Školní zpravodaj

Zpravodaj přinášející nejdůležitější novinky z dění v SOŠ a SOU Vlašim v uplynulém měsíci.

ZDARMA | **05/2014** | **31|05|2014**

měsíčník | vydavatel: SOŠ a SOU Vlašim, Zámek 1

Obsah tohoto čísla

Dvě želízka v ohni v odborné soutěži zemědělských dovedností 01
Celostátní soutěž pro Opraváře zemědělských strojů 02
Jízda zručnosti i s naší stopou 02
Kurz studené kuchyně po roce opět na Zámku 03
Dvojitá exkurze na Moravu 04
I učitelé se vzdělávají 04
Zahraniční stáže jsou pro letošní rok za námi 05
Akce, kterých se naši žáci zúčastní v červnu 05
Český den proti rakovině i s naší účastí 06
Školící seminář firmy Ireks Enzyma 06
Výlet do Londýna 07
Rozhovor s úspěšným zaměstnancem naší školy 08
Vaření v přírodě 10
Focení tříd 11
Ústní maturitní zkouška na SOŠ a SOU Vlašim 11
Vzdělávání jako mimoškolní aktivita 12
Přijďte se s námi proběhnout 12
Moje maratonské poprvé 13
Výzkoušeli jsme za Vás 15
Pozvánka do SOŠ a SOU Vlašim 16

Všechna vydaná čísla jsou ke stažení na adrese:

www.sosasou-vlasim.cz/zpravodaj

Najdete nás také na facebooku:
www.facebook.com/sosasouvlasim

Dvě želízka v ohni v odborné soutěži zemědělských dovedností

V úterý 13. května se v krásném prostředí SOŠ a SOU Horky nad Jizerou konala Odborná soutěž zemědělských dovedností žáků učebních oborů, která se uskutečnila pod záštitou Mgr. Karla Horčičky, radního pro oblast regionálního rozvoje Středočeského kraje.

Soutěž byla organizována pro žáky učebních oborů středních škol z Čáslavi, Hubálova, Jesenice, Horek nad Jizerou a naší Vlašimi. Celkem se tedy soutěže zúčastnilo 14 žáků z 5 jmenovaných škol.

Celá soutěž měla 5 samostatných částí, a to: teoretický test - předpisy silničního provozu pro skupinu T; teoretický test vědomostí z pěstování rostlin a z chovu zvířat; poznávání technických a biologických materiálů; jízdu zručnosti traktoru s návěsem a práci s hydraulickým nakladačem. Každá z uvedených disciplín byla samostatně hodnocená a bylo tedy jen na zručnostech a znalostech soutěžících, jakého výsledku dosáhli.

Do Horek nad Jizerou jsme z naší školy poslali dvě želízka v ohni - Jakuba Kadlece (2. ročník oboru Opravář zemědělských strojů) a nadějného Tomáše Šťastného (1. ročník oboru Opravář zemědělských strojů).

Jakub si mimořádně dobře počínal ve třetí disciplíně, tedy v Poznávání technických a biologických materiálů, kdy obsadil v silné konkurenci první příčku. Stejně tak Tomáš (byť teprve žák 1. ročníku) v poslední disciplíně (Práce s hydraulickým nakladačem) řádně zamotal hlavy zkušenějším chlapcům z ostatních škol, aby nakonec vybojoval pro naši školu skvělé druhé místo.

Věříme, že si oba chlapci tento soutěžní den skvěle užili a že jim nasbírané zkušenosti budou přínosem do dalších podobných soutěží, kterých se v průběhu studia zúčastní.

text: Bc. Ondřej Pojmon
foto: František Noha
& Zdeněk Hrabánek

Celostátní soutěž pro Opraváře zemědělských strojů

Ve dnech 6.-7. května proběhl ve Střední škole řemesel Soběslav další ročník celostátní soutěže oboru středního vzdělání s výučním listem Opravář zemědělských strojů, kterého se zúčastnila i naše škola.

Do soutěže se zapojilo celkem 29 soutěžících (vždy jeden zástupce ze všech přítomných škol), na žáky převážně 3. ročníků čekalo osm soutěžních disciplín (tři teoretické a pět praktických, které se odehrávaly v dílenském areálu a v počítačových učebnách).

V téměř pětihodinovém soutěžním klání nakonec vypsané disciplíny dokončilo všech 29 soutěžících. Náš Lukáš Loucký skončil v celorepublikové soutěži mladých Opravářů zemědělských strojů na velmi pěkném sedmnáctém místě a jistě tak nasbíral nejen skvělé zkušenosti do svého profesního života, ale bude mít plno zážitků, na které bude ještě dlouho vzpomínat.

text: Ladislav Houlík
foto: archiv SOU Soběslav

Jízda zručnosti i s naší stopou

Ve středu 14. května proběhlo oblastní kolo soutěže Jízdy zručnosti 2014, které se jako každý rok konalo v SOU a OU Světlá nad Sázavou. Pořadatelem byla Česká zemědělská akademie, Humpolec.

Do samotné soutěže se registrovalo úctyhodných 39 soutěžících (čili šlo o opravdu velkou soutěžní akci).

Vítězové navíc dostali skutečně hodnotné ceny od všech partnerů soutěže.

Naši školu reprezentovali tři žáci (Lukáš Loucký, Jan Kopecký a Jakub Kadlec).

Lukáš se nezalekl velké konkurence a cizího prostředí a skvěle se dokázal prosadit až na celkové 3. místo.

Honza skončil na pěkném 24. místě a jen těsně ho následoval Jakub, který obsadil 28. místo.

Všem gratulujeme a přejeme další podobné úspěchy.

text & foto: Ladislav Houlík

Kurz studené kuchyně po roce opět na Zámku

Ve dnech 26.-29. května byl pro naše žáky organizován tradiční Kurz studené kuchyně, který opět nemohl vést nikdo jiný, než Mistr kuchař, Vladimír Picka.

Pana Picku jsme chvilku před závěrečným rautem vyzpovídali, aby shrnul výsledky práce letošních žáků a ohlédl se za historií tohoto kurzu.

Jak byste zhodnotil celý týden, kdy probíhal Váš kurz?
Já ho hodnotím tady ve Vlašimi vždycky kladně. Paní Horálková mi říká, že u Vás žáky chválím pořád, ale tak to skutečně není. Lidi z menších měst a vesnic chválím, protože je to ještě kategorie lidí, kteří jsou slušní, je vidět, že doma musí pracovat, což se kolikrát promítne i do práce během kurzu. Mohu s klidným svědomím říct, že se mi tu opět sešla parta výborných lidí. Bylo jich sice méně, ale možná to bylo ku prospěchu celého kurzu, protože byly ovladatelnější.

Co se účastníci kurzu vlastně naučí?
Já mám snahu, tak nějak kompletně projít studenou kuchyni. Čili projít výrobu od těch jednodušších věcí, až po ty opravdu složité. Naučí se vyrobit cca 85 druhů výrobků (saláty, pěny, výrobky za studena, aspiky, šunkovou roládu, klasické galantiny, štrasburskou kachnu, paštiky, teriny, humra, lososa, ryby, sushi, fingerfoody…), což je na čtyři dny opravdu hodně, takže se jim z toho mnohdy i točí hlava. Dostávají ale receptury, kde mají všechno popsané a mohou si průběžně fotit. Navíc všechny výrobky děláme jednou v rámci tréninku a podruhé „naostro" na závěrečný raut pro rodiče, takže je vlastně vidí hned 2x. Myslím si tedy, že pokud mají opravdu snahu a chtějí, tak se to naučí. Je jasné, že pokud to nebudou nadále ve své praxi používat, zapomenou, ale tak je to v životě se vším.

Vzpomenete si, jak dlouho vůbec do naší školy jezdíte?
Jezdil jsem sem už jako mladý kluk, myslím si, že takových 15 let. 20 let se touto profesí živím po celé republice.

Jde porovnat situace před 15 lety a dnes?
Určitě to porovnat lze, i když se hodně změnilo. Hlavně tedy přístup dětí a jejich kvality. Změnily se také priority žáků. Dnes hodně „frčí" facebook, mobily… Tady ve Vlašimi mi ale přijde, že nemám horší děti než dřív. Každopádně se ale mění, to je pravda. Tím, že se dobrovolně přihlásí na kurz a zaplatí ho, projeví alespoň částečně zájem a není jim pak výsledek až tak lhostejný. Největší problém jsou ale obecně u žáků mobilní telefony. Naštěstí tedy ve Vlašimi je máte striktně zakázané používat, tak si to žáci nedovolí, jinde je to ale horší.

