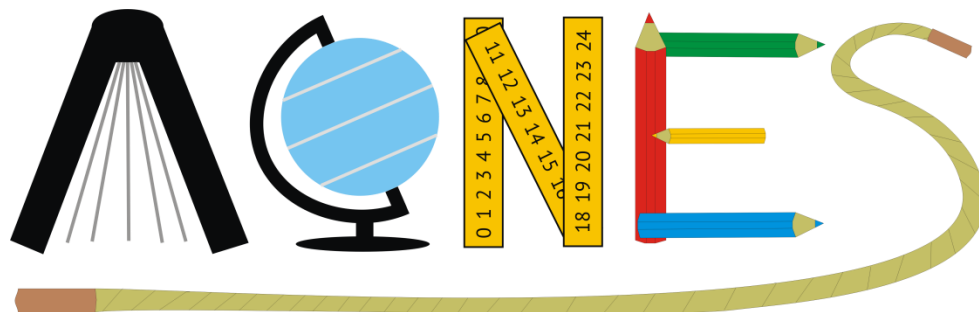




AGNES  
Školní časopis  
ZŠ Anežky České,  
Ústí nad Labem  
Ročník 2018  
Číslo 2



# DNY BEZ

Dokážeme nenakupovat? | 17. listopad | Život bez masa | Rozhovory  
Bez auta do školy | Pozdravy světa a mnohem více...

## Listopad

Jedenáctý měsíc gregoriánského kalendáře má třicet dní. Název se odvozuje od padání listí, které je pro tuto roční dobu typické. Příroda se pomalu připravuje k zimnímu klidu, avšak i sychravé období má svoje kouzlo, od nádherných sytých barev, přes hrníček teplého čaje nebo misku dobré polévky. Podzimní mlhavé dny a dlouhé večery nemusejí být vůbec nudné, naopak dávají spoustu příležitostí. Můžete jen odpočívat, číst si, vytvořit si krásnou dekoraci do bytu, třeba právě v barvách spadaneho listí, vyzkoušet některou z tradic našich předků, trošku se zamyslet nad uplynulými měsíci, když se blíží konec roku...

Hledáte inspiraci? Zkuste Agnes, zjistíte tak, že v listopadu jsou "dny bez", významné dny, státní svátek, dozvíte se, jaké to bylo v dřívějších dobách a proč bychom si to měli připomínat a ještě mnohem více. Příjemné čtení.

- • -

### TVOŘENÍ JE HRA - SVÍČEN

**Materiál:** samotvrdnoucí hmota, nůž, akrylové barvy, štětce, menší miska, papír na pečení, váleček, větší listy (např. javor), čajová svíčka

#### Postup:

- 1) Na tvrdé podložce si vyválíme hmotu na plochu o tloušťce 0,5 mm.
- 2) List položíme rubovou stranou (kde je lépe vidět žilkování) na hmotu a vtlačíme ho do ní.
- 3) Nožem tvar listu do hmoty vyřízneme a přebytečnou hmotu odstraníme.
- 4) Do menší misky si vložíme kousek pečícího papíru a položíme vyříznutý list a zlehka zapasujeme, vytvarujeme podle misky.
- 5) Necháme na vzduchu do druhého dne uschnout. Poté vybarvíme.



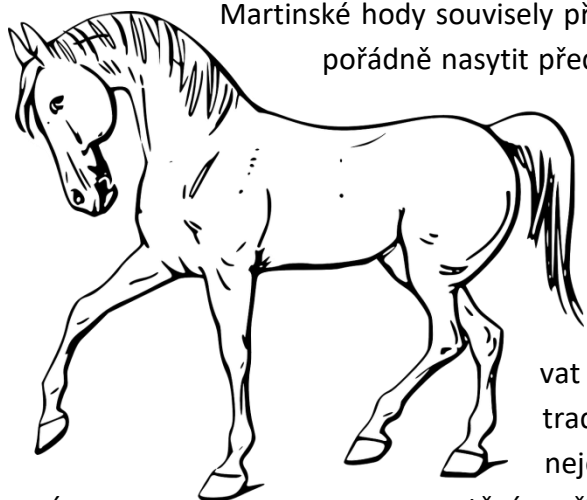
#### Obsah čísla

|   |                                            |    |                                     |
|---|--------------------------------------------|----|-------------------------------------|
| 2 | Tvoření je hra                             | 9  | 17. listopad                        |
| 3 | Tradiční listopadové zvyky a pokrmy předků | 10 | Fotosoutěž                          |
| 4 | Doprava včera a dnes                       | 12 | Normální je nekouřit                |
| 5 | Den bez aut                                | 13 | Ve kterých zemích se kouří nejvíce? |
| 6 | Jsi environmentalista?                     | 14 | Den pozdravů                        |
| 7 | 11. listopad                               | 15 | Den laskavosti v 5. B               |
| 8 | Jak se žije bez masa                       | 17 | Nekuřácký den na plakátu            |

Agnes je latinsky Anežka.  
Koncovka -gnes také odkazuje na řecké *gnósis* (poznání).

AGNES, školní časopis Základní školy Ústí nad Labem, Anežky České 702/17, p. o., vychází nepravidelně  
Redakční rada: Mgr. Kateřina Suchá ([sucha@zsanceske-ul.cz](mailto:sucha@zsanceske-ul.cz)), Mgr. Jan Musil ([musil@zsanceske-ul.cz](mailto:musil@zsanceske-ul.cz))  
Redakce si vyhrazuje možnost příspěvků podle potřeby krátit a upravovat.

## Tradiční listopadové zvyky a pokrmy našich předků



Martinské hody souvisely především s vyplácením peněz za sezónní práci a bylo potřeba se pořádně nasytit před zimou. V listopadu také začínají hony, důvodem bylo snížit počet stád na velikost, kterou bude možné přes zimu zaopatřit. Naši předkové spotřebovali vše, co získali. Maso se jedlo a udi- lo, střeva se používala na šití, paroží a kopyta k léčení, jako oz- doba nebo nástroje, z kůže se šily oděvy a brašny. O lov se sta- rali a stále starají myslivci, jejich patronem je svatý Hubert, který nemá na starosti jen střílení, ale ctí přírodu a umí praco- vat s tichem. Svůj svátek slaví 3. listopadu a váže se k němu mnoho tradic, například slavností průvody, hostiny a zábavy, které oslavují nejen myslivost, ale i péči o lesy a zvěř. Zároveň bývaly poděková- ním a uctěním přírodních sil. Jelen po celá staletí patřil mezi posvátná zvířata a křesťanská církev ho přijala jako symbol světla. Římané zasvětili listopad bohyním lovu Dianě a Artemis. A víte, kdo má svátek 30. 11.? Svatý Ondřej, patron rybářů a obchodník s rybami, nejspíš proto jsou tou do- bou výlovy rybníků v plném proudu.

