

FILMOVÝ FESTIVAL JIŽNÍ
8. ROČNÍK



**K
I
w
I**

č. 207



Jarmark

Pyžamový den

89  **19**

30 let od sametové revoluce

magazín



listopad 2024

SLOVO ŘEDITELE

Vážení čtenáři,

podzimní čas se nachýlil a s ním spojené akce ve škole, které mají trochu zlepšit náladu tmavých a mlhavých dní. Filmový festival pořádal Klub přátel školy. Skvělé filmy, prima dárky výhercům. Jarmark plný hezkých dárků a chutného občerstvení. Již nyní můžete přemýšlet o návrzích, za co utratit výdělek z akce.

A rozjíždějí se přípravy na Mikuláše, který opět zavítá do školy, a na Vánoční koncert, kterým dáváme vědět, že přijdou nejkrásnější svátky. S nimi se k nám zase začne vracet sluníčko! To jistě uvítají i naše nové dřeviny. Jistě jste si všimli, že žáci 5. - 8. ročníku sázeli podél běžecké dráhy chybějící túje. Tak na ně prosím dávejte pozor, ať pomohou zachytit prachové částice. Na zahradě se pak náhradou za pokácené suché nebo pádem hrozící stromy můžete setkat s novými dřevinami, které pomohli vybrat žáci volitelného pěstitelství. Jde o fíkovník, magnolii, trojpek, zmarilku, zelkovu a korejskou jedli. Ta bude brzy i vánočně vyzdobena. Tak snad jsme stromy a keře vysadili správně a z jara uvidíme květy a rašení nových větvíček.



Mgr. Bc. Daniel Kaiser

Přeji hezký prosinec, zážitky při nadcházejících akcích, skvělé šestnáctidenní prázdninové volno a bezproblémový vstup no nového roku 2025!

REDAKCE

4. I – Posekaná Eliška a Humplíková Evelína; 4. J – Mikula Jakub;

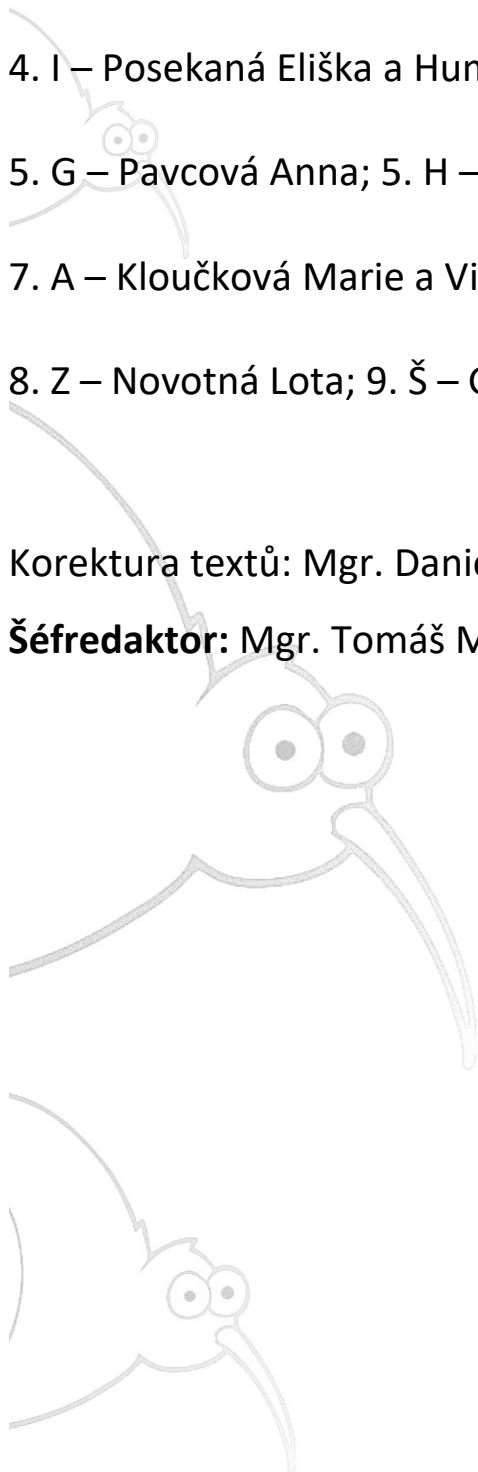
5. G – Pavcová Anna; 5. H – Lišková Antonie; 7. B – Prošková Ela;