Jak byste porovnal úroveň kurzu v naší škole a jinde?
Všude ve školách jsou trochu jiné podmínky, podotýkám ale, že tedy ve Vlašimi mám podmínky skvělé. Jednak je to tu dokonale vybavené, což se vidí v málo školách. Vše tu je v kuchyni v nerezu a profesionálně vybavené, což u možná 40 % škol zdaleka není a stále používáme staré dřevěné stoly, tak jak to bylo dřív. Navíc se tu výborně učí. Tím, že mají žáci postavené své pracoviště naproti mně, tak mi vidí okamžitě přímo pod ruce. Vaše školní jídelna, ve které se odehrává vždycky závěrečný raut, je kapitola sama pro sebe. Je opravdu krásná a prostor je na to jako ušitý. Podmínky tu tedy máte báječné.

Potkáváte se s bývalými absolventy Vašich kurzů?
Určitě ano, tím, že to dělám již 20 let, nějakou stopu jsem za sebou již nechal a spousty absolventů mě na pracovištích poznává a hlásí se ke mně. V dobách, kdy jsem začínal, to bylo zajímavější, protože těch odborných zajímavostí moc nebylo a cokoli jsem jim říkal, brali jako naprosto novou věc. Dnes se vše nechá najít na internetu, což je velice silné médium, a lidé se tak mohou dozvědět skoro všechno sami. Na druhou stranu to mám při kurzech snazší, protože základy znají.

Proč by žáci měli na podobné kurzy chodit?
Já si myslím, že podobné kurzy jsou důležité. Jednak se dozvědí něco nového, jsem neokoukaný, takže vidí jiné techniky než od svých mistrů odborného výcviku a získají také certifikát o absolvování kurzu. Možná se to zdá divné, ale personalisté ve firmách se tím potom opravdu zabírají. Když jim tam přijde uchazeč o práci a má tři certifikáty o kurzech, tak kolikrát tomu personalistovi nejde ani o to, zda daný člověk něco umí (to nedokáže na místě zjistit), ale vidí, že má člověk o něco zájem. Hloupě se říká, že čím víc papírů člověk má, tím je to lepší, ale ono je to opravdu tak. Zaměstnavatel si pak o takovém člověk udělá představu a je mu jasné, že bude v jeho firmě platným členem a bude na sobě nadále pracovat. Navíc v dnešní době je opravdu nedostatek kvalitních pracovníků v oboru gastronomie.

Říkal jste, že kurzy vedete už 20 let, máte ještě občas strach, že se něco nepovede?
Člověk už vše dělá skoro automaticky. Určitá zodpovědnost tam ale musí být stále. Nemůže to nikdy dopadnout tak, že se něco nepovedlo a že se raut nekoná. Někdy se stane, že výrobek není „košér", ale vždycky se vše dokáže napravit. Za celou dobu se mi ještě nestalo, že by byl nějaký problém a každý vždycky výrobky pochválil.

Děkujeme za krátké shrnutí celého kurzu a pochvalu našim žákům. Přejeme Vám pevné zdraví, hodně pozorných žáků na Vašich kurzech a budeme se těšit "snad" v příštím roce na viděnou.

text & foto:
Bc. Ondřej Pojmon

Dvojitá exkurze na Moravu

V úterý 6. května se žáci 1. a vybraní žáci 2. a 3. ročníku Opravář zemědělských strojů vydali na Moravu k prohlídce mohutného vodního díla na řece Jihlavě.

Počasí bylo krásné a jízda po opravované dálnici D1 probíhala bez potíží.

Při příjezdu k vodnímu dílu přehrady Dalešice a Mohelno ohromila mohutnost tohoto díla a to vše v blízkosti jaderné elektrárny Dukovany. Stát těsně u kořene sypané přehrady, vysoké 100 metrů, je nezapomenutelný zážitek.

Protože byla součástí dne také návštěva opravny motorů v Měříně, žáci se vydali po několika hodinách i tam.

Prohlídka opravny motorů je velice zaujala. Mohli z blízkosti sledovat demontáže a montáže motorů a opravy jednotlivých dílů. Renovace a dokončující operace byly dobře prezentované a studenti si mohli prohlédnout celé postupy dokončení oprav motorů.

Všem se tato netradičně dvojitá exkurze líbila a spokojeně jsme se vrátili zpět do svých domovů.

text & foto: Jaroslav Pohůnek & Mgr. Hana Průchová

I učitelé se vzdělávají

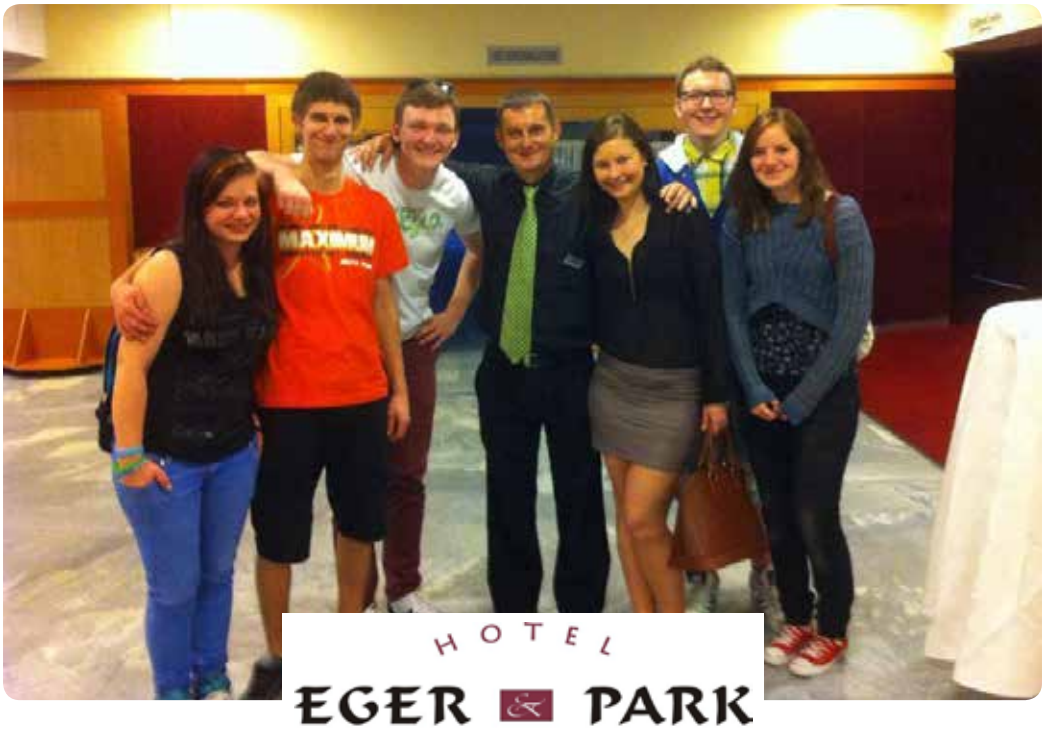
V pátek, 9. května, tedy v době, kdy měli žáci prázdniny, se sešla sedmičlenná sestava vybraných pedagogů v učebně IT na školení k pokladnímu softwaru Savarin, který bude nasazen od září 2014 na dotykové registrační pokladny na baru a do restaurace U Krbu.

Celé školení se neslo v moderní vyučovací formě, neboť lektor seděl ve své kanceláři ve Zlíně a byl na školní počítač v učebně připojen vzdáleně. Zároveň byla k dispozici IP kamera pro přenos obrazu a zvuku prostřednictvím komunikačního programu Skype, takže případné dotazy byly lektorem okamžitě zodpovězeny.

Učitelé měli přes sebou nainstalovaný již zmíněný program a během celého dopoledne společně s lektorem prošli nejen základní obsluhou tohoto programu, ale také složitějším nastavením všech skladů a číselníků.

