

PROTEIN

Časopis YMCA v České republice ročník XXVI 15 Kč



2/2024

FILIP BŘEZINA
ROZHOVOR

TREJNTRIP
TS PELHŘIMOV NA CESTĚ

YMCA
PŘED 100 LETY

PROTEIN

časopis YMCA v České republice, ročník XXVI, 2/2024



„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 „Křesťanské sdružení mladých lidí“. YMCA vznikla v roce 1844 v Londýně a v České republice (tehdejším 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 České republice pracuje YMCA ve 26 sdruženích, jsou to: Oikumené – Akademická YMCA, YMCA Braník, YMCA Brno, YMCA DAP, YMCA Familia, YMCA Hradec Králové, YMCA Husinec, YMCA Jindřichův Hradec, YMCA Letohrad, YMCA Liberec, YMCA Nejdek, YMCA Neveklov, YMCA Olomouc, YMCA Orlová, YMCA Pelhřimov, YMCA Plzeň, YMCA Podivín, YMCA Praha, YMCA Setkání, YMCA Sever, YMCA Skaut, YMCA Strmilov, YMCA Třebouchovice, YMCA Ústí nad Labem, YMCA Znojmo a YMCA Živá rodina.



Luštěte o ceny – hry od společnosti Mindok, viz str. 19!

REDAKCE

Jaroslav V. Hynek

SPOLUPRACOVNÍCI

Julie Bergerová
Alžběta Čechráková
Sára Dzvonicová
Nikola Niesytová
Robert Sir Kovarik
Gabriela Soukupová
a mnoho dalších...

TISK

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

ADRESA REDAKCE

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

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

Uzávěrka: 20. 5. 2024
Uzávěrka příštího čísla: 20. 9. 2024

Milí čtenáři!

je tu nové číslo Proteinu a už při rychlém prolistování zjistíte, že je letní – to znamená, delší články určené ke čtení k vodě nebo naopak do deštivých dnů a také něco k luštění – pozor, tentokrát o opravdu hodnotné ceny

V minulém čísle jsme avizovali, že tématem tohoto čísla bude překvapení – tím je právě onen letní obsah a jednak rozhovor s hercem Filipem Březinou. Nebývá zvykem, že by Protein stavěl na rozhovorech se známými osobnostmi, ale kdo ví, třeba to není poslední vlaštovka. Nicméně i ostatní příspěvky jsou prémiové.

Nepřehlédněte reportáž o tom, jak fungují ymkařské tábory ve světě, na konferenci ve Španělsku jsme měli dva zástupce.

Speciální akcí byl i pelhřimovský Trejntrip a víkend PraMeNu v Podivíně a samozřejmě tradiční Setkání YMCA na Sázavě...

Ale určitě začnete článkem starým 100 let, olympijské hry jsou přede dveřmi.

A jako vždy – pište!

J. V. Hynek

- 4** **YMCA před 100 lety**
F. M. Marek
- 6** **Rozovor s Filipem Březinou**
Julie Bergerová
- 12** **Týden s tábory po španělským...**
Alběta Čechráková a Vojtěch Rálek
- 15** **„Trejntrip“ Ten Sing Pelhřimov**
Klára Lubinová
- 17** **PraMeNY – víkend v Podivíně**
Sára Dzvonicová
- 19** **Lušti s námi a vyhrať stolní hru**
Sára Dzvonicová
- 23** **Setkání YMCA 2024 na Soběšíně**
Vojtěch Berger
- 25** **Fotokomiks ze Setkání YMCA**
Jaroslav V. Hynek
- 26** **Stručně**
Julie Bergerová
- 28** **Velikonoční tvoření s YMCA Orlová**
Nikola Niesytová
- 26** **Mauglího stezka v obležení...**
Robert Sir Kovarik
- 28** **Tritet – nová hra YMCA**
Jaroslav V. Hynek
- 30** **Anketa o Proteinu**
Jaroslav V. Hynek

Viděli jste strhující film?

Čtli 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

a mnoho jiného...



YMCA před 100 lety

Zanedlouho vypuknou Olympijské hry v Paříži, stejně jako před sto lety. Budou mít na Ymku stejný vliv? Děti, mládež... všichni se hybat potřebují! Co napsali ymkaři před 100 lety?

Přehled tělovýchovné činnosti za r. 1924

Olympijské hry, které tolik rozvířily zájem veřejnosti u nás i na celém světě o sport a tělovýchovu, měly velký vliv na program Ymek v minulé sportovní sezóně. Volání ku přípravě našich borců našlo odezvu v řadách našich hochů a členů. Proto byly pořádány místní atletické závody za účasti členů i jiných klubů. Na Slovensku zásluhou Mr. L. W. Riessse a p. V. Velkoborského přistoupeno k organisování nových okrsků Čsl. A. A. Unie, kterážto práce byla velice úspěšná. Zároveň pořádány Ymkou, hlavně na Slovensku, kursy pro činovníky Čsl. A. A. U. Místní Ymky většinou vstoupily do atletického ústředí a tak ukazovaly, že spolupráce je v našem programu. Teprve letos mohli jsme prvně pozorovati jména členů Ymky v seznamu vítězů. Aby zájem o lehkou atletiku vnesl se i mezi ty nejmladší, mezi dorost – budoucí to zástupce – representanty – našeho národa na Olympiádě v Amsterdamě, pořádány pětiboje: druhý výroční pětiboj všestrannosti, pětiboj meziměstský, pětiboj mezinárodní a pětiboj ve skocích s celkovou účastí 1500 hochů. Výsledky

docílené v těchto závodech jsou mnohem lepší výsledků loňských. Z toho můžeme usuzovati, že v Ymce dorůstá dobrý základ k atletice.

Na Olympijských hrách v Paříži vypomáhal Mr. L. M. Riess i F. Marek našim atletům, při trainingu, na stadionu i jinak.

Basketball, dosud hra málo pěstovaná v našich Ymkách, doznala i tohoto roku značného rozšíření a pokroku.

Minulého roku započatý závod v hodu do Basketbalového koše byl i letos pořádán a vzbudil zájem pro tuto hru. Organisované teamy v místních Ymkách sváděly pěkné boje o primát v této hře. Vyvrcholením pak bylo „mistrovství her“ v Olomouci dne 24. srpna, odkud Báňská Bystřice odnáší si mistrovský titul v Basketballu pro tento rok. Basketball se hraje u nás většinou na hřišti, ač původem je to hra pro tělocvičnu. Snad vystavením sálů tělocvičných v našich nových budovách stane se i Basketball „zlatým hřebem“ zimní sezóny. Zatím jen doufáme, že...

Ostatní hry, z nichž sluší jmenovati hlavně Volleyball, nacházejí obliby u mládeže i ostatních organisací. Tím YMCA plní svůj další úkol, obohatit a rozmnožit i o nové hry teamové náš tělovýchovný program. Velice

často vyžadují od nás sokolské i jiné tělocvičné jednoty nářadí neb radu k různým novým hrám. Playgroudball nalezl velmi pěkného rozšíření mezi hochy od 12–50 let. Ovšem zručnost v házení a chytání míče je teprve v počátcích, ale s mládeží poroste a snad pak také jednou – začneme hrát Baseball. Dříve se neuchytne, dokud mládež ji nepřijme za svou hru. Taková hra, o jejíž zavedení, aklimatisování marně pokoušeli se již všichni vedoucí činitelé v tělovýchově, nedá se vnútit. Musí vyplynouti sama sebou, vývojem, přípravou lehčích her. Touto přípravou je playgroundbail. Zřízením nových hřišť neb lepším vypravením hřišť již stávajících zvýšil se i ruch na hřištích Ymek.

Dnes mohou se pochlubiti nejen pěkným hřištěm, ale i vzornou činností na hřišti tyto Ymcy: Hradec Králové, Olomouc, Liberec, Brno, Čes. Budějovice, Báňská Bystřice a k těm řadí se velice důstojně vzorné hřiště ve Znojmě. Je zajímavé všimnouti si, že na mnohých z těchto hřišť jsou zřízena i hřiště pro děti, ač v našem programu tělovýchovném není zahrnuta péče o děti. To je starost organisací jiných. Potěšitelným zjevem na hřištích Ymek je, že i dospělí navštěvují tato hřiště. Zřizují se i tenisové kurty. Táboření před prázdninami vzbudilo zájem i pro naše letní tábory.

Plování a výcvik v záchraně tonoucích byl programem letní sezóny. Plavecké závody všude tam, kde naše Ymky měly jen trochu příležitosti, byly velmi pěkné. Olomouc, Znojmo a Kroměříž může se staviti na prvé místo v plavectví v Ymce. Kursy v plování i záchraně života spojené s přednáškami vhodně doplnily letní program tělovýchovný v Ymce.

