





„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 (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.



## AI není všemocná, do plánování se pustíme sami!

### 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](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. 11. 2024

Uzávěrka příštího čísla: 20. 2. 2025

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.

Milí čtenáři!

Opět je tu číslo plné ymkařského čtení různého druhu, které vás může zaujmout, inspirovat, potěšit, možná i překvapit...

Rozhodně nepřehlédněte Zamyšlení, protože tvoří i jakousi duchovní předmluvu ke konceptu Ymky jako oázy – inspirativnímu námětu, jak můžeme vnímat svou lokální Ymku.

To, že zaměstnanci i dobrovolníci YMCA, přinášejí do své práce nejen své zkušenosti, znalosti a dovednosti, ale také kus sebe není pochyb. Někdy je toho možná až dost, proto vás může zaujmout rozhovor o supervizi a koučingu.

Inspirativní jsou oba zahraniční příspěvky – Keňa i Švýcarsko jsou nejen zajímavé země, ale dočtěte se o tom, co tam zažily dvě dobrovolnice YMCA.

Budoucnost YMCA je v našich rukou – co se chystá? Nemusíte o tom jen číst, můžete se na tom i podílet! O budoucnosti přemýšleli už před 100 lety – nevynechejte... a ani nic dalšího...

A jako vždy – pište!

*J. 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](mailto:protein@ymca.cz)

**4 Kurz činného člena YMCA**

Alžběta Čechráková

**5 Zamyšlení**

Daniel Matějka

**7 Budoucnost YMCA**

Jaroslav V. Hynek

**8 YMCA jako oáza**

Jaroslav V. Hynek

**9 Jak se vyznat v životě...**

Alžběta Čechráková & Jakub Kulhánek

**12 Démáirt oslavil čtvrtstoletí**

Kateřina Báňová

**14 S Change Agenty v Keni**

Daniela Janoušková

**16 Na rok ve švýcarské YMCA**

Zuzana Kateřina Marková

**18 Spiritualita pro dnešek**

Jan Dospiva

**20 Cyklus vzpomínání na Ymku**

Alžběta Čechráková & Petr Holas

**23 YMCA před 100 lety...**

W. W. Gethman

**23 Stručně**

Julie Bergerová

**30 Ostravský koupark v obležení...**

Robert Kovarik

a mnoho jiného...



# Kurz činného člena v Olomouci

**KČČ, Olomouc, 1. -3. 11. 2024**

**22 vyučovacích hodin**

**20 účastníků**

**39 let věkový rozdíl mezi nejmladším účastníkem a nejstarší účastnicí**

**7 Ymek**

**2 neymkaři (zatím)**

**4 lektori**

Všechna tato čísla vypovídají o Kurzu činného člena, který proběhl tradičně v Olomouci, avšak nemohou vám vykreslit příjemnou atmosféru, které školení mělo. Prvním a poměrně dost důležitým okamžikem bylo, že nám začátek nezhatil žádný pozdní příchod – doprava nám byla milostiva a všichni dorazili do nového Skautského institutu včas, aby se seznámili a prolomili prvotní ledy.

Pak už mohla být bez ostychu řeč o duchovním rozvoji jednotlivce. Po pohodlném odpočinku v krásném meditativním prostředí penzion Tůde, který spravují sestry františkanky, jsme v sobotu pokračovali osob-

nostním rozvojem s psychologkou Sárrou Herzánovou. A pak už čistě o Ymce – poslání v dokumentech (s Vojtou), kořeny poslání YMCA (s Petrem Chlápkem), to vše proloženo nepálským obědem a hrou v ulicích Olomouce.

Večer se ještě podružít v hospodě, probrat, co nás v Ymce těší nebo pálí. Nedělní dopoledne pak už tradičně patřilo pestré bohoslužbě pod Chlopinovým vedením, psaní závěrečného testu a loučení. Díky všem, kdo přijeli, přestože se jim nechtělo, nebo byli dokonce donuceni.

Díky všem, kdo přijeli, i když nemuseli, ale chtějí Ymce věnovat svůj čas a energii! Z hodnocení vyplynulo, že nelitoval snad nikdo, že to pořád stojí za to, potkat se osobně, že nás to nabíjí a posiluje. Milí činní členové, díky vám YMCA žije!

*Alžběta Čechráková, sekretář pro vzdělávání a koncepci YMCA v České republice, foto: J. V. Hynek*

# Zamyšlení

na Setkání YMCA, Soběšín 26. 5. 2024

*Uviděl jsem něco jako skelné moře smíšené s ohněm a ty, kteří vycházeli vítězni z moci té šelmy, z moci jejího obrazu i z moci čísla jejího jména; stáli na skelném moři, měli Boží harfy a zpívali píseň Božího otroka Mojžíše a píseň Beránkovu: „Veliké a podivuhodné jsou tvé skutky, Pane Bože Všemohoucí, spravedlivé a pravdivé jsou tvé cesty, Králi národů. Kdo by se nebál tebe, Pane, a neoslavoval tvé jméno? Neboť ty jediný jsi svatý; všechny národy přijdou a pokloní se před tebou, protože tvé spravedlivé soudy vyšly najevo.“*

*Zjevení 15, 2-4*

Na první pohled by se mohlo zdát, že mě získal tím, že se v něm hraje na hudební nástroje. (O mých zálibách někteří z vás tuší.) Hraje se tam na loutny, píše překlad, ale v řečtině je slovo „kithara“. To my tady taky hrajeme na kytary, to je takové hezké. Ale ještě víc mě zaujalo takové napětí, které v té scéně je, vyznění té scény: Zjevení, asi tušíte, to je obecně kniha velmi bouřlivá. Popisuje řícní zbraní, troubení na polnice, hlasité volání, kvílení, nárek, rachot pohrom, řev šelmy, prostě samý kravál. Uprostřed toho kraválu si skupina vítězivších hraje na „kithary“. Představme si ne tu kytaru, kterou tady normálně používáme, s kovovými strunami, na kterou to jde taky pěkně rozjet. Představte si spíš španělku, s nylonovými strunami, s takovým tím jemným až tupým zvukem.

Představte si, že na tuhle tichou kytaru hrajete ve čtyři odpoledne u pražské magistrály. V knize Zjevení skupina lidí s takovými tichými loutnami hraje uprostřed apokalyptické vřavy. To působí skoro až komicky. Vůbec představa početnější skupiny lidí hrajících na španělské kytary podle mě působí komicky. Jako kdyby náraz hrála stovka zobcových fléten. Akorát to oproti flétnám není moc slyšet. Tak tiše zní píseň vítězivších. Čekali byste možná burácivé varhany, když ne trumpety a pozouny. Ne, oni si tak tiše brnkají. Někdy si říkám, že uprostřed toho množství věcí, co se děje, co na člověka útočí z různých stran, je

darem, když je člověku dáno tak nějak tiše si brnkat. Je to vítězství vybojované uprostřed prostoru, které je domácím hříštěm Šelmy a jejího obrazu (ať je šelmou myšleno cokoli), to vítězství umožní být nad tím nebo mimo ten vliv. Nehrát už tu hru.

Když přemýšlím o Ymce, říkám si, jestli to má být spíš ta organizace, co strašně frčí a dělá bombastické věci. Jestli i to dnešní kázání mělo být spíš takové, že k tomu budu povzbuzovat. Známe to z naší lokální YMCA taky, jak jsme jí relativně nedávno zakládali, tak tam bylo a pořád docela drží to nadšení, ten „drive“. Ten text ze Zjevení mi připomněl, jakou hodnotu oproti tomu může mít jen tiché, ale vytrvalé brnkání a zpívání okolní vřavě navzdory. Představuji si Ymku, jako společenství lidí, kteří se nesnaží překřičet svět, ale tak docela nenápadně si broukají takovou jinou písničku.

Naše výhoda je, že nežijeme v takovém ohrožení jako čtenáři knihy Zjevení. Nikdo nás nepronásleduje, máme dost jistot a zázemí. Na druhou stranu pořád jsou pořád na světě místa, kde to ohrožení a úzkost jsou. I bytí Ymkařem může být v určitých místech světa rizikové. Jsou místa, kde ohrožení života je reálné, sevření jakési šelmy – schválně nechávám otevřené a nesnažím se konkretizovat, v čem byste měli snad vidět tu šelmu. „Pod vládou jejího obrazu“ – to mi přijde příznačné, že často je to spíš jakýsi obraz, který nás svírá, ohrožuje, určitý způsob vidění věcí, což jistě je úskalí i v naší stále relativně klidné zemi. (Paradoxně nás může svírat i nesprávně nastavený ideál.)

Druhá věc, je, že ty naše osobní boje, i když třeba nemají tak děsivé kulisy podobné těm v knize Zjevení, tím ale nemusí být bezvýznamné nebo snadné. Z lecčeho vyvážneme tak nějak s popáleninami na duši. Také bych řekl, že žijeme v dost velkém hluku a buráčení. Kolem nás se pořád něco překřikuje. Někteří lidé žijí jaksi v apokalyptickém očekávání pohrom a děsivého konce. Je to takový evergreen, burcovat ohledně konce světa. Těmhle vyburcovaným náladám navzdory lze obraz z knihy Zjevení vzít jako doporučení: Lepší je si tak nějak tiše brnkat jinou písničku, píseň Beránkovu.

*Daniel Matějka, YMCA Pelhřimov, redakčně kráceno*

# Budoucnost YMCA



**FUTURE OF YMCA  
CEZBI REĽBBLBC  
STRRAAEGTIC PLAN**

**Jak je vidět z obrázků – na titulní stránce, nad tiráží i na protější straně – AI zatím nedisponuje takovou kvalitou, aby dokázala nahradit člověka, či alespoň vytvořit něco tak dokonale, aby to nebyl zase člověk, který věc dotáhne. Ale kdo ví, co bude v roce 2030...**

YMCA v České republice má ve strategickém plánování dlouhou tradici. Již za První republiky, ale a také hned po druhé světové válce YMCA vytvářela smělé plány rozvoje. Tak po roce 1989 jsme se k této praxi vrátili a snažíme se Ymku řízeně posouvat kupředu na základě schválených strategických plánů. Příští rok končí období 2021–2025 a je tedy třeba již začít s přípravou plánu na roky 2026–2030.