7. A – Kloučková Marie a Vild Sophie; 8. V – Vincent Michal Kryšpín;

8. Z – Novotná Lota; 9. Š – Grisonová Helene

Korektura textů: Mgr. Daniela Kaudersová

Šéfredaktor: Mgr. Tomáš Mrkva (úprava fotek, formát textů a stran, tisk)



OBSAH

SLOVO ŘEDITELE	2
REDAKCE	3
AKTUALITY – Pyžamový den, filmový festival	5–7
ROZHOVOR – Adam Ševčík, budoucí kolega	7–8
ŠKOLNÍ AKCE – tvoříme na Jarmark, Policejní muzeum, Keltové	8–12
KULTURA – divadlo Forum, Botanická zahrada	12–13
MEZI ŽÁKY – kreativita žáků, grafomotorické hrátky aj.	13–16
CESTOVÁNÍ – cestování s bagetou	17
SPORT – volejbal, úspěchy našich žáků	18–19
KRESLENÝ PŘÍBĚH – Myšlenky nejsou černobílé	20

Pyžamový den

Ráda bych jménem nadačního fondu poděkovala vám všem – dětem i pedagogům a vedení školy za zapojení do iniciativy Pyžamový den.

Velmi si toho ceníme a děkujeme, že jste společně s dětmi vyjádřili touto iniciativou solidaritu vážně nemocným dětem a jejich rodinám.

Věřím, že to byl milý den a zážitek i pro vás a že se třeba za rok k této iniciativě připojíte znovu. Vaši aktivitu potvrzuje námi vystavený certifikát. Za Dům Ronaldy McDonald, nadační fond zdraví

Iva Jůzlová



A jak byl pojat tento den našimi žáky či zaměstnanci? Mrkněte na následující fotokoláž.

Tomáš Mrkva – fotokoláž



Filmový festival – akce KPŠ



Tento rok proběhl již 8. ročník filmového festivalu. Vyhlášení se konalo 10. 11. v sálku. Nejprve jsme viděli všechny filmy. A poté jsme měli možnost rozhodovat o vítězi. Byly tři kategorie. První kategorie byla animace, tu vyhrála Lota Novotná z 8. Z. Další kategorií byly hrané filmy, vyhrála čtveřice holek

z 5. F. Hrály tam Markéta Strýčková, Agáta Svobodová, Anežka Orsáková a Anička Alberts. Třetí a poslední kategorií byly dokumenty. Zde vyhrála Eliška Řezníková ze 7. A. Na každém filmu bylo něco zajímavého. Byl to příjemně strávený odpolední čas.

Marie Kloučková, 7. A – text + foto

ROZHOVOR

Adam Ševčík učitel, bývalý žák

1. Proč jste se rozhodl, že budete učitelem?

Ačkoliv tomu tak nebylo vždy, tak dnes je pro mě důležité se neustále vzdělávat a učit se novým věcem. Když se něco dozvím a pochopím to, tak si to nerad nechávám pro sebe. Proto jsem si řekl, že to využiji k něčemu prospěšnému a budu učitelem.

2. Co jste vystudoval?

Mám za sebou humanitní gymnázium a momentálně studuji na Filozofické a zároveň Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy. Mým hlavním oborem je český jazyk a literatura a k tomu studuji základy společenských věd.



3. Co především učíte? Už jste si zkusil suplovat hodinu?

Učím češtinu a VOZ. Suploval jsem již několik hodin. Od chemie po tělocvik.

4. Co rád děláte ve volném čase?

Upřímně teď moc volného času nemám, ale když ano, tak jezdím rád na kole, nebo si čtu knihu u čaje. Jsem velký fanoušek filmu a divadla, takže své večery trávím rád při sledování jednoho či druhého, ideálně s přáteli.

