

# PROTEIN



časopis YMCA v ČR

ročník XXIV

15 Kč

1/2022

Радкуль

askul

ir

Stih

2,5 km

0h 45 min

2,5 km

3h 3 min

## Слава Україні!

Sláva Ukrajině! Jak se zapojuje YMCA?

## Rozhovor s psycholožkou

tábory přinášejí dětem to, co jim pandemie vzala

## YMCA roku 2022

bude tento rok zlomový?

# PROTEIN

časopis YMCA v České republice, ročník XXIV, 1/2022



„Aby všichni jedno byli...“ (Jan 17, 21)

YMCA je křesťansky orientované, dobrovolné, nepolitické a neziskové sdružení, které usiluje o plnohodnotný život mladých lidí.

Jméno YMCA je zkratkou angl. názvu „Young Men's Christian Association“, jehož českým ekvivalentem je dnes pro YMCA „Křesťanské sdružení mladých lidí“. YMCA vznikla v roce 1844 v Londýně a v České republice (tehdejší Československu) začala působit v roce 1919.

Dnes je nejstarší a největší mládežnickou organizací na světě, která ve 119 zemích světa usiluje o harmonický rozvoj člověka, jeho ducha, duše i těla, prostřednictvím společenství a programů otevřeným všem lidem bez rozdílu pohlaví, etnika, národnosti a politického či náboženského přesvědčení, sociálního postavení, fyzických a duševních schopností. YMCA je hnutím služby a pomoci. Po celém světě má asi 58 milionů členů.



**V nadcházejících dnech zaválí obchody Lipánek se soutěží o tábor YMCA, mlsejte, soutěžte. Díky Madeto!**

## REDAKCE

Jaroslav V. Hynek

## SPOLUPRACOVNÍCI

Julie Bergerová  
Alžběta Čechráková  
Sára Dzvonicová  
Andrea Gröschlová  
Nikola Niesytová  
Miroslav Sedláček  
Gabriela Soukupová

## TISK

Graf Print, s. r. o.  
Na Poříččí 21, Praha 1

## ADRESA REDAKCE

Protein  
YMCA v ČR – ústředí  
Na Poříččí 12  
110 00 Praha 1  
telefon: 224 872 004  
e-mail: [protein@ymca.cz](mailto:protein@ymca.cz)  
web: <http://www.protein.ymca.cz>

Právo redakční úpravy vyhrazeno.  
Články neprocházejí korekturami.  
Registrační číslo MK ČR E 14324

Uzávěrka: 20. 2. 2022  
Uzávěrka příštího čísla: 20. 5. 2022

V České republice pracuje YMCA ve 27 sdruženích, jsou to:  
Oikumené – Akademická YMCA, YMCA Braník, YMCA Brno, YMCA DAP, YMCA Děčín, YMCA Familia, YMCA Hradec Králové, YMCA Husinec, YMCA Jindřichův Hradec, YMCA Klatovy, YMCA Letohrad, YMCA Liberec, YMCA Neveklov, YMCA Olomouc, YMCA Orlová, YMCA Pelhřimov, YMCA Plzeň, YMCA Podivín, YMCA Praha, YMCA Setkání, YMCA Sever, YMCA Skaut, YMCA Strmilov, YMCA Třebechovice, YMCA Ústí nad Labem, YMCA Znojmo a YMCA Živá rodina.

Milí čtenáři!

Nový ročník našeho časopisu začínáme ve zvláštní době, tuto skutečnost reflektuje článek o Ymce roku 2022, ale také o tom, co YMCA začala ihned dělat pro Ukrajinu (vzhledem k uzávěrce čísla je to zatím jen pár prvních střípků, ale jistě zajímavých).

V příštích měsících budeme vystaveni možnosti projevit své křesťanství v praxi, jak zní jedna z charakteristik poslání YMCA. Přesto je dobré se při této práci i občas zastavit a zamyslet nad impulzy, které tato doba přináší.

Velmi aktuálním se svým obsahem stává i zamyšlení o zelí a šípkové, stačí si jen dosadit jiné proměnné a máme text mluvící přímo k aktuální situaci.

Nepřehlédněte rozhovor s psychologkou o přínosu táborů, přihlašování na ně je v plném proudu a všichni se už těšíme na léto, které budeme moci prožít v přírodě a snad už v klidu.

Využijte ještě dlouhých chladných večerů k přečtení nejdelšího (ale čtivě napsaného) příspěvku tohoto čísla o motivaci, v příštím čísle najdete jeho dokončení.

Dále ymkařské vzpomínání, info o akcích... čtěte!

A jako vždy – pište!

*J. V. Hynek*

- 4 Zemřela paní Milena Šimsová**  
Jaroslav V. Hynek
- 5 Se zelím či šípkovou**  
Markéta Doušová
- 6 YMCA roku 2022**  
Jaroslav V. Hynek
- 8 Psycholožka o táborech**  
Pavla Koucká
- 10 Jak pracovat s vnitřní motivací**  
Pavel Slepíčka
- 17 Kreativní luštění**  
Sára Dzvonicová
- 18 Sláva Ukrajině!**  
Julie Bergerová
- 20 Leden v Kúlcentru Y Orlová**  
Nikola Niesytová
- 21 Představení živého Betléma**  
Gabriela Soukupová
- 22 Léto 2022 s Ymkou v zahraničí**  
Sára Dzvonicová
- 26 Cyklus vzpomínání na Ymku**  
Alžběta Čechráková
- 30 YMCA v pečovatelském domě**  
Věrka Burianová
- 30 Volejbalový turnaj YMCA 2021**  
Jaroslav V. Hynek

**Viděli jste strhující film?**

**Četli jste zajímavou knihu?**

**Slyšeli jste super hudbu?**

**Potěšilo vás něco?**

**Přivedlo vás něco k zamyšlení?**

**Rozdělte se o svůj zážitek  
s ostatními čtenáři.**

**Texty zasílejte na: [protein@ymca.cz](mailto:protein@ymca.cz)**

a mnoho jiného...



## Zemřela paní Milena Šimsová

Historička, archivářka, ymkařka, paní PhDr. Milena Šimsová byla spojena s Ymkou po celý svůj život a to nejen skrze osobní přesvědčení a rodinné spojení, ale i svou prací. Věnovala osudům lidí spojených s Ymkou řadu let studia, které přetavila do knihy *V šat bílý odění* a publikace Svět Jaroslava Šimsy.

Připomeňme si paní Milenu třeba tím, že se do zmíněných knih začteme, přinášejí silné příběhy odvážných lidí, kteří nám mohou být inspirací, stejně jako ona.

*Jaroslav V. Hynek, foto: autor textu*

Kdo žije ti krásní lidé  
**v šat  
bílý  
oděni**

o děle co k trvána přivítí z volného rovníku

**Milena Šimsová**

vydavatelství Emon

# Se zelím či šípkovou?

Úvodní zamyšlení – ÚV YMCA v ČR 26. listopadu 2021

Očkování, politika, výchova nebo třeba způsob, jak zpracovat uloveného divočáka... To jsou možné důvody, proč se hádat, nerozumět si, rozdělovat se a obviňovat se navzájem z lhostejnosti, zaslepenosti, hlouposti, nerespektování osobní svobody a mnoha dalších nedobrych věcí. Už máme problém mluvit s přáteli i členy rodiny a nenarazit při tom na téma, na které máme velmi vyhraněný a zcela opačný názor. Co s rozhovorem dál? Hádat se a přesvědčovat druhého o tom, že on je úplně... a jen můj názor je správný? To asi není dobrá cesta. Radši o problematickém tématu nemluvit? Takže před každým rozhovorem dělat seznam vhodných a nevhodných témat? S tím bych měla dost velký problém, když mluví s přítelem, s člověkem, kterého mám ráda, chci mluvit otevřeně a nezabývat se tím, jestli on je zrovna vax či antivax, Babiš či antibabiš a divočáka si dá raději se zelím nebo se šípkovou.

Na cestě s ymkaři do Bavorska jsme na toto téma narazili také, konkrétně na očkování proti covidu. Dostali jsme se k tomu víceméně náhodou při obědě a mně se zalíbila myšlenka Joa – řekl, že to i u nich v Ymce probírali a dospěli k tomu, že důležité je především to, že Ježíš je mezi námi, že je uprostřed nás. A žádné další věci už tak důležité nejsou. Ta myšlenka je velmi křesťanská a pro ymkaře také velmi povědomá, připomíná Pařížskou bázi. Ale mně pořád něco chybí. Jak si to mám představit konkrétně a realizovat v praxi? Na první pohled za tím vidím jen to, že je dobré se nehádat a mít především na mysli společný cíl. Fajn. Ale o čem si mám s lidmi povídat?

Povedlo se mi nedávno mluvit s blízkou příbuznou o politice. A přestože máme zásadně odlišné názory, nepohádaly jsme se ani jsme rozhovor neukončily předčasně kvůli vzájemnému nedorozumění. Dostaly jsme se v rozhovoru velmi hluboko, k našim strachům a obavám, ze kterých naše názory vychází. Dokázaly jsme v sobě najít a otevřít zákoutí naší mysli, které běžně nehledáme a neotvíráme ani před sebou samými, natož



před druhými. A v tu chvíli jsme poznaly, že tento základ máme společný, ale naše rozdílné životní zkušenosti nás vedou každou jiným směrem. Nepřesvědčily jsme jedna druhou, zachovaly jsme si své názory, ale já od té doby dokážu vidět politiku i jejíma očima a s ohledem na její zkušenosti. Podstatně lépe jí rozumím a neodsuzuji ji. A doufám, že to zafungovalo i opačně.

Takže toto je můj recept – rozhovor, který se od povrchních názorů a argumentů dostane až k hlubokým vnitřním citům, obavám, strachům i radostem. Takový rozhovor nelze vést s každým, ale aspoň přátel či členové rodiny mi za to stojí. A pak je ještě jeden člověk, se kterým takový rozhovor vést můžu kdykoli a hlavně vést potřebuji – jsem to já sama. Tímto rozhovorem pak bude modlitba a vrátím se tak zase k Ježíši uprostřed nás.

Tímhle receptem zřejmě nespravím svět a nespojím rozdělenou společnost, ale snad mi bude aspoň dobře mezi blízkými lidmi. Abych nekončila tak hlubokými myšlenkami, přidám jednu vzpomínku. Asi před třemi lety jsme na Silvestra připravily s kamarádkou kance se šípkovou pro 18 lidí. A bylo to tak dobré, že na to účastníci dodnes vzpomínají.

Markéta Doušová, YMCA Neveklov



# YMCA roku 2022

## **YMCA roku 2022? Jaká bude? Stejná jako před Covidem? Podobná? Těšíme se na to, až všechno bude, jak bývalo? Nebo hledáme nové příležitosti jak Ymku aktualizovat ve formách práce při zachování stejného poslání?**

Ještě před pár dny bychom podobné otázky vztahovali ke Covidu – co se změnilo a co se změnil v našem uvažování i v naší práci, pokud Covid vezmeme jako impuls, který celý svět rozkolísal z příjemného, zaještěho, rutinního poklidu? Naučil nás určitě novým dovednostem, změnám v tradičních formách práce.