Strategické plánování je proces, který nám umožňuje definovat jasné cíle a strategie, jak jich dosáhnout. V YMCA to znamená orientaci na potřeby našich členů i široké veřejnosti, ale také péči o dobrovolníky, modernizaci našich programů, aby odpovídaly očekáváním dnešních mladých lidí, a mnoho dalších.

Výzvy, které momentálně YMCA čelí, zahrnují změnu demografie, konkurenci ze strany jiných organizací a nutnost vzít v úvahu nové technologie. Je velmi důležité, aby se do celého procesu plánování zapojilo co nejvíce osob, které se v YMCA věnují různým činnostem a aktivitám. Proto jsme učinili výzvu, aby centrální plánovací skupině zaslali své připomínky a náměty.

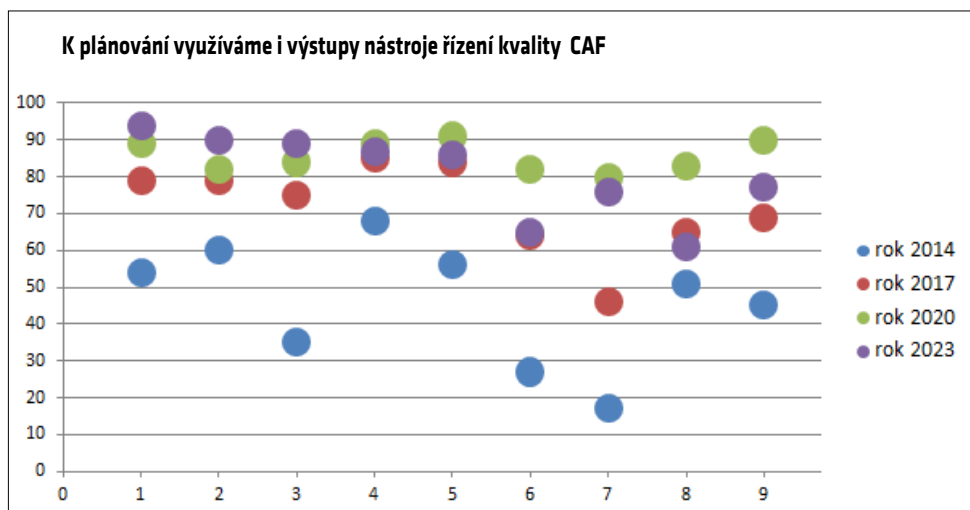
Prozatím dorazilo více než 100 podnětů a v lednu proběhne setkání prozatím 19 členné skupiny, která se tvorbou strategického plánu bude zabývat. Nepůjde tak o nějaký akademický plán od zeleného stolu, ale plán, který reálně vychází z potřeb organizace na všech úrovních.

Konkrétní vize, cíle a úkoly nás tedy teprve čekají, ale lze vysledovat ze zmíněných námětů, že se určitě objeví oblasti jako inovace programů, wellbeing sekretářů a dobrovolníků, křesťanský rozměr poslání YMCA a řada dalších.

Vypadá to, že asi inovace budou pro YMCA zásadní. V dnešní rychle se měnící době je klíčové, abychom byli otevření novým myšlenkám a technologiím. Zvážení nových metodik a přístupů může přinést efekty, které nám umožní oslovit více mladých lidí a lépe reagovat na jejich potřeby, zejména v komunikaci.

Máte ještě nějaký námět? Nebo máte už nápad jak vyřešit určitý problém, se kterým se potýkáme? Zapojte se, KOPR – Komise pro rozvoj vás ráda přivítá jednak pro práci na plánování, tak při plnění konkrétních úkolů, které nám pomohou vytýčené cíle dosáhnout.

*Jaroslav V. Hynek, sekretář pro vnitřní věci  
YMCA v ČR, Ilustrace: AI, graf: archiv YMCA v ČR*





# YMCA jako oáza...

MINIMAX | Ha

Ve světě, kde se zdá, že tempo života neustále zrychluje, a mezi lidmi se často vytrácí pocit sounáležitosti, může být YMCA prostorem, který může sloužit jako oáza. Tento koncept, vycházející z reality míst, kde už YMCA působí. Zaměřuje na podporu spolupráce, porozumění a posílení vazeb mezi lidmi.

U nás i na mnoha místech světa YMCA takto funguje přirozeně a spontánně. Lidé se scházejí, organizují akce a vytvářejí prostor pro vzájemnou podporu. Rozdíl je v tom, že v zahraničí to YMCA dělá velmi vědomě a cíleně – prezentuje své poslání přímo jako rozvoji místní komunity. U nás je to spíše latentní, což není špatně, ale možná by stálo za to, pokusit se tento aspekt naší samotné existence v určitém prostoru podpořit a věnovat se mu cíleně. Co je potřeba pro vybudování Ymky, aby byla vnímána jako oáza?

V České republice tento cíl sice není explicitně deklarován, ale prostřednictvím našich aktivit se jeho dosažení stává realitou. Lidé hledají smysluplné spojení, místa, kde mohou zažít pocit přijetí, sdílet radosti i starosti. YMCA má potenciál tuto potřebu naplnit. Pokud chceme, aby YMCA skutečně sloužila jako oáza, je klíčové zaměřit se na potřeby lidí v naší blízkosti.

Ať už jde o děti, jejich rodiče nebo vedoucí, musíme analyzovat naše kapacity a silné stránky ymkařského týmu. Jaké máme možnosti? Co umíme dobře? K tomu patří i provedení rešerše nabídky jiných organizací v našem okolí, abychom zjistili, co na trhu chybí nebo je nabízeno v nedostatečné kvalitě. Důležitým krokem je aktivovat chuť sloužit naší komunitě.

S ohledem na současné výzvy, které naše společnost čelí, jako je osamělost, psychosociální stres a rozpad tradičních struktur, je úkol YMCA více než aktuální. Představme si YMCA jako prostor, kde každý může najít oporu, radu, přátelství a pocit příslušnosti. Není to jen o službách, které nabízíme, ale o kultivaci prostředí, které podporuje sdílení, spolupráci a vzájemnou důvěru. Pokud dokážeme vytvořit a podporovat takovou kulturu, YMCA se stane skutečnou oázou, bohatou na růst, možnosti a šanci na kvalitní život v naší komunitě.

PS: Přečtěte si článek Zamyšlení v tomto čísle, dotýká se duchovního principu takové oázy.

*Jaroslav V. Hynek, sekretář pro vnitřní věci YMCA v České republice, foto: Al*



# Jak se vyznat v životě a nezbláznit se?

## K tomu je tu koučink a supervize!

**Na naše otázky odpovídá Jakub Kulhánek, dlouholetý zaměstnanec YMCA Praha, nově také člen Komise pro rozvoj YMCA. Proč zrovna tohle téma? Jakub přišel s nápadem nabídnout možnost koučinku v příštím roce pro sekretáře YMCA v rámci péče o jejich wellbeing. Pokud tedy máte nějaké nejasnosti, čtete a nabídky následně neváhejte využít!**

### Co je to koučink a co supervize? Je mezi nimi nějaký rozdíl? Jakou roli hrají v osobním rozvoji?

Koučink a supervize jsou metody, které podporují osobní a profesní rozvoj, nicméně každá má trochu jiný přístup a cíl. Koučink je procesem, kdy odborník (kouč) pomáhá dosahovat konkrétních osobních anebo profesních cílů. Supervize je procesem, ve kterém odborník (supervizor) pomáhá reflektovat a rozvíjet Vaší konkrétní praxi a situace. Ve srovnání se supervize více orientuje na profesní prostředí (sociální služby, školství) a bývá zaměřena na reflexi minulých situací.

### Komu bys doporučil jedno nebo druhé?

Supervizi bych doporučil všem lidem, kteří se ve své praxi setkávají s jinými lidmi v různých rolích (manažeři, pracovníci v přímé péči aj.) a kteří čelí například náročným situacím s klienty anebo kolegy, lidem, kteří řeší etická dilemata anebo mají zájem o svůj profesní růst a zrání.

Koučink bych doporučil a využil na osobnější a cílenější témata jako jsou pojmenování osobních kariérních cílů nebo změny kariéry, zájem o rozvoj svého leadershipu a manažerských dovedností, rozvoj vlastních dovedností, time managementu anebo příprava na důležité změny a výzvy (povýšení, podnikání, apod.).

### Máš s nimi osobní zkušenost? Kdy pomohli nebo pomáhají tobě?

Mám více než 10letou zkušenost s týmovými a individuálními supervizemi zaměřenými na klientskou práci (dilemata, řešení konfliktů).

V posledních letech využívám individuální supervizi řízení. Jednou za 2 měsíce se setkávám s paní supervizorkou, tato setkání mi pomáhají získávat nadhled nad svou prací, nad náročnými situacemi ve vedení lidí a projektů. Daří se mi později nevňášet si „blbou“ náladu domů. To oceňuji sám a asi také manželka a dcery. :-)

Pár tipů, k čemu to může být konkrétně dobré:

- Reflexe vlastní praxe (zamyslet se nad stylem vedení organizace a kolegů, prozkoumat jak mé chování ovlivňuje druhé v organizaci).
- Podpora při zvládání náročných situací (prostor pro sdílení pocitů a pomoc lépe zvládat stres).
- Podpora při rozhodování (možnost prozkoumat možnosti a případné důsledky svých rozhodnutí).
- Rozvoj komunikačních dovedností (zlepší a zefektivní komunikaci, jak vést náročné rozhovory).



To jsou asi 4 oblasti, ve kterých čerpám, abych mohl lépe fungovat já a mohl by i sekretář/ředitel spolku.

S koučinkem osobní zkušenost nemám. Několikrát jsem však kolegům při náročných osobních rozhodnutích anebo životních změnách doporučil využít tuto formu podpory. Kolegové si tuto formu pochvalovali. Je však třeba si svého kouče dobře vybrat.

**Jak může vypadat takové setkání? Na co se může připravit člověk, který s nimi nemá žádnou zkušenost?**

Na první setkání bych vřele doporučil utřídit si vlastní myšlenky, proč přicházím a co si chci odnést. To je stěžejní domácí úkol. O další se postará sám odborník (supervizor anebo kouč). Konzultační místnosti jsou většinou vkusně a příjemně zařízeny, budete sedět v křesle anebo na gauči, dostanete dobrý čaj anebo vodu a někdy i příkrývku.

