

# GASTRONOM



1

**HOTELOVÁ ŠKOLA**  
Frenštát od Radhoštěm

Příspěvková organizace  
Moravskoslezského kraje

2024/2025

## **Obsah tohoto čísla časopisu GASTRONOM:**

1. Úvodní slovo paní ředitelky
2. Slečny redaktorky
3. Poznávání Moravského krasu s VŠB-TU
4. Erasmus+ část třetí
5. Nikdo by neměl být zapomenut
6. Adaptační kurzy
7. Den kávy
8. Stáže Deutschland
9. ✨Magičtí Lucemburkové✨
10. Aktivity na Domově mládeže
11. Po stopách obyvatel Maďarska
12. Exkurze Brnem
13. Dny duševního zdraví
14. Kultura v terénu aneb Výuka jinak
15. Maturita s prstem v nose
16. Překvapení <3

## Úvodní slovo paní ředitelky

Milí čtenáři,

je mi ctí vás všechny oslovit jako nová ředitelka Hotelové školy. Vstupuji do této role s velkým nadšením a vírou v potenciál každého z vás, kdo sdílí naši vášeň pro gastronomii, cestovní ruch a podnikání v oboru. Naše škola je místem, kde se setkávají tradice s inovacemi, a kde se učíme nejen technikám vaření a poskytování služeb, ale také tomu, jak být tvůrčí, otevření a flexibilní v neustále se vyvíjejícím světě.

V následujících měsících a letech bych ráda zaměřila naši pozornost na prohlubování praktických dovedností, rozšiřování spolupráce s podniky v oboru a realizaci projektů, které nám umožní lépe porozumět tomu, co znamená být součástí této fascinující branže.

Vaše názory, nápady a iniciativa jsou pro vedení školy neocenitelné. Společně můžeme vytvářet prostředí, které podpoří váš osobní i profesní růst a které vás připraví na výzvy, jež na vás čekají v budoucnu. Těším se na společné chvíle plné inspirace, učení a nezapomenutelných zážitků.

S pozdravem

Mgr. Andrea Tobolová, ředitelka školy



## Slečny redaktorky



Drazí čtenáři Gastronomu <3.

Od posledního čísla se toho moc nezměnilo kromě toho, že jsem tedy v závěrečném ročníku a v květnu (*\*klepe na dřevo, zuby a všechno možné\**) SNAD úspěšně udělám maturitní zkoušky. Jo a taky jsem experimentovala s vlasy. Jinak stále velmi ráda šlofikuji, hraju simíky a neustále vytvářím nové a nové playlisty na spotify. Jinak co se týče simíků, o prázdninách jsem se rozhodla, že budu hrát legacy challenge (což je prostě hraní na generace), ať jsou mí simíci hezky rozlezení po celém simíkovském vesmíru. Bohužel, když jsem si přeinstalovala hru, tak se mi veškeré rodinky smazaly, takže musím hrát od začátku :( Což mi nějak moc nevadí, aspoň vím, co udělat

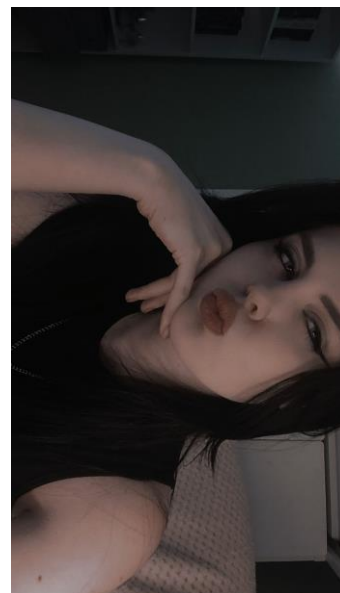
lépe. Jinak stále velmi ráda vzpomínám na to, jak jsem strávila dva týdny v kouzelné Soluni a chci se vrátit zpátky strašně moc. No, nechám toho radši a předávám slovo Elince. Užijte si tohle číslo Gastronomu a uvidíme se za chvíli <3.

*Teri D., CR4*

No a mě už všichni pravděpodobně znáte z minulého roku. Mé jméno je Eliška a již druhým rokem jsem redaktorka Gastronomu,



tedy spolu s Teri, se kterou jsme si pro vás připravili spoustu zajímavých článků. Pár věcí se určitě od mého minulého představení změnilo. Stále miluju číst a psát knížky, na tom se asi nic nezmění, kromě toho jsem začala aktivně chodit do fitka, no a



taktéž miluju simíky xd. Nejen simíky, ale počítačové hry jako celek. Taktéž se k nám do týmu přidala nová

pomoc, a to je můj spolužák a úžasný kamarád Radan jako pomocný redaktor, a samozřejmě tu stále máme naše sluníčko Lili, která pro mě sbírá informace, kde jen může. Doufám, že jako tým pro vás napíšeme spoustu zajímavých článků <3.