Naučili jsme se jak více pracovat online, zavedli jsme zoomy a meety a další platformy pro vzdálenou komunikaci... a zjistili jsme, že naše porady a jednání mohou být pružnější, častější, finančně i časově méně náročné,... ale na druhou stranu méně osobní, vřelé a bez občerstvení. Také jsme zjistili, kdo je a kdo není schopen pracovat na „houmofisu“, a především, že i aktivity a programy, které jsme byli zvyklí léta dělat stejným způsobem, můžeme dělat i zcela jinak.

Všechny tyto skutečnosti berme jako impulsy, které prověřili naše zaběhnuté stereotypy a třeba obohatit naše administrativní procesy, ale třeba právě i formy aktivit o nové prvky.

Je však otázkou, jestli máme zůstat pouze u toho. Jestli zkušenost minulých dvou let nemůže posunout práci Ymky i co do obsahu našich nabízených aktivit – programů a poskytovaných služeb. Myslím, že k tomu najdeme příležitosti a fóra, kde můžeme toto téma zvednout a vzít ho jako příležitost k dalšímu rozvoji a inovacím.

Druhým, a troufnu si říci stejně nečekaným, impulzem pro zamýšlení se nad plněním našeho poslání je aktuální válka na Ukrajině. Určitě otevřela nové možnosti.

YMCA v České republice řadu let podporovala partnerky Ymku na Ukrajině – jak finančně, tak programově. Spolupracovali jsme na různých projektech, dobrovolníci jezdili oběma směry, aby rozvinuli své dovednosti a vzájemně se inspirovali. Publikovaná fotka (stejně jako na titulní straně tohoto čísla) je právě z návštěvy Ukrajiny, z jedné pracovní cesty, kde jsme viděli, jak místní YMCA pracuje s mladými lidmi. Uvědomili jsme si silně, že je to jiný svět, v jiných kulísách, ale stejný Duch.

YMCA roku 2022 bude taková, jak dokáže využít příležitosti, které se těmito dvěma zásadními událostmi otevřely. Můžeme se vrátit do starých kolejí, ale můžeme zkusit uchopit něco nově, jinak, lépe. Ať se nám to zdaří.

*Jaroslav V. Hynek, foto: autor textu*



# Táboory dětem přinášejí přesně to, co jim pandemie vzala



**Pavla Koucká**

*Psycholožka. Pracuje v azylovém domě pro matky s dětmi, ve své soukromé praxi poskytuje psychologické poradenství a individuální, párovou i skupinovou psychoterapii.*

*Věnuje se zejména rozvoji osobnosti, vztahu psychického a fyzického, výchově a péči o děti, vývoji jedince i společnosti. Je matkou tří dětí, spoluautorkou knihy *Výchova láskou* a autorkou knih (např. *Zdravý rozum ve výchově, Odolné dítě*).*

**Proč může být pro děti právě v dnešní době významné strávit kus léta s vrstevníky, vykročit mimo svůj obvyklý prostor a dát příležitost novým podnětům? A co může tato zkušenost přinést jejich rodičům? Zeptali jsme se psycholožky Pavly Koucké, autorky knihy *Odolné dítě*.**

**V čem je pro děti přínosné jet na tábor? Co se tu mohou naučit pro svůj život?**

V první řadě bych řekla, že děti na táborech zažijí spoustu zábavy a dobrodružství, jsou venku, s kamarády. A pak se také učí různým dovednostem v přírodě: od rozdělávání ohně po poznávání rostlin a živočichů. Zažijí jiné autority, jinou stravu, zvyky. Učí se samostatnosti i týmovosti. Sportují.

**Napsala jste knihu *Odolné dítě – může absolvování tábora také zvyšovat odolnost? V jakém ohledu?***

Děti jsou na táborech bez rodičů, musejí

se víc starat samy o sebe. Jsou motivovány k tomu, aby něco dokázaly, aby soutěžily a také překonávaly samy sebe, třeba v rámci různých bobříků: bobřík mlčení, hladu, odvahy, samoty... Cvičí se v toleranci a zažívají různý diskomfort – zmoknou, pošťpou je komáři. To, co děti zvládnou, posílí jejich sebevědomí a zvýší odolnost.

**Podle čeho jako psycholožka, ale i jako matka vybíráte svým dětem tábor?**

Vybrala jsem přes osobní doporučení. Nejdůležitější jsou lidé, kteří tábor vedou, způsob, jak ho vedou. Měli by být fajn, čestní a kamarádští, přirozené autority, které práce s dětmi baví. Můžeme zvažovat též délku tábora. U prvňáčků či druháků to může být jinak, ale u starších dětí jsou obecně vhodnější delší tábory, tří nebo i čtyřtýdenní.

Jde o to, že děti si mohou pár dní zvykat, a pak si teprve tábor jaksepatří užívají, tak aby nejely domů sotva si zvyknou. U delších táborů také vznikají hlubší kamarádkské vztahy. Pokud se dětem na táboře líbí, je vhodné jet na něj opakovaně i další roky, potkat se znovu se stejnými kamarády, případně se i vídat přes rok, jak to dělá třeba skaut, YMCA či jiné organizace.





To mohou být určitá obecná doporučení. Vždy je třeba ovšem zvážit, co je optimální pro konkrétní dítě. Důležité je, co dítě baví, jak je zaměřené, jak je vyspělé. Pro některé děti jsou vhodné specificky zaměřené tábory, ať už sportovně, jazykově, výtvarně či jinak prostě proto, že je hodně baví daná činnost.

### **A co rodiče, může jim to něco přinést, když pošlou své děti na tábor?**

Pro rodiče je zdravé být občas bez dětí, sami za sebe a v páru. Když si muž a žena vyjedou společně na dovolenou bez dětí, může to být posílení a osvěžení pro jejich vztah i pro celou rodinu. Čas, kdy máma s tátou vědí, že děti jsou dobře zaopatřené na táboře, je k tomu jako dělaný.

### **Jaký vidíte přínos táborů s ohledem na (post)pandemickou dobu? Jak se děti změnily? Mohou tábory dětem nějak pomoci?**

Tábory dětem přinášejí přesně to, co jim pandemie vzala: kamarády, hry, určitou svobodu. Opatření byla drsná pro celou společnost a pro děti obzvlášť. Když jsme se v létě

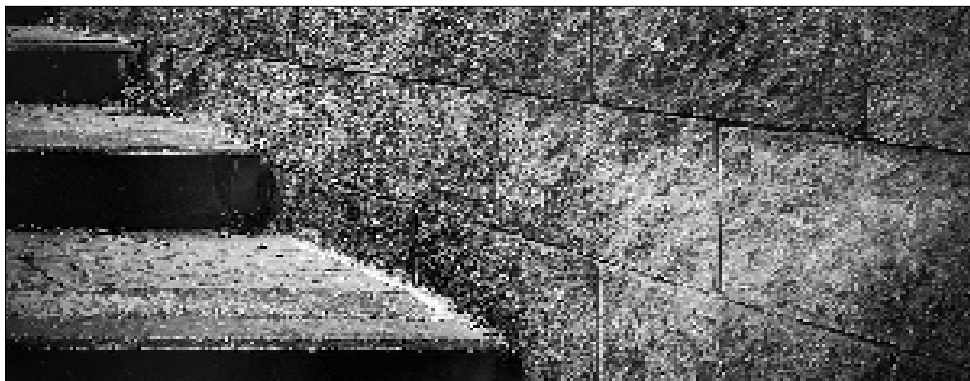
trochu nadechli a děti zažily tábory víceméně jako dřív, bylo to pro ně jako oáza na cestě rozlehlou pouští.

### **Jaká mohou být specifika pro práci s dětmi, které se potýkají s psychickými či fyzickými důsledky pandemie? Co byste doporučila rodičům a co vedoucím?**

Některé děti v průběhu lockdownů a uzávěru škol odvykly běžným denním návykům. Některé odvykly sociálním kontaktům, další fyzické aktivitě a na jiné se přenesly obavy z nákazy. Řada dětí se stala závislá na svých mobilech či počítačích. Těmto dětem může prospět řád, který na táborech přirozeně je, abstinence od elektroniky, kontakt s přírodou a s vrstevníky. Pro některé děti to ale může být příliš. Vhodným kompromisem se někdy jeví příměstské tábory, kdy děti tráví večery a noci doma a tak nepřijdou o kontakt s rodiči a svými mobily, o domácí večeře a snídaně, o svou postel.

*Rozhovor připravila Alžběta Čechráková,  
foto: P. Koucká a archiv YMCA*

# Jak pracovat s vnitřní motivací vašich klientů?



*„Posláním od začátku do konce budiž hledati a nalézati způsob, který by umožnil, aby učitelé méně učili, žáci se však více naučili, aby ve školách něměl místa křik, pocit ošklivosti, vědomí marné práce.“*

*Jan Amos Komenský*

## Místo úvodu

Známe to všichni, ať už máme něco důležitého nebo zajímavého pro žáky, diváky či účastníky kurzů, pořád potřebujeme udržovat jejich pozornost. V seriálu článků vám tu zkusím předat nasbírané zkušenosti. Mám naději, že vám to přijde vhod, protože pokud vzbudíte vnitřní motivaci u svých klientů, nemusíte je přesvědčovat... sami budou tím, kdo budou aktivně projevovat zájem.

Budu rád za dotazy, zpětnou vazbu, postřehy... plánuju zdejší příspěvky pak trochu redakčně dofunknout a recyklovat zase pro své lidi. Zrovna připravuju další 8. hodinový kurz metodiky pro slovenské lektory. Počítejte s pěti kapitolami. Ideálně každý den jednu, ale možná se nám téma rozvine víc do šířky a bude mít smysl věnovat tomu víc prostoru.

Co nás čeká:

- 1) Nosná myšlenka
- 2) Esence obsahu
- 3) Klíčové otázky
- 4) SMART cíle
- 5) Aktivizační metody

Pro zjednodušení se budu držet svého “domovského prostředí” lektora a studentů, ale mám vyzkoušené, že to, co vám budu popisovat funguje i v jiném prostředí – v podstatě kdekoli máte obsah k předávání (vzdělávání, obchod, výchova...).

## Nosná myšlenka

kap. 1

Ať už se věnujeme jakémukoli oboru, jednou se dostaneme do bodu, kdy potřebujeme předat našim studentům / posluchačům / klientům... cílové skupině podstatný obsah. Narážíme ale na specifika dnešní doby – je to 1) obrovský přetlak informací, z nichž si všichni musíme hodně filtrovat, abychom to přesycení vůbec zvládali a 2) rozptýlená pozornost, mysl těkající z jednoho podnětu na druhý, třetí... padesátý. Proto, abychom dosáhli úspěchu, potřebujeme zařídit, aby si náš obsah cílová skupina vybrala a udržela pozornost aspoň tak dlouho, než naše sdělení vstřebá.