Po prvé letos byl uspořádán mistrovský meeting všech Ymek dne 24. září v Olomouci. Atletika, Volleyball, Basketball a Quoits byly hlavním programem. Účast byla velká i nečlenů Ymek, kteří hráli jediné Volleyball. Hradec Králové, Báňská Bystřice, Bratislava, Liberec, Kroměříž, Olomouc závodily mezi sebou o mistrovský titul. Počátek byl slibný, a doufáme, že i příštím rokem budou lepší výsledky.

Sokolský kurs pro vedoucí dorostu v Nymburce vyžádal si pisatele této stati ku předvedení a nácvičku her a plování. Zavedením her Ymkou pěstovaných do programu

sokolského dostane se těmto rozšíření nemalého. Volleyball hrají snad všechny jednoty; o basketball jeví se zájem ve mnohých větších jednotách.

Ústřední tělovýchovný výbor, sestávající z pp.: senátora V. Klobáče, předsedy, Dra Joe Grussa, Dra F. Smotlacha, Ing. V. Havla, red. M. Horáčka a prof. F. Majdy, dal několik cenných návrhů pro celý směr tělovýchovy v Ymce. Odborníci na slovo vzati mohou velice mnoho prospěti celé naší tělovýchově!

Konečně nutno se zmínili i o zimním programu tělovýchovném, který letošního roku nabývá konkrétních forem. Pan Kopal postaral se o zřízení sáňkářské i lyžařské dráhy v okolí Bratislavy, které budou pro všechnu mládež bratislavskou. Dozor a vedení obstará YMCA. Báňská Bystřice za vedení p. V. Velkoborského a p. Odvárky ustavila silný odbor lyžařů ze členů Ymek. Také Hradec Králové, kde p. Fikejz – strýček – přítel hochů, sestavil ze členů silný team hockeyový i lyžařský kroužek. Nutno se zmíniti i o p. Klugovi, p. Wagnerovi a Novotném z Liberce, jimž nejvíce náleží zásluha za vzorné organisování a vedení sportu v Liberci. Jejich zimní program může sloužiti za vzor všem našim místním Ymkám. Pan Schiffner ze Znojma zabývá se velkým problémem, jak zříditi kluziště pro znojemské členy i nečleny Ymky. Doufáme, že v brzku uslyšíme i o hockeyi ve Znojmě! Pan Šrettr v Olomouci nejen zařizuje na zimu kluziště, ale i vypracoval program pro tělocvičnu. Jeho práce se slibně rozvíjí. Nechtěl bych vynechat i nikoho z těch pánů sekretářů, kteří podpořili náš tělovýchovný program. Jsem jist, že zřízením letní školy neb konference as týdenní pro tělovýchovné sekretáře naše práce se jen utuží a nabude jednotných forem. Musíme míti stále na zřeteli, že tělovýchova je jednou složkou, ale složkou velmi důležitou v programu Ymek. Hochy a mladé muže uchvátí vždy tělovýchova, která v duchu Ymky vedena udělá mnoho ve výchově svých členů. Naším úkolem v tělovýchově stále musí býti: výchova tělesná spojená s výchovou charakteru. Jen prací všech a pochopením našich zásad možno dopracovati se výsledků.

F. M. Marek, YMCA – časopis sdružení YMCA v Československu, čís. 5–6, prosinec 1924., str. 186–187, doslovný přepis včetně gramatiky, red. kráceno

**Hlavní
je upřímnost,
rovnováha
pak
přijde
sama**



Filip Březina

herec

*** 1995**

absolvent AMU

Cena Jiřího Adamíry 2018

Výběr z filmů:

Zlatý podraz

Smysl pro tumor

Špunti na vodě

Klíč svatého Petra

Zátopek

Slibovali jsme překvapení do letního čísla – tady je – speciální Protein na tábory, dovolené, k vodě, zkrátka skvělé číslo okořeněné následujícím rozhovorem...

Rozhovor s Filipem Březinou

Jde z role do role a je velkým talentem své herecké generace. Televizní diváci si ho čerstvě pamatují jako hlavní hvězdu seriálu *Smysl pro tumor*, ale cizí mu není ani Shakespeare, kvůli kterému ho čekají pracovní prázdniny. Filip Březina (29) se svou rolí ve filmu *Zlatý podraz* dotknul i slavné basketbalové historie YMCA. V exkluzivním rozhovoru pro Protein mluví o poctivosti v přístupu k práci, týmovém duchu i o tom, jak v hereckém prostředí nezvlčet.

Poslední dobou jste hodně vyčizený, zkusíte několik představení najednou... máte rád určitý „drive“, nebo jaké životní tempo vám vyhovuje?

Drive mi vyhovuje, ale ne nějak dlouhodobě. Když chcete tuhle práci dělat na sto procent, a věnujete tomu veškerý svůj čas, tak aspoň já pak potřebuju někam odjet a nedělat zase vůbec nic.

YMCA je organizace pro děti a mládež, která nabízí kroužky, pořádá tábory – jak vy jste trávil léto nebo volný čas jako dítě? Jezdil jste na tábory?

Já jsem jezdil na spoustu táborů, dokonce to bylo tak, že jsem v létě neměl ani týden volno. Jezdil jsem hlavně na skautské tábory a na tábor se salesiány. A pak samozřejmě nějaké rodinné dovolené, ale většinou to na sebe navazovalo od soboty do soboty, takže jsem prázdniny vlastně vůbec netrávil doma. Pořád bylo něco.

Máte pocit, že vám to něco dalo?

Já jsem to měl hrozně rád. Samozřejmě, že když jsem byl hodně malý, tak se mi stýskalo po rodičích a vždycky, když se tam odjíždělo, tak jsem tam nechtěl jet.

Ale když jsem byl starší, tak jsme tam jezdili společně s kamarády, se kterými jsem byl i přes rok a to byl konečně ten čas pro nás, abychom si to mohli užít bez rodičů a dělat blbosti, kravinu.

Co myslíte, že to může dát třeba mladým lidem nebo dětem, zkušenost letního tábora?

Hodně záleží na tom, kdo ty tábory vede. Pokud to je někdo zodpovědný, snaží se to udělat tak, aby se děti na táboře rozvíjely jakýmkoliv směrem, třeba přes sport nebo se tam děti můžou něco učít... Já třeba doteď umím z jednoho tábora Otčenáš v latině. To je sice zrovna dovednost, která moc k ničemu není, ale občas se to hodí :-)

Co nebo kdo pro vás byl důležitý v období dospívání? Jaké impulsy nebo lidi, které jste potkal, vás formovali po hodnotové stránce?

Myslím, že ten kolektiv, ve kterém jsem se právě nacházel. Konzervatoř mě formovala asi v nějakém udržení si fantazie, a později na DAMU jsme se formovali tak nějak navzájem. Se spolužáky jsme ve škole mluvili úplně o všem - a možná i někteří profesori.

Takže to hodně souviselo s tou školou a s Vaším budoucím povoláním...

Přesně. To je jedno velké téma, které se táhne doteď. Jaké hodnoty jsou pro Vás důležité teď? Máte pocit, že se to stále vyvíjí, nebo že jste ve svých téměř 30 letech už „hotový“, ukotvený?

Myslím, že ty hodnoty mám asi pořád stejné, měl jsem štěstí na skvělé rodiče, kteří mi vštěpovali podle mě ty správné hodnoty a já jsem si je maximálně tak trošku poupravil, poohýbal. Aby to nějak nekolidovalo s mým oborem. Protože v tomhle oboru se dá jedno-duše zvlčet - a to doufám, že se nestalo.

Říkáte o sobě, že jste věřící člověk, že pocházíte z věřící rodiny. Jak se vám tohle podařilo uchovat si nějak i skrz pubertu, ranou dospělost? Máte třeba nějakou radu mladým lidem, jak se s tím vyrovnat v prostředí jinak naladěných spolužáků nebo vrstevníků?



Univerzální rada kromě „nic si z toho nedělat“ asi neexistuje. Já jsem si to přizpůsobil v tom, že na sebe nejsem zbytečně přísný.

Samozřejmě že jsem žil v tom, že jsem chodil každou neděli do kostela a tam jsem poslouchal. Ale vlastně mě to tak trošku v něčem i odradilo, protože si myslím, že to není pro každého. Každý jsme jiný, někomu to vyhovuje, a mně třeba ne. Takže věřím pořád, ale svým vlastním způsobem.

Hrajete hodně ve sportovních filmech a hodně sportujete i v běžném životě: je sport něco, co vám pomáhá třeba v herectví? Jsou si ty dva světy v něčem podobné?

