

HLÁŠKY Z DISTANČKY!
ČTĚTE NA STRANĚ 1

10 ZLATÝCH PRAVIDEL V PÉČI O PLEŤ
ČTĚTE NA STRANĚ 3

Hlášky z distančky!

"Věříme, že jednou se tomu společně zasmějeme!" Ano, toto jsme během pandemie slyšeli všichni minimálně jednou, někteří z nás to možná i sami vyslovili. Přinášíme vám tedy nejlepší hlášky z distanční výuky, o něž jste se rozhodli podělit!

Pane učiteli?
Ano?
Můžu na záchod?
Ano...

Pane učiteli omlouvám se, že jdu pozdě, ale musel jsem vyvenčit psa.

Pane učiteli, dneska byla fronta na obědy strašně dlouhá. Fakt dlouhá.

Myslím, že vím, co jste chtěl říci, ale já tomu nerozumím.

Děti, kdo mluví, zapne si kameru!

Pracovitý tatínek je jaký druh podmětu... Já fakt nevím... Ticho... Rozvitý, ty trdlo, ozvala se maminka.

Pane učiteli, máte strašně krásný prezentace, ale já ji celou hodinu neviděl.
Proč si to neřekl na začátku hodiny?
Já jsem zapomněl.

Můžete si zapnout ty kamery?!

Paní učitelko, mluvíte, ale máte vypnutý mikrofon.

Paní učitelko, omlouvám se, že jsem přišla pozdě.
Dobře.
A můžu se zeptat, kde jsme?
Pracovní sešit strana 7.
Děkuju a ještě...jaký předmět?
Čeština!!!
Děkuji....a paní učitelko?
Ano?
Můžu si jen doběhnout pro tu češtinu?

Alespoň, když mluvíte, zapněte si kameru!

Zapni si kameru, když mluvíš.
To nejde.
Tak poprosíme pana učitele Horáka, on ti půjčí pc, kterému funguje kamera.
Mně funguje kamera, ale vypadám hrozně!

Kdo je dnes správce učebny?
Já.
Tak vyhoď toho, kdo teď řval.

11:38 - Paní učitelko, můžu si jen dolu doběhnout pro oběd?
Mně přijel kurýr.
Ano, ale řekni kurýrovi, ať zítra přijede až po zvonění.

Já to nechápu!
Kdo to nechápe???
Pardon paní učitelko, to byla sestra, ona tady má taky výuku se svou třídou, já to chápu.

Zapni si kameru, když mluvíš!

Paní učitelko, já se omlouvám, mě to vyhodilo!

Paní učitelko, mně spadl počítač.

Nejde se mi tam připojit....

Mě to vyhodilo!

A můžu se zeptat, kde jsme? Já jsem to teď ztratila!

Paní učitelko, my máme štěňátko, já ho jdu vyvenčit, jo?
Ono se jinak počůrá!

Přivezli nám postel, já ji musím jít převzít, hned jsem tady.

Paní učitelko, můžu si jít pro oběd? Přijelo Dáme jídlo.

Paní učitelko, já jdu pro pošťáka, jo?
To si ho jako vezmeš domů?
Co?
Nic, jen jdi.

Já musím jít pomoc mamince s nákupem, fakt musím!

Autor: redakce

Konečně škola!

Po dlouhé době jsme konečně ve škole! Distanční výuka byla dlouhá, některé z nás bavila, jiné ne. Někteří jsou rádi ve škole, druzí by raději zůstali doma. Pojďme se podívat na její výhody a nevýhody.

VÝHODY :

1.) Tak já si myslím, že největší výhodou distanční výuky bylo, že jsme si mohli přispat a nemuseli jsme brzo vstávat do školy.

2.) Další výhodou určitě bylo, že jsme měli více času na kamarády a rodinu.

3.) Měli jsme také více času na úkoly, které nám učitelé zadávali v hodinách, i na domácí úkoly jsme měli více času. Všechno jsme si mohli dělat v klidu.

4.) Kdykoli jsme mohli jíst, pít a jít na záchod. Samozřejmě, když o tom učitel nevěděl. :)

5.) Měli jsme méně hodin než ve škole.

NEVÝHODY :

1.) Velkou nevýhodou bylo pochopit danou látku, kterou jsme se učili přes online výuku.

2.) Také bylo velkou nevýhodou, že si všichni na distanční výuku museli pořídit počítač a distanční výuku také občas provázeli technické problémy jako problémy s připojením, kamerou nebo mikrofonem.

3.) Museli jsme se také více soustředit na výuku než ve škole.

4.) Museli jsme si zvládnout naplánovat, kdy se budeme doma ještě učit a věnovat se domácím úkolům.

5.) Chyběli nám kamarádi a učitelé.

A co vy? Vrátili byste se domů nebo jste ve škole rádi? Co vám přinesla nebo naopak vzala distanční výuka? Napište nám do redakce!

Autor: Ema Holánová

Silné stránky každého z nás



foto: arcursus.cz

Přemýšleli jste někdy nad svými silnými nebo naopak slabými stránkami? Každý z nás nějaké má, ale jak je rozpoznat a jak s tím pracovat?

Již několikátý rok se u nás na škole konají semináře pro učitele, žáky i rodiče. Na jaře naše škola uspořádala online seminář pro rodiče na téma Silné stránky každého z nás.

Každé dítě je jedinečné. Má své silné stránky, které jsou-li využity, mu pomáhají získat úspěch a uznání druhých. Někdy je obtížné talenty našich dětí poznat, protože jsou odlišné od toho, co si běžně představujeme pod slovem talent (rozumové, hudební, sportovní či výtvarné nadání). Silnou stránkou člověka může být to, že je empatický a dokáže porozumět a pomoci druhým, nebo to, že je vytrvalý a odvážný.

Na semináři jsme se naučili, jak objevit silné stránky a jedinečnost každého dítěte. Dozvěděli jsme se, jak silné stránky a jedinečnosti dětí rozvíjet a podporovat. Jak pracovat s odlišností, aby děti uspěly v třídním kolektivu i v životě, cítit se sebevědomě, jistě a dokázaly si poradit. Aby dokázaly využít své odlišnosti ve svůj prospěch.