Podzimní příroda nám poskytuje i další zdroje, které jsou důležité pro naši výživu - kořenovou zeleninu, kysané zelí, křen. Přímou se nabízí připravit si některé tradiční pokrmy, déle posedět u stolu a naslouchat si navzájem. Před dobou počítačů a televize bývaly večerní přástky příležitostí k předání moudrostí, tradic a také posilovaly vztahy mezi lidmi.

Listopad představuje v životě člověka stáří a klid, ale také vnitřní bohatství. V tomto měsíci si připomínáme hned několik svatých: Albert - patron vzdělanosti a předávání znalostí, Cecílie - patronka duchovní hudby, muzikantů, zpěváků, básníků a slepců, Kateřina - patronka učenců, studentů, žáků a učitelů. Kateřinské zá- bavy bývaly v mnoha oblastech tzv. babské, souvisely s babicí Morenou, přebírající vládu nad světem. Mi- mo křesťanskou tradici pak stojí za zmínku bohyně Hekaté, patronka noci, tajemných sil a podsvětí. Určova- la běh života, osud, ochraňovala děti a rodiny. A také keltská bohyně Cailleach, někdy nazývaná "Stařena", byla vždy spojována se smrtí, ale i znovuzrozením. Byla strážkyní kouzelného kotle, ve kterém se vařily lek- tvary, které propůjčovaly hrdinům nadpřirozené vlastnosti. Dříve se pořádaly průvody, koledovalo se, peklo se obřadní pečivo "kosti" nebo "dušičky", drobků se házely do ohně, jeho síla se využívala k očištění a také ke spálení všech smutků, bolestí a strastí uplynulého roku. Dodnes se slaví celosvětově pod různými názvy první listopad jako významný svátek: Všech svatých/Památka zesnulých/Samhain/Halloween. V tento den začínala temná část roku, otevíraly se brány mezi světy. Listopadové a předvánoční období je tradičně spo- jováno s návštěvami příbuzných, tak rozhodně nepodléhejte podzimním depresím a zastavte se třeba u babičky a nechte si uvařit hrnek dobrého čaje.

### Pranostiky

Pranostika je drobný útvar lidové slovesnosti. Jde o předpověď, která se týká určitých dnů či období, souvi- sejí se zemědělstvím a počasím. Slovo pranostika je odvozené z řeckého prognósis "předpověď". Výzku- mem pranostik se zabývá paremiologie, jako součásti lidové slovesnosti také folkloristika či etnografie.

*Pádá-li listí v listopadu, jistě brzy přijde led, ale dlouho nepobude.*

*Přijede-li Martin na bílém koni, metelice za metelící se honí. Martin a Kateřina na blátě, Vánoce na ledě.*

*Když se v listopadu hvězdy třpytí, mrazy se brzo uchytí.*

*Je-li na svatého Martina pod mrakem, bude nestálá zima, je-li jasno, bude tuhá zima.*

- • -

## Doprava včera a dnes

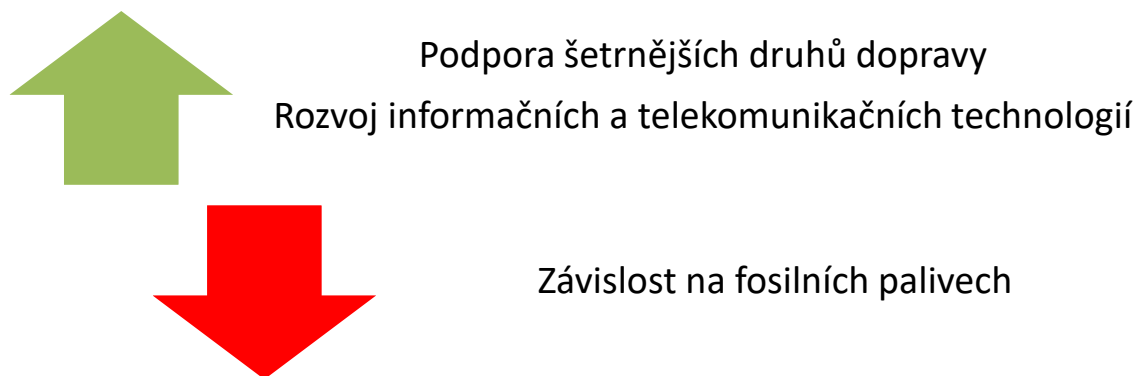
Ve starověku i středověku byla většina zboží produkována i spotřebována místně a pohyb osob byl značně omezen. Staré obchodní stezky byly využívány zejména k přepravě vzácného a drahého zboží (sůl, jantar, koření, hedvábí atd.).

Teprve s rozvojem výroby ve velkém (manufaktury, později strojová výroba v továrnách) si prudce rostoucí obchod vyžádal budování sítě dopravních cest. Staré cesty pro formanské vozy přestávaly provozu postačovat a za vlády Marie Terezie a Josefa II. byla proto vybudována síť státních silnic. Rozšířila se také osobní doprava pomocí dostavníků a spěšných poštovních vozů, doprovázena výstavbou zájezdních hostinců a přepřahacích stanic. Dostavníková doprava začala upadat s příchodem rychlejší a levnější železnice.

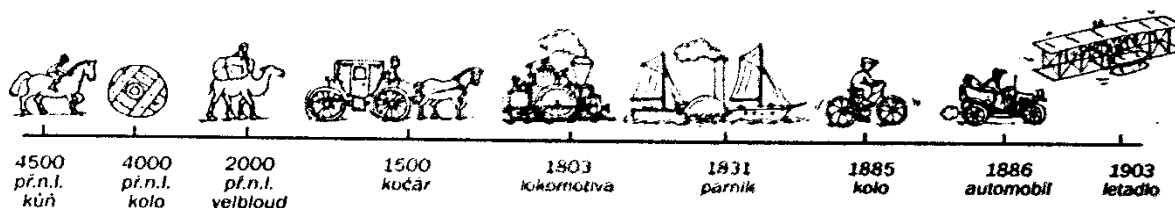
První železnice u nás byla ještě koněspřežná a vedla z Českých Budějovic do Lince (1825). První parostrojní železnice u nás byla součástí trati spojující Vídeň s Haličí (1836).

