

**OZDRAVA!!
AVAPTSO**



Obsah

<i>Co všechno musí udělat jaro?</i>	4
<i>Poslové jara</i>	5
<i>Masopustní masky a jejich význam</i>	6
<i>Velikonoční pomlázka</i>	8
<i>Velikonoce ve středověku</i>	9
<i>Jidáše</i>	10
<i>Velikonoce na Moravském venkově</i>	11
<i>Velikonoce na Slovensku</i>	12
<i>Velikonoce v Polsku</i>	14
<i>Velikonoce v Německu</i>	15
<i>Velikonoce u Lužických Srbů</i>	16
<i>Velikonoce v anglicky mluvících zemích</i>	17
<i>Pašijové hry</i>	17
<i>Tipy na velikonoční výlety</i>	19
<i>Velikonoční výstavy</i>	20
<i>Jarní strava</i>	21
<i>Výživou proti jarní únavě</i>	23
<i>Jak relaxovat na jaře</i>	24
<i>Jarní příprava zahrady</i>	25
<i>Jak přežít jarní úklid</i>	26
<i>Aprílové počasí</i>	28
<i>Apríl – jeho historie</i>	29
<i>Pálení čarodějnic</i>	30
<i>Tajemství hibernace: Jak zvířata přežívají zimu</i>	31



Vážené čtenářky, milí čtenáři,

právě otvíráte další číslo školního časopisu. Je celé věnované jaru a velikonočním svátkům. Dozvíte se v něm, jak se Velikonoce slavily ve středověku, jaké tradice se o největších křesťanských svátcích dodržují u nás i v různých zemích světa, jak si lidé na jaře zkrášlují své bydlení, jak relaxují v přírodě, a ještě mnoho dalšího. Pokud Vás sluneční paprsky letošního jara vylákají ven, můžete navštívit některé velikonoční výstavy nebo podniknout výlet na zajímavá místa v naší zemi.

Nechte se okouzlit nejkrásnějším ročním obdobím, dejte se do čtení tohoto časopisu nebo vyrazte do přírody plné nové energie.

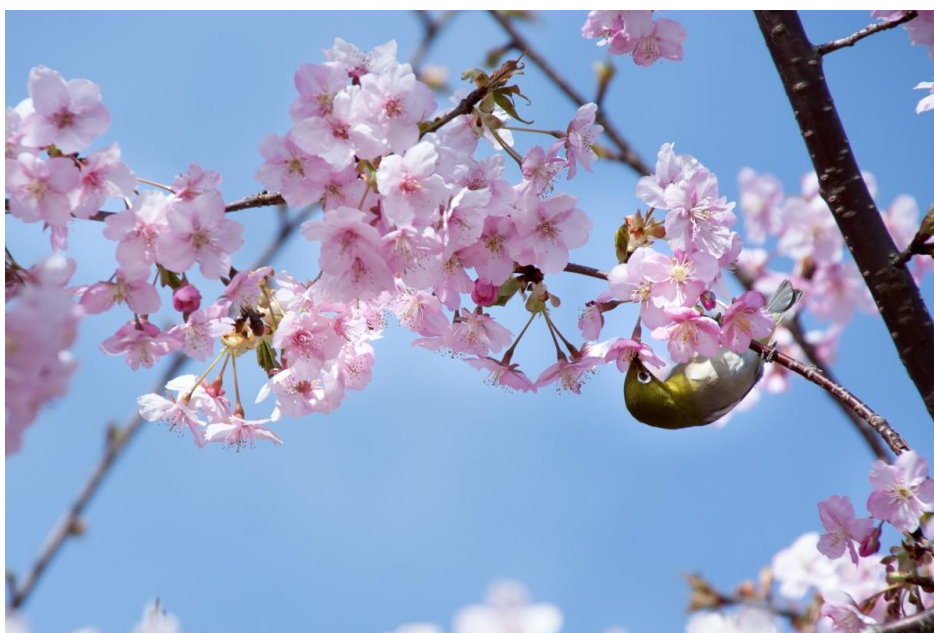
Vaše redakce

Co všechno musí udělat jaro?

Jaro je jedním z období, na které se většina z nás těší, ale je potřeba udělat pár povinností, díky kterým vstoupíme do nového ročního období s nadšením a klidem. Jaro je obdobím obnovy, nových začátků a obrození přírody. Po zimě, která často přináší chladné počasí a ospalost, přichází čas energie a naděje. Je to čas, kdy příroda začíná probouzet všechno kolem nás a spousta lidí se chystá na nové aktivity a projekty. Jaro je také obdobím naděje, nových začátků a aktivit. Příroda se probírá k životu a vyzařuje plno energie a optimismu, kterou z něho čerpáme. Úkolem jara není jen potěšit většinu populace, ale také probudit zvířata ze zimního spánku, přivolat ptáky z letních krajin, které vítáme s úsměvem na rtech, upravit a připravit zeminu na růst nových květin, které lákají lesní včelky a včely. Probouzí se také vysoké i malé stromy, ze kterých začínají pomalu růst květy a lístky. Všude kolem nás zpívají ptáčci, květy rozvoní celé okolí a my se cítíme uvolněně v pohodlí domova. Takže abych to shrnula, od jara každý očekáváme úplně něco jiného, a taky se těšíme úplně na něco jiného, ale nakonec nás jaro stejně potěší a udělá vždy to, co má.

Aneta Ambrozyová, PS3A

Zdroje: <https://pxhere.com/cs/photo/1609023>



Poslové jara

Kdo jsou vlastně poslové jara? Pro mě to jsou již od malička tulipány. Začínají totiž klíčit právě v době, kdy na svět vykukují první sněženky, avšak na rozdíl od nich si dávají na čas.

Již jako malá jsem chodila k babičce koukat na záhony, kde měla spoustu krásných a barevných tulipánů. Popisovala mi, jak se o ně stará a kolik péče potřebují. Na podzim zasadit cibulky, zalévat je. Na jaře sledovat, aby je žádná kačena nenapadla, a chránit je před mrazem, ale zase ne příliš, aby si na to nezvykly. No, není to až moc dřiny? Dle mého názoru ano! Nikdy jsem se k tomu neodhodlala.

Avšak minulý podzim se to změnilo a já se rozhodla poprosit babičku o pár cibulek. Zasadila jsem je, ale myslím si, že zalévání je až moc velký přepych. Od chvíle, kdy se oteplilo, je chodím pravidelně sledovat. Už klíčí! Kačeny mi je sice oklovaly, ale protože mé tulipány jsou ty nejsilnější na světě, rostou dále a mají už asi 10 cm.

Nevím, jestli budou tak krásné jako ty od babičky, ale myslím si, že to za tu trochu píle stojí. Ne všechny se mi povedlo ochránit před vetřelci, zalít, nebo dokonce okopat, ale moje maminka říká: „Jen silní mohou přežít.“



Text a foto: Alžběta Kročková, PS3B

Masopustní masky a jejich význam

Masopustní masky jsou tradiční součástí masopustních oslav. Tato slavnostní tradice se vyskytuje v mnoha kulturách po celém světě a masky i kostýmy mají hluboký historický a kulturní význam.

V historii byl masopust považován za období veselí a radosti před postem, během kterého bylo dovoleno si dopřát hojnost a přepych. Masky a kostýmy byly symbolem tohoto odreagování a oslavy. Lidé si oblékali různé kostýmy, často nápadité, aby skryli svou totožnost a uvolnili se při veselých průvodech a oslavách.

V mnoha kulturách měly masopustní masky také rituální význam. Nositelé masek byli často považováni za někoho, kdo je propojen s nadpřirozenými silami, přináší štěstí a odhání zlé duchy. Masopustní masky tak hrály roli ochranného amuletu, který měl zajistit úrodu a štěstí pro nadcházející období.