**5. Musím řešit během koučinku nebo supervize čistě pracovní věci nebo můžu mít i otázku ze života?**

Myslím si, že profesní a osobní život jsou propojené a neoddělitelné. Zkušený supervizor a kouč dokáží pracovat i s osobními tématy, která vstupují do pracovního života a ovlivňují ho. V takovém případě je důležité klást si otázku, jak to ovlivňuje mou práci a co bych potřeboval, abych mohl dobře fungovat v práci.

**Jak se pozná, že byl koučink úspěšný? Dá se to nějak „změřit“?**

Na místo měření bych použil spíše slovo sledovat dopady. Můžeme se zaměřit na vlastní pocity, cítíme se po setkání s koučem lépe? Ulevilo se nám? Můžeme sledovat, a klidně i měřit, jak často si nosíme práci domů. Jak často se cítíme ve své práci bezmocně. Učinil jsem nějaké konkrétní kroky, ke kterým jsem se zavázal. To vše Vám napoví, zda svůj čas a prostředky využíváme smysluplně.





## Má podle tebe smysl skupinová supervize? Jaký a pro koho je (ne)vhodná?

Skupinová supervize má smysl ve chvíli, kdy nějaká skupina osob (2 až 6 osob) spolupracuje na nějakém úkolu anebo spolupracují na dosažení určitých cílů a z nějakého důvodu potřebují pomoci anebo podpořit. Z vlastní praxe vím, že profesionálně a kvalitně odvedená supervize dokáže pomoci k dobrému fungování týmu a předcházení blbě náladě na pracovišti.

Nařídil bych ji všem profesionálům v sociálních službách, protože kolegové jsou v první linii a ve velmi náročných situacích. Doporučil bych ji i mimo oblast sociálních služeb, kde je postupně zaváděna ve školství nebo ve zdravotnictví.

## Když si hledám mentora / supervizora sám/sama, podle čeho se orientovat?

Orientace v této oblasti je velmi náročná, podobně jako orientace v džungli. Pokud bych hledal individuální pomoc a oporu pro sebe, kompasem by mi bylo následující: Jaké formální vzdělání odborník má? Jaké absolvoval výcviky a kurzy? A jakými pracovními zkušenostmi oplývá? Seriózní odborník tyto informace sdílí a otevřeně předkládá zájemcům o své služby. A i v tomto platí, že 10 lidí má 10 chutí.

## Jakub Kulhánek (1988)

Vystudoval pastorační a sociální práci na Evangelické teologické fakultě. Od roku 2013 působí na různých pracovních pozicích v sociálních službách YMCA Praha. Od roku 2018 je koordinátorem sociálních služeb v YMCA Praha. Ve volném čase rád čte odbornou literaturu a detektivky, chodí na výlety s rodinou, hraje s nimi deskové hry. Za jízdy zásadně netelefonuje.

Nedá se říci, že například klinický psycholog bude lepší supervizor nežli sociální pracovník anebo pedagog. Z vlastních zkušeností vím, že jsem kvalitní supervizní služby čerpal od klinických psychologů, sociálních pracovníků, sociologů, pedagogů anebo faráře. Všechny však pojily tyto hodnoty: Respekt, odbornost, otevřenost a důvěrnost. A to bych doporučil hledat každému.

A modlím se za to, aby to každý potřebný našel.

*Alžběta Čechráková, sekretář pro vzdělávání a koncepci YMCA v ČR, foto: archiv YMCA*

# Démáirt oslavil čtvrtstoletí existence



**Soubor irského tance založený v brněnské Ymce jako malá skupinka nadšenců této krásné a místy náročné taneční formy dokázal svou životaschopnost a v listopadu sfoukl ve společnosti fanoušků, bývalých členů či kurzistů a rodinných příslušníků pomyslných 25 svíček na dortu.**

Do sálu brněnské Vaňkovky se lidé přišli podívat na nově i časem prověřené choreografie softové i stepové, zároveň ale nemohlo chybět ceilí, čili příležitost k tanci pro všechny přítomné.

Irský tanec totiž nabízí více forem – tu náročnější a známější z různých tanečních show, tzv. stepdancing, tančenou v měkkých „gilkách“ nebo stepkách s pryskyřicovým povrchem, a zároveň i společenské a zábavné ceilí a setové tance, díky kterým si může radost z pohybu na živelnou irskou muziku užít takřka kdokoli. Přesně tuto příležitost dal Démáirt svým příznivcům na proběhlé oslavě za zvuků živého doprovodu kapely Gruagach. Mnozí si tak mohli zároveň připome-

nout protančené večery v kontrastně letním počasí, které obvykle v červenci probíhají na stejném místě, ale pod širým nebem, během koncertů další spřízněné kapely Dálach, kde se podobné složení lidí schází za stejným účelem. To totiž irská hudba s lidmi dělá – nejde u ní jen tak sedět, o dost lepší je na ni tančit. Přesně to si na podzim 1999 řekla zakladatelka Katka a na koncertě kapely Eoghana O'Reillyho organizovaném cestovkou Kudrna oslovila přítomné publikum a posbírala tak první členy.

Začátky byly vzhledem k absenci živých učitelů ve střední Evropě omezené na jednu videokazetu, ale i tak se soubor postupně prokousal k prvním tancům, výběru jména podle dne v týdnu, kdy probíhaly tréninky (Démáirt znamená irsky úterý) i prvním vystoupením. Díky aktivitě Vaška Bernarda z Prahy, který se rozhodl zpřístupnit taneční dovednosti i zájemcům ze zbytku republiky, následovala od r. 2002 vlna účasti na tanečních seminářích a letních školách s certifikovanými lektory ze zahraničí a tím pádem dynamické rozšiřo-

vání pohybových schopností a repertoáru. Zavedením kurzů pro začátečníky nabídl soubor totéž spouště dalších zájemců z Brna i okolí a zároveň si tak zajistil přísun nových nadšených členů. Aktuální nabídka dnes zahrnuje kurzy softové i stepové a občas i dětské. Od r. 2006 členové začali průběžně trénovat pod dohledem irských lektorů a od r. 2013 u Terezy Bernardové, jedné ze vzácných českých lektorek s titulem TCRG. Také se začali účastnit specifických soutěží v irském tanci zvaných feis, které mají velmi přísná pravidla a jsou přístupné jen žákům certifikovaných lektorů.

V r. 2009 se k aktivitě přidal ještě ceili club, čili skupina zájemců o tancování jen tak pro radost, bez nutnosti tvrdého tréninku a veřejných vystoupení. Ta nabízí už třeba odrostlejšími nebo zaměstnaným tanečnickům příležitost přijít si jen tak jednou za čas užít radost z pohybu a zároveň dále rozvíjí schopnosti v oblasti skupinové koordinace, různorodých figur, oživování dávno zapomenutých tanců z historických sbírek a orientace ve formách ‚keltské‘ muziky. Tuto paletu doplňují i tance ze Skotska, Anglie nebo Bretaně.

Od svého začátku už Démáirt absolvoval víc vystoupení, než se dá spočítat, od soukromých oslav přes kon-

certy kapel či plesy až po velké festivaly a velká podía doma i v zahraničí. Podíval se do Polska, Německa či Itálie. Brněnskému publiku nabídl příležitosti k oslavě organizováním tancovaček s koncertem na den sv. Patrika i dalších irských svátků. K tradičním tancům a vlastním choreografiím přidal i originální autorská pásma s osobitou scénografií a dalšími žánrovými prvky – světlem, poezií nebo příběhem.

V letošním roce se současně vedoucí Bětka a Míša staly součástí lektorského i organizačního týmu nově založeného vzdělávacího festivalu FolCon, který v prostorách brněnské Ymky nabídl během 4 dnů účastníkům z celé republiky možnost posunout své taneční, hudební nebo lektorské schopnosti v celkem čtyřadvaceti workshopech a zároveň si vše užít na koncertech a tancovačkách.

A tak by se dalo pokračovat... A taky že bude! Přejeme Démáirtu přinejmenším dalších úspěšných 25 let, spoustu dalších nadšených členů a protančených akcí. Díky za všechnu tu radost, kterou tancem přináší lidem do života.

*Kateřina Bářnová, YMCA Brno, foto: Seaninel*



# S Change Agenty v Keni

## Jak Change Agents Program změnil můj pohled na svět a dobrovolnictví

Change agents program mi docela nečekaně změnil pohled na svět. Původně jsem se do něj přihlásila ze zájmu a touhy být lepší vedoucí a lépe připravena na dobrovolnictví v Ymce a nevěděla jsem, jestli to vůbec se studiem medicíny zvládnu. Můžu říct, že to pro mě nebyl problém – dělala jsem většinu úkolů velmi poctivě a dají se v pohodě stihnout i všechny online kurzy a přednášky, které jsme měli – často byly přizpůsobeny právě našemu evropskému času. Nejvíce mě bavily kurzy ohledně toho, jak si tvořit pracovní online profil, test toho, jaké přednosti jako vedoucí mám a můžu využívat, jak mluvit před publikem a samozřejmě můj vlastní projekt. Naučili nás také, jak získat a udržet sponzory pro vlastní organizaci, jak používat empatii při rozhovorech s lidmi a základy marketingu.

Rozhodně nejlepší část programu byl ale finální sraz v Keni v říjnu 2024. První dva dny byly naprosto nadupané seznamovacími aktivitami a přednáškami pouze s ostatními agenty, protože na rozdíl od předchozích kohort jsme se neměli kvůli covidu šanci vidět kdykoli předtím a toto byl náš první sraz. Zbytek týdne už jsme strávili namíchaní se všemi 450 účastníky celosvětového YMCA summitu a slyšeli přednášky od generálních ředitelů z různých zemí, zapojili se do workshopů spousty projektů, které YMCA po celém světě organizuje a spadají pod Vision 2030, která se skládá ze 4 pilířů:

Rovnoprávný svět, záchrana planety, smysluplná práce a rozvoj společnosti ((nevím, jak to úplně přeložit)). Přednášky, workshopy a povídání, kterých jsem se mohla zúčastnit se často týkaly lidských práv, protlačení mladých lidí do vlády a rozhodování o našem světě, právech žen, menšin, LGBTQ+ komunity, pomoci lidem v nouzi, provádění konkrétních kroků pro záchranu a obnovu planety a mezinárodní spolupráci.