*Eliška Kývalová, H3*

(btw jestli tohle Radan uvidí, tak mě asi zbije)

## Krásy Moravského krasu s VŠB-TU

Naše škola měla opět příležitost vycestovat společně s naší partnerskou školou VŠB-TU. Tentokrát se vydali do Moravského krasu a NP Podyjí. Exkurze se zúčastnili žáci CR2 a CR3. Ale co bych Vás tak dlouho napínala, užijte si dílo děvčat z CR3, které Vám svou cestu popíší v básni.

Už potřetí ...

Ráno v sedm v Ostravě,  
koukali jsme váhavě.  
Vyjeli jsme k Balcarce,  
pak skončili v Punkevce.  
Nakonec prošli Macochu,  
v busu bylo hodně ruchu.  
Ubytko v Telči bylo fajn,  
šli jsme rychle do hajan.

V úterý nás čekal park Podyjí,  
a krásná rezervace divokých koní.  
Prošli jsme i Havranické vřesoviště,  
možná jsme tam chytli klíště.  
Zmokli jsme jak slepice,  
pak šli do Šobes vinice.  
Nakonec vyhlídka Devět mlýnů,  
s panem profesorem tak na hodinu.

Ve středu nás čekala prý 9 km túra,  
byla z toho 15 km noční můra.  
Spěchali jsme zpátky k busu,  
"Rychle honem do luxusu!"  
Vranov nad Dyjí byl krásný zámek,  
čekal nás pak tvrdý spánek.

Ve čtvrtek to byla pohoda,  
kostel, zámek a pak nuda.



Z Jaroměřic do Slavonic,  
“A hurá na nákup do Dačic!”  
Čekala na nás poslední noc,  
všichni jsme se těšili mocinky moc.

V pátek ráno honem pryč,  
čeká na nás pan řidič.  
Domů jsme se moc těšili,  
Moravský Krumlov jsme navštívili.  
Výstava Muchy a pak zámek,  
čekal na nás zasloužený spánek.  
V Jičíně jsme se rozloučili,  
a domů konečně dorazili.



*Markéta Pavlicová, Sára Řezníčková CR3*



## Erasmus+ část třetí

Dne 19. 10. se vybraná skupinka dvanácti žáků (v doprovodu paní učitelky Tomečkové a paní zástupkyně Krupicové) už potřetí vydala na stáž v Soluni. Všichni jsme se setkali na hlavním nádraží v Ostravě, odkud jsme se pak vydali vlakem do Brna a odtamtud až do Bratislavy. Tam jsme linkovým busem dojeli až na letiště, odkud jsme okolo deváté hodiny večer odletěli směrem Soluň. Hned po příletu nás přivítala paní Šárka Čechová a doprovodila nás až do Hotelu Egnatia.

Neděle probíhala poklidně, většinou jsme dospávali a nebo vybalovali. V pondělí jsme se vydali do hotelu Egnatia Palace na zahajovací ceremoniál s paní Čechovou a paní ředitelkou. Tam jsme se dozvěděli, jak dále náš pobyt bude probíhat, jaké aktivity nás čekají a kam budeme umístěni na praxe. Během našeho pobytu jsme vystřídali restaurace Akron, Kantouni, ... někteří kuchaři byli umístěni na praxi. Každé úterý a čtvrtek jsme měli předem domluvený výlet v Soluni s moc milou paní průvodkyní. Později jsme zjistili, že tam s námi bude další škola z Opavy.



Na první výlet jsme se vydali k bazilice svatého Demetria, kde jsme k tomuto místu dostali zajímavý výklad o jeho historii. Mezi těmito výlety během týdne jsme dopoledne chodili na praxe a odpoledne spolu různě po Soluni. Další takovýto výlet následoval hned ve čtvrtek, a to ke Galeriovu oblouku a pak do rotundy.

O víkendu nás čekaly dva větší výlety, a to v sobotu do části města na vrcholu celé Soluně, kam jsme už museli dojet autobusem. Tam jsme se šli projít okolo starých byzantských hradeb, kde nahoře na vyhlídce byl krásný výhled na celé město. Když jsme dokončili prohlídkou hradeb, tak jsme se vydali starými uličkami zpátky dolů a rovnou na oběd.

V neděli jsme okolo deváté hodiny společně s opavskou školou vyjeli do města Edessa, kde jsme měli možnost vidět krásné vodopády a okolní přírodu. Odtamtud jsme pokračovali dál do termálů Pozar.