Když to srovnám s divadlem, tak určitě ano, protože tam jde i o nějaký fyzický výkon. Herectví v divadle je v podstatě manuální práce. Člověk nějak pracuje se svým tělem, plus je tam samozřejmě ještě ta psychická stránka. Takže nějaká fyzická kondice a předpoklady jsou určitě hodně důležité. A je to takové plus, když to člověk umí.

Máte radši výkonnostní sport, překonávání se, posouvání rekordů, anebo jen tak pohyb pro radost?

Já i ten výkonnostní sport беру, že to je pro radost! Nechodím si třeba zahrát jen tak s někým fotbal, protože na to nemám moc čas. Ale hodně běhám, a to je pro mě nejlepší. Tam jsem sám a je to často flexibilní, můžu si prostě jít zaběhat, když chci. Ale jsem taky drilář, potřebuju sám sebe překonávat.

Vaši rodiče taky sportují, vedli vás ke sportu cíleně, nutili vás, byli vzorem, nebo jste si cestu k němu našel sám?

Můj táta, když mi bylo pět, založil florbalový klub v Ostravě. Nenutili mě, já jsem tam prostě chtěl chodit. A pak jsme přešli na hory, když mi bylo nějakých patnáct let.

„Přešli na hory“, to bychom měli trochu vysvětlit. Vy běháte Beskydskou sedmičku, 101 km dlouhý závod v běhu přes sedm vrcholů Beskyd. Naše YMCA Sever organizuje obdobný závod v Lužických horách... Extrémní běh, to chce asi dost silnou vůli. Přijde mi,

**že to je vlastnost, která už dnes není úplně obvyklá.
Kde se bere u vás? Kde ji čerpáte?**

Nevím, asi v nějaké touze dokázat to sobě, potažmo i okolí, že to jde, že na to mám. I ten čas se dá pořád vylepšovat. Beskydskou sedmičku jsem letos chtěl běžet, ale bohužel nemůžu, protože budu hrát na Hradě. Koukal jsem i nějaké další závody, ale vlastně se mi moc nechce, vím, že prázdniny budou pracovní.

Hrál jste i ve filmu Zlatý podraz, který se přímo týká sportovní historie Ymky. Ukazuje pohnuté osudy basketbalové reprezentace v Československu na začátku komunismu, úzce spojené právě s YMCA. Jak jste se k tomuhle tématu vůbec dostal, tehdy jste byl asi ještě na škole, ne?

Byl jsem ve čtvrtém ročníku. Dostal jsem se k tomu přes asi tři kola castingu. Prostě jsem byl ve správný čas na správném místě.

Bral jste Zlatý podraz čistě jako sportovní film, nebo příběh o týmovosti, charakteru, hodnotách? Jak to na vás působilo?

Já jsem měl z florbalového prostředí pocit, že v kolektivních sportech je trochu toxické prostředí, třeba kvůli šikaně. My jsme to tak měli, že ti lidi moc nedrželi pospolu. Ale na tom basketu, když jsme chodili trénovat i s klasickými hráči, jsem najednou viděl, že to jde i jinak. Že vlastně ta týmovost je daleko silnější než ve florbale. A v seriálu Smysl pro tumor jsem navíc ještě hrál ragby, a tam je to ještě víc. Opravdu kolektiv, skupina lidí, která se navzájem podrží a podporuje.

Vím, že už je to nějaký čas, ale vzpomenete si ještě na natáčení Zlatého podrazu? Natáčeli jste taky na Soběšíně, což je tábor, který YMCA má už 100 let.

Vím, že jsme v Soběšíně byli asi dva nebo tři dny, že to bylo docela krátké. My jsme tam byli skvělá parta, hrozně mě to bavilo. Všechny ty výjezdy, spaní na hotelu, na Soběšíně v chatkách, trošku večírky... I to k tomu patří.

Jednou z linek Zlatého podrazu je i politika – „podrazem“ v názvu filmu je neuznaný koš proti proti sovětské reprezentaci. Teď jsme krátce po



volbách do Evropského parlamentu. Je pro Vás důležitý aktivní přístup ke společenskému dění, k občanství?

Aktivní přístup k občanství je už jenom to, že jde člověk k volbám. Letos ta účast sice byla nejvyšší od vstupu Evropské unie, ale samozřejmě pořád tragická... Myslím, že tohle vlastně stačí, načíst si ty věci, nějak nasát všechny ty programy těch stran a pak se nějak podle svých představ a hodnot správně rozhodnout. To si myslím, že úplně stačí.

Ve filmech a seriálech Vás často potkávají i vážnější témata. Vybíráte si to tak záměrně nebo to je náhoda, čistě herecký úkol? Jak si vlastně role vybíráte?

Ty věci si vybírají mě, nejsem rozhodně v té pozici, že bych si mohl vybírat já. Takže co mě zajímá, tak na to samozřejmě jako na casting jdu. Ale samozřejmě člověk chce být ve věcech, které mají nějaký přesah a mají nějaké hlubší sdělení. A tím, že v té věci budu, tak můžu někomu změnit pohled na svět nebo třeba někoho zasáhnout. Což je vlastně tak trochu i náš úkol.

Je herectví něco, co můžete využít i pro svůj osobní růst, něco si vzít z těch příběhů, které hrajete? Nebo je to prostě řemeslo, které nepouštíte vůbec do osobního života, protože byste se z toho „zbláznil“? Vždycky vás to nějak ovlivní. Pro mě je hlavně zajímavé, že to je jakoby nekonečná práce, protože s každou další věcí, kterou bud'to hraju v divadle nebo točím, začínám od znova a jsou tam jiná témata, je potřeba to zahrát jinak, aby to sedlo do toho sdělení. A člověk s tím samozřejmě roste, protože se setkává s tématy a věcmi, se kterými by se normálně nesetkal, takže to samozřejmě za tu postavu nějak řeší. A samozřejmě ta postava vychází ze mě, takže jsem to z velké části i já.

Logem Ymky je trojúhelník, který vyjadřuje, že člověk má být v rovnováze a rozvíjet tělo, ducha a duši. Je to něco, o co se i vy sám vědomě snažíte - o duševní a tělesnou rovnováhu?

Těžká otázka, nemyslím že to dělám nějak vědomě. Ale zejména v mém oboru je lepší spíš věci nechat plynout, samozřejmě se snažit, ale nesnažit se moc





třeba získat nějakou roli, protože člověka to může dovést nějaké křeče. Prostě se zbytečně nestresovat, najet na takovou flow a nechat se tím vlastně vláčet. Mám pocit, že většinou právě tohle mi přinese největší ovoce, když to neřeším přespříliš.

A jak se to dělá, „neřešit to“, když vám na něčem fakt záleží?

To je právě ta otázka. Asi je cesta, že by měl být člověk upřímný nejenom k sobě, ale i k ostatním lidem kolem sebe. Ta rovnováha přijde sama.

Už jsme se toho dotkli na začátku, hodnot a postojů. Co jsou pro vás osobně ty věci, na kterých vám v životě záleží? Podle čeho se v životě rozhodujete?

Chovat se tak, jak chci, aby se ostatní chovali ke mně. To už někdo řekl :-). Ale ono na tom fakt něco je. A od toho se pak odvíjí asi všechny ty další hodnoty. I to, co jsem říkal předtím, snažit se o nějakou upřímnost, pravdu.

Na závěr malé odlehčení: měl byste pro ymkaře nějaké doporučení na léto, ať už je to třeba divadlo nebo zajímavou knihu?

Bílá voda od Kateřiny Tučkové, to jsem četl naposledy,

to bych doporučil. Zároveň to teď nazkoušeli v Národním divadle jako inscenaci, tu jsem ještě neviděl. A pak samozřejmě Letní shakespearevské slavnosti v létě. V červnu tam má premiéru Marná lásky snaha a já tam hraju navarského krále Ferdinanda. Bude to dost zajímavé, je to komedie, ale je to jediná komedie od Shakespeara, která končí tragicky, takže je to takový zvláštní mix.

Baví vás to?

Docela jo, i když už jsem poslední dobou trochu přeshakespearevaný, protože to je třetí Shakespeare v řadě, kterého zkouším. Už se těším, že od 2. září budu zkoušet ve Stavovském divadle paní Bovaryovou.

Učí se vám verše dobře?

No zrovna Marná lásky snaha, to je tak strašně květnaté, že mám pocit, že to pan Hilský dělá schválně :-). Ale samozřejmě pak, když se to člověk naučí, tak si myslím, že už to nikdy nezapomene.