Tyto masky a kostýmy byly často barveny výraznými barvami a zdobeny různými materiály, aby vynikly během tradičních průvodů a oslav. V moderní době tyto masky zůstávají důležitou součástí tradičního masopustu.

Celkově lze říci, že masopustní masky mají hluboký historický význam a zůstávají důležitým prvkem kulturního dědictví. Jejich nošení symbolizuje radost, odreagování a spojení s tradicí a oživuje tak dávné rituály ve světě moderního života.

Marta Olšovská a Tereza Lazecká, PS4B

Zdroje:

[Masopust | České zvyky, tradice a pranostiky \(ceskezvyky.cz\)](https://ceskezvyky.cz/)

[Masopust – Wikipedie \(wikipedia.org\)](https://cs.wikipedia.org/wiki/Masopust)



Velikonoční symboly



Co si představíte pod pojmem Velikonoce?

Spousta z nás si vybaví pomlázku, někdo si představí velikonočního zajíce, beránka nebo kuřátka, jiní si zase vzpomenou na velikonoční vajíčka, ale už jste se někdo zamyslel nad tím, kde se tyto symboly vzaly nebo proč by to bez nich nebyly ty správné Velikonoce? Pokud ne, tak to jste tady správně.

Tento článek Vás totiž seznámí s tím, kde a kdy tyto symboly a tradice vznikly.

POMLÁZKA

Nejstarší zpráva o pomlázce pochází z roku 1369, kdy byla součástí velikonočního veselí při jarním slunovratu. V té době manželé a milenci mrskali své milenky, manželky a milé, aby zůstaly zdravé a krásné po celý rok. Jednou z tradic bylo **PLETENÍ POMLÁZKY** na Bílou sobotu, kdy se v pletení a velikosti pomlázky předháněli muži každého věku.

VELIKONOČNÍ ZAJÍC

Zajíček se považuje za symbol zmrtvýchvstání. Jelikož nemá oční víčka, nikdy nespí. Tradice zajíčka, který nosí vajíčka, dorazila do České republiky z Německa. Zajíc patří k symbolům Velikonoc i proto, že se na jaře často dostává do blízkosti lidských obydlí, kde hledá potravu.

VELIKONOČNÍ VAJÍČKA

Křesťanský zvyk barvení velikonočního vajíčka začal mezi křesťany z Mezopotámie, kteří barvili vejce červenou barvou ve vzpomínku na Kristovu krev, která byla prolita za jeho ukřižování. Křesťanská církev oficiálně přijala vejce jako symbol vzkříšení Ježíše Krista.

Karolina Loubalová, LY2

Zdroje:

[Pomlázka – Wikipedie \(wikipedia.org\)](https://wikipedia.org)
[Proč je zajíček symbolem Velikonoc? | Region \(rozhlas.cz\)](https://rozhlas.cz)
[Velikonoční vejce a tradice jeho zdobení | Wooden Photoblocks](https://woodenphotoblocks.com)

VELIKONOČNÍ BERÁNEK

Beránek vznikl zhruba 1200 let př. n. l., kdy byl usmrcen jeden beránek v každé židovské rodině jako náhrada za neusmrceného novorozence. K nám do naší kultury přišel beránek díky křesťanství, kdy se bibličtí historici domnívají, že Ježíš umíral na kříži právě ve chvíli, kdy se podle obvyklého programu v chrámu zabíjeli velikonoční beránci. Aby křesťané nemuseli obětovat beránka, místo toho začali péct beránka z těsta.

Velikonoční pomlázka

Velikonoční pomlázka, tradiční obyčej slavený v mnoha zemích střední a východní Evropy, má hluboké kořeny a nese v sobě bohatou symboliku spojenou s příchodem jara a obnovou života.

Historie velikonoční pomlázky

Historie velikonoční pomlázky sahá až do starověku. Ve starých slovanských tradicích byla pomlázka spojována s rituály obnovy a plodnosti. Lidé věřili, že třepání pomlázkou přináší do domácnosti štěstí, zdraví a plodnost. V některých oblastech byla pomlázka dokonce považována za ochranu před zlými duchy a nemocemi.

Význam pomlázky

Velikonoční pomlázka symbolizuje obnovu života a příchod jara. Třepání pomlázkou má za úkol probudit a přinést do domácnosti novou energii. Věřilo se, že třepání pomlázkou přináší do domu zdraví, štěstí a plodnost nejen lidem, ale i dobytku a polím. Dalším významem velikonoční pomlázky je také spojení mezi generacemi. Tradičně chodí muži po domácnostech a šlehají ženy pomlázkou, zatímco za to obdrží malé odměny v podobě vajec, sladkostí, peněz a stužek připevněných na pomlázku. Ale pozor, jediné bílé barvy. Barevné stuhy na pomlázku připevňují vyšlehané dívky a ženy, které chtějí vyjádřit, jak si u nich koledník stojí. Červenou stuhou vyjadřují náklonnost a lásku, kdežto žlutá značí jasné odmítnutí. Modrá vyjadřuje naději a zelená sympatie a oblíbenost. Tento obyčej posiluje pouto mezi generacemi a udržuje tradici živou.

Velikonoční pomlázka je tradiční zvyk, který má hluboké historické kořeny a bohatou symboliku. Přináší do domácností radost, naději a připomíná nám důležitost obnovy a plodnosti. I přes změny moderního světa si tato tradice stále udržuje své místo během slavení Velikonoc a slouží jako příležitost k posílení rodinných vazeb a udržení kulturní identity.



Emma Malchárková, LA3

Zdroje:

[Pomlázka – Wikipedie \(wikipedia.org\)](https://www.wikipedia.org)

[Vše důležité, co potřebujete vědět o tradici pomlázky — CULINA BOTANICA](#)

<https://pxhere.com/cs/photo/1275965>

Velikonoce ve středověku

Velikonoce jsou jistě tím nejvýznamnějším křesťanským svátkem. Jak se ale slavily před mnoha lety, a to ve středověku? Tehdy byly známé jako oslava jara a symbolický konec zimy. Některé zvyky se však prováděly už tehdy.

Pomlázka byla důležitou součástí oslav. Šlo o šlehání metlami z mladých vrbových proutků. Mrskali se navzájem muži, ženy, chlapci i dívky. Jednalo se o rituál, který využíval magické vlastnosti jarních zelených ratolestí.

Vajíčka byla symbolem životní síly, znovuzrození, ale i smrti. Proto byla vkládána do hrobů, často do klína zemřelého. Po staletí se barvila jen plná vejce – jinak by ztrácela svůj význam a magickou funkci. Vyfouknutá zdobená vejce se objevila až ve 20. letech minulého století.

Velikonoční ohně symbolizují Boží lásku a sílu. Lidé jim říkali Jidášův oheň. Popel a uhlíky z těchto ohňů měly také magickou moc – chránily dům před požárem a pole před kroupami a povodněmi.

Velký význam se také připisoval **rituálnímu očišťování**. Lidé časně ráno vstali a omývali se rosou nebo se šli umýt k potoku. To mělo působit proti nemocem. Největší ozdravný účinek měla voda z místa soutoku několika pramenů – zvláště když byla nabrána ještě za tmy, přičemž celý rituál musel proběhnout mlčky.

Tereza Friedrichová, PS3B

Zdroje:

<https://www.e-stredovek.cz/post/cervene-svatky-aneb-jak-slavili-stari-slovane-jarni-rovnodennost/>

Jidáše

Velikonoční jidáš je tradiční pečivo, které se vyrábí a konzumuje především v některých částech střední a východní Evropy, zejména v České republice, Polsku a na Slovensku. Má obvykle tvar postavy či masky a jednou z nejznámějších forem je právě velikonoční jidáš.