Program je již nyní dostupný k otestování v počítačové učebně č. 226, kde se s ním rovněž žáci budou od září během hodin IT důkladněji seznamovat. Praktickou část s POS terminálem (dotykovou pokladnou) si žáci budou moci procvičovat při svém odborném výcviku na baru.

text & foto: Bc. Ondřej Pojmon



Zahraniční stáže jsou pro letošní školní rok za námi

Poslední zahraniční stáž proběhla v maďarském městě Egér v lázeňském komplexu hotelu Egér - park.

Stáže se zúčastnilo celkem 6 žáků, kteří pracovali převážně v kuchyni a podíleli se na společenských akcích pořádaných hotelem.

Ve volném čase byla pro žáky zorganizována prohlídka města s návštěvou hradu (včetně české průvodkyně) a zajištěno koupání v tureckých lázních.

Ze závěrečných zpráv účastníků vyplývá spokojenost se stáží. Žáci tak mají nové odborné znalosti, poznali práci kolegů ve velkém hotelu, získali větší sebevědomí a museli si poradit v cizím prostředí. To vše jsou důležité zkušenosti do jejich dalšího života.

Od managementu hotelu přišla na žáky pochvala - studenti byli slušní a pracovití.

Zaslouží si tak poděkování za dobrou reprezentaci školy a kvalitně odvedenou práci.

text: Dr. Květuše Studničková
foto: Šárka Škoulová

Akce, kterých se naši žáci zúčastní v červnu

3. 6. - Středoškolské hry v atletice, Vlašim
4. 6. - Catering v ZD, Zdislavice
4. 6. - Catering Domov důchodců, Vlašim
27. 6. - Slavnostní předání Europassů, SOŠ a SOU Vlašim

červen - Sportovní den SOŠ a SOU Vlašim

text: redakce

Školní zpravodaj
Elektronický zpravodaj přinášející nejdůležitější novinky z dění v SOŠ a SOU Vlašim.
PRO VÁS NA TOMTO MÍSTĚ ZDARMA

ŠKOLNÍ ZPRAVODAJ JE ZDARMA
k dispozici ve stojanech
u vstupu do ŠJ Vlašim i Tehov,

nově také
V NAŠÍ ŠKOLNÍ CUKRÁRNĚ
a na www.sosasou-vlasim.cz/zpravodaj

Veškeré informace k dispozici i na:
www.facebook.com/sosasouvlasim

Aktuální články, fotky z dění v naší škole najdete na **www.sosasou-vlasim.cz**

Český den proti rakovině i s naší účastí

XVIII. ročník celostátní sbírky Český den proti rakovině proběhl 14. května.

Sbírka byla tematicky zaměřena na prevenci nádoru plic.

Podle statistiky přibývá nádorových onemocnění. Bronchogenní karcinom má 1,5 % nárůst ročně. Bronchogenní karcinom je navíc onemocnění se špatnou prognózou, 50 % případů je diagnostikováno až ve IV. klinickém stadiu.

O souvislosti mezi kouřením a vznikem nádorového onemocnění dnes již nikdo z kriticky uvažujících lidí nepochybuje. Kouření je podle střízlivých odhadů odpovědné za 30 – 40 % všech úmrtí na rakovinu a u karcinomu plic se podílí na jeho vzniku v 90 %.

Cílem sbírky je:
- preventivně působit na širokou veřejnost prostřednictvím letáků s informacemi
- za nabízené kvítky měsíčku lékařského získat prostředky na boj proti rakovině
- na nádorovou prevenci, zlepšení kvality života onkologických pacientů, podporu onkologické výchovy, výzkumu a vybavení onkologických center.

Žáci tříd 1.NP, 3.KA a 2.KA nabízeli kytičky měsíčku lékařského po celý den ve Vlašimi a v Benešově.

Veřejnost tuto sbírku vnímá pozitivně, lidé sami vyhledávali žáky se žlutými tričky a s logem. 600 kytiček s jasně modrou stužkou během půl dne bylo pryč.

Patří jim velké poděkování.

text & foto: Mgr. Jarmila Vaníčková

Školící seminář firmy Ireks Enzyma

Dne 13. května se ve městě Slaném konal cukrářský a pekařský seminář, kterého jsme se zúčastnili.

Firma Ireks Enzyma se zabývá vývojem a technologií zlepšujících přípravků, směsí a speciálních surovin pro pekárny a cukrárny. Podnik nám představil nové směsi, které uvedl na trh.

Jednou z novinek je směs Sandra Velvet, která se díky své specifické barvě hodí pro výrobu amerického stylu „Red Velvet", což znamená rudý samet nebo hebkost, čímž se vyjadřuje barva a jemnost korpusu, který má být tmavě či jasně červený nebo červenohnědý. Další novinkou je směs Aranka Roll, která je určena na výrobu jádrových trubiček. Dále firma představila sortiment směsí, který jsou určen k ochucení šlehačkového nebo máslového krému.

V druhé části programu jsme byli seznámeni s předpisy o označování potravin. Konkrétně s nařízením Evropského parlamentu a rady (EU) č.1169/2011 o poskytování informací o potravinách spotřebitelům.

V pekařské části nám firma představila ze své kolekce také výrobek Vital, určený k výrobě bezlepkového pečiva.

Účast na tomto školícím kurzu byla pro nás velkým přínosem.

text & foto: Hana Hoffmannová, DiS

Dort Nabucco: korpus - Sandra VELVET, náplň - Schogette + Enzyma Filling

Výlet do Londýna

Dne 17. dubna vycestovali žáci naší školy do Londýna.

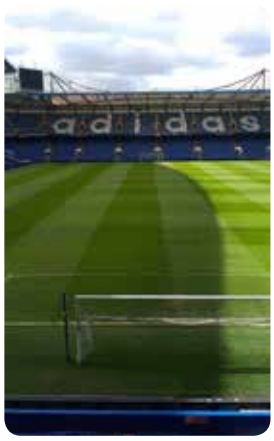
Cesta autobusem trvala přes 20 hodin, jeli jsme přes Německo, Belgii a Francii do přístavu Calais, kde jsme s autobusem najeli na trajekt a ten nás dovezl do Doveru.

Když jsme přijeli do Londýna, tak jsme s autobusem zaparkovali u O2 arény a vydali jsme se s naším českým průvodcem metrem do centra Londýna. Co jsme viděli jako první? Bylo to Londýnské oko, poté jsme šli k Westminsterskému paláci a následně k Buckinghamskému paláci.

Naše cesta dále vedla na Stamford Bridge (fotbalový stadion Chelsea), kde jsme měli zajištěnou prohlídku stadionu. Viděli jsme, kde se odehrávají tiskové konference a také šatnu hostů a šatnu domácích. Náš anglický průvodce nás dovedl k fotbalovému hřišti, na které jsme se mohli podívat z různých míst na tribunách. Poté jsme se dostavili na místo srazu s hostitelskými rodinami, u kterých jsme několik dní bydleli a stravovali se.

Druhý den jsme jeli autobusem do Oxfordu, kde jsme viděli, v jaké jídelně se točil film Harry Potter. Poté, co jsme si prošli Oxford, navštívili Oxford Street, kde jsme měli rozchod. Po prohlídce Oxfordu jsme vyrazili na hrad Windsor, který je domovem britské královské rodiny. Na tamním parkovišti na nás čekala anglická průvodkyně, která nás provedla městem a okolím hradu s parkem.

Poslední den jsme se vrátili opět do Londýna, kde jsme si prohlédli Katedrálu svatého Pavla a po chvilce jsme zamířili na bitevní křižník z druhé světové války HMS Belfast, který se účastnil vylodění v Normandii jako dělostřelecká podpora. Po prohlídce jsme šli přes Tower Bridge do přístavu bohatých obchodníků,



kteří tam měli zakotvené své lodě. Po krátké obchůzce jsme vyrazili londýnskou dopravní lodí k muzeu námořnictva, které se týkalo námořní historie.

Po námořním muzeu jsme se vydali k nultému poledníku a poté do autobusu, kterým jsme jeli Eurotunelem do Francie a z Francie zpátky přes Belgii a Německo do České republiky.

text & foto: Milan Hubička & Lukáš Vondrák

Rozhovor s úspěšným zaměstnancem naší školy

Do dnešního čísla jsem vybral na rozhovor někoho, kdo je ve škole vlastně víc než doma a přitom o jeho profesní kariéře spousty z nás skoro neví. Vítám Martina Zváru, člena AKČ ČR a držitele bronznové medaile Magdaleny Dobromily Rettigové.

