Mezi lavicemi

Číslo 4/2026

Na Labské

Co se děje u nás ve škole?

Jak trávit volný čas na podzim?

Téma: Podzim

Umělecká rubrika



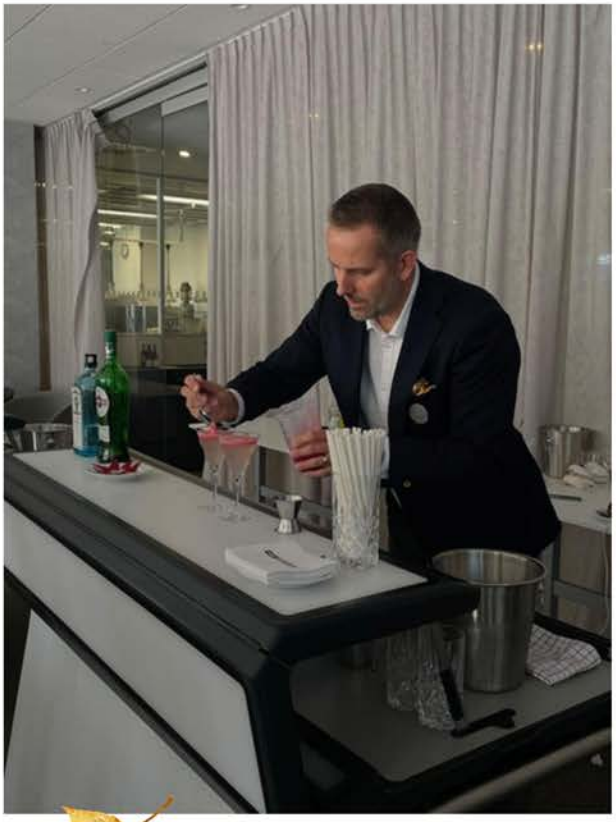
Co se děje u nás ve škole?

Když se gastronomie mění v zážitek

Dokážete si představit nápoj, který připomíná kaviár? Kávu, jejíž chuť změní i nepatrná úprava mletí, nebo koktejl, který zaujme nejen chutí, ale také vůní kouře? Přesně s takovými zajímavostmi jsme se setkali během **workshopu v MAKRO Akademii v Praze**. Vydali jsme se sem za odměnu za **vítězství v soutěži Makro Gastro Cup**. A rozhodně nešlo jen o obyčejné školení!

Hned po příchodu nás přivítali naši školitelé **Martin Vogeltanz** a **Adam Troubil**, které doplnil také prezident České barmanské asociace **Aleš Svojanovský**. Čekal nás den plný nových technik, zajímavých chutí a především poznání, že za dokonale připraveným nápojem se skrývá mnohem víc než jen několik surovin a šikovné ruce.

Kouzla za barmanským pultem



Dopolední program patřil barmanskému umění pod vedením **Martina Vogeltanze**. Tentokrát jsme se nezaměřili pouze na klasické míchání drinků, ale pronikli jsme také do moderních technik, které dokážou proměnit obyčejný nápoj v nevšední zážitek.

Jednou z nových technik byla *klarifikace*, tedy čiření nápoje, při němž se odstraňují nežádoucí pevné částice, aby byl výsledný nápoj čirý a vizuálně zajímavý.

Vyzkoušeli jsme si také princip *infuze*, při níž tekutina přejímá chuť a vůni dalších surovin, například ovoce, bylinek nebo koření. Díky tomu lze vytvářet originální chuťové kombinace.



Zajímavá byla také práce s plyny a *technika air*, při které se vytváří lehká, vzdušná pěna nesoucí aroma použitých surovin. Podobný vizuální efekt nabízí i *espuma*, tedy pěna připravovaná zpravidla pomocí speciální láhve s bombičkou. Nápoj tak může získat úplně jinou strukturu, než na jakou jsme zvyklí.

Naši pozornost si však nejvíce získala *sférifikace*. Při této technice vznikají malé kuličky s tenkou membránou a tekutým středem, které mohou připomínat kaviár. Při skousnutí se rozplynou a uvolní svou chuť. Velký efekt měla také práce s kouřem, který dokáže nápoji dodat výraznější aroma a vytvořit působivou atmosféru při servírování.

Právě tady jsme si uvědomili, že barmanství není jen o tom namíchat dobrý drink. Zahrnuje také kreativní práci, experimentování a schopnost překvapit hosta něčím, co nečeká.

Malé změny, velký rozdíl neboli tajemství dobré kávy

Po dopoledni plném barmanských experimentů jsme se přesunuli ke kávě. Odpolední část vedl **Adam Troubil** a hlavním tématem bylo espresso a jeho správná příprava.

Možná si říkáte, že k přípravě dobrého espressa stačí kvalitní káva a dobrý kávovar. Ve skutečnosti ale záleží na celé řadě detailů. Seznámili jsme se s tím, jak teplota vody, její tlak, množství kávy, hrubost jejího namletí i nastavení kávovaru, ovlivňuje výslednou chuť kávy. Pokud je například káva namletá příliš najemno nebo nahrubo, voda jí protéká jinak, a výsledná chuť může být příliš hořká, nebo naopak nevýrazná a kyselá.