V současnosti dochází k obrovskému rozmachu silniční dopravy a při podpoře stavby dálnic je argumentováno přínosem pro místní ekonomiku ve stagnujících regionech. Zboží však po dálnicích proudí samozřejmě oběma směry, často dochází spíše k levnému importu do regionu, který postihne místní producenty, než k očekávanému ekonomickému rozvoji.

Jak se může doprava vyvíjet v budoucnosti? Nyní můžeme sledovat dva směry:



Když se podíváme na vývoj historických způsobů dopravy, jak dlouho se s nimi člověk přepravoval a co k tomu všechno bylo potřeba, odhadnout budoucnost bude nesmírně těžké...



## Vliv dopravy na životní prostředí

Kromě svých pozitivních efektů má doprava i řadu těch negativních. Vlastní doprava, tedy provoz dopravních prostředků, produkuje množství znečišťujících látek a zatěžuje obyvatele hlukem. Je významným zdrojem emisí, skleníkových plynů a dalších škodlivin – především oxidů uhlíku ( $\text{CO}_2$ ) a dusíku ( $\text{NO}_x$ ). Ty se podílejí jak na poškození zdraví obyvatelstva, tak na zhoršení stavu životního prostředí. Poškození životního prostředí způsobuje nejen doprava samotná, ale i výstavba a provoz dopravní infrastruktury. Se stavbou silnic, dálnic, letišť i železničních koridorů jsou spokojené zборы půdy a narušování ekosystému. Doprava se promítá do stavu životního prostředí obvykle v místě, kde se uskutečňuje například v blízkosti silniční komunikace nebo ve městě. Doprava zásadně ovlivňuje i krajinu a její funkce, jako je např. přirozená schopnost zadržovat vodu a zajištění příznivých podmínek a biotopů pro rostlinné a živočišné druhy.

## DOPRAVA UČITELŮ DO ŠKOLY

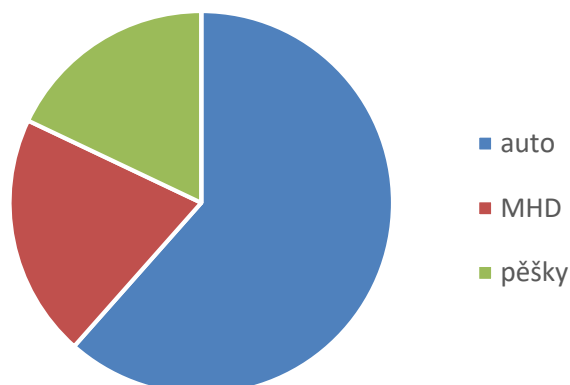
Pro další úkol jsme potřebovali zjistit, jak se naši učitelé dopravují do práce. Učitelé bydlí na různých místech, a proto jsme se rozhodli, udělat průzkum, jaký dopravní prostředek používají.

### Dopravní prostředky – učitelé

Auto: 24

MHD: 8

Pěšky: 7



## DOPRAVA ŽÁKŮ DO ŠKOLY

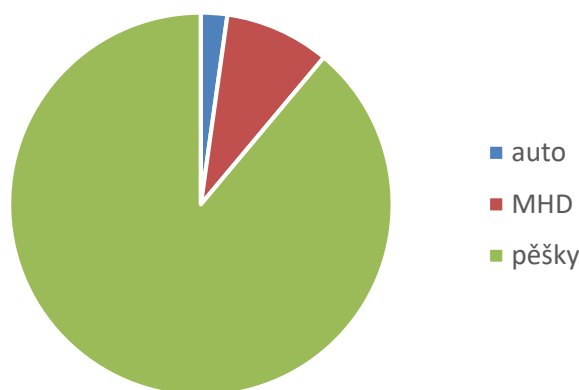
Úplně stejně jsme pokračovali i u žáků naší školy.

### Dopravní prostředky – žáci

Auto: 15

MHD: 60

Pěšky: 601



## Den bez aut

Dne 20. listopadu 2018 na naší škole proběhl den bez aut. Tato akce je celosvětová záležitost, a proto jsme se k ní připojili i my. Cílem mezinárodního dne bez aut je zlepšit životní prostředí a zabránit vypouštění tolika škodlivých plynů do ovzduší. Požádali jsme všechny učitele a žáky, aby se v ten den dopravili do školy pomocí veřejné dopravy nebo pěšky, pokud je to jen trochu možné.

### Vyhodnocení dne bez aut

Většina učitelů si problematiku negativního dopadu dopravy na životní prostředí uvědomuje, ale vzhledem k jejich pracovnímu vytížení si většina z nich nemohla z časových důvodů dovolit přijít do školy pěšky nebo přijet MHD.

Chtěli bychom vyzdvihnout paní **zástupkyni Vítovcovou**, která bydlí ze všech učitelů nejdále, a přesto každý den jde do práce hodinu pěšky, cestou posbírá odpadky, a pak se dopraví do práce autobusem. Veliká poklona.





## Jsi environmentalista?

Vyzkoušej si kvíz!

### Jak se dopravuješ do školy?

- a) pěšky                      b) MHD                      c) jezdím s rodiči autem

### Čím doprava znečišťuje naše životní prostředí?

- a) výfukovými plyny      b) ojetými pneumatikami      c) ničím

### Jak rozumíš pojmu *hromadná doprava*?

- a) Jeden dopravní prostředek, veze větší počet osob      b) všechny dopravní prostředky      c) hromada aut

### Jaký dopravní prostředek nejméně znečišťuje životní prostředí?

- a) Kolo                      b) vlak                      c) auto

### Jaká doprava osob v ČR je nejčastější?

- a) automobilová              b) lodní                      c) vlaková

Pokud jsi na všechny otázky odpověděl **áčkem**, jsi borec.

