

POP FESTIVAL LÉTO 2014

Čím víc lajků, tím víc je svět barevněj
Reportáž • To se mi líbí, proto to tady je...
Naše společné aktivity • Rozhovor

Anketa



Úvodník

Milí čtenáři, po čtyřleté odmlce Vám přinášíme nové číslo časopisu Polárník, který by měl nyní vycházet co půl roku.

Moje spolužačka z vysoké školy říká, že každá prezentace by měla mít úvodní a závěrečný BANG! Což lze chápat jako nějaký „zásah do čtenářů“, zaujetí čtenáře na začátku a vyvrcholení, ukončení na závěr.

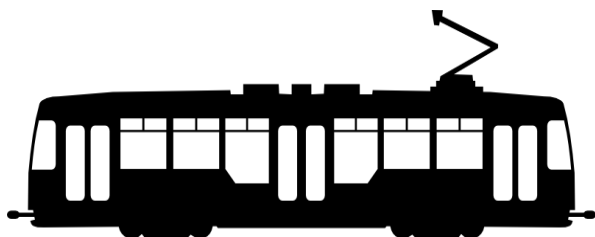
BANG BANG: „Čeština opět zvítězila“! Začínáme článkem o lajkování. Nevíte co to je? Zajímá vás, co momentálně lajkují členové svépomocné skupiny Polárník? Přečtěte si článek „*To se mi líbí, tak proto to tady je*“.



Následuje anketa k 63. Loutkářské Chrudimi, zpráva o našich jarních aktivitách, najdete zde i rozhovor o Lázních Jeseník, reportáž z MFF v Karlových Varech, báseň od Věry,...

BANG BANG: Čekáte, co přijde na závěr? Čtěte dál...

IŠ



Obsah

Co mě těší

To se mi líbí, proto to tady je...

Anketa 63. Loutkářská Chrudim

Naše společné aktivity

Rozhovor s Pavlou

Báseň od Věry

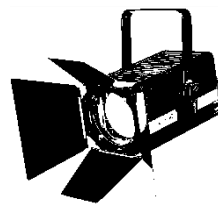
7 dní ve Varech

Básničky

Velikonoční neděle

Čím víc lajků, tím víc je svět barevnější

Co mě těší?



Těší mě, když se vrátím do mladistvých let. Pustím si na počítači jízdu tramvají po Praze a vrátím se do studentských let.

Těší mě, když se vrátím do raných dospěláckých let. Pustím si na notebooku fotky z diskotéky a k tomu hudbu na sluchátka. Vráťím se tak do druhé poloviny svých dvacátých let. Jsem tak s partou večer v Baraka baru.

Těší mě, když si vzpomenu na Karla a polárníkovou partu, se kterou jsem hrál kulečnick v Stromovka baru.

Těší mě, že se mohu v současnosti scházet s Hankou na „mecheche“ v Gaetannu nebo na Káče.

Těší mě, že mohu občas v zimě jet na ples seniorů a zatancovat si.

Ale občas mě rozčiluje mé zhoršené zdraví, ku... se.. mě to!

LF

To se mi líbí, proto to tady je...

Nedávno jsem v jednom ženském periodiku četla článek o závislosti na facebooku, konkrétněji na jakémsi lajkování. Facebook nevlastním, takže nevím, co lajkovat v praxi znamená, nikdy jsem to nezkoušela, ale slovo **lajkovat** se mi líbí. Mám z něho pocit, že jsme hezky česky zase zvítězili.

*Co slovo lajkovat znamená? Označovat nějakou fotografii či status jako **líbí se mi**, právě na facebooku. A je spojením anglických slov **like it**, čti lajk it, odtud lajkovat. Jeho symbolem je palec vztyčený vzhůru.*

Inspirovalo mě to, k tomu zeptat se ostatních, čemu by oni právě teď dali svůj palec?

Pavla momentálně ujíždí na spaní. Jaké lůžkoviny by si doporučila? **Domácí postel je domácí postel**, jak mám změněný léky, tak bych teď pořád spala.

Jak vypadá tvoje domácí postel? Jsi ji viděla ne? Prošívaná deka, středně silná a tak. **Dobrou noc.**



Citáty od Blanky:

Je těžké najít správnou cestu, ale když budeš kráčet po té nesprávné, budou tě bolet nejen nohy ale i srdce...(facebook: Citáty a různé jiné pro útěchu a pobavení)



Mnohdy nás život zasněží, mrzne v nás, až praští a člověku nezbývá, nežli to prostě vydržet a vlastním dechem zahřívát svou naději. Délku svých vnitřních, osobních zim neznáme. I ony však jsou zákonitě nutné, abychom tak jako půda byli úrodnější a lepší. A po nich vždy přiběhne nové, veselé jaro (Anonym).

Nečekej na perfektní okamžik. Vezmi tento okamžik a udělej ho perfektní.

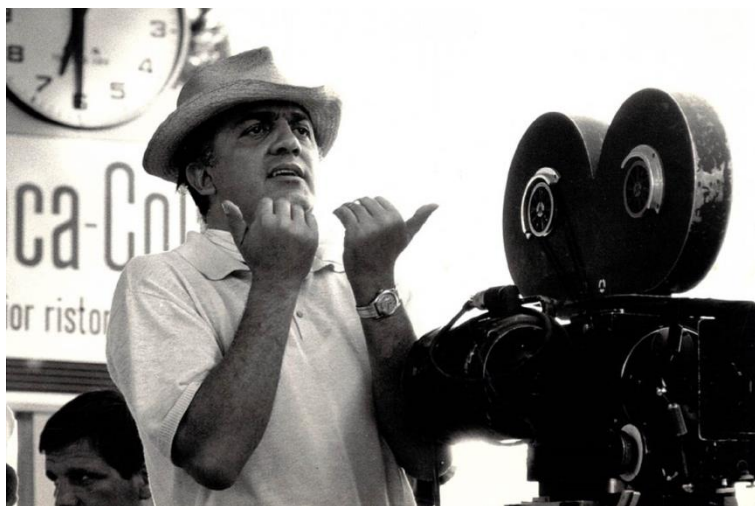
Smějete se mi, že jsem jiná? Já se směju vám, že jste všichni stejní.