Projekt "ZŠ Karla Čapka - multikulturní šablony II." Registrační číslo: CZ.07.4.68/0.0/0.0/18_066/0001534

Autor: redakce

Hurá na hrad!



foto: kudyznudy.cz



foto: kudyznudy.cz

Hledáte místo, kam jet na prázdniny, ale nemáte žádný nápad? Chcete si připomenout českou historii?

Hrady a zámky jsou v Čechách úžasné a není o ně nouze. Já vám představím alespoň některé z nich.

Hrad Kokořín – Středočeský kraj
Znáte pohádku Princezna se zlatou hvězdou na čele? Jestli ano, tak možná víte, že se natáčela právě na hradě Kokořín. Hrad leží uprostřed CHKO Kokořínsko nad říčkou Pšovkou. Je typický svou vyhlídkovou věží, která je vysoká 38 metrů. Kokořínský kraj si oblíbil i slavný básník Karel Hynek Mácha. Na jeho počest je pojmenována naučná Máchova stezka - pokud se po ní vydáte, máte možnost navštívit další zajímavá místa. Vede z Mělníka, kde je rovněž krásný zámek, přes Kokořín a hrad Housku až na Bezděz, který se pyšní označením Král hradů.

Hrad Točník – Středočeský kraj
Hrad byl postaven ve 14. století jako náhrada v té době požárem poškozeného hradu Žebrák, ležícího asi 0,5 km odtud. Točník je ukázkou vyspělého středověkého stavitelského umění, mimo jiné si tu můžete prohlédnout i zbytky jednoho z prvních středověkých "ústředních topení". V hradním příkopu se můžete podívat na medvědy brtníky, které zde chovají – Agátu a Martina. Poté můžete pokračovat na zříceninu hradu Žebrák.



foto: Wikimedia

Hrad Okoř – Středočeský kraj
Kdo se nechce vydávat příliš daleko od Prahy, může navštívit zříceninu hradu Okoř. Ta se nachází na malé skalce ve stejnojmenné obci. Hrad byl zvláštně umístěn tak, že nepřevyšuje okolní krajinu. Součástí obrany hradu během válek zajišťoval rybník, který hrad obklopoval - měl za úkol ztížit obléhatelům obléhání.

Zámek Červená Lhota – Jihočeský kraj
A komu naopak nevadí delší cesta, tomu mohu doporučit návštěvu Červené Lhoty. Nachází se pár kilometrů od Jindřichova Hradce, kde je mimochodem třetí největší zámecký komplex v České republice (a to po Pražském hradu a zámku v Českém Krumlově). Červená Lhota získala jméno podle své barvy, je skutečně celá červená. Na prohlídce můžete vidět spoustu obrazů, starého nábytku, kachlová kamna, lustry a dalšího zajímavé věci. A při tom můžete přemýšlet, v kolika filmech nebo pohádkách jste tento zámek viděli.

Doufám, že jsem vám dala uspokojivé rady, kterých využijete. Tak veselé prázdniny!

Autor: Magda Šimfeldová

Co se slaví v červnu?



foto: Wikimedia commons free



foto: citarny.cz



foto: Wikimedia commons free

Víte, co se slaví 5. a 6. července? Že ne? Tak to je tedy pořádná ostuda!

My děti to tak ani moc nevnímáme, protože v červenci máme už prázdniny. Naši rodiče mají ale začátkem července volno, protože se slaví hned dva státní svátky. Víte vůbec proč? Tyto dny si připomínáme upálení Mistra Jana Husa a příchod Konstantina a Metoděje do českých zemí. Vzpomínáte si z hodin dějepisu, kdo to vlastně tito muži byli?

Jan Hus byl římskokatolický kněz, reformátor, kazatel, teolog, a vysokoškolský pedagog. Narodil se kole roku 1370 v Husinci a vyučoval na pražské univerzitě. Na začátku 15. století byla církev jediným prostředníkem mezi člověkem a bohem. Katolická církev říkala, aby lidé žili ve skromnosti a aby nehřešili. Prodávala takzvané odpustky, aby bylo lidem odpuštěno. Jan Hus si toho všiml a začal kázat ať lidé nevěří zkažené katolické církvi.
Katolíci ho začali označovat za kacíře. Římský král Zikmund Lucemburský jej pozval do Kostnice, kde mu všichni říkali ať své učení odvolá. Jan Hus se ale nedal, a tak ho převezli na hranici v Kostnici, kde ho 6.července 1415 následně upálili. Tento den se slaví v České republice jako státní svátek.

Svatý Konstantin byl mladší bratr Metoděje. Narodil se roku 827 v Soluni a byl skvělým teologem, řečníkem, politologem, a dokonce působil i jako profesor filosofie v Konstantinopoli. Zemřel 14. února 859 v Římě. Jeho bratr svatý Metoděj byl o 14 let starší než Konstantin. Narodil se roku 813, stejně jako Konstantin v Soluni, umírá 6. dubna 885 ve Velkomoravské říši. Společně se vydali na misii na Velkou Moravu, kde přinášeli křesťanství, staroslověnštinu jako bohoslužebný jazyk a hlaholici, kterou vytvořil Konstantin.

Autor: Anna Metelková

10 zlatých pravidel v péči o pleť v letním období



foto: beutyonline.cz



foto: beutyonline.cz



foto: euserin.cz

Přináším exkluzivní rozhovor s mojí maminkou Monikou Kulíkovou, kosmetoložkou a vizážistkou

Já: "Mami ty jsi kosmetoložka, tak nám vysvětli, proč je péče o pleť v létě tak důležitá."

