeba trochu jemnější přístup. Mé vystupování může působit rázněji, plyne to z pracovních zkušeností, kde jsem musela držet odstup, jasně stanovovat hranice, abych si vybuodovala autoritu a respekt. V dílně pracuji s klienty jinak.

► Jak jste se dostala k práci pro Fokus?

Odešla jsem z úřadu, a začala jsem pracovat v Německu. Potom jsem šla na mateřskou a po mateřské zase hledala nové zaměstnání. Věděla jsem, že do Německa už nemůžu, protože dojíždění by nebylo možné skloubit s péčí o dítě. Baví mě pomáhat lidem, mít pocit, že jsem někomu užitečná, a proto jsem hledala něco takového. Nechtěla jsem zahodit znalosti ze studia VOŠ.

► Měla jste předtím zkušenost s lidmi s psychickým onemocněním?

Ne, vůbec žádnou. Věděl jsem o tom jenom z médií a ze školy.

► Překvapilo vás něco na klientech v STD?

Jednak to, že na nich běžně nepoznáte, že mají nějaké duševní onemocnění. Působí stejně jako zdravý člověk. Překvapilo mě také, jaké mají v důsledku nemoci úzké životní možnosti. Když jsme třeba šli někam ve Varech, neznají to tam, ačkoli jsou místní, často znají jen svoje naučené cesty. Někdy jim říkám: nechod'te jenom tu jednu trasu, Vary jsou přece velmi bohaté na vycházky, jsou tu lázeňské lesy okolo, a podobně. Ale strach klienta z toho, že ztratí orientaci, ho tam prostě nepustí. Řekne, že půjde jenom tam, kde to zná, a nechce zkoušet novinky. Klienti jsou v tom svém stereotypu spokojení, cítí se bezpečně.



► Kde jste vystudovala sociální práci?

Na vyšší odborné škole, tam jsem také poznala Dianku. Škola měla základnu v Kladně, v Karlových Varech byla pobočka. Začala jsem chodit v Bohaticích



na bývalou základku, pak to tam bylo zrušené a přesunuté do Varů, na třídu TGM. Závěrečky jsme pak jeli dělat do Kladna.

► **A střední máte jakou?**

Jsem vyučený pošťák s maturitou. Dneska už ten obor neexistuje. Za našich časů se to začínalo překlápět do logistiky. Když jsem na školu nastupovala, ještě nefungovalo tolik kurýrních služeb, jako například DPD nebo PPL, a postupem času vznikala konkurence poště. Vedení školy nás tak nasměrovalo k logistice, abychom si rozšířili uplatnění.

► **Také z důvodu konkurence kurýrních služeb to pak na poště asi nebylo nic moc.**

Nevyhovovaly mi přidané produkty od České pojišťovny, a dalších společností. Museli jsme nabízet zákazníkům pojištění a úvěry. Přitom jsme na to vůbec nebyli zaškolení, jenom jsme dostali letáček, a nabízej. Nemůžu ale někoho přemlouvat, pokud mu nedokážu úplně vysvětlit výhody. Pak se to hodně projevovalo na platu – když neplníš ten měsíční plán, ty se vůbec nesnažíš, ty neplníš – tak šup, a osobní ohodnocení pryč. Pak jsme se tedy snažili naplňovat, a fiktivně jsme ve své rodině uzavírali úvěry, půjčky, účty a pojištění. Říkali jsme jim: to nevádí, nemusíš nic platit, pak se to zruší. Já jenom potřebuju čárku, že to bylo založené. Přišlo mi to úplně na hlavu.

► **Bavily vás ve škole jazyky? Umíte německy, anglicky?**

V angličtině přečtu text, dokážu něco říct, ale na amatérské úrovni. Moje němčina je na komunikativní úrovni, díky tomu, že jsem v Německu pracovala. Je to výhodou, když člověk má možnost potrénovat jazyk přímo v tom prostředí. Tak teď nemám problém do Německa zavolat a po telefonu jednat s úřady. Dále jsem studovala čtyři roky francouzštinu. To bylo vlastně kvůli té poště, protože spousta tiskopisů byla ve francouzštině – pošta má nejspíš kořeny ve Francii.

► **Čím se zabýváte ve svém volném čase?**

Trávím čas s rodinou a kamarády. Jsem společenský člověk, takže neumím být sama. A moje koníčky? Teď například budování zahrady, učím se zahradničit. Jsem zahradník metodou „pokus – omyl“. Hodně času jsem se svojí malou dcerou, užívám si jí, dokud se mnou chce trávit čas. Teď



v březnu jí bude pět. Společně aktuálně malujeme na putovní kamínky. Nejdříve vyrazíme do přírody, vhodné kameny nasbíráme, doma omyjeme a pak pomalujeme. Pomalované rozneseme zpět do okolí pro potěšení druhých sběračů.

► Kvůli pandemii je ale rodinný život určitě trochu nudnější.