Děda mi vyprávěl, že měl jako malý málo hraček. Když dostal medvídko, hrál si s ním, “kolik se do medvídko vešlo”. Dnes mají děti tolik desítek hraček, že pokud si toho stejného medvídko vůbec všimnou, záhy ho nahradí jiná hračka. My dospělí jsme podobní, máme tolik zdrojů informací, že je jen povrchně “líznete” a frčíte dál... za jinou zábavou. Pokud bychom předávali náš podstatný obsah tak, „jak to vždycky fungovalo“, pomocí pečlivě sestaveného frontálního výkladu s precizní prezentací,

příp. občasnou otázkou do publika, budeme skvěle připravení max. pro konec 20. století. Ale dnes to nezafunguje.

Dnes lidé nečtou, jen rychle a povrchně "proskenují" obrázky na webu, letáku či jiném nosiči a myšlenky už letí dál... Abychom ten splašený nesoustředěný proud zbrzdili, musíme čtenáře vyloženě "cvrknout do nosu". Jako když kopáč při přehazování zeminy narazí na něco, co připomíná zlatou minci. Zastaví se a s nadějí, že našel něco hodnotného, to "něco" zvedne, očistí a prozkoumá... Tady je naše příležitost: náš student / posluchač / klient lopatou přehazuje tony informací (o které ani možná moc nestojí, ale hrnou se na něj...) a tu najednou narazí na náš obsah, který v něm vzbudí nadějí, že našel něco hodnotného. To "něco" zvedne, očistí a prozkoumá...

Tou zlatou mincí je naše nosná myšlenka. Odpověď na otázku "našeho člověka", řešení jeho problému, pointa, AHA moment... prostě ten poklad, pro který má smysl se zastavit a věnovat objevu svou pozornost. Nosná myšlenka nemůže být moc rozsáhlá, ideálně by měla "zabrat tolik místa v paměti", kolik jsme schopní si dlouhodobě zapamatovat. Zkusme to teď spolu: pamatujete si nějaký dobrý slogan, přísloví, definici, vtip, životní moudro...? OK, tak nyní máme představu o formě. Obsah musí souviset s tím, co je pro naši cílovou skupinu aktuální a představuje opravdovou hodnotu. Ona nějaká obecná moudrá slova, citát... sice mají svou nadčasovou platnost, ale ne pro spěchajícího člověka tady a teď... Proto lidi mají problém vracet se k článkům, knihám, webinářům... řeknou si: "Jo, mám to uložené, vím o tom... až bude chvílka..." Jenže ony ty "dlouhé zimní večery" jsou dnes nějaké hektické, že?

Jaká nosná myšlenka je v tomto seriálu? Pro kontext je fajn znát celý příběh... Před lety jsem se plípl s Power-Pointovými prezentacemi, ale studenti byli pasivní a celkově se mi nedařilo motivovat je ke změnám. Pak přišel dnes již klasický citát z Cimrnanů: "Zkuste to bez drátů, milý Marconi..." A tak jsem se rozhodl prezentace úplně zrušit a všechny metodiky předělat způsobem, jak se v tomto seriálu dozvíte. Výsledek se dostavil, sice ne hned, ale až po několika upgradech metodik, až jsem pochopil důležité postupy a naučil se je aplikovat... to

se v dalších dílech naučíte taky Nicméně současně "bezdrátově" verze metodik se nedají s těmi původními vůbec srovnat.

Pojďme k praktickému kroku. Podívejte se na svůj hodi-  
nový proslov, sérii webinářů, článků... z nadhledu. Představte si pětileté dítě a řekněte mu jednoduše, stručně: 1) O čem to je? ...takto vznikne šikovný podnadpis. Teď 2) Jakou zlatou minci ve vašem obsahu objeví? Pozor na to, hodnota "mince" je subjektivní z pohledu cílové skupiny... Fakt to teď bude chtít trochu tvořivosti (příp-  
flašku dobroho vína), aby ta vaše "zlatá mince" vypadala, jak má. Není to samoučelné.

Pojďme v myšlence dál. Co udělá kopáč, když objeví zlatou minci? Tedy hned po tom, co se přesvědčí o její hodnotě? Třikrát, že zpozorní a začne se zajímat o to, jestli nemá kolem sebe "sestřičky". Podle toho hned poznáte, že jste se trefili A to je moment, kterého jsme chtěli dosáhnout. Náš student / posluchač / klient lopatou už náš obsah neodhazuje jako zeminu, ale s jistotou vnitřní motivací hledá, co dalšího by mohl objevit...

V další kapitole se podíváme na Esenci obsahu.

Už se těším. Co vy? Jdete pro lopatu?

## Esence obsahu

kap. 2

„Nejraději“ jsem měl profesory, kteří asi „100 let“ usilovně studovali svůj obor, resp. malou část svého oboru, ale zato dostatečně do hloubky. Se zaujetím pak na své posluchače chrličili nepřeberné množství detailů, které pro ně byly nepostradatelné, ale nám padaly „rovnou do spamu“. Teď, když už umím taky chrilit množství detailů o různých naprosto zásadních tématech, vidím také, proč jsme se mýlili.

Ano, ty hluboké informace, postřehy, zkušenosti... měly svou reálnou hodnotu. Dokonce by šly i aplikovat, ale to všechno by snad dovedl možná jen ten pan profesor (a to kdoví jestli). Se světem potřeb, či zájmů posluchačů se tato rovina neprotínala. Výsledkem byla (patrně) oboustranná frustrace. Kde je tedy „zakopaný pes“?

Představte si miminko, které pomalu začíná s příkrmy... takové ty mixované kašičky z banánu a tak... Klíčové je, aby to bylo snadno stravitelné, nepůsobilo alergií nebo jinou nepatřičnou zátěží na vyvíjející se



trávicí systém. Každá složka potravy má svůj čas, kdy se do jídelníčku má nasadit, jsou doporučené způsoby přípravy. A když je dítě jedlík, dá si tři lžičky a hotovo. Prostě tak to v životě chodí... Podobně je potřeba upravit i náš obsah. Zpočátku začínáme po troškách a zlehka. Posлуhač vstřebává jen zlomek... Postupně repertoár „chuti“ rozšiřujeme, ale než si „dítě pochutná“ něčem hezky „dospěláckém“, to si holt počká. Podobně i posluchači potřebujeme dát čas a prostor, aby uzrál pro hutnější a dobrodružnější obsah. Můžeme se sice „blysknout“ tím, co všechno známe (jako pan profesor), ale jak to dopadne? Dítě takový obsah vyplivne, nebo i hůř... posluchač nestráví.

Když připravuji obsah pro své posluchače, vycházím aktuálně z toho, jaké mají ONI konkrétní potřeby, co už dovedou (slyšeli toho asi dost, ale počítají se až výsledky z praxe), zjišťuji si proto před kurzem řadu podrobností, mapuju potřeby, kontext. Podobně jako byste na víkend hostili rodinu s miminkem, zjistíte si co nakoupit, jak to upravit, na co dát pozor...

Na kurzech hned od počátku pracuji s evokací. Uděláme si nějakou tu aktivitu na „inventuru“,

jak o tématu smýšlíme, jak máme koncipované hodnoty a priority, jaké dovednosti používáme, jak hluboko sahají naše zkušenosti. Co nám v praxi pomáhá či brání v postupu na vyšší level. Jaké otázky aktuálně řešíme...

Než jsou posluchači připravení na fázi uvědomění, nesmí evokace chybět, nebo proběhnout jen nějak formálně a naprázdno. Z toho, co už vědí, zažili, dovedou (a také chtějí vědět, chtějí zažít a chtějí umět)... začnou tvořit nová spojená a objevovat souvislosti, jen pokud si je aktivně uvědomují a dávají jim smysl věnovat jisté úsilí další tvořivé činnosti. Na otázku PROČ se tématem zabývat? mají odpovědi díky nosné myšlence... našli hodnotu, která jim dává smysl, a hledají její pokračování. Nyní, během fáze evokace, nabírají provozní teplotu, mozek se roztáčí na plné obrátky, do hry vstupuje materiál, který si posluchači již (vědomě či nevědomě) nastřádali.

Jakmile přijde čas na fázi uvědomění, zařazuji aktivity, kdy se hlavně zapojují účastníci programu. Podstatné je, že nyní již jsou účastníci programu (tj. nikoli posluchači přednášky) těmi, kdo aktivně usilují o vytvoření vlastního obsahu, který si jako svůj produkt odnášejí. Např. formou zážitkových technik... ale vhodných forem je

víc. Aktivní tvořivost je v přímém protikladu k pasivnímu konzumu. Výhodou je, že pokud si účastník na pointu (AHA moment) přijde sám, je to jeho dílo, kterého si 1) více váží, 2) dovede závěry obhájit a 3) opětovně odvodit. Pokud bychom to samé „poznání“ jen pasivně předložili ke zkonzumování, posluchač bude více řešit „jestli ho to baví“, příp. že to už určitě slyšel... Moje role spočívá v moderování činností, doprovázení v tvůrčím procesu objevování a příp. mentorském pokládání otázek.

Co se týká nových informací, detailů, teoretických konceptů, přesných definic, statistik... Baví mě je sbírat, analyzovat... ale při přípravě obsahu pro účastníky kurzů se soustředím na práci s tím, co už vědí a usilují o inspiraci ke změnám postojů, propojování jejich znalostí do funkčního systému, který se jim bude lépe a efektivněji používat. Nová data přidávám, jen pokud je to nezbytné (což nastává zřídka), nebo na vyžádání.

Optimálně třetinu času náš mozek potřebuje na reflexi, kdy si v klidu uvědomujeme, co pro nás znamená to, k čemu jsme to vlastně ve fázi uvědomění došli. Co to znamená pro nás, naše pojetí hodnot a jejich priority, jak to ovlivňuje vizi, co z toho vyplývá za praktické další kroky... Smyslem je jak vstřebávání nových AHA momentů, tak zvažování, co s tím dál, aby „setba přinesla maximální úrodu“.

Esence našeho obsahu je tedy v tom, co naši cílové skupině nejlépe napomáhá k růstu, co inspiruje ke změnám. Dospěli jsme do bodu, kdy vidíme obecně celý velký obraz. Ve 3. kapitole půjdeme do detailů na Klíčové otázky.

## **Klíčové otázky**

kap. 3

Zkoušeli jste někdy projít přes (vlastní) zamčené dveře bez klíče? Pěkná otrava, že? Nevypadá to moc dobře třeba pro návštěvu, kterou s sebou vedete :-), a bude to asi docela trvat (pokud s tím nemáte zkušenosti...). No, nejlepší je používat klíč. Souhlas? Podobně to je v situaci, kdy máte obsah, který připravujete pro svou cílovou skupinu. Spousta cenností za zamčenými dveřmi. Dveře představují formu/způsob/cestu, jakou chcete nechat lidi procházet k obsahu, a klíčové otázky jsou tím klíčem, který dveře odemýká a průchod velice usnadňuje.