Mami: "Michellko, péče o pleť je důležitá v každém období. A pokaždé trošku jinak. Počasí, podnebné podmínky nebo teplota či vlhkost zde hrají důležitou roli. Pokaždé je důležité nad tím popřemýšlet. Kůže je největší orgán těla a má hlavně ochrannou schopnost. Proto bychom se o ni měli důkladně starat. Bude nás chránit, charakterizovat a reprezentovat celý život. Je důležité vědět, jak se o pokožku starat u nás v Čechách nebo pokud poletíte do tropů. Naše české léto není tak agresivní k naší kůži, zato například v Egyptě již taková ochrana jako u nás, nepostačí."

Já: "A co bys tedy doporučila?

Mami: "Prozradím Vám 10 zlatých pravidel. Věřím, že pokud je budete dodržovat, vaše pokožka se vám krásně odmění zdravou barvou, zdravým pohledem a protože má kůže paměť, vše se vám vždy vrátí."

1.) Vyvarovat se polednímu prudkému slunci. Vím, že to láká vypadat bronzově, ale spálíte-li se první den dovolené, budete mít nejen zkaženou dovolenou a slunci se budete vyhýbat, ale kůže bude pravidelně na slunci rudnout, pamatovat si, že jste ji spálili a tudíž bude o to víc citlivá. Ano i rok poté. Mimo polední hodiny doporučuji krémy nebo mléka s ochranným faktorem, vhodným pro váš typ pleti."

2.) Nosit pokrývky hlavy. Obličej je nejvíce citlivý na sluneční světlo. Rychleji se tvoří vrásky.

3.) Hydratovat, hydratovat a zase hydratovat! Ráno, večer, pokaždé po opálení. V létě i několikrát za den. Dodat kůži ztracenou vodu, kterou ztratila v průběhu slunění.

4.) Hodně pít. Pijeme-li hodně vody, zvlhčujeme tělo i zevnitř.

5.) Jezte stravu bohatou na antioxidanty. V tomto období je to velmi důležité.

6.) Očista pleti neboli čištění je základem všeho, všech typů pleti a v každém období. Ráno se tak zbavíme všech vyloučených mastnot a látek, které plet´vyloučila v průběhu spánku, kdy plet´regenerovala a detoxikovala. A večer zas smýváme celodenní nečistoty. Přirovnávám to k pánvičce od řízků. Tu neumyjete pouze vodou a k tomu ještě studenou. Zde je vždy potřeba teplá voda a produkt na odmaštění či odlíčení. Jedině pak je plet´připravena přijmout krém bohatý na aktivní látky.

7.) Vynechat agresivní peeling - čti píling - a jít poté na slunce. Ten horní vsrtvu velmi naruší a začnou se dělat třeba i pigmentové skvrny.

8.) Doporučuji výživná séra, podle typu pleti, která jsou velmi prospěšná. Dodají spodní vrstvě pleti potřebnou výživu. To většina krémů neumí.

9.) Dostatek spánku. Zdá se vám to divné? Ale teplo a slunění dokáže vyčerpat. Ač se můžete cítit nabití sluneční energií, tak vaše plet´a organismus potřebují odpočívat. Proč mají v jižanských zemích tzv siesty, je prokázáno, že v teplejších krajích produktivita a energie organismu klesá a tělo si potřebuje odpočinout.

10.) I když jste na slunci, doplňujte vitamin D. Ač slunce může dodat určitou dávku vitamínu D, tak angličtí vědci před dvěma lety vydali studie, že na konci léta mají děti ani ne polovinu vitamínu D. A v dnešní po-pandemické době již všichni víme, že vitamín D je důležitý nejen na imunitu. Hraje zásadní roli v rozvoji a údržbě kostní tkáně, svalů, regulaci a ochraně před srdečními a onkologickými onemocněním.

Já: "Mami, to je vyčerpávající. Děkuji. Tohle já již, díky tobě, znám. Mohou se tě naši čtenáři a čtenářky na něco zeptat, budou-li mít nějaké dotazy?"

Mami: " Samozřejmě, mohou zavolat, napsat, objednat se na konzultaci. Nebo ošetření pleti. Kontakt je níže."

Já: "Ty máš salon v centru Prahy, chodí ti tam i děti nejen dospělí, že?"

Mami: "Ano, i slečny jako ty, které právě přicházejí do puberty a to se projevuje velmi výrazně na pleti."

Já: " Vím, že učíš klientky starat se nejen o vnější krásu, ale i vnitřní zdraví."

Mami: "Přesně tak. Jak se cítíme a vypadáme navenek, je odrazem našeho vnitřního i duševního zdraví."

Já: "Tak já ti jmenem všech čtenářů děkuji."

Mami: "I já tobě, Michellko a všem přeji nádherné léto. Opatrujte se a načerpejte hodně sluníčkové energie. A rozloučím se s vami mým oblíbeným sloganem:

"Obličej, který vám nadělila příroda, budete mít ve dvaceti. Je jenom na vás, jak bude vypadat, až vám bude padesát. - Coco Chanel"

Kontakt
www.skincoachmonika.cz

Autor: Michelle Kulíková

A jedeme na výlet!

Už vám dochází nápady na výlety? Můžete se tu inspirovat.
Například 2 km od Harrachova v Libereckém kraji, v okrese Semily se nachází necelých 10 metrů vysoký **Mumlavský vodopád** v Krkonošském národním parku.
Z hydrologického hlediska to je jeden z nejmohutnějších a nejkrásnějších vodopádů v České republice.
Pod vodopádem je pak několik obřích hrnců a kotlů ("Čertova oka"), ve kterých když bude teplo se můžete vykoupat, není to teda nic teplého, to vím z vlastní zkušenosti, ale někteří z vás by to i tak určitě ocenili.



foto: Wikimedia commons free

Dále také můžete navštívit **Luční bar,** který se nachází v Českém Švýcarsku v Krásné Lípě, jedná se o samoobslužný venkovní bar. Jsou tam různé potraviny, jídlo a pití, ale také sprcha a záchod, venkovní vana, kterou si na objednání můžete nechat ohřát, také ohniště a místo na stanování, dokonce i plynový sporák, rychlovarná konvice, umyvadlo a to všechno je založené na důvěře. Já jsem dokonce mluvila s majitelem, který to vše sám vymyslel a zařídil, a ptala jsem se ho jestli ho lidé neokrádají, protože všechny potraviny jsou volně dostupné a on říkal že lidé jsou poctivý a všechno si platí. Pan majitel je umělecký kovář takže hned vedle se nachází obchod s jeho výrobky.
Na náměstí v Krásné lípě je také **Mana čokoládovna,** ve které si děti mohou vyrobit vlastní čokoládové bonbóny, menší čokoládky a lízátka, samozřejmě si tam můžete zakoupit i už hotové výrobky.