Historie

Historie Velikonočních jidášů je spojena s mnoha legendami a mýty. Existuje několik verzí o původu této tradice. Jedna z možných interpretací říká, že velikonoční jidáš byl původně vytvořen jako symbolizace zrádného apoštola Jidáše Iškariotského, který zradil Ježíše Krista. Postava Jidáše tak byla vyobrazena jako pečivo a poté byla zničena nebo vyhozena, aby bylo odvráceno zlo.



Význam

Velikonoční jidáš má především symbolický význam. Tradice spojená s jidášem bývá v různých regionech různá, ale obecně symbolizuje odvrácení zla a zrádných činů. Někdy může být také spojen s rituálem vyhnání zla nebo s odpuzováním negativní energie.

Kdy se pečou

Velikonoční jidáše se obvykle pečou před Velikonocemi, často na Zelený čtvrtek nebo na Velký pátek. Jejich konkrétní termín a podoba se může lišit podle regionu a místních tradic.

Celkově lze říci, že velikonoční jidáš má hluboké kořeny v lidové tradici a v průběhu času se mohl vyvíjet a měnit podle místních zvyklostí a interpretací.

Markéta Mikesková, PS4B

Zdroje:

<https://pernerka.cz/blogposts/proc-se-na-velikonoce-pecou-jidase/>

<https://www.novinky.cz/tag/jidase-66110>

<https://pxhere.com/cs/photo/1132105>

Velikonoce na moravském venkově

Obecně jsou Velikonoce nejvýznamnějšími křesťanskými svátky, jelikož jsou spojené s ukřižováním a zmrtvýchvstáním Ježíše Krista. Pondělí patří hlavně pomlázce, vítání jara, je to pohodovější den.

Lidové zvyky tvoří na jihomoravském venkově stále součást života. V mnoha domácnostech se před svátky zdobí kraslice, od Zeleného čtvrtka procházejí některými obcemi děti s řehtačkami, jejichž zvuk podle tradice nahrazuje zvony. V pondělí pak obchází venkovská stavení krojovaná chasa s pomlázkou. Na Moravě Velikonoce prožívají mnohem víc než v jiných krajích.

Malování vajíček

Patří mezi nejrozšířenější tradici, malují se vyfouklá vajíčka v barvách, jako je červená, modrá, žlutá či čistě bílá. Mezi nejpoblárnější techniky patří zdobení pomocí vosku. Žlutá se dělá například pomocí vývaru z ovsa nebo nověji pomocí kurkumy, tmavě oranžová, červená až hnědá slupkami z cibule – záleží na tom, jak silný výluh si uděláte a jak dlouho v něm vajíčka budou. Modrofialovou vám zaručí červené zelí. K roztokům se přidává ocet. A jak na samotné barvení? Kromě bílého vejce potřebujete včelí vosk, čajovou svíčku a špendlík s kovovou hlavičkou. Pak už jen použijete fantazii.



Kroje

Chlapci se tradičně oblékají do krojů, ve kterých chodí za děvčaty pro výslužku. Tvoří je bílé, výšivkou zdobené košile, soukenné nohavice a vysoké boty. Když je chladno, přidají vestu (korduli) nebo kabátek (lajbl).



A jak vše probíhá?

Chlapci si před Velikonocemi upletou pomlázku neboli karabáč z vrbového proutí. O Velikonočním pondělí se časně ráno scházejí mládenci v krojích před domem a vyrážejí na obchůzku.

Ženy vyšlehají pomlázkou, aby „neuschly“, a u toho zpívají velikonoční koledu. Někdy také dívky polévají vodou. Za to dostanou kraslice a mašli na pomlázku.

Na „šlaháče“ čekají v každé domácnosti dívek a žen doslova hody. Stoly se prohýbají pod talíři s chlebičky, jednohubkami, vyhlášenými vlčnovskými vdolečky, zákusky a dalšími dobrotami a pije se zásadně víno a slivovice. Poté chlapci putují dál.

Kateřina Šimová, PS3B

Zdroje:

<https://living.iprima.cz/osvedcene-navody-na-zdobeni-velikonocnich-vajicek-povedou-se-i-vam-80893>

<https://pxhere.com/cs/photo/965305>

<https://pxhere.com/cs/photo/722949>

Velikonoce na Slovensku

Velikonoce jsou na Slovensku obdobím bohatých tradic a slavnostních oslav spojených s náboženskými i lidovými rituály. Mají hluboké kořeny v křesťanské tradici, ale zahrnují také prvky lidového folklóru a slovanského dědictví.

Přípravy na svátky začínají již týden předem. Na Zelený čtvrtek se obvykle pekly tzv. jidáše z kynutého těsta. Během tohoto dne je zvykem jíst něco zeleného, abychom byli zdraví, může to být například špenát, brokolice. Velký pátek je dnem půstu a zbožnosti. Lidé se účastní bohoslužeb v kostelích a připomínají ukřižování Ježíše Krista. Následuje Bílá sobota, která znamená konec půstu, vymetání domu novým koštětem, návrat zvonů z Říma. Na Velikonoční neděli voní domácnosti masem a uzeninami. Jídlo se připravuje do proutěných košíků, aby se dalo odnést k posvěcení.

Oblievačka

Neodmyslitelnou součástí Velikonoc na Slovensku je oblievačka. Chlapci navštěvují ženy v rodině, kamarádky, přítelkyně a sousedky, aby je polili vodou a parfémem. Někdy, zejména na vesnici, se k tomu přidá i jemné vyšibání pomlázkou. Cílem takových oblievaček je, aby byly dívky po celý rok zdravé a pěkné. Za takové polévání navíc dostávají výslužku – čokoládová vajíčka, stužky na pomlázku, kraslice nebo peníze.

Kraslice – malovaná vajíčka

Malování vajíček, nazývaných kraslice, je jedním z nejstarších a nejvíce milovaných velikonočních zvyků na Slovensku. Každý region má své vlastní techniky a vzory, které se předávají z generace na generaci. Kraslice jsou často zdobeny geometrickými vzory, květinami, symboly plodnosti a náboženskými motivy. Každý domov na Slovensku bude během Velikonoc zdobený těmito nádhernými malovanými vajíčky.

Velikonočný košík – Velikonoční koš

Velikonoční koš je nedílnou součástí slovenských Velikonoc. Je plný různých dobrot, jako jsou kraslice, chléb (paska), šunka, klobásy, máslo, sýr a dorty. Před Velikonocemi se velikonoční košíky nesou do kostela, kde kněz provádí požehnání obsahu košíku. Poté se dobroty odnášejí domů a slouží jako součást tradičního velikonočního jídla.

Bohoslužby

Pro mnoho Slováků jsou Velikonoce hluboce spojeny s náboženskými rituály a obřady v kostele. Lidé chodí na speciální bohoslužby během celého velikonočního období, které zahrnují Velký piatok (Velký pátek), Velikonočnú sobotu (Velikonoční sobotu) a Velikonočnú nedeľu (Velikonoční neděle). Tyto slavnostní bohoslužby jsou často doprovázeny tradičními zpěvy a liturgií.

Velikonoční neděle

Je největším svátkem roku. Oslavuje Kristovo vzkříšení a nanebevstoupení. Obřadní jídla se připravila a vzala na mši svatou, kde se světila. Stolování během Velikonoční neděle je slavnostní, připomíná Štědrou večeři. Hlavní chod by měl být z masa a všichni by se měli pořádně najíst, aby byli sytí po celý rok.

Velikonoční pondělí

Je věnováno koledování. V některých domácnostech oblievačka/koledování začíná už za svítání.

Odpoledne pak končí nejvýznamnější křesťanské svátky.

Kristýna Müllerová, PS3B

Zdroje:

<https://calendarbanana.com/cs/velikonocni-pondeli-na-slovensku/>

Velikonoce v Polsku

Polsko je země plná tradic, které mají kořeny hlavně v katolické víře. Jedním z nejdůležitějších svátků jsou Velikonoce. Polsko je známé svou silnou náboženskou orientací, přibližně 90 % obyvatel se hlásí ke křesťanství. V minulosti byly velikonoční svátky spojeny s mnoha náboženskými tradicemi.

