

ČTVEROČ

ČASOPIS SLEZSKÉHO GYMNÁZIA

KVĚTEN - ČERVEN 2021

ČÍSLO 56



OBSAH



3

O LIDECH KTEŘÍ...
Alfons Mucha



4

ERASMUS+
**SGO má přátele
na severu i na jihu**



6

Maturanti 2021

11

RECENZE
**Světlo a stíny,
Leigh Bardugo**



12

ŽIVOTNÍ STYL
Sluníčko svítí „děčko“

13

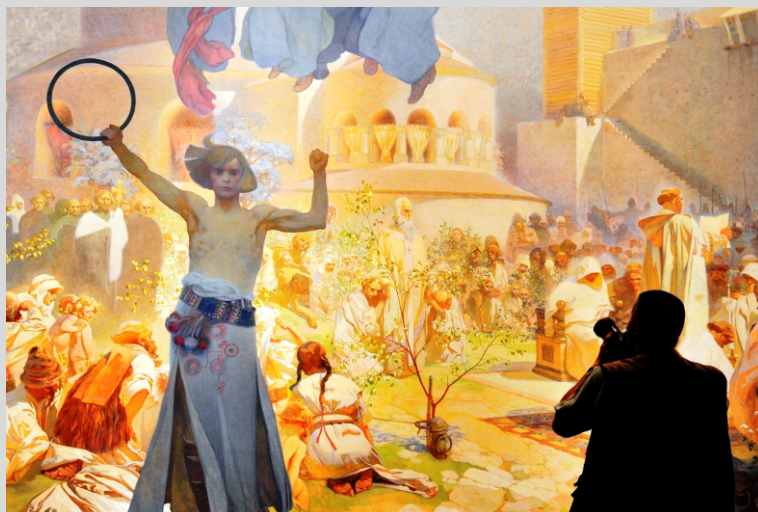
STUDENTI STUDENTŮM
**Když dojdou
prázdninové plány**

Alfons Mucha – autor Slovanské epopeje

Alfons Mucha je jedním z nejznámějších malířů secese. Narodil se v Ivančicích a studoval na gymnáziu v Brně. Když byl odmítnut na pražské Akademii výtvarných umění, stal se nakrátko písařem. Přípravoval divadelní představení, maloval plakáty a pozvánky.

Kolem roku 1879 pracoval pro vídeňská divadla jako malíř divadelních dekorací, ale také maloval portréty pro obyvatele Mikulova, kde tou dobou žil. Čekalo ho studium na akademii v Mnichově a akademii v Paříži. Jeho velká sláva ale odstartovala až vytvořením plakátu Gismonda pro pařížskou herečku Sarah Bernhardt. Díky uzavřené smlouvě tvořil další plakáty jak pro Sarah, tak i pro divadlo Renaissance v Paříži.

Mucha se roku 1906 oženil s Marií Chytilovou, a přestože byl v USA uznáván jako největší dekorativní umělec na světě, toužil po návratu domů. Jako velký vlastenec navrhoval známky a bankovky pro Československou republiku, tvořil také sochy, maloval návrhy jídelních menu, ilustroval knihy a jeho prací je i návrh jednoho z oken katedrály sv. Víta.



Jeho posledním velkým dílem je Slovanská epopej, kterou shrnuje dějiny slovanských národů. Soubor maloval na zámku Zbiroh a dokončil ho roku 1928. Dlouho pak byl vystavován na zámku v Moravském Krumlově. Mucha však soubor Slovanská epopej věnoval Praze – město bohužel dosud nemá vyhovující prostory, v nichž by malby vystavilo.

Alfons Mucha zemřel po výslechu gestapem na zápal plic v Praze, 14. 7. 1939.

Tereza Víchová



SGO má přátele na severu i na jihu

Vzhledem k tomu, že covid je snad konečně na ústupu, můžeme směle plánovat pobyty a výměny v rámci akreditace programu Erasmus. V tomto čísle školního časopisu vám představíme další dvě města, v nichž se nacházejí naše partnerské školy. Třeba to budete právě vy, kdo se do nich podívá osobně během některého ze studijních výjezdů.