(facebook: Motivační citáty)

Jestliže něčemu věnuješ pozornost, je to ta nejmocnější akce jakou můžeš udělat, protože tomu dáváš život. Všechno pomíjí, dovol tomu odejít. Najdi to, co přechodné není (Mooji).

Kdybich chtěl sdělit zprávu pro celý svět, řekl bych: „Nemějte starosti vůbec o nic“. Nemusíte někam chodit, abyste našli mír. Nemusíte jít do Indie, abyste našli mír. Protože je přesně tam, kde jste (Mooji).

Iva a její Marcello, Federico, Carlo, Luchino..



Poslední dobou mě přijde, že většina výtvorů naší kultury je tak zvláštních, divných, už ani ne tolik šokujících, ale hlavně těžko zařaditelných. Často mi to připadá jako plácnutí do prázdna. V souvislosti s tím se vždy vynoří dvě slova underground a surrealismus. Všechno je dneska buď surrealistické, nebo underground. Objevila jsem tak další segment tvorby minulosti. Není to u mě poprvé. Již předtím mě poznamenal swing R. A. Dvorský a pak O. Havelka a plnost jejich hudby. Páni Voskovec a Werich, na které mimo jiné chodila moje prababička, když za krize byla v Praze. Mně se na nich líbí hlavně nadčasovost.

Podobné zážitky jsem prožívala i u předscén Wericha a Horníčka, které jsem poslouchala na poprvé vícekrát **a i na počtvrté jsem tam našla další pointu. To dnes téměř nezažijete.** Objevila jsem tak díky panu Werichovi pana Horníčka. Letos v létě jsem díky panu Elio Petrovi objevila celou italskou kinematografii dvacátého století. Režiséry jako Carlo Ponti, Federico Fellini, Luchino Visconti, ale hlavně herce Marcella Mastroianniho. Pokaždé je jiný a pokaždé reálný a uvěřitelný. Středmost jeho hereckých gest je téměř geniální. Doporučuji každému filmy jako Vrah (L'assassino, 1961), Cizinec (Lo Straniero, 1967), Osm a půl (Otto e mezzo, 1963), Todo modo (1976), La dolce vita (1960), Taková jaká si (Così come sei, 1978)... Mastroianni natočil za svůj život okolo 128 filmů. Nejvíce mě na tom však baví to, že já „objevuji Ameriku“ a rodiče a ostatní v jejich věku, říkají „to je přece známý“.

Lajkování podle Jany

Čemu bych dala ve svém životě v poslední době známku „like“? Lákají mě přednášky o zdravé výživě. Inspirovala mě majitelka restaurace „Zdravíčko“, která se díky vegetariánství uzdravila z vážných nemocí. Možná vás nalákám taky, protože jsem zjistila, že to není jen zdravé, ale i dobré. **Takže moje ráno začíná rituálem** vařením bylinkového čaje. Poté následuje výběr nějaké obiloviny – oves, jáhly, rýže. Pro doplnění vápníku přidám řasy a dám vařit bez míchání vařečkou – pozor ani jednou se nesmí zamíchat, proto se nepřipaluje. Poté

posypu kašičku sezamem rozemletým, přidám klíčky vojtěšky alfa-alfa – mají plnohodnotné bílkoviny a dle libosti semínka, oříšky. A na závěr si dám nějaké ovoce nebo zeleninu. Zdá se, že je to zdlouhavý proces, ale pro mě už je to rutina. Na závěr bych vám ráda doporučila dobrý dezert – **jáhlovou kaši se zakysanou šlehačkou a lesním ovocem.**



Zde je recept pro 2 osoby – přece se chcete podělit:

160g jáhel, 600ml mléka, 40g cukru, 10g másla. Vaříme 15 minut, poté necháme ještě dojít pod pokličkou ještě 10 minut. Přidáme cukr a máslo. Dobrou chuť!

PŤ BP IŠ JŠ

SVĚPOMOCNÁ SKUPINA POLÁRNÍK při o. s. Péče o duševní zdraví – region Pardubice, středisko Chrudim

Jste duševně nemocný a máte zájem smysluplně trávit volný čas – povídat si, jezdit na výlety, chodit na kulturní akce, sportovat atp. Přijďte v červenci a srpnu 2015 mezi nás.

V případě zájmu nás kontaktujte.

KONATAKTNÍ OSOBA: IVA ŠUSTROVÁ, email: polarnici@email.cz, mobil: 737733829, www.polarnik.webnode.cz

LOUTKÁŘSKÁ CHRUDIM ^{anketa}

Letos jsme navštívili už 63. Loutkářskou Chrudim, která se konala od 29. června do 6. července.

Otázky:

1. Jaké divadelní představení či pohádky se vám líbily?
2. A proč?
3. Který koncert se vám líbil nejvíce?
4. Co dle tebe ubylo od minulých let a myslíš, že je to velká škoda?
5. Jak hodnotíte 63. Loutkářskou Chrudim – například organizace, dostupnost představení.
6. Kolik ročníků Loutkářské Chrudimi si navštívil?
7. Jak se ti líbila 63. Loutkářská Chrudim jako celek?

