

# PROTEIN



časopis YMCA v ČR

ročník XX

15 Kč

2/2018

## Setkání YMCA 2018

jaké bylo letošní setkání ymkařů?

## Zlatý podraz

film také o Ymce se natáčel i na Soběšíně

## YMCA v „osmičkovém“ roce

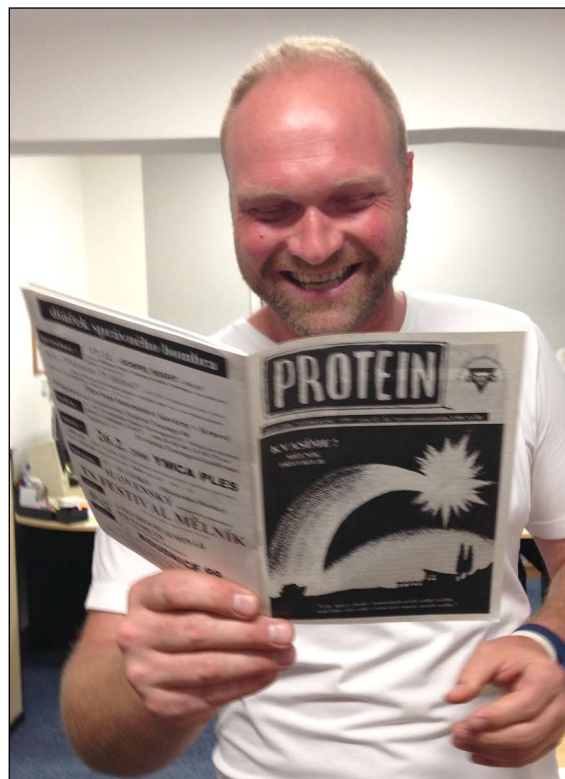
co chystá YMCA v roce významných výročí?

# PROTEIN

časopis YMCA v České republice, ročník XX, 2/2018



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



**4. číslo 1. ročníku Proteinu se svým autorem po 20 letech.**

## REDAKCE

Jaroslav V. Hynek

## SPOLUPRACOVNÍCI

Kristina Ambrožová  
Julie Bergerová  
Markéta Doušová  
Andrea Gröschlová  
Magdalena Rounová  
Miroslav Sedláček  
Iva Šípková

## TISK

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

## ADRESA REDAKCE

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

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

Uzávěrka: 20. 5. 2018  
Uzávěrka příštího čísla: 20. 9. 2018

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

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

Dnes je nejstarší a největší mládežnickou organizací na světě, která ve 119 zemích světa usiluje o harmonický rozvoj člověka, jeho ducha, duše i těla, prostřednictvím společenství a programů otevřeným všem lidem bez rozdílu pohlaví, etniky, 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 28 sdruženích, jsou to: Oikumené – Akademická YMCA, YMCA Braník, YMCA Brno, YMCA DAP, YMCA Děčín, YMCA Familia, YMCA Hradec Králové, YMCA Husinec, YMCA Jindřichův Hradec, YMCA Klatovy, YMCA Letohrad, YMCA Liberec, YMCA Mělník, YMCA Neveklov, YMCA Olomouc, YMCA Orlová, YMCA Ostrava-Poruba, YMCA Plzeň, YMCA Podivín, YMCA Praha, YMCA Setkání, YMCA Sever, YMCA Strmilov, YMCA Třebechovice, YMCA Skaut, YMCA Ústí nad Labem, YMCA Znojmo a YMCA Živá rodina.

Milí čtenáři!

Protein, který držíte v rukou (či čtete na netu) je opět výživný. Fotka na druhé straně obálky předznačuje však už příští číslo, které bude věnované právě 20 letům Proteinu. Povšimněte si ještě nesoučasného loga.

Toto číslo přináší velmi rozličné zprávy a informace. Stačí se podívat na názvy příspěvků a pestrost je vidět na první pohled. Proto bych rád upozornil pouze na některé.

Především vás jistě upoutá známá osobnost Jana Přeučila, který s nadšením vypráví o svém mládí v Ymce. Upozornil bych ale také na článek o osmičkových výročích, kde upozorňuji na seriózní zdroje o těchto událostech.

Atraktivitou oplývá také zpráva o letošním Setkání YMCA na Soběšíně – zejména pro ty, kteří se ho zúčastnili a také následující příspěvek o filmu Zlatý podraz, který se natáčel právě také na našem tábořišti.

Nepřehlédněte ani vše ostatní, stojí to za to!

A jako vždy na závěr – pište!

*J. V. Hynek*

- 4 Jan Přeučil ambasadorem Y**  
Julie Bergerová
- 5 Ideový program tábora (1936)**  
Jan Bulíř
- 6 YMCA v „osmičkovém“ roce**  
Jaroslav V. Hynek
- 8 Setkání YMCA 2018**  
Andrea Gröschlová, Jaroslav V. Hynek
- 10 Volejbalový turnaj na Setkání Y**  
Jaroslav V. Hynek
- 12 Ocenění pracovníci YMCA 2017**  
Kristina Ambrožová
- 14 Film Zlatý podraz**  
Julie Bergerová
- 16 Mezinárodní zapojení YMCA ŽR**  
Jiří Ludvík
- 18 Radostná zpráva ze zahraničí**  
Jiří Ludvík
- 22 Noc s Andersenem v Neveklově**  
Markéta Doušová
- 26 Lužická sedmička**  
rozhovor s Lukášem Kucem
- 28 Sára goes to England**  
Iva Šípková, Sára Soukupová
- 30 Palác YMCA slaví 90 let!**  
Julie Bergerová

**Viděli jste strhující film?**

**Četli jste zajímavou knihu?**

**Slyšeli jste super hudbu?**

**Potěšilo vás něco?**

**Přivedlo vás něco k zamyšlení?**

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

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

a mnoho jiného...



# Jan Přeučil ambasadorem YMCA

**6. března 2018 byl čestným Ambasadorem YMCA jmenován herec Jan Přeučil. Ymku a její programy navštěvoval od roku 1945, kdy ho do pražského paláce Na Poříčí přivedl tatínek. Plaval zde v bazénu, běhal na klopené dráze, účastnil se programů v klubovnách chlapeckého oddělení i táborů.**

Jak sám říká, YMCA si ho brzy získala – nejen svými sportovními příležitostmi: „Jako malého kluka mě YMCA formovala nejen po sportovní stránce, ale hlavně po stránce morální. Protože tahle organizace vždy směřovala mladé chlapce a děvčata k morálce – k hodnotám křesťanským i obecně lidským.“ Do Ymky docházel pravidelně každou sobotu, až do omezení její činnosti v roce 1948.

Během slavnostního udělení titulu Ambasadora YMCA v ČR zavzpomínal na čas prožitý v Ymce, s dokonalým přednesem vysekl pokřik z táborové olympiády a připomněl hodnoty, které YMCA nese: „Po revoluci v roce 1945 mi tatínek František Přeučil, ohromná osobnost, jednoho dne řekl „Jenčo, já tě přihlásím do Ymky“. A já jsem říkal „Tati, co to je?“ A on mi řekl: „YMCA, to je křesťanské sdružení mladých mužů“ a přivedl mě tady dolů, do toho krásného Paláce, předal mě starším chlapcům a pro mě se stalo, že od toho jara 1945 nebo od podzimu 1945 jsem pravidelně každou sobotu chodil sem do Ymky.

Byl to pro mě neuvěřitelný svátek. Celý týden jsem se na to těšil. Začínalo to tak, že jsme přišli dolů do tělocvičny, kde jsme se učili hrát playgroundball, běhali jsme na běžecké dráze – před chvilkou jsme tam byli, tak mě zaplesalo srdíčko – pak jsme šli do bazénu, jak už tady bylo řečeno, od té doby miluji plavání...”

„...potom jsme šli sem, do pátého nebo

šestého patra, kde tenkrát bylo takzvané chlapecké oddělení. Byly tu jednotlivé místnosti, v každé té místnosti byl takový menší krb, a v těch místnostech byly určité skupiny. Měly svá jména: Bratrství, Racek, Pravda, Jánošík, Spravedlnost – a v těch skupinách jsme prožívali krásné chvíle, protože tam byli starší chlapci, rádcové se jim říkalo, zapálil se krb, to byl veliký obřad, protože



jsme to dělali jako opravdu ohromnou záležitost, a byla to středověká televize v podstatě, no a pak čas od času ti rádcové nám třeba – dodneška si to pamatuju – recitovali nebo úryvek nám říkali z Kiplingovy básně Když. Ohromná věc. A odhalovali nám, co ten podtext znamená. A pro mě jako pro herce už tenkrát to mělo velice zajímavý význam.

A čas od času nám i určitý citát třeba z Bible nebo určitý citát z Nového zákona nám takovou velice nenásilnou formou... – a všechny tyto střípky se ukládaly do těch chlapeckých duší a nějakým způsobem formovalo ke spravedlnosti, slušnému chování, ke gentlemanství – čehož já jsem velikým vyznavačem – a k takovým těm správným zásadám.“

*Julie Bergerová, foto: Jana Pertáková*

# Ideový program tábora

**Blíží se prázdniny a s nimi i tábory, jako možnou inspiraci přinášíme informaci o jednom ze základních prvků programu prvorepublikových táborů – tzv. charakterkách.**

Začal bych své úvahy ranními proslovy, t. zv. charakterkami. Každému starému táborníku se hned vybaví na myslí ona chvíle po snídání, kdy p. First neb některý jeho asistent hlásí: Ztište se, dnes vám něco poví ten a ten. ... Tady jsou proslovky jednotlivých vůdců každé ráno, po snídání, na určité charakterní téma, jejichž jednotlivé náměty uvádím na konci ve zvláštním seznamu spolu s jménem vůdce, jenž proslov pronesl. Proslovky trvají circa pět až patnáct minut.