Následující pondělí jsme výjimečně nikdo nešli na praxi, protože v Řecku měli státní svátek týkající se 2. světové války. K této příležitosti byla vojenská přehlídka na jedné ze tří hlavních ulic a spousta věcí okolo. Den poté, tedy v úterý, jsme měli prohlídku kostela svaté Sofie. Jinak ve volných chvílích jsme trávili čas pospolu, buďto u někoho na pokoji nebo na promenádě a v okolí. Ve středu jsme měli poslední den praxe a začínali jsme se balit na cestu zpět domů. Ve čtvrtek jsme šli zase do hotelu Egnatia Palace, ale tentokrát kvůli závěrečnému ceremoniólu, kde jsme dostali certifikáty o účasti na stáži a rozloučili jsme se. Ten stejný den jsme se vydali na náš poslední výlet



po Soluni s paní průvodkyní, na Bílou věž v centru města. Dozvěděli jsme se další spoustu zajímavých informací o historii. Po ukončení se naše skupina vydala na plavbu pirátskou lodí, na což jsme se těšili asi nejvíce. Na palubě jsme si dali drink při západu slunce a pak se někteří z nás ještě před večeří vydali pod konstrukce z osvětlených deštníků.

Pátek probíhal vcelku poklidně, v poledne jsme se rozloučili s naším hotelem a odjeli jsme na letiště, odkud jsme odletěli zpět do Bratislavy. Z letiště nás autobus dovezl až ke škole, kde naše dvoutýdenní výprava skončila.



Veronika Bílíková, CR3



## Nikdo by neměl být zapomenut

*aneb příběh Wintonova dítěte ze Slezska*

Dne 12. září se třídy CR3, H4, P2 a pochopitelně CR4 zúčastnily neopakovatelného okamžiku v Ostravě v aule Gong. Jednalo se o besedu a setkání se samotným Wintonovým dítětem a promítání filmu "One Life", abychom pochopili, o co se vlastně jedná.

Film nám popisoval okolnosti před začátkem 2. světové války a jak sir Nicholas Winton přišel s myšlenkou zachránit děti z Československa, když Hitler obsadil československé pohraničí a lidé se museli vystěhovat. Promítalo se zde Nicholasovo „ted“ v 90. letech a Nicholasovo mládí před 2. světovou válkou. Za tak krátkou dobu zachránil neuvěřitelných 669 dětí, a kdyby nebylo 1. září 1939, tak by těch dětí bylo víc. Nesmírně si ale vážíme neuvěřitelné statečnosti a odhodlanosti sira Nicholase. V 90. letech se vysílal pořad „That's life“, kde se Nicholas setkal nejdřív s jednou „dívenkou“, kterou zachránil a poté v dalším díle pořadu i s dalšími dětmi. Až do své smrti v roce 2015 s nimi byl v kontaktu. Po filmu nás čekala přestávka a po ní konečné



seznámení s oním dítětem ze Slezska. John Fieldsend se narodil v Drážďanech, kde se svým bratrem často chodil na pískoviště, kde si ostatní děti hrály na pískovišti. Bohužel, jak Adolf Hitler zavedl zákony proti židům, tak se svými rodiči utekli do Vítkova, kde žili u jeho prarodičů. Bohužel hezké časy netrvají věčně, a proto John s jeho bratrem odcestovali do Anglie k jeho nové rodině. Malý John tehdy nechápal, že své rodiče vidí naposled a nechápal proč mu jeho maminka dala její hodinky, o kterých později přiznal, že je rozbil a musel je

vyhodit. Lituje toho dodnes. Jeho rodina v Anglii na něj byla neskutečně hodná i děti ve škole, které chápaly, o co jde.

Když se ho studenti ptali, jak se dorozumíval se svou rodinou když uměl jen německy, se smíchem se přiznal, že mu nedávali najíst, když je o jídlo požádal německy. Anglicky se naučil do tří týdnů a na němčinu zcela zapomněl.



V 90. letech se společně se svým bratrem a jejich manželkami vrátil zpátky do Drážďan a byl překvapený, že sídliště, kde bydlel ještě je a že tam je i TO pískoviště, kde si společně všichni hráli. Vrátil se i do Vítkova, kde bydlel a kde den před besedou odhalili jeho památník.



Popisoval nám, jak byl s Nicholasem v kontaktu od odvysílání onoho dílu „That's life” a že i s ostatními zachráněnými dětmi je v kontaktu. V říjnu se s nimi setkal na ambasádě v Praze.

Když John přestal s vyprávěním, tak se slova ujala paní moderátorka a poprosila nás, abychom vstali, rozsvítili svíčku a drželi minutu ticha za Johnovu rodinu, oběti holocaustu a ty, kteří se nedožili konce války. Bylo to naprosto emotivní, celý sál ztichl, že i špendlík, který by spadl na zem, šel slyšet.