*Rozhovor připravila Julie Bergerová,
sekretář pro PR a komunikaci YMCA v ČR,
foto: BUC-FILM, foto Patrik Nguyen*



Týden s tábory pod španělským sluncem

Co ymkař, to táborník! A vůbec nezáleží na tom, jestli na táboře trávíte většinu roku, celé léto nebo jen pouhý týden. Stejně jako je jedno, zda má váš tábor velikost lesního palouku nebo třeba 100 hektarů jako v případě některých amerických kempů. Všichni si uvědomujeme, že čas na táboře je vzácný a jedinečný – že jím, slovy Laury Mahan z YMCA USA, „vybavujeme děti pro svět tam venku a tím usilujeme o lepší budoucnost“. Tábor je jednoduše to nejlepší místo, kde rozvíjet misi Ymky, kde předávat její hodnoty. V Ymce navíc nejsme na nic sami, vždycky se máme na koho obrátit, kde hledat inspiraci a odkud získávat znalosti.

Nemálo nápadů jsme si přivezli z týdenní ymkařské tábornické konference Campacity 2024, která se konala v dubnu ve španělském Toledu a v tábořišti španělské Ymky nedaleko městečka Priego, kam jsme byli osobně pozváni Vardanem Hambarzumyanem, výkonným sekretářem YMCA Europe. Konference se účastnilo téměř 60 ymkařů převážně z východní Evropy a Spojených států.

V první části konference jsme se mohli těšit z prostředí hradu San Servando, unikátního místa s ikonickým výhledem na starobylé město Toledo. Hrad vlastní regionální vláda Castilla-La Mancha, která jej Ymce poskytla zdarma.

Není nadsázka, že s evropskými ymkaři jsme se mohli směle porovnávat a mnohdy naše praxe převyšovala tu jejich, americké tábory jsou však přeci jen trochu jiné. Ne snad svým obsahem, ale rozhodně rozměry táborových základen a počty účastníků, které jsou o několik řádů jinde. Velmi mile nás překvapila odezva na příměstské tábory, které v loňském roce organizovala YMCA Plzeň a které nás v programu Camp Europe 2023 reprezentovaly. Ono uspořádat pět pestrých příměstských táborů, to se nikomu jinému nepovedlo. Byli jsme proto poctěni možností prezentovat podrobnější informace v rámci úvodního bloku konference.

Obohacující byly také informace o postojích k dárcovství v různých kulturách, které jsou ovlivněny zvyklostmi, někdy snad i tím, že darovat na dobrou věc

patří k dobrému vychování. Je třeba usilovat o dárcy, kteří podpoří nejen samotné konání táborů, ale také takříkajíc perspektivu, že tábory budou pokračovat i v budoucích letech (lidé jsou rozumně zaplacení, mohou se věnovat své práci bez obav, je na provoz kanceláře a také organizace má z čeho hradit své další náklady). Základní pravidlo úspěšného fundraisingu podle Zacha Klipsche z Sherman Lake YMCA Outdoor Centre zní: Fundraising is Friendraising. Je to běh na dlouhou trať, na jejímž konci nemusí být vždy vytoužený peněz. Zajímavým číslem je 500 miliard dolarů, které se vybraly na dobročinné účely ve Spojených státech v roce 2022. 94 % těchto darů přinášejí individuální dárci. Mimochodem, za zmínku stojí, že podíl darů firem (korporací) je právě těch zbylých 6 %. Jinou zkušenost prezentoval Adi Davies z kosovské Ymky, která je na to, kde geograficky působí, velmi progresivní. Provozuje dobročinné obchody a snaží se o nezávislost na darech od bohatších Ymek. A jsou také průkopníci pořádání letních táborů na Balkáně. Jiný pohled, řekněme jihoevropský, nabídla španělská YMCA. 75 % svých finančních prostředků získávají z veřejných peněz a jen zbylá čtvrtina je ze zdrojů soukromých, přičemž dary tvoří jen necelé půl procento.

Pro úplnost dodejme, že celkový obrát španělské Ymky přesahuje 21 milionů eur. Na tak velkou Ymku jsou zarážející počty účastníků pobytových a příměstských táborů. Dohromady jen o něco více než 1600. Je ale pravdou, že hlavní zaměření španělských ymkařů je jiné - hodně se angažují především v sociálních službách. To jsme ostatně mohli vidět při návštěvě toledské Ymky. Nenápadný domek mimo centrum vyhlížející jako garáž v sobě skrýval několik učeben, ve kterých se koná široká paleta programů - od výuky španělštiny pro uprchlíky, přes doučování pro teenagery, až po hlídání dětí.

Do táborové kuchyně španělské Ymky jsme mohli nahlédnout v druhé lokalitě konference Campacity 2024. A to doslova. Součástí prohlídky areálu v Campu Priego byla i místní kuchyň. Spíše bychom mohli říct ohřívárna. Pochopili jsme, že přímo v táboře se nevaří, jídla se dovážejí a v kempu se jen ohřívají. Camp Priego je jednou ze tří táborových základen, které YMCA Španělska provozuje. Pojmou od 90 do 250 dětí. Camp Priego, který španělská YMCA před časem zakoupila, poskytuje programy v angličtině přes školní rok pro školy, o prázdninách pak v červenci komerčně a v srp-





nu pro „své“ děti ze sociálně znevýhodněných rodin. Podle správců Campu Priego si základna na sebe vydělá, dokonce i něco odvádí do centrálního rozpočtu (YMCA Španělsko je centralizovaná organizace, pobočky nejsou samostatné).

Emotivní chvíle jsme zažili při prezentaci ukrajinské Ymky. Marta Huretska postupně poděkovala všem svým spolupracovníkům, kteří i přes nelehké válečné podmínky připravují programy pro děti a mládež, včetně táborů.

Jak již bylo řečeno, ve srovnání s ostatními Ymkami si v ČR nevedeme vůbec špatně, což jsme si potvrdili na řadě workshopů zaměřených např. na tvorbu táborového programu nebo práci s táborovým týmem. Jistě rezervy máme ve formální evaluaci a práci s ní, na neformální úrovni se ale hodnocení aktivit a jejich vylepšování věnujeme ve vlastním zájmu (doufejme) dostatečně.

Ze Španělska jsme si odvezli materiálů a inspiračních podnětů, které s vámi budeme rádi sdílet! V neposlední řadě nás ale konference obohatila především lidsky, a proto doporučujeme všem, kdo mohou, aby také vyrazili na zahraniční programy a využívali mezinárodní síť YMCA!

Zajímavosti z cesty:

- Týdenní tábor za 23 tisíc korun? Ano, proč ne, když jste ve Spojených státech a chcete své dítě na týden

zabavit v letním táboře YMCA. Zdá se vám to nepředstavitelné a nepřenositelné do našich podmínek? Asi nebudeme naše kolegy z americké Ymky podezírat z toho, že by neuměli počítat, nebo že jsou nelidští kapitalisté. Naopak, přistupují k organizaci táborů pragmaticky a moc dobře vědí, že z výdělku táborové sezóny musí pokrýt nejen všechny základní náklady spojené s táborem, ale také si musí vydělat na údržbu a opravy táborové základny, na platy lidí, kteří budou tábor připravovat v další sezoně, a samozřejmě na další provozní výdaje.

- V Toledu můžete koupit vynikající Mazapán neboli marcipán! Jedná se o upečenou hmotu z drčených mandlí a cukru. Chutná výborně!
- YMCA se ve Španělsku vyslovuje stejně jako u nás - tedy "YMKA" - pokud tedy pojedete na návštěvu, můžete zaflexit!
- Do centra Toleda, které je na kopci, se nejlépe dostanete po eskalátorech! Škoda, že jsme to nevěděli dříve než po 4. cestě tím směrem...
- Kdo má Toledo spojeno především s židovskou kulturou, bude mírně zklamán, neboť místní židovské město bylo z velké části pod nuceném odchodu Židů zničeno. Jeho území však označují mini kachličky se třemi symboly židovské kultury, které můžete najít vsazené různě do země nebo na fasády budov.
- V Priegu jsme ochutnali něco na způsob našich škvarků, výtečný buček nakrájený na malé hranolky se nejdříve zahřívá při nízké teplotě a až nakonec žár vzroste a škvarky tak získají křupavou kůrčičku.
- YMCA ve Španělsku je poměrně mladá! Vznikla až po roce 1980 a čítá (podobně jako naše YMCA) 26 poboček.
- Abyste ve Španělsku mohli pracovat jako vedoucí s dětmi a mládeží, je třeba absolvovat 100 hodin vzdělávání a 150 hodin praxe! (Porovnejte se Systémem vzdělávání YMCA!)
- V USA je problematické zapojit dobrovolníky do činnosti táborů, protože dle tamních zákonů není možné zaměstnat na totožnou práci placeného pracovníka a dobrovolníka. Obvykle jsou tedy všichni pracovníci táborů placení.

*Alžběta Čechráková, Vojtěch Rálek,
foto: archiv autorů textu*

„Trejntrip“ Ten Sing Pelhřimov



Poslední dubnový víkend se Ten Sing Pelhřimov vydal na cestu vlaky s naplánovanými zastávkami na koncerty a domluvenými noclehy.