Odpovědi:

- JANA:**
1. Tajný život – KALD DAMU – Praha
 2. Tématem byla láska a téma nemoci je mi blízké.
 3. Jitka Molavcová a Jiří Suchý.
 4. Myslím nic. Vlastně ano, chybí mi zdarma otevření Muzea loutkářských kultur.
 5. Oproti dvěma minulým rokům se mi líbil závěr v Klášterních zahradách.
 6. Myslím 3 roky. Koncerty jsem navštěvovala každý den.
 7. Povedená



TOMÁŠ: 1. Tajný život – KLAD DAMU – Praha

2. Bylo to romantické. A duševní svět postavy pacienta dobře znám. A líbilo se mi moc i prostředí Spolkového domu.

3. Koncert – Neslušné pohyby, vražedné rytmy.

4. Myslím, že to nebylo nebo je to něčím jiným nahrazené.

5. Je to na stejné úrovni.

6. Aktivně chodím poslední 3 roky a 4 roky předtím jsem loutkařům koukal pod pokličku.

7. Líbila se mi.

BLANKA: 1. Představení podle náhonu při zahájení Loutkářské Chrudimi, ale hlavně pohádka č. 2 s velkým drakem a kouřovými efekty.

2. Výtvarně a beze slov – zážitek vůbec nepokazil

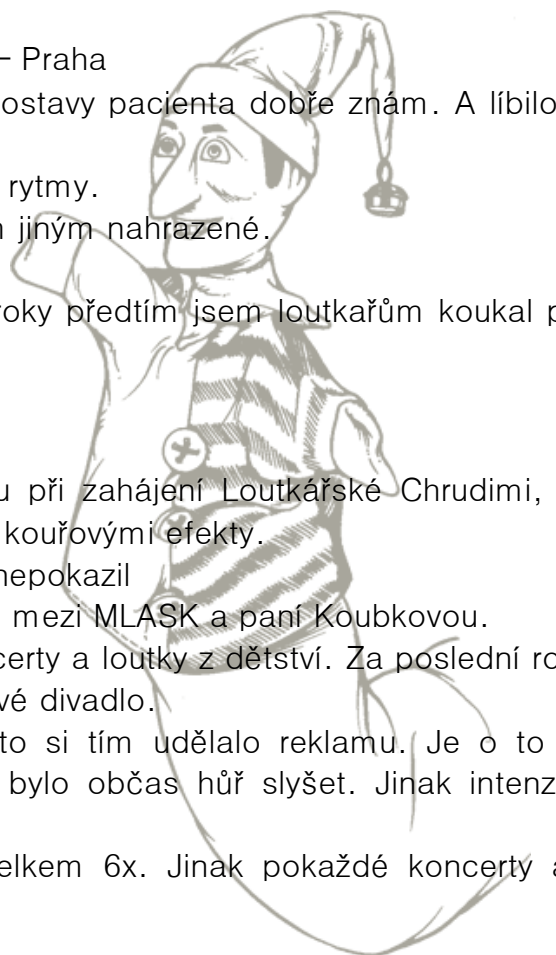
3. Koncerty jsou všechny nej. Ale váhám mezi MLASK a paní Koubkovou.

4. V minulých letech jsem znala jen koncerty a loutky z dětství. Za poslední roky, líbí se mi to, workshop – zahraj si loutkové divadlo.

5. Ani horší, ani lepší provedení. Město si tím udělalo reklamu. Je o to víc známé. U představení Kouzelná flétna bylo občas hůř slyšet. Jinak intenzivní zážitek byl ze všech představení.

6. S „klubákama“ a pokaždé, takže celkem 6x. Jinak pokaždé koncerty a v dětství loutková představení.

7. Velmi a vše.





ROMANA: 1. DS Kulíšek – pohádka o Gulliverovi a představení Kázání děvčátkům a slečnám – ZUŠ Jaromeř.

2. Bylo to výjimečné a atmosféru podtrhl prostor kryty Mubasa. Bylo pro mě zajímavé poznání, že Karkulka je známá francouzská pohádka, která byla motivem této hry. A nutilo mě to přemýšlet.

3. Samozřejmě Jitka Molavcová a Jiří Suchý. Na 100 %.

4. Zahájení průvodu Širokou ulicí s loutkami, jeden rok i s živým velbloudem. A někam se dětem zatoulaly chůvy. A chyběl mi volný vstup do muzea loutkařských kultur.

5. Změny jsou. Pro děti tu byl malý kolotoč a skákací gumový hrad. Organizace neustále i letos pokulhává, i když letos jsme o něco lepší. Chyběly mi obyčejné drobnosti – placky, čepice s emblémem LCH nebo třeba malé loutky kašpárků.

6. Sedm let aktivně navštěvuji LCH. Začala jsem chodit s dcerou a teď chodím s přáteli, několik let před tím jsem chodila okolo jak ten pešek.

7. Jako celek ano, líbilo. Bez loutkářského týdne by nezačaly dětem prázdniny a v Chrudimi nezačalo léto.

RL TH BP JŠ

Betlém

Do všedních dní roku 2014 jsme v lednu vpluli, ani nevíme jak. Hned 10. ledna naše první společné setkání v tomto novém roce bylo v klubu PDZ, kam za námi přišly dvě pracovnice z Regionálního muzea Chrudim nám předat „Pamětní list“. Získali jsme ho za účast v soutěži „Muzejní betlém“. Betlémové postavičky jsme mohli vyrobit z jakéhokoliv materiálu, který nás napadl. Chtěli jsme být originální a tak někoho napadl marcipán, druhého bonbóny. Nakonec jsme ale zvolili praktický papír a látky, které jsme spojili tavnou pistolí.

Každý, kdo se účastnil – mateřské, základní, střední školy – měl svůj originální nápad. Na výstavě jsme mohli obdivovat betlémy z keramiky, slámy a papíru. Ale ty naše postavičky byly pro nás stejně nej. Postavičky jsme se snažili vypracovat do nejmenších detailů. Nezvítězili jsme, ale hřál nás pocit, že jsme vyrobili něco hezkého, co potěšilo druhé lidi.



Foto: pamětního listu a našeho betlému

Vernisáž

Naší další zimní aktivitou byla návštěva vernisáží fotografií naší kamarádky. Navštívili jsme dvě: první pod názvem – *Východy a západy slunce*, druhou – *5 elementů života*. Nechybělo něco dobrého k zakousnutí a naši dušičku potěšilo i hudební vystoupení kytaristy–kamaráda a jednoho malého pěveckého souboru. A my jsme se snažili potěšit malým dárkem. Opravdu bylo na co se dívat, žasnout nad východem slunce a dalšími pěknými úlovkami přírody.