Martine, popiš nám trošku tvá studijní léta?
Zdravím všechny čtenáře Školního zpravodaje, bydlím ve Vlašimi a také základní školu jsem navštěvoval zde v místě. Na střední hotelovou školu jsem jezdil do Pelhřimova (maturitní obor Kuchař, dnes „Gastronomie"). V průběhu školy jsme měli různé praxe nejen v rámci Pelhřimova, ale i v Praze. Účastnil jsem se v té době také řady soutěží, např. největší úspěch v té době byla soutěž Gastro Junior, kde jsem se dostal z regionálního až do celonárodního kola, a tam jsem skončil v bronzovém pásmu.

Zmiňuješ soutěž Gastro Junior, tam jsi soutěžil v jaké disciplíně?
Na Gastru Junior jsem soutěžil v teplé kuchyni.

Dokážeš si ještě vzpomenout, s jakým pokrmem jsi tam uspěl?
Tak to si, bohužel, nepamatuji. Vím jen, že šlo o nějakou rybu s rýžovými nudlemi. Až na místě jsme si losovali tajnou surovinu, která byla v mém případě červená řepa, a tak jsem měl pak jídlo krásně červeně zabarvené. Ve třetím ročníku jsem dostal nabídku na zaměstnání přímo od pana ředitele tamní hotelové školy, kde byl součástí školy i hotel, ve kterém se vykonávala praxe. Takže už jsem před maturitou věděl, že budu mít zajištěnou práci. Po maturitě jsem tam také nastoupil a měl úžasné štěstí na kolektiv. Pracoval jsem tam s Alešem Bartlem, se kterým se přátelím dodnes a který chodí k nám na hodnocení závěrečných zkoušek jako člen odborné komise. Ten mimo jiné pracoval několik let v Německu či Namibii, čili hlavně od něj jsem tehdy získal řadu znalostí a zkušeností. Navíc jsme tam vařili pro známé osobnosti, ať již to byl Miloš Zeman (v té době premiér), vařili jsme také pro prezidenta Václava Klause, když byl na návštěvě Vysočiny. Dále nespočet lékařů, včetně např. Ernsta Bodnera (operatér Václava Havla) či dalších politiků.

Byl jsi do hotelu tedy přijatý jako kuchař?
Do kuchyně jako kuchař, postupně jsem se vypracoval až na šéfa směny, kdy Aleš Bartl dělal šéfkuchaře.

Co bylo dál?
Škola postupně přestala mít finanční prostředky na provoz hotelu, tak se schylovalo k jeho uzavření. V tu dobu známý otevíral v Pelhřimově první nekuřáckou restauraci – Měšťanský dům, a tak jsem tam společně s Alešem nastoupil. Tím, že to byla úplně nová restaurace, dělal jsem první rok číšníka a do kuchyně jsem se dostal jen výjimečně. K tomu měl majitel ještě rekreační středisko v Kletečné (dětské tábory…), takže jsem byl celé léto vždy tam a vařil pro děti, což bylo celkem zpestření od běžného života. Dělal jsem tam ale i údržbáře, kotelníka… A ještě vařil cca 200 jídel jen se dvěma pomocníky sám.

Předpokládám, že jsi do Pelhřimova nedojížděl tady z Vlašimi?
Ne, nedojížděl, bydlel jsem tam ve stejném hotelu, ve kterém jsem pracoval. Trávil jsem tam tak většinu svého času. Byly měsíce, kdy jsem byl v práci každý den, takže to bylo náročné.

Jak dlouho jsi to vydržel?
Byl jsem tam celkově osm let, s přestávkami na civilní službu a roční práci v Měšťanském domě. Pak se objevila možnost, jít sem do školy, dělat učitele odborného výcviku, tak jsem si řekl, že by bylo fajn, vrátit se do Vlašimi a předávat své zkušenosti mladším generacím.

To byl tedy hlavní důvod, proč jsi šel sem?
V restauraci už jsem neměl žádnou vidinu posunu, a hlavně jsem tam dělal spíše číšníka, což mě moc nelákalo, dělat to věčně. Škola naproti tomu přinášela trošku jiné možnosti, hlavně z hlediska toho, že jsem mohl vařit a přeci jen jsou ve škole stále nové a nové děti, takže je pořád komu své zkušenosti předávat. Ve škole mohu také dále rozvíjet své další aktivity, takže jsem se stal např. členem představenstva Asociace kuchařů a cukrářů České republiky.

Na SOŠ a SOU Vlašim jsi tedy od roku 2009, co jsi již od té doby stihl?
Ano, jsem tu od září 2009 jako učitel odborného výcviku. To byla taková první meta. Další bylo dodělání mého vzdělání, protože maturitní vysvědčení na učení dětí nestačí. Proto jsem si dodělal DPSku (pozn. red. doplňující pedagogické studium) a vše, co k tomu patří a vlastně ve studiu pokračuji i teď, kdy mám čerstvě bakalářský titul. V průběhu studia jsem se přihlásil na popud paní Studničkové (pozn. red. zástupce ředitele pro praktické vyučování) na kandidátní listinu a následně jsem byl ve volbách zvolen do pěti členného představenstva AKC ČR pro Prahu a Středočeský kraj. Tam jsem působil čtyři roky.

Co přesně tvá účast v představenstvu AKC ČR obnášela?
Zajišťovali a zařizovali jsme průběh různých akcí, jako je např. Oslavy sv. Vavřince v Kladně, účastnili jsme se akce Cheef days (mezinárodní den kuchařů). Plánovali jsme také různá školení, semináře, besedy. A zajišťovali jsme samotný chod naší pobočky, což obnášelo, být neustále v kontaktu s jednotlivými členy asociace a realizovat jejich potřeby, pomáhat jim hledat uplatnění. Pro mě to mělo přínos ten, že jsem se dostal do kolektivu špičkových kuchařů a mohl sledovat aktuální trendy v současné gastronomii.

A to jsi stíhal při práci ve škole a ještě při tvém studiu na vysoké škole?
Čtyři roky jsem to stíhal, nedávno jsem si ale řekl, že už bych měl zvolnit a tak jsem znovu na člena představenstva AKC ČR nekandidoval. V této chvíli

jsem řadovým členem AKC ČR a uvidíme za čtyři roky, jestli nebudu kandidovat třeba znovu.

V létě většina učitelů využívá prázdniny na odpočinek, ty to máš ale jinak ne?
Ano, já se vracím každé léto a během dalších prázdnin do pelhřimovského Měšťanského domu, kam jim chodím pomáhat či střídat dovolené. Člověk se alespoň na čas vrátí do známého prostředí a všechno si zase připomene. Navíc gastronomie jde hodně kupředu, tak se vždycky dozvím řadu novinek a trendů, které právě letí. Člověk by neměl zůstat pouze ve škole, protože tím ztratí přehled o současné gastronomii.

Tady na zámku se podílíš na organizaci soutěží?
Přesně tak, příprava dětí na soutěže je jedna z věcí, které mě hodně baví. Můžu někomu předat své zkušenosti a navíc ho nasměrovat správným směrem a poradit mu v jeho umu. Pro žáky jsou soutěže jistě milým zpestřením a pro mě je to do jisté míry motivační prvek, který mi dodává energii k dalšímu sebevzdělávání.

Jsou žáci otevření tvým myšlenkám, nebo pociťuješ, že se situace postupem let zhoršuje?
Je to horší a horší. Vždycky dávám bohužel takový příklad – dřív ze 30 studentů neměl 1 zájem o obor. Dnes je to bohužel skoro naopak. Proto je dobré, snažit se žáky podchytit hned v prvním ročníku a směrovat je a formovat správným směrem.

Proč myslíš, že dnešní žáci nemají o obor zájem?
Nechtějí pracovat. Spousta si jich myslí, že 1. září překročí práh naší školy a rázem budou všechno umět, navíc pro to nechtějí nic sami dělat. Myslím si, že jsou dnes všichni zvyklí sedět u počítačů a ne manuálně pracovat. Všechno je pro ně složité, stát osm hodin na nohou je pro ně problém. Myslím si ale, že jsou to obecně problémy celé dnešní společnosti.