HISTORIE

Jedna z nejstarších a dosud dodržovaných tradic je návštěva hrobů. Symbolické hroby Krista se objevují již od 16. století a byly do Polska převezeny ze svaté země (Izrael, Palestina).

U hrobů vdané ženy a dívky ze šlechtických rodů vybíraly peníze pro kostel. Další tradicí spojenou s hrobkami je držení strážce. Strážní byli oblečeni do pestrých uniforem, kterým se říkalo „velikonoční Turci“.

SOUČASNÉ VELIKONOČNÍ TRADICE A ZVYKY

ŽEHNÁNÍ VELIKONOČNÍCH KOŠÍKŮ

Na Bílou sobotu si lidé do kostela donášejí košíky vystlané bílou látkou, naplněné potravinami, které budou na nedělním velikonočním stole. Najdeme zde vařená vejce, klobásy, šunku, chléb, sůl, pepř, křen a moučníky babka a beránek. Většina potravin má svůj význam: chléb – tělo Krista, sůl – zahánění zlo, uzené – bohatství, plodnost.

VĚTVIČKY NA KVĚTNOU NEDĚLI/PALMOVÁ NEDĚLE

V tento den se do kostela donášejí větve kočičí vrby nebo „palmy“, které jsou vyrobené z větví, které se žehnají. Tradičně se využívaly palmy, ale jelikož se v Polsku palmy nenacházejí, využívají se rostliny stálezelené, sušené nebo vyrobené z papíru.

MODRÉ PONDĚLÍ

Tradice, chlapci velmi oblíbená a dívkami nenáviděná, u které hoši polévají děvčata vodou a šlehají vrbovými větvemi. Dříve byly ženy polévány kbelíky vody, dnes jsou v domácnostech oblíbenější sklenice s vodou nebo vodní pistolky.

VAJÍČKOVÉ BITVY

Při večeři každý člen rodiny dostane vařené, nejčastěji červené vajíčko. Ťukne s ním o vajíčko souseda u stolu. To, které vydrží všechny souboje bez praskliny, svému majiteli přinese štěstí v tomto roce.

Klára Tichá, PS3B

Zdroje:

<https://www.ceskevelikonoce.cz/velikonoce-polsko/>

<https://pxhere.com/cs/photo/761108>

Velikonoce v Německu

Velikonoční svátky slaví také v Německu. Začínají na Velký pátek. Stejně jako v jiných zemích, i v Německu se jedná o státní svátek a pracovní volno. Němci mají k obědu či večeři rybu. V sobotu a v neděli se pak již tradičně pečou velikonoční beránci a barví vajíčka. Kromě toho probíhají i další případné přípravy na Velikonoční pondělí, například úklid domu, příprava krojů apod.

Zvyky

Co se týče německých tradičních zvyků, mezi ty oblíbené patří házení vajec do dálky anebo naopak do výšky. Majitel domu se často pokouší přehodit vejce přes střechu. Hod podle tradic chrání dům před blesky. Co se týče malovaných vajíček, německé děti si o Velikonocích rozhodně přijdou na své, protože pro ně rodiče každoročně připravují tzv. lov na vajíčka. Děti hledají ukrytá vajíčka a jiná překvapení od velikonočního zajíčka, který bývá někdy i štedřejší a přináší dětem i technické vymoženosti a jiné hračky. Dospělí se v Německu nenudí a také hledají, ale většinou velikonoční pivo. Na spoustě míst se pořádají i tradiční jarní trhy.



U našich německých sousedů se nechodí s pomlázkou. Němci také neznají typický slovenský a moravský zvyk polévání vodou. Dalším zajímavým zvykem je pálení suchých vánočních stromů. Tento zvyk pomáhá Němcům rozloučit se se zimou a přivítat teplé jaro.

Symbolem Velikonoc v Německu je zajíc. Velikonoční jídelníček je podobný jako u nás. Nechybí v něm skopové, jehněčí, mazance, vánočky, koláčky či koblihy.

Velikonoce jsou ale především církevním svátkem, Němci je proto vnímají silněji než Češi. Dodržuje se i velikonoční půst a kostely bývají plné věřících. Dalším zajímavým zvykem jsou takzvané Velikonoční jízdy Lužických Srbů. Muži ve fracích s cylindry a v nádherně nazdobených krojích vyjíždějí do širokého okolí zvěstovat zprávu o zmrtychvstání Ježíše Krista.

Aneta Svobodová, PS3B

Zdroje: <https://sever.rozhlas.cz/jak-slavi-velikonoce-v-nemecku-6840284>

Velikonoce u Lužických Srbů

Lužičtí Srbové reprezentují původní slovanské obyvatelstvo ve východní části Saska a Braniborska. Jejich předkové obývali rozsáhlá území Německa do 10. století. I když je Lužických Srbů už jen hrstka a stále jejich počet ubývá, podařilo se jim zajistit si kulturní autonomii, znovu oživit jazyk a hrdě se hlásí ke své kultuře.

Velikonoce představovaly vždycky v evropské kultuře zcela mimořádné svátky. Lidé odedávna vítali příchod jara a modlili se za dobrý rok a úrodu. Taky u Lužických Srbů jsou Velikonoce velmi důležitým svátkem, proto také dodržují mnoho tradic.

První je, že 2. dubna bude zapáleno mnoho ohňů na území Braniborska a Saska. Při této slavnosti se tradičně celá vesnice shromáždí okolo ohně, který by v sobě měl ukrývat léčivou sílu.

Jednou z nejznámějších tradic starou nejméně půl tisíciletí je velikonoční kavalkáda neboli „Jízda křížáků“. Jedná se o slavnostní jezdecký průvod, který se koná každoročně na velikonoční neděli. Při této slavnosti usednou na koně slavnostně oblečení muži ve fracích, černých jezdeckých kalhotách, jezdeckých botách a cylindru. V celé své parádě pak procesí putuje od kostela, kde dostane požehnání od faráře, dále z jedné vesnice do druhé za zpěvu náboženských písní. Tyto jízdy v minulosti zvěstovaly do sousední vesnice Kristovo zmrtvýchvstání. Ti, kteří vyrážejí na jízdu poprvé, jsou ozdobeni věnečkem z myrty, při jubilejní 25. jízdě se muži mohou ozdobit stříbrnou, v případě 50. výročí zlatou větvičkou.

Okolo Velikonoc, od 28. února do 29. března, se ve východním Německu koná také mnoho lužickosrbských trhů. Zde je možno vidět například tradiční ručně malované velikonoční kraslice, jejichž zdobení je dlouholetou tradicí, nebo lužickosrbské kroje.



Kateřina Kadulová, PS3 B

Zdroje:

<https://www.novinky.cz/clanek/cestovani-velikonocni-jizdy-luzicky-ch-srbu-jsou-projevem-viry-i-narodni-hrdosti-40222878>

<https://www.novinky.cz/clanek/cestovani-nemecko-velikonocni-tradice-luzicky-ch-srbu-287697>

<https://pxhere.com/cs/photo/1016576>

Velikonoce v anglicky mluvících zemích

Oslava Velikonoc je zcela jiná v anglicky mluvících zemích než u nás. Nejznámějším velikonočním zvykem je „Easter egg hunt“. Je to hon za čokoládovými vajíčky. Oblíbeným honem na vajíčka je *Cadbury Easter Egg Hunt*. Tradičně se koná na památkách spravovaných britskou památkovou organizací.

Na velikonoční neděli ráno děti vstanou a hledají ukrytá vajíčka v domě nebo popřípadě na zahradě. Stejně jako v České republice se připravují stoly plné jídla. K tradičním pokrmům patří hot cross buns (**velikonoční buchty**) nebo chocolate cup cake nest (sladký cupcake zdobený jako **ptačí hnízdo s vajíčky**).