A co vy? Poznáte rozdíl mezi kávou připravenou při správné teplotě a kávou, u které se některý z parametrů nepovede? Právě podobné detaily ukazují, že i zdánlivě jednoduchý nápoj může být výsledkem velké dávky zkušeností a precizní práce.



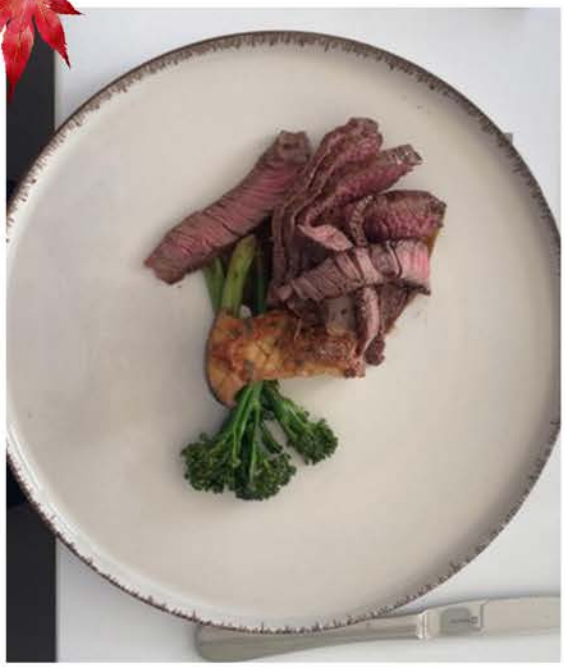
Odměna, která chutnala



Abychom během nabitého programu načerpali síly, připravili pro nás zaměstnanci MAKRO Akademie také vynikající tříchodový oběd. Jako předkrm se podávaly letní závitky, hlavním chodem byl hovězí steak s hlívou královskou a divokou brokolicí a sladkou tečku představoval čokoládový fondán s lesním ovocem. Po celou dobu nechybělo ani drobné občerstvení a nápoje.

Celý den pro nás byl skvělou odměnou za **vítězství v Makro Gastro Cupu**, ale především příležitostí posunout své dovednosti zase o kus dál. Měli jsme možnost poznat moderní gastronomické techniky, získat nové zkušenosti od odborníků z praxe a vidět, kolik kreativity, znalostí a preciznosti se skrývá za přípravou kvalitních nápojů.





Kristýna Sejkorová, 3. HŠ

STUŽKOVACÍ VEČÍREK
4. A VS a 2. NS

Už na nás přišla řada a dostali jsme se do maturitního ročníku. Čas maturit se začíná pomalu přibližovat a není cesty zpět. A tak jsme v pátek 9. 10. 2026 uspořádali stužkovací večírek, abychom společně oslavili začátek našeho posledního roku na střední škole.
Od 15 hodin se v salónku restaurace Na Palubě připravovala karnevalová výzdoba a od 17 hodin začali přicházet všichni pozvaní. Po zahájení jsme se přesunuli k hlavnímu programu, ke stužkování studentů **4. A VS a 2. NS**.
Po stužkování následoval doprovodný program v podání soutěží pro učitele. Jednou ze soutěží bylo poznávání fotek studentů 4. A VS z dětství. Druhá soutěž ve formě Kahootu měla za cíl zjistit, jak dobře nás znají učitelé podle našich vlastností, oblíbených věcí či povahy.

Tématem večírku se stal karneval, a tak jsme mohli vidět plno zajímavých kostýmů – například kostým krále, princezny, kovbojky, pirátky, plavčice a mnoho dalších krásných kostýmů.
Myslím si, že jsme si všichni večer náramně užili a těšíme se na pokračování v podobě maturitního plesu.







Andrea Kocourková, 4. A VS

Stužkování ve stylu Divokého západu

Klobouky na hlavy, kolty do pouzder a hurá na Divoký západ! Ve čtvrtek 15. října 2026 se v pardubickém klubu Beer Bar uskutečnil **stužkovací večírek tříd 4. HŠ a 4. B VS**, který se nesl v duchu klasických westernů.

Naši maturanti si pro své učitele a spolužáky připravili pestrý program. Večer zahájily slavnostní přípitky, po nichž následovalo samotné stužkování maturantů i třídních učitelů. O zábavu se pak postaraly poznávací a vědomostní hry, při kterých nechyběl smích ani přátelské soutěžení.

Originální kostýmy a kovbojská atmosféra dodaly celé události nezapomenutelné kouzlo. Naši čtvrťáci tak ukázali, že mají nejen smysl pro humor a kreativitu, ale také dokážou společně připravit vydařenou akci.

Všem maturantům přejeme, aby si svůj poslední školní rok užili stejně jako tento večer a úspěšně zvládli maturitní zkoušky!