Nudnější ne, přinesl nám nové možnosti, jak trávit čas. Myslím třeba ty putovní kamínky. Snažím se na všem hledat pozitiva. Hodně nám toho ale chybí. Pořád od dcery poslouchám: kdy už bude ta korona pryč? Chci do ZOO, do akvaparku. Chtěla by do bazénu, a ptá se: maminko, kdy už pojedeme? Takže jí necháme ráchat ve vaně a připouštíme teplou vodu.

► Zmiňovala jste také, že máte příbuzné v Británii?

Ano, je tam moje sestra, otec, a bratranec. Bydlí tam asi osm let. Občas je navštěvuju, ale ne moc často – byla jsem tam zatím dvakrát. Více jezdí oni sem za námi.

► Je to v Británii v něčem jiné?

Hodně jiné. Taky proto se tam sestra odstěhovala. Rozdíl je v mentalitě lidí. Jsou k sobě přátelštější. Zdraví se, i když se neznají. Byla jsem překvapená, když jsme šli s otcem na trhu v Birminghamu, tamní lidé nemají problém navázat komunikaci. Jen tak se na sebe usmívají, pozdraví. Ptala jsem se táty, jestli tu paní zná, se kterou jsme krátce hovořili. Odpověděl, že ne, ona ho jenom pozdravila, chtěla si popovídat. Takže jsme si opakovaně povídali s úplně cizími lidmi: „Ahoj, jak se máš, a co tě dneska čeká?“ Pro nás by to tady bylo nemyslitelné, říkali bychom si: není on nějaký divnej, proč vyzvídá?

► Domníváte se, že mezilidské vztahy jsou v Británii lepší?

Jsou víc přátelštější a otevřenější. A neposuzují se. Měla jsem možnost trávit tři dny v Londýně, a odnesla jsem si odtamtud, že už tolik neposuzuju, co si vezmu na sebe. Nezapývám se tím, co na to řeknou ostatní, jestli nejsem moc výstřední, a podobně. V Británii žije více kultur, když jdou po ulici



Arabové, lidé v burkách, nikdo to neřeší. Kdežto tady se lidi otáčí: hele, vidělas ho?

► **Je to možná tím, že jsme tady uzavřeni v českém d'olíčku.**

Asi nejsme tolik otevřeni pro jinakost. Hodně řešíme, co ostatní. Co na to ostatní řeknou, a jak se na mě budou dívat. Kdežto tam chodí lidi s barevnými vlasy, piercingy, tetováním.

► **Domníváte se, že mezilidské vztahy se u nás poslední dobou zhoršily?**

Asi je víc agrese. Určitě se k sobě nechováme přátelsky. V mém okolí se samozřejmě snažím vyhledávat milé, příjemné lidi, který mě nebudou vysávat, nebudou na mě zlí. Posuzuju to třeba z pohledu řidiče na silnici. Lidi jsou na silnici splašení, agresivní a zrychlení. Je to asi tou dobou, že máme moc příležitostí a málo času na svoje soukromí. Všichni někam spěchají a z toho vzniká agrese.

► **Celková situace ve společnosti se podle vás vyvíjí k lepšímu, nebo k horšímu?**

To asi není na stručnou odpověď. Zachováte-li si pozitivní nastavení, to negativní se od vás vzdaluje pryč. Pomohla mi s tím vlastně i práce tady – takové ty myšlenkové procesy a meditace, a najednou se mi kvůli práci ve Fokusu trošku změnil život. Nebudu-li tu agresi vidět a chtít, pak ji nebudu přitahovat k sobě. Potkám-li agresivního řidiče, raději si řeknu, ať z mého života odjede. Pokud ale na jeho agresi přistoupím, na silnici pak třeba povedeme boj a vybržd'ování. Zrovna nedávno jsem to zažila, a nebylo mi to příjemné. Sundala jsem nohu z plynu – ať si jede, nestojí mi to za to. Všechno je to o nastavení v hlavě.

► **Považujete se za sangvinika, flegmatika, cholera, nebo melancholika? Přiznám se, že tady bych měl svůj vlastní tip.**

Ráda si ho vyslechnu...

► **Sangvinik.**



Tak to jste se trefil. Nedávno jsme šli k psychologovi, kvůli tomu, že mám hodně vzteklé, energické dítě. Bylo mi ale řečeno: maminko, to musíte začít u sebe. Taky rychle vzplanu, nepřemýšlím, mluvím rychle, než abych si utřídila myšlenky. Tak jsem začala u sebe a i dcera se zklidnila.

► Jsme spíš kombinace těch typů, takže jste částečně třeba i cholerik. A pak mám několik závěrečných otázek. Prožíváte teď nejšťastnější období ve vašem životě?

Jedno z nejšťastnějších. Práce a osobní život spolu velmi souvisí. Tady v dílně je dobrý kolektiv, cítím se v práci v pohodě, a to si přenáším i domů. V létě už budu ve Fokusu dva roky, a můj pracovní i rodinný život se zklidnil. V minulosti jsem nebyla spokojená v práci, a z toho pak plynou frustrace a nespokojenost. Přestože teď procházíme pandemií koronaviru, našla jsem na tom i to pozitivní – například to, že rodina tráví víc času spolu. Každý se teď bojí kontaktů, takže víc fungujeme jako rodina. Společně třeba jedeme na hory, víc hrajeme společenské hry. Některé páry se kvůli tomu rozvedou, ale jiné to posílí – a já cítím, že nás to posílilo.