V Anglii se ve velikonočních svátcích mísí dvě tradice. Tou první je křesťanský význam Velikonoc, a tedy připomenutí ukřižování a zmrtnýchvstání Ježíše Krista. Zároveň jsou Velikonoce tradičním svátkem, kdy Angličané oslavují příchod jara a probouzení přírody. Oslavy tohoto svátku jsou viditelně rozdílné, ale stejně jako u nás se jedná o tradici, která nám zpestří den, navíc se při ní můžeme opět vidět s našimi blízkými.

Markéta Hubertová, AZ2

Zdroje:

[Velikonoce v Británii, Itálii a Dánsku \(thomasspoon.cz\)](http://thomasspoon.cz)

<https://pxhere.com/cs/photo/812500>



Pašijové hry

Historie pašijových her sahá až do 13. století. Poddaný lid měl těžké životní podmínky, které byly až nesnesitelné. Často bylo jediným východiskem z utrpení náboženství. Lidé si spojovali své utrpení s utrpením Krista a věřili, že i pro ně nastanou po smrti lepší časy. Hledali dobro a zlo a snažili se je zobrazit v lidových hrách, které se nesly v náboženském duchu.

Slovo „pašije“ pochází z latinského passio – utrpení. Konkrétně je tím myšleno utrpení Ježíše Krista. Jedním z vrcholů svatého týdne, který je završen o dva dny později velikonoční nedělí, je Velký pátek. Již od středověku provázely tento páteční den různé tradice.

Jako připomínka toho, co se dle evangelia na Velký pátek odehrálo, se na mnoha místech konala velká procesí. Probíhala různým způsobem, ale téměř vždy byl jejich součástí průvod lidí přestrojených za biblické postavy, které jsou spjaty s událostmi Kristových posledních pozemských dnů.

Zatímco Krista hrál obvykle prostý člověk, negativní postavy představovala často měšťská honorace. Pašijové scény byly v minulosti prováděny velmi přesvědčivě, a tak mohl Ježíše představovat jen zdatný jedinec, který dokázal vydržet množství fyzických útoků, jako např. kopání a smýkání.

Tyto aktivity měly své odpůrce. Procesí byla někdy tak bujná, že spíše připomínala karnevalové průvody, což bylo v rozporu s vážností Velkého pátku. Z toho důvodu se tyto produkce rozhodla vymýt Marie Terezie. Panovnice pašijové hry jednou a pro vždy zakázala. K úplnému odstranění tím však nedošlo a pašijová procesí se leckde objevovala i nadále.

Možná mnoho z nás překvapí, že se pašijové hry připravují i v současnosti. Konkrétně v České Lípě, Žďáru nad Sázavou a v Hořicích. A právě hořické pašije byly v červnu 2021 zapsány do seznamu kulturního dědictví kraje a usilují o zapsání na seznam kulturního dědictví UNESCO. Hry se konají každé léto v místním amfiteátru. V představení nehrají žádní profesionální herci, ale téměř celé jej tvoří místní obyvatelé s pomocí dalších nadšenců. Účinkujících je kolem sedmdesáti.

Kdo z Vás by si chtěl udělat výlet a vidět pašijové hry na vlastní oči, má příležitost například 15. 6. 2024 od 16:30 hodin v Hořicích na Šumavě.

Adéla Karásková, LY2

Zdroje: www.horickepasije.cz, www.stoplusjednicka.cz, www.cesky.radio.cz

Tipy na velikonoční výlety

Patříte k těm, kteří si neumí představit pěkný volný den bez výletu? Vypadá to, že počasí na Velikonoce bude přát, tak s námi pojed'te vyrazit za tradicemi, zábavou i přírodními krásami. Ať už bydlíte v Čechách, na Moravě či ve Slezsku, máme pro Vás několik zajímavých tipů. Užijte si koledování, pomlázku a malovaná vejce.

Pokud rádi trávíte Velikonoce aktivně, naplánujte si výstup na Kralický Sněžník (1423 m n. m.). Kralický Sněžník se nachází na unikátním místě – v trojmezí Čechy – Morava – Kladsko.

Velikonoce, jak je znali naši předci, se dodnes slaví především na Moravě. S tradičně bohatým třídním programem (16.–18. dubna) přichází na Velikonoce Valašské muzeum v přírodě v Rožnově pod Radhoštěm. Tradiční velikonoční a jarní zvyky tu zažijete v podání místních folklorních souborů.

Zajímalo by Vás, jak dříve slavila Velikonoce česká šlechta? Prozradí Vám to 14.–18. dubna na zámku Lemberk. Speciální prohlídky velikonočně vyzdobeného clam-gallasovského apartmá včetně zámecké kaple s průvodcem se konají pětkrát denně. Čeká Vás ukázka velikonočního slavení a zvyků šlechty, která vychází z období 20.–30. let 20. století.

Ruku na srdce, kdo z nás dnes opravdu zná všechny velikonoční tradice a zvyky? Některé možná ještě dodržujeme, ale známe jejich původ? Pokud si chcete osvěžit paměť nebo se o tradičních Velikonocích dozvědět víc, vydejte se do skanzenu Veselý Kopec. Od Velkého pátku

do Velikonočního pondělí budete mít možnost prohlédnout si interiéry roubenek doplněné o ukázky velikonočního pečiva, zdobených vajíček a dalších tradičních předmětů. Také tu zjistíte, proč se na Zelený čtvrtek peklo pečivo zvané jidáše, jaké byly tradiční způsoby zdobení kraslic na Horácku, nebo co lidé žijící před sto lety jedli na Boží hod velikonoční.

Tak neváhejte a vydejte se na výlet!



Aneta Berousková, PS3B

Zdroje: <https://www.moebelix.cz/c/tipy-na-velikonocni-vylety-nejen-za-tradicemi>

<https://pxhere.com/cs/photo/714513>

Velikonoční výstavy

Připravila jsem si pro Vás tipy na velikonoční výstavy, které oslavují příchod jara a konají se na počest zmrtvýchvstání Ježíše Krista.

Jedna z nejznámějších a největších velikonočních výstav se koná v Holandsku. Zde produkují více než 3 miliardy tulipánů ročně a tvoří tak 50 % světové produkce.

Nejlepší místa, kam se za tulipány vydat, jsou Keukenhof nebo oblast Lisse, asi 25 km jižně od Amsterdamu, kde můžete kromě tulipánových polí navštívit také tulipánové farmy, dozvědět se o květině více nebo si ji zakoupit.



Ideálním časem pro návštěvu polí je konec března až začátek května.

Za výstavou ale nemusíme takovou dálku, jelikož Flora Olomouc pořádá 25. až 28. dubna 2024



mezinárodní květinovou a zahradní výstavu.

Vstupné je 170 Kč online, na místě 200 Kč, studenti a senioři zaplatí 120 Kč a děti 90 Kč.

Ať už v Holandsku, nebo v Olomouci, věřím, že si zde přijdou na své všichni milovníci květin i floristé.

Berenika Gekas, PS3A

Zdroje:

<https://pxhere.com/cs/photo/1129000>

<https://pxhere.com/cs/photo/133401>

Jarní strava

Jarní období přináší nejen probouzení přírody, ale také změny ve stravovacích návycích. Strava by měla být pestrá a vyvážená, měla by obsahovat hodně ovoce a zeleniny. Pestrý jídelníček hraje klíčovou roli v udržení vitality a prevenci jarní únavy či depresí, pestrá strava dodá tělu potřebné vitamíny a minerály. Jídla by měla být odlehčená a lehká. Je důležité jíst především plnohodnotně a intuitivně, dopřát tělu, co potřebuje.

Zde jsou některá jídla vhodná pro jarní stravování:

Jarní polévky – jednoduché na přípravu, rychle stravitelné.

Smoothies z čerstvého ovoce a zeleniny – osvěžující, obsahují hodně vitamínů.