Víte, ono to není ani tak příliš snadné pro takového šestnáctiletého vůdce, předstoupit před 250 chlapců a mluvit tam čtvrt hodiny. A k tomu všichni posluchači vás znají a jsou ochotni využít k svému pobavení každé vaší chyby.

Vzpomínám své první charakterky. To mi nebylo ani ještě šestnáct let a byl jsem první rok vůdcem. Pečlivě jsem se tehdy připravoval. Za téma jsem si zvolil lásku jako hlavní motiv všeho lidského konání, a to lásku ve všech jejích formách. Byl j jsem si vědom, že řeč, čtená z papíru, je daleko méně působivá a proto jsem se jí naučil z paměti. Dopadlo to tedy dobře a věřte mi, že z těch asi 15 charakterek, které jsem proslovil během 8 let svého táboření – a mám je všechny pečlivě uschované – ta první je mi nejmilejší.

Seznam jednotlivých ranních rozhovorů:

- p. First: Skutky mluví
- Vavřík: Pořádek
- Groh: Přátelství a kázeň
- Kupka: Dochvilnost
- Jontof: Síla vůle
- Sum: Fair play
- Vondrák: O hřivnách
- Pokorný: Profylaktická hygiena
- Vaníček: Pravdomluvnost



- Kocourek: Umění prohrávání
- Skokan: Karel Havlíček Borovský
- Dr. Bulíř: Pravda nemá býtí trestem, ale požítkem
- Vondrák: Jistota v životě
- Poláček: Slušná mluva

Jako v neděli má většina lidí sváteční oběd, tak také v táboře není v neděli obyčejná charakterka po snídání v jídelně, nýbrž nedělní shromáždění, t. zv. Sunday service, u táborového ohně, v klínu přírody.

Nemohu nezmíniti se krátce o nedělním rozhovoru univ. prof. Dra Hromádky. Řečník zahájil slovy z II. epištoly Pavla apoštola k Timoteovi, kapitoly 2, v. 3–6.

Mimo jiné řekl: Budme rytíři. Středověký ideál rytíře zahrnoval v sobě hájení pravdy, lásku ke své paní a hlavně službu bližnímu, neboť služba bližnímu je nejvyšší posvěcení života.

*Dr. Jan Bulíř, Almanach letního tábora YMCA Sázava, 1936, str. 4–6, (počet témat a proslov kráceny), doslovný přepis včetně gramatiky J. V. Hynek*



YMCA  
v „osmičkovém“ roce

**Čas běží zcela svým rytmem, přesto si připomínáme různé události, které stojí za to mít v paměti. Ty, které ovlivnily na delší čas, či výrazným způsobem život lidí, celé země i světa. Některé si připomeneme, protože „osmičková“ výročí, jsou pro naši republiku tak zajímavě typická. :-)**

Osmičkové roky jsou opravdovým fenoménem. Numerologie je samozřejmě hloupost. Shodou různých okolností se v letech končících osmičkou stalo několik významných událostí, které ovlivnily situaci na našem území. Není v tom tedy třeba hledat něco magického, ale nebrání nám to sklouznout se na vlně zajímavé číselné shody, která tyto události (pro mladého člověka často nic neříkající, neboť je to z jejich pohledu těsně po potopě) mohou přece jen učinit o něco atraktivnějšími.

Původně jsme měli v plánu zkusit vytvořit samostatnou kampaň, která by tyto události připomněla, nakonec se ukázalo, že podobných aktivit se plánuje řada, tak bylo rozhodnuto, že se tedy k některým kampaním buď připojíme, nebo na ně alespoň jako YMCA upozorníme.

V grafice můžete vidět, o které události našich dějin se jedná, a v textu najdete tipy na zdroje informací, které o nich seriózně hovoří.

Jedním z nich je web České televize, který se zabývá posledním stoletím poněkud šfeji a nese název – Toto století – <http://www.ceskatelevize.cz/specialy/totostoleti/#/>. Najdete tam i řadu dokumentů, dobových videí, vše pečlivě rozříděné dle témat.

Zajímavá je také výstava Okamžiky století, kterou připravila ČTK (Česká tisková kancelář) – jde o soubor fotografií, které zachytili fotoreportéři během posledního sta let, přičemž každý rok je zachycený minimálně jednou fotografií, putuje po různých městech – na webu <http://www.ctk.cz/vystava-okamziky-stoleti/> můžete zjistit, kdy bude u vás nebo kam se za ní můžete rozjet.

Zajímavá je také kampaň Staleté kořeny ([www.staletekořeny.cz](http://www.staletekořeny.cz)), který vznikl koprodukcí několika spolků a organizací, obsahuje videovzky, na kterých můžete vidět i známé osobnosti – nepřehlédněte ymkašské :-), a také

nabízí 30 lektorů k přednáškám na školách. Na podzim připravují také výsadbu lip ve spolupráci s obcemi.

Česká mincovna samozřejmě vydá ke 100 letům Československa pamětní minci, zároveň vytvořila hezkou grafiku k celé Cestě českého lva, jak svou akci nazvala – stojí za zhlédnutí, i když si žádnou minci nebudete chtít koupit. :-) Najdete ji zde: <https://ceskamincovna.cz/100letscr>.

K tomuto tématu bude vydána také speciální edice turistických známek, řadu akcí organizují jednotlivá města a obce, muzea, vysoké školy pořádají přednášky...



zkrátka pokud se o českou historii jen trochu zajímáte, nemůžete nějakou zajímavou akci minout.

Není to však všechno, co osmičkové roky přinesly... V roce 1998 například také získal zlaté medaile v ledním hokeji na 18. zimních olympijských hrách v japonském Naganu (20 let). Nám však přináší radost i nekulaté 174. výročí založení YMCA, která je tím pádem o 3 generace starší, než naše republika. :-)

*J. V. Hynek, foto: YMCA Děčín, grafika autor textu*



# Setkání YMCA 2018



**Letošní Setkání YMCA proběhlo již tradičně v Masarykově táboře YMCA u Soběšína, a to ve dnech 18.–20. 5. 2018. Účastníci přijeli z 15 různých kolektivních členů YMCA.**

Další ročník Setkání YMCA je za námi. To co zůstane, jsou opět vzpomínky... právě na společná setkání společně strávený čas, kdy jsme mohli relaxovat, odpočinit si, něco nového si zkusit, dozvědět se, zasoutěžit si, zazpívat či zasportovat si, ztišit se, přemýšlet, seznámit se, oslavovat, chválit, děkovat,...

Celý víkend začal jako vždy příjezdy účastníků, registrací, vybalováním, parkováním, zabydlováním se, vše proběhlo jako na drátkách, velké fronty se netvořily, bylo vidět, že mezi ymkaři panuje velmi nevědomá kooperativní synchronicita, aležbrž příjezdy byly velmi plynulé. :-)

Během pátečního večera proběhl již třetí ročník oceňování dobrovolníků předešlého roku

a zasloužilých členů YMCA. Celkem bylo oceněno 16 dobrovolníků z 10 KČ a 3 zasloužilí ymkaři – jmenovitě Jiří Horák z YMCA Praha, Hana Dolečková z YMCA Letohrad a Jaroslav Vojta Hynek z YMCA Olomouc. Dobrovolníci roku obdrželi keramické sošky andělů, zasloužilí členové stříbrné pamětní medaile YMCA. Všichni tři zasloužilí členové se s námi podělili o svůj životní ymkařský příběh. (Jejich medailonky si můžete přečíst v samostatném článku tohoto čísla, v příštích číslech pak s nimi postupně přineseme samostatné rozhovory.) Předávání cen zpříjemnili členové tensingu svým zpěvem.

Pro sobotní dopolední program byla připravena řada výtvarných a hudebních workshopů a sportovních aktivit pro dospělé i děti. Uskutečnil se již tradiční volejbalový turnaj dvojic, děti hojně využívaly nově zapůjčené boulderingové stěny, k dispozici byla opět lezecká síť, kterou přivezli, instalovali a obsluhovali ymkaři z Jindřichova Hradce. O své zkušenosti s vedením manželských setkání se s námi podělili manželé Švíkovi z YMCA Setkání.

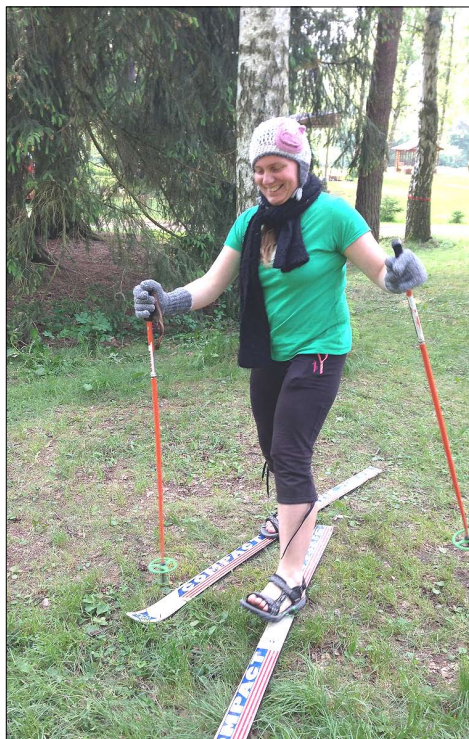


Odpoledne si děti prošly pečlivě připravenou hru, kde se dozvěděly něco o Duchu, duši, těle a světě a proběhl také již 5. ročník Soběšínského pětiboje, který i letos připravil Lukáš Kuc z YMCA Sever. Letos se vytvořilo 5 družstev, které se utkaly v pěti různých disciplínách. Večer, při tradičním Ohni velké rady, byli slavnostně vyhlášeni vítězové všech soutěží. Nedělní bohoslužbu vedl Miloš Matys z YMCA Sever a o hudební doprovod se postarala na místě vzniklá skupina hudebníků.