I když to může znít jako klíše, potkala jsem tam neskutečně velké množství úžasných, inspirativních lidí ze všech koutů světa, kultur a národností a teprve jsem pochopila, jak obří YMCA je a jak moc hýbe světem. V Čechách jsem z Ymky poznala především volnočasové aktivity pro děti, skauty, tábory, sbory, kluby... Ale v Africe jsem potkala lidi, kterým YMCA zachránila život, dala druhou šanci na vzdělání, pomohla v ohrožení válkou, vytáhla ze závislosti na drogách, poskytla práci a ubytování v době, kdy byli na ulici... Mluvila jsem osobně s lidmi, kteří bojují za práva žen, prosazují vzdělání a osvětu ohledně one-mocnění, antikoncepce, drogové závislosti (v Keni velký problém), prevence všeho druhu.

A byla jsem ohromená jedním příběhem za druhým. Asi nejsilnější příběh jsem vyslechla na explorativním

výletu – vybrala jsem si MEWA centre, což je muslimská protidrogová organizace spolupracující s tamní Ymkou, která poskytuje velmi komplexní pomoc závislým a všemu, co to obnáší. V této organizaci pracuje 99 % lidí, kteří v minulosti drogy brali a ze závislosti se dostali.

Jeden z nich nám pověděl svůj příběh, který snad všech 40 lidí v místnosti dojal. Mluvil o tom, jak se závislostí na heroinu (i dnes stále nejvíce rozšířená droga v Keni) bojoval celý život, odešel jako 13letý kluk z domu a žil na ulici, dostal se do vězení a dlouhé roky neměl smysl žít. Co mu nakonec pomohlo byla jeho rodina, jeho děti... a především Bůh. Velmi dlouhou dobu mu trvalo přijít na to, proč mu Bůh dal druhou šanci a proč je právě on ten vyvolený, kterému bylo odpuštěno. Po delší odmlce dodal, že po letech bádání přišel na to, že mu byla dána druhá šance, aby mohl pomáhat ostatním závislým v tomto centru.

Podobně srdceryvné příběhy jsem slyšela nejen od kamarádů z Afriky, ale i ze spousty dalších míst. Seznámila jsem se s úžasnou holčinou z Palestiny, která nám vyprávěla o tom, jaká práva ženy v její muslimské komunitě mají a nemají, koho si můžou vzít za manžela, co mohou nosit a přidávat na sociální sítě. Zkrátka něco, co si v našich podmínkách neumíme ani představit.

Tento program mi zkrátka změnil pohled na svět. Přijdu si, jako kdybych doteď měla oči zavřené. Doporučila bych ho komukoli, kdo má touhu se stále zlepšovat, být lepším dobrovolníkem/vedoucím/členem Ymky, a kdo možná potřebuje trochu motivace na to v této práci pokračovat. Já ji tam totiž rozhodně získala.

*Daniela Janoušková, YMCA Praha,  
foto: archiv autorky textu*

## Cestovatelské večery 2024

**Pracovníci YMCA Orlová pro letošní rok připravili ve spolupráci s lektory z České republiky i Slovenska pestrou směsicí cestopisných přednášek.**

Navštívit jsme tak mohli 26. dubna s Peterem Hupkou Pyreneje ze země i ze vzduchu – Peter má mimo jiné také pilotní průkazy na různé typy letadel.

V pátek 24. května jsme spolu s MgA. Petrem Kantorem projeli Island, kdy jsme se mimo jiné dozvěděli, že dobrovolníci z celého světa zkouší zalesnit některé části této zajímavé a na sopečnou činnost bohaté země.

Michal Lošťák nás provedl cestovatelskými specialitami Itálie v pátek 21. června. Viděli jsme technické unikáty veřejné dopravy, ale i nádherné přírodní scenerie. Výjimečně v dopoledních hodinách jsme 9. srpna s Mgr. Štěpánem Jančou zavítali do afrických utečnických táborů, kde se s kolegy věnovali výuce teo-

logie. Mimo jiné také lektor porovnával keňské slumy před třiceti lety a nyní.

Páteční večer 18. října se nesl ve znamení Portorika a o zkušenosti s touto velmi vzdálenou zemí se s námi podělila Mgr. et Mgr. Veronika Ormaniecová.

V den, kdy píší tyto věty, máme před sebou poslední Cestovatelský večer letoška, a to putování Mgr. Stanislava Praise po stopách bojů v Normandii v červnu 1944., to se bude konat v pátek 22. listopadu v 19 hodin v malém sále DKMO.

Nezbývá mi nic jiného než již teď poděkovat městu Orlová za poskytnutou dotaci, bez níž bychom Cestovatelské večery nemohli organizovat a zvát na ně hosty, kteří k nám jezdí zblízka i velké dálky. Za všechny spoluorganizátory a také přednášející za dotaci velice moc děkuji.

*Robert Kovarik, YMCA Orlová*

# Na ročním dobrovolnickém pobytu ve švýcarské YMCA



Ahoj! Jsem Zuzana Kateřina Marková, je mi 22 let a před dvěma měsíci jsem se vydala na dobrodružnou cestu na zkušenou. Jako první dobrovolník z České republiky jsem díky YMCA dostala příležitost zapojit se do programu European Voluntary Service (EVS), který mladým lidem ve věku 18-30 let umožňuje vycestovat do zahraničí na celý rok. Tento program nabízí nejen šanci poznat jinou kulturu a naučit se jazyk, ale také podpořit místní komunity a získat nové zkušenosti.

Já jsem se rozhodla vyrazit do švýcarského Curychu, kde pracuji pro švýcarskou Ymku, Cevi Zürich. Pomáhám tu v dětské družině a kavárně, starám se o správu sociálních sítí a také trávím čas výukou němčiny v jazykové škole. Navíc se účastním mnoha událostí, které pořádá Ymka a jí podobné organizace. Za poslední dva měsíce jsem se například mohla zúčastnit prvního ročníku festivalu Konekta pořádaného Cevi Schweiz pro její pracovníky. V rámci Cevi Zürich jsem zase třeba vypomáhala na události s promítáním filmu pro rodiče s dětmi a aktuálně, dohromady s mým spoludobrovol-

níkem z Arménie, pracujeme na zavedení nové pravidelné aktivity, a to společných výletů.

Cestování je mojí velkou vášní, a proto se i ve volném čase snažím co nejvíce objevovat krásy Švýcarska – a že jich je nespočet! Kromě několika výletů neda-leko Curychu už jsem se stihla vydat například k Rýnským vodopádům, jež jsou nejvodnatějšími vodopády v Evropě. Dále pak na výlet do hor v nepopsatelně nádherném Davosu nebo třeba do přenádherné italsky mluvící části Švýcarska, kde jsem strávila několik dní v okolí města Lugana.

Kromě práce jsem měla také možnost účastnit se školení pro dobrovolníky, kteří přijeli z celého světa. To se konalo v krásném městě Solothurn, kde jsme se zábavnou formou vzdělávali v tématech jako vedení, řízení, řešení konfliktů a podobně. Zároveň jsme měli i dostatek času na to se vzájemně poznat s ostatními dobrovolníky, hrát hry, prozkoumávat město a utvářet si mezi sebou nová přátelství.



Ačkoli jsem tu teprve chvíli (a že to utíká neuvěřitelně rychle), navázala jsem už mnoho nových vztahů s úžasnými lidmi, procestovala místa, o kterých jsem ani nesnila, naučila se mnoha novým dovednostem a znalostem, a ještě mnoho dalšího. Co je ale pro mě nejdůležitější je to, že celou dobu, co jsem tady mě provází nepopsatelný pocit radosti a vděčnosti, že

tohle všechno mohu prožívat a že mám tuhle úžasnou příležitost a nekonečnou podporu k tomu se rozvíjet. Nakonec už bych jen chtěla poděkovat za tuhle příležitost a taky povzbudit všechny, kdo přemýšlí o podobném dobrodružství... stojí to za to!

*Zuzana Kateřina Marková, YMCA Olomouc, foto: archiv autorky textu*



## Legománie opět v Kůlcentru YMCA Orlová!

Nastal podzim a s ním i čas pro tradiční a mládeží velmi oblíbenou Legománii. Jedná se o složku Kreativních workshopů, která je náročná na pozornost, hbitost a šikovnost. Během 14 dní jsme v Kůlcentru YMCA Orlová od 4. listopadu poskládali přes 140 ministavebnic Lego!

Děti stavějí Lega velmi rády, jen jim trochu vadí, že některé originální sáčky s těmito takřka nezničitelnými kostičkami a jinými komponenty nejsou zcela kompletní. Tím více nás těší, že se dětem daří nahradit chybějící části modelů komponenty z jiných ministavebnic a vytvářejí tak věru neobyčejné a barevné velmi pestré výsledné varianty.

Děkujeme touto cestou všem dárcům, kteří nám věnovali své body nebo celé nalepené kartičky s nimi, a my tak mohli dětem nakoupit hromadu stavebnic!

A děkujeme také Ministerstvu školství, mládeže a tělovýchovy ČR a městu Orlová za podporu, které si velice vážíme.

Body i nalepené kartičky sbíráme dál – už teď se těšíme na zimní stavění!

*Robert Kovarik, YMCA Orlová, foto: archiv autora textu*

AKCE

# Spiritualita pro dnešek

- cyklus přednášek YMCA Orlová



V orlovském komunitním centru 4ka, provozovaném Českobratrskou církví evangelickou, jsme se letos rozhodli uspořádat cyklus přednášek nazvaný Spiritualita pro dnešek. Vyšli jsme ze zvýšeného zájmu současného hledajícího člověka o spiritualitu překračující určité vyznání, ve které by našel ztišení, životní vyrovnanost, smysl, případně i odpočinek a terapii. Často se obrací k východním duchovním naukám a směrům. Smyslem těchto přednášek je představit meditaci a kontemplaci čerpající ze západní duchovní tradice, která může tyto potřeby neméně dobře naplnit.