Foto: od autorky výstav

Zimní olympijské hry

Naší třetí aktivitu jsme nazvali „Zimní olympijské hry“. Ale nebyly to sporty zimní, ale spíše sporty sálové. Název jsme takový dali proto, že se převážně odehrávaly v zimě, ale končily až na jaře, když se tráva už zelenala a zlatý déšť kvetl.

První disciplína byl petanque, v kterém jsme soutěžili v parku – Klášterní zahrady 25. února 2014. Místo abychom po sobě házeli sněhové koule, jak se v těchto zimních měsících sluší, tak jsme se snažili dohodit kovové koule co nejbližší malé kuličce–košonku. Vítězem se v této kategorii stala dvojice – Tomáš a Romana.



Další aktivitou a disciplínou byl kulečník. Vítězný diplom za 1. místo si odnesla Iva.

Třetím sportem byly šipky. 23. 3. 2014 vyhrála tento turnaj Jana.

Další, předposlední disciplínou se stal bowling, který vyhrála v restauraci Stromovka Romča.



Nakonec jsme chtěli vyzkoušet hru hod na koš. 6. 4. 2014 jsme se sešli

venku za jarního slunečného počasí. Společnost nám navíc dělal malý pejsek Romany – Danda. Tentokrát se stal vítězem náš host – kamarádka Romany. Rozdělování diplomů jsme naplánovali na 3. 5. v naší oblíbené kavárně. Zde jsme se navíc odměnily jablkovým závinem se šlehačkou a kávičkou či dobrým čajem.

Procházka

V dubnu nás lákalo hezké počasí do přírody. A tak jsme se vydali 19. dubna na vycházku do lesů nad Slatiňany. Cílem byla opravená vyhlídková věžička Chlum, která byla tímto dnem opět otevřena pro veřejnost.



(foto: rajce.idnes.cz)

Film

Naše kamarádka, která vyznává katolickou víru, nás pozvala na přednášku s názvem „Srdce šampiona“. Viděli jsme nejdříve film a potom jsme diskutovali na toto téma.

Taneční soutěž

V sobotu 3. května jsme prožili krásné odpoledne a večer ve velkém sále chrudimského muzea, kde se konala soutěž – Plesové choreografie a párové tance. Byla to potěcha pro oči i uši. Potěšili jsme se nádherou kostýmů a přesností tanečních kroků. A dodnes nám zní v uších hymna – „ještě si zatančím“.

RL JŠ

Lázně Jeseník

Rozhovor očima Pavli Ť.

Rozhovor s Pavlou Ť., o jejím lázeňském pobytu v Jeseníku vedly Jana, Iva a Blanka



Co bylo první, co Tě zaujalo v Lázních Jeseník?

Výhled z Priessnitzu na Hrubý Jeseník. Prý tam ty stromy před tím nebyly tak hodně vykácené. Bylo tam také hodně bagrů. Hezký byl i výjezd vláčkem. Nejvíce mě naštvalo, když jsem jela vláčkem po Jeseníku a došla mi karta ve foťáku. Dobré byly i kulturní akce...které byly každý pátek i častěj...

Jaký byl personál?

Úplně v pohodě, bez problému. I když jedna sestra by měla být spíše pacientkou než sestrou, takhle roztržitá...někam mi založila kartu a pak mi tvrdila, že sem jí ji ještě nedala. Byla hrozný plašan. Poslala mě do kabiny číslo 3 a pak mě hledala v kabině číslo 5.

Jaké jsi měla spolupacienty?

Lázeňská madam, klobouček, těstoviny fuj, brambory fuj, ať bylo, co bylo, vždycky k tomu měla odpor. Měla tři kloboučky. Jeden do terénu, jeden proti slunci...bylo jí 83. Pak byly další, paní co na mě chtěla číslo na ministra zdravotnictví, protože pila a chtěla si stěžovat, že jí chtějí vyhodit z lázní, mimochodem měla pohledávku i na trafice. Jedna co mluvila pořád spisovně.

Jaká terapie byla nejnáročnější?

Skupina.

Jaká terapie byla nejvíce příjemná?

Perlička a masáž...

Kam by se měl jít podívat/ co by neměl vynechat člověk, který se chystá do Lázní Jeseník?

Balneo park a udělat si výšlap k pramenům do lesa.

Jaké mají v Lázních Jeseník terapie?

Dechová cvičení, vycházky, parafin, koupele, řízená terénní chůze, vířivka, masáže, relaxační cvičení, elektrospánek...



Jak se v lázních bydlí?

Bydlela jsem v „bílém kříži“ měla jsem pokoj s šikmou podlahou. Jsou tam dvoulůžkové pokoje a společné sprchy. Na patře je deset pokojů a dvě sprchy.

Co jídlo?

Výběr z pěti jídel, vaří tam v celku dobře. Mají i vegetariánská jídla.

Děkujeme za rozhovor a informace. PŤ JŠ IŠ BP (foto: PŤ)

VELIKONOCE:

Postní neděle před Velikonocemi – Svatý týden – Hod boží Velikonoční – Pondělí velikonoční – Dívčí úterý či neděle zvaná PROVODNÁ – Velikonoce...

První postní neděle zvaná PUČÁLKA: Doba předjaří, pučení a rašení. Pučálka je pokrm z napučeného hrachu. V této době měli předkové málo jídla a tak si vypomáhali rychlením a rašením rostlin: potrawy. V církevních kruzích se cituje NEDĚLE ČERNÁ, odvozeno od černých šatů a šátků, které ženy nosily na znamení smutku z postní újmy. Jinde se říkalo LIŠČÍ NEDĚLE – zvyk, kdy maminky pekly preclíčky, svazovaly je proutkem a pak jako tajný dárek rozvěšovaly na stromy v zahradě s tím, že jim je tam nadělila liška.