## Problematika dopravy

Největšími problémy dopravy v ČR jsou: emise, hluk a nápor na krajinu, který je způsobený nárůstem dopravy, proto naše lesy patří k nejpoškozenějším v Evropě. V České republice má  $\frac{3}{4}$  lidí řidičský průkaz (6-7 milionů) a každým dnem jich přibývá. S porovnáním s rokem 1990 přibylo emisí o  $\frac{2}{3}$  více oxidu uhličitého a pevných částic o  $\frac{1}{3}$ . Je zde také velká



produkce skleníkového plynu. Náročnost energetického hospodářství je zde o 80% více, než je průměr v Evropě. Největší problém železniční dopravy jsou nedokončené dráhy. Na druhou stranu největší problém silniční dopravy jsou poškozené silnice.

---

Obsah na stranách 4, 5 a 6 připravili žáci volitelného předmětu Environmentální výchova pod vedením Mgr. Jany Střížkové.

## 11. listopad



Den věnovaný památce válečných veteránů. Slaví se celosvětově jako **Den veteránů** nebo **Den vzpomínek**. **11. 11. 1918** byla ve vlakovém voze v Le Francportu u severofrancouzského města Compiègne podepsána smlouva o příměří mezi Spojenci a Německem, poté byly na západní frontě ukončeny boje a skočila první světová válka.

Symbolem Dne veteránů se stal **květ vlčího máku**, podle básně Na flanderských polích, kterou v roce 1915 napsal kanadský chirurg John McCrae, když sloužil na západní frontě u města Ypres. Poprvé použila vlčí mák jako symbol pro padlé vojáky 1. světové války americká profesorka a humanistka Moina Michaelová, později se stal i symbolem pro sbírku na pomoc válečným veteránům a invalidům.

Neměli bychom zapomínat na ty, kteří nasazují život za uchování míru. Váleční veteráni jsou vždy na obou stranách barikády. Války se bohužel musí zúčastnit i "obyčejní" lidé, přestože si to rozhodně nepřáli.

11. listopadu slaví svátek **Martin** a s tímto dnem souvisí pečená husa, dobré víno, sníh, celá řada pranostik a také legend.

**Svatý Martin z Tours** se narodil roku 316 v římské provincii Panonia ve městě Sabaria (dnešní Szombathely v Maďarsku). Legenda praví, že své jméno dostal po bohu války Martovi. V patnácti letech byl odveden do armády, úkoly prý plnil svědomitě a dočkal se i povýšení, avšak mnohem důležitější pro jeho další život byl jeden mrazivý večer, kdy potkal v Amiensu v dnešní Francii u městské brány žebráka. Martin u sebe neměl jídlo ani peníze, tak alespoň rozseknul napůl svůj plášť, druhou polovinu žebrákovi daroval, aby se zahřál. Příští noc se mu zjevil Ježíš oblečený v darovaném plášti. Poté Martin odešel z armády a nechal se pokřtít. Proslavil se jako bojovník proti pohanství, jeho zbraní byla pouze modlitba. Vykonal řadu zázraků. Stal se biskupem ve městě Tours, i poté žil skromně, zemřel v 81 letech.

Pravděpodobně nejspíš nejezdil na bílém koni a ani se nedopřával hody s husou a vínem, přesto si lidová představivost našla způsob, jak s tímto světce tyto tradice a radosti spojit. Naši předkové si zkrátka všimli, že kolem jeho svátku začíná sněžit a spojili si jeho jméno s bílým koněm, který symbolizuje sněhové vločky. Bohužel v posledních letech většina listopadových pranostik přestává platit a první sníh přichází později.

Tradice svatomartinské husy je na Moravě doložena už z 16. století. S husou, husami souvisí hned dvě legendy. Podle té první byl Martin velmi skromný, nechtěl se stát biskupem, tak se raději schoval mezi hejno hus, ty ho však svým kejháním prozradily. Druhá je drsnější, husy prý Martina rušily při kázání, za trest skončily na pekáči. A víno? Už 150 let po Martinově smrti ukazovali v Tours zázračnou vinnou révu, kterou prý světec zasadil. Tak se stal patronem vína, vinařů.

A pokud si k tomu přidáme, že po svatém Martinu začínala doba předvánočního půstu, je jasné, proč si naši předkové rádi dopřáli pořádnou hostinu. A to, že se přitom dnes "připravujeme" na půst, který ve většině případů vůbec nepřijde, vlastně nikomu ani moc nevadí.



Martin jako voják daruje plášť žebrákovi

## Jak se žije bez masa

1. listopad je světovým dnem veganství. Dovedete si představit, jak se žije bez masa? Zážitky jednoho vegetariána z naší školy jsme pro vás zaznamenali.

### Život bez masa – jsem snad blázen?

Jako malá jsem maso milovala, jedla jsem všechno, co šlo: tlačenko, hovězí, slaninu... Teď se nad tím pousměju a kroutím hlavou jak jsem mohla něco takového strčit do pusy.

Asi v mých 5 letech, kdy jsem navštěvovala mateřskou školku Pomněnka, jsem přišla na to, že mi maso vlastně vůbec nechutná a dělá se mi z něho špatně. Maso jsem jíst přestávala a mamka s tatínkem mě ho jíst nenutili. Náhražky masa jako třeba tofu nebo sóju jsem nikdy nevyhledávala, vždy mi mamka udělala zvlášť porci bez masa. Když mi bylo asi 7 let, zjistila jsem, že kvůli tomu masu se vlastně zabíjejí zvířata! Ta zvířata, která já tolik miluji, ale néééé – na talíři!

Já, když vidím psa, kočku prostě cokoliv živého, mám pocit, že ho musím obejmout, nebo mu pomoci, ale rozhodně ne mu ublížit.

Na život bez masa už jsem si zvykla, vždycky si najdu nějakou náhradu, kterou za maso ihned vyměním. Nevadí mi, že ostatní maso jí, já jsem pro svoje přesvědčení udělala maximum, ale ostatní za to neodsuzují. Je to na nich, jak se k tomu postaví, já v tom mám tedy aspoň zatím jasno.

Saša

### Jsem prostě masožrout

Od malička jsem vyrůstal mezi masožrouty. Děda mi jako sotva dvouletému dával tence nakrájenou slaninu, ve školce jsem miloval řízek, školní jídelna mi asi tisíckrát krátí čas žvýkáním hovězího s rajskou a knedlíkem, doma k obědu bezmasé jídlo? No vůbec!

Na gymplu jsme měli spolužačku, která škrtila maso, pak i sýry, vejce, mléko a vůbec všechny živočišné potraviny a žila si mimo naši většinovou masožroutí třídu ve světě bez masa. Říkali jsme si, že je jiná. Byla. Už tehdy totiž přemýšlela jinak než my ostatní.