► A poslední dotaz: máte před sebou nějaký cíl, čeho byste chtěla dosáhnout?

Teď jsem úplně spokojená. Jednou bych chtěla mít rodinný dům. To je v současnosti trochu nedosažitelné. Můj sen se nejspíš splní, ale je to otázka asi deseti let. Takže – chtěla bych rodinný dům se spoustou dětí a zvířat. ◀

Michal Černý



ROK FUNGOVÁNÍ KERAMICKÉ DÍLNY

Již je tomu rok, co jsou z nás i keramici. Část terapeutů čeká ještě stáž u zkušenějších kolegů v Mladé Boleslavi, která byla odložena, tak jako většina akcí v této době, na neurčito. Vzájemně se tedy učíme, předáváme si zkušenosti a zdokonalujeme se. Ledacos se nám nepodařilo, ale chybami se člověk učí. Je toho naštěstí více, co se vyvedlo. Celé napnuté, natěšené, plné očekávání otevíráme pokaždé pec při finálním výpalu výrobků.

Chceme se čtenářům Měsíčníku pochlubit, co díky šikovným ručkám klientů a terapeutů přišlo na svět.





TRÉNINK KOGNITIVNÍCH FUNKCÍ

Pro zkrácení dlouhé chvíle a procvičení paměti a myšlení jsme do tohoto čísla FOKUS Měsíčníku připravili několik křížovek, doplňovaček či kvízů.

Výtvarné řádění

„Víčka z PET lahví se také dají využít k různému výtvarnému řádění,“ ozval se mák-milovník čísel. „Děti v Nymburku jich 20 642 navlékly na vlasec a udělaly hada dlouhého (tajenka) metrů. V Třebíči zase před pár lety vytvořili studenti na náměstí z 3 200 petek koberec o rozloze více než šest metrů čtverečních.“

SUDOKU

Vypište do jednotlivých polí číslice od 1 do 9 tak, aby každá z nich byla v každé řádce, v každém sloupci a zároveň v každém rámečku o 3 x 3 polích (vyznačeném tučnou linkou) jen jednou.
Tajenku přečtete po řádcích v zabarvených políčkách.

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

Zdroj: časopis Makovice

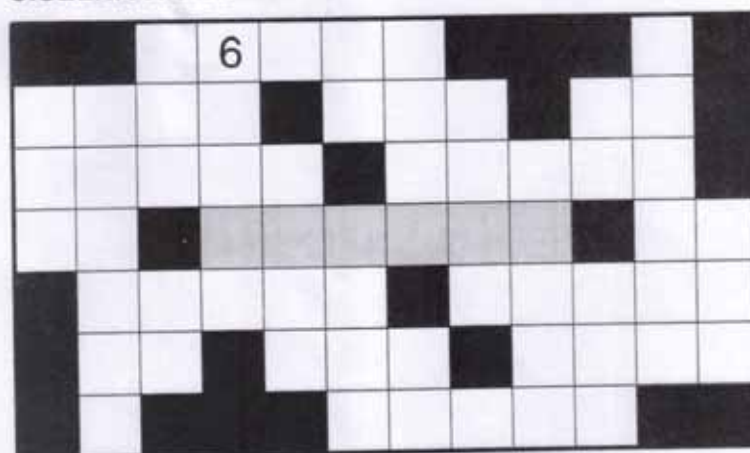


Pilní sběrači

„Na náměstí v Uherském Hradišti se zase v roce 2010 s víčky od PET lahví vydovářelo sedm set dětí i dospělých. Tihle skládači tam vytvořili znak města velký 10,11 x 11 metrů a spotřebovali na něj (tajenka) víček, které pilně sbírali víc než měsíc. Rozhodčí z pelhřimovské agentury Dobrý den pak vyhlásil nový český rekord! To zíráte, jak se lidi dokáží bavit s plasty, co?“

**Víčka byla později recyklována. Výtěžek dostala Záchraná stanice volně žijících živočichů v Buchlovicích.*

ČÍSELNÁ KŘÍŽOVKA



09	138	1697	32383	081363
16	382	1728	53192	621990
34	417	2345	62499	
47	745	3247	67819	
48	793	4572	76504	
53	951	9837	77671	
81			84361	
96			91943	

*Dosaďte čísla vodorovným
i svislým směrem tak,
aby se správně křížovala.*



Zdroj: časopis Makovice



Jasná věc

„Na hádanky nemám náladu, ani sílu a ani pomyšlení,“ odse malý 😊. „Ale nejde mi do hlavy, co hodlá tamhle ten člověk dělat s tím pytlek PET lahví neboli petek.“ „To je přece jasn věc,“ ozval se hloubavý mák. „Určitě má namířeno k tomu kontejneru na plasty! _____, _____ (tajenka), a proto třídí odpad!“

1.