Setkání 2018 se díky spolupráci všech zúčastněných moc povedlo a díky relativně dobrému počasí jsme se do tábora bez problému vešli i ve velkém počtu účastníků. Velmi děkujeme všem, kteří se podíleli na vedení workshopů, sportovních aktivit nebo se ujali jakékoli další služby! Děkujeme také panu správci Jaroslavu Javůrkovi a celému jeho týmu za velmi dobrou spolupráci a servis!

Již nyní se těšíme na příští Setkání, které se uskuteční 17.–19. 5. 2019 a všechny Vás na něj srdečně zveme!

*Andrea Gröschlová a J. V. Hynek, YMCA v ČR,  
foto: J. V. Hynek, J. Bergerová a R. Šípek*





## Volejbalový turnaj na Setkání YMCA 2018

**Setkání YMCA nabízí každoročně řadu zajímavých her, soutěží, dílen a kde čeho... neodmyslitelně k němu ale už patří také turnaj volejbalových dvojic.**

V letošním roce mělo velmi vyrovnaný průběh a rozhodčí se velmi započítal při počítání výsledků jednotlivých týmů, kdo že to má vlastně postoupit do boje o třetí a čtvrté místo a především do finále, protože utkáni v základní tabulce bylo velmi těsné a tak rozhodovaly až vítězné sety a body v jednotlivých setech.

Vlastní finále pak byl nervydrásající zážitek jak samotných hráčů, tak diváků – jak je možno vidět ze zápisu průběhu rozhodujícího třetího setu. Podotýkám, že celý turnaj se z důvodu časové úspornosti hrál vždy do 15. Jak vidno, finalistům se nechtělo z kurtu, přestože už z jídelny voněl oběd, a tak Petr s Ivou nakonec podlehli Martině a Kubovi, kteří se ve třetím setu radovali z vítězství 19:21.

*J. V. Hynek, foto: Julie Bergerová*

### ► Průběh třetího finálového setu:

P+	M+K
0	1
1	
2	
	2
3	
4	
	4
	5
5	
6	
7	
8	
9	
10	
	6
	7
11	
12	
	8

13	
	9
	10
	11
14	
	12
	13
	14
	15
15	
	16
16	
	17
17	
	18
18	
	19
19	
	20
	21



# ČVTS

## V květnu se sešel Český výbor tensingu

Dvakrát do roka se svolává ČVTS, což je, jak titulky napovídá, zkratka pro Český výbor tensingu. Pokud bychom uvažovali hierarchicky, jedná se o nejvyšší orgán českého tensingového hnutí. Na schůze ČVTS jsou sezváni zástupci všech tensingových skupin ČR, přičemž zástupcem je ideálně člen aktuální rady potažmo vedoucí daného tensingu. Nebyvá tomu pokaždé, ale v nejlepších případech se na výboru sejdou všichni vedoucí všech skupin, a při takových setkáních lze velice produktivně debatovat o nejrůznějších tématech, která pokryjí tensingovou minulost přítomnost i budoucnost. Na schůzích nechybí ani bývalí vedoucí členové, kteří mají o nynější dění tensingu zájem, a své místo zde zaujímá samozřejmě i tensingový sekretář. Poslední roky se daří pořádat schůzi ČVTS bezprostředně před valnou schůzí YMCA DAP, kde jsou řešeny v několika bodech společné okruhy témat, a lze je proto prodiskutovat dohromady.

Nyní již ale zpět k samotnému průběhu ČVTS.

Zahájení schůze zpravidla patří duchovně-motivačním úvodním slovům a reportům jednotlivých skupin, ve kterých je prostor pro kratší souhrn aktivity daného tensingu za poslední půlrok, popřípadě spolu se stručnými statistickými údaji, výčtem podařených událostí a dalšími zajímavými sděleními. Následují reporty vztahující se k celorepublikovým akcím zpravidla pořádaným YMCA DAP. Těmi jsou klasicky TSCZ (tensingový tábor), ČTSF (Český tensingový festival) a Know How (víkend určený tensingovým workshopům). Mohou se ale samozřejmě dít i další akce, kterým je vždy prostor vyhrazen také. Letos na květnové schůzi byly předloženy reporty ke zmíněným třem akcím plus víkendové akce Step by step určené tensingářům, kteří ještě nejsou v radách svých tensingů, ale do budoucna by se vedoucími stát chtěli. Všechny akce byly hodnoceny veskrze pozitivně a koncepty, v nichž vznikly, lze používat i v příštích letech. Velkou chystanou změnou je však koncept tensingového festivalu, který bude letos pojmut otevřeněji, aby se i celá tato akce více otevřela širší veřejnosti. (Více podrobností o ČTSF 2018 a pozvánku na něj naleznete v samostatném článku tohoto čísla Proteinu.)



Během schůze se také hromadně navrhuje potenciální vedoucí národních akcí YMCA DAP zmíněných výše, nebo se také může přihlásit ten, který by se budoucí akce rád koordinátorsky ujal. Ymkařským heslem je přeci "Prostor pro Tebe", a i v tensingu je takto mladým lidem nabízena příležitost vyzkoušet si koordinaci menšího ale i většího týmu, a vytvořit při tom něco velkého a inovativního.

Největší prostor však bývá na schůzích ČVTS určen diskuzím nad problémy konkrétních tensingových skupin, kdy jsou pomocnou rukou zástupci jiných tensingů, kteří mnohdy obdobný problém již řešili a mají s ním tedy zkušenosti, ale i tensingový sekretář, který je velice často schopen velice jednoduše problém vyřešit. Především jde-li o problémy materiální. Zkrátka se zde velice úspěšně aplikuje stručné a výstižné pravidlo "Víc hlav víc ví".

Aby byl obrázek o tom, co se na ČVTS děje úplný, nelze vynechat velice důležitý bod programu, kterým je budoucnost tensingového hnutí. Zde se samozřejmě nabízí úvahy o budoucích krocích propagace, ať už jednotlivých skupin, nebo českého tensingu jako celku. Doufáme, že se PR tensingu v příštích měsících vydaří - nápady na schůzi padly, některé z nich byly v rámci ní i detailně definovány a naplánovány - a tensingové řady pojmu další nadšené mladé tváře.

Co říci závěrem; podobných příležitostí k setkání vedoucích všech tensingových skupin České republiky je pomálu, což je samozřejmě otázka k zamyšlení, ovšem alespoň jsou tyto schůze o to vzácnější a srdečnější.

Mariana Tauchmanová, YMCA Mělník,  
foto: archiv autorky textu



# Ocenění pracovníci YMCA za rok 2017

V rámci slavnostního večera na Setkání YMCA 2018 proběhlo jako každoročně ocenění 16 dobrovolníků YMCA za rok 2017 a také 3 členové obdrželi Ocenění za zásluhy a celoživotní přínos YMCA. V rámci večera o sobě něco pověděli, vám přinášíme jejich nominační medailonky.

## ► Jiří Horák (YMCA Praha)

Jiří Horák, přezdívaný Helen, má za sebou 16 let nepřetržité práce v YMCA Praha. S Ymkou přišel poprvé do kontaktu v roce 2002 prostřednictvím aktivity Ten Sing. Do tensingu začal chodit spíše náhodou, protože tensingová zkouška byla před „čajovnou“, do které chodil pravidelně. Od té doby je ale jeho život s Ymkou zcela spjat, jak profesně tak i v osobní rovině. Postupně působil v pražském nízkoprahovém klubu Ymkárium jako kontaktní pracovník s mládeží a vedoucí klubu, pokračoval jako vedoucí klubu Dixie a postupně povýšil na koordinátora stále se rozrůstající nízkoprahové sekce YMCA Praha. Dá se říct, že celou nízkoprahovou sekci vypiplal od jejích punkových začátků až k dnešní velice moderní a standardizované sociální službě. Stále pracuje na svém sebevzdělávání a sledování trendů v sociálních službách.

Jeho práce si váží nejen výbor YMCA Praha, ale jeho spolupracovníci. „Půl života v YMCA a stále na plné pecky!“, komentuje Helenův přínos Ymce jeho kolega Jakub. Helen je totiž jeden z těch vzácných lidí, kteří pro Ymku pracují nejen svými rukama (a hlavou!), ale celým svým srdcem. Stále jí táhne dál, stále vidí, co lze zlepšit. Helene, děkujeme.

## ► Hana Dolečková (YMCA Letohrad)

Hana Dolečková je zakladatelkou YMCA Letohrad v roce 1993, tedy 25 let je činnou členkou YMCA. Pracovala jako předsedkyně, vedoucí táborů, vedoucí na různých akcích. Byla aktivní členkou předsednictva a ÚV YMCA v ČR po několika volebních obdobích. Od roku 1997–2001 – dvě funkční období byla členkou Revizní komise YMCA v ČR. Významně se podílela na stabilizaci poměru YMCA.

Její největší zásluhou a přínosem pro YMCA je získání Turistické základny PASTVINY od Fondu

děti a mládeže, s nímž od r. 1996 zařizovala veškerou agendu až do převedení chaty na YMCA v ČR v r. 2004. Celou dobu se neúnavně starala o zlepšení střediska a odpracovala tam množství brigádnických hodin při různých úpravách, ale hlavně komunikovala s úřady, podávala granty, zajišťovala projekty a následně firmy, které prováděly stavební práce. Dělal závažné a následně vyúčtování. Pastviny se staly její srdeční záležitostí a to jak vypadaly dřívě a nyní si prohlédněte na nástěnce. Byla vždy „hybatelkou“ prací a hlavně osobním nadšením a nasazením dovedla přesvědčit a strhnout ostatní. Na Pastvinách se postupně vybuďovala nádrž na vodu, následně vodovodní přípojka, vyměnila okna, dveře, bylo provedeno zateplení a nová fasáda, upravily se prostory uvnitř a vně chaty. Po poškození prolomení střechy díky velkému množství sněhu to vypadalo, že Pastviny skončí, ale díky Hance se podařilo vybudovat novou střechu, se sklonem vhodným pro horskou oblast a později tam vybudovat pokojíčky a tím zvýšit kapacitu chaty. Včetně vybavení, které financovala YMCA Letohrad.