První přednáška se uskutečnila 11. června pod názvem Život v (Boží) přítomnosti a měl ji římskokatolický jáhen a duchovní průvodce Elva Frouz. Hovořil o potřebě a důležitosti ztišení proudu našich myšlenek, neustále se zabývajících minulostí a budoucností, a spočinutí v přítomném okamžiku a v laskavé Boží náručí. Ukázal nám některé způsoby, jak toho dosáhnout. Po přednášce následovala pod jeho vedením společná kontemplace pro zájemce. Druhý den v 17 hodin následovalo ztišení v kostele Narození Panny Marie ve staré Orlově a posezení na farní zahradě.

Druhou přednášku na téma Spiritualita a duševní zdraví si pro nás přichystal Jan Regner, kněz, jezuita, misionář, který působil v Praze, Olomouci a nyní je brněnským kaplanem pro vysokoškolské studenty. Konala se 24. října a Jan Regner se pokusil odpovědět na otázku, kde hledat vyrovnanost, radost a naději v době krizí a nejistot. Zmínil nejdůležitější zásady psychohygieny, jako jsou dostatek spánku, vyvážená strava, pravidelný pohyb, správný denní rytmus práce a odpočinku, autoregulační cvičení, zdravé vztahy, a dotkl se duchovního rozměru tohoto hledání.

Kvůli povodním byl poslední díl cyklu, přednáška Jura-je Jordána Dovaly Chrám uprostřed tržiště, přeložen ze září na 21. listopadu, po uzávěrce tohoto čísla. Juraj Jordán Dovala je kněz Československé církve husitské, spisovatel a také písničkář. Nabídne nám meditace, které je možné praktikovat uprostřed všedních činností a plnění běžných povinností.

Děkujeme městu Orlová za finanční podporu.

*Jan Dospiva, YMCA Orlová, foto: archiv autora textu*

# BUĎ ČLEMEM 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!



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!



# Cyklus Vzpomínání na Ymku



**V následující rubrice vám přibližujeme významné osobnosti Ymky jejich vlastními slovy. Dalším pamětníkem je i přes svůj nízký věk Petr Holas (uprostřed), letos oceněný za svou práci a přínos Ymce, dlouholetý člen, hospodář, sekretář YMCA Braník a člen Revizní komise YMCA v ČR, v současné době předseda Kontrolní komise YMCA Braník.**

## **Příchod do Ymky**

Do Ymky jsem se dostal na gymplu, přes kamaráda, respektive ještě přes dalšího prostředníka. Poprvé jsem jel v roce 1999 na vodu, na slovensko-polské pomezí, na Dunajec, to byla první mládežová voda, kterou vedl Egon Čierný, jeden z branických ymkařů. Já jsem přišel v době, kdy se dávala právní subjektivita místním Ymkám, takže vždycky o sobě říkám, že já jsem první nezakládající člen Ymky Braník. Protože upékalo se to ještě beze mě, byť jsem byl informován, dokonce mám ještě někde schované takové inside

info z první ustavující schůze YMCA Braník. A když se pak konala řádná valná schůze, tak jsem byl přijat za člena, posléze za činného člena a byl jsem vtažen do toho „bafuňáření“, jak já říkám. U nás to zní kvůli fotbalu tak nepěkně, ale já si zakládám na tom, že i to je v Ymce důležité stejně jako v kterékoli organizaci, kterou chceš dělat poctivě vůči státu. Já nejsem příznivce hurá akcí ve stylu, já to myslím dobře, tak můžu ten stát ignorovat, ono se mi nic nestane, ať už to dělají křesťané nebo jiní lidé – ty tendence jsou vidět napříč společnostmi. Pro mě je důležité vycházet i se státem, dělat to poctivě. Takže já jsem se pak hodně věnoval administrativě, ať už v branické Ymce nebo ve velké Ymce.

Nějakým způsobem jsem zaujal manžele Bedrníkovy nebo spíš Zuzku, že ve mně vycítila potenciál, že bych mohl být tím, komu to „hodí na hrb“, byť nikdo jsme nečekali, že to bude takovým způsobem, jakým se to

stalo, protože ona umřela uprostřed svého funkčního období. V roce 2004 jsem se tedy stal hodně narychlo hospodářem a pak sekretářem Ymky Braník od, tuším, roku 2014. Ten posun na funkci sekretáře neznamenal změnu obsahu práce, ale přinášel poměrně příjemný bonus v tom, že to byla placená práce, což jsem pak hodně uvítal za covidu, kdy byl příjem z Ymky mým jediným příjmem.

### **Působení v Ymce v ČR**

Tady ve velké Ymce jsem začínal u počátků grantové komise. Ne, že bych byl u začátku systému VG, ale přišel jsem těsně potom, co se nastavil. A mně osobně se líbí myšlenka, že by se do něj mělo zasahovat s rozmyslem. Protože bohužel je to kontakt s realitou, že i v Ymce dost často jde o peníze jako v kterékoli jiné lidské činnosti.

Byl jsem taky v ÚV za Ymku Braník, byl jsem tam krátce z toho důvodu, že tehdejší generální sekretář Miki Erdinger mě záhy požádal, jestli bych nevzal funkci předsedy Revizní komise, takže z toho důvodu, resp. z důvodu neslučitelnosti funkcí jsem z ÚV vypadl, nicméně i nadále jsem tam docházel z funkce předsedy Revizní komise, takže jsem byl hostem na jednáních a dost často, já mám rád ten pojem šedá eminence branické Ymky, se mě ten formální člen ptal: „A Petře, jak mám hlasovat, o čem se tady vlastně bavíme a o co teda jde?“ A ve stejné době jsem se dostal i do Dozorčí rady Paláce YMCA.

V Revizní komisi jsme měli za úkol kontrolovat také účetnictví jednotlivých kolektivních členů, což se mně jako zkušenost líbilo. Kupodivu nikde se na mě nedivali zle, asi i proto, že jsem některé lidi znal už z ÚV. Skoro bych řekl, že necht' každý, kdo se zajímá o to, jak YMCA funguje celkově, se stane členem Kontrolní komise, že si takhle může objet jednotlivé Ymky. Já jsem v tomhle trošku obdařen v pozitivním slova smyslu, protože já z toho účetnictví dokážu ledacos vyčíst. Je mi jasné, že když se do toho účetnictví podívá úplný laik, že za tím nevidí ten příběh, který tam vidím já. Nicméně i to je prostředek toho setkávání.

### **Vyhoření v Ymce**

Myslím si, že jestli jsem někdy prošel syndromem

vyhoření, tak to bylo v Ymce, myslím tedy branickou Ymkou. Když to je srdcová záležitost, tak se člověku blbě říká ne. A tak jsem to natahoval, shodou okolností je to vidět i na tom mém setrvání ve výboru, kdy jsem tam byl 19 let. Já jsem si říkal, že těch 20 dám, to už dám, ale našťastí mě v tomhle zachránila Kateřina (Zvánovcová, současný sekretář Ymky Braník, pozn. red.), a to téměř doslova. Nevím, kdo z nich, protože máme opět manželský pár ve vedení, to úplně upekl, do jaké míry to byla i Jeronýmova (předseda YMCA Braník, manžel Kateřiny, pozn. red.) zásluha, kdy řekl: „Jestli to chceš položit, tak to polož, my to zvládneme.“ Protože věčný problém v administrativě, ale nejen, je otázka nástupnictví. Ona je to výhoda i nevýhoda, že v té administrativě je člověk trochu schovaný, takže nemusí mít tak dobré vztahy s lidmi. Ten účetní, když to tak řeknu, tak se vyřve v zavřeném kamrlíku. Neříkám, že se nemůže stát na táboře, že vyhoříš, ale je to daleko náročnější, už začneš být protivná na lidi, je to na tobě dřív vidět, že je nějaký problém.

### **Ymkaři – zvláštní živočišný druh?**

Tohle je věta, kterou mi řekl Egon Čierný, já si ji často opakuji, on ji teda původně směřoval na církevní sbor, když jsem byl konfrontován s realitou toho, jací jsou křesťané doopravdy vs. nějaký ideál. On říká: „V zásadě si myslím, že lidstvo je dobré, ale jedna desetina z těch lidí jsou špatní. Tak si vezmi, že i ten sbor je tvořený lidmi, takže i v tom sboru bude těch 10 %.“ Takže já si myslím, že i v Ymce najdeš leckoho. Ale stále je určitě ta většina pozitivní, určitě bych to nechtěl zjednodušit na to, že mám s ymkaři špatnou zkušenost, spíš jsem je chtěl polidštit. Nemyslím si, že by ymkaři byli něčím výjimeční, ale jsou spíše výjimeční tím, kým se snaží být. Ne vždy se nám to daří, ale to platí obecně. Nevím, jak to vypíchnout, nějakou ymkařskou vlastnost, to je otázka. Je zajímavé pozorovat míru nadšení nebo pragmatismu. Potkáš ymkaře, neříkám, že jsou špatní, ale jsou nadšení pro Ymku, protože jim YMCA přijde jako dobrá, kvalitní, stabilní organizace. A pak jsou lidi, kteří by fakt za Ymku dýchali. První, řekněme pragmatiči, dokážu si představit, že když je dostatečně osloví Skaut nebo Pionýr nebo nějaká regionální organizace, tak si řeknou, tak dobře, ta YMCA má ústředí až v Praze, tady nám nabízejí nějakou moravskou organizaci třeba, tak to je v Brně, to bude-

me mít blíž. Ale pak jsou opravdu ti ymkaři-srdcaři, mezi které já, a to je věc, kterou neumím vysvětlit, se taky řadím. Pro mě je obtížně představitelné to dělat někde jinde. Proto já jsem narážel v tom (blbě slovo) verbování těch nových členů do těch aktivit v důvodu „Proč?“ Pro mě je odpověď: „Prostě proto“. YMCA má určitou tradici, já tu Ymku taky vnímám, že má nějaký závazek z minulosti. Tady dole (v Paláci YMCA, pozn. red.) je, já tomu říkám, koutek sekretářů, pamětní deska, u té si to člověk uvědomí. Taky kniha, jmenuje se V šat bílý odění, kterou jsem četl právě v době, kdy jsem do té Ymky vstoupil. Takže je možné, že to je věc, která tě zasáhne. Proč jsi v Ymce – no, protože tihle (Šimsa, Valenta a Mareš, pozn. red.). Začneš cítit nějakou sounáležitost, která tam prostě je. A zároveň je tam těch 90 %, tzn. převažuje pozitivum nad negativem.