Druhá postní neděle PRAŽNÁ: Název odvozen opět od pokrmu, zvaném pražmo. Základ napučená, opražená a ochucená zrna obilí.

Třetí postní neděle KÝCHAVNÁ: je spjata se zdravím, s prosbami o odvrácení nemocí, kterým kýchní předchází. Ještě dříve se jí také říkalo SAZOMETNÁ, odvozené od nutného předvelikonočního úklidu.



Čtvrtá postní neděle zvaná DRUŽEBNÁ: Jako družba, družička, družebnost. Dává se do souvislosti příštích svateb. Na DRUŽEBNOU NEDĚLI chodívali družbové zvat na budoucí svatbu. Jinde se mládež scházela k zábavě, k níž se připravovali koláče „družbovce“.

Touto družebnou nedělí se uzavírá méně známá část postního období. Proto jsem vás chtěla i s těmito postními nedělami seznámit. Dvě poslední postní neděle jsou více známé a trvají dodnes.

Pátá neděle se nazývá SMRTNÁ: Kdy svobodná děvčata zhotovila symbolickou figurínu v barvě bílé a černé, z obnošených šatů, prázdných vajec. Nazývala se SMRT, SMRTKA, SMRTHOLKA, MOŘENA, MORANA, MORENA. Vynášení smrti se v Čechách již nekoná, ale některé folklórní soubory či MŠ ho stále dodržují. Hotovu smrtku děvčata po obchůzce obce vynesla za ves, zapálila a vhodila do

tekoucí vody. Říkanky s tím související: *Smrt neseme ze vsi, nové léto do vsi. Smrt plove po vodě, nové léto k nám jde.*

U nás v Chrudimi již několik let tento zvyk dodržuje soubor Klíček a Kuřátka. Morenu donesou na most v parku Střelnice a vhodí ji do tekoucí řeky Chrudimky. U nás se Morena nezapaluje. Na Trutnovsku vynášejí smrt dodnes. A vynášejí hned dvě figuríny, SMRTKU a SMRŤÁKA a za vsí je zapálí a hodí do řeky Úpy.



Šestá postní neděle se jmenuje KVĚTNÁ, někdy také PALMOVÁ: Hlavním tématem je vjezd Krista do Jeruzaléma na oslátku. U nás se proutky jívý s rozkvetlými kočičkami a v Palestině palmy nosily k posvěcení a doma se zavěšovali ke kříži či svatým obrázkům. Na rozdíl od jiných postních nedělí je KVĚTNÁ svázaná s náboženskou tematikou.

Po KVĚTNÉ NEDĚLI následoval: SVATÝ TÝDEN. Čtou se soubory příběhů obsažených v pašijích, nejčastěji citované pašije MATOUŠOVI. Pašije – odvozeno z latiny, jako UTRPENÍ.

HOD BOŽÍ VELIKONOČNÍ: Z pohledu zvyků není tak zajímavý. Pokojný den, dopoledne bohoslužba, v poledne masitý oběd. Piškotový beránek dříve pokrm, dnes je spíše součástí výzdoby interiéru. Okna musela být nazdobena do sobotního večera, hlavně tam, kde šel O VZKŘÍŠENÍ kolem domu průvod. Co se týče oblékání, brali si na sebe něco nového, důležitá byla i barva, červená. Dodnes se takovému oblečení říká BOŽIHODOVÉ.

PONDĚLÍ VELIKONOČNÍ: POMLAZENÍ – jarní veselí, koledníci s pomlázkou obcházeli dům od domu s veršovanými přáními, polévání vodou, šlehání zelenými proutky = POMLAZENÍ, oživit účinek vody, slunce. Odměnou – sladkosti, ale hlavně vejce, symbolizující život. Měla být plná a malovaná. Dodnes je i dívčí koleda, v úterý v minulosti, další neděli zvou PROVODNOU.

VELIKONOCE: Je samostatný blok zvyků mezi březnem a dubnem. Postní doba začíná POPELEČNÍ STŘEDOU dnem, po bujném masopustním úterý, přesněji jeho půlnocí (mezník mezi masopustem a půstem). Velikonoce jsou svátky pohyblivé. Podle měnícího se úplňku lze stanovit i oslavy jara.

RL

Básnička naší Věry

Moji milí Polárníci,
chtěla bych Vám něco říci,
že jste sluníčkem mě byli
v mé životní těžké chvíli.
Když tu ve špitále ležím
a po čerstvém vzduchu toužím.

Přivezli jste kvítí,
co mne na stolečku svítí.
Se srdíčkem na dlani a s úsměvem na
rtu
a teď zuby zatnu,
abych zase zdráva byla
a s Vámi se potěšila.

Dopis Věře

Rozhodli jsme se Ti napsat pár rýmů.
Abyses dobře měla a často
na nás v dobrém vzpomínala.
Přejeme ti krásné léto, jak má být,
Ať zas můžem na vánoce soutěžit.

Brzy čekáme tě na návštěvě
v Polárníku,
Ať nezameškáš ani chvíli.
Něco spolu vymyslíme,
Zasmějeme se, pobavíme.



Foto: Kdo najde Mela vyhrává...

Na začátku července, od čtvrtého do dvanáctého, se v Karlových Varech uskutečnil již **49. ročník** Mezinárodního filmového festivalu, jehož hlavní hvězdou byl **Mel Gibson**.

Pro mě osobně to byl spíše ročník plný objevů a krásných černobílých toulek s Marcellem Mastroianim a Vlastou Burianem. Musím se přiznat, že moc nových, v současnosti natočených filmů jsem letos neviděla, ale Mela ano.