Neopomnělo se ani na Johnovy neuvěřitelné 93. narozeniny. Dárky mu šly předat děti, které byly v podobném věku, jak John i jeho bratr, když opouštěli Československo.

S celou akcí pomáhal spolek CEBENA, Moravskoslezský kraj s hejtmanem a náměstkem školství. Po ukončení celé besedy se žáci mohli s Johnem vyfotit a zdokumentovat tuhle nezapomenutelnou vzpomínku.

„Tehle zážitek byl naprosto skvělý, husí kůži mám doteď, když si vzpomenu na to, čím vším si John musel projít.”

„Nejvíce se mi líbilo, když nám John vyprávěl, jak rychle se naučil anglicky.”

*Teri D., CR4*



## Adaptační kurz třídy CR1

Ve dnech 17. 9. - 18. 9. se třída CR1 vydala na adaptační kurz do Valašské Bystřice na chatu Bůřov.

Řeknete si, adaptační kurz ten člověka nemůže vůbec unavit! No, v případě naší třídy CR1 to rozhodně možné je, protože když jsme se dozvěděli, že budeme muset kopec na Bůřov vyšlapat pěšky, tak jsme to chtěli vzdát ještě ve Frenštátě :). Nakonec jsme kopec všichni zdárně zdolali a teď už nás čekal jen nabitý program od našich



pedagogů, kteří se s námi zúčastnili “adaptáku”. Jejich obsazení však bylo trochu netradiční. Všechno souviselo s povodní a následujícím ředitelským volnem. Den před “adaptákem” se posunuly zářijové maturitní termíny, a proto nás hned druhý den museli opustit náš třídní učitel Bc. Ivan Bělunek a paní učitelka Mgr. Martina Piskořová, kterou vystřídala Mgr. Martina Přikrylová, pan Bc. Vangelis Christodulos s námi strávil celý kurz.

V našem programu nechyběly jak klasické seznamovací hry, které zná snad každý, tak i hry, které byly opravdu velice záživné a zajímavé. Jako například identikity, díky nimž se snažíte si co nejpřesněji zapamatovat přibližně 40 odlišných obličejů, nebo takzvaná “randíčka”, která jsme si zahráli druhý den, kdy jsme se postupně každé 3 minuty bavili s předem domluveným spolužákem, celkově jsme takhle obešli 12 spolužáků a díky této hře jsme se o sobě zase dozvěděli něco nového.

Otázka, která padla už v autobuse “Co bude k obědu?” a “Co bude k večeři?”, je už klasika a já osobně musím říct, že jídlo bylo výborné. První den jsme měli skvělé Kuře na paprice k obědu. Večeři jsme někteří tipovali na Boloňské špagety (měli jsme pravdu:)), byly více než dokonalé a někteří si šli i přidat. Po večeři nás už jen čekalo zhodnocení prvního dne a pak to nejlepší - volný program na pokojích. Každý pokoj své volno strávil trochu jinak, ale všichni si ho užili na 100%.

Druhý den ráno jsme jako první měli snídani v podobě “vem si co chceš”, což jsme samozřejmě všichni využili a hned. Pak jsme se přesunuli tam, kde se odehrávaly všechny hry a začala „randíčka”, o kterých už jsem mluvila, a hra s obrázky, kdy jsme museli popisovat, co na obrázku vidíme a proč jsme si ho vlastně vybrali. Bylo to dost inspirativní, protože to rozvíjelo naši fantazii. Po posledním bloku programu jsme měli asi půl hodiny volno na zabalení a už nás čekala poslední „aktivita” a tou byl oběd, vynikající jahodové knedlíky. MŇAM!

Asi tušíte, co teď následovalo. Cesta z toho kopce zase zpátky. Nebylo to asi tak náročné jako cesta nahoru, ale i tak už jsme byli docela unavení a tak jsme se všichni už těšili domů na naši postel :). Celkově bych náš “adapták” zhodnotila velice kladně a myslím, že nás velice spojil a odstartoval naši společnou cestu tím nejlepším možným způsobem. Děkujeme všem!

*Barbora Vaňková, CR1*

## Den kávy



přišli dobře naladěni a krásně oblečení. To bych nebyla já, abych nestihla vypít dvě kávy ještě předtím, než jsme začali, no a potom další dvě, než jsme skončili.

Byli jsme rozděleni na několik stanovišť a to french-press, moka konvička, vacuum pot a samozřejmě jsme měli lidi i za barem u kávovaru. Ze všech druhů káv, které jsme připravovali, bylo nejvíce populární určitě afogáto a já to naprosto respektuju a chápu, protože je to mňamka!