Středomořská strava – podporuje imunitu, dodává zdravé minerály.

Omezení tučných, smažených jídel a sladkostí je výbornou prevencí před jarní depresí a pomáhá udržet psychickou pohodu.

Recepty:

Italská cuketová polévka

Na 4 porce

- 2 cukety
- 1 cibule
- 2 stroužky česneku
- 1 lžíce olivového oleje
- 1 l zeleninové bujónky
- 50 g parmazánu
- sůl
- pepř

Postup:

- Cibuli a česnek oloupeme a nakrájíme nadrobno. Cukety omyjeme a nakrájíme na kostičky.
- Na pánvi rozejdeme olivový olej a osmahneme cibuli s česnekem. Přidáme nakrájené cukety a smažíme dalších 5 minut.
- Přilijeme zeleninový vývar a necháme vařit cca 20 minut.
- Jakmile jsou cukety měkké, polévku rozmixujeme ponorným mixérem dohladka.
- Přidáme nastrouhaný parmazán, sůl a pepř podle chuti a promícháme, dokud se sýr nerozpustí.

Proteinové smoothie s banánem a borůvkami

Na 2 porce

- 1 banán
- 150 g mražených borůvek
- 20 g ovesných vloček
- 125 g odtučněného řeckého jogurtu
- 30 g proteinu s příchutí skořicová rolka
- 1 lžice lněného semínka
- 250 ml vody

Postup:

- Všechny ingredience dáme do mixéru a rozmixujeme.

Zdroje:

<https://www.zdravinamiru.cz/jarni-strava-dle-tradicni-cinske-mediciny/>

<https://aktin.cz/italska-cuketova-polevka>

<https://aktin.cz/proteinove-smoothie-s-bananem-a-boruvkami>

<http://lotusneigongprague.com/2019/04/18/jarni-strava/>

Barbora Keclíková, PS3B

Výživou proti jarní únavě

Na jaře nám nezačíná pouze hezké a teplé počasí, ale také jarní únava spojená se zíváním a nedostatkem energie. Životní styl, změny ve stravě a prostředí mohou být hlavními faktory způsobujícími únavu. Správná výživa může být naší zbraní proti únavě a vyčerpání organismu.

Ve stravě určitě nesmíme zapomenout na:

• Ovoce a zeleninu

Je důležité zahrnout do své stravy bohaté množství čerstvé zeleniny a ovoce. Tyto potraviny jsou plné vitamínů, minerálů a antioxidantů, které pomáhají našemu organismu bojovat proti únavě a zvyšují imunitu.

• Pitný režim

Dávejte si pozor na dostatečný příjem tekutin během dne. Dehydratace může způsobit únavu a ospalost. Nejlepší jsou čaje, čerstvě vymačkané ovocné a zeleninové šťávy a samozřejmě voda.

• Omezte příjem cukru a kofeinu

Většina lidí si myslí, že konzumace sladkostí a kofeinu vás rychle nabudí. Jejich účinek je často krátkodobý a z tohoto důvodu mohou vést k pozdějšímu vyčerpání a únavě. K podpoře organismu a také mentálního zdraví slouží také:

• Studená ranní sprcha

Patří mezi jedny z nejúčinnějších způsobů, které na jarní únavu působí nejlépe. Podle mnoha studií studená sprcha zvyšuje krevní oběh a bdělost organismu.

• Rituál ranního dechového cvičení

Ráno je dobré začít pohybovou aktivitou při hudbě. Dále je velmi vhodné meditační cvičení. Může stačit dechové cvičení a protahování. Tím dosáhnete šetrného rozcvičení ztuhlého svalstva po dlouhé noci.

• Spánek

Je opravdu nutný pro regeneraci našeho těla. Člověk by měl v průměru spát 7–8 hodin denně. Každé tělo je jedinečné, a co funguje u jednoho člověka, nemusí fungovat u druhého. Je nutné poslouchat své tělo a dodávat mu vše, co potřebuje. Kombinace zdravého životního stylu a pravidelného pohybu nám může pomoci porazit jarní únavu a povzbudit naše tělo a mysl k plnému využití jarní energie.

Julie Matulová, PS3A

Zdroje:

<https://www.vitaherbals.cz/news/jarni-unava-projevy-vitaminy>

<https://www.canadian.cz/cs/clanky-a-novinky/jak-ustat-jarni-unavu/>

Jak relaxovat na jaře

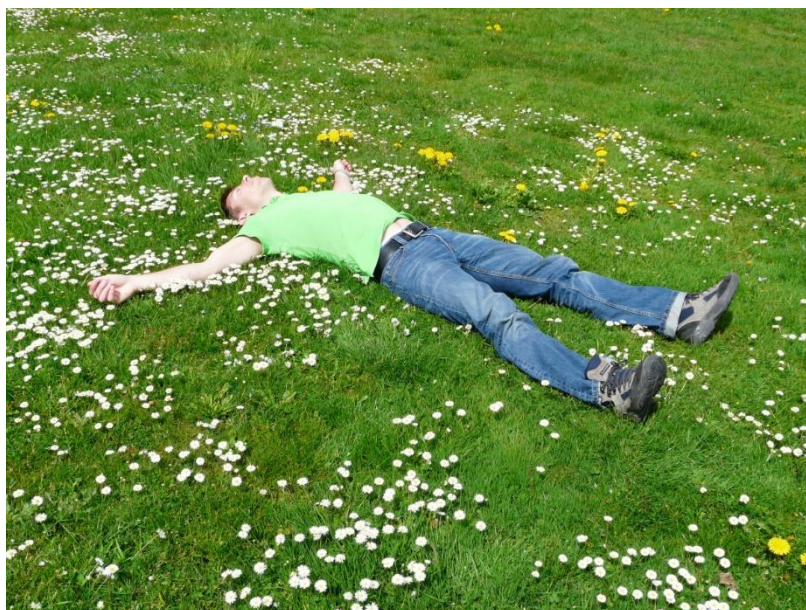
Relaxace na jaře přináší jedinečnou možnost spojit se s přírodou a najít harmonii ve svém vlastním nitru. Jaro nás zve k tomu, abychom opustili pohodlí našich domovů, vyrazili ven a nasáli svěží vzduch a slunce, které nám dodává novou energii. Procházky v přírodě, posezení na slunci nebo třeba jarní pikniky se stávají lékem na naše duše. Jaro je také ideální čas k obnově našeho těla a mysli. Příroda se probouzí k životu a i my bychom měli udělat totéž. Cvičení venku, jóga na trávě nebo třeba běhání v přírodě může být osvěžující a posilující zároveň. Pohyb a fyzická aktivita jsou klíčem k uvolnění stresu a napětí nahromaděného během dlouhých zimních měsíců. Toto roční období nás také láká k objevování nových zájmů a koníčků. Můžeme se ponořit do zahradničení, malování nebo kreslení nebo vaření s čerstvými sezónními ingrediencemi. Tyto činnosti nám přinesou nejen uvolnění, ale také dodají pocit úspěchu a radosti z tvoření. Relaxace na jaře není jenom luxusem, ale spíše nutností. Je to čas, kdy se můžeme spojit s přírodou, obnovit své tělo a mysl a nalézt novou energii pro nadcházející období. Prožít jaro s pocitem klidu a vyrovnanosti nám umožní lépe se připravit na výzvy, které nám přináší každodenní život. Takže pojďme vyrazit ven, nasát jarní atmosféru a dovolme si relaxaci a obnovu.

Karolína Tichá, PS3B

Zdroje:

<https://alicemicunek.cz/6-tipu-pro-jaro-plne-sily/>

<https://pxhere.com/cs/photo/1149468>



Jarní příprava zahrady

Slunce svítí, ptáci zpívají a zahrada se probouzí ze zimního spánku. Na zahradě je potřeba udělat jarní údržbu a přípravu na dobrou a úrodnou sezónu. Je potřeba vyhrabat listí, posbírat spadané větvičky, udělat údržbu trávníku atd.