V pátek 26.4. odpoledne jsme se sešli na kraji města na vlakovém nádraží Pelhřimov, krosny sbalené, kytary ve futrálech a mikrofony v kufříkách. Všechno jsme si brali s sebou. Původní myšlenka toho, že pojedeme celý víkend vlaky byla zmařená výlukou a náhradní autobusovou dopravou hned v Pelhřimově. Odhodlaná se však celá naše skupina složená z dvaceti pelhřimovských a dvou kolínských tensingářů nasoukala do autobusu a vyrazili jsme směrem Jihlava.

Páteční večer nás hostila fara v Jihlavě, kde jsme i odpívali první koncert našeho velkého tour, a odstartovali tak víkend. Sólisté se střídali, chvály i popovky zněly. Byla to tensingová akce, jak se patří. Jídlo, zamyšlení, zpívání, zametání prostorů druhý den ráno a týmová práce s balením a změnou stanovišť. Každý, kdo měl volnou ruku, dostal aparaturu, každý s místem v batohu vyfasoval marmeládu nebo chleba na cestu.

Cestu Jihlavou v sobotu ráno jsme za chůze doprovázeli zvukem kytary, cajónu, tamburíny a zpěvu. Kdo mohl, hrál, kdo mohl, zpíval. Nastoupili jsme do vlaku z Jihlavy do Havlíčkova Brodu, kde jsme roztancovali nástupiště čekající na zpožděný vlak z Prahy, a pak se nahnuli do vlaku do Žďáru n. Sázavou, kde na nás měla čekat krásná procházka a prolenošené poledne. Naše skupina zamířila k vodní nádrži na Pilák, kde jsme se vyvalili a už jsme se těšili na oběd. Objednali jsme třináct pizz, polovinu vege, polovinu šunkových a po netrpělivém dvouhodinovém čekání jsme se i pořádně nadlábli. Všichni jsme ten den díky krásnému slunečnému počasí chytli první bronz (a spálili se). Následně jsme se rozdělili podle zájmu a část se věnovala sportu, zatímco druhá se vydala na Zelenou horu k poutnímu kostelu sv. Jana Nepomuckého. Sraz byl v 15:45 na náměstí, kde ve čtyři začínal koncert.

Dát si zmrzlinu, postavit aparaturu, zvučit a zaujmout žďárecké publikum. A už to jelo. Z koncertu se stal busking a klobouk u našich nohou se plnil drobáky od kolemdoucích. Největší úspěch sklídila píseň „I will follow you“, kterou jsme shodou okolností hráli veřej-

ně poprvé. O velkolepý konec se postaraly písničky z muzikálu Jesus Christ Superstar.

Správné dobrodruží nás ale teprve čekalo. Po konci koncertu jsme věděli, že nás čeká cesta do nedaleké Sázavy. Bylo 17:00 a koncert začínal v sedm. Nejel žádný spoj. Naší jedinou šancí se stalo stopování anebo kyvadlové odvázení pomocí dvou místních aut, které jsme měli k dispozici. Rozdělili jsme se do trojic (ve složení vždy jeden plnoletý + dva neplnoletí) a rozhodli se zkusit štěstí. Batohy i aparaturu nám odvezla auta a my se nalehko vydali k benzínce na kraji města, kde byla nejpravděpodobnější možnost někoho stopnout. Povedlo se. Mnozí ještě před dorazením na benzínku už seděli v cizích autech a do půl hodiny jsme se všichni setkali v Sázavě u kostela, kde jsme se už pomalu zabydlovali na místní krásné faře. Večeře a koncert. Krásný, povedený. Utahání a ospalí jsme se zachumlali do spacáčků a těšili se na poslední den našeho výletu.

Neděle, velmi brzké ráno a balení. Náročná a bez snídane. Ještě náročnější cesta na nádraží. Plán byl jasný: Sázava-> Žďár nad Sázavou-> Nové Město na Mora-

vě. Tam už na nás čekala bohatá snídaně a zázemí na dopoledne. Bohoslužba a po ní následoval náš koncert. Kostel jsme roztančili i díky přidaným vícehlasům do písniček jako „Go down Moses“ a „Až se k nám právo vrátí“. Všichni jsme zůstali na oběd s dobrým pocitem z celého víkendu. Pak už následovala jen předlouhá cesta zpátky domů.

To, že jsme něco takového zvládli společně bez jakýchkoliv obtíží a nepříjemných náhod, podrželi jsme se a pomáhali si napříč celým, náročným víkendem, kde se toho mohlo mnoho pokazit v průběhu cesty, mě jen utvrdilo v tom, že Ten Sing plní svůj účel ve spojování mladých lidí v hudbě a v Bohu a v myšlence pro dobré věci. A jsme nesmírně vděční, kolik lidí nás na té cestě podpořilo, vzalo si nás pod střechu, pomohli s převozy, zaspívali si s námi a ukázali nám, že to, co děláme a baví nás, má smysl hlavně proto, jak nás to baví a kolik jsme do to ochotni vložit. Na příští rok se plánuje trejn trip směr Brno. Stay tuned. :)

*Klára Lubinová, YMCA Pelhřimov,
foto: archiv autorky textu*



PraMeNY – víkend v Podívíně



V rámci pilotního ročníku „PraMeNY“ – Programu pro mladé a nadějně ymkaře – jsme si vyzkoušeli oživování zraněných, bungee running a mnoho dalšího.

V návaznosti na myšlenku, že „Ymku zítřka tvoříme již dnes“, se stala jednou z priorit našeho strategického plánu YMCA myšlenka investovat do rozvoje našich mladých a nadějných členů, kteří jednou YMCA povedou. Nápad připravit pro naše mladé vedoucí benefit – možnost se účastnit speciálního rozvojového programu - se loni zhmotnil a odstartoval první ročník tohoto programu s názvem „PraMeNY“.

Cílem programu je poskytnout mladým prostor pro osobní rozvoj, aby mohli být lepšími YMCA vedoucími, a zároveň vytvořit přátelské prostředí, kde se navzájem seznámí a spřátelí, budou si moci navzájem radit, dávat tipy na nejen táborové hry a vychytávky. Dlouhodobý program, ve kterém mohou být účastníci 1+ více let (dle zájmu), se snaží skloubit zajímavý a pou-

tavý obsah a zároveň časovou nenáročnost, a tak ho tvoří primárně dvě víkendová setkání ročně. Prvního ročníku se ujalo 14 mladých ymkařů z osmi Ymek, kteří skvěle připravili program pro více než 30 účastníků, mladí pro mladé. Víkendový program byl vždy částečně rozvojový a částečně zábavný, plný her, týmových a inspirativních aktivit, ze kterých si do svých Ymek přinesli účastníci nové praktické tipy a triky.

První víkendovka proběhla v Praze, druhá pak v Podívíně, kde se na organizaci akce významně podílely YMCA Skaut a YMCA Podívín, kterým tímto moc děkujeme za pozvání a přijetí! Jarní víkendové setkání proběhlo ve velice přátelském duchu, ubytování jsme byli v místní skautské klubovně a během víkendu si stihli vyzkoušet řadu táborových her a aktivit, exkurzi v Ymce Podívín i Ymce Skaut, zážitkový kurz první pomoci s Ymkou Skaut, návštěvu brněnské skautské klubovny a místního sboru, výlet do zámeckého Lednicko-valtického areálu, zamýšlení a modlitby, večer chval a zpívání u táboráku, diskuzí o křesťanském



přesahu našich aktivit, vyzkoušeli si různé zajímavé sportovní aktivity (např. bungee running, lezení po horolezecké stěně, Indiacu, Freesbee ultimate a další) a v mezičasech sdíleli zajímavosti a tipy z našich vlastních aktivit, mimo jiné třeba i to, jak nejlépe nakrájet špekáčky k táboráku (věděli jste třeba, že jdou nakrájet a opéci do tvaru ymkařského trojúhelníku? :-)). Jídlo jsme si většinou vařili sami, a zároveň dostali tipy od místních skautů na nové táborové recepty.

Všichni jsme si akci užili, odnesli si spoustu zážitků a vytvořili příjemnou partu – a to i přes všechny naše rozdíly (osobnostní, věkové, geografické). Není divu, že už teď se těšíme na další – a to na podzim 11.-13.10. u Ymky Sever na skautské chatě u Cvikova!

Pokud vás program zaujal, do poloviny září 2024 je možné se přihlásit do dalšího ročníku! V případě zájmu kontaktujte svou lokální Ymku, která vás do programu nominuje nebo Sáru Dzvonicovou (ymca@ymca.cz).