*Eliška Kývalová, H3*

Ve dnech 23. 10. - 24. 10. měla třída H3 projektový den na téma alternativní přípravy káv. Dovedete si představit už jen první pocity, když člověk vešel do místnosti a ta nádherná bohatá vůně kávy dokázala pohladit člověka na duši? Skupina AJ1 všechno nachystala ve středu 23.10. Byly jsme se na ně podívat, ať máme představu, jak to bude probíhat. Musím sama uznat, že to bylo daleko klidnější a pohodovější, než jsem si představovala.

Díky přípravě první skupinky jsme to měli o něco jednodušší den následující. Všichni jsme



I když nám bylo řečeno, že máme čas si všechno vyzkoušet, překvapili nás žáci, které jsme absolutně nečekali. Samozřejmě jsme se jejich obsluhy ujali a byl to pro nás trénink navíc. Všechno šlo jako po másle. Všichni jsme měli šanci si vyzkoušet různé alternativní přípravy káv. No ale hlavně jsme si to všichni užili! No teda až na ten úklid po tom, ale komu by se chtělo, že ano?

Nejen sama za sebe, ale taky za celou moji skupinku můžu projektový den hodnotit velmi pozitivně. Všichni jsme si z toho odnesli příjemné zážitky, fotky, vzpomínky, ale také nové vědomosti a zkušenosti.

## Stáž v Německu

Zase jako každý rok byli naši žáci na stáži v Německu. Byli tam celkem tři měsíce od 1. 7. do 30. 8. 2024. Konkrétně v hotelu Reiterhof. Poblíž hotelu se nachází jezero jménem Altmühlsee, které dodává na zážitku během pobytu.

Hotel Reiterhof je menší hotel v blízkosti přírody a je ideální prázdninovou destinací. Je to velký rodinný farmářský dům vlastněný milou rodinou Schwarzových. Dům z venku nevypadá nijak zajímavě, ale nenechte se mýlit, uvnitř je velmi příjemně zařízený. Pro milovníky koní se tam také nachází i jízdárna. Žáci ze třídy CR3 se tam letos vydali a sdíleli s námi své pocity a my se o ně teď jdeme s vámi podělit.

Celková vzdálenost od naší školy je cca 800 km. Jejich náplň

práce byla různorodá: od čepování tradičního německého piva po úklid pokojů. Vyzkoušeli si všechny práce na daném hotelu, prostě co jen chtěli. Hlavní složkou je ale porozumět aspoň trochu němčině.



Také spolupracovníci jsou velmi příjemní a empatičtí, takže se nebojte, že nemáte zkušenosti, rádi Vás zaučí. A co by to byla za stáž bez výletů za město a památek. můžete se

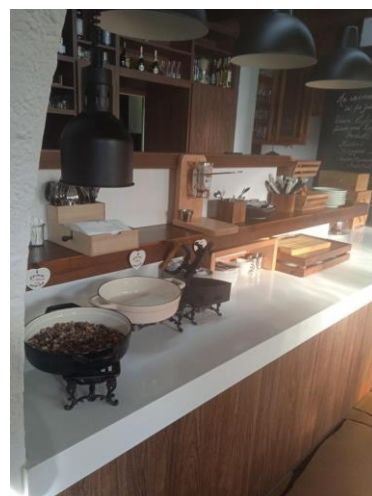
podívat do města Rothenburg, kde se středověkými domy, které můžete znát Pottera. Další město, kam se podíváte je stejně jako Rothenburg neporušené Uvidíte tam spoustu katedrál a kostelů.

Nesmíme hlavně zapomenout na volný možnosti. Můžete buď trávit čas s rodinou



zajet do Norimberka na nákupy s dalšími praktikanty. Nezapomeňte, že hlavní je se překonat a vyjet, pokud se budete bát, můžete přijít o životní lekci, která Vás posune dál. Pokud máte dotazy, můžete se poptat přímo našich žáků, kteří stáž zažili na vlastní kůži. A kdy? No přece na Dni otevřených dveří ve dnech 22. - 23. 11. 2024.

*Radan Šlechta, H3*



poznáním okolních Pokud budete chtít, společně s ostatními nachází náměstí se třeba z Harryho Dinklesbühl, které má městské hradby.

čas. Máte spoustu Schwarzových nebo si

## ✦ Magičtí Lucemburkové ✦

Lucemburkové. Jeden z nejvýznamnějších panovnických rodů v českých zemích, zejména Karel IV.. Nebýt jeho, tak je naše země na kulturu o hodně chudší. Karlovy Vary, Karlova univerzita v Praze, Karlštejn...