Potkal jsem bezpochyby v Ymce víc dobrých lidí než nedobrych nebo méně dobrých. Kdo jsme, abychom soudili... Nebo i lidí, kteří mi nesednou. Taky jsem si odnesl uvědomění, že pro tebe v životě můžou být důležití lidé, kteří jsou jiní než ty. Ne, s kterými si nemáš co říct. A myslím, že jsem se nakonec se všemi dokázal bavit, minimálně, když bylo bavit se potřeba. Což je taky pro život člověka důležité.

### **Naddenominačnost Ymky**

Na té Ymce je pro mě důležitá neukotvenost, nebo jenom základní ukotvenost. A přijde mi vtipné na ymkařích, že když se člověk stane ymkařem, tak to svoje vyznání začne v sobě ne skrývat, ale spíš stírat ten rozdíl. Je to obtížné odhadnout, kdo je jakého vyznání. Víím, že jsou tady katolíci, evangelíci, husiti a tak. A líbí se mi právě na Ymce, že to není tak vidět, že to není na první dobrou, což je pro mě přesně to, že YMCA je ekumenická, ale křesťanská. Tím říkám: nelustrujme účastníky akcí podle toho, jakého jsou vyznání. Ale pojeděš na tábor, počítej s tím, že tam jsou všichni věřící nebo většina vedoucích. Je to tam, nevyhneš se tomu, nikdo ti to nebude vnucovat. Já si myslím, že je důležité, aby duchovní programy na táborech nebyly povinné, aby byly volitelné, dobrovolné, což je určitá výhoda proti církvím. Mně přijde, že YMCA je most mezi tím světem a církví a zároveň tam vnímám i tu nedenominačnost té Ymky.

### **Přínos Ymky pro Petrův život**

Tak přivedla mě ke křesťanství... Nějaká víra z rodiny tam byla, ale k evangelickému, potažmo evangelikálnímu prostředí, jsem se dostal skrze Ymku a skrze brannický sbor. A pak určitě schopnost vyjednávat, bavit se s lidmi, snažit se pochopit různé lidi. Být i obezřetnější. I to čertovo kopýtko v tom, že jsem zažil věci, které si nemyslím, že byli správně, ale nemyslím si, že ti lidé je dělali ze špatného úmyslu. Že dobrý úmysl nic nezaručuje. A zase neodsuzovat i obráceně. Že si lidi řeknou: tak tihle fixlovali, to jsou podvodníci a s nimi se nebudeme bavit. Ale oni to třeba mysleli dobře.

### **Čím je nebo má být YMCA v dnešní společnosti?**

Já si pořád myslím, že tím mostem. Teď použiju takový divný termín – v podstatě křesťanstvím light, žitým křesťanstvím, prvním kontaktem. Vnímám u spousty lidí, zvláště u nás, v Česku mi to přijde ad absurdum dotažené, ale je to po celém světě a je to čím dál horší a je to dáno tím, jak ty církve jsou do určité míry zkostnatělé. Tím větší odpor v lidech vzbuzují. YMCA tady má velký prostor na to, říct: „Tak podívej, ale vždyť ti lidi jsou normální. Ale teďka v neděli jdeme do kostela.“ „No ale počkej, vždyť jste normální, ne?“ „Tak pojď s námi, uvidíš, tam jsou další normální lidi.“ Prostě ten most mezi světem a církví, tím „tvrdým“ křesťanstvím. Byť si uvědomuji, že tahle pozice, pokud by ji YMCA měla přijmout, je samozřejmě vysoce riskantní pro její ukotvení. Protože v okamžiku, kdy začneš dělat to křesťanství light, jsi v daleko větším nebezpečí, že se ti to rozplizne.

YMCA má možnost ukázat to civilní, ukázat křesťanství naruby, protože pro křesťana, je vrcholem života, té víry nedělní bohoslužba. To žít křesťanství, to, že jedeme na vodu a než na tu vodu vyrazíme, tak se pomodlíme, a zase bez té nárokovosti, to vnímám jako hodně důležité. A vnímám tam nutnost, aby vedoucí byl činný člen. Ono je to hezky zaobalené, že musí zároveň složit slib činného člena, který obsahuje křesťanské vyznání víry. Takže za mě, pokud ty akce povedou křesťané, potud je to ymkařská akce.

*Zdroj: redakčně upravený přepis rozhovoru, 22. 10. 2024, Praha, nahrávku pořídila Alžběta Čechráková*



## YMCA před 100 lety...

### Výroční zpráva ústředního ředitele YMCA v Československu

Rok, jenž uplynul od našeho druhého sjezdu, konaného v Olomouci, byl obdobím stálé konsolidace v programu i organizaci Ymky v Československu. Během tohoto roku hmotná výzbroj Ymky vzrostla, štáb sekretářů se ustálil, ústřední výbor a místní výbory převzaly větší zodpovědnost, avšak co nejdůležitější, občané této republiky si lépe a u větší míře uvědomili význam Ymky pro budování křesťanského charakteru.

...

Místní sekretáři po celý rok pracovali na sérii studijních lekcí, jež byly připravovány a vysílány z ústředí a vztahovaly se ke skutečným každodenním problémům místních sdružení. Tato metoda dirigovaného studia se ukázala již v prvních měsících roku tak uspokojivou, že se od září začala vydávat nová řada týdenních lekcí o obecných problémech, jako „Organisace času“, „Program výchovný“, „Získávání členstva“, „Skupinová organisace chlapců“, „Zimní program tělovýchovný“ atd. Ve většině místních sdružení byl denní rozvrh práce sekretářské tak zařízen, že první hodiny

každého dne byly věnovány společnému studiu jedné z lekcí, jež byly týdně zasílány z ústředí.

Počátkem roku 1924 chceme používat jedné nebo několika velkých místních Ymek jako cvičebních středisk. To znamená, že budou sekretáři přikazování dobře organisovaným místním sdružením, aby nabýli výcviku skutečným vykonáváním praktických povinností, jež se v řízení místního sdružení vyskytují. Lidé takto přikázání budou mít časté konference se svými rádci o otázkách, na něž narazí při své práci. Rádcové jim budou také pomáhati při volbě četby, důležité pro jejich práci. Doufám, že se každému ze sekretářů, kteří budou zodpovědní za některou z nových budov nyní rozestavěných, dostane příležitosti, aby několik měsíců prakticky působil v jedné z dokonale vypravených Ymek.

Nelze ani dost oceniti význam, který má pro naše sekretáře každý rok, vyplněný praktickým kontaktem a každodenními otázkami sdružení. Vliv času, nebo, jinými slovy, rostoucí zkušenost ve faktické práci je vlastně nejdůležitější složkou ve výcviku sekretářů-

vě. Uvážíme-li, že tolik sekretářů vstupuje nyní již do 5.-6. roku své práce v Ymce, můžeme očekávat, že v několika letech budeme mít sekretáře schopné vedení nejen vycvičené, nýbrž také zkušené. Avšak nejvýznamnějším činitelem bylo, že bylo dokonaleji objeveno a uznáno duchovní pozadí našeho hnutí. Naši sekretáři si stále více uvědomují, že skutečného pokroku u svých dobrovolných pracovníků i u těch, jimž se snaží sloužiti, dosáhnou jenom tehdy, když svým službám dají náboženský obsah. Mimo to je dobře známo každému, kdo zná problémy a zklamání své vlastní a každé podobné práce, že pouze muži puze ní hlubokými náboženskými pohnutkami a toužící posloužiti jiným, vydrží dlouho v takovéto práci. Samy požadavky jejich postavení vedly naše sekretáře k stále hlubší náboženské zkušenosti a toto duchovní prohloubení musí platiti za nejvitálnější a nejvytrvalejší resultát naší roční práce.

...

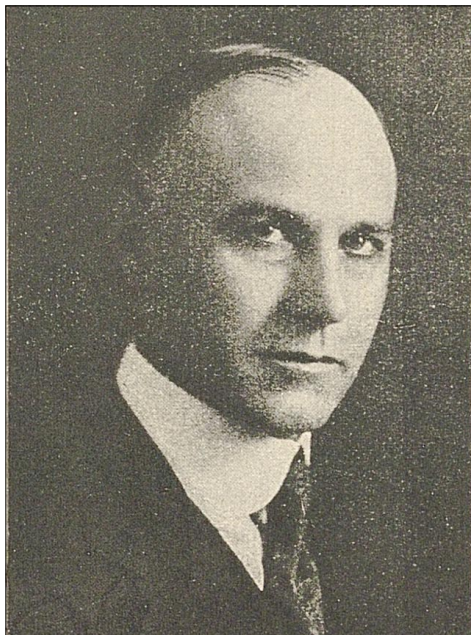
### Ústřední výbor.

Nemohu ani dosti zdůrazňovati, jaký význam má pro sdružení svědomitý a důsledný způsob, jímž se Ústřední výbor ujal velké zodpovědné práce. Během minulého roku byl Ústřední výbor rozšířen na 27 členů, počet to stanovený našimi stanovami, v kterémžto počtu jsou zástupci z celé řady místních sdružení. Měsíční schůze Ústředního výboru byly čteně navštěvovány a členové vždy projevíli ochotu podrobiti rozmanité otázky, jež jim byly předány k rozhodnutí, moudré úvaze.

Prof. Drtina byl svým chatrným zdravím donucen vzdáti se předsednictví Ústředního výboru a na jeho místo byl Ústředním výborem zvolen Dr. Novák, profesor české techniky v Brně. YMCA Československu je prof. Drtinovi zavázána hlubokým díkem za jeho rady a vedení v prvních letech její existence. V prof. Novákovi máme podivuhodného předsedu. Jeho klidné, sympatické vedení nám dodá jednoty v cílech a jednomyslnost, které jsou tak podstatnou věcí při hnutí tohoto druhu.

### Stavby.

Ve zprávě, kterou jsem připravil pro sjezd olomoucký, položil jsem důraz na to, že je nutno věnovati účin-



*Mr. W. W. Gethman*

nou pozornost našemu stavebnímu programu. Bylo navrženo, abychom ihned vážně uvažovali o tom, jak zajistiti přiměřené a trvalé umístění Ymce v několika prostředně velkých městech a reprezentativní budovu pro město Prahu. Těší nás, že můžeme nyní sdělit, že tento rok znamenal větší pokrok v tomto směru, než jsme se odvážili očekávati.