5. Kde/jak jste se dozvěděl o naší škole?

Jižní znám od svých šesti let, protože jsem do ní sám chodil, takže pro mě byla první volbou.

6. Baví vás učit na naší škole?

Baví! Hlavně jsem rád, že jsem v prostředí, které mi je blízké. Naše škola je plná skvělých učitelů a já jsem za své kolegy vděčný. Myslím si, že i žáky máme skvělé. Je pro mě sice stále poměrně složité chodit po chodbách Jižní jako učitel, a ne jako student, ale zvykám si. Většina mých dnešních kolegů jsou učitelé, kteří učili i mě. Musím se veřejně přiznat, že tehdy jsem je dostatečně neoceníl. Je to náročná profese.

Ela Prošková, 7. B – text (foto: A. Ševčík)

ŠKOLNÍ AKCE

Mýdla a svíčky plné radosti

Tvořivá třída Lvů se nedávno proměnila v kreativní dílnu, kde se děti s nadšením pustily do výroby mýdel a svíček na školní jarmark.

Při výrobě mýdel si děti vybíraly různé tvary, barvy i vůně a výsledkem jsou nádherné voňavé kousky. Mýdlová hmota byla v bio kvalitě s bambuckým máslem nebo olivovým olejem. U svíček si zase mohly děti vyzkoušet, jak vrstvit a barvit vosk a přidávat knoty. Nakonec děti výrobky hezky vánočně zabalily. Všichni si to moc užili a navíc vznikly krásné dárky, které určitě udělají radost všem návštěvníkům jarmarku.



Lucie Alali – text + foto

Surikaty v Policejním muzeu

Ve čtvrtek 7. listopadu jely Surikaty poprvé metrem. Skvělé. 😊 Všichni zdárně dojeli na I. P. Pavlova a tam úspěšně a bez zranění vyjeli poprvé společně po jezdících schodech.

Naším cílem bylo Muzeum Policie, kde nás čekalo divadelní představení Pohádkový semafor. Do muzea jsme přišli dříve, a tak se nás ujal pan průvodce a udělal nám krátkou prohlídku s vyprávěním o statečných policejních psech. Jednoho jsme tam viděli vycpaného. Uklidnil nás, že nezemřel drasticky, ale v klidu, na stáří. Protože to byl pes, který měl za sebou spoustu statečných zásahů, tak se rozhodli ponechat si ho takto na památku. Po prohlídce jsme už šli do sálku, kde na nás čekala pohádka s dopravní tematikou. Viděli jsme, jaká jsou bezpečná pravidla chování na silnici, jaké jsou dopravní značky. Děti i soutěžily a získaly různé dárky. Všem se představení moc líbilo.



Lenka Kabelová – text + foto

Keltové a Chobotnice

V listopadu jsme s paní učitelkou měli projekt o Keltech, kteří na naše území přišli koncem 5. a začátkem 4. století př. n. l. Tento den jsme všichni přišli oblečení pěkně po keltsku.

Dívky měly dlouhé šaty pestrých barev, někdy kostkované, jindy proužkované, chlapci měli pláště a samozřejmě kalhoty. Keltové totiž jako první začali barvit látky, na oblečení začali experimentovat s proužky a kostkami, vynalezli nejen kalhoty, ale i kšandy a knoflíky. Na hlavě jsme měli čelenku se svým keltským jménem, které něco znamenalo.



Během dopoledne jsme se seznámili se životem Keltů, s jejich zvyky, svátky. Také jsme si mohli vyzkoušet, zda jsme stejně zruční řemeslníci a obchodníci jako Keltové. Vyráběli jsme šperky, které se skládaly ze spirál, vytvářeli jsme oppida, ve kterých Keltové bydleli, razili jsme peníze tzv. duhovky. Celý projektový den jsme zakončili prezentací a samozřejmě i keltskými tanci.