19. září se třídy CR4 a CR3 zúčastnily výstavy „Magičtí Lucemburkové“ ve Valašském Meziříčí v zámku Žerotínů. Paní učitelka Káňová nám celou výstavu doplnila svým komentářem, nějaké věci nám osvěžila a něco nás zase přiučila. Viděli jsme zde koruny zemí, kterými byli korunováni čeští panovníci, sochy Igora Kitzbergera, který expresivně a bravurně ztvárnil Karla IV.

„jak byl ztrhaný vládou a jak měl toho hodně na svých bedrech“, ale i jeho syna Zikmunda Lucemburského.

„Nejdříve jsem si myslela, že to bude nějaká nuda, protože koho by zajímal život ve středověku, ale nakonec jsem si to užila a něco se i přiučila.“

„Hodně se mi líbily sochy pana Kitzbergera, byly tak zvláštně ztvárněné a vypadaly hodně vtípně.“

„Líbí se mi, že jsem se naučila i něco nového. Třeba, že Václav IV. byl rád ve společnosti lazebnic, chudák Žofka.“



Teri D. CR4

## Aktivity na Domově mládeže

Halloween, děsivý Halloween, jak jinak ho oslavit, než stezkou odvahy v záhadné atmosféře hotelového Domova mládeže? To rozhodně nezklame.



Naše skvělá paní vychovatelka pro nás připravila bohatý raut s krásnými čokoládovými muffiny, na kterých byli duchové vytvarovaní z marcipánu. Malé řízečky a těstovinový salát, taky nemohly chybět. Vše bylo osvětleno světlíky a doprovázeno hudbou, která nádherně doladila pohodovou atmosféru na halloweenském večeru.

V průběhu večera se také hodnotily kostýmy a převleky.

Nejlepší a nejvtipnější kostým byl bezpochyby Babi s Dědou. Míša se svojí kamarádkou ho měly dokonale propracovaný. Mnohé to velmi pobavilo a všichni se zasmáli.

### No a co stezka odvahy?

Na stezku odvahy jsme se vydali do sklepení školy, kde na nás čekala děsivá výzdoba v podobě mrtvol, pavouků a nemohla chybět ani živá strašidla. Čekal nás zde upír, no a věstkyně nás svými záludnými otázkami pěkně prozkoušela ... Takže nejen naše kreativita, ale také náš mozek se zapojil v tomto radostném a pohodovém večeru, kdy se všichni žáci ubytovaní na internátu mohli odreagovat a užít si tento večer společně.

*Eliška Kývalová, Ludmila Horáková H3*



## Po stopách obyvatel Maďarska

Dne 8. 10. 2024 se žáci Hotelové školy Frenštát pod Radhoštěm vydali na odbornou exkurzi do Budapešti. Exkurze trvala tři dny. Zúčastnili se jí žáci tříd CR4, H4, CR2, H3 a KČ3 v doprovodu paní učitelky Jany Ranochové a pana učitele Miklóse Nagyho.

Účastníci se sešli v brzkých hodinách před budovou školy, kde je již čekal autobus. Cesta do Budapešti trvala necelých 7 hodin. Po cestě byly samozřejmě pauzy na občerstvení a toalety. Cesta byla poklidná a obešla se bez komplikací. Po příjezdu do Budapešti se žáci ubytovali v krásném penzionu Varga. Pokoje byly útulné.

Po menší relaxaci se všichni vydali objevovat krásy města. Čekala je večerní prohlídka náměstí Hrdinů s výhledem na Vajdahunyad.

Další den navštívili Budínský hrad, katedrálu sv. Štěpána, Rybářskou baštu, termály Lukács, kavárnu Gerbaud a cukrárnu Ruszwurm. Kdo se nebál, šel se podívat na krásný výhled z Ruského kola. Večer se vydali na procházku k nádherně osvětlenému parlamentu.

Poslední den odstartovali výbornou snídaní u místní rodiny. Odtud se vydali na cestu zpátky domů. Po cestě ještě navštívili termály Komárno. K Hotelové škole Frenštát pod Radhoštěm se vrátili okolo sedmé hodiny večerní.

Celou dobu exkurze žáci třídy CR4 poskytovali průvodcovské služby. Měli referáty o každé památce, kterou navštívili. Žáci si exkurzi velice užili a rádi na zážitky vzpomínají.