Do dnešní doby se živím masem, jen už ne tak často. Namísto hovězího steaku si dovedu představit cizrnový salát s rukolou a rajčaty. Nebo kuskus na marocký způsob (mimochodem – to fakt vyzkoušejte!), maso není už základním kamenem mého jídelníčku. I proto, že na Zemi pro všechny masožrouty asi nebudeme brzy mít dostatek místa. Tedy spíš pro zvířata, která by mohli sníst. Víte, že na jeden hovězí steak je potřeba až 2400 litrů vody? Takže vlastně stojím před zásadní otázkou: budu jíst maso ve stejném množství i dál?

PS: Ta spolužačka bez masa je dnes veterinářkou a zvířátkům pomáhá.

π

### Bud'te fér

Naše škola se zapojila do sítě škol a měst, jež spojuje myšlenka **FAIR TRADE**. Být fér můžeme i při nakupování. Označení výrobků *fair trade* znamená příznivější podmínky pro pěstitele, má také dobrý dopad na farmářovu rodinu a okolí atd. Logo najdete nejčastěji na čaji, kávě či čokoládě. Zkuste při nákupu **být fér** i vy!





## 17. listopad

**Mezinárodní den studentstva**, pro Českou republiku dvě historické události, mezi kterými je přesně půl století: uzavření českých vysokých škol v roce 1939 a začátek sametové revoluce v roce 1989. Obě události se od roku 2000 uctívají státním svátkem.



Jan Opletal

**15. listopadu 1939** proběhla pražská demonstrace po pohřbu studenta Jana Opletala, která přerostla v protiokupační protesty. Jan Opletal zemřel na následky střelného zranění, které utrpěl při demonstraci studentů u příležitosti 21. výročí vzniku Československa. 17. listopadu nařídil Adolf Hitler uzavření všech českých vysokých škol, došlo k zatýkání mezi studenty, byli převezeni do koncentračního tábora Sachsenhausen, v Praze Němci popravili devět studentů, kteří podle nich stáli v čele studentských organizací.

V 80. letech došlo v tehdejším Československu k mírnému rozvolňování režimu, stále častěji se pořádaly demonstrace k uctění historických okamžiků. Tak tomu bylo i **17.**

**listopadu 1989**, kdy bylo domluveno shromáždění studentů na Albertově, původně ohlášený pietní akt se změnil v protirežimní demonstraci. Průvod se vydal na Vyšehrad, kde někteří položili květiny na hrob Karla Hynka Máchy, zpívala se státní hymna. Poté měla být demonstrace oficiálně skončena, ale většina chtěla pokračovat do centra na Václavské náměstí, tomu měly zabránit bezpečnostní složky a tak došlo k prvním incidentům. Uprostřed policejních kordonů zůstaly údajně uvězněny dva až tři tisíce lidí. V předních řadách lidé zapálili ve volném pruhu mezi nimi a policií svíčky, některé dívky zastrkávaly ozbrojencům za štíty květiny, skandovala se hesla "Máme holé ruce! Vy nás máte chránit!" Dav byl vyzván k opuštění prostoru. Nebylo kudy odejít, a tak po "neuposlechnutí" výzev začala policie účastníky bít. Mnoho lidí utrpělo při zásahu zranění, nebo byli v poutech transportováni k výslechu.



Společnost byla brutálním zásahem pobouřena. Jako první se ke studentům připojili následující den herci a společně s nimi začali organizovat stávkou. Zazněla i informace o ubitém studentovi Martinu Šmídovi, která byla nepravdivá, ale přinesla klíčový zvrat událostí. Opozice v čele s Václavem Havlem, Alexandrem Vondrou, Rudolfem Battěkem, Janem Urbanem začala 19. listopadu formovat Občanské fórum (OF). Studenti založili koordinační stávkový výbor. Lidé po celé republice se spontánně scházeli na veřejných místech k demonstracím. 21. listopadu se na Václavském náměstí sešlo zhruba 200 tisíc lidí, zazněly projevy představitelů OF a řady významných osobností, poprvé vystoupil i Václav Havel. Dav skandoval protikomunistická hesla, cinkaly klíče, řinčely budíky, tzv. "poslední zvonění" režimu. Demonstrace probíhaly v každém větším městě. 24. listopadu se své funkce vzdal generální tajemník ÚV KSČ Miloš Jakeš, v televizi byly poprvé odvysílány záběry ze 17. listopadu. 25. listopadu se proběhla nejrozsáhlejší demonstrace, na Letenské pláni se sešlo 800 tisíc lidí. 27. listopadu byla vyhlášena generální stávka, do které se zapojila většina institucí po celé republice. 7. prosince vláda pod hrozbou další generální stávky rezignovala. Svou rezignaci oznámil i prezident Gustav Husák. Postupně se otevíraly hranice Československa a začali se vracet emigranti. 29. prosince byl jednomyslně zvolen československým prezidentem Václav Havel.

- • -

## Fotosoutěž

Fotografie vznikly během letních prázdnin 2018. Soutěž byla vyhlášena pro třídu 6. A (nyní 7. A). O nejlepší fotografii rozhodnete ovšem VY! Hlasovat můžete v učebně přírodopisu – více informací poskytne paní učitelka Střížková.