Od našeho posledního sjezdu byla dokončena bratislavská budova, 6 dalších budov se staví a máme znamenité vyhlídky na zajištění skutečně přiměřené domova pro Ymku v Praze.

Dokončením bratislavské budovy dostalo se nám jednoho z největších a nejdokonalejších domů, jež jsou tomuto účelu na kontinentu věnovány. Budovy, které se nyní stavějí, nejsou sice tak veliké, avšak zaručují rozsáhlou činnost a budou zdrojem příjmů pro Ymky v městech, kde se zřizují. Tyto posléze jmenované budovy byly umožněny darem 3,500.000 Kč od americké Ymky a podle československého zákona přistoupila k tomu státní půjčka, jež se povoluje na obytné budovy. Přízemní zdívo všech těchto budov bude





dokončeno před koncem tohoto roku (1923) a všechny domy budou patrně hotovy k použití do září 1924. Budou obsahovat jako bratislavská budova svobodárny, restaurant, třídy, knihovnu, klubovny a koupelny. Při děláni plánů na tyto stavby věnovala se zvláštní pozornost předně tomu, aby se získal dostatečný prostor pro plně rozvinutý program sdružení, za druhé, aby se budova rentovala, neboť její výnos musí značnou měrou krýt výlohy na ostatní činnost sdružení. Pro mladíky, kteří se ubytují ve svobodárnách, stane se tato budova skutečně „domovem pro lidi bez domova“, neboť naleznou pod jeho střechou netoliko nocleh a stravu, nýbrž též život klubovní a společenský.

Bude-li možno provést projekt na pražskou budovu, jak učiněn, bude jedna z největších budov v hlavním městě majetkem Ymky. Americká YMCA míní darovat větší částku peněz na stavbu a výpravu budovy, to vše pod podmínkou, že YMCA v Československu bude schopna vyhovět jistým podmínkám, jež se týkají zajištění sumy doplnitelné. Náš Ústřední výbor a stavební výbor při něm zřízený pracují na projektu a mají být s to, aby podaly definitivní zprávu o vykonané práci v nejbližších dnech.

Nesmíme se domnívat, že místa, jimž se nedostalo pomoci v této fási stavební činnosti, mají zůstat zcela bez pomoci Ymky v Československu. Doufáme, že jistá roční kvóta od každé Ymky, již se dostalo pomoci stavbou trvalého domova, umožní Ústřednímu výboru, aby z jejího výnosu pomohl podobným způsobem ostatním sdružením.

### **Několik návrhů.**

Ve sdružení tak mladém, jako je naše, dalo by se očekávat, že v této kapitole bude uvedeno mnoho návrhů, avšak chci se zmínit pouze o dvou problémech. První zní: Jak zajistili finanční základy pro Ymku v Československu. Musí jednou přijít doba, kdy se naše hnutí musí postavit na vlastní nohy finančně právě tak dobře, jako v každém jiném směru. V uplynulých letech americká YMCA stále podporovala naši práci personálem a dvěma fondy: fondem pracovním a fondem stavebním. Pro rok 1924 učinila americká YMCA opět kroky, aby nás podepřela peněžně a obmezeným počtem zkušených sekretářů. I kdyby bylo možno zajistiti si rozsáhlou měrou trvalou cizí podporu, nesmělo by naše hnutí neustále na to spoléhat. To by bylo tak nerozumné, jako kdybychom chtěli cvičiti atleta pro

olympijské hry a nedovolili mu cvičiti. Žádný jiný činitel nedodá nám více síly, individuality a charakteru, nežli finanční nezávislost. Aby se té docílilo, měly by místní výbory, právě tak jako Ústřední výbor, věnovat v budoucím roce velkou část svého času otázce, jak zajistili dostatečnou a pravidelnou finanční základnu buď zavedením takových činností, jež něco vynášejí, nebo výchovou členstva k dávání příspěvků. Šel bych ještě dále. Dokud se nestaneme hnutím missijním t. j. hnutím, které lidmi i penězi pomáhá za hranicemi vlastního státu, nepřiblížíme se ideálu, jehož uskutečnění je v mezích našich možností.

Síla hnutí Ymky nezáležel jen na tom, že se lidé postaví do služeb jiným, nýbrž také v tom, že se peníze postaví do služeb jiných. Dokud se nám nepodaří otevřít finanční zdroj v obcích, pracujeme pouze jednou rukou. Proto pracujeme v příštím roce vážně na úkolech, jak postavit hmotné prostředky našich obcí do služeb mužů a hochů oněch obcí ba i do služeb mužů a hochů v jiných zemích.

Druhá otázka se týká poměru Ústředního výboru k místním ředitelským sborům. I tam, kde hnutí

bylo uvedeno v život obvyklým způsobem, je otázka poměru mezi Ústředím a místními sdruženími velmi obtížná. Ve většině zemí existovaly místní spolky dříve a teprve dodatečně se spojily ve všennárodní organizaci. V Československu byl postup obrácený a my právě nyní prožíváme obtížný proces, kterým se přenáší velká část zodpovědnosti, dosud nesená Ústřední kanceláři, na místní sdružení.

Nejsilnější organizace Ymky je vždy ta, kde se dosáhlo náležité rovnováhy mezi místními středisky a Ústředím. Nebude to snadnou věcí nalézt tuto pravou rovnováhu autority. Je to otázka, ke které budou i Ústřední výbor i místní výbory nuceny přistoupiti s největší sympatií a trpělivostí. Rozhodně je to otázka, která se nesmí řešiti překotně, a z toho důvodu si dovoluji doporučiti, aby tento sjezd ustanovil stálou komisi, jejíž povinností bude předně zabývat se všemi otázkami vyplývajícími z tohoto poměru a za druhé připravit pracovní a organizační program, který se předloží příštímu sjezdu.

*Mr. W. W. Gethman, Ústřední ředitel Ymky,  
Y-M-C-A- Časopis YMCA v Československu. čís. 1.,  
leden 1924, str. 19, foto: archiv YMCA*



*Vedoucí tábora YMCA na Sázavě 1924*



## Přednášení na ZŠ Karla Dvořáčka

**V rámci projektového týdne na základní škole Karla Dvořáčka jsem za neziskovou organizací YMCA Orlová přednášela a předávala žákům nové a zajímavé informace.**

Mezi žáky se těšil velké oblibě výklad o zdraví, jakožto nejdůležitější věci na světě, nebo přednáška o Českém znakovém jazyce. Neméně úspěšné byly přednášky Divy světa a Festivaly a svátky ve světě.

V rámci Zdraví jsem žákům představila jednotlivá postižení/onemocnění a podělila se s nimi o svůj život s nemocí Mukopolysacharidóza.

V přednášce o Českém znakovém jazyce jsem osvětlila lehkou historii, zajímavosti ze světa neslyšících a naučili jsme se základní fráze.

V rámci Divů světa jsem žákům povyprávěla o divech starověkých, nových a divech České republiky.

Během Festivalů a svátků ve světě jsme s žáky procestovali celý svět a představili si různé kultury. Probírali jsme, jak vznikaly svátky, oslavy a festivaly, které slaví celý svět, i když každý trochu jinak.

Závěrem bych ráda poděkovala ZŠ Karla Dvořáčka za pozvání a možnost přednášet a Ministerstvu školství, mládeže a tělovýchovy ČR za podporu, bez které by to nebylo možné.

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

# STRUČNĚ

► YMCA Plzeň ve Starém Plzenci přinesla novou kreativní zábavu pro děti všech věkových kategorií: literární dílnu. Větší děti se zaměřily na Máchův Máj, ve kterém hledaly prvky vlastenectví, oxymóron a rozebíraly Vilémovy myšlenky. Mladší děti zase dostaly příležitost stát se básníky a složily vlastní básničky. Ve druhé části dílny pak všichni společně zkoumali různé způsoby oslovení. Nejvíce pozornosti vzbudilo onikání, které bylo zdrojem živé zábavy.

► Také YMCA Pelhřimov spustila novinku – a to filosofický kroužek „Okna do filosofie“. Každou druhou středu tu účastníci zkoumají, jak porozumět světu – a co se dá dělat, pokud nám smysl věcí, situací, všeho kolem uniká. Jak být autentičtí, tedy sami sebou – co tomu brání a čím lze naopak autenticitu podpořit.

► V pátek 18. října 2024 se v Jindřichově Hradci konalo slavnostní předávání cen starosty města. Křišťálovou růží obdržely osobnosti, které se zásadně zasloužily o rozvoj města. V oblasti kultury a zájmové činnosti byla oceněna Hanka Nosková, předsedkyně a jedna z klíčových dobrovolnic YMCA Jindřichův Hradec. Její neúnavná práce a nasazení pro místní komunitu byly rozpoznány jako významný přínos pro město. Srdečně gratulujeme!

► „Česko-ukrajinský klubík YMCA“ ve Starém Plzenci je místem, kde se děti učí společně, rostou ruku v ruce, navzájem se učí a obohacují. Prostřednictvím her a procházek rozvíjejí svou fantazii a tvořivost, získávají pro sebe navzájem porozumění a podporu, která je už třetím rokem stále potřeba.

► 1.000 dní už trvá plná ruská invaze na Ukrajině. YMCA Ukraine u příležitosti tohoto smutného výročí uspořádala online akci,

které zúčastnili vedoucí i partneři ukrajinské Ymky, zástupci evropské i světové Ymky, ale kde promluvil i řadový dobrovolník, kteří již třetím rokem přímo na zasažených územích pomáhají. V poslední době se kromě humanitární pomoci a shánění zdrojů elektřiny v místech útoku rozvíjí hlavně péče o duševní zdraví dětí a mladých lidí. 20 regionálních ukrajinských Ymek pořádá příměstské tábory, programy pro posílení psychické odolnosti, volnočasové kluby pro školáky, jejichž hlavním cílem je hlavně být bezpečným prostředím a podpořit mladé lidi, aby si pomáhali navzájem. Jak inspirativně uvedla dobrovolnice z YMCA Lvov: „Být dobrovolník je moje vakcína proti strachu a beznaději.“

► YMCA Sever pořádá výzvu Otužilec YMCA, která je zaměřena na posílení těla i mysli. Do výzvy se dosud přihlásilo 60 účastníků, z nichž 40 se pravidelně otužuje. Mezi těmito 40 lidmi je i 20 odhodlaných, kteří se do studené vody pouštějí téměř každý den! Ačkoli statistiky ukazují na různou frekvenci účasti, je to za velký úspěch – ve skupině na WhatsAppu se sdílí zážitky, tipy a vzájemná podpora. Jsme rádi, že ani tato strana ymkařského trojúhelníka neobrustá mechem a kapradím!