*Nicol Válková, Marika Šmelková, CR4*





## Exkurze Brnem



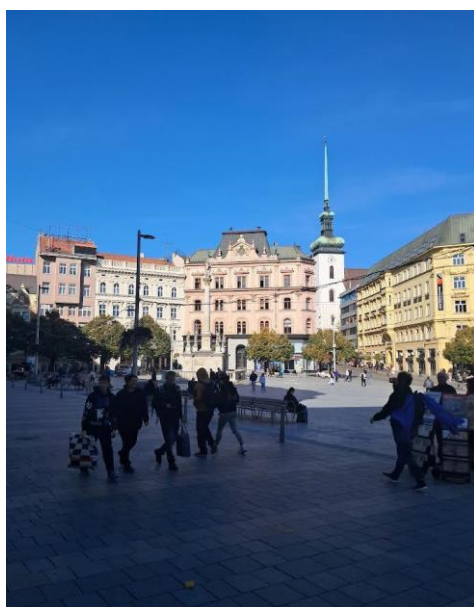
Ve středu 16. října jsme se s třídou CR1 vydali na exkurzi do Brna, kde nás čekala hlavně návštěva slavné vily Tugendhat.

Sraz byl už v 5:30 ráno, takže jsme cestou autobusem bojovali s touhou usnout i neusnout zároveň. Kolem osmé ráno jsme

dorazili do Brna a rovnou zamířili na prohlídku vily. Dvouhodinová exkurze nám ukázala architekturu vily, její úžasné vybavení a známou onyxovou stěnu, která mění barvy podle světla. Dozvěděli jsme se hodně o životě rodiny Tugendhat i o významu této stavby.

V jedenáct hodin nás čekala další část programu – komentovaná procházka centrem Brna s průvodkyní Matulovou. Ta nám během hodiny a půl představila hlavní památky a zajímavosti města. Po procházce jsme dostali tři hodiny volného času, abychom si město prošli na vlastní pěst, dali si něco k jídlu a užili si atmosféru Brna. Odpoledne jsme se opět sešli a autobusem vyrazili zpět domů, tentokrát už plni dojmů a zážitků.

*Dominik Snášel, CR1*



## Dny duševního zdraví na Hotelovce



Na 10. října každoročně už od roku 1992 připadá Světový den duševního zdraví. Tento den si klade za cíl šířit osvětu o tématu duševního zdraví, odstraňovat dosud panující předsudky a zmírňovat ostych lidí, chtějí-li vyhledat odbornou pomoc. V tento den Světová federace pro duševní zdraví připomíná také důležitost sebepéče a prevence duševních onemocnění. U nás na škole Den duševního zdraví už tradičně každý říjen připomíná naše školní psycholožka Mgr. Martina Přikrylová.

Naše škola si otázky duševního zdraví připomínala ve dnech 17. – 22. října 2024. Pro žáky i pedagogy, kteří mohli navštívit tuto učebnu kdykoli o přestávce či ve svém volnu, byla připravena různá interaktivní stanoviště

rozmístěná po celé učebně č. 7, kam se mohli v průběhu dne zastavit a věnovat se různým činnostem spojeným s péčí o vlastní psychiku. Celkem 16 tříd navštívilo tuto preventivní akci také v rámci výuky se svými učiteli na celou vyučovací hodinu. V rámci hodiny pak mohli žáci zhlédnout krátké video o zvyšování psychické dovednosti a techniky zamyslet se a pomoci a zdrojů, antistresových a časopisy s tematikou dalšího...

Cílem celé akce bylo dát najevo, že mluvit o pořádku, že duševní naše škola proti stigmatu



zásadách zdravé psychohygieny a odolnosti, seznámit se a trénovat zvyšující duševní pohodu, vypracovat si svůj list duševní vyzkoušet si různé druhy relaxačních pomůcek, zapůjčit si duševního zdraví a mnoho

žákům i pedagogům naší školy duševním zdraví i nepohodě je v potíže pro nás nejsou tabu, že je a předsudkům ohledně duševního

zdraví a nemoci a že vyhledání odborné pomoci při duševních potížích považujeme za správné a normální. Zároveň bylo cílem také informovat o důležitosti sebepéče, jejich správných formách a podpoře zdravých návyků. Žáci se nejen aktivně zapojili do připravených aktivit, ale také se velmi zainteresovaně doptávali na další informace, debatovali o nutnosti sebepéče a přinášeli do diskuzí po zhlédnutí videa obohacující a inspirativní podněty, jak se dále mohou starat o svou psychiku. Celá akce byla plná úsměvů, pohody a tolerance. Věříme tedy, že osvětové cíle Dnů duševního zdraví byly u nás ve škole opět naplněny.

*Martina Přikrylová, školní psycholožka*

## Kultura v terénu aneb Výuka jinak



Dne 5. listopadu se třída H3 hnedka z rána vydala do Ostravy. A proč? Někdy je prostě lepší jít do terénu a prohlédnout si to, o čem se učíme ve škole, prostě zblízka, a tím si téma více osahat.