Hanka je velmi oblíbená pro svoji veselou povahu, vstřícné jednání, ochotu vždy pomoci, nadšení a vytrvalost, se kterou se pouští do práce, kterou dovede do konce.

H. Dolečková – svůj YMCA příběh.

## ► Jaroslav Vojta Hynek (YMCA Olomouc)

Jaroslav Hynek, zvaný Vojta je v Ymce od roku 1995, tedy 23 let, je členem YMCA Olomouc, kde byl jak dobrovolníkem, tak zaměstnancem na pozici sekretáře. Několik let organizoval Y-klub, což byly přednášky pro vysokoškoláky a Biblický klub, byl vedoucím na táborech, organizoval soutěž o nejlepší maturitní tablo atd.

Posledních 17 let pracuje jako sekretář pro vnitřní věci na ústředí YMCA v ČR. Všichni ho znáte jako milovníka tabulek a neúnavného, prakticky kdykoliv dostupného člověka, ochotného zodpovědět váš dotaz či pomoci s čímkoliv. Je to ymkař srdcař, kterému místo červených krvinek kolují v žilách červené trojúhelníčky.

*Kristina Ambrožová, foto: Vojtěch Berger*



# Film Zlatý podraz



**Režisér Radim Špaček v těchto dnech natáčí film Zlatý podraz o „basketbalu, lásce a životě ve stínu politiky“. Scénář se dotýká i Ymky – vzhledem k tomu, že YMCA do Československa basketbal přinesla, byli prvorepublikoví basketbalisté téměř výhradně ymkaři, navíc významnou roli ve filmu hraje postava Jaroslava Valenty, sekretáře YMCA popraveného za odbojovou činnost v roce 1942.**

Film začíná v roce 1938. Hlavní linií snímku tvoří láska mladého právníka a sportovce Franty (Filip Březina) k tanečnici Michelle (Patricia Volny), s kterou se seznámí na poválečném Mistrovství Evropy v basketbalu v Ženěvě. Jejich příběh, který kromě politiky ovlivní i dva protikladní jedinci trenér Valenta (Stanislav Majer) a funkcionář Hrabal (Ondřej Malý), vrcholí v roce 1951, kdy Evropu rozdělí železná opona. V dalších rolích se představí Zdeněk Piškula, Jan Hartl, Alena Mihulová, Simona Lewandowská, Jaromír Dulava a další.

Kromě sportu a vztahu k vlasti je ve snímku nosným tématem otázka cti. „Jsou to obyčejní kluci, kteří chtějí akorát blbnout a hrát basket, a ta náročná doba jim klade překážky a staví je do takových pozic, kdy si opravdu musejí vybrat, jestli zůstat čestnými lidmi, nebo se nějak pokazit,“ říká režisér o mladých hrdinech.

Štáb natáčel i na našem tábořišti na Soběšíně, kde vznikly scény tréninku basketbalových signálů a pořádání bramboráku :-)) – viz foto. Kdo byl na letošním Setkání YMCA mohl vidět ještě pozůstatky rekvizit a kulis, které tam filmaři při natáčení použili.

Premiéra filmu je plánována na 22. října 2018, k stému výročí založení republiky. Vezměte celou rodinu i přátele a vyrazte do kina na film, který je tak trochu i náš. :-))

Více o filmu se dozvíte na [www.zlatypodrazfilm.cz](http://www.zlatypodrazfilm.cz).

*Julie Bergerová, foto: oficiální foto štábu filmu*



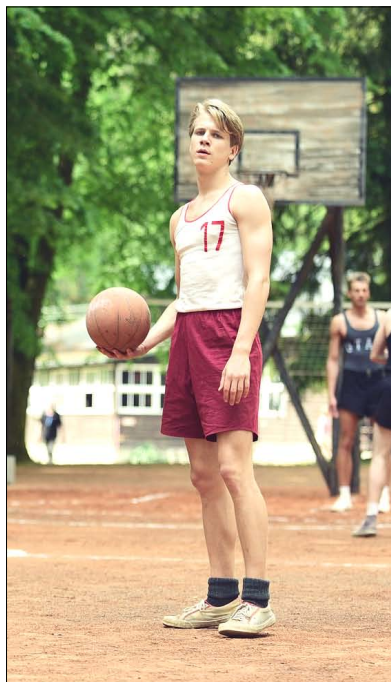


**Jaroslav Valenta**  
(1911–1942)

Vedoucí představitel demokratického odboje proti nacistické okupaci, sekretář Akademické YMCA.

Byl členem Akademické YMCA, organizoval program v liberecké Ymce a v létě 1938 se stal sekretářem Akademické Ymky. Tím zůstal až do 17. listopadu 1939, kdy byla činnost AY zastavena. Následně pracoval ve vydavatelském oddělení Ymky.

Za protektorátu byl členem ilegální organizace Ústřední vedení odboje domácího (ÚVOD). Spolu s Jaroslavem Šimsou a dalšími se podílel na vytvoření odbojové organizace Petiční výbor Věrní zůstaneme. Byl zatčen gestapem za stanného práva při heydrichiádě 28. května 1942, následně byl vyslýchán v Petschkově paláci. Zavražděn byl v koncentračním táboře Mauthausen 24. října 1942.





## Zapojení YMCA Živá rodina do mezinárodní spolupráce

**Již 14 let je YMCA Živá rodina (existující od r. 1991) zakládajícím členem evropské konfederace organizací a sdružení podporující početné rodiny (European Large Families Confederation, ELFAC).**

Hlavním posláním této konfederace (a také hlavním posláním YMCA Živá rodina) je podpora funkčních rodin, zvláště s více dětmi, prevence jejich případných krizí (vztahových, finančních, sociálních) a zejména docenění práce rodičů při výchově a vzdělávání dětí, aby z nich vyrostly zralé osobnosti, které budou přínosem pro společnost. Role těchto rodin je v současné demografické krizi více než potřebná, proto je třeba upozorňovat politiky na všech úrovních, firmy i ostatní společnost, že budoucnost se bez funkčních rodin s dětmi neobejde. V současnosti jde především o odstranění společenské a finanční diskriminace rodičů v těchto rodinách, které často žijí na hranici chudoby (při vydělení příjmu obou rodičů počtem osob v rodině), neboť není zohledněna jejich péče o děti.

Konfederace ELFAC (<https://www.elfac.org/>) sdružuje v současnosti pro-rodinné organizace

z 22 zemí Evropy a YMCA Živá rodina (jakožto jediná takto zaměřená organizace v ČR s širší členskou základnou) zastupuje naši republiku. Evropsští zástupci ELFAC jsou ve vzájemném kontaktu nejen přes e-mail, ale i během pravidelných setkávání a jejich výstupy, prohlášení a aktivity mají za cíl spravedlivou rodinnou evropskou politiku.

Začátkem března dostala YMCA Živá rodina (jakožto zástupce ELFAC v ČR) pozvání od maďarského Ministerstva pro rodinu a mládež pozvání na konferenci zemí Visegrádské čtyřky na téma „Silné rodiny pro silnou Evropu“. Tato konference se konala v Budapešti 28. 3. 2018 v budově Parlamentu (foto 1) za účasti příslušných ministrů z těchto zemí (ČR zastupovala náměstkyně MPSV paní Jana Hanzlíková). Konference byla zaměřena na současný demografický vývoj a na možnosti jeho řešení, tedy na situaci rodin s dětmi v Evropě, na spravedlivé ocenění práce rodičů při výchově dětí a na roli příslušných ministerstev při zlepšování tohoto stavu. Po úvodním projevu představitelů hostitelské země se konaly tři panelové diskuse: první byla na expertní úrovni, kdy se odborníci vyjadřovali k příčinám a důsledkům současné demografické situace. Hlavním bodem programu byla





přímá debata pěti ministrů na téma demografická výzva v zemích V4 (foto 3), kdy se všichni shodli, že nepříznivý demografický vývoj lze dlouhodobě řešit zejména přes stabilní rodiny s dětmi. Poté následovala panelová diskuse zástupců pro-rodinných organizací jednotlivých zemí na téma mezinárodní spolupráce ve prospěch rodin, kterou moderovala slovenská zástupkyně Evropského parlamentu, paní Anna Záborská. Českou republiku při panelové diskusi zastupoval předseda YMCA Živá rodina Jiří Ludvík (foto 3), který ve svém vystoupení zdůraznil, že rodinná politika na všech úrovních by měla být chápána nejen jako sociální záležitost založená na pomoci rodinám v krizi, ale také jako investice společnosti (státu) do lidských zdrojů, tedy do budoucnosti. V diskusi pak odpovídal na otázky týkající se konkrétních opatření, která by bylo třeba ve prospěch rodin s dětmi provést, a činností, které dělá YMCA Živá rodina v tomto směru.

Během konference byla sepsána a podepsána společná mezinárodní deklarace. Celá konference byla konána za přítomnosti odborného publika, novinářů a Maďarské televize.

*Jiří Ludvík, YMCA Živá rodina*



## Poznamenejte si termín!

**Valné shromáždění YMCA v České republice se uskuteční 17. září 2018 v Praze.**

Vyšlete své delegáty nebo můžete akci navštívit jako hosté. Shromáždění proběhne v Goethe institutu.