**Fotografie č. 1**



**Fotografie č. 2**

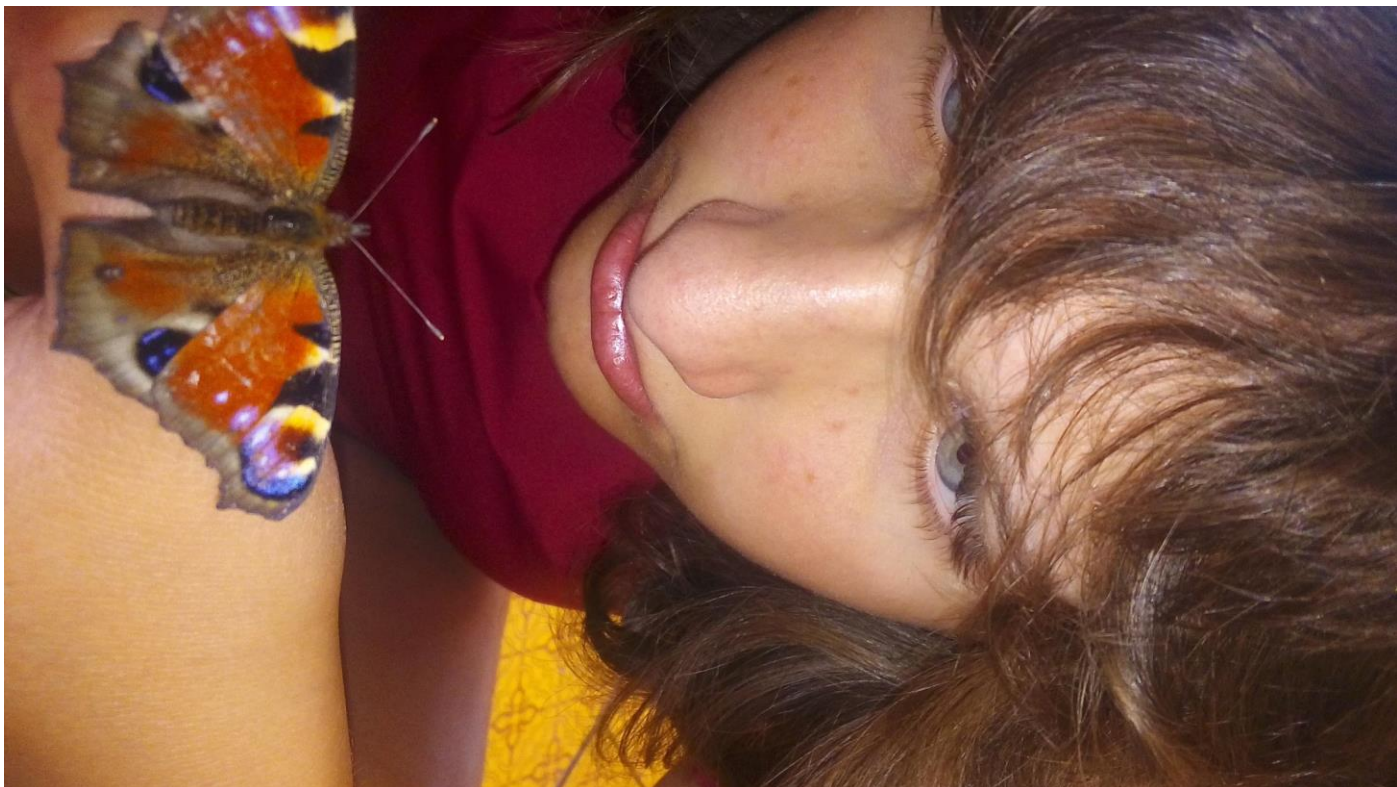




Fotografie č. 3



Fotografie č. 4



## Normální je nekouřit

Listopad má mnoho významných dní, mezinárodních či národních, vážných či úsměvných (např. Světový den toalet připadá na 19. listopad). Jedním z nich je i Mezinárodní nekuřácký den, který se připomíná 18. listopadu. A my jsme se rozhodli přinést pár úvah těch nejstarších z vás, žáků 9. A:

### Proč nekouřit???

*Nikola Suchá*

Často se ptám sama sebe, proč je v dnešní době moderní kouřit? Proč lidé vůbec začínají kouřit? Proč kuřáci nezahodí cigaretu, když vědí a někdy i vidí, jaký dopad to má na jejich zdraví? Můžeme si položit stovky dalších otázek, ale není jisté, zda se shodneme na odpovědích. O škodlivosti kouření bylo napsáno mnoho knih, vědeckých a výzkumných textů a také natočena celá řada pořadů, debat a rozhovorů, ale výsledek je takový, že jen malé procento lidí změnilo svůj názor na tabák a výrobky z něj. Místo toho, aby se počet kuřáků snižoval, tak se naopak zvyšuje. Vráťtím se k položené otázce: Proč nekouřit?

Podle mě by se na ni dalo odpovědět takto: kouření více škodí, než aby nám přinášelo požitky. Měli bychom si všimnout, že kouření začíná většina lidí v mladém věku. Proč? Dle mého názoru je to kvůli tomu, že chtějí být jedineční v kolektivu či v partě. Také rádi experimentují. Někdy si rodiče kuřáci ani neuvedomí, že to může mít špatný dopad i na jejich děti. Nejčastěji je to právě na základní škole když přichází puberta a skoro každý v partě musí být něčím zajímavý. Potom přijde střední škola a oni už nejsou schopni přestat. Stanou se závislími! Je důležité si uvědomit, co nám kouření přináší? Pokud vynecháme požitky, lehkou a bezstarostnou hlavu, najdeme jen samá negativa. Kuřáky nejčastěji postihuje rakovina plic, nádory v dutině ústní, kouření se podílí na infarktech, na mozkových cévních příhodách atd. Má to cenu, takto si ničit zdraví? Rozhodně ne.

Podle mého názoru není kouření jediná věc, jak být zajímavý a pokud ano, není to ta správná skupina lidí, do které bych chtěla patřit. Všichni dobře víme, že je nejdůležitější být zdravý. Nikdo snad nechce zažít ten pocit bezmoci na nemocničním lůžku. V tu chvíli si člověk uvědomí, že začal kouřit z frajeřiny a rád by vrátil čas a nikdy kouřit nezačal. Jenže vrátit čas ještě neumíme, proto je důležité si uvědomit, že moderní je nekouřit. Dříve než vezmete do ruky cigaretu, dobře si rozmyslete všechny možné následky.

### Proč nekouřit?

*Libuše Hrádková*

Popřemýšlejme, co vlastně lidi láká ke kouření. Já bych asi odpověděla, že kvůli stresu. V dnešní době se lidé čím dál tím více stresují, ale přece existují i jiné možnosti, jak zahnat stres? U mladších lidí bude tím důvodem spíše touha být oblíbený a zajímavý. Musí to však být zrovna cigareta, co nám dodá na zajímavosti? Reprezentovat se můžeme i jinak.

Kuřáci často umírají na rakovinu plic. Když projdete kolem člověka, který kouří, zrovna moc to nevoní. Občas vidíte vedle kuřáka malé dítě, tak to už je skutečně vrchol! Místo toho, aby dítě živil, šatil a staral se, tak raději peníze utratí za cigarety, které mu s výchovou a péčí o dítě nepomohou.

Má smysl kouřit? I jedna cigareta může vyvolat závislost! Já si myslím, že to smysl nemá. Mně se to nelíbí a kuřáky odsuzuji. Ano, každý si může dělat, co chce, ale stojí mu to za to?