Naší průvodkyní byla naše paní učitelka na češtinu a literaturu paní Káňová. Už jen po cestě do našeho cíle nám stihla ukázat a popsat zdobné štíty domů.

Cesta nebyla dlouhá a my dorazili na naše první stanoviště a to byl Dům umění. Dostali jsme přednášku o jeho vzniku no a hurá dovnitř. Nejen proto, že jsme byli zvědaví, ale taky nám byla taková zima, že jsme venku nechtěli být ani o sekundu déle.

Jako první jsme si mohli prohlédnout zajímavá díla Marka Kvetana, která mě



hned oslovila svou velikostí. Když jsme se pokochali moderním uměním tohoto slovenského autora, přesunuli jsme se o patro výše, kde se nacházely už starší umělecké kousky. Jedním z nich byl i slavný obraz Judita s hlavou Holoferna od rakouského malíře Gustava Klimta. Obraz je speciální i tím, že v celé České republice se nachází pouze jeden jediný kus, je to totiž vzácný originál. Dozvěděli jsme se zase něco nového, ať už o obrazech nebo o samotné historii Domu umění. Myslím, že většina z nás si užila trochu toho umění.

Přecházeli jsme z místnosti do místnosti a narazili jsme na jen malou část výstavy moderní polské umělkyně Katarzyny Kozyry. Po krátké prohlídce jsme se vyškrábali jenom o patro výš, kde se nacházel zbytek její výstavy. Její umění nás z většiny moc neoslovilo, ale každý má svůj styl a vkus na umění. Umění je subjektivní a každý si může dílo vyložit jinak a podle svého. Nakonec jsme sešli zase úplně dolů a strávili dobrých deset minut prohlížením děl další moderní umělkyně a to Dáši Lasotové.

No a tím naše prohlídka v galerii skončila, ale nebyli jsme zdaleka u pravého konce naší výpravy. Pokračovali jsme ke katedrále Božského Spasitele, která už jen zvenčí působila nádherně. Tedy alespoň na mě. Hned jsem si musela udělat pár fotek. Na chvíli jsme měli šanci se podívat i dovnitř. Katedrálu jsme si celou prošli a pak už naše cesta pokračovala k naší poslední zastávce.



Tou byl mariánský morový sloup na Masarykově náměstí. Tam přesně nás naše nohy zavedly. Zde na tomto místě jsme se také rozloučili a každý jsme si šli svou cestou hurá domů.

Tyhle výukové dny mám nejraději.



*Eliška Kývalová, H3*

## Maturita s prstem v nose



Kdo by si to byl pomyslel, že se dá udělat maturita s prstem v nose? 24. října se veškeré maturitní ročníky, tedy H4, P2 a pochopitelně CR4 zúčastnily besedy/divadelního představení v Novém Jičíně. To si pro nás připravil útvar „Kokoloko” složený z Vincenta Navrátila, Ondřeje Kubiny a Alexe Kolvy.

Netradiční formou se nám snažili představit různá literární díla od starověku až po literaturu 20. století. Nejdříve to začalo hezky zlehka Odysseou, kdy se Ithacký král Odysseus vracel z Tróje a během svého desetiletého putování na svou rodnou Ithaku potkal nespočet bájných tvorů. Následoval král Oidipus, kdy se Vincent naštvál a říkal, že to hrát nebude, protože víme, co se stalo a co znamená oidipovský komplex. Představili nám také preromantického autora Johanna Wolfganga Goetheho a jeho nejznámější díla Utrpení mladého Werthera (jelikož se celé dílo odehrává v dopisech, tak nám to zmodernizovali a místo dopisů psali SMS 😊) a Fausta, kde ovšem hráli jen první díl (protože se Vincent opět naštvál). To ale naštválo Ondru, který nám to chtěl nějak víc představit, ať to lépe pochopíme. Naštval se a odešel do zákulisí. Tak tedy Vincentovi a Alexovi nezbývalo nic jiného, než aby zahráli Evžena Oněgina sami. Ale hle! Jelikož ani jeden netušil o čem ten román je, tak se domluvili, že rusky řeknou recept na boršč, a aby to nebylo tolik nápadné, tak

tam tedy vloží jména Evžen a Oněgin.



Tohle gesto Ondru nakonec obměkčilo a už držel v ruce kytaru a zpíval Máj od Karla Hynka Máchy. Nezapomněli ani na Chrám matky boží v Paříži a jelikož se už blížil konec představení, tak smíchali dohromady Krysaře, Nikolu Šuhaje Loupežníka, Bílou nemoc a R.U.R..

Tak tedy, aby to v tom květnu skutečně byla maturita s prstem v nose.

*Teri D., CR4*

## Překvapení <3

pojmenujte památky UNESCO



*Uvidíme se v dalším čísle <3*