Dříve jsem si během příprav k tématu navrhl solidní

kupu informací, návazných studijních odkazů, zajímavých příloh... Potřeboval jsem si zajistit úroveň kvality. Měl jsem jedinou „klíčovou“ otázku: „Už mám posbírané vše, co k tématu patří?“

Mám sklon se zavrtávat do detailů, takže příprava např. článku nebo hodinové přednášky zabrala týden, někdy i měsíc příprav... logicky nakonec zbývalo asi 100x více nepoužitého materiálu. Jako konkrétní příklad mohu uvést kurz k dějinám fotografie. Délka kurzu 90 min., použitých fotek 10, textu 1 stránka A4... což bohatě stačilo. Nasbíraného materiálu přes 1 000 velkoformátových fotek, asi 300 stran textů, vše úhledně poskládáno do 70 složek. Ano, jako lektor bych toho měl vědět víc než posluchači, ale v tomto případě bych mohl dát dohromady několika dílnou antologii. Každý se učíme...

Dnes svou badatelskou a tvůrčí energii usměřuji a soustředím se na pět základních částí celého procesu: vysílač – vedení – signál – rušení – přijímač.

Vysílač je ten, kdo připravuje a předává obsah. Tady se ptám:

1) Je to v souladu s celkovou vizí, přibližuje nás to k cíli (zase win-win)? U všeho, co dělám, potřebuji vnímat smysl. Proč by mně nebo klientům mělo vůbec dávat smysl předávání obsahu? (Bereme to hezky ze široka, že?)

2) Když mám jasno, jak to ladí s vizí, zaměřuji se na své motivace, proč to vůbec dělám já. Ono je to poznat, pokud v podvědomí proces přípravy motivuje finanční odměna / splnění povinnosti / snaha ukázat se / chuť pomoci v růstu klientů... (Zkuste si sami na školeních ve vašem prostředí všimnout, jak se různé motivy odrážejí v náplni, kvalitě či atmosféře prezentovaného obsahu.) Je to také otázka, jakou roli mám (měl bych) zastávat, je to v souladu s mou identitou?

3) Nyní už vím PROČ, PROČ JÁ... Teď hledám účelnost – jak to, co budu předávat, půjde neefektivněji používat. Co „z toho bude“, uvažují o dopadu na cílovou skupinu a její okolí, na možnosti šíření pozitivního vlivu. Právě aby veškeré úsilí nakonec nepřišlo vniveč a jen po čase nevyšumělo. Proto nerad přednáším, ale raději inspiroju ke změnám.

Odpovědi jsou možná „moc abstraktní, obecné...“, takové filosofické“, ale dejte si tu práci a NAPIŠTE si je tak, aby vám fungovaly. Rozhodně ušetříte čas místo blouďení slepými uličkami, to je moje cenná zkušenost.

Vedení představuje způsob / formu předávání (e-book, webinář, konzultace...). Možností je spousta, každá si najde své příjemce a podle možností vidím, že širší spektrum je stabilnější. Hlavní úsporou času je „recyklování“ obsahu jak různými formami, tak občasným opakováním... stejně se nepodaří zasáhnout všechny. Během přípravy konkrétní formy obsahu se ptám:

1) Jakou strukturu navrhnu pro informace / dovednosti / postoje, které mají lidé získat? Bude to přehledné? Obsah přidávám po úrovních (jako patra stupňovité pyramidy) podle potřeby. Nejdříve rychlý přehled pro orientaci, jako v encyklopedii. Potom si z obsahu vytvoříme ucelený základ. Následně systematicky kapitulu po kapitole sestupujeme do hlubší odbornosti. Klasické Komenského zásady také pořád platí... Od známého k novému, lépe názorně ukázat a vyzkoušet, než latinsky okecávat... (K metodám se dostaneme v pátém díle).

2) Používám škály (dával jsem vám je k dispozici nedávno), protože správná míra a čas, kterou obsahu věnujeme, je rozhodující. Vzpomínáte na kašičku pro kojence? Je čas na tuto stravu, ale v určený čas musíme začít jíst pevnou stravu, která je už docela jiná. Takže ani tuna přesnídávka „kuřečičko s rýží“ to nezachrání... Myslíte na to při přípravě svého obsahu? Mě dokáže nevhodné zacílení spolehlivě odradit... „potřebuju trhat maso“, ne „olizovat kašičku z dětské lžičky“ Nejsem sám...

3) Ať je forma jakákoliv, nikdy nesmí chybět osobní AHA moment pro každého klienta. Obsah musí „brknout na tu správnou strunu“, jinak to nebude fungovat, což je pro autora obsahu výzva. Znáte to příslovečně: „Pláčeš hezky, ale na špatném hrobě...“ tak přesně tomu se potřebujeme vyhnout.

Signál tvoří podstatu našeho sdělení. V ideálním případě účastník našeho programu, čtenář, student přijme celý náš obsah tak, jak jsme ho odevzdali. Cíle obou stran si musejí odpovídat, aby komunikační most propojil „oba břehy“ funkčně. Právě funkčnost je zde zásadní. Nestačí informovat cílovou skupinu, že existuje

(teoreticky) řešení, které někomu za jistých okolností zafungovalo. Moje otázky směřují konkrétněji. Mám v úmyslu jen informovat (předkládat fakta), nebo ukázu, jak si osvojit dovednosti, díky nimž mi bude řešení trvale fungovat v mých podmínkách a s mými dostupnými prostředky? Motivuji ke změnám postojů, inspiroji svým příkladem, hodnotovým žebříčkem, výsledky z praxe... uplatňuji svůj vliv jako přirozená autorita v oboru? Toto všechno tvoří nedílnou součást signálu, buď náš obsah podpoří, nebo zdiskredituje. Klíčovou otázkou tedy zůstává, jak se vymezuji já jako „vysílač“ vůči svému „signálu“? Ostatní klíčové otázky už bývají technické... zpravidla „Proč to dává smysl?“, „Jak to naplní očekávání?“, „Co způsobuje, že to funguje?“ Záleží na cílech a metodách.

Rušení je cokoliv, co zkruskuje obsah a narušuje pozornost cílové skupiny. Svou roli hrají nedostatek času, stres, nepozornost... Vždy, když něco nejde podle plánu, tak se ptám: Co dělám MÁLO nebo ŠPATNĚ? Jsou okolnosti, které nemohu ovlivnit, ale i v takových případech bych měl mít připravený krizový scénář. Je to na mě.

1) Na mé straně jsou příčiny rušení většinou v tom, že neznám správně svou cílovou skupinu, její očekávání a potřeby. Proto se ptám předem na podrobnosti jak o klientovi, tak i o prostředí, ze kterého klient pochází a kam já vstupuji. Logicky hodně jinak pojatý program budu mít pro žáky gymnázia v knihovně a jiný pro fotbalový tým po zápase, i když to může být stejná početná skupina kluků ve stejném věku.

2) Na straně cílové skupiny je na místě ověření, na co přesně jsou účastníci / klienti připraveni, že máme vyjasněná vzájemná očekávání a dohodnuté reálně splnitelné cíle (o těch v další kapitole). Osvědčilo se mi, když klient „o spolupráci stojí víc než já“. Být v pozici někoho, kdo se vnutil do programu, nebo jen plní roli „zvukové kulisy“... spolehlivě zlikviduje úspěšný „přenos“. Např. na začátku setkání dám prostor k úniku těm, kdo do „studijní skupiny“ nepatří, kdo dorazili z povinnosti „kvůli čárce“ (kreditum, papíru), kdo mají potřebu věnovat svou pozornost čemukoli jinému... Ze zkušenosti, nemá moc smysl pracovat s lidmi, kteří o to opravdu nestojí.

3) Výrazné rušení působí „míjení se v rovinách“, kdy se



pohybujeme každý v jiném světě (kontextu, nastavení... ). Lidově se tomu říká „jeden o voze a druhý o koze“, v praxi spíše „jeden o autech a druhý o kozách“ :-). Podobně působí nedorozumění v terminologii, kdy pod stejnými pojmy chápeme nestejný význam. Také rozdílná hloubka zkušeností, kdy jedna strana předpokládá, že druhá strana... něco zná, dovede či zastává... může narušit celý proces.

Přijímač je klient (cílová skupina) – Pokud náš signál dorazí až k cílovému uživateli, ještě nemáme vyhráno.

1) Měli bychom si být předem jistí, že náš obsah má „připravenou půdu“, přirozeně navazuje na předchozí znalosti, dovednosti a postoje. Existují možnosti konzultací, mentorského doprovázení či koučování, které pracují s tím, jak má klient „položené základy“, jak uloží a zpracuje to, co přinášíme. Pro ilustraci si představte, co nastane, když si koupíte čerstvé maso. Donesete je sice domů, ale k „výbornému nedělnímu obědu pro celou rodinu“ ještě schází řada kroků. Shodneme se, že nákup uložíme do ledničky? Jaké budou další kroky? Podobně

se i klientovo „zpracovávání, trávení a aplikování“ našeho obsahu do každodenní rutiny neobejde bez řady kroků, které mohou zabrat dost času.

2) Měli bychom být připraveni na psychologické zákonitosti, které celý proces ovlivňují. Např. že prodávající emoce, rozum si to pak už nějak musí obhájit, proto jsou fajn dobré prodejní argumenty, ale rozhodující může být už první dojem, neodolatelná touha klienta, pocit ztráty... Do hry vstupuje etická rovina, kdy bychom měli vědět, jaká je naše identita, nikoli testovat hranice, kam až můžeme zajít, aby to bylo „ještě v pohodě“.

3) Zkoušeli jste se s dětmi bavit o tom, jaký je rozdíl mezi „potřebuji“ a „chci“? Takové brambůrky a kola patří na přední místa dětských „potřeb“, ale realita je jinde, že? Podobně i při práci s naším obsahem a laděním představ klienta o tom, co „potřebuje“ a co reálně potřebuje. Pořád zůstáváme v roli autority a my jako tvůrci obsahu garantujeme kvalitu. Dovolím si připomenout slavný citát Steva Jobse: „Lidé často nevědí, co chtějí, dokud jim to neukážete.“

Pokud se vám podaří osvojit si tyto principy intuitivně, pokud si budete všímat toho, co je důležité, mohu vám zaručit, že obsah, který budete tvořit, bude:

1) Efektivní, neboť se vám s ním budou dobře plnit SMART cíle.

2) Ušetří spoustu času, protože nebudete plýtvat silami na tvorbu později nepoužívaného materiálu.

3) Budete zaslouženě sbírat pozitivní zpětnou vazbu a váš vliv na cílovou skupinu poroste.

Nyní se umíme zorientovat v problematice, umíme se dobře ptát. To je skvělé výchozí místo proto, abychom si naplánovali dobře cíle. Cílům se budeme věnovat ve čtvrté kapitole.