Jezdíš na různé sportovní či kulturní akce a reprezentuješ školu i mimo pracovní dobu, bereš s sebou také žáky školy? A pokud ano, jak to zvládají?
Ano, beru je v létě na různé gastro akce, tím že si ale vybrali práci ve službách, nemohou koukat na hodiny a tolik řešit pracovní dobu. Musí koukat spíše na spokojenost jejich zákazníků. Právě na těchto akcích mnohdy stojí i 16 hodin na nohou a je to dost náročné.

Teď vlastně řada úspěšných žáků školy v gastronomických soutěžích dělala závěrečné či maturitní zkoušky a odešla ze školy, jsi s těmi, co odešli teď či dříve stále v kontaktu?
V kontaktu jsem s některými. Všichni dobří kuchaři vlastně skončili na tom, že nezvládli maturitní zkoušku a tak buď opakovali, nebo školu dodělávají někde jinde a „zabijí“ se třeba na brigádě v Mc Donnaldu. Je to takové smutné a přijde mi, že těch neúspěšných každým rokem přibývá.

Škola pro žáky zajišťuje zahraniční stáže a vím, že právě ty žáky občas na stáž dopravuješ. Myslíš si, že je pro ně taková zkušenost přínosem a jak to vůbec berou oni?
Chuť do stáží nemají, ale pak se jim nechce odtamtud pryč. Dá jim to opravdu hodně zkušeností. Poznají nové prostředí, naváží kontakty, takže se nezřídka např. na Slovensko či do Rakouska již sami vrací na letní brigády. Konkrétně v Rakousku je v rodinném penzionu Gasthof Alpenrose český majitel, takže od něj slyší, jak to v Rakousku chodí, kolik si mohou vydělat peněz, co mohou dělat…

Lze ještě vůbec srovnávat tvou praxi během studia v Pelhřimově s praxí, kterou nabízí naše škola?
Už je to nesrovnatelné. Jsou ale dva různé póly. My jsme ale neměli sice zázemí, ale měli jsme chuť se učit. Sami jsme chodili o Vánocích, o prázdninách… Dnes je to naopak. Žáci mají nejmodernější vybavení učeben, mají možnosti zahraničních stáží… a přesto si toho nikdo moc neváží.

Ve škole se pořádají také nejrůznější soukromé oslavy, svatby…, co vím ze svých studijních let, měli jsme tyto akce rádi, protože to bylo něco jiného. Jak je to dnes?
Jsem s žáky ať v kuchyni, tak i na obsluze. Ale opět je s nimi problém, protože i když mají zajištěnu finanční odměnu, tak ani tak si nechtějí přivydělat. Např. na svatbu, kam potřebuji dva žáky, si musím zajistit tři nebo čtyři s tím, že v den akce zaručeně dva bez omluvy nepřijdou. V dnešní době není na některé žáky spoleh a bohužel se to odráží následně i na jejich budoucím zaměstnání. Jako škola máme pro žáky zajištěno opravdu několik skvělých partnerských pracovišť, kde by mohli i po dokončení vzdělání pracovat, sami si ale svým přístupem k práci a docházkou zavírají dveře. Svou část viny na tom mají ale i jejich rodiče. Např. když žákovi řeknu, jestli si v sobotu nechce přivydělat na akci a on mi odvětí, že nemá potřebu, protože dostane od rodičů několik tisíc měsíčně na vlastní potřebu. Raději proto leží o víkendech doma, nebo někde po zábavách.

Nedávno jsem tě několik dnů viděl v kuchyni na Tehově, kde jsi měl jistě možnost porovnat „vlašimské“ a „tehovské“ žáky. Tedy žáky oboru Kuchař - číšník a Gastronomie s žáky Stravovací a ubytovací služby. Jaký je tvůj názor?
Jdou srovnávat, ale je to obtížné. Dřív byly rozdíly v kvalitě žáků veliké. Dnes je to ale hlavně o snaze. Vědomosti mají žáci v podstatě shodné. Mnohdy dokonce žáci z Tehova vědí víc, než ti „vlašimští“. Navíc jsou žáci z Tehova v rámci svých možností daleko pilnější a pracovitější. V dnešní době jde srovnávat hlavně to, kdo chce a kdo nechce pracovat.

Na zámku pomáháš také s organizací kurzů?
Ano, škola nabízí žákům mnoho kurzů, třeba kurz studené kuchyně či baristu a barmana si organizuje Marie Horálková (pozn. red. vedoucí učitelka odborného výcviku) sama, ale s ostatními učiteli odborného výcviku jí pomáháme shánět do těchto kurzů žáky a zajišťovat bezproblémový průběh kurzů.

To je nezájem žáků vidět i na kurzech, které jsou pro ně organizovány?
Na jednu stranu jim na kurzy chybí peníze, neboť si je musí hradit sami, na stranu druhou si ale dovolí koupit každý den krabičku cigaret. Čili je to spíše o tom, že peníze investují nesprávným směrem. Navíc o kurzy nemají zájem - nechtějí se učit, zatímco jejich kamarádi mají volno. Myslím si, že i kdyby kurzy byly plně hrazené školou, žáků by se o moc víc nehlásilo.

Teď ve škole doběhly praktické části maturitních zkoušek. Jakou měly letos kvalitu?
Když to porovnám s loňským rokem, kdy byla tendence sestupující, tak letošní rok vrátil vše trošku zpět. Bylo 10 maturantů, z nichž 6 předvedlo skvělý až perfektní výkon, což nejen mě, ale i samotnou komisi překvapilo. V komisi jsou mimo jiné odborníci z praxe (z Aquapalace Praha, Corinthia Praha, Stará Myslivna Benešov, Benica Benešov, Golf Resort Tvoršovice, Měšťanský dům Pelhřimov, Restaurace U Blanických rytířů Vlašim…) a také pan Eichner, předseda Staré Gardy AKC ČR.

Jak se právě tito odborníci dívají na úroveň naší školy?
Znají provozy z hlediska praxe. Vědí, že to dnes není nijak růžové a hodnotí naší školu pozitivně z hlediska materiálního vybavení školy (cvičné kuchyňky, učebny) a také z hlediska odborných zkušeností učitelů odborného výcviku.

Kde získáváš své zkušenosti?
Už můj děda byl hostinský, mamka dělala kuchařku a učitelku odborného výcviku, pak mám spousty zkušeností

od Aleše z Pelhřimova a také od kolegů z AKC ČR. Navíc právě díky Asociaci mám spousty známých mezi českými gastronomickými špičkami.

V tom případě se nejde nezeptat, co tě drží u nás?
Dlouhý smích … hlavně to, že mám na další aktivity čas a jsem schopen si ho naplánovat. Mám stálé zaměstnání s pevnou pracovní dobou a pak můžu dělat cokoli navíc pro zdokonalování se v oboru. K tomu mám ještě o prázdninách víc volna pro své aktivity. Chtěl jsem si také dodělat vysokou školu, což v normálním restauračním provozu nelze.

Takže tvé plány do budoucna?
Určitě si dodělat ještě magisterské studium a i kdyby se pak stalo cokoli, vím, že mám spousty kontaktů a mohu jít dělat kamkoli.

Nikdy tě nelákalo, jít pracovat někam do ciziny?
Určitě mě to lákalo. Teď mě tu ale už drží závazky vůči studiím. Měl jsem dřív rozjednáno, že bychom odjeli na 6 měsíců vařit do Namibie, bohužel to pak ale nevyšlo. Možná kdybych se tam tehdy dostal, byl bych teď úplně někde jinde.

Co české kuchařské mediální ikony – např. p. Zdeněk Pohlreich, Jiří Babica, Filip Sajler, Ondřej Slanina (Kluci v akci)?
Tyhle mediální „osobnosti" moc neuznávám. Se spoustou z nich jsem se setkal osobně, ale spíš se díky pořadům dostali do podvědomí lidí bez toho, aby opravdu uměli excelentně vařit. Navíc jsou i na soutěžích, kam s žáky jezdím, dost arogantní.

Ty jezdíš ale po soutěžích nejen s dětmi, ale také sám, co tvé úspěchy?
Teď, díky vysoké škole, je toho méně. Jsem spíše trenér soutěží. Osobně jsem byl v nedávné době pouze na jediné – O nejlepší český knedlík, kategorie: „Jiný knedlík". Tuto kategorii jsem vyhrál.