OLIMA CUP 2026

Soutěž **Olima Cup** je gastronomická soutěž pro žáky středních gastronomických škol a učilišť, která se každoročně koná na podzim v rámci výstavy Flora Olomouc. Soutěž zahrnuje čtyři soutěžní kategorie – kuchař junior, kuchař kadet, číšník/servírka a cukrář. Tento rok proběhl již 30. ročník této soutěže ve dnech od 8. až 11. října 2026. Porotu tvořili významné osobnosti české gastronomie a akreditovaní komisaři z asociace kuchařů a cukrářů ČR.

Já a moje spolužačka Sára Doubková jsme se tento rok účastnily kategorie číšník/servírka. Naším prvním úkolem bylo vymyslet celý koncept, příběh a nápad na výzdobu našeho stolu.
Blíží se nám podzim, proto jsme se rozhodly pro podzimní tématiku. Podzimní atmosféru jsme spojily s 10. výročím svatby.

Stůl byl laděn do podzimních barev, tedy do oranžové a hnědé. Do výzdoby jsme zapojily také svíčky a světýlka, jako symbol světla a příjemné atmosféry. Jako dekorativní ubrus jsme použily noviny, které skvěle ladily k našemu příběhu. Keridon jsme ozdobily krásným dortem s fotkami manželů. Svůj projekt jsme musely obhájit před odbornou porotou a vysvětlit, proč jsme určité prvky použily a k čemu slouží.





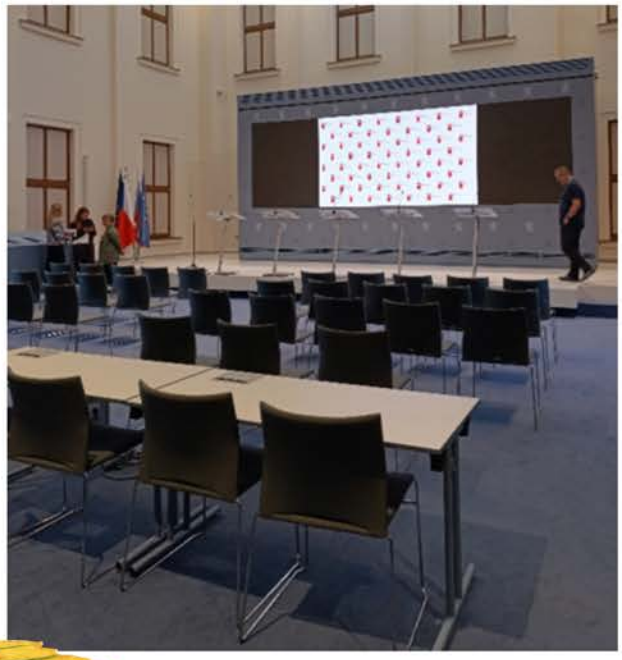
Celou soutěž jsme si moc užily, byla to skvělá zkušenost, kterou v budoucnu využijeme. Příprava byla náročná, ale stálo to za to.
Celkově jsme skončily šesté, myslím si, že to není vůbec špatné. Samozřejmě tam byly “chybičky”, ale ponaučíme se z nich a věřím, že příště to bude lepší.
Ráda bych poděkovala všem, kteří mi s přípravou na soutěž pomohli a také za to, že jsem dostala možnost se na takovou soutěž podívat a zasoutěžit si.

Adriana Nefe, 3. HŠ

Návštěva Úřadu vlády ČR

Dne 9. října 2026 jsme se se třídou 2. VS vydali do Prahy na exkurzi na **Úřad vlády České republiky**, který sídlí v historické Strakově akademii.
Před vstupem nás čekala bezpečnostní kontrola, po které začala samotná prohlídka.
Průvodcem nám byl pan Filip Hlušička z Odboru komunikace Úřadu vlády ČR, který nás seznámil s historií budovy i jejím současným využitím.





Strakova akademie byla postavena v letech 1893 až 1896 podle návrhu architekta Václava Roštlapila. Původně sloužila jako vzdělávací ústav s ubytováním pro nemajetné syny českých šlechtických rodin. Po druhé světové válce začala sloužit potřebám československé vlády a od roku 1993 je sídlem vlády České republiky.

Během prohlídky jsme navštívili jednací sál vlády, tiskový sál a mnoho dalších prostor, které jsou běžně veřejnosti nepřístupné. Měli jsme tak jedinečnou možnost nahlédnout do zákulisí fungování Úřadu vlády a poznat námi doposud neznámé prostředí.
Prohlídku jsme zakončili v přilehlých zahradách Strakovy akademie, odkud se nám naskytl nádherný výhled na řeku Vltavu i část historického centra Prahy.

Celou exkurzi hodnotíme jako zajímavou, zábavnou a přínosnou. Návštěvu jsme si užili, přestože jsme se nesetkali s žádným ministrem a určitě ji doporučujeme i dalším studentům.