17	9	8
----	---	---

2.

15	14	16	4
----	----	----	---

3.

6	7	10	2
---	---	----	---

4.

10	2	15	13	3
----	---	----	----	---

5.

8	2	1	11	18
---	---	---	----	----

6.

16	4	2	15	4
----	---	---	----	---

7.

12	8	2	5	6
----	---	---	---	---

8.

17	18	2	3	14	19
----	----	---	---	----	----

DOPLŇOVAČKA S ČÍSLY

Do horních tabulek dosadte slova podle obrázkové legendy. Každé písmeno tak dostane své číslo. Podle těchto čísel snadno vypíníte tajenku v dolních tabulkách.



Tajenka:

1	2
---	---

3	4	5	6	7
---	---	---	---	---

 ,

8	9	10	11
---	---	----	----

12	13
----	----

10	13	8	14	5	15	11	16	14
----	----	---	----	---	----	----	----	----


17	6	14	12	5	18	2	19	11
----	---	----	----	---	----	---	----	----



Zdroj: časopis Makovice



Ať je to, jak je to

"Cha, cha, cha, ty ale umíš jednoho překvapit!" zasmál se malý , "skoro bych řekl, že jsi jedl (tajenka). Ale vydrž a nehudrej, ať je to, jak je to, blížíme se nezadržitelně k cíli! To bude radosti, až tam budeme!"

POPLETENÁ PŘIROVNÁNÍ

Vyberte ze tří možností, jak doplnit jednotlivá přirovnání. Písmeno, které je před správnou možností, doplňte podle čísel do tabulky. Tak vám vyjde tajenka.

1. Veselá mysl L- hadavmo' mehrabe E- generálem V- půle vedraoí	2. Pod dřívěm S- se melerí T- bývá lma O- se mařral	3. Hlouká jako I- síva z mudlí N- pečení holubi D- bez práce																						
4. Hrade jako L- holub ro bání E- vrabec ro hrsti P- straka	5. Pro dobrotu O- máslo ma hlavě N- ma křebroš I- hrubá káplasa	6. Líná huba H- doma vaří O- holé meštěsí N- krátký rozum																						
7. Mraz kopřivu U- mespáli F- pohladí O- udolaí	8. S pochívostí L- šikrát měř U- doma mejlíp K- mejdál dojdeš	9. Stará láska R- rukou myje A- merezaví K- meštěkaí																						
10. Moudřejší K- mehlakí O- jaro medělaí Š- ustoupi	<table border="1"> <tbody> <tr> <td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td><td>6</td><td>7</td><td>8</td><td>9</td><td>10</td><td>3</td> </tr> <tr> <td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td> </tr> </tbody> </table> 		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	3	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	3														
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>														

Zdroj: časopis Makovice



PRAVIDLO JEDNÉ HODINY

Jsem pozitivní. Informace přišla jako rána z čistého nebe. Je faktem, že jsem se dva dny zpět necítil úplně ve své kůži, ale je to tady. Prostě to taky mám. Z antigenního testu na mě blikají dvě červené čárky, jak nožky podivuhodného broučka a já si říkám, jak mohou jinak takové dvě čárky na testu vyvolat hromadu radosti. Jasný, přece pro budoucí rodiče. Anebo taky ne, to už k tématu plození patří.

Nicméně hybaj domů, kam se člověk zavře na dobu nezbytně nutnou. Každý chce být nosičem dobrých zpráv a teď je potencionální nosič úplně jiných breberek. Lékařka stanoví termín konce izolace za 10 dní, předávám seznam s lidmi, s kterými jsem se setkal za poslední dny a pak ulehám do postele s tichým přáním, ať je to v pohodě, ať je to ten lehký průběh.

Na pořadu každého dne je boj s nemocí, jak to každý z nás zná. Odpočinku není nikdy dost, občas je nutné vzít si prášek na bolest nebo snížení teploty. Nejvíce se mi osvědčilo být v teplém objetí několika vrstev oblečení a mé milé peřiny, která nikdy nezradí. A pak následuje pocení, průběh nikterak příjemný, ale po čase se dostavuje pocit očisty, uvolnění a zkrátka je člověku dobře.

S tím vším souvisí horké nápoje v míře větší než malé, a také živiny v podobě dobrého pokrmu.

To tedy platilo pouze dva dny. Pak někam zmizel čich a vzal sebou i chuť, šli se asi projít, aniž by se rozloučili. A ani neřekli, kdy se zase vrátí. Jak dvě nevychovaná děcka bez špetky respektu ke svým chlebovárcům. Nořím nos do skořice a nic, nějaký oranžový prášek. Po třech lžících křenu bez jakékoliv odezvy přemýšlím, zda není vhodná chvíle zúčastnit se soutěže v pojídání chilli papriček. Teď to vypadá na exkluzivní příležitost.