Po dlouhé době jsem do Varů letos nejela sama, domluvila jsem se s kamarádkou, která je scénáristkou v ČT, a se kterou jsem byla na svém prvním ročníku

v roce 2005. Domluvily jsme se, že ona její sestra, bratr a kamarádi pojedou z Prahy **v pátek 4. 7.**, někdy během dopoledne, spíše poledne a že pojedou autem. Jela jsem tedy v pátek vlakem do Prahy, pak metrem k Vinohradskému divadlu, u kterého bydlí a pak autem do Březové a z Březové do Karlových Varů, ale to až později.



Cesta do Prahy proběhla bez komplikací, jela jsem na IN50, takže poměrně levně, pak metrem na Náměstí Míru...a odtud do již zmíněné Březové. Březová je na okraji Karlových Varů, je zde kemp. Několik podlouhlých domů v lesích, kde je jedna buňka, pokoj vedle druhé, ještě sprcha. Na níž je zvláštní, že se v ní nesmějí mít žádná jízdní kola, podle cedulky na dveřích. Z Březové jsme v pátek navečer přejeli do Varů, kde jsme si mysleli, že koupíme festival pas na sobotu až středu, ale bylo beznadějně vyprodáno a všude davy lidí. Nakonec jsme koupili třídenní od neděle do úterý. Zastavili jsme se na večeři a vyrazili do letního kina na velkého Mela. **A o půlnoci jsme se dočkali, přišla ochranka, Mel, tlumočnice, Marek Eben.** Mel se proběhl po pódiu, moje kamarádka prohlásila, že tam vběhl jak do sokola. Neúnavně přebíhal z jedné strany na druhou, usmíval se, udělal několik selfies s diváky a prohodil pár slov. Pak všichni zatleskali a za pět minut nebylo po Melovi ani stopy. Na Melovu počest se promítal film „Šílený Max“, kamarádka tvrdila, že koukneme jen na začátek a pojedeme. Nakonec nejen, že jsme viděli celý film, ale byli jsme ještě v Tesco, o půl druhé ráno.



Sobota vypadala oddechově, ale vstávala jsem už v sedm, neboť jsem chtěla lístky na neděli a také hrnek s logem festivalu. V posledních letech se na ně vždy stojí fronty, vozí je dvakrát denně, před osmou a pak ve dvě. Můžete si koupit jen dva, ale stojí to za to. Když pomínu emoční důvody, tak hrnek z porcelánu od Thuna, který je tenký, bílý, kvalitní, čtyřdecový za ty peníze,...kdo by odolal. Po nezbytných

nákupech jsem vyrazila do města na oběd a po obchodech. Odpoledne jsme zavítaly ještě do místních lázní, to bylo bájo. Je zde normální menší bazén na plavání a pak ještě bazének s různými tryskami, bublinkami a samostatná vířivka. Z lázní jsme se pak přesunuly do kina, odpoledne jsme sehnali lístky na film „Sixteen“.



K filmu Sixteen

Strhující zážitek, jak jsem již psala, jeden z mála současných filmů, které jsem letos viděla. Byl o chlapci, který byl dětským vojákem v Africe, tam ho adoptovala Evropská novinářka, která ho

přivezla do Evropy. Tento šestnáctiletý chlapec, zde chodí do školy a setkává se starostmi, které řeší jeho vrstevníci a jemu přijdou malicherné. Dostává se též do konfliktů, které vzhledem k tomu, že jako dítě bojoval se zbraní v ruce, řeší zbytečně agresivně a vznětlivě.

V neděli jsem již měla lístky, byla jsem na filmu „Sarki Soyleyen Kadınlar“ (Zpívající ženy), o rodině, která se odmítá evakuovat z ostrova, který bude zasažen zemětřesením a na kterém propukla záhadná nemoc, která postihuje velká zvířata především koně. Apokalyptický film, ve kterém byl podle mého daleko větší důraz kladen na vizualizaci, obraz, emoce, prožitky postav, než na dějovou linii. Filmová projekce probíhala až od devatenácti hodin, den jsem využila k dlouhé procházce a k návštěvě Karlovarských galerií, v jedné z nich měl výstavu například Jaroslav Róna.

Pondělí s magickým datem 7. 7. jsem již strávila plně filmově, tedy klasicky festivalově.

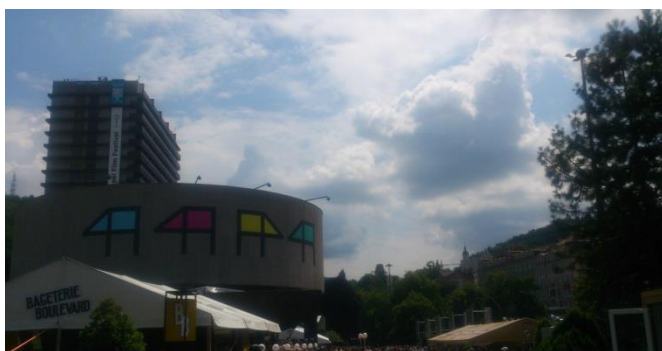


Foto: Bílý stan v popředí je bageterie

Ráno budíček v sedm, pak cesta k hotelu Thermal, fronta na lístky, pak návštěva bageterie, kam si chodím pro výborné latté, odtud do Městského divadla na film „L'assassino“ (Vrah), s nepřekonatelným Marcellem Mastroiannim. Po filmu lehká procházka a od 13 hodin opět sedím v Městském divadle na filmu „Milenky

starého kriminálního“, němý film s Vlastou Burianem, ke kterému zvuky a hudbu dělal živě tříčlenný orchestr. Nezapomenutelný zážitek, vše doporučuji, pokud byste měli někdy příležitost takovou projekci navštívit. Chci jen ještě upozornit, že součástí filmu, byla i reklama na jiný film, vypadající velice současně, musím říci, že současní tvůrci jsou opravdovými



Foto: ukázka z kavárny

„inovátory a modernisty“. Po nevšedním

zážitku jsem se ze tmy kinosálů

dostala konečně na sluníčko, vyrazila jsem na oběd, sedla jsem si na zahrádku jedné z restaurací. Večer o půl osmé jsem ještě vyrazila na film „Sto spítí“

(Doma) o tom jak rodina musí propustit dlouholetou služebnou, která je vlastně již její součástí a jaké strasti tak služebná prožívá, protože je s rodinou, ve které pracuje, již příliš spjatá a téměř zpřetrhala všechny svoje vazby



Foto: Odpoledne seděli před divadlem

mimo ni. Večer po filmu jsem zůstala ve městě, čekala jsem na holky, které měly večerní projekci. Daly jsme si pak steak před Thermálem a autobusem odjely zpět do kempu.