A v **Doubici** nedaleko odsud se u restaurace s názvem Stará hospoda, nachází park s dřevěnými ručně vyrobenými sochami. V obci **Vlčí Hora** se nachází továrna s přírodní kosmetikou Nobilis Tylia, v továrně je i čajovna, ve které se můžete občerstvit různými dortíky a dát si jimi vyrobené čaje z bylinek ze zahrádky, která se nachází hned za továrnou, je volně přístupná a je vytvořená na způsob parčíku, stojí za to se do této oblasti podívat a to můžu potvrdit. Vlastně když jsme ještě v této oblasti, tak na náměstí v Krásné Lípě, kde se mimo jiné nachází již zmíněná Mana, také se zde nachází i pivovar Falkenštejn, kde výborně vaří a na počest Emila Zátopka zde vaří pivo Svižnej Emil.

Také můžete navštívit poutní místo a naučnou **stezku Křemešník**, která se nachází na Vysočině, vedle hotelu Křemešník je kostel Svaté trojice ve kterém je uložena replika korunovační koruny, je zde také Větrný zámek který nechal postavil výrobce medailí, který zde chtěl udělat muzeum medailí, na to ale nedošlo.
Na věži sedí sedm skleněných havranů, kteří odkazují na příběh o sedmi chlapcích, nedaleko odtud je také rozhledna **Pípalka**, u hotelu je také lanové centrum, toto místo je vhodné pro všechny věkové kategorie.

Ale na výlety nemusíte jezdit jen mimo Prahu, protože i v Praze jsou místa, kde to jako v Praze nevypadá a kde je krásná příroda. My jsme šli 20ti kilometrový výlet z Černého mostu přes Klánovice, Běchovice, Počernice a jako cíl byl opět Černý most. Takže choďte na výlety, chůze je náš přirozený pochyb je to velmi zdravé, uvidíte při tom spoustu krásných míst a nadýcháte se čerstvého vzduchu. Doufám, že jsem vám nabídla alespoň nějaké výlety a že si někam vyrazíte, tak zase příště.

Autor: Karolína Bludská

Kam v Praze na výlet?



foto: morskysvet.cz



foto: ceskrozlasregion.cz



foto: nm.cz

Kam v Praze vyrazit? Staroměstské a Václavské náměstí vás už nebaví? všude jsou davy turistů? Podívej se s naším časopisem na pár zajímavých tipů!

1) **NÁRODNÍ MUZEUM** je umístěno na nejvyšším bodě Václavského náměstí. Patří mezi naše nejznámější památky a téměř vždy je cílem turistů ze zahraničí i tuzemska. V roce 2011 bylo muzeum uzavřeno kvůli kompletní rekonstrukci, která trvala dlouhých 7 let (což je o rok více, než trvala jeho stavba). Pro veřejnost bylo otevřeno tematicky, ke stému výročí založení republiky, 28. října roku 2018. Stálou expozicí je kostra velryby (plejtváka myšoka), která je symbolem muzea. V současnosti je v něm umístěna i expozice "Sluneční bohové", která představuje bohy a krále bohaté egyptské historie. Tato expozice je opravdu výjimečná, exponáty, které byly egyptskou vládou zapůjčené, jen tak nikde neuvidíte. Můžete se zde seznámit i s největšími nálezy českých badatelů. Tak snad budete mít štěstí a výstavu stihnete, a kdyby náhodou ne, vyjeďte si až do posledního patra a pokochejte se neuvěřitelným výhledem na Prahu z prosklené kopule muzea. Otevírací doba Po - Ne 9-18. Momentálně ke vstupu nepotřebujete žádný Covid test, stačí jen respirátor nebo nanorouška.

2) **MOŘSKÝ SVĚT**
na výstavišti Holešovice je největší expozice mořských akvárií v České Republice. Nenajdete tu nejen mořské ryby ale i mušle, humry a kraby (samozřejmě ne na jídlo). Výlet pro celou rodinu i s malými dětmi. Mají otevřeno po-pá od 8:30 do 18:00 a so-ne 9:00-19:00. Ke vstupu si opět přibalte respirátor nebo nanoroušku.

3) **PROKOPSKÉ ÚDOLÍ**
na rozdíl od Národního muzea, není tak známe. Ale pozor nenechte se zmást, toto místo vás dokáže vrátit o několik miliónu let nazpět. Je to jedno největších nalezišť zkamenělin rostlin a živočichů na českém území. Neměl by ho minout, žádný ze začínajících paleontologů. Vstup je možný kdykoliv, ale přece jen doporučuji návštěvy ve dne a za hezkého počasí.

Autor: Adéla Pisárová

Nejlepší ledové mlsání v Praze!



foto: purogelato.cz

Máte rádi zmrzlinu? Tak to je tento článek přímo pro vás!

Snad všichni máme rádi zmrzlinu. Někdo má víc rád točenou, někdo kopečkovou. V Praze je tolik dobrých zmrzlináren, že by se mi sem ani všechny nevešly, ale já vám tady alespoň nějaké vypíšu a doporučím ty nejlepší. Například jestli jste naši věrní čtenáři, tak určitě víte, že jsme před rokem na jaře dělali rozhovor s pánem ze známé zmrzlinárny **Puro gelato**. Puro gelato je zmrzlina, kterou když si dáte do pusy, tak vás to přenese rovnou do Itálie. Tato cukrárna se nachází například vedle Havlíčkových sadů alias Grébovky nebo u náplavky



foto: Veronika Dynterová

na Výtoni.