Aby se nám vše dobře dělalo, je důležité mít pořádné nářadí, v případě potřeby jej nechat nabrousit nebo pořídit nové, pokud staré již dosloužilo.

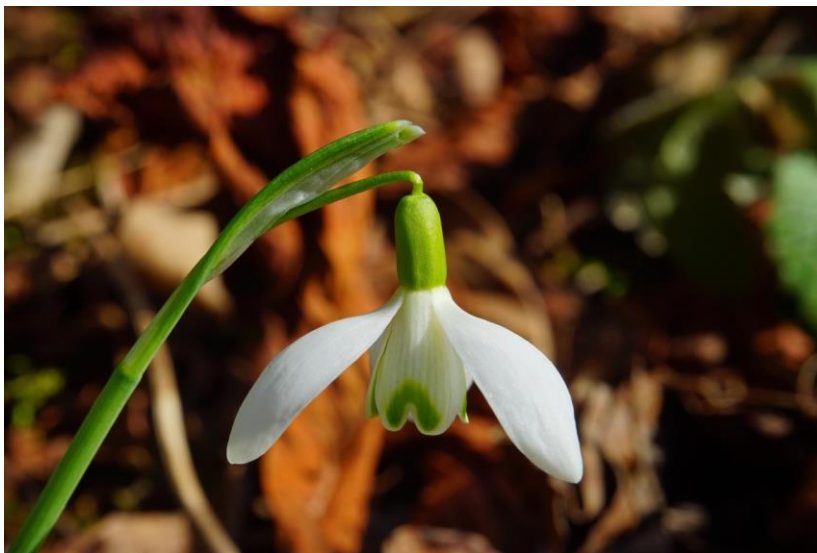
Po zimě potřebuje údržbu i půda, která je po zimě „ubitá“ a chybí jí vzduch a voda, proto ji provzdušníme, případně můžeme zapracovat kompost.

Některé rostliny i stromy potřebují na jaře ostříhat či prořezat. Většina rostlin se musí ostříhat, aby bohatě kvetly a plodily. U stromů ořežeme uschlé větve a kvetoucí keře zastříhneme celé. Stříhat a řezat je dobré ještě před rašením. S řezem ovocných keřů (rybízu, angreštu, maliníku apod.) je lepší počkat až do května. Nové stromky a keře vysazujeme nejlépe během března.

Do záhonů, kde máte mulčovací kůru, je ji na jaře potřeba dosypat. Mulčovací kůra udržuje vláhu a zabraňuje růstu plevelu.

Jakmile pomine riziko mrazíků, začneme s přípravou záhonů na zeleninu. Sazenice si můžete předpěstovat doma (např. papriky, rajčata, okurky, dýně).

Tak rychle do toho, zahrada volá.



Barbora Brodová, PS4B

Zdroje:

[10 tipů jak připravit zahradu na jaro | KaposGreen](#)
[Jak připravit zahradu na jaro \(2024\) | Mountfield.cz](#)
<https://pxhere.com/cs/photo/840325>

Jak přežít jarní úklid

Zatímco ptáci cvrlikají, květiny kvetou a slunce nás obklopuje svým hřejivým objetím, nad našimi hlavami se jako temný mrak rýsuje jedna věc: obávaný jarní úklid. Ach ano, ten každoroční rituál, kdy se vydáváme na cestu, abychom očistili své domovy od nepořádku, špíny a všech důkazů lenosti, které se nahromadily během zimy. Ale nebojte se, milí čtenáři, protože jsem tu, abych vás provedla tímto herkulovským úkolem s vtipem a moudrostí ostříleného uklízeče (nebo alespoň někoho, kdo ví, jak na Googlu hledat tipy na úklid).

V první řadě uznejme absurditu pojmu „jarní úklid“. Jako by pouhá změna ročních období náhle spustila kolektivní touhu vydrhnout každý kout a skulinu našich domovů s vervou čistoty posedlého maniaka. Protože nic neříká „jaro“ víc než trávit hodiny bojováním s prachovými zajičky pod postelí.

Než se po hlavě ponoříte do propasti své zaneřádné skříně, zamyslete se nad ironií jarního úklidu v době konzumu. Žijeme ve společnosti, kde jsme neustále bombardováni reklamami, které nás lákají ke koupi dalších věcí, které nepotřebujeme, abychom se otočili a strávili celý víkend snahou zbavit se těchto věcí, protože nám to zaplňuje životní prostor. Je to jako nějaká zvrácená hra.

Ale nebojte se, protože uprostřed chaosu je naděje. Vyzbrojeni pytli na odpadky, čisticími prostředky a zdravou dávkou sarkasmu můžeme proplouvat zrádnými vodami jarního úklidu s grácií (nebo alespoň s trochou zdravého rozumu).



Krok jedna: popření. Předstírejte, že nevidíte tu tyčící se hromadu nevyžádané pošty na kuchyňské lince nebo prach, který se hromadí na Vašich knihovnách. Říká se tomu selektivní slepota a je to mechanismus přežití moderního člověka, který se snaží zvládnout jarní úklid, aniž by se nervově zhroutil.

Krok druhý: prokrastinace. Jistě, do úklidu byste se mohli pustit hned, ale proč neotálet o něco déle? Koneckonců, nic se nevyrovná adrenalinu nechat vše na poslední chvíli a pak se zběsile snažit uklidit celý dům za jeden den.



Krok třetí: vyjednávání. Dohodněte se sami se sebou. Pokud uklidíte koupelnu, můžete se odměnit maratonek sledování Vašich oblíbených seriálů na Netflixu. Pokud se vypořádáte s horou prádla, můžete si dopřát půllitr zmrzliny. Vše je o nalezení správné rovnováhy mezi produktivitou a prokrastinací.

Krok čtyři: přijetí. Přijměte chaos. Přijměte skutečnost, že Váš domov nikdy nebude hodný časopisu, bez ohledu na to, kolik nástěnek na pinterestu vytvoříte nebo kolik knih Marie Kondo přečtete. Klíčem je najít v procesu radost, i když ta radost přichází v podobě objevení dávno ztracené ponožky pod gaučem.

Tak to máte, milí čtenáři. Jarní úklid je možná herkulovský úkol, ale s odhodláním a trochou naděje z něj můžete vyjít jako vítězové. A kdo ví, třeba příští rok tu skříň zkázy konečně pokoříte. Ale nepředbíhejme. Koneckonců, vždyť další jaro je ještě daleko.

Barbora Kadlecová, AZ2

Zdroje:

<https://pxhere.com/cs/photo/976180>

<https://pxhere.com/cs/photo/1622679>

Aprílové počasí

Ráno vstávám, slunce září,
copak píšou v kalendáři?
Ale náhle z nebe lijí,
tohle aprílové počasí je.

Bez mráček je v poledne,
snad člověk nezmokne.
Ono se zase vyčasí,
to je to aprílové počasí.

K večeru už padá sníh,
zebe zima na dlaních.
Ráno zase slunce září,
je přece apríl v kalendáři.

Tomáš Mališ, PS3B

Apríl – jeho historie

1. duben neboli apríl je jedním z nejoblíbenějších svátků v mnoha zemích po celém světě, i když není oficiálně v žádném kalendáři. V každé zemi má ale trochu jinou tradici a trochu jiný původ. Většina z nás si vzpomene, že tento svátek je o kanadských žertících, takže v tento den doporučujeme nikomu moc nevěřit.

V jiných zemích má apríl mnoho pojmenování. V anglosaských zemích se mu říká Den všech bláznů, ve Francii zase Aprílová ryba, děti vystřihují rybičky z papíru a lepí je na záda ostatním, kteří chodí po ulici a nemají tušení, proč si na ně lidé ukazují.