Osmého v úterý jsem vyrazila nejprve do kavárny „ovobaru“, kde mají dorty, chlebíčky, ovoce, dezerty, kávu, čaj, fresh, juice,...za normální ceny. Kavárna je de facto před Thermálem, takže „luxus“. Po poledni jsem pomalým krokem vyrazila směr Městské divadlo na italský film „**Todo Modo**“, v jehož obsazení nechyběl Marcello Mastroianni. Italské filmy nejen s Mastroiannim byly poctou režiséru Elio Petrimu (nar. 1929), který by se letos dožil pětadesáti. Zemřel však v pouhých padesáti třech letech.



Foto: Elio Petri na plakátě před Puppem

Jeho film „**Todo Modo**“, naráží na provázanost mezi italskou katolickou církví a vrcholnými politiky. Podle mého názoru velkou sebereflexí. Vznikl v roce 1976 a promítal se prakticky pouze tenkrát. Velice dobře zobrazuje chování politiků, potřebu člověka někam patřit a podle toho se i chovat, podléhat skupině, být konformní...Film má dvě hodiny a jeho závěry jsou mírně překvapivé, hlavně svým vizuálním zpracováním. Den jsem pak zakončila na filmu „**Ostře sledované vlaky**“. Když člověk jede na mezinárodní filmový festival, kde je většina filmů s titulky, tak velmi ocení, že si může užívat film a nemusí koukat pod



Foto: Festivalový ruch

plátno. Atmosféra v kinosále byla úžasná, dobře jsme se bavili. Jen mě pak po projekci překvapilo, když jsem byla na toaletě kolik lidí okolo dvaceti, dvaadvaceti vidělo tento film poprvé, nebo maximálně podruhé. Chvílema to bylo poznat i v kinosále, když člověk filmu znalý čeká na určité „hlášky“ a těší se a někdo vedle něj vybuchne a směje se na plné kolo a říká to je dobrý, ty jo. Tak nevypadá na to, že by ten film znal. Večer jsme opět byly jíst před Thermálem.

Ve středu jsme se už jen sbalila, koupila oplatky, prošla se s krosnou centrem Varů a žlutým autobusem odjela do Prahy a z ní vlakem do Chrudimi, kde mě ve čtvrtek čekaly povinnosti ve formě zápisu předmětů na další školní rok, respektive semestr. 49. ročník filmového festivalu v Karlových Varech byl osobitý, nezapomenutelný a úžasný, jako vždy. **Nikdy se nenabažím té zvláštní atmosféry.** Byl vlastně takovým klidem před bouří, kterou jubilejní padesátý ročník asi bude. IŠ

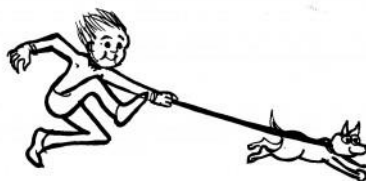
DEPRESE



Copak mi dnes zas přinese?
Polštář, deky..., co postel unese,
a hlavně mně a těžké deprese.
Tíhu rukou, v hlavě nic,
pod dekou mi není hic.

Právě naopak zimou se klepu,
Danoušek mi bere deku,
oči má už k breku.
Chce jít z fleku se mnou, „jejka“...ven,
A já nevím, jak z toho...ven,
Snad je to „JEN“ nepříjemný sen.

A tak se škrábu pomalu z pelíšku,
a ještě ustrojit, obojek, Danouškovi vodičku.
Stojíme ve dveřích, Danoušek vše prověří.
A míří se mnou do dvora a štěká na depku,
Ať jde ze mě...POTVORA!



RL

V údolí dávných zázraků
Díval se chlapec do mraků
Orel ten svobodný skal vládce
Dítě o létání a cestách bez aut zasnilo se krátce

Chlapec a orel

Ten malý zvědavce chtěl volnost a čistý vzduch pro všechny
Děti jak orli lézat mohou
Znaj kouzlo, chráněj ho pro dospělí – světlo pro nové dny

Ten rychlý a hrdý pták na kluka z výšky zhlédl
Upustil pířko proměny, navázal spojení a jeho kroky vedl

Tak stalo se toho dne, orli dostali dar řeči a promluvili a lidé lézat začali všude
A temné, smradlavé zdroje – rány země vybuchly, zlým navzdory
Vyslaly hlasité pozor, nebude tu život možný
A peníze jídlo nejsou, otroctví konzumu skončilo, čistá srdce se tvoří, starý orel se
usmál, sen chlapce a orla je skutečný

Orli a lidé přes moře cestují, světly svých očí na cestách si svítí
Světlo se vrátilo, barvami hýří, svět šťastné je bytí.