*Za tým vedoucích programu: Sára Dzvonicová,
foto: Šimon Matějka*

Diář YMCA 2024

Valné shromáždění YMCA

14. září (Praha)

Ústřední výbor YMCA

14. září (Praha)

Solný mlýn

21.-23. září (MT YMCA, Soběšín)

KČČ – Kurz činného člena YMCA

5.-7. listopadu (Olomouc)

Ústřední výbor YMCA

23. listopadu (Praha)

Přihlášky najdete vždy v adekvátní době před akcí na webu pro.ymca.cz – hlídejte si termíny!

Lušti s námi a vyhraj stolní hru!

Letos je to právě 180 let, co mladý George Williams spolu se skupinou svých kamarádů založil v Anglii v Londýně hnutí YMCA, které mělo za cíl zlepšit životy tehdejších mladých lidí a skrze kvalitní aktivity s nimi sdílet křesťanské hodnoty. U této příležitosti se můžete zúčastnit naší speciální lušticí soutěže! Vyluštěte 8 zajímavých informací o zakladateli Georgi Williamsovi a začátcích YMCA a soutěžte o krásné a kvalitní stolní hry od společnosti Mindok!

Správné odpovědi společně se svým jménem a adresou zašlete na sekretariat@ymca.cz do 31. 8. 2024. Ze správných odpovědí vylosujeme 7 šťastných výherců.

OSMISMĚRKA

Kde byl zakladatel YMCA George Williams pohřben? To zjistíte ve speciální londýnské osmisměrce!

Autobus
Big Ben
Bridge
Budka
Čaj
Dav
Divadlo
Dům
Hyde Park

Kolo
Král
Libra
Metro
Muzeum
Palác
Parlament
Temže

T	M	U	Z	E	U	M	S	L
E	N	O	L	D	A	V	I	D
M	N	E	B	G	I	B	Ů	K
Ž	Č	V	M	O	R	M	R	O
E	A	A	P	A	L	Á	C	R
D	T	K	J	P	L	O	A	T
H	Y	D	E	P	A	R	K	E
U	S	U	B	O	T	U	A	M
L	S	B	R	I	D	G	E	P

Tajenka: _ _ . _ _ _ _ ' _ Cathedral

SKRÝVAČKA

Najdi ve větě ukrytý název hlavního města, kde se konala v roce 1855 (11 let po založení YMCA) první světová konference YMCA. Tehdy totiž už YMCA fungovala v 9 zemích!

Ať si dá na tu varnou konvici pozor, nebo se o tu páru tak rychle opaří, že ani nemrkne!

Tajenka: _____

KŘÍŽOVKA

Málokdo ví, že George Williams byl nejen zakladatelem YMCA, ale také celý život byl i.... (tajenka)

- | | |
|---|---|
| 1. Malý kousek tekutiny (vody, slzy, potu...) | 6. Zločinecký oděv zakrývající obličej |
| 2. Část límce na kabátu | 7. Cirkusový šašek |
| 3. Hlavní město Dánska | 8. Nádob a i technické zařízení na vytápění |
| 4. Opak začátku | 9. Pomluvy |
| 5. Hovorově „štěstí“ (mít štěstí) | 10. Náboj do střelné zbraně |

1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
K	K	K	K	K	K	K	K	K	K

SPOJOVAČKA

Vylušti, co George Williams přijal z rukou královny Viktorie.

SUDOKU

George Williams založil Ymku se skupinou kamarádů. Kolik jich tehdy dohromady bylo? To zjistíte, když vyluštíte tuto sudoku! Stačí opsat čísla z barevných polí.

Tajenka: _ _ kamarádů

	6				5	7		2
		4		9	6		1	
8	7	1	3		2			
5				7	1	3		
	3			5			7	
		7	8	2				5
			5		9	6	8	7
	8		2	6		1		
7		6	4				2	

ŠIFRA

Vylušti v následující šifře, v jakém odvětví celý život George Williams pracoval.

C8 Y7 A4 C8 M3 M6 M8 M3

C2 C4 A1 M7 A5 C6 M6

Y	ABC	DĚE	EFG
M	HCHI	JKL	MNŇ
C	OPQ	RŘS	ŠTŤ
A	UVW	XYZ	Ž

Tajenka: _____

MATEMATICKÁ HÁDANKA

Kolik bylo Georgi Williamsovi přesně let, když Ymku zakládal? To se dozvíte v následující matematické hádance. Georgův věk vám v ní ukáže trojúhelníček – pokuste se vypočítat jeho hodnotu!

Tajenka: _____

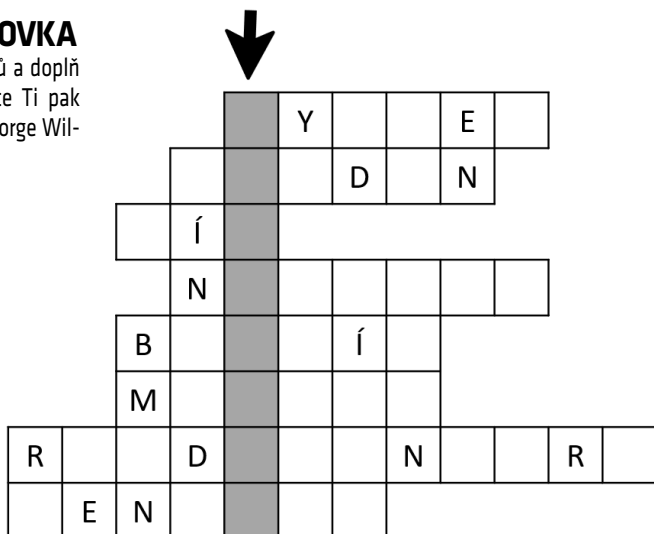
$$\bigcirc + \square = 37$$

$$\bigcirc - \triangle = 8$$

$$\square + \triangle = 29$$

CESTOVATELSKÁ KŘÍŽOVKA

Poznej slavná města podle obrázků a doplň jejich názvy do křížovky! V tajence Ti pak vyjde název části Anglie, kde se George Williams narodil.



Sára Dzvoničková

Setkání YMCA na Soběšíně 2024



YMCA je ještě pestřejší, než si myslíte

Když se silnice zlomí z polí dolů do hlubokého údolí řeky, ptáci najednou zpívají hlasitěji, vzduch je průzračnější a tráva zelenější. Neodpustili jsme si na úvod tuto malou hyperbolu pro ty, kdo snad ještě nikdy nebyli na Soběšíně – táborové základně u Sázavy, která je dodnes jedním z klíčových míst ztělesňujících historii české Ymky. A ani letos to na tradičním květnovém setkání YMCA nebylo jinak.

Ale ještě k té zelené trávě – ona to tak vlastně docela hyperbola není. Ještě nedávno, možná dva tři roky zpátky, příjezd údolím k Soběšínu připomínal tak trochu měsíční krajinu – holé svahy, kdysi porostlé vysokým lesem, který zničil kůrovec. Dnes už je ale celé okolí tábora znovu zarostlé a zeleň se rychle obnovuje. Hledáte v tom paralelu s Ymkou? Možná...

I pro podobné úvahy je na ymkařském setkání dostatek času a prostoru. Zdejší klidné prostředí k tomu ostatně přímo vybízí. Letos o to víc, že přírodní kulisu díky traťové výluce několikrát za hodinu nenarušoval zvuk železničního přejezdu tak jako obvykle. Jak známo, koleje vedou hned vedle tábora a to už od 20. let, kdy tu československá Ymka začala svůj „Masarykův tábor“ budovat.

V těch časech dokonce vlaky na požádání zastavovaly přímo u tábora a ne až na zastávce za lesem, aby kluci mířící na ymkařské tábory nemuseli tahat kufry daleko. Dnes už lokálka u ymkařského trojúhelníku na vratech tábora tak maximálně zahouká. Že by další metafora o postavení YMCA v současném Česku? Ale jděte, vy byste taky hledali dvojsmysl za vším.

Pojďme ale zpět do roku 2024. Tři dny plné programu, sportu, přednášek, her, rozhovorů, kácovského piva a letos také pokradmu sledovaného semifinále hokejového mistrovství světa s českou účastí, to bylo setkání YMCA na Soběšně.

Jako vždy první večer patřil oceňování výjimečně aktivních a dlouholetých tváří a dobrovolníků YMCA. A k tomu seznamování, oťukávání... Ahoj – ahoj, tebe už jsem někde viděl... Co nového a jak je vůbec tam u vás? Orlová? Kde to je??? Ještěže si skoro každý při příjezdu udělá a připíchne na tričko jmenovku.

Druhý den byl ve znamení očekávané odpolední bouřky a hokejového semifinále se Švédskem. Obojí nakonec přišlo a dopadlo dobře, stejně jako nedělní finále – to už ale sledoval každý účastník doma.