Jak ale apríl vznikl u nás a proč si děláme legraci z ostatních? Evropané slaví apríl už od středověku, ale mimo Evropu se svátek objevil už roky před Kristem. Poprvé se apríl objevil v roce 536 před naším letopočtem v Íránu, jeho autorem měl být někdo známý pod jménem Sizdah Bedar. Íránci slaví apríl třináctý den prvního měsíce roku íránského kalendáře, u nás toto datum připadá na 1. dubna.

V Anglii vznikl den žertů ve 14. století na základě příběhu z Canterburyjských povídek. V nich liška napálí pyšného kohouta, a to třicátý druhý den od března. Kvůli vtípnému příběhu se v tento den vítal příchod jara a tepla a součástí oslav se staly žertíky podobné těm, které liška provedla kohoutovi.

Na našem území pochází první zmínka z roku 1690. Zaznamenal ji ve svém zápisu Bartoloměj Chrystellia z Prahy, ale tehdy ještě nešlo o jednoduché slovní vtípky, jaké známe dnes. Lidé si totiž dříve prováděli komplikovanější žerty. Příbuzní se posílali pro neexistující předměty, třeba bubliny do libely nebo mezery do žebříku. Ale jsou známé i případy, kdy si šel člověk k sousedovi půjčit komáří sádlo nebo zaječí peří. Ke konci 18. století se zmínky o aprílu začaly šířit a objevovat častěji. Lidé se už na žerty nenachytali a už neplnili nesmyslné úkoly. Proto máme apríl takový, jak ho známe dnes. Přátele nachytáme jednoduchou lží, kterou jim vyrazíme dech, abychom jim poté oznámili, že to byla jen legrace.

V kalendáři je označený tehdy, když si ho tam sami napíšeme, protože ho oficiálně nepřijala žádná vláda.

Zuzana Stuchlíková, LA3

Zdroje:

<https://www.onlyu.cz/aktualne/april-den-zertiku-ma-delsi-tradici-nez-si-myslite-1-dubna-skadlime-sve-blizke-uz-od-stredoveku/>

Pálení čarodějnic

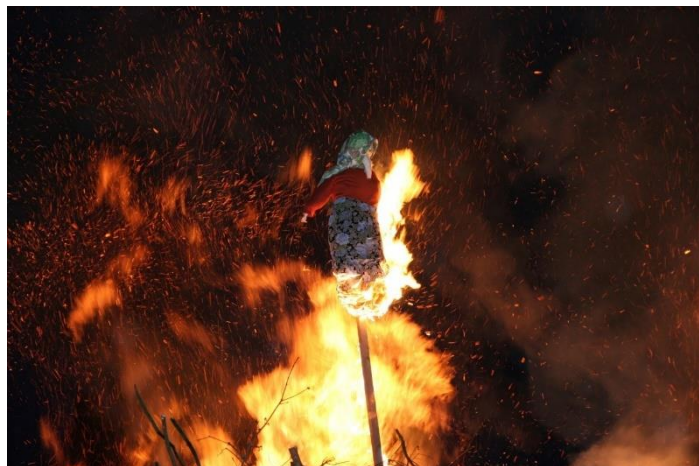
Pálení čarodějnic, filipojakubská noc nebo také Valpružina noc, to jsou označení pro lidový zvyk spojený s pálením ohňů a vírou v čarodějnice, který se slaví v noci z 30. dubna na 1. května. Víte ale, jaká je jeho historie?

Tento zvyk vychází z gaeltského svátku Beltain, kde *bel* – by mělo představovat „jasný, zářící“ a – *tain* „oheň“. Tento svátek se slavil v předvečer 1. května a byl spojován s vyháněním dobytka na pastvu a zapalováním ohňů. K pálení se používaly velké svazky slámy a slamění panáci. Nejdříve byly uhašeny všechny krby a ohně, poté byl rozdělán *teine éigen*, tedy „živý oheň“, rozžehnutý pomocí dvou dřívěk, a jím byly zapáleny dva ohně, mezi kterými byl provázen dobytek, aby byl ochráněn před dobytčím morem a jinými chorobami. Lidé pak mezi ohni procházeli pro přivolání štěstí či vyléčení neplodnosti. Ženy měly také ve zvyku oblékat se v tento den do bílého oblečení a na hlavu si pokládaly věnce z kvítí. Dávaly tak mužům najevo, že jsou připraveny na lásku i přesto, že se v tento den nedoporučovalo uzavírat sňatky.

Tento den byl spojován také s čarodějnicemi a dalšími nadpřirozenými bytostmi, které lidem měly krást jídlo.

V dnešní době se v tento den slaví pálení čarodějnic především v Nizozemsku, Německu, Švédsku, Česku a některých dalších evropských zemích, v každé zemi se přitom slaví trochu odlišně.

V Česku stavíme hranice či májky, na kterých se v podvečer 1. května upálí „čarodějnice“. Starší lidé mají také ve zvyku si před práh položit drn s mnoha stébly nebo větvičku s trny. Jinak je u nás pálení čarodějnic velmi podobné svátku Beltain.



Adéla Urbánková, LA3

Zdroje:

<https://primanapady.cz/clanek-160236-vite-co-je-to-beltain-a-kdy-se-slavi>

<https://cs.wikipedia.org/wiki/Beltain>

<https://stips.cz/ceske-tradice-paleni-carodejnic>

<https://pxhere.com/cs/photo/993254>

Tajemství hibernace: Jak zvířata přežívají zimu

Zima je obdobím klidu, ale pro mnohá zvířata znamená skutečný boj o přežití. Některá z nich mají jedinečný způsob, jak se s touto výzvou vypořádat, a tím je hibernace. Hibernace je přírodním fenoménem, který umožňuje zvířatům přežít chladné zimní měsíce pomocí snížení metabolických procesů.

Co to vlastně hibernace je? Je to stav, kdy u zvířat dojde ke snížení tělesné teploty, tepu a dýchání. V tomto období zvíře prožívá hluboký spánek, kdy se během něj skoro všechny životní funkce zastaví. Tak zvířata šetří energii a minimalizují potřebu jíst.

Kdo hibernuje? Nejčastěji hibernují zvířata, jako jsou medvědi, veverky, netopýři. U některých zvířat ale dochází k přestávkám, jednoduše se během hibernace probudí, vykonají, co potřebují, a pak usnou opět hlubokým spánkem. Jak se ale zvířata připravují

na hibernaci? Zvíře si předčasně začne shromažďovat dostatečné množství tuků v těle, ze kterých bere energii po celou dobu hibernace. Menší zvířata si hledají i takticky chráněné místo, kde budou skrytí před predátory.

Jak hibernace funguje? Zvířatům může během hibernace tělesná teplota spadnout až na teploty pár stupňů nad bodem mrazu. Tento extrémní stav napomáhá šetřit energii a minimalizuje potřebu kyslíku. Srdeční frekvence i dýchání se sníží na minimum. Benefity hibernace jsou v tom, že zvíře je schopno přežít v extrémních podmínkách, v době nedostatku potravy nebo při nízkých teplotách.

Globální oteplování ale hibernaci ztěžuje, jelikož s rostoucí teplotou se hibernace u zvířat nedostavuje. Pokud nastane nečekaná zima, zvíře potřebuje hibernovat, ale již není schopno nasbírat si dostatečné tukové zásoby z potravy. V tomto případě se šance na úspěšnou hibernaci hodně snižují.

Kateřina Špačková, PS4B

Zdroje:

[Hibernace – Wikipedie \(wikipedia.org\)](https://cs.wikipedia.org)

[Hibernace aneb Jen tak v klidu zaspat zimu – Blog | Zelená Domácnost \(zelenadomacnost.com\)](https://zelenadomacnost.com)



Milé čtenářky, milí čtenáři,

přejeme Vám krásné prožití velikonočních svátků, hodně zdraví, štěstí a jarní pohody.

Vaše redakce