BP

Čím víc lajků, tím víc je svět barevnější

Mých lajků záležitostí je víc. Vždycky si říkám, že nadchnout se pro nové koníček nebo zážitek obarví to moje bytí novou barvou. Chci přidávat nové. Jako nedávno jóga. Lepší než posilka nebo žehlení. Tomu moc lajků nedávám neb mě to děsně prudí. Horko a nepoddajný materiál na oblíbený halence. To sdílí každá/y. Takže lajknou znovu lepší mysl, dech a postava. Zacílená na mocnej střed sebe sama. A co zrovna dělám, když tyhle řádky píšu? Mám uši napěchované hudbou. Konkrétně *The Jacksons*. **Hudbu vnímám celým tělem a celou svou duší.** Je to jako se ponořit do řeky a nechat ten proud splynout s rytmem svého srdce. Lajků u stylů je hodně. Jazz, swing, blues i hipp hop a funky. Nebo klasický rock, blues spolu dohromady. Blues mám ráda celý rok, nejen když padá na podzim listí. Miluju italský operní arie a muzikály. Jo a taky šansony. Letos od Szidi Tobias. Ať je zkrátka z minulých desetiletí nebo dnešní, já vybírám a lajkuju jak utržená ze řetězu. **Bez hudby nelze existovat.** Tedy pro mě. Zkuste to taky hudba je mantra, povzbuzení i očistná sprcha co spláchnou náos životní špíny z unaveného človíčka. Sdílím, sdílím a ještě jednou sdílím a lajkuju Matku Zem, naši čarokrásnou modrou planetu. To ona nám dává hřejivější paprsek, co tě ráno pošimrá na nose. A je to fakt hezký, ale mě musí spíš oslnit, abych se probrala z mého nočního kómatu. **Povím vám tajemství každodenního lajku pro šťastnější den.** Vidím totiž v každém stéble trávy malý zázrak. Ptáci zpívají. Nevím, co si povídají, ale všechny rostliny se díky nim cítějí líp a líp rostou a dávají lepší plody. Už jste někdy poděkovaly za jablko. Ne! Ono ale dělá pro naše těla super práci. Chcete upokojit svůj vnitřní chaos, vztek a neklid. Tak k těm veselým písním co nám píší. A my je bereme, jak máme. **Že jo vy tam!?** No když nejsou zrovna nutné, tak šumění větví je nádhera. Jenom vy a ten hladivý zvuk šššššíííííííííííí. V lese jsou zrovna houby. Ale je tam i ticho a to nejlepší co má příroda na skladě. **Stromy miluju, bytůstky krásné.** Jdu k tomu, co mě tak nějak vábí a obejmou ho. Pak mu dám lásku a poprosím o trochu energie. Víte, když může tak pomůže. V tomhle světě notebooků a televizí, kde vám lesy celého světa ukážou v 3D a bůhví jak ještě, nic nenahradí ten dotyk opravdové čisté přírody. Všichni mě znají jako **šutromila**. Jsou zhuštěné vědomé světlo zdroje a jejich tvary jako vše od hory až po tvoji levou nohu, jsou tvořeny posvátnou geometrií. Atd atd. Kdo nevěří, ať tam běží. Asi jste uhodly, že vše šamanské a spirituální mi není cizí. **Od mala jsem se ptala po tajemství bytí a zůstalo mi to.** Všechno od kamínku na cestě po hvězdu vzdálenou tisíce světelných let má jeden hypervědomý zázračný zdroj. My jsme tím. Jsme jedno. Náramný to je. Co lajkuju když jsem v pohodě. Je tanec. Rozproudu se krev a všechno tančí ve mě a kolem mě. Takže



muž, kterému hudba a tanec nic neříkají, asi projde kolem, ale já nezareaguju. Leda že by byl moc srdečný, chytrý a smál se i očima. **Nedávám lajk finančnímu riskování. Na co si nenašetřím, to si na dluh nekoupím.** Ne, ne převod půjčky, půjčky, půjčky, nechme, nechme na Yndy Jindy. To ne teda! Na závěr ty hlavní lajky mého života. Láska čistá nesobecká a všeobjímající. Rodina a přátelé. Lidi co potkáš, když jdeš nahoru a když jdeš dolů. I ty co ti ublížily a nejradši bys přešel na druhou stranu chodníka když je vidíš. Jsou to cenné lekce přinášející životní moudrost. A ta je k nezaplacení. Ne ta rozumová s poučkama, tak život nefunguje. Jde o moudrost srdce, situací, co například jedné dveře zavřou a druhý otevřou. **Změny, nebojme se jich.** Ale když mám něco nezpracovaný, neprocítěný tak udělat krok dopředu dá fušku. Stojí to za to. Může to znamenat něco skvělého.

A když ne tak prodejchat, oplakat a doufat, že až se bouře přežene, vstanu silnější než dřív. A nebát se říct si o pomoc. To je odvaha a ne srabáctví.

Máme své berličky. Sertralínky, Leponexíky a taky, když nejde spát čajíky nebo hypnotička. Co na závěr mám říct? **Dej lajk sám/a sobě.** Dej ho světu a lidem. A to sdílej nejen na facu.



▼ Hlavně v realu. I když i na netu se dá lajkovat smysluplně s správnějším a správnějším lidčkama. Někdo říká že nořas a mobil z nás udělá ovladatelný ovečky. Nemusí to tak bejt, **máme volbu**, co tam chceme dělat, s kým sdílet a lajkovat. To nám nevezme nikdo, protože to nedovolíme. Ani reklamní manažeři ani politici nebo jiný konzumenti mainstréemu a jeho rádoby výdobytku, kterej už si přece koupilo

tolik sousedů. No tak to sem já a můj lajk. Mnohobarevná řekla bych.

BP

REDAKCE ČASOPISU: IŠ, RL, PŤ, BP, JŠ, LF, TV

© Svépomocná skupina Polárník 2014/2015



POLÁRNÍK **POLÁRNÍK** **POLÁRNÍK**

SVÉPOMOČNÁ SKUPINA POLÁRNÍK při o. s. Péče o duševní zdraví – region Pardubice, středisko Chrudim
Klub Polárka – U Parku 828, Chrudim

KONATAKTNÍ OSOBA:
IVA ŠUSTROVÁ, email: polarnici@email.cz , mobil: 737733829
www.polarnik.webnode.cz

SVÉPOMOČNÁ SKUPINA POLÁRNÍK funguje a vznikla za podpory o. s. Péče o duševní zdraví – region Pardubice, středisko Chrudim. Děkujeme!