Stopovací hra připomněla dětem (ale i doprovázejícím dospělým) osobnost Joe Firsta, legendárního táborového ředitele, který tu v meziválečném období i po válce až do nástupu komunismu, kdy byla YMCA zakázána, vytvořil prostředí, na které vzpomínaly celé generace kluků. To ještě vedlo doprostřed Sázavy dlouhé molo a tábor byl vlastně velkou loukou uprostřed lesů.

Tradiční Soběšinský pětiboj i letos prověřil účastníky v tradičních i netradičních disciplínách, kurty jako každým rokem zaplnil volejbalový turnaj a táborový oheň zapalovaný podle tradice ze čtyř světových stran zázračně vzplál i po hustém dešti. Zkrátka povedená akce.

Nemělo by ale zapadnout, že všechny tyhle kratochvíle jsou jenom prostředkem k tomu, co má Setkání YMCA přímo v názvu: tedy poznat ty ostatní, kteří pod stejnou značkou, ve stejných hodnotových mantinelech a se stejným cílem dělají Ymku Ymkou ve všech koutech republiky – a přitom o sobě často ani nevědí, nebo se znají leda tak z ymkařských fotek, brožurek či ze stránek Proteinu.

I když se na konci Setkání vyplňuje pravidelně hodnotící dotazník, kde si můžete postěžovat na jídlo (ve skutečnosti se zdejší kuchyň stále zlepšuje), tvrdou matraci (ale no tak, tady nejste v hotelu) nebo špatné počasí (sorry jako), a samozřejmě i cokoli pochválit, jedna věc se do žádného dotazníku nevejde.

Je to takový ten niterný pocit, že jste součástí něčeho velkého, něčeho, co má smysl, co spojuje, co pomáhá, co funguje, ve prospěch vás i ostatních. Že Ymka není jen jeden kroužek, jeden tábor, ve vašem městě, že to je prostě velká celosvětová věc, o kterou se můžete i opřít. Prostě takové to „něco“, na co nejsou kolonky. A na co se v každodenním provozu možná zapomíná.

Na Soběšíně to tak trochu zaznělo i při závěrečných bohoslužbách. Že by Ymka neměla chtít překřičet okolní svět, být víc vidět a víc slyšet než třeba jiné podobné organizace se stejnou klientelou, ale spíš si klidně tišeji opakovat své vlastní poselství a vnitřní kompas toho, kam chce jít a co chce dělat. A co dělá už 180 let.

Právě tohle „kam dál“ platí i pro samotný Soběšín. V příštích letech se bude muset najít udržitelný model pro provoz areálu, aby nežil jenom ze zmíněné historie, ale rozvíjel se a sloužil dál a pokud možno dlouho Ymce i širší veřejnosti.

Nebyli jste letos nebo dokonce ještě vůbec nikdy na Setkání YMCA? Tak příští rok určitě pojedte. Dost možná budete překvapení, jak pestré společenství Ymka vlastně je.

Vojtěch Berger, foto: Julie Bergerová, fotokomiks: J. V. Hynek





Či,
dva,
jedna,
šťalt.



Lepší
rolbu
nikde
nemají.



Ještě
chvilku
a dáme
kraul.
:-)



Skluzavku
Adam Ondra
nemá.



Olympiáda
2036 bude asi
v Ahmadábádu

STRUČNĚ

► Naše ambasadorka a členka YMCA Plzeň Viki Jílková na mistrovství ČR juniorů v boxu obhájila svůj titul a stala se tak již po šesté mistryní ČR. Moc gratulujeme!

► Tělo - duch - duše.... děti z Dětské skupiny Sovička (YMCA Praha) nezanedbávají žádnou ze stran ymkařského trojúhelníka. Vydaly se tak například na koncert filharmonie, do stanice přírodovědců, zúčastnily se programu v knihovně, obdivovaly krásy Pražského hradu i zvířata v Zookoutku Milíčov, absolvovaly cyklojízdu, lezení na boulderu i preventivní program od Policie ČR, rozvíjely svou tvořivost při velikonoční dílně i v rámci hudebně-dramatického kroužku a posilovaly své estetické citění na výstavě Františka Kupky v muzeu Kampa.

► Senioři z Jindřichova Hradce a okolí mohli opět vyrazit do světa - regionální YMCA pro ně připravila další výlet. Tentokrát byl cílem vodní hrad Heidenreichstein, místní rašeliníště a historické centrum města s evangelickým kostelem.

► Akademická YMCA uspořádala koncem května další ze série oblíbených Retreatů, přednáškových a diskusních víkendů pro všechny zájemce o věcnou a kultivovanou diskusi. Tentokrát na téma Odolnost společnosti proti přívalu hrozeb. Jako přednášející vystoupili novinář a humanitární pracovník Tomáš Vlach, bývalý vojenský a nyní nemocniční kaplan Mgr. Pavel Ruml a správce Svatojanské koleje Michal Sedivý.

► Molitanová hernička YMCA Plzeň ve Starém Plzenci připravila speciální program ke Dni maminek. Děti mohly užít zábavnou

překážkovou dráhu, tancování, stavění vysněného domečku z Lega i vyrobit dárky pro své maminky.

► V dubnu sobotu se konalo jarní kolo Potravinové sbírky. Darované potraviny a zboží opět v obchodech sbírali i dobrovolníci YMCA Jindřichův Hradec, YMCA Praha a YMCA Plzeň, aby je následně poslali k těm, kdo to opravdu potřebují (často se jedná o matky samoživitelky, osamělé seniory či rodiny v krizi). Díky všem, co tráví volnou slunečnou sobotu prací pro druhé, i těm, co něco ze svého darovali - a těšíme se na podzimní část - zapojte se také!

► Dvě pražské ymkařské aktivity, mateřské centrum Domeček a nízkoprahový klub Ymkárium spojily síly a uspořádaly tradiční Čarodejnice na Jižáku. V Centrálním parku na Jižním Městě si malé i větší děti mohly vyrobit vlastní čarodějnicí, skládat origami, pomalovat obličej, vyzkoušet čarodějnický kvíz, discgolf či lukostřelbu, nechybělo ani opékání buřtů a odpočinková zóna.

► Jardovy uši - tak se jmenuje pravidelný program YMCA Jindřichův Hradec. Jde o poslechový večer Jardy Hojného, který posluchače seznamuje s nejzajímavějšími kousky jednotlivých hudebních žánrů či témat (poslední večery byly věnovány například blues, melodickému rocku či velikonočním písním) a doplňuje je krátkými komentáři. Ti, kteří to mají do Hradce daleko, můžou využít odkazy na playlisty jednotlivých večerů, které najdou na facebooku YMCA JH.

► V březnu se konal 30. ročník programu „Spring school: Education and Remembrance“, který připomíná výročí osvobození koncentračního tábora Bergen-Belsen. A poprvé to bylo za účasti delegace ymkařů z České republiky! Hlavním tématem programu je



Německo během období národního socialismu, diskriminace různých skupin obyvatel a historie přiblížená prostřednictvím konkrétních lidských osudů. Kromě tří dnů strávených v Bergen-Belsenu navštívili účastníci i hlavní město Dolního Saska, Hannover. Vedle vzdělávání byly večery věnovány odpočinkovým aktivitám jako je karaoke, tanec, kurz DJ nebo pečení, při kterých se mohli navzájem poznat účastníci z Litvy, Polska, Slovenska, Francie, Maďarska, Izraele, Německa i České republiky.

► Rodinné Centrum YMCA Praha připravilo ke Dni dětí YMCA běh pro děti a rodiče. Trať dlouhou 50 nebo 120 m mohli absolvovat běžci tří věkových kategorií, rodiče (s cílem, aby děti povzbuzovaly své rodiče), nebo rodiče s dítětem v kontaktu (rodič s dítětem běží za ruku, na zádech apod.) Nejde o vítězství, jde o zážitek!

► Dětský den oslaví i YMCA SKAUT v Domaníně. V sobotu 8. 6. čeká na děti i rodiče velká porce zábavy (skákací hrad, bublinky, hasičské vybavení, zemědělské stroje), tvoření (malování na obličej, výroba slizu) a jedna specialita: rodinná soutěž

o nejlepší kotlíkovou polévku. Každý tým dostane bedýnku s totožným obsahem surovin a bude na každém, které použije pro tu nejlahodnější polévku připravenou na ohni.

► YMCA Strmilov připomněla Den matek obzvlášť příhodným způsobem: připravila program pro děti a maminky nechala odpočívat u kávy a dortu. Na zahradě evangelického kostela si tak nejmenší mohli hrát, běhat, luštit hádanky i skákat v nafukovacím hradu a oslavenkyně zaslouženě relaxovat.