Barbora Čermáková, 2. VS

Exkurze do Věznice Pardubice

Dne 15. října 2026 se třídy **4. A VS a 4. B VS** zúčastnily exkurze do Věznice Pardubice za doprovodu paní učitelky Kožené a paní učitelky Stoupové.

Během exkurze si třídy měly možnost projít část areálu věznice a vyslechly zajímavou a poučnou přednášku od plukovníka věznice. Navštívily administrativní budovu a seznámily se s fungováním jednotlivých oddělení, včetně oddělení pro mladistvé odsouzené, nemocničního oddělení, oddělení pro odsouzené s náročným chováním a takzvaným tichým oddílem. Součástí prohlídky byl také odborný výklad příslušníka vězeňské služby, během kterého bylo možné pokládat různé dotazy. Obě třídy měly rovněž možnost spatřit odsouzené při jejich každodenních činnostech.

Exkurze přinesla studentům cenné poznatky o fungování vězeňství a přiblížila jim každodenní práci příslušníků vězeňské služby. Zároveň třídám bylo umožněno lépe pochopit náročnost i podmínky tohoto povolání, a také prostory, ve kterých odsouzení vykonávají svůj trest.

Veronika Čermáková, 4. VS









Podzimní část hokejové Tipsport extraligy

Od září 2026 probíhá na zimních stadionech v České republice další sezóna hokejové Tipsport extraligy. Letošní podzimní část soutěže přináší na ledě velmi zajímavé představení, a to zejména při pohledu na favorizované HC Dynamo Pardubice a letošní překvapení sezóny, Rytíře Kladno, které nově trénuje Radim Rulík.



Obhajující mistři Dynamo Pardubice dlouhodobě potvrzují roli jednoho z hlavních adeptů na titul. Dynamo sází především na široký a hvězdami nabitý tým, který se snaží hrát vysoce profesionální, takticky svázaný a technicky precizní hokej. Díky individuální kvalitě a zkušenostem mnoho hráčů z NHL, Pardubice drží na špici tabulky (aktuálně jsou na průběžném druhém místě).

Naopak očekávaným černým koněm letošní sezony jsou kladenští Rytíři. I když nemají tak vysoký rozpočet jako Pardubice a papírově známá jména, jejich hra stojí na nesmírné bojovnosti, obětavosti a obrovském nasazení. Kladno letos na ledě doslova nechává srdce a krev, čímž dokáže pravidelně vzdorovat i vyhrávat proti mnohem silnějším soupeřům. Také vylepšili důležitý marketing.

Základní část bude pokračovat i v dalších zimních měsících. Bude tak nesmírně zajímavé sledovat, zda na konci sezony před jarním play-off zvítězí spíše precizní, technický systém a hvězdná jména, nebo nezdolná hokejová srdíčka.

Ondřej Renner, 3. HŠ



TÉMA: PODZIM

Kam na výlet?

Příroda hraje všemi barvami, vzduch voní spadaným listím a dny získávají jedinečnou atmosféru.
A kam se vydat, když si chcete užít podzim?

Dýňový svět – Statek u Pipků 🎃



Milovníci podzimu by si neměli nechat ujít Dýňový svět v Nové Vsi u Leštiny. Najdete zde stovky dýní, originální dekorace, slámové atrakce i zvířátka. Ideální výlet především pro rodiny s dětmi.



Zámek Karlova Koruna 🏰

V Chlumci nad Cidlinou najdete nádherný barokní zámek Karlova Koruna. Kromě prohlídky zámku si můžete užít procházku zámeckým parkem, který je na podzim plný barev.



Babiččino údolí 🗿

Krásnou podzimní procházku nabízí také Babiččino údolí u Ratibořic. Navštívit můžete Staré bělidlo, Viktorčin splav nebo ratibořický zámek. Místo je ideální pro klidný den v přírodě.

Pohádkov v Černilově

Chcete se vrátit do světa pohádek? Navštivte Pohádkov v Černilově. Je to zajímavý tip především pro rodiny s dětmi a všechny milovníky pohádkových míst.



Zámek Častolovice

Renesanční zámek s krásným anglickým parkem je dalším místem, které stojí za návštěvu. Podzimní procházka mezi barevnými stromy má své nezaměnitelné kouzlo.



Ať už máte rádi historii, přírodu, pohádková místa nebo dýňové atrakce, podzim nabízí spoustu možností. Stačí si obléct svetr a vyrazit objevovat krásy podzimu.

Adéla Brodňanová, 4. VS





KDE POMOCI BĚHEM LISTOPADU

Sbírka potravin 14. 11. 2026

Sbírka potravin je celorepubliková dobročinná akce, která se koná dvakrát ročně. Pořádají ji Potravinové banky po celé České republice. Jejím cílem je zajistit potraviny a základní hygienické potřeby například rodinám v nouzi, rodičům samoživitelům nebo osamělým seniorům.