### Proč nekouřit?

*Martin Hart*

V mém okolí kouří stále méně a méně lidí, nejspíš si začínají uvědomovat, že to je nejen nezdravé, ale také to hodně leze do peněz a nepřidává to na kráse. Jedinci, kteří kouří, říkají, že důvodem je stres, nebo negativní emoce. To já, když jsem našťvaný, nebo ve stresu, tak si jdu zaběhat.

S kouřením se začíná většinou v mladistvém věku. Proč? Rodiče se o své děti už tolik nestarají, protože je mají za samostatné. Znamky ve škole se s těžší látkou zhorší a kamarádi začínají experimentovat s cigaretami a alkoholem. Věta, kterou jsem už slyšel i já "Napij se, tak si jenom potáhni." a po odmítnutí - výsměšky. Děti dostávají od rodičů různě vysoké kapesné a některé je utratí za krabičku cigaret. To by se rodičům určitě nelíbilo. Nejhorší je kouření u holek. Není to nic hezkého, když je holka místo parfémem, cítit jako popelník a přitom se "nese jak modelka." Nám klukům se to nelíbí.

Uvidíme, třeba kuřáků začne ubývat, protože ciga-



retý jsou stále dražší a míst k veřejnému kouření už díky kuřáckému zákonu ubývá. Je lepší nekouřit než kouřit. Zdraví máme pouze jedno.



## Ve kterých zemích se kouří nejvíce?

Překvapivě množství vykouřených cigaret nesouvisí s bohatstvím státu, nýbrž s dostupností cigaret: Jak jednoduché je koupit cigaretu?

Údaje uvádějí počet cigaret na obyvatele a rok:

1. Andorra – 6398 cigaret
2. Lucembursko – 6330 cigaret
3. Bělorusko – 2911 cigaret
4. Makedonie – 2785 cigaret
5. Albánie – 2491 cigaret
- ...
- 7. Česká republika – 2428 cigaret**
- ...
38. Slovensko – 1501 cigaret
- ...
181. Brunej – 10 cigaret

A na mapě platí: čím tmavší, tím více cigaret.



Data: Tobacco Atlas, mapa The Telegraph

## Proč nekouřit???

*Katka Sýpalová*

Velmi rozšířený zlovyk jménem kouření je v dnešní době považován za velký problém naší společnosti, je rozšířen napříč všemi kontinenty. Přesto, že je kouření škodlivé, je stále více vyhledáváno, bohužel i mladistvými. Proč vlastně lidé kouří? Uvědomují si vůbec, jakým rizikům vystavují sebe a své blízké? Dokážou sami od sebe přestat?

Myslím si, že každý z nás má ve svém okolí nějakého kuřáka, ať už je to někdo z rodiny nebo nějaký kamarád či kamarádka. Když jim položíte otázku: Proč vlastně kouříš? Ve většině případů to sami ani pořádně nevědí. Často je to způsobeno tlakem okolí. Mladí lidé se často snaží zapadnout do nějaké super party a je přece hloupé být jediný nekuřák mezi kuřáky. U starších generací to je způsobeno například stresem, hledají v kouření jakési uklidnění, či kouří jen tak pro zábavu. Všichni kuřáci si velice dobře uvědomují rizika kouření, a přesto se tomuto zlovyku raději podvolí, než by se s tím poprali a snažili se s kouřením přestat. Proč je vlastně dobré nekouřit? V dnešní době je kouření po finanční stránce velice drahá záležitost, když si kuřák zpětně propočítá, kolik krabiček vlastně vykouří za rok, zjistí, že za to mohl jet na luxusní dovolenou. Nehledě na to, že kuřáci mají od nikotinu zažloutlé nehty a zuby. To může být problém především pro dívky, které se snaží na okolí zapůsobit svým vzhledem. Kouření také často zanechává stopy i v obličeji, nikotin do značné míry vysušuje pleť, prohlubuje vrásky. Pro nekuřáka bývá jen těžko pochopitelné, proč lidé vlastně kouří, když to nepřináší nic dobrého, ale jak se říká: každý je strůjcem svého štěstí. Pokud kuřák má pevnou vůli a odhodlání, dokáže s tím přestat. Často je k tomu zapotřebí i podpora rodiny a okolí.

Každý kdo kouří, by se měl pořádně zamyslet nad tím, zda by mu bez kouření nebylo opravdu lépe. Nelze nikomu nic zakazovat, ale snažit se pomoc nebo být oporou. Nekuřáci, snažme se držet spolu a nenechat se strhnout davem k tomuto zlovyku. Můžeme totiž na sebe být po právu hrdí, že patříme k té skupině naší populace, která ke svému životu nepotřebuje vůni nikotinu.



## Den pozdravů

Každý rok se pozdravíme se stovkami lidí známých i neznámých. A protože se právě pozdravení stalo jedním z důležitých projevů toho, že jsme – ano, opravdu jsme – lidmi, v kalendáři můžeme najít i světový den pozdravů. Mimochodem, 21. listopadu bychom se měli zdravít o to více!

Jak ale pozdravy vznikly? A kolik druhů znáte? A umíte pozdravit v cizím jazyce? Odpovědi na první dvě otázky najdete hned tady, na poslední až na poslední stránce...

*Bylo, nebylo...*

*Jednou pračlověk vylezl z jeskyně a hledal, co by snědl. Protože jeskyně byla vyjezená jako, no, jako vyjezená jeskyně, chopil se náš pračlověk oštěpu, luku a pár šípů a vyrazil chtě nechtě na lov. Věděl, že v sousední*



*jeskyni žije jiný pračlověk, který mu posledně doslova před nosem vyfouknul jelena, takže se elegantně sousedovi vyhnul. Tedy – chtěl se vyhnout. Narazil na něj v lese, jak líčí past. Vzkypěla v něm krev a žluč při vzpomínce na minulého jelena a na první dobrou nazdařbůh mrštil klackem, co jej sebral jako hůl na opírání. Naneštěstí nazdařbůh šel soused, kterému se příspěvek na oheň příliš nezamlouval. Zamáčknu si bouli a za nesrozumitelného hudrání se šinul ke své jeskyni. Jelikož ovšem tím hudráním vyplašil veškerou zvěř v okolí, šli o hladu spát oba sousedé. Na druhý den se potkali u potoka, kam zašli pro vodu. Náš pračlověk tam byl o chlup dřív, nahnul se nad hladinu, ponořil do vody ruku a ...šíleně se lekl souseda, takže do potoka spadl. Soused se rovněž*

*polekal, ale duchapřítomně přiskočil ke břehu, podal topícímu se pračlověku ruku a vytáhl ho na břeh. Toto gesto podání ruky se zopakovalo vždy, když se sousedé potkali, aby si připomněli onen zásluhný čin. No, a od té doby si lidé na znamení dobré vůle podávají ruce a zdraví se.*

A teď zase vážně: pozdrav ve smyslu podání ruky či zamávání se objevuje ve starověku, když se chtěli lidé přesvědčit, že člověk naproti za zády neschovává zbraň. Ale ta pohádka o pralidech zní asi lépe.