# Radostná zpráva ze zahraničí

V letošním roce ELFAC vyhlásila mezinárodní ceny (ELFAC Award) na téma „kdo se podstatným způsobem zasloužil o podporu a pomoc rodinám s dětmi“, a to v těchto kategoriích:

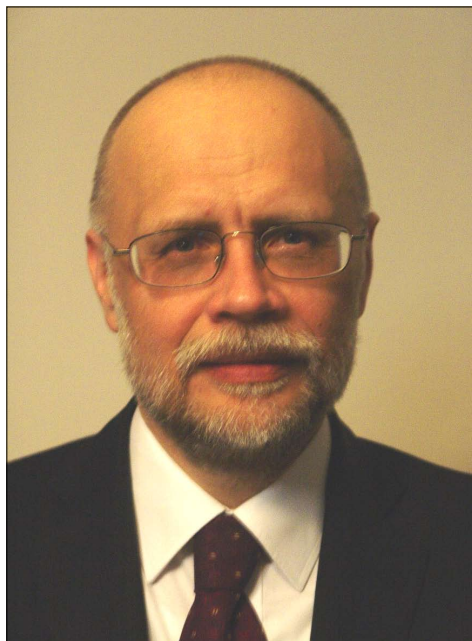
- 1) Vláda, ministerstvo,
- 2) Regionální instituce,
- 3) Místní zastupitelstvo,
- 4) Firma nebo jiná soukromá společnost
- 5) Jednotlivá osobnost,
- 6) Media.

Laureáti (resp. zástupci institucí) převezmou ocenění na letošní Evropské konferenci početných rodin, která se bude konat v červnu ve Szczecine, v Polsku. Nominační (max. jednu v každé kategorii) měly zasílat jednotlivé organizace ELFAC v jednotlivých zemích. YMCA Živá rodina nominovala svého kandidáta pouze do kategorie Osobnost, a to Ing. Otakara Hampla, Ph.D.

Začátkem května proběhlo v Madridu vyhodnocení a k naší velké radosti a ke cti celé YMCA v ČR hlavní evropskou cenu v kategorii „Osobnost“ získal právě náš nominovaný kandidát, který si ocenění pojede do Szczecina převzít. Ze srdce gratulujeme a zde je jeho profil:

Ing. Otakar Hampl, Ph.D., (59 let, přes třicet let ženatý, otec čtyř dětí) je ekonom, odborník přes vyhodnocování dat pomocí matematického modelování. Jeho dlouholetá aktivita je věnována důležitosti rodičovské práce při výchově dětí z ekonomického hlediska a jejímu spravedlivému ocenění ze strany státu a společnosti.

Jakožto analytický ekonom pracující v Radě vlády pro udržitelný rozvoj se zasazuje za spravedlivý systém přerozdělování peněz směrem k rodinám (zvláště stabilním a početným) a připomíná tak politikům nezastupitelnou roli stabilních rodin založených na manželství při výchově dětí. Tato práce – rodičovská péče – je



sice „nezaplacená“, ale ve skutečnosti představuje skutečnou ekonomickou produktivitu a významný příspěvek pro celou společnost, neboť vytváří lidský a společenský kapitál státu. Svými matematickými modely Ing. Hampl v posledních letech významně přispěl ke zvýšení daňových odpočtů rodinám s dětmi.

Kromě toho je jeho současná aktivita zaměřena na penzijní reformu, kde se snaží spravedlivě zohlednit počet vychovaných dětí – nových daňových poplatníků. Do voleb pracoval v Komisi pro penzijní reformu při MPSV (ta teď čeká na novou vládu), kde na základě ekonomických analýz prokázal nespravedlivost současného systému transferů mezi státem a rodinou, mezi generacemi i mezi rodinami s dětmi a těmi, které děti nemají.

Otakar Hampl je dlouholetým členem YMCA Živá rodina, účastní se (a přednáší) na pro-rodinných seminářích a spoluorganizuje duchovní rekolekce pro rodiny s dětmi. Jsme přesvědčeni, že toto mezinárodní ocenění je ve správných rukou.

*Jiří Ludvík, YMCA Živá rodina, foto: archiv autora*

## ► SMILING GOSPEL WORKSHOP

Členové sboru Keep Smiling Gospel Orlová připravili další, v pořadí již jedenáctý ročník gospelového workshopu nesoucí název SMILING GOSPEL ORLOVÁ.

Ve dnech 28. až 30. září se v prostorách Husova domu na ulici Fr. Palackého 787 v Orlové - Městě budou nacvičovat gospelsy pod vedením zkušených lektorů Davida Daniela a královny dánského gospelu Lizy Littau. Workshop vyvrcholí společným koncertem pro veřejnost v neděli 30. září odpoledne.

Workshop finančně vydatně sponzoruje město Orlová. Všechny podrobnosti a finanční formulář najdete na: email – workshop2018@ymcaorlova.cz, webové stránky: www.smilinggospel.cz.

Přijďte si zazpívat, nebo nás podpořit během koncertu svým potleskem.



## ► Kurz činného člena YMCA 2018

Pozvánka na Kurz činného člena YMCA z pera účastníků v roce 2017:

### **Kurz činného člena YMCA** proběhne 9.–11. listopadu 2018

#### **Nebud' srab a zkus to!**

Pozor: Riziko velkých změn!

Poznáš, co vše YMCA znamená, může znamenat, a jak k tomu můžeš přispět ty. Nebudeš litovat! Zažiješ pocit hrdosti a chuť se měnit k lepšmu!

Přihlašování bude spuštěno v srpnu.

## ► KURZ PRO SEKRETÁŘE YMCA

Uskuteční se jako součást projektu Erasmus+, který jako partnerská organizace realizujeme s YMCA na Slovensku.

Jedná se o pilotní kurz pro všechny, kteří nyní ve svých sdruženích zastávají roli sekretáře YMCA (ať už tuto pozici vykonávají jako zaměstnanci či dobrovolníci).

### **KDY? 19.–20. října 2018**

KDE? v Paláci YMCA v Praze, ubytování zajistíme

ZA KOLIK? ZDARMA (+ proplácíme cestu tam i zpět)

Setkání se mohou účastnit také všichni, které toto téma zajímá, nebo ho vidí jako důležité pro svoji YMCA.

Přihlašování bude spuštěno v srpnu.



## ► Kurz pro členy výborů – online

Připomínáme možnost účastnit se onlinového kurzu pro členy výboru. Kurz má v současnosti tři přihlášené účastníky.

### **Přihlašovat se můžete do 30. 11. 2018**

Uzavření kurzu: 31. 12. 2018

Kde? Kurz probíhá pouze online v prostředí MOODLE

Za kolik? ZDARMA za vše!

Do kurzu se v této době můžete přihlašovat kdykoliv, doporučená doba pro absolvování kurzu jsou dva týdny. Kapacita kurzu není omezena.

# Setkání zaměstnanců YMCA 2018



**Ve dnech 18.–19. 4. 2018 proběhlo v Olomouci Setkání zaměstnanců YMCA (SeZam). Zúčastnili se ho zástupci z těchto českých Ymek: YMCA Praha, Neveklov, Ústí nad Labem, Skaut, Orlová a Olomouc.**

Zároveň jsme díky společnému evropskému grantu mohli letos na SeZamu přivítat také 7 zástupců YMCA na Slovensku a 2 zástupce dalších dvou organizací, které jsou součástí tohoto projektu. SeZamu se tak letos zúčastnilo 20 účastníků.

Téma pro toto setkání bylo určeno na základě práce komise pro rozvoj, ve které postupně vytváříme kompetenční profily pro jednotlivé pozice v rámci YMCA v ČR. Letos jsme SeZam věnovali přemýšlení nad nutnými kvalifikačními předpoklady a kompetencemi pro pozici sekretář YMCA a využili jsme tak zkušenosti jednotlivých sekretářů z KČ YMCA. Tato pozice se jeví z dlouhodobého hlediska jako klíčová pro činnost každého kolektivního člena YMCA a potažmo i pro činnost celé YMCA v ČR.

Proto také nově vzniká školení sekretářů YMCA, jehož první část se uskuteční již na podzim letošního roku.

Všichni dohromady jsme hodnotili úroveň kompetencí, které by měl sekretář pro svou činnost mít, a na základě toho jsme společně stanovovali v základních obrysech obsah podzimního kurzu. Při hodnocení jsme rozlišovali kategorie malý, střední a velký sekretář s ohledem na velikost KČ, ze kterého pochází. Ve výsledcích se však ukázalo, že rozdíly v kompetencích pro jednotlivé skupiny nejsou příliš markantní a školení tedy bude moci vzniknout více či méně ve stejné podobě pro všechny.

Jako velmi pozitivní hodnotíme možnost setkat se i se zástupci YMCA na Slovensku, stejně tak se velmi osvědčil dvoudenní formát Setkání, u kterého bychom chtěli zůstat i pro další ročníky. Olomouc nám poskytla nádherné útočiště v krásném penzionu Tóde (viz foto), nehledě na krásu města samotného.

*Andrea Gröschlová, foto: autorka textu*



# Hodnoty YMCA

Web hodnoty.ymca.cz nabízí kromě popisů hodnot a příběhů s nimi spojených, také konkrétní hry, které můžete využít při práci ve své aktivitě, pokud budete chtít nějakou hodnotu dětem či mládeži srozumitelnou formou předat. Tady je malá ukázka:



## Jak to funguje s naší pozorností

Cílová skupina: účastníci táborů či jiných skupin

Věk: neomezený, počet hráčů – 8 a více dvojic

Potřeby: 0

Prostředí: lépe ven, eventuálně lze i vevnitř

Zdroj: Synergy Group (Olde Vechte, Ommen, Nizozemí)

Skupinu účastníků rozdělíme do dvojic. Dvojice se postaví do dvou řad naproti sobě, řady jsou vzdálené zhruba 5 metrů od sebe. Vždy jeden ze dvojice má za úkol opakovat to, co druhý říká (vždy jeden předhání, druhý opakuje). Účastníci na sebe volají a odpovídají si a sto procentně se soustředí na danou věc. Po chvíli tohoto procesu, necháme prostředkem vzniklé uličky přejít jednu osobu. Po další chvíli proces volání a opakování zastavíme. Účastníků se zeptáme, kdo si všimnul dané osoby, která během této aktivity přešla středem. Většina účastníků osobu povětšinou vůbec nezaznamená.