Ale pro upřesnění, něco přece zůstalo, slané, sladké, hořké a kyselé jsem i tak rozeznával, i když hodně vzdáleně. Procentuálně tak 10%. Ale co, tak když to jídlo nechutná, bude aspoň zajímavé. Zaměřil jsem se tedy na konzistenci – jídlo křupalo (oříšky), pukalo (luštěniny), lechtalo (kousky



ovoce), hůře se kousalo (asi už to bylo staré) a někdy i dusilo (když jsem vdechnul kakao, to nezkoušejte, nic moc jako). Zkrátka jiná forma zábavy s jídlem než normálně.

Šestý den odešel nenávratně pryč kašel, teplota, bolest na hrudníku a dušnost. Mé tělo ještě okupovala únava a bolesti hlavy, prý se jim u mě líbí. „A ven!“, říkám. Jen se smějí a ani se nehnou. No dobře, ale moc času vám stejně nezbyvá.

S lepším stavem je tu více aktivit během dne. A to už se konečně dostávám k „*pravidlu jedné hodiny*“, víření bubnu, krátký činel a aplaus. Hmm, no tak ne. O co se jedná?

Jeden moudrý citát říká: „Jen pevný režim osvobozuje“. Jak tedy uchopit 24 hodin, co nejsmysluplněji? 8-10 hodin prospíme, tělo to potřebuje. Ale stále zbývá téměř dvě třetiny času dne.

V pravidle, které jsem začal používat už minulé období jara jde o to, že střídáte příjemné a méně příjemné aktivity, vždy po hodině. Tedy například, hodina práce (telefonuji, píši), hodina u knížky, hodina na procházce (či sportu, když to tělo dovolí), hodina šlofíka (co by ne), hodina domácích prací (úklid, příprava jídla), hodina práce (zase telefonuji a stále píši), hodina hraní na kytaru (někdy opakuji i vícekrát za den), hodina u filmu, hodina socializace (tak komu zase dnes zavoláme a zpříjemníme mu den) a tak dále. Každý ať si tam dosadí, to co ho baví a zároveň to, co by měl nebo musí. Možná si řeknete, „a to jako vážně?“

Inu u mě to funguje. Člověk uléhá ke spánku a přemýšlí, jak byl ten den plodný, plný zážitků a vjemů. Zítra budu ve všem pokračovat, těším se na to a moc rád. Proč, protože jsem i přes to všechno pozitivní. ◀

Petr Kohuš





TEST ZE ZNALOSTÍ ČESKÉ LITERATURY

1. Knihu „Muži v ofsajdu“ napsal český spisovatel:

- a) Eduard Bass
- b) Karel Poláček
- c) Karel Čapek



2. Milan Kundera psal své romány v češtině, a ještě v jednom cizím jazyku. Kterém?

- a) anglicky
- b) španělsky
- c) francouzsky

3. Autorem detektivních příběhů ze staré Prahy, později zfilmovaných pod názvem „Hříšní lidé města pražského“, je spisovatel:

- a) Jiří Marek
- b) Eduard Valenta
- c) Zdeněk Volný

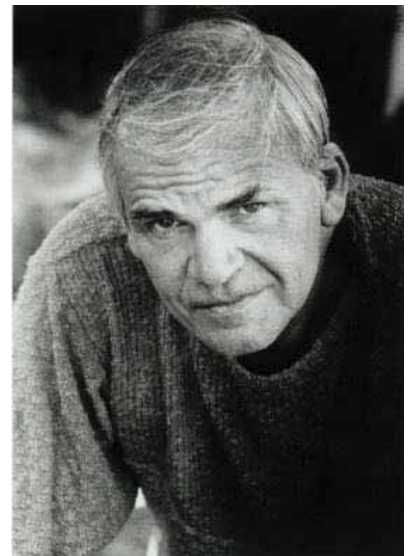


4. Lékař Hanzelín je postavou z románu autora:

- a) Jaroslav Havlíček
- b) Gustav Meyrink
- c) K. V. Rais

5. Jediným českým nositelem Nobelovy ceny za literaturu je:

- a) Bohumil Hrabal
- b) Jaroslav Seifert
- c) Milan Kundera



6. Romány spisovatele Jiřího Švejdy jsou spjaté s regionem:

- a) Vysočina
- b) Jižní Čechy
- c) Severozápadní Čechy

7. Dílo českého básníka K. H. Máchy je řazeno do směru:

- a) realismus
- b) surrealismus
- c) romantismus

Řešení:

1B, 2C, 3A, 4A, 5B, 6C, 7C





MATĚJOVA TVORBA

Mám nápad napsat básně o prvních čtyřiceti letech života, každá báseň obsahuje zjednodušeně jeden rok. Kdo chcete, zkuste to napsat se mnou a jinak. Toto je šesté pokračování.

14. rok

Dvě sedmičky od teď ti budou hájit přístav.
Dva věrní strážci dbají na své povinnosti.
Může to chutnat trpce, jestli si dostal odklad,
že tolik let trvalo dostat se ke své plodnosti.

Dobře víš, co je a co není tvůj vlastní názor.
Dobře jej hájíš klackem i slovy.
Jen rozumem vol, jak podpořit do dějin nábor.
A taky vhodně měkké číslo obuvi.