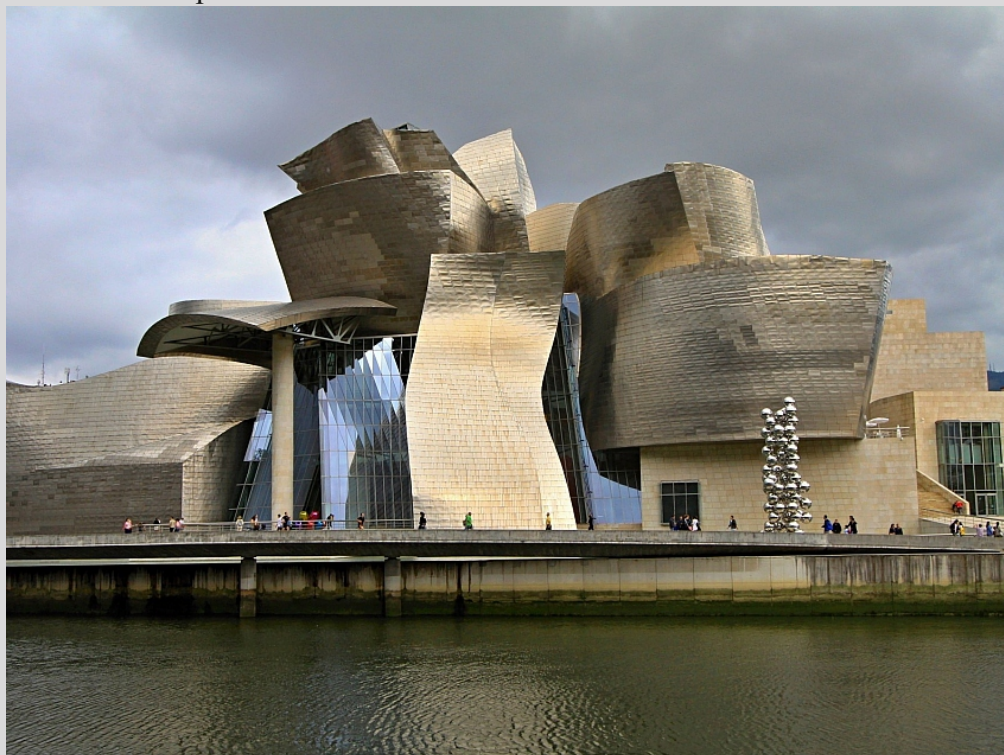
Bilbao



Severošpanělské Bilbao je největším městem samosprávné oblasti Baskicko. V porovnání s Opavou se jedná o velkoměsto, má téměř 400 000 obyvatel. Stejně jako v Opavě tu najdeme řeku, která protéká centrem města – je to řeka Nervión a dělí Bilbao na dvě části. Vodu však najdeme i v jiné podobě, neboť Bilbao leží přímo na pobřeží Biskajského zálivu.



Bilbao získalo městská práva o něco později než Opava, ale obě města spojuje fakt, že se mohou pyšnit slavným muzeem. To opavské vzniklo v roce 1814 jako jedno z prvních ve střední Evropě. To v Bilbao je sice mladší, jeho sláva je však světová. Jedná se o postmoderní Guggenheimovo muzeum, které bylo dokončeno roku 2007 podle návrhu architekta Franka Gehryho. Muzeum se zrcadlí v řece Nervión, tvarem má připomínat loď a skládá se převážně ze zakřivených ploch. Uvnitř najdeme expozici moderního umění 2. poloviny 20. století, ale třeba i restauraci specializující se na baskické pokrmy. O tom, že se místní nebojí odvážných uměleckých projektů, svědčí již prostranství před muzeem, kde je k vidění tzv. Štěňátko – obří socha psa, která je osázena květinami.