► Soubor irského tance Démairt (YMCA Brno) slaví čtvrtstoletí od svého založení! V sobotu 16. listopadu uspořádal na oslavu večer plný živé hudby a tance. Démairt stavi na tradiční technice irského tance, kterou obohacuje o zkušenosti z dalších tanečních a divadelních žánrů. Kromě vystoupení pro širokou veřejnost pořádá i taneční kurzy a úspěšně se účastní pravidelných soutěží.

► YMCA Jindřichův Hradec uspořádala spolu s městem tradiční Setkání k výročí 17. listopadu. Přimo 17. 11. se tak kdokoli z veřejnosti mohl připojit k setkání na náměstí Míru, připomenout si význam svobody, zapálit svíčku a zazpívat pár písní s kytarou.

► YMCA Orlová pokračuje v sérii Cestovatel-  
ských večerů. V listopadu tak návštěvníci slyšeli  
nejen o nádherných plážích, zajímavých městech  
i tropickém deštivém pralesi Portorika, ale také  
o putování po místech jedněch z nejkrutějších bojů  
2. světové války, po francouzské Normandii.

► YMCA Plzeň rozvíjí své aktivity na dalším místě  
– na faře v Prádle! Několik podzimních večerů tu  
voněla skořice a marcipán při společném pečení  
dětí a rodičů, vyráběly se lucerničky i květiny z pod-  
zimního listí a pecky havelské placky.

► „Než spadne sníh a zamrznou vody, oslavme  
spolu poslední hody.“ YMCA Podivín a spolek  
Abecedum v listopadu uspořádaly oslavu svátku  
sv. Cecílie, patronky hudby, básníků a nevidomých.  
Účastníci si užili živou country hudbu, občerstvení  
v podobě buchet a škvarkové pomazánky a na  
zahřátí nechybělo svažené víno a čaj. Pro děti byla  
připravena kreativní dílna, ale i detektivní hra!

► Korfbalisti z YMCA Znojmo vyrazili v říjnu na  
týdenní soustředění do Nizozemí! V Heeze si  
vyzkoušeli tréninky s místními koučiči, na procház-  
kách viděli pár větrných mlýnů a v Eindhovenu  
odehráli přípravné zápasy před začátkem nové  
sezóny.

► Kristina, dobrovolnice YMCA Plzeň a nadaná  
ukrajinská tanečnice, o které jste si mohli přečíst  
v minulém čísle Proteinu, získala ocenění Bílá  
vrána pro mimořádně úspěšné mladé lidi, a to  
v kategorii těch, kteří přišli do ČR v souvislosti  
s válkou na Ukrajině. Porota ocenila, jak dobře  
Kristina zvládá život v nové zemi, začlenění do  
společnosti, překonání jazykových bariér i řadu  
dalších výzev. Gratulujeme!

► 150 návštěvníků a 50 registrovaných draků se  
letos zúčastnilo tradiční Drakiády YMCA Praha.  
Kromě soutěží draků v několika kategoriích ymkařů  
nachystali i opékání burřtů, sportovní soutěže  
a malování na dětské obličejce.

► YMCA Ústí nad Labem přichystala Vánoční  
baletní koncert nejen žáků svého tanečního studia  
z Ústí a Děčína, ale i pozvaných hostů z tanečních  
škol v Ústeckém kraji. Koná se v neděli 8. prosince  
v Severočeském divadle opery a baletu.

► Blíží se oblíbená akce YMCA Praha pro rodiny,  
přivítání adventu v srdci Prahy. Průvod s lampiony



a zpíváním koled vyráží v pátek 29. 11. v 16:30 od  
prvního oblouku Karlova mostu na Kampě. Neza-  
pomeňte s sebou děti, vlastní lampiony a hudební  
nástroje!

► YMCA Jindřichův Hradec srdečně zve všechny  
ymkaře na již 15. YMCA ples – tentokrát se koná  
18. 1. 2025! Ples je vhodný i pro celé rodiny: dětem  
je program přizpůsoben do 21:30, poté už patří par-  
ket dospělým. K tanci hraje skvělý Good Times big  
band. Těšit se můžete na pestrý program, bohatou  
tombolu a jistě i tradiční ymkařské půlnoční pře-  
kvapení. Vstupné za 220 korun, děti do 12 let mají  
zdarma. Na viděnou na parketu!

► Adventní kalendář, ze kterého se nekazí zuby  
ani žaludek a který vám navíc zvedne náladu?  
YMCA skaut Domanín připravila jedinečnou akci  
Adventní okna. Každý den až do Štědrého dne se  
na domech v Domaníně rozsvítí jedno nové okno  
s číslem, kde bude navíc ten den čekat i malé  
překvapení. Ten, kdo do slepé mapy doplní správně  
všechna čísla, pak bude opravdu řádně vánočně  
naladěný (a získá i drobnou odměnu).

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



# Ostravský koupark v obležení YMCA Orlová

**Dobrovolníci YMCA Orlová pro děti a mládež připravili další řádicí výlet, tentokrát do Kouparku Ostrava.**

Vyrazili jsme po desáté hodině dopolední, kdy byl sraz účastníků na zastávce prakticky před Hypermarketem Albert, kde jsme ještě narychlo nakoupili část „studeného“ ovoce a občerstvení. Autobus jel svižně, proto jsme byli na Hranečnicku o dvě minuty dříve a stihli tak i podle jízdního řádu nestihnutelný trolejbus. Po pár minutách jsme byli v cíli.

Čekalo nás pětihodinové řádění na venkovních atrakcích v areálu Koupark v Ostravě – Radvanicích. Koupark je nákladně přebudované původně letní koupaliště, místo něhož je na upraveném povrchu kopečku připraveno obrovské hřiště, rozdělené do samostatných hřišťátek a hřišť, kde si děti mohou vyzkoušet lezení, skákání, parkur, ale i plazení nebo s vypůjčeným míčem třeba i hody na basketbalový koš a podobně.

Sobota 12. října se vsutku vydařila! Na hřištích Kouparku jsme zprvu byli jen my a asi dvě rodinky s dětmi. Jakmile ovšem z mraků vylézalo sluníčko, areál se začal plnit. Mluvilo se v něm nejen česky, ale i slovensky, ukrajinsky a polsky.

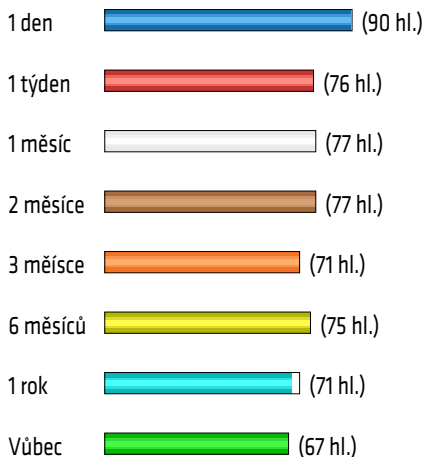
Děti a mládežníci si Koupark užili opravdu na maximum! Aby nepadali hlady a měli něco teplého do žaludku, koupili jsme jim oblíbené párky v rohlíku. Po uplynutí 300 minut ještě na rozloučenou s Kouparkem dostali lízátko.

Děkujeme všem rodičům a pěstounům, že nám věřili, že nebude pršet, a pustili s námi své ratolesti. Ale nejvíce děkujeme Ministerstvu školství, mládeže a tělovýchovy ČR a městu Orlově za poskytnuté dotace, bez nichž bychom takovéto akce nemohli uskutečňovat.

*Robert Kovarik, YMCA Orlová,  
foto: Marcela Kovariková*

## ANKETA 4/2024

## Na jak dlouho dopředu plánujete?



Celkem hlasovalo: 604

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

## Komentář

Plány organizací se dělají na více let dopředu, většinou 3 až 5. Možná někdo plánuje dlouhodobě i v osobním životě. Nicméně když se člověk ohlédne třeba 10 let zpátky... kolik z toho co reálně zažil měl opravdu dopředu naplánované...?

Nicméně plánovat alespoň to co jde je třeba, a proto je celkem povzbudivé, že jen přibližně desetina respondentů neplánuje vůbec. Je také otázka míry plánů - možná ti co měli na mysli podrobný plán, hlasovali pro 1 den. Všichni ostatní tedy 76 % respondentů svůj hlas umístilo do rozmezí týdne až roku. A možná tady nacházíme ten realistický přístup k nevyzpytatelnému životu... Hlavní je mít co plánovat, pokud plánujete, nenuďte se - to je asi nejpodstatnější. :-)

J. V. Hynek

## DOPORUČUJEME!

## TRITET

Nepropásněte jedinečnou možnost mít svůj TRITET - speciální ymkařskou hru. Info o ní bylo v minulém čísle. Objednat si ji můžete na ústředí YMCA. Pozor, vznikla jen limitovaná série 80 ks, je to tedy unikát, pokud si poptávka nevynutí další sérii.



## A co najdete v příštím čísle?

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

Tématem příštího Proteinu bude:

## Sekretář YMCA

Hlavní téma příštího čísla nebude o nabytku, ale o zvláštním druhu člověka ymkařského! Jsou to lidé, kteří se vyznačují řadou specifik a v jistém slova smyslu jsou přírodním úkazem. Co je charakterizuje? Jak je poznáte? Kde je můžete potkat?

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

Uzávěrka je 20. 12. 2025.

Adventní výzva

# ROZSVIŤ SVÉ OKOLÍ

Udělej s partou kamarádů něco dobrého pro své okolí, svůj čin vyfoť a zašli s krátkým popisem do **15. 12. 2024** na **[soutez@ymca.cz](mailto:soutez@ymca.cz)**

Kromě radostných pocitů čeká na vybrané aktivity i věcná odměna!