A jaké jsou tvé další plány na léto či podzim?
Čerstvě jsem teď dostal nabídku na účast v soutěži „O nejlepší ovocný knedlík" do Mikulova. Tak ještě uvidím. 21. září v Benešově budeme dělat catering na běžeckém závodě Benešovská desítka. Zároveň již začínáme připravovat témata pro další ročník soutěže O pohár blanických rytířů, která proběhne v říjnu, a také jsme postoupili do celostátního kola soutěže s Makrem, které proběhne v listopadu. Akcí je tedy víc než dost.

Máš ve škole někoho, s kým spolupracuješ a je na stejné vlně?
Smích … no, spolupracovníci se určitě snaží, ale spíš mi tam chybí někdo mladší. Na zámku jsou totiž všichni starší ročník, kteří již mají své rodiny, kterým se musí věnovat a tak jim nezbývá tolik času na vymýšlení věcí na soutěže, jako mně. Určitě bych uvítal, kdyby tu byl někdo věkově jako já a bez závazků, se kterým by se nechaly společně vymýšlet nové věci.

Hodně také cestuješ po republice, jaký máš názor na českou gastronomii a úroveň našich restaurací?
Vše je o přístupu majitelů. Ti chtějí většinou moc rychle vydělat a podle toho úroveň jejich zařízení vypadá. Celkově je gastronomie u nás hodně rozdílná. Dnes člověk může narazit opravdu na špatnou nebo naopak vynikající restauraci. Dřív to byl takový průměr všude.

Můžeš nám tedy doporučit nějaké místo, kde se opravdu dobře a kvalitně najíme?
Jednoznačně to je restaurace Vinohradský parlament na Náměstí míru (šéfkuchař můj kolega z AKC Jan Pípal) a také belgická restaurace Bruxx na Vinohradech. Pak mohu doporučit hotel Harmonie v Zastávce u Brna či Penzion Srub s Osvětimanech na Moravě (ten patří tiskovému mluvčímu našeho pana prezidenta).

A restauraci poblíž Vlašimi?
Moc tady po restauracích nechodím, ale dobrý styl má zatím Restaurace U Blanických rytířů, snad jim prvotní nadšení vydrží. Když opravdu potřebuji s přáteli vyrazit na oběd či večeři, zajedeme do Pelhřimova, do Měšťanského domu, tam je kvalita opravdu zaručena.

Závěrem, co bys vzkázal třeba i budoucím žákům naší školy?
Když už se žáci rozhodnou pro naši školu, tak ať neusnou na vavřínech a oboru se věnují. Je potřeba, aby si uvědomili, jaký obor si vybrali a měli chuť v něm vyniknout, prosadit se a být nejlepší.

Martine, děkuji ti za velmi příjemný rozhovor, přeji ti hodně úspěchů v dalším studiu a také klidnější léto.

text: Bc. Ondřej Pojmon
foto: archiv Martin Zvára

Vaření v přírodě

Dne 21. května byla na odloučeném pracovišti SOŠ a SOU Vlašim v Tehově plánovaná odstávka dodávky elektrické energie.

Tato skutečnost se stala námětem pro UOV Martina Zváru a žáky prvního ročníku oboru vzdělání Stravovací a ubytovací služby k tomu, aby si vyzkoušeli přípravu pokrmu na otevřeném ohni.

Pokrm, který si zvolili, byl kotlíkový guláš.

„Vaření v přírodě se nám velmi líbilo a bylo pro nás poučné. Guláš, který jsme uvařili s pomocí pana učitele, byl výborný a jelikož nám ho dost zbylo, rozdělili jsme se i s ostatními," shrnuli žáci 1.DK.

text & foto: Martin Zvára

Kotlíkový guláš recept (4 porce)

Co budeme potřebovat:

700 g oloupaných brambor,
60 g vepřového sádla,
250 g měkkého salámu,
100 g cibule, 15 g mleté papriky,
0,6 l vepřového vývaru,
0,5 g kmínu, 25 g hladké mouky,
10 g česneku, 15 g soli,
0,3 g majoránky

V kotlíku rozehřejeme sádlo, přidáme jemně nakrájenou cibuli a osmahneme dozlatova, zaprášíme paprikou, necháme zpěnit a zalijeme vývarem. Základ přivedeme k varu a přidáme na kostky nakrájené brambory, kmín, osolíme, opepříme a přidáme část rozetřeného česneku. Částečně uvařené brambory zahustíme moukou rozmíchanou v troše vody, přidáme na kostičky nakrájený salám a dovaříme doměkka. Nakonec ochutíme zbytkem česneku a majoránkou.

recept: Martin Zvára

Focení tříd

Tak jako každý rok i letos se v průběhu června „zvěční" všechny třídy při společném focení. Na fotky všech našich tříd (včetně těch tehovských) se můžete těšit v příštím čísle našeho Školního zpravodaje a budou také celý rok k prohlédnutí na chodbě naší školy.

Protože již ale dvě třídy vyfocené jsou (žáci se sešli před svou praxí či zkouškami naposledy), přinášíme Vám fotky 3.KA a 2.HT s třídními učiteli.

text & foto: Bc. Ondřej Pojmon

Ústní maturitní zkouška na SOŠ a SOU Vlašim

Ve dnech 19.-27. května 2014 probíhala na naší škole ústní maturitní zkouška čtyřletých oborů (Hotelnictví, Gastronomie) a dvouletého nástavbového studia (Podnikání).

Své získané znalosti si tak ověřilo celkem 16 žáků ze třídy 4.HT, 10 žáků ze třídy 4. KM a 10 studentů nástavby 2.NP.

Maturitní komise tak pečlivě vyzkoušela letošní maturanty například z předmětů Český jazyk a literatura, Anglický jazyk, Německý jazyk, Ekonomika, Marketing a management, Občanská nauka, Právo, Technologie a Potraviny a výživa.

Žáci přišli ke zkouškám řádně připraveni a úspěšným maturantům přejeme do budoucna mnoho štěstí. Maturitní vysvědčení byla předána studentům dne 30. května v prostorách vlašimského zámku.

text: Mgr. Marcela Vlkannova
foto: Bc. Ondřej Pojmon

Vzdělávání jako mimoškolní aktivita a další forma získávání informací

Představujeme Vám projekt organizace Študákova duše, zaměřující se na zájmové vzdělávání žáků a veřejnosti.

Studenti 2. stupně ZŠ, středních škol a s nimi i ostatní zájemci mohou navštěvovat přednášky z oblasti přírodních a humanitních oborů. Žákům jsou určena jazyková cvičení nejžádanějších evropských jazyků.

Hlavní výhodou kurzů je především to, že za JEDNU CENU můžete navštěvovat libovolné hodiny, na které se přihlásíte.

Výuka bude probíhat od 8. září 2014 v Benešově.

text: Mgr. Marcela Vlkannova

Přijďte se s námi proběhnout

Chcete udělat něco pro své zdraví a rádi byste začali běhat? Nebo běháte a chcete poznat partu dalších běžeckých nadšenců z Vlašimi a okolí? Bojíte se, že to sami nezvládnete? Přijďte mezi nás.

Zveme Vás každou neděli ve 14.00 hod. na nádvoří vlašimského zámku.

Společně se protáhneme a pod dohledem zkušených běžců (Hanky či Filipa Marvanových, RUNGO.cz) lehkým tempem proběhneme domluvenou trať.

Každý výběh se snažíme trať obměňovat dle situace a nálady, takže se určitě nebudete nudit. Vše ale přizpůsobíme hlavně Vám, takže můžeme běžet třeba na Hrádek, opačným směrem k Blaníku nebo jen proběhnout krásný zámecký park po cestičkách. Vzdálenost je v rozmezí 5-10 km, ale tempo přizpůsobíme nejpomalejšímu, čili žádné obavy, uběhne to každý.

text: Bc. Ondřej Pojmon

Moje maratonské poprvé...

Už na podzim, když jsem ukončil cyklistickou sezónu a začal běhat, jsem si pohrával s myšlenkou, že se přihlásím na květnový PIM (Prague International Marathon), nebo alespoň na půlmaraton. Nakonec jsem to neudělal, ale běhat jsem nepřestal a v březnu, když se každý chlubil svými časy na právě doběhnutém půlmaratonu, jsem začal vážně uvažovat o své účasti na květnovém maratonu.