Další zmrzlinárna, která je udělaná na stejné bázi jako Puro Gelato, je **Creme de la creme**, která se nachází docela blízko naší školy a to u tramvajové zastávky Tomáše Garrigue Masaryka. Další provozovna je dole ve Vršovicích a v centru na Národní třídě a v Husovy ulici. A těch příchutí mají opravdu hodně. A pokud jste třeba vegan, nezoufejte, mají



foto: zena.cz

i veganské zmrzliny.

Ale co taková výborná točená zmrzlina, těch je! Ale najít tu nejlepší je vážně oříšek. Naštěstí máme různě po celé Praze **Antonínovo pekařství** a ta jejich zmrzlina je vážně top. Jestli jste ji ještě neochutnali, tak to běžte hodně rychle napravit, protože jejich zmrzlinová sezóna už dávno začala. Ze začátku jara mají většinou klasiku jako je vanilka a čokoláda, ale začátkem léta se rozjíždějí letní příchutě jako je například borůvka, citrón, jahoda, černý rybíz, limetka atd.

A na závěr něco o historii zmrzlinářství, protože se říká, že první mražený dezert, tedy ještě ne úplně zmrzlina, je spojován



foto: cremedelacreme.cz

s římským císařem Nerem, který žil v prvním století našeho letopočtu a to už je fakt hodně hodně dávno. Také se říká, že ovocné šťávy mražené v ledu jedli už starověcí Egypťané a Řekové. Další legenda vypráví, že první recept na zmrzlinu objevil Marco Polo na svých cestách na dalekém východě, věřte čemu chcete, hlavní ale je, že tu zmrzlinu máme.

A jakou zmrzlinu máte nejraději vy? Ovocnou, smetanovou, vegan, kopečkovou, točenou? Napište nám do redakce!

Autor: Linda Vránková

Kam na koupačku?



foto: prague.cz

Už se těšíte na léto? A nevíte kam vyrazit na koupačku? Mám tu pro vás pár typů.
Někteří mají raději přírodní koupaliště jako třeba **Koupací biotop Lhotka,** který vám nabídne koupací jezero s rozlohou 5 570 m^2 a s hloubkou až 3, 25 metru, ale i pro ty kteří neradi plavou je tu menší hloubka 1 metr, jsou tu dostupné i šatny, sprchy, WC, klubovna a stánek s občerstvením. V příštích letech zde dokonce přibude i lezecká stěna, dětské hřiště, malé a velké multifunkční hřiště a nové travnaté hřiště. Také můžete navštívit **Žluté lázně,** které se nacházejí v Praze u Vltavy, jedná se o relaxační místo pro lidi různých věkových kategorií. Jsou tu i různá sportoviště jako je beach



foto: prague.cz

volejbal, stolní tenis nebo také lidmi oblíbená venkovní posilovna Yellow Gym. Je tu i tančírna a několik barů. Žluté lázně patří mezi 10 nejlepších městských pláží Evropy, takže byste se tam určitě měli podívat! **Přírodní koupaliště** naleznete také **v pražských Modřanech**, kde jsou travnaté pláže, ale voda zde bývá docela studená, protože je tu silnější proud, ale když jsou venku třicítky je příjemné se někde zchladit, ne? Navíc je zde dostatek stromů, takže se vždy najde stín, jedná se o přírodní koupaliště takže tu není žádné občerstvení ani sociální zařízení, takže s tím musíte počítat. Dále tu máme **přírodní koupaliště Vyžlovka,** které se nachází u Vyžlovského rybníka, je možné si zde zahrát ping-pong, šipky, fotbálek, plážový volejbal, kuželky nebo kroket. Koupaliště je směrem na jih takže jestli jste milovníky opalování zde o sluneční paprsky není nouze. Můžete navštívit také **Přírodní koupaliště Motol.** Jedná se o malý rybník, který je napájen Motolským potokem, koupaliště není hluboké a má písčité dno. Nachází se nedaleko od Motolské nemocnice a je krytý stromy a keři. K dispozici tu jsou také sprchy, malé hřiště a bufet. Na bezpečnost zde dohlíží plavčík. **Koupací biotop v Radotíně** je umělá vodní nádrž s přírodním vzhledem - čistí se biologicky - bez chemie, pomocí rostlin a ekosystémů ve filtračních lagunách. Koupaliště je vhodné jak pro rodiny s dětmi, i pro alergiky kteří mají problém s chlórem. V areálu se nachází i letní převlékárny, venkovní sprchy, dětské hřiště a letní toalety. A kdo má raději venkovní "bazény", mám tu pro něj například **koupaliště Divoká Šárka**, které se nachází v Šáreckém údolí. Voda je napájena místním pramenem a chlór se zde používá minimálně, takže je to vhodné místo i pro alergiky. Jsou zde dva bazény pro plavce, dětské brouzdaliště s maximální hloubkou 0,5 metrů, menší



foto: vyletsdetmi.cz

tobogán, skluzavky, houpačky, trampolína a prolézačky. Také si zde můžete zahrát stolní tenis, volejbal a nohejbal na uzavřeném hřišti. Je zde možnost občerstvení a zapůjčení kabinky, psům je vstup zakázán. Venkovní koupačku vám také nabídne **plavecký stadion Podolí,** který patří mezi nejoblíbenější pražská sportoviště. Mimo vykoupání vám také nabízí saunu, rehabilitační služby, travnatou plochu pro letní opalování a solárium. K dispozici je vnitřní bazén který má 50 metrů, venkovní 50 a 33 metrový bazén, venkovní brouzdaliště, venkovní tobogán s dojezdovým bazénem, pára, sauna, solárium, rehabilitace, restaurace a bufet.

Autor: Karolína Bludská

Nejlepší letní drinky!



foto: receptyonline.cz

Ahoj čtenáři! Dnes si společně připravíme nějaké recepty na letní osvěžení. Jistě nejsem jediná, kdo se těší na prázdniny. A protože receptů na jídlo tu bylo již hodně, připravila jsem si pro vás dva recepty na osvěžující nealko drinky. Kdo by neměl rád lahodnou citronádu nebo dobře vychlazené mojito s ledem!