Je zajímavé, že to, na co se soustředíme, v naší mysli velmi roste a zcela vytlačuje další vjemy na okraj našeho vnímání. Při konfliktech tohoto býváme velmi často svědky – bývá obvyklé, že člověk vnímá více svoji pravdu, než pravdu druhého, nebo že se sveřepě drží své křivdy způsobené druhým a přes ni nevidí ostatní realitu. Stejná schopnost, která nám tedy běžně pomáhá (že se umíme soustředit na jednu věc), nám tedy v životě může i škodit. Více na webu: [hodnoty.ymca.cz](http://hodnoty.ymca.cz).

# Tensingové Know How 2018

**O víkendu 13.–15. dubna proběhlo v Černilově u Hradce Králové Know How, aneb víkend, na kterém se účastníci učili hrát na nejrůznější hudební nástroje, vést sbor, batikovat nebo dokonce dojit krávu!**

I přes nepřízeň počasí jsme se všichni v pořádku sešli v Černilovském Kulturním a spolkovém domě a zahájili jsme akci seznamovacími hrami. Poté byli účastníci rozděleni do týmů a pomocí nejrůznějších věcí (brambor, mrkve, špejklí, izolepy, perníčků, ...) měli za úkol sestavit kočárek, kadibudku a fontánu. Ač jsme tomu nevěřili, tak všechny výtvary vypadali věrohodně a na první pohled bylo poznat, o co se jedná.

Sobota se pak nesla v duchu učících workshopů, které probíhaly takřka celý den. Po večeri byla připravena hra „síť“, která prověřila schopnost účastníků se domluvit na společné taktice a i když to chvíli trvalo, tak společně nakonec vymysleli taktiku, která opravdu fungovala. Pak následovala soutěž s názvem „Hec boy“. Jak název napovídá, soutěžící se mezi sebou hecovali v nejrůznějších disciplínách a to jak v těch lehčích („kdo dokáže

za minutu projít listem papíru?“) až po ty těžší („kdo si nechá na hlavě vytvořit vyšší věž ze šlehačky ve spreji?“). Přestože se znovu hrálo na týmy, celá soutěž skončila nerozhodně, protože nikdo neměl žaludek na to, sníst konzervu kočičího žrádla.

A nastala neděle, čas jet domů. Dopoledne byl ještě poslední blok workshopů, kdy se většina WS spojila a společně hráli a zpívali známé písně. Poté se všichni společně dali do úklidu domu, který ale přerušil příchod hlavních koordinátorek akce, které na sobě měli „sedlácké“ oblečení a říkaly, že mají venku přivázanou krávu, kterou potřebují podojit, ale samy to nezvládnou. Všichni se tedy v očekávání vydali ven a venku je opravdu čekala kráva, respektive její vemínko a 4 železné nohy. Každý si mohl vyzkoušet jaké to je, podojit krávu a i když měla díky svému stáří trošku ztvrdlé cecíky, všem se to nakonec podařilo.

Po obědě se všichni rozjeli do svých domovů plni nových dovedností a vědomostí, které snad v budoucnu ve svém tensingu využijí.

*Bára Vlasáková, YMCA Mělník, foto: archiv autorky*



# ČVTS 2018

## Zveme tě na Český tensingový festival 2018

Největší tensingová akce roku se blíží! Letošní nikterak jubilejní ročník tensingového festivalu se připravuje klasicky na podzimní prázdniny a to na 27. až 30. října v Hradci Králové. Téma letošního ročníku – Turn Up!



Sbor a tanec o 100 lidech, busking, jamování, obrovská skvělá parta, křesťanství a devotion night, workshopy, sportování, večerní koncerty, late night, čajovna – to všechno můžeš zažít v jednom nadupaném "víkendu"! Přidej se, ať už jsi v tensingu doma, nebo o něm slyšíš poprvé. Stačí pokud se cítíš mlád a máš nutkání zažít něco nezapomenutelného.

Registrace již brzy na webu [festival.tensing.cz](http://festival.tensing.cz), novinky a zajímavosti sleduj na FB Ten Sing CZ a dotazy zasílej na email [festival@tensing.cz](mailto:festival@tensing.cz).

Mariana Tauchmanová, YMCA Mělník

# KŘESŤANSKÁ REVUE

DVOUMĚSÍČNÍK PRO ODPOVĚDNÝ DIALOG

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

## KR 2/2018

### ÚVODNÍK

Markéta Sedláčková

### Téma

Ohlasy Lutherovy bible u nás 2. část | Ota Halama  
Národní a všelidské | Jaroslav Vokoun  
Sedmdesát let Státu Izrael | Jiří Schneider

### Časové úvahy

Slovensko na křižovatce? | Pavol Bargár

### Rozhovor

Spor o smysl českých dějin včera a dnes | s prof. Milošem Havelkou

### Eseje a studie

O možnosti a nemožnosti pastýřské služby | Jaroslav Vokoun  
Každý sa môže zmeniť | Štefan Šrobár  
Nové stvorenie v službe zmierenia (káže na 2 Kor 5,16–20) | Pavol Bargár

### Recenze

Petr Brodský: Gesto smíření  
David Beňa: Popis jednoho zápasu o spravedlivý sionismus

### Kultura a Poezie

Pavol Bargár: Lady Bird  
Havlíčkovy epigramy

### Dokumenty

Proslov kardinála Berana na druhém vatikánském koncilu

### Personalia

Jakub S. Trojan: Slovo na rozloučenou s Alfrédem Kocábem

### Poznámky

Petr Krejčí: Manifest komunistické strany  
Petr Krejčí: Havlíček v Slovan a Čech  
Ladislav Pokorný: 1848 – Rok zmařených nadějí

### Zprávy

Jiří Cikánek: Jarní Retreat Akademické Ymky

### Vydává Oikumené – Akademická YMCA

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

Doporučená cena jednotlivého čísla ročníku je 45 Kč.

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

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





## Noc s Andersenem v Neveklově

**V Neveklově proběhla již podruhé Noc s Andersenem. K této celonárodní a dokonce i mezinárodní akci se přidala YMCA Neveklov již podruhé. Zájem dětí byl velký a díky velmi dobré spolupráci se Základní školou Jana Kubelíka Neveklov mohla akce proběhnout v prostorách školy.**

Noc s Andersenem ve škole strávilo 33 dětí z prvního stupně. Sešly se v pátek v 18 hodin večer a jako první úkol je čekala pátrací hra, během které postupně objevovaly indicie, které je dovedly k obsahu tajemného zakódovaného kufra a ke kódu k jeho otevření. Kódem bylo číslo 1918, protože součástí programu bylo i připomenutí historie a stého výročí založení Československa.

Po této námaze byla připravena večeře – toasty, ovoce, zelenina a pití. Program po večeři začal čtením a následovaly soutěže týmů. Soutěžní úkoly byly rozmanité a některé i dost složité – doplňování veršů v básni, seřazení prezidentů republiky od roku 1918 do současnosti, poslouchání písňe a hledání pojmů, sestavení životopisu Tomáše Garrigue Masaryka, poznávání

osobností české historie i současnosti... Na závěr se děti podívaly na několik příběhů z Dějin udatného českého národa.

Překvapením večera byla návštěva neveklovského pana starosty ing. Jana Slabého, který přišel dětem popřát dobrou noc, zahrál večerku na lesní roh a připomenul, jak je i pro něj čtení důležité.

Nastal čas jít spát a uspat 33 dětí byl stejně jako v loňském roce velmi náročný úkol. Ono také spát ve sborovně je opravdu neobvyklý zážitek. Po ránu jsme si dali výbornou snídani – rodiče účastníků napekli výborné buchty, perníky, koláče i dort. Stihli jsme ještě několik soutěží i her a slavnostní zakončení.

Děti si odnesly nečekané zážitky, pořadatelé únavu a všichni hlavně radost z akce, která se povedla, má smysl a vede děti ke čtení.

*Markéta Doušová, YMCA Neveklov,  
foto: Martin Kadeřábek*



## Zlatá pro Viktorii v boxu

Ve dnech 30.–31. 3. 2018 se uskutečnil v Litvě boxerský turnaj mezi Českou republikou a Litvou, kterého se účastnily členky českého reprezentačního týmu, mezi nimi i 11 letá Viktorie Jílková z boxerského klubu BC Victoria YMCA Plzeň.

Viktorie vyhrála zlatou medaili pro Českou republiku ve své váhové kategorii, a tak poprvé v dresu s logem YMCA převzala cenu. Se svým osobním trenérem a hrdým otcem Lukášem Jílkem se Viki připravuje na reprezentování YMCA na Mistrovství boxu ČR v květnu tohoto roku. Společně ji držme palce. :-)

*Gabriela Soukupová, YMCA Plzeň,  
foto: archiv autorky textu*

## Viktorie je mistryní ČR v boxu

Dne 6. května zvítězila na Mistrovství ČR v boxu školní mládeže ve své kategorii jedenáctiletá Viktorie Jílková, členka boxerského klubu BC Victoria YMCA Plzeň.

Získala tak titul Mistr ČR po krátkém finálním zápase, kde svou soupeřku vyřadila během prvních 30 vteřin.

Je nám ctí, že Viki na mistrovství reprezentovala YMCA Plzeň, na fotce ji vidíte v dresu s logem YMCA.