*Dokončení v příštím čísle.*

*Pavel Slepíčka, YMCA Olomouc, foto: archiv YMCA*

## YMCA v zahraničí – kreativní luštění!

**1) Spoj rovnou čarou název evropské země s jejím popisem! Z rovných čar vznikne obrázek jedné ze světových vlajek. Poznáš, které zemi patří? A dokážeš ji správně vybarvit?**

Zde byla založena YMCA v roce 1844

Belgie

YMCA je v Evropě aktivní ve 37 zemích. YMCA zatím nefunguje v této zemi:

Nejvíce dobrovolníků v Evropě má YMCA v této zemi (78 tisíc)

Lucembursko

Z této země pochází prezidentka celoevropského sdružení YMCA Europe, Emma Osmundsen

Anglie (Velká Británie)

Švýcarsko

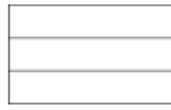
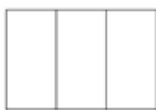
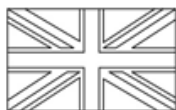
V této zemi poskytuje YMCA ubytování a přístřeší lidem bez domova a v nouzi, nabízí celkem 8 800 postelí.

Evropské sdružení YMCA Europe má v této zemi sídlo

Celosvětová aliance YMCA má v této zemi sídlo

Německo

**2) V úkolu výše je zmíněno několik zemí. Poznáš, které zemi patří která vlajka? A dokážeš je opět správně vybarvit?**





MADETA



# Lipánek na táboře



**SBÍREJ KÓDY pod obalem a VYHRAJ s Lipánkem  
DOBRODRUŽNÝ POBYT na táboře a další SUPER CENY**



Více o soutěži na [www.lipanek.cz](http://www.lipanek.cz)



## Léto s Ymkou – to je hlavně čas strávený na táboře!

Ve spolupráci s Madetou jsme připravili soutěž pro všechny děti, které mají rády přírodu, společné hry, tvoření, aktivní odpočinek a které mají kuráž vyrazit za jedinečným prázdninovým zážitkem.

V soutěži s Lipánkem můžou sbírat samolepky s táborovou tematikou, lepit je do soutěžního alba a pomocí kódů pod víčky soutěžit o 30 míst na letním táboře na Soběšíně, produkty Madety a ymkařské propagační předměty! Soutěž potrvá od poloviny března do poloviny června 2022, více o ní se dozvíte na [www.lipanek.cz](http://www.lipanek.cz).

Přineste si i vy z obchodu svého Lipánka s logem YMCA!



**TÁBOR – to je prostor pro zážitky, dobrodružství, přátelství, legraci, objevování, odpočinek, nový pohled na svět, ... Tábor je prostor pro Tebe!**

- ▶ Máte volná místa na táboře? Dejte nám vědět! Pošlete bližší informace na ústředí, rádi je zveřejníme a předáme zájemcům!
- ▶ Máte ze svých táborů kvalitní a krásné fotky? Zapojili byste se rádi do tvorby obsahu naší propagace a např. reportovali z vašeho tábora? Ozvěte se prosím na ústředí!

# Слава Україні!



## YMCA a válka na Ukrajině

**YMCA po celém světě samozřejmě reaguje na události na Ukrajině. Přinášíme rychlý přehled útržkovitých zpráv. Děkujeme všem, kteří se jakýmkoliv způsobem podílejí na pomoci potřebným.**

### ► Prohlášení YMCA v ČR (z 24. 2.) PROHLÁŠENÍ K UDÁLOSTEM NA UKRAJINĚ

Plnění našeho poslání spočívá i ve výchově k demokracii, toleranci a občanské zodpovědnosti. Právě proto v tuto chvíli nemůžeme mlčet.

Aktuální události na Ukrajině nás osobně zasáhly. Mnoho z nás zde má přátele, známé a možná i rodinné příslušníky. Předsedkyně, členové statutárního orgánu a celá YMCA v ČR důrazně odsuzuje agresi ze strany Ruské federace a modlí se za bezpečí a sílu pro všechny zasažené obyvatele.

Vyzýváme každého z vás, aby zvážil možnosti pomoci a podpory. Modlíme se za moudré řešení konfliktu. YMCA v ČR je připravena poskytnout smysluplnou pomoc YMCA Ukraine a YMCA Russia a podpořit je v jejich humanitární a mírové práci.

► 18

► **Donate for Ukraine dobročinná sbírka pořádaná YMCA Europe,** YMCA pomáhá lidem na Ukrajině a při odchodu z Ukrajiny s přístřeškem, příkrývkami, hygienickými výrobky, základními potřebami a zdravotnickým materiálem.

Pomozte prosím darováním. Každá částka je vítána. (k 28. 2. v 8:10).

Zprávy z Ukrajiny jsou hluboce znepokojující a šokující. Bez ohledu na nejistotu této politické a humanitární krize YMCA Europe a naši globální partneři udržují naše odhodlání a odhodlání podporovat ty, kteří to potřebují, když se snažíme o mír a spravedlnost.

YMCA Europe má schopnost nastavit, vést a provádět krátkodobé/středně/dlouhodobé strategie a podle toho reagovat.

YMCA na Ukrajině a naši kolegové již trpí následky této nepředvídatelné krize. Jako okamžitý zásah spouštíme tuto sbírkovou kampaň, která nám umožní mobilizovat zdroje a reagovat na okamžité objevující se potřeby.

## ► Ymky u nás

- YMCA Plzeň okamžitě (25. 2.) zorganizovala v Tlučíně humanitární sbírku pro Ukrajinu (viz foto).
- YMCA JH: Již desátý rok pořádáme akci PAMATUJ! nejen jako připomínku obětí holocaustu, ale také jako formu boje s nenávisť v společnosti. Válka na Ukrajině tuto myšlenku strašlivě zpřítomňuje a činí ji děsivě aktuální. Jako formu podpory Ukrajině chceme proto celý VÝTĚZEK dobrovolného vstupného na program Sto zázkru (9. 3. od 16.30 v husitském kostele - 188/ I) odeslat do sbírky POMOZTE UKRAJINĚ s Paměť národa <https://www.darujme.cz/projekt/1205934>. Pokud se na tento program chystáte, budeme rádi, když nám pomůžete takto Ukrajinu podpořit.
- YMCA Husinec provedla sbírku potřebných věcí a dopravila dvě dodávky na ukrajinskou hranici.

## ► YMCA ve světě

- YMCA Moldavsko strávila den prací s místním partnerem Daac Hermes na přípravě balíčků nezbytností pro lidi prchající z Ukrajiny.
- YMCA Rumunsko se na ukrajinské hranici připojila k dalším organizacím na podporu lidí na útěku.

## ► Shrnutí:

Zástupci YMCA pomáhají lidem na Ukrajině a při odchodu z ní a shánějí přístřeší, dodávají příkrývky, hygienické prostředky, základní pomůcky a zdravotnické potřeby. Ymkaři z Rumunska pomáhají přímo na hraničních přechodech, moldavská Ymka posílá materiální pomoc. Pomozte prosím darováním. Každá částka je vítána. Děkuje!

Naši kolegové z YMCA Rumunsko v čele s Alinou Pop (generální sekretářkou) a prezidentem Carpovem Danem jsou v současné době na přechodu mezi Romem a Ukrajinou na severozápadní hranici. Ti, kteří utíkají z Ukrajiny, nabízejí přímou podporu.

Společně s představiteli oblasti a dalšími neziskovými organizacemi usilují o zajištění základních služeb pro všechny potřebné: ubytování, stravování, dopravu a první pomoc.

V současné době získáváme finanční prostředky na podporu uprchlíků a včas podporujeme organizace YMCA po celé Ukrajině. Každá malá pomoc znamená v této zoufalé době hodně. A vyzýváme všechny, aby se sešli a ukázali, že prostřednictvím této noční mýry je na obzoru světlo naděje!

## ► Prohlášení YMCA Russia:

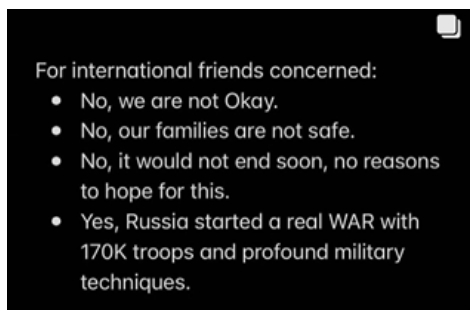
Vážení přátelé YMCA na Ukrajině, v Rusku a po celém světě, stejně jako vy všichni se díváme na válku na Ukrajině s bolestí v srdci. Jsme hnutí, které spojuje lidi, podporuje mezinárodní přátelství a partnerství, vzájemné porozumění a spolupráci; a nemůžeme pochopit a podporovat žádnou válku – ať už na Ukrajině nebo v jiné části světa.

Bolí nás duše, protože Rusko a Ukrajina mají společnou historii, kulturu a křesťanské tradice. Díváme se na lidi na Ukrajině jako na naše bratry a sestry. Modlíme se za mír na Ukrajině a v Rusku a budeme i nadále poskytovat mladým lidem v našich zemích prostory kde se mohou setkávat, mluvit a budovat lepší budoucnost.

## ► YMCA Ukraine:

Místní organizace YMCA v mnoha ukrajinských městech poskytují zásadní služby místním komunitám a vnitřně vysídleným osobám. Národní YMCA koordinuje z Kyjeva.

## ► Z facebooku YMCA Kyjev (Facebook)



Julie Bergerová, koordinátor PR,  
foto: YMCA Plzeň

# Leden v Kůlcentru YMCA Orlová



**Celý měsíc leden se nesl především ve znamení stavění lega a hraní karetních a deskových her.**

Jak už jsem se zmínila výše, v lednu u nás v Kůlcentru YMCA Orlová kralovalo lego. Chlapci i děvčata postavili nespočet značek automobilů a lodí, různých druhů budov, ale i zvířat. Děvčata zaujala nejvíce tematika lega s princeznami.

Další hra, která se hned na první dobrou ujala, nese název Ubongo. Tato hra spočívá v tom, že všichni hráči se snaží sestavit skládačku z barevných dílků, na kterých jsou vyobrazená roztomilá zvířátka. Ten, kdo zadání složí jako první, musí ihned zvolat heslo: Ubongo! Jako odměnu za úspěšné složení dostane diamanty. Kdo získá nejvíc diamantů po ukončení hry, stává se vítězem.

V neposlední řadě zaujaly své místo u dětí hry jako je Karak, Uno nebo Goblíci.

Tímto článkem bychom vám všem chtěli popřát, ať se rok 2022 nese ve znamení hlavně zdraví, lásky a mnoha úspěchů v osobním i pracovním životě.

Děkujeme také za dlouhou podporu Ministerstvu školství, mládeže a tělovýchovy ČR, městu Orlová, Moravskoslezskému kraji, Úřadu práce, Domu kultury města Orlové, p. o., a EURODESKU. Bez podpory těchto organizací bychom nemohli existovat ani pracovat s dětmi a mládeží.