Hlavně zkus zapisovat svoje verše na papír.
I když se ti nebude chtít hned plýtvat ducha.
Jednou taky půjdeš, jak do pekla na špacír.
Na poprvé to projel i náš slavný pan Mucha.

Dobré ráno

Dobré ráno světe v drsné dece viru.
Je na čase pozdravit tvé krásné líce.
Vezmi si svou dávku pestrých vitamínů,
a po práci si na loži ustal velmi měkce.

Nadějí a dupáním po strachu přemůžeme tuto paniku.
Navoněním a taky vyčištěním našich zvědavých zraků.
Hádejme, kdo na nařízení z hora na šikovném praku.
A koho budeme hned zítra hledat ve staré zátoce vraků.



Báseň bez názvu

Místo zlata budeme hledat důvěry krůpěj,
místo volánků a sametu jemné porozumění.
Ať je pán světaznalý, nebo snad Jarda malý,
dobře vím, že v čas pohnutí srdce všechno mění.

Opomenout stříbro a zanechat záletů mnoha obrazům krásy,
lépe naslouchat staršímu odkazu trvalé lásky.
Třeba nám dojde, že není to ani v boku a ani v hrudním koši,
prostě občas se hodí mít kapsu volnou na oblázky.

Ponech měď žebrákům a přidej jim kousek svého srdce,
i když se den dlouhý zdá být, něco práce nech na jiný den.
V čas myslí na tělo své a na loži ustel si velmi měkce.
Že ráno večera moudřejší bývá, uměli předci nespočet jmen.



CENTER 5 – ZAČÁTKY ČÁST 3. (SHNILOST V CENTRU MĚSTA)

MIKY REDEIGHT



Je teplý jarní den, ptáci zpívají, slunce hřeje, chladný vánek vane, a Spirit se zrovna věnuje své pravidelné meditaci, při které ho vyruší rámus, který se zrovna ozývá z přízemí, je to sice o dvě patra níže, ale stále jde slyšet. Spirit sejde dolů do obýváku a nade Johna, který, jak se zdá, nedokázal udržet rovnováhu a při pádu s sebou strhl i knihovnu, která onen rámus způsobila.

„Ahoj, Spirite! Nechtěl jsem tě rušit, to ty nožní protézy, zase blbnou, ale už mám plán, jak je vylepšit!“, vylouvá se ze situace John.

„Vidím, že jsi začal s úřadováním,“ pronese Spirit s lehkým pokývnutím na stůl, kde je zapnutý počítač a spousta papírů poházená okolo.

„Jo, víš, furt se snažím přijít na to, co se tam tu noc vlastně stalo, zatím jsem sem jenom zjistil, že se to stalo na několika místech Prehl a P., jenže pouze v tomhle městě, nikde jinde, to poukazuje na fakt, že je to cílený útok a viník může být v tomhle městě,“ poučuje Spirita John. „Může?“ zeptá se Spirit, „Taky to může být odvedení pozornosti a viník může být klidně na druhém konci státu, protentokrát musím pracovat s tím, co mám,“ dořekne John těsně předtím, než se ho Spirit opět zeptá.

„Proč máš moje spisy o pohřešovaných lidech?“ ptá se překvapený Spirit držící štos papírů. „Protože jsem tu našel zajímavou věc,“ odpovídá mu John. „Ti pohřešovaní se ztratili poblíž míst, kde došlo k těm vloupačkám,“ znovu poučuje Spirita John.



Pár hodin po Johnově neustálém zkoumání a Spiritově péči o zahrádku na nádvoří se oba sejdou u televize v obýváku, sledující zprávy, v kterých zrovna vysílají nejnovější událost přímo ze stejného města, nedaleko Angelovy residence: „Právě jsme dostali zprávu, ze které vyplývá, že se uprostřed města Mothers Arms objevují trhliny v zemi, které se táhnou i několik set metrů, na místě už je náš zpravodaj Petr, Petře, jak to tam právě vypadá, je situace lepší, či stále stejná?“ ozývá se z televizoru. „Johne, musím tam, víš moc dobře proč,“ upozorňuje Johna Spirit, „Jdu s tebou, a nechci nic slyšet, to mi nerozmluvíš.“

Už na pokraji města jdou vidět napuklé silnice a domy, Spirit s Johnem sotva dojedou k místu, kde se zdá být tektonická aktivita největší, po pár minutách ticha se zase ozývá dunění, načež ho zase vystřídá ticho, takto se to opakuje skoro hodinu, oblast už je plně evakuovaná, na místě se nachází pouze záchranáři a hasiči.

„Prosil bych vědět, co se tu přesně děje,“ řekne Spirit a ukáže vedoucímu záchranářské služby kartu, která Johnovi vytvoří mračící úškleb na tváři, poněvadž netuší co je zač, ani proč se Spirit od vedoucího informace dozvěděl.