Bilbao nabízí i řadu historických památek. Je to město plné kostelů všech myslitelných architektonických stylů. Pokud byste byli již přesyceni kulturou, můžete navštívit o nic méně povznášející Museo del jamnbón, tedy muzeum šunky, kde se dá sehnat potrava jistě nejen pro duši. A když už je řeč o jídle, přidáme jeden malý kulturní rozdíl. Typické tapas v Bilbau nehledejte. Toto klasické španělské občerstvení se zde nazývá slovem pintxos.

Mo i Rana



Norské město ležící v podstatě na polárním kruhu již žáci našeho gymnázia v minulosti navštívili – a nemohli si vynachválit zážitky, kterých se jim zde dostalo. Všechno bylo: ledovce, výlet lodí, severská flóra i fauna, polární záře i rybí speciality.

Mo i Rana má ve srovnání s Opavou třetinový počet obyvatel, přesto je to jedno ze spíše větších norských měst. Obyvatelé se sem začali stěhovat v polovině 19. století v souvislosti s těžbou železné rudy a zlatý věk prožilo město po 2. světové válce. S útlumem těžby v 80. letech 20. století se Mo i Rana snaží hledat alternativy, jak si udržet atraktivitu pro obyvatele. Jednou z cest je podpora cestovního ruchu. Mo i Rana je dnes východištěm mnoha turistických i cestovatelských tras, které propojují sever Evropy od norských fjordů až do Ruska.

Návštěvníci zde sice hledají zejména přírodní krásy, Mo i Rana se však pyšní i výjimečnými stavbami a kulturním dědictvím. Symbolem města je jedenáctimetrová socha muže, tzv. Havmanna, stojícího po kolena ve vodě místního zálivu. Za zmínku stojí i dřevěný kostel z 1. poloviny 18. století zvaný jednoduše Mo Kirke. Sídlí zde i pobočka Norské národní knihovny.

Mgr. Zdeňka Morcinková



Letošní maturanti v proměnách času

Je zvykem, že se maturitní ročník na stužkovacím večírku pochlubí fotkami či videem, které dokumentují působení jednotlivých tříd na našem gymnáziu. Ti letošní maturanti ale mají velkou smůlu – pandemie koronaviru je omezila nejen ve velmi atraktivních aktivitách, jako je biologicko-historická exkurze na Pálavu nebo kulturně poznávací zájezd do Prahy. Znemožnila jim také uspořádat právě onen zmiňovaný stužkovací večírek. Proto teď ve školním časopise nabízíme alespoň několik záběrů ze života jednotlivých maturujících tříd.

Jezdili jsme po výletech, ať doma, či v zahraničí. Účastnili jsme se programů a projektů, které SGO nabízí. Tančili jsme, sportovali, hráli hry. Na letním ozdravném pobytu jsme si užili vodní radovánky – plavat jsme chodili i do opavského krytého bazénu. Získali jsme ceny DofE. Užili si předávání vysvědčení v přírodě. Kreslili mapu Středozeří. Pomáhali přírodě a byli jsme za to odměněni příjemným pohoupáním. Skládali jsme puzzle – dokonce za asistence třídního! Hráli jsme na hudební nástroje a učili hrát spolužáky. Zazpívali jsme si vánoční koledy. Předvedli jsme se na Dni jazyků. Fandili jsme na kontinentálním poháru. Lyžovali jsme a zvládli i snowboard. Kuchtili jsme nejen se seňorem Plačkem. ...

Vezměte si lupu a pozorně prohlédněte fotokoláž, určitě najdete sebe nebo spolužáky.

Byli jste součástí života na Slezském gymnáziu, ale tato životní etapa se teď uzavírá. Gratulujeme k maturitním výsledkům a přejeme hodně štěstí na vysokých školách. Na svůj gympl ale nezapomeňte – byl po čtyři roky součástí Vašich životů – prezenčně nebo distančně – jak je komu libo.