Do letošní sbírky se zapojí přes 3 500 prodejen po celé České republice. Mezi zapojené obchody patří například Albert, Lidl, Tesco, DM, Kaufland a mnoho dalších.



Při poslední sbírce, která proběhla 25. dubna 2026, se vybralo celkem 623 tun potravin a drogerie.

Jsou dvě možnosti zapojení do této sbírky. První možností je stát se dobrovolníkem. Úkolem dobrovolníka je informovat zákazníky o probíhající sbírce, přebírat darované zboží, a poté ho roztřídit. Druhou možností zapojení je dárcovství. Stačí nakoupit například těstoviny, rýži, konzervy a další trvanlivé zboží, a poté zakoupené zboží předat dobrovolníkům v zelených zástěrách. Pokud však nevíte, co vybrat, v některých obchodech je možné zakoupit již připravené balíčky.

Women's EHF EURO 2026

Po 36 letech se v České republice uskuteční **mistrovství Evropy v házené žen 2026**. Tato akce vyžaduje velké množství dobrovolníků. Mistrovství se koná od 3. do 20. prosince 2026 v Brně, ale pomoc je potřeba od 3. do 8. prosince. Dobrovolníkům bude zajištěna strava a pitný režim. Bohužel organizace neposkytne ubytovaní pro dobrovolníky z jiných měst.

Dobrovolníci mohou pomáhat na mnoha pozicích: například pomoct novinářům, připravovat a vydávat akreditace, doprovázet reprezentační týmy, pomáhat s přípravou zápasů, doprovázet sportovkyně na antidopingové kontroly, také mohou pomáhat s propagací a prodejem fanouškovských předmětů.

Sázení stromů



Andrea Kocourková, 4. A VS

KONEP ve spolupráci se spolkem Pestré Polabí pořádá akce v přírodě. Jednou z takových akcí je například sázení stromů či péče o cenné biotopy. Během listopadu se koná sázení keřů a stromů, při nichž je potřeba pomoc dobrovolníků. Dne **7. listopadu 2026** se v Nemošicích budou sázet keře a ve stejný den se v Dašicích budou sázet stromy. Další sobotu, tedy **14. listopadu**, se budou dosazovat stromy a keře ve Starých Ždánicích. V sobotu **21. listopadu** se v Sezemicích budou sázet stromy.

Jak být všímavý ke svému okolí?

Podzim je důležitou částí roku, kdy se krajina připravuje na období zimního spánku. Jak můžeme vlastní všímavostí krajině v této přípravě pomoct?

- **Neuklízejte zahradu „do čista“**: Hromádka listí v koutě zahrady, trochu suchého roští nebo nevystříhaný trvalkový záhon jsou ideálním zimovištěm pro ježky, hmyz i ptáky.
- **Nechte ptákům a zvířatům přirozenou potravu**: Nesbírejte ze stromů a keřů úplně všechny plody (např. jeřabiny, šípky nebo jablka). Pro ptáky a drobnou zvěř je to na podzim a v zimě snadno dohledatelný zdroj energie.
- **Vysaďte strom nebo keř**: Podzim je nejlepší období pro výsadbu původních druhů dřevin (třeba lípy, dubu, šípkového keře nebo ovocných stromů). Půda je ještě teplá a vlhká, takže stromy do jara krásně zakoření.
- **Šetřete vodou při podzimním úklidu**: Pokud na podzim čistíte barely a sudy na zachytávání dešťové vody, zbylou vodou zalejte keře a stromy – před příchodem mrazů potřebují dostatečnou zásobu vláhy.
- **Zorganizujte nebo se zapojte do podzimního úklidu krajiny**: Po létě a před prvním sněhem zůstává v přírodě spousta odpadků. Vyražte s rukavicemi a podpadkovým pytlem do nejbližšího lesíka nebo kolem řeky a posbírejte odpadky, které během procházky potkáte.
- **Stavějte přirozená útočiště pro drobnou zvěř a hmyz**: Z posbíraných větví a kamení můžete snadno vytvořit tzv. broukoviště nebo kamennou skalku, kde přezimují ještěrky i užiteční brouci.

Jak na lepší náladu na podzim



Podzim může být pro někoho náročnějším obdobím. Dny se zkracují, venku je chladněji a kvůli menšímu množství slunečního světla můžeme být unavenější a mít méně energie. Často trávíme více času doma a máme méně chuti do běžných aktivit. To ale neznamená, že musíme celé podzimní období jen přečkat. I během chladnějších dnů se dá najít spousta způsobů, jak si zlepšit náladu a cítit se lépe.