„Přístupová karta města od otce, díky ní, mám skoro stejné pravomoci jako starosta, o tom ti řeknu později, kapitán mi sdělil, že se takhle situace jeví jako zemětřesení pátého stupně, ale že je to divné, takové zemětřesení by se na místě jako je tohle dít nemělo.“

Po pár chvilkách dunění přestane úplně, jakmile se všem uleví ze země vyhrkne velká exploze a z ní vyletí tělo, které se po pár momentech zřítí zpět k zemi přímo na jedno z přítomných aut, postava se zvedne, otřese zbytky sutin ze svého nahnědlého oblečení, které obvazuje jeho tělo a pravou nohu, zbytek jeho těla je oblečen do černých hadrů a obličej mu kryje něco, co vypadá jako kus kamenné masky, doplněnou o kapuci přes hlavu. Onen muž seskočí z vozidla, ohlédne se okolo sebe, poté se podívá na díru, z které byl vyhozen, a pohrozí si pro sebe: „Pitomec šupinatej, příště ho v těch tunelech pohřbím.“ ◀

PŘÍŠTĚ: Pouze krtek ví, co je v podzemí



CITÁTY ANIČKY MENDELOVÉ



- ▶ *Čas ubíhá různě, podle toho s kým.*
- ▶ *Bez lidí dobré vůle by byl život nebezpečný a nákladný.*
- ▶ *Smích je sportem duše.*



CESTA Z TECHNO-PASTI

Michal Černý

V nedávné době uvedla internetová společnost Google projekt Google Glass. Jde o speciální brýle, prošpikované elektronikou, které z vás udělají obdobu robotického Terminátora. Před oči se promítají dodatečné informace o okolním světě.



Potřebujete se třeba dostat do určité ulice v neznámém městě? Brýle vám promítnou před oči trojrozměrnou mapu a přesně vás navigují k cíli. Chcete mluvit se svojí ženou? Google Glass vás spojí a před oči zobrazí videohovor. Projekt patří do oboru rozšířené reality (AR, augmented reality), o němž se mluví jako o mimořádně perspektivním. Existují již uskutečněné vize, že by v reálném světě byly na různých objektech umístěny malé černobílé terčičky, takzvané AR značky. Při pohledu na AR značku skrze mobilní zařízení (přes Google Glass nebo třeba smartphone) by se do obrazu přimíchala digitálně vytvořená realita – třeba při pohledu na budovu by se zobrazil 3D pohled na vnitřek budovy, uspořádání místností a jednotlivých pater.

Technologie Google Glass zatím není příliš rozšířená, a už proti ní vzniká silný odpor. Vznikla iniciativa „Zastavte kyborgy!“ (*Stop The Cyborgs*), podle níž je třeba pro toto technologické zařízení stanovit nová pravidla etikety. Brýle jsou vybavené kamerou, takže vyvstávají



obavy ze ztráty soukromí, kdy by vlastník brýlí mohl kohokoli nepozorovaně nahrávat. Iniciativa už vyrobila grafické značky, zakazující používání Google Glass v restauracích a dalších veřejných prostorech. „Nejsme proti technologiím, ale tvrdíme, že jejich rozvoj je možné lépe kontrolovat,“ uvádí se na webových stránkách sdružení.

Hyperaktivní jedinci

Účinky moderních technologií na člověka zkoumal americký spisovatel Jerry Mander, původně majitel úspěšné reklamní agentury. V roce 2003 u nás v českém překladu vyšla jeho kniha *V nepřítomnosti*



posvátného, nesoucí podtitul „Selhání moderních technologií a zápas indiánských národů o přežití“. Jerry Mander jistě neříká nic objevného, když tvrdí, že každý technický vynález člověka nějakým způsobem posunuje, ale ten sám vlastně netuší, kam vlastně. Jedno je jisté: téměř vždy se kvůli technologiím pohybuje dál od svého původního prostředí, takže mu na rozdíl od původních obyvatel severní Ameriky rozumí stále méně. V důsledku nekritického obdivu k technologiím se stále více vzdaluje tomu, na co je z evolučního pohledu dlouhodobě nastavený – ztrácí smysl pro lidská měřítka, původní proporce a původní rytmus plynutí času.

„Videohry. Televize. Počítače. To všechno je součástí procesu, který pohání naše životy ke stále větší rychlosti a zdánlivě je zaplňuje zajímavými zážitky, zatímco ve skutečnosti z nás dělá hyperaktivní jedince,“ píše Jerry Mander. Nervová soustava člověka je stimulována stále rychlejší palbou podnětů, ten se tak stává čím dál tím urychlenější a roztěkanější, a vede to k tomu, že považuje přírodu s jejím pomalým tempem za nezajímavou a nudnou.