## Jak se lidé zdraví?

Typické pozdravení pro většinu světa je potřesení rukou. Stisk **pravé ruky** by měl být pevný a přímý. Takže pozor – žádná *leklá ryba*!

**Levou** ruku si podávají skauti, protože má blíže k srdci.

Inuité si rukama netřesou, poněvadž by jim byla zima. Namísto toho se zdraví **třením špičky nosů**.

Ve východní Asii se lidé krom podání ruky zdraví mírnou **úklonou**.

Francouzi se neobejdou bez objetí a **polibku na tvář** (dvakrát, třikrát i čtyřikrát).

Tibeťané se zdraví **vypláznutím jazyků**. Asi kromě zimy...

Novozélandští Maorové při pozdravu **přitisknou svá čela a nosy**, aby se mohly **potkat jejich duše**.

V jižní Asii můžeme potkat také **sepnutí dlaní v úrovni srdce** a úklonu. Tento pozdrav vyjadřuje velkou úctu.

Všichni známe pozdrav **high five**, ten ale vznikl teprve před 40 lety při zápase v baseballu v USA.

Na poslední stránce máte ještě pár pozdravů, které by se vám mohly hodit. Nejen v evropských jazycích! ☺

## Den laskavosti v 5. B

Letos se naše třída 5. B zúčastnila druhého ročníku projektu Den laskavosti. Účelem tohoto projektu je konat laskavé činy pro jiné a zjistit tak, že laskavé chování je příjemné nejen pro toho, ke komu se laskavě chováme, ale že z toho máme dobrý pocit i my. Kolektivy, které se do projektu zapojí, si vyberou z nabídky laskavostí, případně si zvolí vlastní a tu pak v daný den vykonají. Může jít o různé sbírky pro organizace, úklid odpadků z veřejných prostor nebo přírody, výsadba stromků, pomoc seniorům a další a další dobré skutky.

Naše třída si loni vybrala pomoc spolku Felisicat, který se stará o venkovní toulavé kočky a uspořádala pro ně sbírku krmiva a jiných potřeb. Letos jsme chtěli udělat radost a projevit vděčnost hasičům, kteří zachraňují životy. Naše volba padla právě na ně proto, že se jim žádného velkého ocenění, vděčnosti a pozornosti nedostává. Od září jsme pilně pracovali a malovali obrázky, vyráběli hasičské auto a psali příběhy s tématem „Hasič hrdina“. Nakonec jsme ještě upekli dort a vyrazili na hasičskou stanici v Ústí nad Labem – Všebořice.

Byli jsme přívětivě uvítáni a pan velitel nechal nastoupit celou denní směnu hasičů, abychom jim mohli předat naše dárky. Pánové byli velmi překvapení, ale bylo vidět, že mají velkou radost. Poté se nás ujali dva z nich a provedli nás po garážích, ukázali nám vozidla, techniku a další vybavení, vysvětlili nám, jak to na stanici chodí, některé věci jsme si mohli i vyzkoušet. Nakonec jsme i my dostali dárečky, takže vlastně i hasiči oslavili Den laskavosti laskavým skutkem.

Mgr. Kateřina Vaněčková & 5.B



Žáci 5. B na stanici HZS ve Všebořicích

**A co na projekt říkají samy děti? Co je to laskavost a proč je (případně není) důležitá?**

**Bavila je účast na projektu Den laskavosti?**

**Co se jim líbilo na návštěvě stanice HZS?**

**Má smysl být na lidi kolem sebe laskavý?**

Laskavost je důležitá,  
protože někoho může  
zahřát u srdce.  
(Kryštof J.)

Bavila jsem se a hlavně jsme  
si to tam užili a naučili se  
nové věci. (Anička V.)

Líbilo se mi všechno, hezky  
nám ukázali, jak to funguje,  
když hoří. Nejvíc se mi líbilo,  
jak nám ukazovali hasičské  
vozy.  
(Vanesa F.)

Být laskavý má smysl, pro-  
tože se nám to jednou  
vrátí.  
(Sabča B.)

**Laskavost, to je 5. B.**  
**(Verča V.)**

Laskavost má smysl, protože ně-  
komu uděláte po náročném dni  
úsměv na tváři  
(Natálka V.)

Kdyby nikdo nebyl laska-  
vý, bylo by to smutné.  
(Hanka F.)

Laskavost je, když někomu  
uděláš radost, je důležitá, pro-  
tože bychom každému měli  
někdy udělat radost.  
(Pavel. V.)

Pomáhat, i když není  
potřeba, je důležitá,  
protože pomáháme li-  
dem.  
(Ríša F.)



## Nekuřácký den na plakátu

Ve spolupráci s paní učitelkou Šilhavou, již tímto děkujeme, vytvořili žáci 9. A sérii plakátů, které mají varovat před kouřením. Výběr TOP prací přinášíme nyní i vám.



## Pozdravy světa

Dokážeš z přesmyček poskládat pozdrav v jazyce, kterým se hovoří ve státech zmíněných v tomto čísle? Zkus doplnit i jazyk pozdravu.

**ONB UJOR**

**RÝDBO NDE**

**JAPTONÓ**

**NEGTU GTA**

**ORINO GUBON**

**ZENID BYRDO**

## Osmisměrka

Klasika: osm směrů a spousta písmenek. Seznam slov k nalezení je pod osmisměrkou. Hodně štěstí!



demonstrace  
fotografie  
pranostika  
laskavost  
listopad  
doprava  
pozdrav  
kouření  
student  
veterán  
Martin

PS: Tato osmisměrka NEMÁ tajenku.