Naběháno jsem měl - každý měsíc „dával" skoro 200 km a mé běžecké distance se pohybovaly od 10 do 30 km. Zjistil jsem ale, že startovní čísla jsou již od Vánoc beznadějně rozebrána.

Přesto jsem začal pátrat mezi známými (ať žije Facebook) a asi 3 týdny před dnem D se mi opravdu povedlo sehnat známého, který byl na maraton registrován, ale kvůli problémům s koleny nemohl běžet. Celé tři týdny tak nějak rychle utekly, běhal jsem 5x týdně a snažil se naběhat hlavně objemy. Poslední týden do startu jsem běhal už jen mírně a v klidnějším tempu (asi 5:30/1 km). Se vzdálenostmi jsem to už nepřehánělo. Stihl jsem také zainvestovat a nakoupit pár doplňků, které mě měly na startu barevně odlišit od ostatních, netuše, že i 90% ostatních běžců dostalo stejný nápad a vybralo dokonce i stejnou barvu – modrou.

Je den do startu – tedy sobota, 10. května, a já vyrážím s přítelkyní Hankou do EXPA na pražském Výstavišti převzít od kamaráda startovní tašku s číslem. Tou dobou už jsem opravdu dost nervózní, ale snažím se si nervozitu nepřipouštět – je to přeci jen můj první maraton, tak co?

Cíl je jasný --- uběhnout celou vzdálenost „na pohodu" a když to půjde, tak do času 4:00:00. Kamarád Milan mé cíle kvituje, sám vloni měl cíl stejný, leč křeče od druhé poloviny závodu jeho čas posunuly ještě o hodinu a půl za ten můj vysněný. Zpět do EXPA, vybírám ještě svůj startovní batoh (samozřejmě, že s oranžovými doplňky), loučím se s Milanem, dávám vtipnou fotku s Hankou u SmileBoxu, kupuji běžecké ponožky Moose, které jsem předchozí měsíc marně shánělo… A tady jich měli stovky a jako bonus ještě pořizuji i nerozvazovací tkaničky. To je přeci základní výbava každého dálkového běžce, ne? A rychle zpět na Prosek, trošku se „naposledy" proběhnout a rychle spát, aby byl člověk ráno plný sil.

To se ale lehce řekne, než udělá. Nervozita vzala za své a tak jsem běhal až nějak kolem půlnoci, abych se chvilku po čtvrté vzbudil s pocitem, že určitě zaspím. Spát se tedy už nedalo.

Takže sprcha, lehká snídaně, obléknout… Přeci nebudu řešit úschovu batohu, dojdu na start bez zbytečností... Do kapsičky tedy dávám jen mobil, MP3 přehrávač, dva gely a hroznový cukr, do ruky 0,5l láhev vody, kterou jsem si plánoval nést prvních 20 km a hurá ověšen startovním číslem „3288" do metra. Lidé trošku nevěřícně zírali, protože jsem byl jediný, kdo kdy asi jel se startovním číslem na hrudi metrem, ale s blížícím se Václavským náměstím se počet stejně vyzdobených spolucestujících zvyšoval a tak jsem přestal být nápadný i já. „Václavák" – já vystupuji a začínám nasávat atmosféru velké sportovní události. Začíná mi být ale také zima, protože je max 12 stupňů Celsia, zataženo a dost studeně fouká, no nic, projdu rychlou chůzí na Staroměstské náměstí, kde se střetávám s Hankou a Filipem Marvanovými z Vlašimi (Rungo.cz). Trošku si popvídáme, ale každý jsme, i když si to nepřipouštíme, nervózní.

Je osm, čili hodina do startu. Rychle vyhledám toalety, protože nervozita graduje, potom opět „klábosíme" a já tak nějak instinktivně otevírám láhev vody. Ano, je to ta voda, kterou jsem si připravoval na první polovinu závodu, abych nemusel stavět u občerstvovacích stanic. 15 minut do startu jdu hledat svůj startovní sektor „G", který je v Celetné ulici, takže na startovní čáru na Staroměstském náměstí to mám tak 500 metrů.

Cestou se ale zastavuji ještě opět v budce označené nápisem Toi Toi. Asi 8 minut do startu jsem připraven v mém sektoru společně s asi 300 dalšími „nadšenci“. Vedle mě pozoruji paní, která vypadá dost „profi“. Postupně opět upíjím vodu… Už nemá cenu láhev tahat s sebou, nic v ní beztak skoro není.

Je přesně devět, z reproduktorů začíná hrát Vltava a je to neuvěřitelný pocit, když se dav začíná pomalu dávat do „chůze“. Prázdnou láhev nechávám někde u startovní čáry, spouštím sporttester a začínám běžet. První kilometry se snažím předběhnout koho se dá a hlavně se držím paní, co startovala vedle mě. Tempo drží na 5:00/1 km, snažím se jí stačit a duchu si říkám - snad to není nějaká mistryně republiky. Kilometry ale utíkají vcelku rychle. Průběh přes Malou stranu, šup na Karlův most a hurá před Holešovice do Libně. U silnice je ale neuvěřitelné množství lidí a doprovodný program (kapely, mažoretky, DJs…), takže cesta docela utíká. Jsou to ale místa, kudy poběžím za „pár“ kilometrů znovu, což tedy na náladě moc nepřidá. Co 5 km je u trati občerstvovací stanice. Vypít vodu před startem se tedy vyplatilo ... i když ... chce se mi pro změnu na záchod ... zatím držím. Probíháme Libní a vracíme se směrem do centra. Běžci občas uhnou ke stromkům, protože je to jedno z míst, kde nejsou žádní diváci, chvilku váhám, ale … uhýbám také … ztratil jsem pár vteřin a ztratil jsem i onu běžkyni, která mi udávala tempo. No nic, v hlavě se snažím uklidnit, nastavit si čas na pohodových 5:20/1 km a běžet. Chvílemi to dost fouká, ale za pár kilometrů jsme zpět na Staroměstském náměstí - i když obráceně - a běžíme Celetnou ulicí Na příkopy a kolem Můstku k Národnímu divadlu na nábřeží. Lidí je tam snad ještě víc, než do té chvíle. Teď to přijde, nepříjemné kostky a hlavně běh po nábřeží až do Podolí. Cesta utíká neuvěřitelně v klidu, poslouchám muziku a snažím se předbíhat, koho se dá. Blížím se k Podolí a „sunu“ do sebe první gel, u občerstvovačky ihned zapíjím vodou a běžím dál. Proti už běží ti, kteří startovali z lepších sektorů a také nejrychlejší z dam. Evidentně mají trošku jiné tempo než já, ale nezrychluji, snažím se pořád běžet to své tempo. Značka půlmaratonu a čas ukazuje 1:53:00. Ihned násobím 2x a raduji se, že běžím na skvělý čas. V Podolí ale začíná pršet, chválím si v duchu tričko, jak je uvnitř suché a zvenku mokré, netrvá dlouho a lije tak, že je mokré i zevnitř. Naštěstí při cestě zpět z Podolí do centra déšť ustal a opět vysvitlo sluníčko. V nohách mám už nějakých 23 km a zdravím „bosonohého“ Tomáše Zahálku, který běží teprve do Podolí, společně s vodiči, kteří běží na čas 4:00:00. To mi dodává sil, neboť vím, že mám náskok min. 5 km. Okamžitě v hlavě propočítávám časy a mezitím uhýbám na Palackého most. Dojídám všechen cukr a druhý gel, neboť na 25. kilometru má čekat Hanka, která mi dle dohody má dodat další „energii“ v podobě gelů a cukru. Míjím domluvené místo a Hanka nikde … míjím i Anděl a ani tam nestojí … no nic, běžím dál … tentokrát přes Smíchov směrem k Barrandovskému mostu. Cestou nejen telefonuji s Hankou a domlouvám nové místo předání, ale také využívám všech občerstvovaček a pojídám mimořádně už všechno, co nabízí – tedy i banány a pomeranče. Tempo dobré, stále +- držím 5:30/1 km. U „Baranďáku“ otočka a hurá zpět. Šílený smrad z tamního pivovaru a hlavně šílená nuda v podobě absolutně rovné silnice moc sil nedodá. U Anděla ukazuje sporttester i značení na trati 31 km … čili ještě 10. Hanka naštěstí stojí u trati, takže na okamžik zastavuji, beru zásoby a utíkám dál. V hlavě mi běží, že nesmím zastavit, protože pak už bych se určitě nerozběhl. Nikdy jsem „takovou štreku“ nedal a cokoli nad 30 km je pro mě „něco nového“. Běžím dnes již podruhé po nábřeží až do Holešovic, kde se uhýbá na Libeňský most a Libeň. Všude je stále hodně moc fanoušků, kteří dokáží dodat energii. Začíná mě trochu bolet stehno a kolena už také začínám cítit. Koukám na sporttester a čas klesl na 5:50/1 km, přeci nezastavím, říkám si a snažím se zrychlit. Lidé na trati dost řídnou. Ti rychlejší jsou pryč, ti zbylí buď z posledních sil běží, nebo jdou anebo postávají u trati a snaží se dostat nohy a záda z křečí. Uf, ještě, že tímhle netrpím … běžím volnějším tempem a chladím stehno houbičkou z občerstvovačky. Vbíhám do tunelu pod magistrálu a vím, že je to už jen 5 km. To přeci dám … i když to bude hodně dlouhých 5 km … opět kostky, využívám dělící bílé čáry, kde jsou kostky poskládané jiným směrem, a vzpomínám, jak tak běhají i ti „černoši“, co už jsou tou dobou možná na cestě do své vlasti, běží se po nich ale daleko příjemněji. Na takové věci člověk při jízdě autem nikdy nepřijde. Každopádně ale stále zrychluji a snažím se posledních 5 km opravdu „napálit“ z posledních sil. Čas na hodinkách ukazuje 3:51:00 a já jsem 1 km před cílem … běžím, co to dá a předbíhám všechny spoluběžce … poslední křižovatka a přede mnou se otevírá dlouhá Pařížská ulice … značka 400m TO GO … v podstatě už sprintuji a snažím se hypnotizovat modrý cílový koberec, aby se blížil rychleji … nedaří se, ale i přesto probíhám ve vysokém tempu cílovou páskou.