Světlo a stíny, Leigh Bardugo



Není tomu ani pár týdnů, co se na Netflixu objevila seriálová adaptace Světlo a stíny, vytvořená podle knih americké spisovatelky Leigh Bardugo, která si získala fanoušky po celém světě. A doufám si říct, že si seriálová verze vede ve srovnání s knihou poměrně dobře, ačkoliv pro nezasevěného diváka může být celý příběh oříškem – odehrává se totiž ve velmi promyšleném fantasy světě, kde nechybí magie, prazvláštní tvorové a místa, kde

s vámi nikdo nebude mít slitování.

Tvůrci seriálu se ale rozhodli zajít ještě dál, nezastavili se jen u pouhé adaptace a příběh obohatili i linkou hlavních hrdinů volně navazující série Šest vran. A rozhodně neudělali chybu, protože ačkoliv je zde lehce rozhozená časová linka, sledovat jejich počínání za to zkrátka stojí.

Abych vás ale dokázala zasvětit do děje, bude zapotřebí představit nejen všechny vydané knihy z tohoto universa a jejich chronologické pořadí, ale zároveň i samotný svět.



*

Vše začalo v roce 2012, kdy v Americe vyšla úplně první kniha Griša: Světlo a stíny (u nás až v roce 2017), na kterou následně navázaly ještě další dva díly. V roce 2015 spatřil světlo světa první díl duologie Šest vran, která se odehrává o tři roky později než poslední díl Griši, ten lze číst i bez znalosti prvotní série. Navazuje Prohnité město a v ČR byla tato série vydaná v letech 2017 a 2018. Celek ještě doplňuje povídková sbírka Trnitá řeč (2018) a duologie Zjizvený král, na jejíž druhý díl se můžeme těšit toto léto. U nás všechny knihy vydalo nakladatelství Fragment.

**

Co se ale samotného světa týče, Griša nás zavede do země zvané Ravka, která je inspirována carským Ruskem a kromě lidí ji obývají i Grišové, lidé, kteří ovládají tzv. malou vědu a dělí se na několik kategorií – smrtiče, hojiče, větro/ohňo/vlnostrůjce, řemeslníky a alchymiky. Ravku ale obklopují ještě další dvě mocnosti – Šu-han a Fjerda. Jediná cesta k moři a obchodu je skrz Vrásu, což je místo plné stínů a vražedných volker, o kterých se proslychá, že jediný, kdo je dokáže zničit, je tzv. Světlonoš. Dále je zde ostrov Kerch s přístavním městem Ketterdam – zde převládají místní gangy a sem nás zavede příběh Šesti vran.



A ačkoliv v mém popisu stále chybí množství detailů, myslím, že k pouhému zasvěcení do světa Leigh Bardugo to zatím postačí. I tak ale rozhodně nemůžu jinak, než vám knihy i seriál doporučit, hlavně co se týče Šesti vran, protože tato duologie o partě záporáků by vás rozhodně neměla minout. Ale ani s původní trilogií nešlápnete vedle, protože ačkoliv se jedná o celkem průměrnou klišé young adult fantasy, jedno se autorce musí nechat – píše vážně čtivě a dokáže vás přimět prožít příběh společně s hlavními protagonisty.

Justýna Tvarůžková

Sluníčko svítí „děčko“

Sluníčko dokáže opravdu hodně. Zahřát nás, rozjasnit oblohu, vykouzlit nám úsměv na tváři. Hlavním jeho benefitem ovšem je, že nám poskytuje tolik potřebný vitamín D.

Denně stačí pobývat na slunci necelou půlhodinu. Tento čas nám zajistí, že si udržíme v těle přirozenou hladinu „děčka“. Samozřejmě se bavíme o místním obyvatelstvu. Obecně platí, že čím je kůže tmavší, tím více času potřebujeme na sluníčku pro získání tohoto vitamínu. Pigment melanin, který v létě vytváří hezké opálení, částečně brání pronikání UV paprsků slunečního svitu. Proto na začátku léta doslova „hltáme“ vitamín D.



Existují i některé potraviny, ze kterých můžeme také čerpat. Jedná se třeba o ryby (např. losos, tuňák,...), máslo, cereálie, ovocné džusy apod. Jestliže však trpíme nedostatkem „děčka“, samotné potraviny ani opalování nám nepomohou. V takovém případě se doporučuje konzumovat kvalitní doplňky stravy.