Znali hrnčířský kruh, používali řadu železných nástrojů, jako např. kladiva, kleště, nůžky, pily a hřebíky. Uměli emailovat kovy i vařit pivo, zejména z ječmene, byli zdatní obchodníci. Keltské kmeny byly dobře organizované na principu vojenských družin. Je o nich známo, že vedle konkrétních božstev uctívali i studánky, prameny, řeky, hory a další přírodní útvary, kterým přinášeli oběti. Keltům se na našem území líbilo proto, že se tu křižovaly obchodní cesty, byla tu úrodná půda i mnohá naleziště nerostů. Po Keltech nám nezůstalo pouze pojmenování pro Čechy, nýbrž i názvy některých řek – Jizera (Isara), Ohře (Agara), Haná (Ganna) a Otava (Atava). Celý projekt se nám moc líbil.

Halloween u Surikat

Po podzimních prázdninách jsme si u Surikat udělali náš halloweenský den. Sešli jsme se v maskách, na které po prázdninách skoro nikdo nezapomněl. A jaká by to byla slavnost, kdyby chybělo občerstvení? Bylo a bylo ho opravdu hodně. Společně jsme si tak užili parádní den, kdy jsme se pobavili, snědli spoustu dobrot, zasoutěžili jsme si a zahráli hry – a samozřejmě jsme se v maskách i učili.



Lenka Kabelová – text + foto

Židovské muzeum a Staré Město

V úterý 5. 11. byla naše třída 4. CH v Židovském muzeu. Seznámili jsme se tady s postavou moudrého rabi Löwa i s pověstmi, které se vážou k jeho osobě. Jednou z nich je i pověst o Golemovi.

V legendách se píše, že Golema (pojmenován byl rabi Löwem Josef) stvořil rabi Löw se dvěma pomocníky z vltavské hlíny a oživen byl pomocí prastaré formule roku 1580.



Kromě Židovského muzea jsme navštívili ještě Staronovou synagogu, kde jsme hledali Davidovy hvězdičky a pátrali jsme po místě, kde je Golem ukryt. Také jsme byli podívat v Maiselově synagoze a navštívili jsme Starý židovský hřbitov, kde je pohřben nejen rabi Löw, ale i dvorský Žid císaře Rudolfa II. Mordechaj Meisel.

Na Starém židovském hřbitově se pohřbívalo do roku 1787, kdy Josef II. zakázal pohřbívat v osídlených čtvrtích. Dnes židovské obci slouží hlavně Nový židovský hřbitov v Praze na Olšanech.

S naší paní učitelkou jsme se prošli po Starém Městě. Stavili jsme se v Husově ulici, abychom si prohlédli kostel sv. Jiljí, cestou jsme poznávali domovní znamení. Na Staroměstském náměstí jsme se zastavili u orloje. Celá akce se vydařila.

Václava Zajícová, 4. CH – text + foto

KULTURA

Hrajeme s divadlem Fórum

V jeden říjnový pátek k nám do školy přijeli herci z divadla Fórum, které se zaměřuje na vzdělávání z prožitku. Na začátek jsme se rozdělili do malých skupinek a pomocí provázků, které byly přivázané na gumičky, jsme stavěli kostky do věžiček. V naší skupince jsme se na začátku trochu hádali, a tak jsme se pořádně nesoustředili, ale náš „lektor“ navrhl, že to máme zkusit bez mluvení. Když jsme se nedohadovali, hned nám to šlo o něco lépe.



Hlavní částí programu bylo kratší přestavení ze školního prostředí, do kterého jsme potom mohli tlesknutím zasahovat a zahrát si některou z postav tak, jak bychom ji ztvárnili my. Šlo o to změnit a vylepšit chování postavy takovým způsobem, aby sehraná situace skončila dobře. Závěrem jsme ještě hráli hru, ve které se nás jeden z herců ptal na různé otázky, které se týkaly vztahů ve škole, a my jsme odpovídali přesunutím se z jedné části sálku do druhé. Než jsme

odešli, řekli jsme si, jak se nám program líbil. Většině třídy se líbil moc, a tak doufáme, že ještě budeme mít možnost se s herci setkat a zase si něco zahrát.