*Nikola Niesytová, Kůl Centrum YMCA Orlová,  
foto: archiv autorky textu*

# Představení živého betléma



Po roční odmlce jsme opět mohli hrát předvánoční představení Živého betléma na dvou místech – na Prusinách a na náměstí ve Spáleném Poříčí. Jsme rádi, že tímto způsobem můžeme účastníkům i divákům přiblížit biblický příběh narození Ježíše Krista.

Na přípravě představení se podílelo 35 dětí z okolních vesnic, většinou z nevěřících rodin. Děti dostaly jako

dárek krásné balíčky, jejichž součástí byla i dětská ilustrovaná Bible.

*Gabriela Soukupová, YMCA Plzeň, foto: archiv autorky textu; podívejte se i na web Proteinu na další a hlavně barevné fotografie.*

# Léto 2022 s Ymkou v zahraničí



**Léto se už pomalu blíží a s ním i řada chystaných zajímavých mezinárodních akcí. Podobně jako minulé roky, i letos bude možné se na některé z nich jet s Ymkou podívat! YMCA nabízí možnost vyjet na různé mezinárodní akce a zahraniční programy jak svým členům, tak i nečlenům. I když je v současné době cestování kvůli různým opatřením někde omezené, počítáme s tím, že letní programy by se měly konat pravděpodobně všechny, podobně jako minulý rok.**

Měli byste chuť získat nové cenné zkušenosti? A třeba i někde s něčím užitečným pomoci jako dobrovolník? Získat nové přátele, dovednosti a třeba i nový pohled na svět? Zlepšit se v cizím jazyce a zažít nové dobrodružství v zahraničí? A třeba i poznat, jak YMCA funguje jinde? Pokud ano, určitě se neváhejte na některý ze zahraničních programů přihlásit!

Veškeré aktuální informace o programech, kterých je možné se letos zúčastnit, najdete na webových stránkách <http://www.ymca.cz/zahranicni-progra->

my/zahraktuality/, na některé slibné a každoročně oblíbené letní akce bych vás ráda tímto pozvala osobně. Jde konkrétně o:

## ► 1) YMCA Youth Workers Camp

- mezinárodní letní tábor YMCA v Německu je organizován hlavně pro dobrovolníky a mladé vedoucí (kroužků, táborů), kde je součástí programu i volitelný program pro skauty a tensingáře. Cílem kempu je obohatit mladé vedoucí a dát jim tipy na hry, aktivity a programy, které pak mohou využít ve svých Ymkách, při vedení programů a táborů pro děti i mladé. Zajímavou součástí je např. volitelný kurz pro ty, kteří se chtějí naučit stavět táborovou základnu v korunách stromů, tzv. „Treehouse camps“. Akce se společně zúčastní 6 lidí z ČR, celkem bude na táboře bude 80 mladých.

Akce proběhne 23.–31. 7., v kempu Storkow v Německu nedaleko Berlína, v angličtině. Určena je účastníkům ve věku 16–25 let. Cena: 150 Euro, příspěvek pro člena Ymky na účast bude poskytnut ve výši 100 Euro, doprava by měla být pak pro účastníky zdarma z evropské dotace. Akce je možné se účastnit i jako vedoucí.

## ► 2) Youth Unify

– ymkařská mládežnická celoevropská křesťanská konference ve formě letního kempu se bude konat letos na Ukrajině u moře. Letos se bude konat již 5. ročník, minulé roky byly kempy velice úspěšné. Cílem této akce je propojit mladé aktivní lidi z Ymků, kteří chtějí společně duchovně růst, zároveň se dozvědět více o důležitosti křesťanství v Ymce a zažít společné dobrodružství. Na akci společně zamíří asi pětičlenná česká skupina.

Akce se bude konat 21.–27. 8. v Odesse (Ukrajina), určena je účastníkům ve věku 14–24 let. Hlavním jazykem bude angličtina. Účastnický poplatek je ve výši 180 Euro, prvním pěti přihlášených členů Ymků celý poplatek uhradí česká YMCA, dopravu si hradí účastník sám (cca 3000 Kč za letenku).

## ► 3) Y-camp

– mezinárodní křesťanský letní tábor v Německu se každý rok koná pro mladé lidi z celého světa. Minulý rok se akce zúčastnilo i 5 mladých ymkařů z ČR, kteří se vrátili nadšení. Letos opět plánujeme na akci vyslat 5–10 mladých lidí z ČR.

Kemp se bude konat 12.–18. 8., v CVJM kempu na břehu Wagineer See (Německo). Účastnit se akce mohou mladí ve věku 16–26 let, cena kempu je 125 Euro, přičemž členové české Ymků mohou požádat o příspěvek na účast v hodnotě 2000 Kč. Dopravu (na nejbližší vlakovou/autobusovou zastávku) si každý zajišťuje a platí sám.

## ► 4) International Youth and English Language Camp v Německu v Campu Hohenheiche

– je pořádaný Ymkou Thüringen a Christian Mission z USA a je zaměřen na výuku angličtiny. Účastnit se ho budou účastníci z Německa a ČR, vedoucí pak budou z Německa a USA. Konat se bude v termínu 20.–26. 8. v kempu Hohenheiche v Německu, určen je mladým ymkařům ve věku 13–17 let. Na tuto akci je možné jet i jako mladý praktikant (18–30 let starý). Cena pro účastníka je 115 Euro, Česká YMCA pak poskytuje příspěvek pro člena Ymků na účast a dopravu v hodnotě 1000 Kč.

Nabídka programů je opravdu bohatá, na webu pak najdete nabídku akcí i pro zájemce starší třiceti let. Veškeré případné dotazy směřujte na zahraničního sekretáře YMCA Sárů Dzvonicovku (email: [ymca@ymca.cz](mailto:ymca@ymca.cz)).

# K Ř E S Ť A N S K Á R E V U E

DVOUMĚSÍČNÍK PRO ODPOVĚDNÝ DIALOG

téma, časové úvahy, eseje a studie, rozhovor, kultura, poezie, diskuse – polemika

## KR 4/2021

### Hřích

#### Redakční úvodník

Pavol Bargár

#### Téma:

Koho dnes ještě zajímá hřích? | Petr Gallus  
Hřích z hlediska rabinského judaismu | Daniel Mayer  
Hřích v pohledu Starého zákona | Lukáš Klíma  
O hřichu podle Nového zákona | Jan Roskovec  
Pojetí hřichu u papeže Františka | Petr Jandejsek  
Hřích ve zpovědnici | Michal Podzimek  
Hřích jako pokušení moci | Ladislav Pokorný  
Hřích a svátost smíření. Katolická teorie a praxe | Libor Ovečka  
Klasifikace a seznamy hříchů

#### Rozhovor:

Radost ze života (s Václavem Vackem)

#### Eseje:

Čtvrtý ze čtyř článků: O trestání smrtelných hříchů | Robert Hart  
Blahoslavení chudobní | Štefan Šrobár

#### Recenze:

Robert Hart: Ve víru tance  
Petr Krejčí, Pavel Hošek: Jan Karafiát: Paměti spisovatele  
Brouček

#### Kultura:

Pavol Bargár: Dámský gambit



#### Vydává Oikumené – Akademická YMCA

KR má 56 stran, vychází 6 x ročně, předplatné na rok 250 Kč.

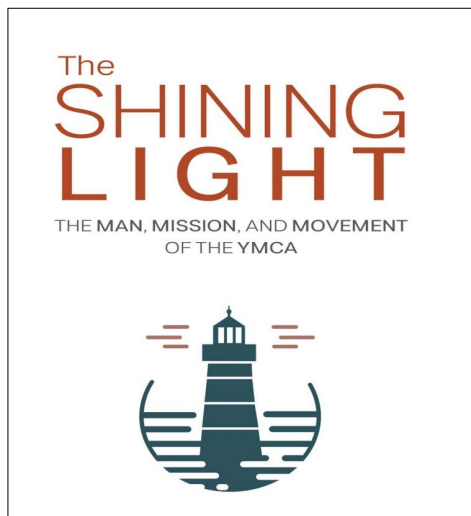
Doporučená cena jednotlivého čísla ročníku je 45 Kč.

[predplatne@krestanskarevue.cz](mailto:predplatne@krestanskarevue.cz)

[www.krestanskarevue.cz](http://www.krestanskarevue.cz)

# The Shining Light

THE MAN, MISSION, AND MOVEMENT OF THE YMCA



**Minulý rok vyšla v angličtině zbrusu nová kniha o YMCA. V krátkosti a jednoduchým jazykem přibližuje čtenářům příběh Ymky, poutavě vypráví o životě jejího zakladatele George Williamse, a výstižně shrnuje, jak a proč vlastně YMCA vůbec byla založena.**

Jaká je její mise, na jakých hodnotách stojí, co je jejím cílem. „Miluji Ymku,“ světuje se v knize spisovatel, ymkař a pastor v jedné osobě David Newman, „Miluji její příběh, lidi, ymkaře. Miluji její odvážné posláním, které nás silně ovlivňuje už téměř dvě století.“

A její zakladatel, George Williams, poměrně neznámý muž, kterého si Bůh použil k rozsvícení mocného majáku, je pro mne velkou inspirací.“

Měli byste chuť si také inspirativní příběh Ymky přečíst? Čtivou knihu si můžete objednat online na Amazon.com, případně je možné si ji vypůjčit k přečtení na ústředí YMCA v ČR. Případní zájemci o zapůjčení knihy mohou napsat na sekretariat@ymca.cz. Myslím, že svého rozhodnutí se do knihy začíst určitě nebudete litovat!

*Sára Dzvoničková, sekretář pro zahraničí*



# STRUČNĚ

► Na sklonku loňského roku se stěhoval nízkoprahový klub YMCA Praha, Ymkárium na Jižním Městě. V novém prostoru YMCA otevřela i registrovanou sociálně aktivizační službu pro rodiny v nesnázích. Poslední roky byly pro mnoho rodin obzvlášť náročné, a tak přejme nové služby, aby se jí dařilo být kvalitním záchranným kruhem.

► YMCA Jindřichův Hradec pravidelně otevírá dveře své Kavárničky střední a starší generaci, aby měla prostor společně se setkat u kávy nebo čaje ve vlnidném prostředí a popovídat si. K tomu jí jednou za měsíc nabídne program z četby, promítání z cest, portréty zajímavých osobností nebo setkání s hostem. Inspirativní, co říkáte?

► Viktorie Jílková – to je juniorská světová šampionka v thajském boxu, mistryně Evropy v boxu, zároveň členka juniorské hokejové reprezentace a navíc členka YMCA Plzeň! Kromě svých pravidelných tréninků v boxerském oddíle Victoria YMCA Plzeň si udělá čas i na předávání svých dovedností druhým – třeba když v lednu vedla trénink kluků z kroužku sebeobrany.

► Dobrovolníci YMCA Orlová se úspěšně zapojili do Tříkrálové sbírky. Jejich kolednické týmy vinšovaly zdraví i štěstí ostošest - a výtěžek z koledování věnovaly na vybavení nového Domova pro seniory v Dětmárovicích.