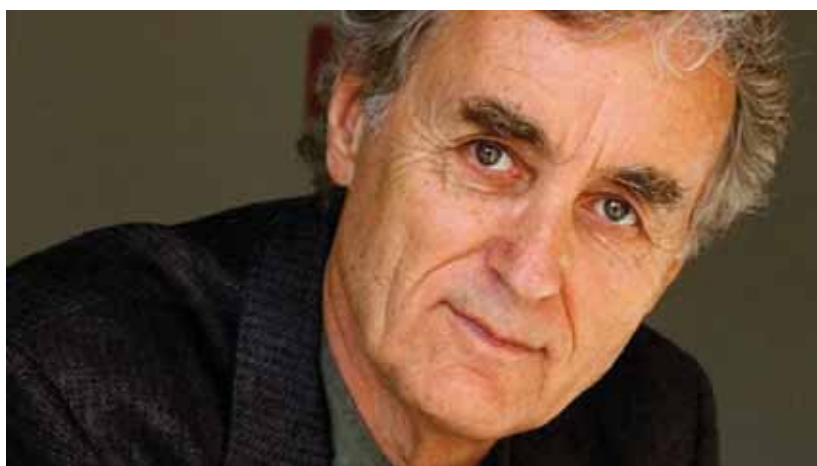
Jaké nabízí Mander východisko z tohoto odcizení? Na každý nový vynález je podle něj potřeba uplatňovat tzv. presumpci viny – tedy ho nepoužívat dříve, než se spolehlivě prokáže jeho neškodnost. Každá přicházející technologie by se tak nejprve měla podrobit celostní analýze. I v případě Google brýlí je tedy třeba se ptát: Jaké budou mít



psychologické důsledky? Jaký vliv na bezpečnost či soukromí? Slouží tato technologie k tomu, aby podstatně vylepšila naše životy, nebo spíš k prosazení komerčních zájmů nadnárodních firem? „Ve stručnosti řečeno: Víme, co činíme?“, ptá se Jerry Mander.

Velmi účinné a velmi nezdravé

Americko-rakouský fyzik Fritjof Capra v knize *Bod obratu* tvrdí, že současnou krizi lze celkově vnímat jako důsledek přílišného převážení jangových, mužských hodnot, nad ženskými, jinovými. V běžném životě se radujeme ze slunečného počasí, ale už ne z deštivého, česká média jásají nad vzrůstem ekonomiky a upadají do depresí při jejím poklesu. Podle Fritjofa Capry není naším úkolem odevzdávat se mánii při růstu a upadat do depresí při sestupu, ale snažit se hlavně o vyváženost obou protipólů, a sledovat tím středovou cestu zdraví. Co se týká technologií, mužská kreativita zvítězila nad jinovou podstatou přírody, a člověk se kvůli nadměrnému důrazu na tvrdou, machistickou technologii chytil do vlastní techno-ekonomické pasti. Proti tomu se dá leccos dělat – například ve svém životě lépe vyvažovat jangové hodnoty s jinovými. V praxi to znamená nepoužívat technologie nadměrně, držet si od nich odstup.



► *Americko-rakouský fyzik Fritjof Capra*

Je také potřeba umět rozlišovat – například se ptát, jestli třeba použití konkrétní technologie vede k decentralizaci, jako třeba obnovitelné zdroje energie, nebo spíš k centralizaci, jako elektrárny jaderné, uhelné nebo termojaderné? Má konkrétní technologie cit pro lidská



měřítka, anebo je extrémní? Není například příliš velká a megalomanská, nebo příliš urychlující, příliš narušující lidskou psychiku?

Používání Google brýlí tedy znamená hlubší vnoření do digitální reality. Jaké přesné účinky budou mít, je těžké předpovídat – jestli třeba jejich masové nasazení nepovede k objevení se zástupu podivínů, kteří si budou na ulici pro sebe něco mumlat a spíše než ve skutečné realitě žít v té digitální. Každopádně, podobně jako v případě starší technologie mobilních telefonů, bude potřeba stanovit novou etiketu a nová pravidla pro jejich používání. ◀



TIRÁŽ

FOKUS MĚSÍČNÍK (BŘEZEN 2021)

REDAKČNÍ RADA

Michal Černý, Petr Kohuš, Zuzana Kötelešová

GRAFICKÝ DESIGN

Michal Černý

ZDROJE FOTOGRAFIÍ A ILUSTRACÍ

www.freeimages.com

Uzávěrka příštího čísla: **pondělí 22. března 2021**

Příspěvky do FOKUS Měsíčníku prosím posílejte na e-mailovou adresu:

fokus.redakce@seznam.cz

WEBOVÉ STRÁNKY FOKUS MLADÁ BOLESLAV

<http://www.fokus-mb.cz/>

WEBOVÉ STRÁNKY FOKUS MĚSÍČNÍKU

<http://www.fokus-mb.cz/index.php/component/zpravodajKV/?Itemid=127>

SLUŽBA: MĚSÍČNÍK E-MAILEM

Chcete dostávat náš Měsíčník automaticky elektronickou poštou?

Jednoduše napište mail na: fokus.redakce@seznam.cz

Do předmětu uveďte: **Měsíčník zasílání elektronicky**

Zařadíme Vás do adresáře a hned po vydání Měsíčníku Vám bude zaslán elektronicky.

Tato služba je určena všem a je zdarma. Pokud Vám nebude vyhovovat, můžete se odhlásit. ◀

© 2020 Fokus Mladá Boleslav, z.s.

