

RADY - PORADY

RELAXAČNÍ KOUPEL



Celý rok chodíme do práce, staráme se o své partnery a děti, neustále nakupujeme a vymýšlíme, co udělat k večeru. K tomu ještě úklid domácnosti. Stres na nás útočí na každém kroku. V této rubrice vám proto přinášíme zajímavou radu, jak alespoň na chvíli zmírnit napětí.

Zastavte se na chvíli! Udělejte si pohodlí a odpočivejte. Jak? Třeba díky relaxační koupeli,

kterou připravíte pomocí šumivé bomby do vody. Máme pro vás jednoduchý návod na její výrobu.

Sypké suroviny: 100 g jedlé sody, 50 g kyseliny citronové, 2 lžice hrubé koupelové soli, 5 lžic jemné koupelové soli.

Tekuté suroviny: 2 lžice vody, 3 lžice olivového oleje.

Smícháme všechny sypké suroviny a postupně po malých dávkách přidáváme tekuté suroviny. Až bude směs smíchána a v ruce lehce tvarovatelná, můžeme plnit do silikonových, nerezových či plastových formiček. Po vytvarování vyklopíme a necháme vyschnout. Na dno formiček, nebo rovnou do směsi můžete přidat éterický olej nebo sušené květiny dle vašeho výběru. Druhý den by již měly být bomby připraveny pouze k hození do teplé lázně. Výhodou tohoto výrobku je originalita, rychlost a jednoduchost. Poslouží také jako skvělý netradiční dárek.

Přejeme příjemnou relaxační koupel.

Jitka Pokorná, UOV



10/2017

Pondělí 6. března

15 Kč

týden

www.znoj-tyden.cz



O čtvrtfinálové sérii
mezi Orly a Klagenfurtem
čtěte na str. 14 a 16



ZNOJEMSKÝ

10/2017

Pondělí 6. března

15 Kč

týden

www.znoj-tyden.cz



O čtvrtfinálové sérii
mezi Orly a Klagenfurtem
čtete na str. 14 a 16

Znojenský TÝDEN

www.znoj-tyden.cz

Experiment se zdařil



ZNOJMO (be). Hodina vaření na základní škole patřila vždy k těm nejoblíbenějším. Nejen, že se tu člověk, jak se lidově říká, „nadalábl“, ale většinou se tu i něčemu přiučil a mohl se tím pochlubit třeba svým rodičům. Proto je jen dobře, že se hodiny vaření opět vrátily do škol, a na Pražské to ještě výsperkovali tím, že si mezi své žáky sedmých a osmých ročníků pozvali do hodiny budoucí kuchaře, číšníky a hoteliery, studenty z Přímkvy. Spojení obého je z pohledu pedagogů velmi příznivé. Žáci od žáků přijmou rady možná lépe než od dospělých, školáci pak také uvidí, co se dá na střední škole naučit a že už v patnácti lze třeba napéct výborný de-

zert nebo udělat dokonce celý oběd a naopak studenti ze střední školy se naučí jak vysvětlit mladším možná „budoucím kolegům“ jak se ta či ona dobrota vaří či připravuje. „Připravili jsme si pro děcka hned tři recepty. Ten první byla kuřecí rolka plněná šunkou a hráškem s bramborovou kaší. Do toho se použili hlavně kluci. A na holky obvykle zbylo pečení muffinů nebo výroba tiramisu,“ popisuje student Milan Volf, co se muselo během hodiny a půl stihnout v krásně vybavené kuchyni školy na Pražské.

„Brambory umím, ty už jsem doma dělal několikrát,“ zaznělo z úst jednoho ze sedmáků. Jiný se zase potýkal s cibulkou, kterou podle svých

slov ještě nikdy nekrájel. O to větší dobrodružství to pak bylo. A pokud jde o zpracování kuřecího masa a výrobu náplně do něj, do toho se kluci pustili s vervou a za chvíli už to vonělo po celé kuchyni. Z druhé strany jim sekundovala děvčata, která pod vedením Natálky a dalších děvčat z Přímkvy, zvládla hravě těsto na muffiny a hned poté vytvořila i skvělý krém, kterým pak pečené dortíčky vyzdobila. V dalším koutě zase voněla čerstvě uvařená káva.