Jako první recept jsem si pro vás připravila **CITRONÁDU (recept pro 4 osoby)**



foto: srecepty.cz

Co budeme potřebovat :
džbán
vařečku nebo něco čím to budete míchat
hnědý cukr (může být i kokosový)
3 citrony
mátu
vodu
kousky ledu

Pracovní postup :

1. Nejdříve si do džbánu napustíme studenou vodu.
2. Dále si do vody vymačkáme 3 citrony.
3. Do naší citronády přidáme podle naší chuti hnědý cukr a hned poté zamícháme.
4. A nakonec do citronády přidáme lístečky máty a kousky ledu.

Jako další recept jsem si pro vás připravila **MOJITO (recept pro 4 osoby)**

Co budeme potřebovat :
3 limetky jestli nemáte tak stačí i citrón
hnědý cukr
10-16 lístků máty
perlivou vodu
led

Pracovní postup:
1. Do čtyř sklenic si dáme hnědý cukr podle vaší chuti, dále do každé sklenice přidáme 4 lístečky máty a nakonec přidáme šťávu z limetek.
2. Nadrtíme led a přidáme ho do sklenic.
3. Pak už jen dolijeme perlivou vodu.

Neobvyklý tip na letní osvěžení je **VEGANSKÉ LEDOVÉ KAKAO**!



foto: vartesmajklem.cz

Co budeme potřebovat :
sojové mléko
půlka mraženého banánu
lžíce nepraženého kakaa
lžička kokosového oleje
Pracovní postup:
Všechny suroviny rozmixujte v mixérů a podávejte s kostkou ledu, uvidíte, že nemusí být jen teplý nápoj pro zimní večery.

A máme hotovo, přeji dobrou chuť!

A jaké letní osvěžující nápoje máte rádi? Zkuste vymyslet nějaký zajímavý recept a poslat nám ho do redakce! Nejlepší recepty otiskneme v příštím čísle časopisu a vítěze odměníme cenou!

Autor: Ema Holánová

Recepty na letní osvěžení



foto: lidovky.cz

Je léto, horko a 30ºC a hodilo by se něco osvěžujícího a studeného? Tak to je tento článek přímo pro vás! Než ale začneme, mám trochu pocit, že budeme potřebovat kostky ledu. Jak na ně? Zde je odpověď.

Připravíme si kostky ledu:
Potřebovat budeme jenom formičky (nejlépe ty, které byly přiložené k lednici, ale pokud ne, tak co nejmenší jiné nádoby, ale **nesmí** být skleněné) a vodu. Do formiček si nalejeme vodu, a tu dáme do mrazáku a necháme cca 80-90 min ztuhnout. Kostky ledu máme hotové!

Letní limonáda
Připravte si ovocný sirup (nejlépe Kitl sirob), sodovou vodu (případně normální vodu), kostky ledu, mátu, (pokud je sirup např. pomerančový, můžete přidat plátek pomeranče na sklenici, citrónový - plátek citrónu...). Nalijte do sklenice ovocný sirup a zalijte ho sodovou vodou (vodou), a poté dejte do sklenice kostky ledu a mátu. Můžete ozdobit.

Ovocný Shake
Připrav si bílý zakysaný nápoj, bílý jogurt a ovoce (jahody, borůvky, meruňky...). Zákys, jogurt a ovoce nasypeme do mixéru a rozmixujeme. Pokud by byl shake kyselý, oslaď ho medem.

Letní pizza
Připrav si meloun a ovoce (např. maliny, borůvky, ostružiny, jablko). Popros někoho dospělého, aby ti nakrájel meloun na kola a ty ještě na menší díly. Další ovoce pak hezky nebo symetricky naskládej na kousky melounu.

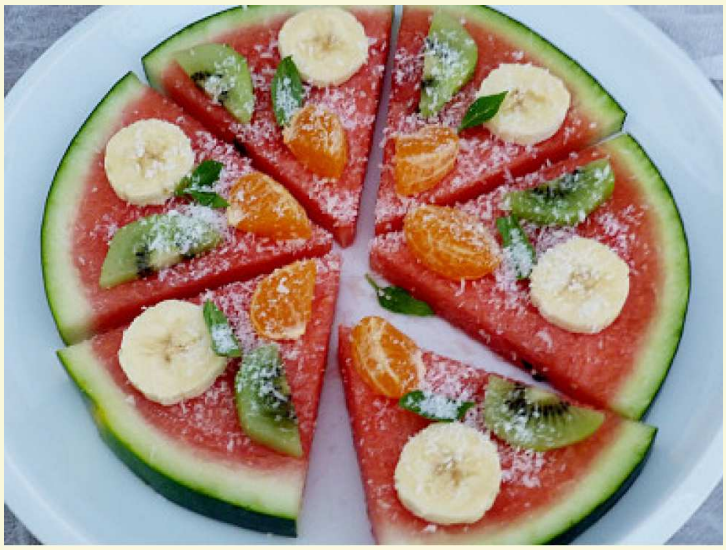


foto: toprecepty.cz

Nakonec je můžeš ozdobit jogurtem nebo smetanou.

Čokoládová zmrzlina s borůvkami
2 střední banány mražené
100 ml polotučného mléka
4 sušené datle
2 lžíce agávového sirupu
3 lžíce holandského kakaa
čerstvé borůvky na servírování

1. Mražené banány dejte do mixéru a zalijte mlékem.
2. Přidejte datle, agávový sirup a kakao a vše rozmixujte dohladka. Pokud vám jde mixování příliš ztuha, přilijte 2 lžíce mléka.
3. Hotovou zmrzlinu rozdělte do dvou misek, posypte borůvkami a ihned podávejte. Pokud hodláte zmrzlinu skladovat v mrazáku, nechte ji před podáváním 15 minut venku povolil.