Na hodinkách zastavuji časomíru na čase 3:55:55 a zastavuji i sebe. Tělo by běželo dál a brání se. Na krk dostávám parádní pamětní medaili a na záda izolační pokrývku. Volám Hance, že jsem šťastně v cíli a pomalu jdu ze závodního koridoru. No, chůze vypadá jinak … ale to nevadí … mám to za sebou, jsem šťastný, spokojený a unavený. Prožil jsem úžasný den s dalšími 10 tisíci podobných bláznů, jako jsem já, na jubilejním 20. ročníku pražského maratonu a taky jsem si splnil svůj sen – být tam.

Co teď, po maratonu? Běžecké boty na čas vyměním za kolo, ale už na podzim se k běhu vrátím a co vím na 100 % je to, že se za rok v květnu s podobnými „šílenci“ postavím na start 21. ročníku Pražského mezinárodního maratonu a zkusím ho „udělat“ za 3:30:00.

Držte mi palce.

text & foto: Bc. Ondřej Pojmon

Milí čtenáři, dnes se ubytujeme v nově vybudovaném komplexu Čapí hnízdo, který se nachází mezi městem Benešov a obcí Olbramovice.

Na místo se nejlépe dostanete automobilem, zaparkovat u areálu není nijak složité (parkování zdarma). Místní hotel má 32 pokojů a každý si zde zajisté najde pro něj zajímavou činnost. Z nabízených aktivit jmenujeme například: wellness, bowling, golf, půjčovna jízdních kol, jízda na koni, jízda v kočáře atd.

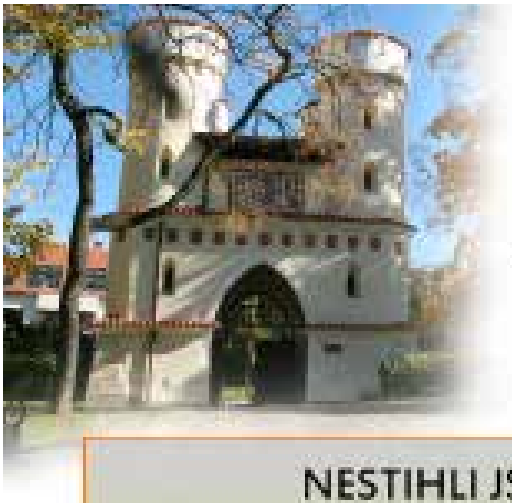
Dominantou areálu je prostorná jízdárna, která svým tvarem připomíná čapí hnízdo. Kousek od ní se nachází písčitá pláž s rybníkem, lákající k rybolovu nebo projížďce na loďce. Nepřehlédnutelný je také vysoký komín, na kterém sídlí již od roku 1926 čápi, vracející se každý rok z Afriky.

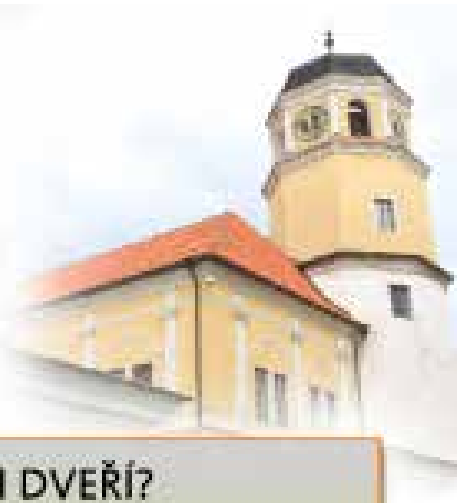
Pro hotelové hosty je k dispozici nekuřácká restaurace Lihovar, která je otevřena denně od 11.00 – 17.00 hodin. Po případné rezervaci funguje až do 22.00 h.

Pobyt v komplexu patří k finančně náročnějším, přesto ale i rodiny s dětmi mohou vyrazit na výlet do zdejšího Ekocentra. To je momentálně otevřené o víkendech od 10.00 do 17.00 hodin a kromě hospodářských zvířat a volně žijících živočichů zde žijí v něm například i vydra, liška či divočák.

Děti do tří let mají vstup zdarma, od tří let činí vstupné 60,- a dospělí zaplatí 100,-.

text & foto: Mgr. M. Vlkannova





NESTIHLI JSTE DNY OTEVŘENÝCH DVEŘÍ?

PŘIJĎTE SE DO NAŠÍ ŠKOLY PODÍVAT KDYKOLI

Stačí se předem objednat na tel.: 317 842 279

PŘEDSTAVENÍ OBORŮ PRO ŠKOLNÍ ROK 2014/2015.

Těšíme se na Vás na pracovištích Vlašim i Tehov,
a to každý všední den, v době od 8.00 - 14.30 hod.

maturitní obory (zakončené maturitní zkouškou)

učební obory (zakončené výučním listem)

Více informací
o všech nabízených
studijních a učebních oborech najdete na:

www.sosasou-vlasim.cz / www.facebook.com/sosasouvlasim

ŠKOLNÍ ZPRAVODAJ SOŠ a SOU Vlašim, Zámek 1, **vydavatel:** SOŠ a SOU Vlašim, Zámek 1, IČO: 14798425, náklad: 200 ks, **místo vydávání:** SOŠ a SOU Vlašim, Zámek 1, **adresa redakce:** SOŠ a SOU Vlašim, Zámek 1, 258 01 Vlašim, **telefon:** 317 842 279, **e-mail:** info@sosasou-vlasim.cz, **internetová adresa:** www.sosasou-vlasim.cz, **evidenční číslo** přidělené Min. kultury ČR: ŠKOLNÍ ZPRAVODAJ MK ČR E 21503, **redakční rada:** Ing. V. Novotný, RSDr. K. Studničková, Mgr. J. Doubek, Mgr. J. Lejček, O. Rataj, Bc. O. Pojmon, **grafická úprava, sazba:** Bc. O. Pojmon, **korektury příspěvků:** Mgr. M. Vlkannova, Mgr. K. Koktová, **kontakt na redakci: e-mail:** zpravodaj@sosasou-vlasim.cz, **telefon:** 733 120 010.
Uzávěrka příštího čísla je 23. 6. 2014.