*Gabriela Soukupová, YMCA Plzeň,  
foto: archiv autorky textu*



## Rozhovor s Lukášem Kucem z YMCA Sever, ředitelem nevšedního pochodu L7

### Pokus se nám třemi větami popsat tuto akci.

Je to horský dálkový pochod, jehož trasa vede přes sedm vrcholů. Letošní ročník má délku 95 kilometrů s převýšením 2800 metrů a to vše absolvujete za 25 hodin. Pokud se na celou trasu necítíte, můžete jít noční část 55 km či denní část 40 km.

### Jak dlouho tento pochod funguje – kolikrát bude letos ročník?

Ani se to nezdá, ale letos oslavíme 20. ročník. Když jsme se jako středoškoláci vydávali na trasu poprvé, netušili jsme, že položíme základ takové tradici. Kdo to ale jednou zkusí, pochopí, že to je návykové. Dokonce tak, že si děláme zářezy – kdo ji kolikrát ušel. Ten kdo zdolá L7 poprvé je borec, komu se to podaří třikrát, chytla ho za srdce, kdo ji zdolá popáté stává se letitým šlaperem a je v půlce cesty k vysněné desítce, kdy vstupuje do síně slávy – společná oslava, dort, speciální ocenění.

### Koho to vůbec napadlo?

Mě a mého přítele Jirku Artima, se kterým jsme zdolali nejednu evropskou horu. Jedny prázdniny jsme udělali delší výlet lužickým pohraničím, dobře pojedli na horské chatě a nápad byl na světě. Rozhodli jsme se udělat dlouhý pochod, kde centrem budou Lužické hory. Dalším lákadlem byla malebná lidová architektura v podhůří a kouzlo Sudet na české, ale i německé straně hranice. Vůbec jsme však neměli ambice z toho udělat pochod pro každoroční necelou stovku šlaperů a šlaperek. První roky se pochod chodil do deseti lidí, ve složení spolužáci ze střední školy a kamarádi cestovatelé.

### Kolik si může troufnout ujít netrénovaný člověk?

Netrpí-li člověk žádnou chorobou, jako je třeba obezita, je mladý duchem a přes rok se trochu hýbe, má na to ujít celou trasu, tedy 95 km. Můj spolužák vždy říkal, že to je v hlavě. Jako programátor trénoval od stolu a jednou za rok se zúčastnil jen této sportovní akce a ušel ji celou (nutno však dodat, že byl poté dva dny upoután ke stolu, ale do práce vždy došel). Ač se to nezdá, je to víc o psychické odolnosti než o té fyzické.



## Účastní se každý rok nějaká stálá parta, nebo to spíš každý zkusí jednou a příště už raději ne? :-)

To je velmi dobrá otázka, kdysi jsem si myslel, že to budeme chodit pouze uzavřená parta lidí, ale nedalo nám to, a akci jsme poslali do světa. Na nástěnky po okolí, do církevních řad, mezi ymkaře, ale i na internet mezi další milovníky hor. V současné době se akce účastní každoročně cca 70 lidí, a to i se zahraniční účastí ze Slovenska, Francie či Německa. Jedna třetina šlaperů zůstává vždy stejná a dvě třetiny se neustále obměňují. Za ta léta se tohoto pochodu zúčastnilo na 395 lidí.

Ač trasu moc neměníme, lidé se vracejí. Někteří kvůli partě, atmosféře nebo nádherné krajině našeho pohraničí. Mnozí začínají s partou, zkusí jednu z částí L7, napřesrok zkusí celou trasu, no a další rok jdou opačně.

## Jaký je smysl té akce? Pouze zvyšování fyzické zdatnosti?

Vůbec ne, není to přece žádný závod. Má to daleko širší záběr. Jako ymkařům nám nejde jen o fyzickou, ale i o partu lidí. Akce se proto koná tři dny, kdy vrcholem není dojít do cíle, ale to, co nás poslední kilometry žene dopředu, je společná hostina v podobě opečeného kuřete, hranolek a dobře vychlazené kofoly či místního piva. Jako správná parta čekáme v základním táboře – base campu na posledního šlaperu, a poté probíhá vyhodnocení s diplomy a medailemi. Při vyhlásování se kocháme ladnou chůzí všech přeživších.

V neděli se po zaslouženém spánku scházíme ke snídani a někdo ze startujících si pro nás připraví cestománie s projekcí fotografií. V minulosti jsme tak mohli vsedě cestovat po Islandu, Appalačské stezce nebo na Kubu. No a ti, kterým se nechce domů, zůstávají na místní bohoslužby. Takže jste za jeden víkend zoceleni tělesně, nadšeni přírodou a cestománií, ale i naplnění duchovně.

## Dá se na akci navázat i nějaké přátelství?

Seznamka to sice není, ale z letité zkušenosti musím říct, že přátelství vznikají. Za dvacet pět hodin si popovídáte s pěknou řádkou lidí. Často chodí lidé, kteří nejsou z okolí a dokonce ani ne z YMCA, a tak se vídáme jen jednou za rok. Po čase nám to s manželkou přišlo málo, a proto pořádáme již osmým rokem jarní „Chatu L7“, kde

přijíždějí nejen sami šlapeři, ale jejich partneři a děti. Což je ale kapitola sama o sobě.

## Máš nějakou veselou historku z akce?

Jeden z efektů dálkového pochodu je například spaní při chůzi, o čemž by vám mohli mnozí povídat (kde všude skončili nebo kde zůstali osamoceni spát). Já bych rád zmínil nevšední historku z roku 2007, kdy jsme byli osloveni Mladou frontou, zda bychom nepokřtili jejich nový týdeník Sedmičku. Touto nabídkou jsme byli zaskočení, ale neodmítli jsme a spolu s dalšími šesti kmotry se zúčastnili křtu a následně rautu v centru Prahy. Pro přírodňáka to byl zážitek ze zcela jiného souduku, ale díky tomu jsme i „smetánce“ rozšířili obzory.

## Na závěr bych se rád zeptal, zda se pochodu mohu zúčastnit bez party a zkušeností?

Určitě ano, a nebyl bys první. Každý rok se někdo takto vydává. Na internetových stránkách máme detailně popsanou celou trasu, doporučenou přípravu a odpovědi na často kladené otázky. Po teoretické přípravě se pak na místě můžeš přidat k letitým šlaperům, kteří kolem sebe utvářejí větší skupiny, se kterými absolvují noční část, nebo i celý pochod. Jedním z hlavních hesel naší akce je týmový duch, a tím se dost liší od jiných individuálních sportovních akcí.

Za rozhovor děkuje a šťastné kilometry přeje

*J. V. Hynek, foto: archiv Lukáše Kuce*

**Zaujala Vás tato akce?**

**Chcete se zúčastnit?**

**20. ROČNÍK LUŽICKÉ SEDMIČKY**

**pošlape ve dnech 21.–23. 9. 2018**

Přihlaste se na stránkách pochodu

**[www.luzickasedmicka.cz](http://www.luzickasedmicka.cz)**

Rozhodně neváhejte, neboť kapacita je omezena.

# SÁRA GOES TO ENGLAND



**Sára Soukupová je činnou členkou Ymky Plzeň, táborovou vedoucí, jedním z letošních Change Agentů, kteří nás budou v červenci reprezentovat na Valném shromáždění Světové YMCA v Thajsku, a od července také novým sekretářem pro zahraničí YMCA v ČR!**

Sára pochází z početné rodiny, hraje na klavír a na housle, zpívá v pěveckém sboru, věnuje se geocachingu, cvičí pilates, dělá francouzský šerm, domluví se anglicky, francouzsky, italsky a rusky. Ráda cestuje a nebojí se zkoušet nové věci. Vše, co dělá, dělá se stoprocentním nasazením!

V dubnu se Sára zúčastnila schůzky o Evropské dobrovolné službě (EVS) v anglické YMCA Bournemouth. Poznala se osobně s lidmi, kteří v této Ymce pracují a starají se o zahraniční dobrovolníky (mezi kterými je také Květa z YMCA Sever).

V Sářině článku se dočtete více o této Ymce, jejích sociálních a volnočasových programech, EVS i konkrétní dobrovolnické pozici pastoračního pracovníka – tu stále může od září 2018 obsadit dobrovolník 18–30 let z YMCA v ČR. Znáte někoho vhodného?

**DOPORUČTE!**

Kontaktujte nás na [yhma@ymca.cz](mailto:yhma@ymca.cz), 774 481 844.

23.–26. 4. 2018 jsem se vyjela podívat do YMCA Bournemouth v Anglii, kde je i naše česká dobrovolnice Květa. Zúčastnila jsem se APV (Advanced Planning Visit), tedy návštěvy naší partnerské Ymky, kde jsme společně plánovali s dalšími organizacemi a Ymkou Bournemouth zajištění dalších dobrovolnických pobytů. V rámci návštěvy jsme se seznámili s Ymkou Bournemouth jako takovou, s jednotlivými dobrovolnickými pozicemi a prohlédli jsme si místa, kde dobrovolníci pracují. Protože to bylo opravdu zajímavé, ráda bych se s vámi o své nové poznatky podělila.

YMCA Bournemouth se nachází v krásném městě na pobřeží na jihu Velké Británie, kde je nejen krásná příroda, ale i nádherné pláže. Celé čtyři dny bylo krásné slunečné počasí, a tak i když bylo moře studené, bylo příjemné se v něm procházet. YMCA vlastní krásný letní dům 5 minut chůze od pobřeží, Sandyholme, kam jezdí dobrovolníci občas odpočívat. Naše delegace v něm 4 dny byla ubytována. Nedaleko jsou i Old Harry Rocks – slavná skaliska z období křídly čnějící z moře na východním okraji jurského pobřeží.