Autor: Veronika Boušková, Ema Holánová

Měsíc červen v naší škole!



foto: Markéta Žítková



foto: Markéta Žítková

1. červen známe všichni jako mezinárodní den dětí. A právě v tento den ve studovně naší školy proběhlo presenční vyhlašování výsledků online literární soutěže ,,O cenu Karla Čapka''. Do soutěže se zapojily děti ze všech ročníků naší školy od prvních po deváté třídy. Tuto již tradiční soutěž na naší škole organizují češtináři z druhého stupně, paní učitelka Hana Fuchsová a pan učitel Lukáš Taller. Ti měl nelehký úkol, když z velkého množství zaslaných děl museli vybrat jen ty nejlepší.
Děkujeme všem zúčastněným a gratulujeme vítězům!
V kategorii poezie získala 1. místo
Sofia Maria Knight 4.A

V oblasti próza se literáti umístili takto:
I. kategorie
1. místo
Veronika Boušková 3.A
2. místo
Johanka Lachnitová 1.B
3. místo
Laura Odstrčilová 3.A
II. kategorie
1. místo
Jakub Hůla 5.A
2. místo
Adéla Pisárová 5.A
3. místo
Daniel Mičánek 4.A
III. kategorie
1. místo
Berta Krejbichová 8.B
2. místo
Nikol Pokorníková 9.A
3. místo



foto: pixabay.com

Anita Jašari 7.B

Ale co nás ještě v červnu čeká?
Již od **10. 6.** budete moci hlasovat pro nejlepší článek, našich novin! Vybírat budete moci z (podle nás) těch nejvíc top článků, které jsme otiskli. Autor vítězného článku získá hodnotnou cenu a ocenění.
V pátek **25.6.** si na své přijde první stupeň, pro který se připravuje dopoledne plné sportu, hádanek a tematických úkolů.
V pondělí **28.6.** potom ověří své znalosti druhý stupeň při vědomostních kvízech, které bude moderovat a hodnotit oblíbený pan učitel Trávníček. Pokud si netroufáte přímo na soutěž, můžete kamarády podpořit alespoň z publika.
29.6. pak druhý stupeň a pár odvážlivců z 5. tříd poměří svou fyzickou zdatnost a sílu vůle při sportovním dopoledni a teambuildingových aktivitách. Ty se chystají ve spolupráci s paní učitelkou Horákovou.
No a máme tady **30.6.!!!** Poslední školní den a nás čeká vysvědčení.

Celá naše redakce vám přeje krásné prázdniny, doufáme, že načerpáte novou sílu, odpočinete si a užijete si úžasné léto. Dětem, které v září nastupují do nové školy, přejeme spoustu úspěchů, hodné učitele, mraky nových kamarádů a budeme vám držet pěsti pro štěstí v tom novém školním roce.

Krásné prázdniny a děkujeme za vaši přízeň v tomto náročném školním roce, doufáme, že jsme vám ten neobvyklý rok pomocí našich novin alespoň trochu zpříjemnili a budeme se těšit ve školním roce 2021/2022.

Vaše redakce

Stanování, campování- co si vzít s sebou a na co nezapomenout



foto: dormeo.cz

Chystáte se vyrazit stanovat, ale nevíte co si s sebou vzít? Právě pro Vás je tady tenhle článek!

Nejlepší je, když si před balením sepíšete seznam. Ten se bude lišit podle toho, jestli jedete do kempu, nebo jen tak do přírody. Potom si musíte už jenom najít vhodnou tašku nebo batoh a můžeme začít balit!

-stan, pokud nemáte v plánu spát v autě nebo pod širým nebem (v tom případě je nejlepší se podívat na předpověď počasí)
-karimatky nebo nafukovací matrace, které se vejdou do Vašeho stanu
-spacáky nebo deky a polštáře
-vhodné množství oblečení (doporučuji si vzít alespoň jednu sadu oblečení navíc, protože se kdykoliv může cokoliv stát)
-čelovky, baterky a náhradní baterie do nich
-vařič a palivo (v případě, že si chcete sami vařit), dostatek jídla a nádobí
-nůž
-lahve na vodu
-hry, knihy
-sirky nebo zapalovač
-batohy
-mapy
-lékárnička
-foťák, mobil
-tužky a papír
-termoska
-čepice, kšiltovky
-plavky
-holinky, pohorky
-kartáčky na zuby a pasta
-sprchový gel a šampon (nejlépe v jednom), pokud máte v plánu se mýt :)
-ručníky
-opalovací krém
-hřeben a gumičky do vlasů(pro ty co mají dlouhé vlasy)
-papírové kapesníčky
-GPS
-vlhčené ubrousky
-karabiny
-toaletní papír
-můžete s sebou vzít i stolek a židle(rozkládací)
-repelent
-deštník, pláštěnku
-šitíčko
-svíčky
-pytle na odpadky(hodí se i jako rohožka nebo podložka na sezení)
-smetáček a lopatku
-hadr
-dalekohled

Na závěr tu mám několik mobilních aplikací, co vám venku taky pomůžou

-Hanibal checklist- seznamy všech potřebných věcí v mobilu. Už si jen stačí zvolit, jestli jdete na túru či se chystáte lézt po skalách
-Zombies,run!- Perfektní návod na rychlý návrat do kempu. Tak nasadit sluchátka, zapnout aplikaci a uniknout zombíkům co po vás jdou.

Autor: Ema Šimfeldová

Hra yoté

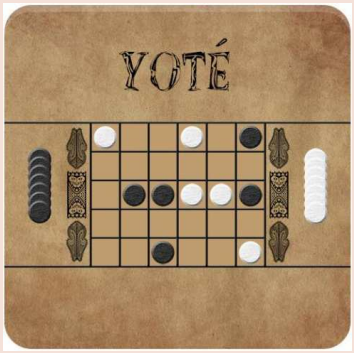


foto: googleplay.cz

Čeká vás rodinná dovolená? Už teď víte, že se na ní budete nudit? Nabalíte si sice spoustu knih, telefon, tablet nebo notebook, ale stejně se vám už nechce nic dělat? Co si takhle zkusit něco zahrát?