- **Choď na procházky** – najdi si během dne chvíli na pobyt venku, projdi se v přírodě nebo objevuj nová místa ve svém okolí.
- **Dopřej si dostatek spánku** – snaž se chodit spát a vstávat přibližně ve stejnou dobu a dodržuj pravidelný spánkový režim.
- **Zůstaň aktivní** – věnuj se pohybu, který ti vyhovuje, ať už jde o jízdu na kole, plavání, běh nebo jinou oblíbenou aktivitu.
- **Věnuj se svým zájmům** – najdi si čas na činnosti, které tě baví, například čtení, kreslení, fotografování nebo poslech hudby.
- **Trav čas s blízkými** – domluv si setkání s přáteli nebo si užij společný čas s rodinou.
- **Dbej na pestrou stravu** – zařazuj do jídelníčku různé potraviny, jez pravidelně a nezapomínej během dne dostatečně pít.
- **Zpříjemni si čas doma** – pusť si oblíbený film, přečti si knihu, připrav si něco dobrého nebo si uprav pokoj podle svých představ.
- **Plánuj si příjemné aktivity** – naplánuj si výlet, návštěvu zajímavého místa nebo jinou činnost, na kterou se budeš během týdne těšit.
- **Dopřej si odpočinek** – vyhraď si čas, kdy se nemusíš věnovat škole ani jiným povinnostem, a dopřej si chvíli klidu.
- **Všímej si své nálady** – věnuj pozornost svým pocitům, dopřej si prostor pro jejich zpracování a uvědom si, co právě potřebuješ.



Kdy vyhledat pomoc?

Pokud špatná nálada, únava nebo ztráta zájmu o běžné aktivity přetrvávají delší dobu a negativně ovlivňují tvůj každodenní život, je důležité věnovat těmto potížím pozornost.
Jedním z prvních kroků může být **rozhovor s někým blízkým**, komu důvěřuješ. Pokud potíže přetrvávají nebo se zhoršují, je vhodné vyhledat **odbornou pomoc**, například psychologa, který může pomoci lépe porozumět příčinám obtíží a najít vhodné způsoby, jak je zvládat.
Duševní zdraví by nemělo být přehlíženo a včasná odborná pomoc může hrát důležitou roli v prevenci závažnějších problémů.



Barbora Čermáková, 2. VS

Jak zahnat podzimní splín?

Tipy pro lepší náladu



- **Dopřejte si chvíli pro sebe**

  Zpomalte, odložte na chvíli všechny povinnosti a věnujte čas sami sobě.



- **Pusťte se do podzimního čtení**

  Podzimní počasí je ideální příležitostí ponořit se do zajímavého příběhu a na chvíli zapomenout na každodenní starosti.

- **Oživte svůj šatník novými podzimními kousky**

  Udělejte si radost novým svetrem, šálou nebo jiným kouskem oblečení, ve kterém se budete cítit dobře.

- **Zahřejte se oblíbeným nápojem**

  Šálek čaje, horké čokolády, nebo dobrá káva dokážou zpříjemnit i ten nejchladnější den.

- **Vytvořte si útulnou atmosféru**

  Zapalte svíčku, rozsviťte příjemné světlo, nebo vytáhněte měkkou deku.



- **Dopřejte si dostatek spánku**

  Uvidíte, jak velký vliv má spánek na psychické zdraví a energii.



Veronika Čermáková, 4. A VS



PODZIMNÍ FILMY & SERIÁLY



Horory

- Zhasni a zemřeš
- Úsměv
- Tarot
- V zajetí démonů
- Kruh
- Posedlost
- Tiché místo
- To
- Mluv se mnou
- Sestra

Strašidelné

- Addamsova rodina
- Beetlejuice
- Střihoruký Edward
- Krotitelé duchů
- Hocus Pocus 1/2
- Magická posedlost
- Cruella
- Twilight sága
- Frankenstein
- Hubieho Halloween



Rodinné

- Prokletí městečka Bridge Hollow
- Gilmorova děvčata
- Mrtvá nevěsta
- Koralína
- Casper



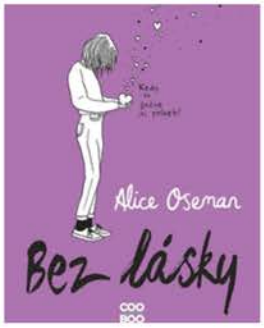
- Hotel Transylvánie
- Harry Potter
- Matilda
- Zloba
- Coco

Veronika Čermáková, 4. A VS

Čaj, deka & knížka

Dny se krátí, čaj chladne rychleji a venku to vypadá skvěle leda tak přes okno?
Ideální čas zalézt pod deku, zapnout světýlka a pustit se do příběhu, který tě nepustí. Vybrali jsme pro tebe knižní novinky i BookTok hity – od napínavých thrillerů až po oddechové romantiky, které tě vytáhnou z podzimní šedi. Vyber si svého favorita a zpříjemni si sychravé večery!