► YMCA Plzeň pokračuje v sérii svých stezek pro rodiny s dětmi – ve vánočním čase připravila nejen Střížovickou stezku se zastaveními s obrázky z českých pohádek a pohádkovým kvízem, ale i stezku Vánoční příběh v lese pod Radyní.

► YMCA Jindřichův Hradec tradičně spolupochází vzpomínkovou akci PAMATUJ! k uctění památky obětí holocaustu. Během happeningu na hlavním náměstí se její pěvecký sbor Jakoubek spojí s dalšími třemi sbory ke zpěvu české státní hymny, vyznání víry Shema Jisrael a písně Hatikva. Letos ve středu 9. března 2022, od 16 hodin.

► „Čas je to nejcennější, co máme“, říká YMCA Setkání a srdečně zve všechny otce, aby strávili víkend se svými odrostlejšími dětmi (13–16 let) v Domě setkání v Dolních Albeřicích. Akce Experiment 2022 se tu koná ve dnech 22.–24. dubna. O měsíc později, 20.–22. května, tu přivítají maminky s dcerami (8–14 let) na tvořivém víkendovém programu „Klíče aneb odemkni své fantazii“.

► YMCA Strmilov vyrazí letos na nové tábořiště Strojatin v Studence. Máte-li doma dítě od 1. do 8. třídy ZŠ, které by ocenilo kousek prázdnin strávených na samotě uprostřed přírody, s přírodním rybníkem na koupání a širokou paletou zábavy, her a pohybu, přihlaste se u Ymky Strmilov!

► „Uklidme Česko, uklidme Silůvky!“, volá do světa oddíl 4. oddíl YMCA Skaut. Připojte se i vy k celostátní úklidové akci, která se letos koná v sobotu 2. dubna a zveleďte své vlastní okolí!

► Anglická kniha Davida Newmana „The Shining Light“ je čtivým příběhem o Ymce, jejím zakladateli a vizi. České Ymce několik kusů věnoval darem autor a iniciativa The reason why. Máte-li o ni zájem, poptejte pár zbývajících kusů na ústředí.

► S nadcházející novou sezónou jsme doplnili sklad propagačních předmětů YMCA. Koukněte na jejich aktuální nabídku na webu [www.ymca.cz](http://www.ymca.cz) – z novinek vás jistě zaujmou USB disky s gravírovanou grafikou YMCA CZ, bambusové propisky nebo multifunkční šátky.

► 17. února oslavil své 85. narozeniny náš ambasador, herec Jan Přeučil – moc gratulujeme, přejeme pevné zdraví a stálý elán!



Julie Bergerová, koordinátorka PR a komunikace

# Cyklus Vzpomínání na Ymku

**V následující rubrice vám přibližujeme významné osobnosti Ymky jejich vlastními slovy. Další pamětnicí je Hanka Šormová, bývalá dlouholetá ředitelka YMCA Praha, členka výboru YMCA Praha a držitelka Ocenění za zásluhy a dlouhodobý přínos YMCA.**

**Přestože se Hanka narodila v 50. letech, kdy byla Ymka zakázaná, její slova dokazují, že duch YMCA přežíval dál v prostředí církve, zejména na brigádách mládeže. Po tom, co jí vyrostly děti (po létech strávených na mateřských a rodičovských „dovolených“ a péči o seniory v Jílovém u Prahy), se Hanka rozhodla, že by si chtěla najít práci, která by ji bavila a naplňovala, kde by mohla naplno rozvinout své schopnosti.**

Dostala jsem se (do Ymky, pozn. red.) přes Pavla Hlaváče, on asi dostal do Ymky kdekoho, protože jsme se právě znali z evangelické církve a on mi tehdy řekl (...): „No, tak jdi pracovat do Ymky, tý Ymce to dlužíš. Když jsi jezdila na evangelický brigády, tak to bylo pokračování Ymky, ani jsi o tom nevěděla!“ Takže mě takhle do toho navezl.

Nastupovala jsem v r. 1994 jako asistent programového sekretáře v pražské Ymce, prvním sekretářem byla Petra Otrřisalová. (...) A potom za rok a půl nebo za dva roky Petra odešla a já jsem nastoupila na místo sekretáře. Tím jsem byla až do té doby, než jsem odešla (do důchodu, pozn. red.) a to bylo roku 2015. 21 let.

**Hanka byla u zrodu mnoha aktivit YMCA Praha.**

(...) začínalo první mateřské centrum a já jako ta asistentka jsem v něm dělala i tu přímou práci s dětmi, hlídala jsem děti a dělala programy s maminkami, takže to byly takové první kontakty s lidmi a s ymkařskou ekuménou, což bylo hrozně fajn, protože tady byli lidé z různých církví a to mě na Ymce hodně bavilo. Lidé různí, ale člověk zjistil, že když jsou to lidé obětaví a aktivní, tak jedou na nějaký duchovní zdroj, ať už jsou z jakékoli církve. To se mi na Ymce moc líbí (...)

Já jsem tedy úplně u toho prvního vzniku (mateřských center, pozn. red.) nebyla, ale co vím, tak

to byl projekt, který jedna známá, Růt Kolínská, přivezla z Německa (...) a tady na Poříčci vzniklo vůbec první centrum v republice. Mateřská centra začínala právě úplně dobrovolnický, zdola. A nejdřív bylo tady (v Paláci YMCA, pozn. red.), pak se jedna maminka, která ho spoluzakládala, přestěhovala na Černý most, tak jsme pod Ymkou založili další na Černém mostě. Podobně to pak bylo s Domečkem na Jižním městě. Pak se teprve mateřská centra profesionalizovala, to je podle mě teprve nějakých 10, 15 let, kdy jsme začali mít placeného vedoucího, dřív to bylo úplně všechno dobrovolnické.

**Počátky Ten Singu, táborů a přátelství na celý život...**

Tou dobou začínal i Ten Sing. Když jsem tu nastupovala, tak právě přijeli za zájezdu do Norska, tak to byla taky velká sláva kolem Tensingu. V přízemí budovy bylo taky Informační centrum a knihovna, byly tu i různé oddíly, které pak postupně buď vymizely, nebo přestaly: (...) modeláři, potápěči. A tábory byly. A to byla také jedna z věcí, která mě vlastně u Ymky udržela. Protože hned po roce mi Petr Kolář, který vedl tábor na Vlčici, nabídl, abych pomáhala vařit. Tam jsem poznala Vlčiči a táborovou atmosféru a to pro mě bylo úžasné. A za ta léta děti vyrůstaly a z některých se stali vedoucí. Do dneška se jednou ročně scházíme na Vlčici s některými z nich a jejich dětmi. To jsou taková velká přátelství... Stejně tak z mateřského centra, tam tehdy začínalo takové podhoubí dětí, se kterými jsem zpívala, a potom některé přešly i do Ten Singu. To byla celá moje parta, držíme spolu pořád. Později začaly i ty novější programy, už nejen v Paláci YMCA.

**Po nadšeném rozjezdu přišly starosti o peníze a YMCA Praha se začala z Paláce YMCA postupně přesouvat na periferie, blíže ke své cílové skupině...**

Já jsem přišla do Ymky ve chvíli, kdy cíl byl naplnit Budovu Paláce YMCA činností, životem. (...) Pak ale



přicházela poměrně těžká léta pro pražskou Ymku, protože z té výzvy, aby tu bylo co nejvíc aktivit, se pohled posunul a bylo třeba myslet na to, kde se na to vezmou peníze, a že je třeba platit za prostory v Paláci. A tak činnost z Paláce postupně mizela, museli jsme vymýšlet, jak ji financovat. Vlastně se rozpočítalo, kolik život v domě stojí a my jsme to jako YMCA Praha nemohli utáhnout. Ale jak říkám, i špatné věci mohou být novou výzvou a vlastně jsou k něčemu dobré. My jsme tady ještě měli zkušebnu pro Ten Sing a tam vznikl požár. To byla poslední tečka, že jsme vyhořeli a nové prostory už se nám neupravovaly a vymýšleli jsme, kam se vrtnout jinam.

Tehdy tu působil Radim Žárský a Jana tehdy Vysoká, později Žárská a vlastně i z jejich strany přišly podněty, že by ta YMCA neměla sedět jenom v tom honosném domě, ale měla by jít mezi lidi. Takže jsme to vzali jako výzvu a sehnali jsme na Jižním městě, na tom nejhrubším sídlišti, prostor, který jsme si pak přebudovali jako klub Ymkárium. Řekli jsme si, že to bude klub pro mládež, měli jsme zkušebnu na pronájem a učili jsme se, jak to dělat. Když jsme zařizovali klub pro mládež, už se mluvilo v sociálních službách o nízkoprahových klubech, tak jsme se rozhodli, že budeme dělat nízkoprahový klub. A to mělo taky určitý vývoj, protože jsme měli své spole-

čenství a představovali jsme si, jak budeme vést ten klub a když k nám přišel na první supervizi pan Racek, který už tehdy dělal v Jižním pólu, tak říkal: (...) „To je vám tady dobře, to je prima, ale jak se sem vejdou ty klienti?“ Abychom na ně měli dost místa a soustředění. Takže nás učil, jaké to je dělat něco pro druhé zase jiným způsobem. A tak tam vznikly první nízkoprahové služby a pak jsme je registrovali a prošli auditem kvality. To snad byl programově největší posun (...), který se podařil v mé práci. Nízkoprahové služby v pražské Ymce pořád fungují, rozrůstají se, teď jsme na Praze 10 vyhráli konkurz na další klub (...).

### **Přerod od nadšeneckého dobrovolnictví k profesionální organizaci...**

Já myslím, že to nadšenecké a živelné už prostě nejde, když se organizace zvětšuje. Třeba u sociálních služeb si myslím, že je to opravdu dobře, že to dělají lidi, kteří mají vzdělání. I u těch táborů je dobře, (...) že jsou to lidé vyškolení.

Když jsem začínala, nebo prvních 10 let, dá se říct, že byli všichni dobrovolníci a já jediná jsem byla placená. Vždycky jsem jako placená měla pocit, že musím těm dobrovolníkům udělat prostor, aby oni mohli dělat to, co je bude naplňovat a těšit a že já jsem pla-



cená od toho, abych udělala tu administrativu, tu bilbou práci. (...) Právě proto, že já jsem se do Ymky dostala také ne jako dobrovolník, ale jako pracovník, a přitom jsem k ní srdcem přilnula a byl to celý můj život, tak si myslím, že to nevádí, že je to zaměstnání. Tady nikdy nešlo o peníze ani o přesnou pracovní dobu.