Znáte hru Yoté? Že ne? Yoté je tradiční hra hraná v západní Africe. Stačí mít hrací desku 5×6 a 2 hráče a můžete začít! Velká výhoda je v tom, že se dá hrát kdekoli a kdykoli, třeba na dovolené, když se nudíte na pláži. Yoté se dá i velmi jednoduše vyrobit. Stačí nějaká deska či papír, na který si nakreslíte či narýsujete políčka. Vezměte si nějaké hrací figurky, se kterými budete hrát. Poté můžete začít hru.

Náš časopis vám přináší pravidla, jak tuto hru hrát.

Cíl hry:
Zajmout všechny protivníkovy kameny.

Hra:
Hráči se v tazích pravidelně střídají.
Hráč na tahu položí nový kámen na libovolné volné pole na desce nebo posune kámen po desce. Kámen může být posunut o jedno pole ortogonálně.
Ve stejných směrech může přeskočit protivníkův kámen, je-li další pole v daném směru volné, a tím ho zajmout.
Když hráč zajme protivníkovi kámen, může si zvolit další soupeřův kámen na desce a také ho zajmout.
Vícenásobné přeskoky jsou povoleny, ale nejsou povinné.

Konec hry:
Vítězí hráč, který zajme všechny protivníkovy kameny.
Nemohou-li oba hráči provést tah, hra končí a vítězí hráč s více zajatými kameny.
Zbývají-li oběma hráčům tři nebo méně kamenů, hra končí nerozhodně.

Yoté je jedna z mála her, které můžete s rodinou hrát. Určitě si na dovolenou nezapomeňte



foto: ynigstan.cz

přibalit balíček karet, s těmi se dá hrát hned několik zábavných her nebo kapesní verze velkých deskovek. A jaká hra je vaše nejoblíbenější? Napište nám do redakce!

Autor: Nella Černá

Kdo je J. K. Rowlingová?



foto: Twitter J. K. Rowlling

Jak jistě víte, J. K. Rowlingová je autorkou dvou knih: Harry Potter a Fantastická zvířata. Čtete Harryho Pottera a chcete se dozvědět něco více o J. K. Rowlingové?
Nejdříve bychom asi měli začít se jménem: jak zní celé její jméno? J. K. Rowlingová se jmenuje Joanne Kathleen Rowlingová! Na začátku se jí ve spisovatelské kariéře vůbec nedařilo, vypadalo to, že o její knihy nemá nikdo zájem.
A nakonec se dohromady prodalo okolo 450 milionů. Co se stalo mezi tím? Tady začíná Joannin příběh.
Začala psát už jako dítě. Když bylo Joanně 6 let, napsala povídku o králíkovi a nazvala ji Králík. V jedenácti napsala román o sedmi prokletých diamantech. Pocházela z chudé rodiny a rodiče doufali, že se vydá vstříc stabilní kariéře právničky nebo ekonomky.
Ale ona se rozhodla, že bude studovat literaturu. Jednoho dne byla už úplně na mizině. Jako svobodná matka bez práce a bez peněz, prožívala Joanne bolestivé selhání, před kterým ji rodiče vždycky varovali.
Veškerý její majetek se vešel do kufru, a to včetně prvních tří kapitol příběhu a chlapci s magickými schpnostmi. Ten chlapec se jmenoval Harry Potter. Rukopis s příběhem o Harrym odmítal jeden nakladatel za druhým, ale nakonec se našel jeden, který ho přijal. Vydal na tisíc výtisků a požádal Joanne, aby se přejmenovala na neutrální J. K. Bál se totiž, že by kluci nechtěli číst knížku, kterou napsala žena.
Její agent jí řekl, at nečeká, že si svým psaním něco vydělá, ale Joanne naštěstí pokračovala.
Série o Harrym Pottrovi se stala neskutečným fenoménem, který se v oboru vydávání a prodeje knih jen tak nevidí. Sedm knih pohltilo předsatvivost milionů dětí i dosplělých na celém světě a změnilo význam slovního spojení dětská literatura.
Joanne vždycky říkala, že nezdar byl pro její úspěch zásadní. Kdybych skutečně uspěla v něčem jiném, vysvětlila, možná bych nikdy nenalezla odhodlání uspět v branži, do které jsem podle svých představ opravdu patřila.
Joanne Kathleen Rowlingová se narodila 31.července 1965 ve Velké Británii (55 let).

Autor: Karla Marie Hansen

Přespávačka u kamaráda nebo kamarádky



foto: prozeny.cz

Letní prázdniny přímo vybízejí k tomu zůstat dlouho vzhůru nebo ne? Pozval/a tě kamarád/ka na přespávačku? Nebo jsi pozval/a ty k sobě? Tak mám pár tipů jak zahnat nudu před spaním.

Tip 1.
Udělejte si radost tím, že si uděláte pyžamovou párty! Převlečte se do pyžama, pusťte si písničky. Potom začněte tancovat.

Tip 2
Jestli máte k dispozici horory, vyprávějte si je. Ale ne před spaním (doporučuju i těm starším). Nebo se třeba na nějaký horor podívejte v televizi!

Tip 3
Koukejte se na váš oblíbený film nebo seriál. Potěší vás to!

Tip 4
Zahrajte si nějaké deskové, karetní nebo oblíbené hry.

Tip 5
Jen tak si hodiny s kámoškou povídejte.

Tip 6
Uvařte si společně nějakou dobrou večeři nebo si připravte tematické občerstvení k filmu nebo seriálu.

Tip 7
Udělejte si zkrášlující večer! Naneste si masku na obličej, nalakujte si nehty a pořádně si odpočiňte.

Tip 8
Zajděte si na noční bojovku. Ale pozor! Musí o tom vědět vaši rodiče!

Tip 9
Vyprávějte si svá nejtajnější přání.

Tip 10



foto: prozeny.cz

Zkuste být vzhůru až do rána! Ale pssst před rodiči!

Autor: Veronika Bouškova