Emoce & Romance (BookTok hity)



- PHypotéza lásky (The Love Hypothesis) – Ali Hazelwood
- Bez lásky (Loveless) – Alice Oseman
- Hospůdka v Praze – Julie Caplin
- Sítě – Petra Dvořáková

Fantasy



- Čtvrté křídlo - Rebecca Yarros
- Dvůr trnů a růží – Sarah J. Maas
- Krutý princ (The Cruel Prince) – Holly Black
- Legenda o Corvalovi / Holubice a had (Serpent & Dove) – Shelby Mahurin

Thrillery & Záhady



- Hry o dědictví – Jennifer Lynn Barnes
- Návod k vraždě pro hodné holky - Holly Jackson
- Jeden z nás lže (One of Us Is Lying) – Karen M. McManus
- Pět přeživších (Five Survive) – Holly Jackson



Komiksy, Manga & Scifi

- Srdcerváči - Alice Oseman
- Lore Olympus (Olympská romance) – Rachel Smythe
- Spy x Family – Tatsuya Endo

Sabina Hašková, 4. A VS

Poetický koutek

(...) Velký večer se blížil, veškeré hudební vybavení bylo přichystané, skleničky a příbory v jazzovém klubu vyleštěné a hosté přicházeli. Jazzový klub Le Chat Bleu byl proslulý svou atmosférou. Jakmile se otevřely dveře, vyvanula se ven směsice vůně kávy, alkoholu a starého dřeva. Klub zalévalo tlumené jantarové světlo, které vrhalo odlesky na malé kulaté stolky. Ve vzduchu se vznášel tichý šum rozhovorů a cinkot skleniček, vše se mísilo s jemnými tóny klavíru. Stěny pokrývaly zažloutlé fotografie hudebníků, kteří v klubu vystupovali během let. Vedle nich visely staré koncertní plakáty s oprýskanými rohy a několik černobílých portrétů zachycujících slavné jazzmany v okamžiku, kdy se jejich prsty dotýkaly kláves. V každém rohu místnosti stála vysoká lampa s látkovým stínidlem a nad barem viselo několik starých vinylových desek.

Přicházel velký hřeb večera, a to vystoupení kapely Ranní ptáčata. Přestože kapela zažila už nespočet koncertů na různých místech, všichni byli nervózní, dlaně se jim potily a srdeční tep se zvyšoval. Tento moment měl být osudový pro každého z nich. Jakmile vstoupili před publikum, klubem se rozlehl bouřlivý potlesk. Koncert se opravdu vydařil, kapela zahrála známé skladby, ale představila i ty, které ještě nikdo neslyšel. Představili tak své nové jazzové album. Po koncertě sklidili ohromný úspěch a aplaus publika neutichal. Členové kapely věděli, že tento moment budou mít ve svých srdcích už navěky.

Druhý den se vraceli zpět do města Eguisheim. Byli unavení po náročném výstupu a už se nemohli dočkat až dorazí do svých domovů. Avšak jak už to tak bývá, hezké chvíle netrvají věčně, ale to, co se blížilo do života Johnovi s Ruth by nikdo neočekával. (...)

Úryvek díla *Nečekané setkání*
Veronika Čermáková, 4. A VS



"Každý list ke mně promlouvá blažeností,
třepotá se z podzimního stromu."

Emily Brontë

Poker

Zvlnily se mi vlasy
jako čajové lístky
po zalití horkou vodou.

Zvlhčila jse mlha jesenní
a rozehrála karetní hru
s pokorou ledového hráče.

Teď musím čekat,
než se rozední,
aby paprsky mohly
znovu rozdat karty.

A slunce udat směr
dnešního tažení.

Střídání období

Všude kolem leží listí,
metař chodník pořád čistí.
Na hlavě lepší míti čapky,
rukavice rychle dáti na tlapky.

Brzy začne padat bílý sníh,
uslyšíme sáňkujících dětí smích.
Z Vánoc budeme se radovat,
venku denně se koulovat.

A tak říjen nám odchází,
opouštějí nás poslední teplé dny,
teple se obléct už je načase.

Ziminka na nás přichází,
přijdou krásné vánoční sny,
aspoň, že nezáleží mi na váze.

Robert Štábl





Podzimní výprodej posledních kousků optimismu

I stromy musí jednou pustit to, čeho se držely celý rok,
ne každé loučení je ztráta, někdy je to nový krok.
Listí padá k zemi, jako vzpomínky do zapomnění,
a v každém tichém pádu se skrývá příslib proměnění.

Čas nikomu neslíbí, že zůstane stát,
i to, co jsme milovali, se může jednou rozpadat.
Podzim nám připomíná, že krása nemusí věčně kvést,
že i spadané listí má svůj příběh, než ho odnese déšť.

A v chladném vzduchu zůstává vše, co léto nestihlo nám říct.
A proč se někdy musíme ztratit, abychom mohli znovu žít.

Veronika Čermáková, 4. A VS



Malé ohlédnutí za létem ...

Jaroslav Seifert - Červen



Hana Kaňková, 4. A VS

Receptář



Ginger-pear



Ingredience:

- nealkoholický gin **5 cl**
- hruškové pyré **3 cl**
- zázvorový fresh **1 cl**
- lime sirup **1 cl**

Ozdoba:

- plátek čerstvé hrušky
- skořice
- badyán

Postup:

1. Do shakeru nasypeme led a nadávkujeme všechny ingredience (gin, hruškové pyré, zázvorový fresh, lime sirup) a vše důkladně promícháme.
2. Následně koktejl přelijeme přes strainer do předem vyfrapované sklenice s ledem.
3. Ozdobíme plátkem čerstvé hrušky, badyánem a na závěr decentně posypeme skořicí.