Ted' už víme, jak vitamín D získat. Ale k čemu nám je vlastně prospěšný? V první řadě pomáhá našemu imunitnímu systému. Zvláště v této pandemické době se uplatnil v boji s koronavirem. Další uplatnění nachází v buněčné tematicce – urychluje proces dělení, růstu a také odumírání buněk. Znamená to, že bychom neměli zapomínat na dostatečný příjem například při kožním poranění. „Děčko“ nám také působí příznivě na nervový systém. Svítí-li slunce, máme dobrou náladu. Pěkně se nám tady propojuje myšlenka z úvodu, že sluníčko nám dokáže vykouzlit úsměv na tváři. Normální hladinou vitamínu v krvi se tak chráníme před depresemi nebo jinými vážnými onemocněními, jako je Alzheimerova choroba.

Ale pozor – jak se říká, všeho moc škodí. Rozhodně není zdravé pohybovat se celý den na slunci bez jakékoliv ochrany. Neměli bychom se však bát přirozeného opálení.

„Děčko“ rovná se úsměv. Můžete se přesvědčit při pohledu na písmeno D s hlavou nakloněnou doleva. :D

Barbora Schindlerová

Když dojdou prázdninové plány

Pomalu, ale jistě, se blíží to, na co jsme se všichni celý školní rok těšili – prázdniny! Čas, kdy konečně můžeme vydechnout a nestresovat se nad tím, zda je zítra pondělí a musíme vstávat na hodinu. Bohužel i takový volný režim má své nevýhody. Až příliš volného času může způsobit, že nám rychle dojdou nápady a plány a najednou máme pocit, že jenom mrháme svým drahocenným časem. Pojďme se společně podívat na pár záchytných bodů, které vám toto léto „zachrání zadek“!