V Sandyholme se nás sešlo 6 delegátů (z ČR, YMCA Německo, YMCA Rumunsko + z dalších třech organizací ze Španělska, Turecka a Itálie) a 3 koordinátoři dobrovolníků přímo z Ymky Bournemouth. Seznámili jsme se tak s milou Angelou (která také dobrovolničila v zahraničí – v Karibiku a v Africe, kde učila hluché děti, nyní má na starosti celou Youth Work v Ymce Bournemouth), Glenem (koordinátorem dobrovolníků, který pod drsným vzhledem ukrývá přátelské srdce přetékající vtipem a humorem a který se různých propagačních akcí YMCA účastní v oblíbeném kostýmu Batmana) a Jezem (sympatickým vedoucím oddělení Chaplaincy, který je zároveň dobrým řidičem a dálkovým běžcem). Také jsme měli možnost setkat se se současnými EVS dobrovolníky. Těch je letos 9, jsou z 6 zemí, pracují v marketingu, s mládeží, s dětmi (ve školce), v Leisure centre (centru sportu) a již zmiňovaném Chaplaincy – pastorační péči. Práce jim zabere 35 hodin týdně, pak mají volno třeba na cestování. Společně bydlí v jednom domě, buď samostatně či v pokojích po dvou. Pozici pastoračního pracovníka v chaplaincy department bych vám ráda podrobně popsala. Toto místo je rezervované pro dobrovolníka z ČR od září 2018 (může tu strávit 1 rok, podle dohody).

Chaplaincy department se snaží ukázat lidem Boží lásku praktickou cestou. Tato pozice je nejkřesťanštější ze všech nabízených. Dobrovolník pracuje v Delta house (asistované bydlení – pro lidi, kteří se chtějí dostat z ulice) a je součástí Chaplaincy teamu – spolu s Jezem a Ryanem.

Projekty, do kterých je dobrovolník zapojen:

- Snack & chat – pomoc s organizací klubu dvakrát týdně pro lidi ze „supported housing“, kteří se dostávají z ulice, vzdělávají se, odvykají alkoholu/drogám
- Club for people with dead family member – pomoc lidem, kteří se vyrovnávají se ztrátou blízkého člověka
- Club for Youh Overcomers´ Outreach – pomoc mladým lidem závislým na alkoholu, drogách
- Bible study – organizace biblické skupiny jednou týdně (pro lidi z Delta house)
- Promítání filmů
- Výroba přání
- Prayer day – organizace a propagace dne modliteb
- Workshopy pro kluby mladých v okolí o křesťanských hodnotách

- Medical Bus - pomoc lidem na ulici, jednou týdně práce v čekárně mobilní ordinace. EVS dobrovolník má na starost poádání pacientů a neformální rozhovory
- Práce na recepci Delta house (1x týdně)
- Práce v Half-time klubu – jedno dopoledne týdně, dobrovolník zajišťuje kávu a svačinu pro lidi z ulice, motivuje a radí, jak se dostat z ulice, seznamuje s možnostmi, případně se s nimi modlí. Lidi mohou přijít kdykoli, či si objednat osobní schůzku.

YMCA Bournemouth se o dobrovolníky snaží dobře postarat, zajišťuje jim kromě ubytování, jídlo, mhd jízdenku, jízdní kolo, volný vstup do všech tělocvičen, pravidelná setkání s Glenem – mentorem dobrovolníků, certifikát Youthpass pro absolventy EVS, zapojení do místních akcí, klavír v domě, flexibilitu rolí (každý se může zapojit do více programů, které ho zajímají), manažera, který jim přiděluje práci. Program EVS pokrývá dobrovolníkovi ještě cestovné, kapesné, jazykový kurz a zdravotní pojištění.

Naše dobrovolnice Květa je s prací v chaplaincy týmu spokojená, s Jezem i Ryanem je spolupráce opravdu prima, jak jsem pochopila. Angela a Glen, kteří se o dobrovolníky starají, jsou také moc fajn, o každého dobrovolníka se snaží výborně postarat a vytvořit milé rodinné prostředí. Práce v chaplaincy je velice různorodá a zajímavá. Co Květě trochu chybí, je málo vztahů s místní komunitou – dobrovolníci se kamarádí hlavně mezi sebou a není lehké si vybudovat nová pevná přátelství s lidmi v sousedství mimo Ymku. Stálým důvodem, proč se občas rozhořčít, je také zvyk některých dobrovolníků nemýt po sobě nádobí. :-) Jinak je ale Květa spokojená. Sice se trochu bojí návratu, kdy z pohodového dobrovolnického života spadne zpět do víru stresujících školních povinností, ale to určitě zvládne. Celý pobyt je pro ni velice obohacující.

Závěrem bych ráda poděkovala organizátorům APV za skvělou organizaci naší návštěvy a Květě za všechny informace a provedení po místech, kde pracuje.

*Iva Šípková a Sára Soukupová,  
foto: archiv S. Soukupové*



# Palác YMCA slaví 90 let!



**Před devadesáti lety, 27. dubna 1928, byl slavnostně otevřen Palác YMCA v Praze Na Poříčí.**

Autorem této neoklasicistní budovy je architekt Eduard Hnilička, který unikátní funkce a dispozice ymkařských budov předem důkladně nastudoval v USA.

Dům od počátku sloužil nejen jako ubytovna pro mladé muže, kteří do Prahy přicházeli za prací (ve 170 pokojích tu bylo přes 300 lůžek), ale nabízel jim i komplexní zázemí – k dispozici tu ubytovaní měli bazén, tělocvičnu s unikátní klopenou běžeckou dráhou, jídelnu, kavárnu, pasáž s obchody a službami (holičství, kadeřnictví nebo prodejnu sportovních potřeb), knihovnu, kanceláře a klubovny pro diskuzní kluby, hudební produkci, ping-pong, ad. Na střeše domu, v místě nynější kotelny, bylo dokonce před válkou basketbalové hřiště, návštěvníky budovy od počátku vozí oběžný výtah páternoster.

Po záboru nacisty a později za komunismu Československým svazem tělovýchovy byl dům

Ymce navrácen v roce 1991. Po náročné rekonstrukci v l. 1995–97 slouží dnes zejména jako administrativní budova, sportcentrum s bazénem nabízí své služby všem zájemcům o sport.









Devadesátiny Paláce jsme radostně oslavili v sobotu 28. dubna 2018. Více než 130 předem registrovaných návštěvníků se zúčastnilo komentovaných prohlídek domu, zakouslo narozeninový dort, dozvědělo se něco nového (o budově a Ymce promluvíli kromě generálního sekretáře Vojtěcha Rálka a ředitelky Paláce Petry Otřisalové i milí hosté – herec Jan Přeučil, pravidelný návštěvník ymkařských programů v poválečném období, režisér Radovan Lipus – autor cyklu Šumná města a Jiří Závozda, který představil právě natáčený film Zlatý Podraz, ve kterém hraje důležitou roli basketbal i YMCA).

Na závěr jsme ze střechy domu vypustili 90 balónek. Těšíme se, kolik se nás sejde za deset let!

*Julie Bergerová, foto: autorka textu*

## ANKETA z/2018

**Co je nejučinnější prostředek proti nachlazení?**

Cibule		(127 h)
Křen		(46 h)
Zázvor		(43 h)
Otužování		(47 h)
Citron		(44 h)
Kohren		(40 h)
Tabletka		(28 h)
Samahan		(33 h)

Celkem hlasovalo: 408

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

**Komentář**

Na první pohled se může zdát, že je tato anketa v těchto horkých dnech od věci... ale předně byla spuštěna v únoru a navíc v dnešní době klimatizovaných aut a kanceláří, obchodů i bytů je plně na místě.

Nevím, co pomáhá vám, ale kromě absolutního vítěze – cibule bych doporučil i ostatní přírodní prostředky včetně otužování a přiznávám se, že jsem anketu na toto téma zvolil také jako propagaci (ne reklamu – nic z toho nemám) dvou méně známých prostředků – Samahanu – velice dobrému čaji – k dostání ve zdravých výživách a Kohrenu, což je lotosový kořen, konzumovatelný také jako čaj a dá se sehnat buď nařezaný na kousky, nebo ještě lépe, ve formě namleté. Zkuste, uvidíte... ale otužování je základ! :-)

J. V. Hynek

**PROPAGACE YMCA**

Máme nové mikiny, 2 druhy propisek a placek, odznaky a spoustu dalších předmětů, které už znáte (trička, plecháčky,... Vše najdete na [www.ymca.cz/propagace](http://www.ymca.cz/propagace), k dispozici na k zakoupení na YMCA v ČR – ústředí!

**A co najdete v příštím čísle?**

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

Tématem příštího Proteinu bude:

**Protein slaví 20 let!**

Je to neuvěřitelné, ale je to tak. V tomto čísle jste mohli zahlédnout krátkou zprávičku o této skutečnosti, ale příští číslo se tomuto významnému výročí bude věnovat mnohem širěji. Přispějí bývalí šéfredaktoři, dočtete se i o vzniku Proteinu. Pokud byste chtěli vyjádřit vlastní historku, vzpomínku... napište!

Nezapomeňte ale také na zprávy a (kvalitní) fotografie ze svých akcí. Uzávěrka je 20. 9. 2018.

# kilometry pro ymca

YMCA World Challenge 2018 – Run the YMCA World!

Výzva 120 000 km  
Každý kilometr se počítá!  
Zapoj se!



1. – 3. 6. 2018



Přidej se k výzvě pro celý svět.  
Mluv o Ymce a jejím poslání.  
Pozvi do Ymky nové lidi.  
Sdílej zážitky.  
Přičti své kilometry  
k celosvětovému výsledku.  
Oslav 174. narozeniny YMCA!



Jak se můžeš zapojit?

- jít do práce, do školy pěšky
- vydat se ve skupině na výlet
- uspořádat běh pro veřejnost
- zorganizovat noční pochod
- počítat uběhnuté metry při hrách a soutěžích na vašem Dětském dnu
- vyběhnout na kopec ve vašem okolí
- navštívit sousední pobočku Ymky



[www.ymca.cz](http://www.ymca.cz)  
#ymcachallenge