Františ Jiruška, 3. HŠ

Domácí kakao

Ingredience:

- plnotučné mléko **250 ml**
- kvalitní holandské kakao **1–1,5 čl**
- cukr/med/syrup **1–2 čl**
- špetka soli (pro zvýraznění čokoládové chuti)
- špetka skořice, vanilky nebo kostička hořké čokolády



Postup:

1. Do hrnečku dejte kakao, cukr a špetku soli. Přijte asi 2–3 lžíce teplého mléka (nebo teplé vody). Lžičkou vše důkladně rozmíchejte na hladkou, hustou kašičku bez hrudek.
2. Zbylé mléko vlijte do kastrůlku a pomalu zahřívejte na mírném ohni.
3. Do teplého mléka přimíchejte připravenou kakaovou kašičku. Pokud chcete kakao ještě krémovější, přidejte v této fázi kostičku hořké čokolády nebo špetku skořice.
4. Za stálého míchání metličkou zahřívejte těsně pod bod varu (mléko by nemělo prudce vřít). Metlička vám pomůže vytvořit na povrchu jemnou pěnu.
5. Nalijte do oblíbeného hrnku a podávejte.

Dýňová polévka

Ingredience: (1 porce)



- **1** menší dýně hokkaido
- **1** cibule
- **1** mrkev
- **1 lžíce** másla nebo oleje
- **500–700 ml** vývaru
- **150–200 ml** smetany na vaření (pro variantu bez laktózy použijte kokosové mléko)
- sůl a pepř dle chuti
- dýňová semínka na ozdobení

Postup:

1. Dýni omyjeme, rozkrojíme a odstraníme semínka. Dužinu nakrájíme na menší kostky. Dýni hokkaido nemusíme loupat, protože její slupka při vaření změkne. Oloupeme a nakrájíme také cibuli a mrkev.
2. V hrnci rozehřejeme máslo nebo olej a necháme na něm zesklovatět cibuli. Přidáme mrkev a dýni a několik minut společně opékáme.
3. Zalijeme vývarem, aby byla téměř ponořená. Osolíme, opepříme. Vaříme přibližně 15–20 minut, dokud dýně a mrkev nezměknou.
4. Hrnec sundáme z plotny a zeleninu rozmixujeme tyčovým mixérem dohladka. Přilijeme smetanu, a ještě krátce prohřejeme. Pokud je polévka příliš hustá, přidáme trochu vývaru.
5. Hotovou polévku nalijeme do misek a ozdobíme nasucho opraženými dýňovými semínky nebo krutóny opečené na másle.
6. Přeji dobrou chuť.

Adéla Brodňanová, 4. A VS



Kreativní koutek



Vymaluj si podzimní mandalu.





Následně si všimni, jaké barvy si použil/a, mohou Ti pomoct pochopit tvé emoce.

Významy barev:

Červená: vášeň, energie
Oranžová: radost, optimismus
žlutá: sebevědomí, životní síla
zelená: láska, uzdravení
modrá: klid, porozumění
bílá: nerozhodnost, nejistota
fialová: poznání, pochopení

Prostor pro sebereflexi



Podzimní výzvy

Zajdi na místo, kde jsi ještě nebyl/a.

Pochval se za něco, co se Ti povedlo.

Navštiv nový podnik (kavárnu či restauraci).

Napiš si seznam priorit pro aktální období.

Podívej se na film, který jsi neviděl/a.

Zajdi na nějakou kulturní akci.

Ochutnej něco, co jsi doposud neochutnal/a.

Věnuj se sportovní aktivitě.

Započni rozhovor s někým, koho neznáš.

Zeptej se někoho blízkého, jak se má.



Školní merch



Nabídka kvalitního oblečení s logem školy!



https://www.kraloveskoly.cz/labskaskola/

Vyber jeden ze tří motivů:

Motiv 1

Motiv 2

Motiv 3

Vyber druh oblečení/předmětu:







ANKETA







Sdílej své tipy na filmy, seriály či knihy!



Výsledky ankety budou otištěny v následujícím čísle!



Tipy na filmy/seriály/knihu

https://docs.google.com/forms/d/15ywKL6UnhZYm_ih2hvup4M-WIgCiv-yaFMX-IaZiDEo/edit





Labská střední

Labská SOŠ a SOU
Pardubice, s. r. o.

VÁS SRDEČNĚ ZVE NA

MATURITNÍ *ples*

Noc pod hvězdami

6. ÚNORA 2027

od 18:00

KONGRESOVÉ CENTRUM
PALÁC PARDUBICE

TŘÍDY

4. HŠ | 4. A VS | 4. B VS | 2. NS

Těšíme se na vás!