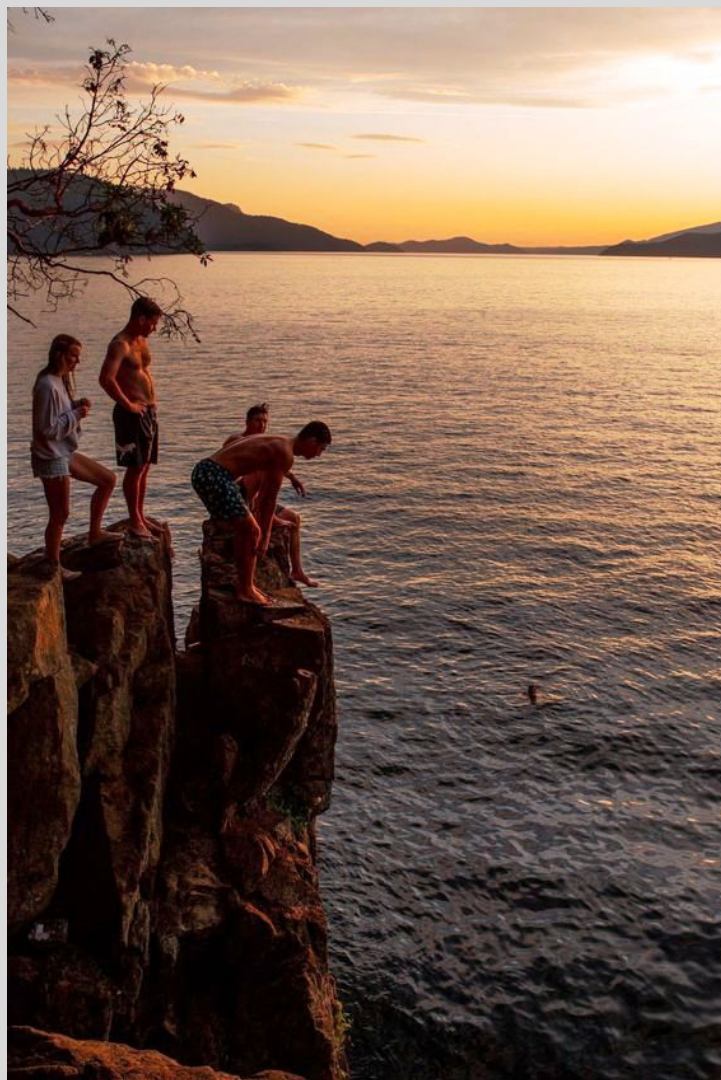
NAUČTE SE NĚCO NOVÉHO

Určitě už vás někdy napadlo, že byste chtěli zkusit něco úplně nového. Naučit se nový jazyk, začít hrát na kytaru nebo zkusit nový recept. A proč vlastně ne? Léto je ideální čas začít s něčím, po čem jste dlouho toužili, ale nikdy jste se k tomu nepřemluvili. Hlavní je motivace! Pokud si jeden den řeknu, že chci začít běhat, ale nejsem přesvědčená, že to opravdu chci, tak to pravděpodobně moc daleko nedotáhnu. Proto si vybírejte takové aktivity, u kterých víte, že vám nějak přispějí k seberozvoji. Člověk pak vyběhne pravděpodobněji, když ví, že mu to dá něco víc než jen bolavá stehna!



NEBOJTE SE ZAPOTIT

Když už jsme u toho sportu – proč nezačít každý týden pro sebe něco dělat? Nemusíte začít trénovat jako profesionální atleti! I málo stačí k tomu, aby se člověk cítil lépe a zlepšil si svou kondičku. Máme štěstí, že je na světě tolik možností, jak se začít hýbat. Od příjemné procházky se psem, skákání přes švihadlo, až třeba po lezení po skalách. Každý si najde něco! Věřte, že i když nejste zrovna sportovní typ, alespoň jedna aktivita vám přiroste k srdci a stane se vaším hlavním odreagováním.



PŘÍRODA POMÁHÁ NÁLADĚ

Kdyby se mě někdo zeptal na můj ideální den, nechyběl by v něm nějaký výlet v přírodě. Nejen, že je po pobytu venku hned lepší nálada, ale sluníčko dokáže lidi dobít neskutečným způsobem. Vyrazte s pár přáteli třeba sjíždět řeku, udělejte si piknik v parku nebo se vydejte na celodenní výlet někam do neznáma a stravte noc pod stanem. Můžu vám zaručit, že se vrátíte sice naprosto vyšťavení, ale budete tak spokojení, že to za to bude stát.

ZKUSTE NĚCO MIMO VAŠI KOMFORTNÍ ZÓNU

Odjakživa není pro lidi zrovna příjemné vystupovat z jejich komfortní zóny. V tu chvíli dokážeme najít milion námitek, proč bychom to neměli dělat a proč se to zrovna nehodí. Ale myslete na to, kolikrát jste opravdu zariskovali a jaká skvělá historka z toho poté vznikla! Můžete začít něčím malým, jako je například seznámení s úplně novým člověkem nebo psaní básniček. Pokud vám ale kuráž nechybí, můžete si vyzkoušet třeba obarvit vlasy či se běžte najíst do restaurace – úplně sami!

VYRAZTE ZA KULTUROU

Dlouhá pandemie nás odstříhla od běžných aktivit, které jsme měli vždy k dispozici – kina, galerie, muzea, dokonce i knihovny. Opravdu se modlím, aby toto léto bylo už rozvolněnější a abychom si například my, nadšenci „zažrání“ do umění, mohli zajít doplnit kulturní deficit. Přeju milovníkům kávy, aby si mohli jít sednout do jejich oblíbené kavárny. Doufám, že se hudební fanoušci budou mít možnost odreagovat na festivalech. Zkrátka doufám v to, že každý, komu už chybí „normální život“, bude moci jít a užít si toho, co mu je na kultuře nejbližší.

Eliška Janečková



**Pod záštitou paní učitelky Magdy Hrstkové časopis
vytvářejí:
Justýna Tvarůžková, Barbora Schindlerová,
Eliška Janečková, Tereza Víchová
& Dominik Prokš**