► YMCA Setkání připravuje svůj hlavní letní kurz Manželských setkání – a má ještě volná místa! Kostrou programu jsou přednášky manželských párů. Vztahová témata jsou při nich obohacena o osobní příklady přednášejících, kteří zde sdílí zkušenosti vlastního života. Otevřeně se mluví o manželské krizi, odepnutí, zdravém sebevědomí, komunikaci, potřebách, sexualitě i dalších tématech. Diskuze o tématech pokračuje při sdílení v malých skupinkách o 3–4 párech i mezi sebou v rámci manželských dvojic. Chcete posílit

svůj vztah? Přihlaste se na 30. června – 7. července 2024 do Kroměříže!

► Venku je už zase pěkně a v ulicích Prahy stále běží skvělá ymkařská pátrací hra „Odhal tajemství trojúhelníku“! Dostupná je zdarma přes android aplikaci Puzzle Tours, 24 hod denně. Bude bavit všechny věkové kategorie, můžete ji hrát s kamarády, jako rodina i jako jednotlivci. Trasa začíná před Obecním domem a její projití trvá asi 90 minut, můžete ji ovšem hrát i na několikrát, po částech. Zadáním správného hesla Vás aplikace odešle na další místo a odemkne hádanku. A pokud byste snad váhali, máte k dispozici několik nápověd. Ideální program na víkend, pokud ho trávíte ve městě! Více na www.ymca.cz.

► V sobotu 22. června ožije tábořiště YMCA Pelhřimov na Valkounově tradiční akcí ve stylu Divokého západu Zlatá horečka. Na programu bude rýžování zlata, soutěže, country saloon se stylovým občerstvením i hudbou a mnoho další zábavy pro děti i dospělé. Přijďte i vy!

► YMCA Jindřichův Hradec letos slaví 30 let a na sobotu 7. září přichystala YMCA FEST! Pohodu v parku u Nežárky podpoří množství hudebních vystoupení (Ten Sing Pelhřimov, pěvecký sbor YMCA Jakoubek, Julie Nosková & Peťa Mottl, country i jazz) i výborného jídla a pití z místních barů a bister. Všichni jste srdečně zváni!

► Také YMCA Orlová letos slaví – a to plných 20 let existence! Oslava se koná v pátek 7. června od 15.00 na Malém náměstí v Orlové – Lutyni. Nejvychodnější YMCA republiky si jistě zaslouží i vaši gratulaci a pozornost!

► Pokud máte v sobotu 22. června cestu kolem Podivína, určitě navštivte Koncert pod širým nebem, který v amfiteátru Spolkového domu pořádá místní YMCA. Těšit se můžete na vystoupení dětského pěveckého sboru Kadúbek, kapel Salatór PROPOLIS a JAMA, občerstvení a posezení v příjemném prostředí spolkové zahrady.

► Letos YMCA pořádá 50 pobytových a 27 příměstských táborů. Držíme všem palce, aby bylo dobré počasí, vedoucí měli dost nápadů a energie, účastníci nadšení a pevně zdraví. A těšíme se na vaše zážitky! Pošlete své reportáže z táborů, povídky, úryvky z kronik, rozhovory, zápisky nebo úvahy na protein-ymca.cz do 20. září! Nejlepší kousky budou ozdobou podzimního čísla Proteinu.

*Julie Bergerová, sekretář pro PR
a komunikaci YMCA v ČR, foto: YMCA Strmilov*



Velikonoční tvoření s YMCA Orlová

Od 25. 3 do 5. 4. 2024 probíhalo v prostorách Kúlcentra YMCA Orlová velikonoční tvoření. Děti si mohly vytvořit neposedného zajíčka nebo vajíčko s překvapením. Nejednalo se o nic těžkého. Na výrobu jsme potřebovali pouze papír, nůžky, lepidlo a fixy.

Návštěvníci YMCA Orlová, kteří k nám zavítali, nebyli ničím limitováni či omezováni. Nechali jsme jim volnou ruku při vytváření. My s kolegy musíme opět pochválit výtvořky všech, kteří se tohoto workshopu účastnili. Skvělá práce!

Touto cestou bychom rádi poděkovali městu Orlová a Ministerstvu školství, mládeže a tělovýchovy ČR, bez jejichž finanční podpory by se workshopy nemohly uskutečnit.

Nikola Niesytová, YMCA Orlová



Mauglího stezka v obležení YMCA Orlová

Pracovníci YMCA Orlová připravili dětem výlet plný posilování, běhání, lezení. V sobotu 13. dubna jsme opět po necelém roce navštívili bohumínskou Mauglího stezku. Počasí nám vyložené přálo, bylo slunečno a foukal mírný větřík, co si přát více!

Děti využily atrakce, které tato součást Hobby parku nabízí, dokonale a na maximum. Drobné občerstvení v podobě Miňonek a banánu slupli ve vteřině, tím alespoň na chvíli doplnili potřebnou energii a řádili dál.

Zachytili jsme je sice v na chvíli zastaveném pohybu, ale jinak byli po celý den k neutahání jako živá rtuť. Už se těšíme na další výlety!

Děkujeme touto cestou městu Orlové a Ministerstvu školství, mládeže a tělovýchovy ČR za poskytnuté dotace, bez nichž bychom si takovéto akce nemohli dovolit.

Robert Kovarik, YMCA Orlová, foto: Věra Šípková





Na vědomost se dává, že vznikla nová hra TRITET.

Pokud si lámete hlavu proč právě tento název, napiš-
te nám svůj tip - jednoho vylosovaného se správnou
odpovědí odměníme právě touto hrou. Hra je určena
především dětem, ale pobaví i dospělé. Je pro mini-











málně čtyři hráče a obsahuje kromě 200 karet i 2 hrací
kostky a pravidla. Dobrou zábavu vám přeje YMCA.

Jaroslav V. Hynek, foto a grafika: autor textu



ANKETA 2/2024

Jaké články byste v Proteinu četli nejraději?

Rozhovory		(115 hl.)
Odborné texty		(94hl.)
O aktivitách YMCA		(95 hl.)
Komiksy		(100 hl.)
Dětskou stránku		(122hl.)
O historii YMCA		(94 hl.)
Duchovní články		(89 hl.)
Praktické návody		(97 hl.)
Kulturní rubriku		(92 hl.)
Vše uvedené		(99 hl.)

Celkem hlasovalo: 997

Zdroj: protein.ymca.cz

Komentář

Nutno říct, že předně nic nepropadlo, rozdíly jsou minimální. Znamená to nafouknout počet stránek a zaměstnat X redaktorů? Asi ne... takže je to na vás, co napíšete a pošlete, to si přečtete – Protein je náš časopis vytvářený svépomocí. :)

První tři místa obsadila Dětská stránka, Rozhovory a Komiksy – ó to by bylo pěkné, určitě je mezi ymkaři řada kreativních a nadaných lidí, kteří by právě toto uměli vytvořit, a určitě mezi sebou máme řadu zajímavých osobností, které by stálo za to vyzpovídat – pojďme do toho. Na čtvrtém místě je dokonce – Vše uvedené... chápu, že něco jiného je číst a něco jiného psát, ale to první předpokládá to druhé... :)

J. V. Hynek

DOPORUČUJEME!

TRITET

Abyste si mohli i v tištěné verzi Proteinu lépe představit jak reálně vypadá tato nová ymkařská hra, je třeba ji vidět v barvě, proto je třeba obrázek umístit právě na toto místo. Vznikla limitovaná série 80 ks, je to tedy unikát, pokud si poptávka nevnutí další sériei.



A co najdete v příštím čísle?

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

Tématem příštího Proteinu bude:

nePrázdniny v YMCA

Pro děti a mládež je léto obdobím prázdnin, pro vedoucí to přímo prázdniny nejsou, ale přitom se obě tyto skupiny potkají na stejném místě – tradičních letních táborech. Jak se vám letos vydařily? Podělte se s ostatními – inspirujme se navzájem!

Nezapomeňte ale také na zprávy a (kvalitní) fotografie ze svých akcí.

Uzávěrka je 20. 9. 2024.

BUĎ ČLENEM YMCA



V Ymce je prostor pro každého: programů a způsobů, jak se zapojit, je mnoho. Vyber si ten, který ti je nejbliž a staň se součástí celosvětové komunity YMCA!

Staneš se součástí největší organizace pro mladé na světě - a budeš tak moci využívat její zahraniční programy!

Budeš mít přístup na naše kurzy, vzdělávací programy a pro své nápady získáš zázemí kvalitně řízené organizace!

Najdeš místo pro nová přátelství, prostor, kam zapadneš!

Podpoříš ideu YMCA - i pokud nemáš kapacitu aktivně se účastnit, můžeš tak vyjádřit Ymce své sympatie!

Pro členy máme navíc ještě výhodnější nabídku akcí a táborů!