„Ne, nepozvali jsme děcka do kavárny, ale sami si zkusili, jak se dělá to pravé italské tiramisu. Bylo vidět, že někteří vejce rozbíjeli poprvé v životě, jiní zase asi doma trochu pomáhají. Nakonec se to ale všem

povedlo a u stolu pak mlaskali,“ potvrdil Milan, který se ujal těžkého úkolu popsat děvčatům, jak tiramisu správně udělat.

Jak už jsme naznačili výše, vše co bylo vyrobeno, bylo na konci hodiny také do poslední kapičky vyližáno a snědno. Studenti z Přímkvy odcházeli s příslibem, že příští rok přijdou zase a v hlavách sedmáků a osmáků teď může pomalu klíčit semínko, které v konečném důsledku může pro mnohé z nich vyklíčit v učební obor kuchař číšník nebo hotelnictví turismus. Obojímu se na Přímkvě daří a šikovných lidiček tu není nikdy dost. Škola je přívítá s otevřenou náručí, vždyť je to skoro vedle.

FOTO: be

ZNOJEMSKÝ

10/2017

Pondělí 6. března

15 Kč

týden

www.znoj-tyden.cz



O čtvrtfinálové sérii
mezi Orly a Klagenfurtem
čtete na str. 14 a 16

www.znoj-tyden.cz

Znojenský TÝDEN

Jan Motáček vyměnil Přímětickou na týden za vysokou školu

ZNOJMO (kk). Jak vypadá život studentů na vysoké škole? To si v minulých dnech vyzkoušel středoškolák Jan Motáček ze znojenské Přímky. Honza zde studuje obor Sociální činnost a příští rok ho čeká maturita.

Při brouzdání po internetu narazil na zajímavý projekt, který ho okamžitě nadchnul. Pražská soukromá vysoká škola Cevro Institut totiž pořádala již sedmý ročník oblíbené akce „Na týden vysokoškolákem“. Projekt je v první řadě určen pro studenty středních škol. Účastníci si mohou vyzkoušet vysokoškolský styl výuky, absolvovat vybrané přednášky a semináře z oblasti práva, ekonomie, politologie či mezinárodních vztahů. Setkají se také s řadou špičkových vyučuj-



cích. Letošní ročník se konal od 20. do 24. února. Zúčastnilo se ho celkem jednadvačist studentů středních škol z celé České republiky.

„Projekt mě okamžitě zaujal. Zjistil jsem si potřebné informace a podal přihlášku. Zařadit jsem si musel také ubytování a stravování. Jsem moc rád, že mi ředitel školy Mgr. Libor Hanzal vyšel vstříc a na týden mě uvolnil z výuky. Cílem tohoto projektu bylo nejen seznámit nás se systémem výuky na vysoké škole, ale také možnost získat certifikát o absolvování tohoto kurzu. Předpokladem k jeho získání byla účast na minimálně dvanácti seminářích nebo přednáškách. Museli jsme také napsat závěrečnou esej na předem stanovená témata. Já jsem si vybral právníckou oblast. Konkrétně rozvod a mimomanželské vyrovnání. Certifikát jsem úspěšně získal. Život vysokoškolského studenta jsem si náležitě užil,“ uvedl Jan Motáček.

A co se mu líbilo nejvíce? „Z před-

nášek mě asi nejvíce zaujaly politické systémy, správní právo, hospodářská politika a makroekonomická analýza. Ze známých osobností nám přednášel třeba RNDr. Alexandr Vondra nebo bývalý předseda vlády ČR RNDr. Petr Nečas. Popovídali jsme si se členy akademické obce i zaměstnanci školy. Ve volném čase jsem při procházkách Prahou navštívil několik kulturních památek. Pobyt zde byl skutečně inspirativní,“ zhodnotil projekt Jan Motáček.