### **Hanka Šormová má velkou zásluhu na udržení kontaktu s prvorepublikovými a poválečnými Ymkaři a tím také na předávání ymkařských tradic.**

To byl velký kus mého života, moje nabíjení baterek. Protože rok po tom, co jsem přišla do Ymky, Naňka Oplatková z ústředí udělala na Soběšíně setkání seniorů z dávných let. Našla jejich adresy a dala je dohromady. A já jsem na tomto setkání byla. (...) Tehdy byl takovým hlavním tahounem Honza Vaníček, jeden z pražských seniorů. A tak jsme pak každý rok v září dělali víkendová setkání seniorů a zvali jsme tam i ty zahraniční a i ty pražské. A bylo to moc fajn. Tři dny jsme se snažili dělat všechny rituály, které oni dělali na táborech, takže mě všechno naučili a sportovali jsme a smáli

jsme se a zpívali. Také jsem sledovala (...) takový vývoj, (...) na začátku, když se ti seniori po revoluci sešli, tak to bylo hodně těžké, protože část lidí odešla do zahraničí a měla se tam najednou velmi dobře. Část lidí byla tady a byla perzekuována, takže se měli úplně zle. A část lidí to tady nějak přečkala, abych tak řekla, s různou měrou poklonkovaní režimu. A každá ta skupina měla na ten život a na to, jak to mělo být, trochu jiný pohled. Bylo fajn, že se to po letech trochu urovnalo, že se to neřešilo a že ti lidé to neprožívali jako nějaký velký bolestí. (...) Taky jsem tam vezla pana Antonína Suma, což byl sekretář Jana Masaryka, byl v uranových dolech, dělal kominíka a jeho život byl bohatý a bolestný, ale hezky si o tom povídali a bylo to fajn. Ten mě toho moc dal. Všichni! I ti, kteří to tady přečkali a snažili se uchovat ymkařského ducha na pionýrských nebo ROH táborech, tak byli také dobří.

### **Křesťanství v Ymce**

Tam (na setkání seniorů, pozn. red.) jsme i řešili to, co jsme v Ymce řešili dost často: tu míru křesťanství. Protože seniori křesťanství moc nevnímali a musím říct, že

mezi těmi, co přečkali válku, bylo poměrně málo věřících. Křesťanství v Ymce vnímali spíš přes písničky a věděli, že ráno byla tzv. charakterka, což bylo zamyšlení. Takže jsem jim tam dělávala charakterky a biblická zamyšlení a když byla neděle, tak jsme udělali i pobožnost. A vím, že jsme pak o tom dost často mluvili a myslím si, že to pro ně bylo důležité. Zatímco práce v pražské Ymce, co jsem zažila, byla vždycky založená na křesťanských základech. Dokonce jeden čas jsme tu měli moc hezkou aktivitu, modlitební setkání nebo porady začínaly nějakým zamyšlením. Ale vždycky to bylo tak, že zde byla řada lidí nevěřících i věřících, různé se setkávali. Někdy ti věřící měli moc práce, ale pro ty nevěřící byla YMCA mnohem víc, protože to byla jediná jejich aktivita. (...) Ale myslím, že to je právě ono - to je prostě život. A když jezdím s těmi bývalými vedoucími na Vlčici, tak většinou to nebyli ani křesťané nebo jenom někteří. Ale všichni ti lidé se každopádně k tomu tématu, k těm hodnotám a k těm základům pořád vrací. A myslím, že mají na církvev úplně jiný pohled, než má někdy svět.

### **Hanka se zapojovala také do mezinárodních akcí Ymky a vnímala je jako důležitou a příjemnou součást své práce.**

My jsme byli za komunistů úplně zavření, neuměli jsme taky kloudně žádný jazyk, takže pro mě to byla úžasná věc, že asi v 95., 96. mě tehdy generální sekretář Alena Rubáčková povzbudila a poslala na setkání pracovníků do Dánska. To byla moje první zkušenost. A bylo to nádherné. Vlastně mi to dalo velký impuls a chuť do práce. Přestože jsem viděla, že tam jsou lidé úplně normální, ne, že by to bylo víc profí, měli skoro stejné starosti i stejné radosti. Pamatuju si, že jsem se přihlásila na divadelní workshop a nacvičovali jsme tam biblický příběh „Údolf suchých kostí“ a já jsem tam dělala Ducha, který proměňuje kosti, na to nezapomenu dodneška. To bylo moc hezké. (...) Právě po těchto svých zkušenostech jsem říkala, že tam musíme svého sekretáře dostat za každou cenu a za každé peníze. On se tam člověk nenaučil kdovíco, ale to prostředí, společenství a to, že to tak je na celém světě, to bylo hrozně fajn.

### **Co Hanku YMCA naučila?**

Určitě spojení manažerských dovedností s tolerancí a s lidskostí, to si myslím, že tady bylo hrozně důležité. (...) Všechny ekonomické základy, protože kdybych

nemusela ekonomiku v Ymce dělat, tak by mě původně nikdy nezajímala (...). Ale hlavně týmovou práci, nevím, jak moc jsem se jí naučila, ale prostě mě bavila. Týmová práce ve mně vždycky teprve vyvolávala myšlenky a schopnost na něco přijít. A naučila jsem se respektovat názory druhých, případně přijímat, že věci nejsou tak, jak si přejeme, a že může být taky velký průser, který se může proměnit v něco hezkého. A vlastně, a to mám celoživotně, se spoléhat na Boží pomoc a obracet se k Němu.

### **Čím by měla YMCA být v dnešní době?**

Já si myslím, že by měla být přístavem pro lidi, který nechtěl žít jenom sobecky, jenom pro sebe, měla by dávat jak společenské impulsy, tak by měla vytvářet společenství, kde lidem bude dobře. Na těch seniorech jsem poznala, když jsem to pak počítala, že byli třeba 4 roky aktivně na táborech a vzpomínali na to celý život. A přátelství dokázali mít celý život. Takže si myslím, že není potřeba, aby něco byla strašná „nalejvárna“, něco strašně intenzivní, ale důležité je umožnit vytvořit ty vztahy. A pokud je YMCA schopna poskytovat i služby potřebným jako jsou nízkoprahové kluby nebo dětské kluby, tak to si myslím, že je hodně dobře. Ale je důležité, aby byla i společenstvím sama pro sebe.

### **Co podle Hanky charakterizuje ymkaře?**

Já myslím, že nesobečtí a nadšení, určitě kreativita, protože ať potkám jakéhokoli ymkaře, tak je rád, kdykoli se může převléct do nějakého prapodivného obleku a dělat blbosti. (...) Což je teda hrozně příjemné a bylo to právě i v zahraničí. Ymkaři mají chuť být trochu dětmi, být mladí. A dobrá vlastnost je ta ekumeničnost. Protože jsou tu opravdu lidé, kteří, i když věřící nejsou, tak o těchto věcech nějakým způsobem uvažují, a taky pro ně v životě hrají nějakou roli. Stejně tak otevřenost různým vyznáním, protože do Ymky by málokdy šel někdo, kdo si těžce lpí na tom, že má určitý typ vyznání. (...)

YMCA je celý můj život, tohle vnímání světa kolem sebe ymkařským pohledem a ymkařským trojúhelníkem...

*Zdroj: redakčně upravený přepis rozhovoru, 6. 8. 2021, Praha, nahrávku pořídila Alžběta Čechráková  
foto: J. V. Hynek*

## YMCA v pečovatelském domě



Zdravíme vás z Plzeňské YMCA. Jsme moc rádi, že jsme mohli v Tlučné navázat spolupráci nejen s obcí na mnoha akcích pro děti během minulého i letošního roku ale nově od tohoto roku jsme nabídli možnost keramických dílen pro dům s pečovatelskou službou v Tlučné. Ohlas na tvoření s keramikou byl opravdu úžasný a těší se velkému zájmu a tak můžeme pravidelně navštěvovat seniory v Tlučné a být pro ně těmi, kteří jim prozáří den nejen milým slovem, povzbuzením ale také příjemným časem s keramikou.

Věřka Burianová, YMCA Plzeň

## Volejbalový turnaj YMCA 2021



Po koronavirové přestávce byl opět obnoven tradiční ymkařský volejbalový turnaj v Pardubicích. Z února byl posunut na podzim..., žel byl svolán velmi narychlo a k tradičním účastníkům se pozvánka ani nedostala, takže nemohli obhajovat přední umístění.

Konečné stupně vítězů tedy obsadili:

1. BUM BÁC,
2. Jakub a jeho náhradníci
3. Deus Ex Machina.











V letošním roce turnaj v únoru opět nebyl a uvažuje se prý o červnu, tak snad bude tentokrát organizace transparentnější, aby se o turnaji dozvěděli všichni, kdo by si rádi zahráli, případně rádi vyhráli.

J. V. Hynek, foto: YMCA DAP

## ANKETA 1/2022

**Ať jste v jakémkoliv věku... kdyby Vám bylo 20, kterou oblast byste chtěli studovat?**

(Konkrétní obor zařaďte pod uvedené oblasti.)

Medicínu		(35 hl.)
Právo		(31 hl.)
Ekonomiku		(26 hl.)
Přírodovědu		(30 hl.)
Pedagogiku		(30 hl.)
Humanitní vědy		(31 hl.)
Techniku		(26 hl.)
Teologii		(20 hl.)
Jiné		(21 hl.)
Nestudoval bych		(23 hl.)

Celkem hlasovalo: 273

Zdroj: [www.protein.ymca.cz](http://www.protein.ymca.cz)**Komentář**

Z výsledků tryská vzácná vyrovnanost, je to asi dobře, společnost potřebuje ke svému rozvoji všechny obory.

Mezi ymkaři jsou také studenti a absolventi nejrůznějších oborů a i to je moc dobře, protože své znalosti a schopnosti mohou využít i ve své práci pro Ymku. Věřím, že i dětství prožité v nějakém kroužku či na akcích YMCA, setkání s konkrétními vedoucími ovlivní řadu mladých lidí v jejich rozhodování o studiu a jejich budoucím povolání...

J. V. Hynek

**PROPAGACE**

Ještě jednou k Lipánku. V obchodech budete mít od poloviny března možnost si koupit tuto oblíbenou laskominu se soutěží o tábor YMCA. Pokud na něj narazíte, neváhejte se s ním vyfotit a poslat nám fotku, zmapujeme tak dosah této ojedinělé akce... budou jich miliony!

**A co najdete v příštím čísle?**

1. To, čím do něj přispějete :-)
2. To, co pro vás připraví ostatní...

Tématem příštího Proteinu bude:

**YMCA startuje...**

Protože je doba nejistá necháváme téma příštího čísla do značné míry otevřené. Budeme reagovat na aktuální situaci a slovo startuje využijeme jako uvození toho, k čemu bude třeba. Napište, k čemu jste se nově nastarovali, co jste odstartovali, co připravujete.

Nezapomeňte ale také na zprávy a (kvalitní) fotografie ze svých dalších akcí. Uzávěrka je 20. 5. 2022.

MADETA

# Lipánek



**LIPÁNEK**  
vedoucí tábora

**Měďa**  
maskot tábora

poznávat, jaká je  
**PŘÍRODA**

**TVOŘIT**  
co tě baví

**ZLEPŠOVAT SE**  
překonávat překážky