Anna Pavcová, 5. G – text (foto: J. Bartáková)

Akce v Botanické zahradě Praha

Do 14. 12. 2024 budete mít možnost vidět prales, když se setmí. Prohlídky probíhají ve skleníku Fata Morgana od 17.35, 18.00, 18.25, 18.50 a 19.15. Zažijete prales, který nikdy nespí. Některé druhy rostlin rozkvétají jen v noci a voní úplně jinak. Na akci se musíte objednat dopředu a vstupenky poměrně rychle mizí. Počátkem prosince také budou probíhat vánoční dílničky. Čeká vás spousta krásného tvoření pro děti i dospělé a své výrobky si budete moct odnést domů. Na dílničky se není třeba registrovat 😊.

Helene Grisonová, 9. Š – text

MEZI ŽÁKY

Známa mumie? Gaviálové to vidí takto ...

Žáci 5. G měli alternativně dokončit povídku „Známa mumie“ od Arnošta Goldflama (povídka z knihy Strašidelné Brno). Příběh pojednával o paní učitelce, která je nucena strávit noc v kapucínské kryptě v přítomnosti mumie pandura Trencka. Žáci měli vymyslet, co se s paní učitelkou Klárou stane.

Paní učitelka usnula a vzbudilo ji odbíjení půlnoci. V tu chvíli se probudila mumie pandura Trencka. Trenck za paní učitelkou přišel a zeptal se jí, co v kryptě

pohledává. Paní učitelka mu všechno řekla a pandur přemýšlel. Za chvíli jí řekl, že když mu zítra v noci donese talíř pořádné svíčkové, tak jí ukáže tajný východ ven. Paní učitelka mu to slíbila a pandur jí ukázal ten východ. Paní učitelka se tedy díky Trenckovi nakonec dostala domů. Druhý den v noci pak donesla Trenckovi slíbenou svíčkovou.

Čeněk F., 5. G

Paní učitelka bušila na zamčené dveře dál. Nakonec to vzdala. Najednou jedna z mumií ožila. Zvedla se a oči jí svítily. Paní učitelka se vyděsila. Mumie však na ni zdvořile promluvila: „Nechcete s něčím pomoci?“ Byl to pandur Trenck. „Aaa...anoo,“ zakotkala paní učitelka. Trenck zavolal na ostatní mumie. Ty začaly vstávat z rakví. Potom se k Trenckovi sběhly a pomocí starobylého kouzla „albumanas“ odemkly východ z krypty.

Paní učitelka Klára zůstala sama v kapucínské kryptě s mumii. Klára se rozhlédla po kryptě, našla si místo ke spaní v rohu u dveří a vyčerpáním usnula. Probudily ji divné zvuky. Tak se šla podívat, co to je. Po chvíli narazila na propast s krokodýly. Klára měla štěstí, že když jí bylo 8 let, chodila na gymnastiku a uměla salto. Rozhodla se, že tu propast přeskóčí saltem. Opravdu to v pohodě to zvládla! Šla dál a zvuky byly čím dál silnější. Pokračovala a omylem šlápla na červený kámen. Ten rozhýbal meče ze stropu. Řekla si, že teď poběží slalom. Když se jí to povedlo, uviděla myši, které hrály bláznivě na piano. V tu chvíli se probudila. Zjistila, že je ráno a vše byl jen ošklivý sen. Klára se zadívala směrem ke dveřím a najednou viděla malou škvírou paprsek světla. Šla ke dveřím, kde pod klikou na zemi ležel klíč od dveří. Klára ho zvedla a s napětím začala odemykat. Náhle dveře cvakly a otevřely se. A paní učitelka šla domů.

Denisa M., 5. G

Učitelka Klára potom, co strávila noc v „muzeu“, zjistila, že mumie nejsou tak strašidelné, jak se zdálo. Během noci si s nimi začala povídat a zjistila, že každá z nich má svůj vlastní příběh a byla kdysi člověkem s rodinou a přáteli. Pomohla jedné mumii najít ztracený amulet, který jí chyběl už roky. Když ráno konečně přišlo, hlídač „muzea“ našel Kláru. Mumie jí daly tajný klíč, který jí umožní kdykoliv se vrátit do „muzea“ a znovu s nimi prožít další dobrodružství.

Nora Y., 5. G

A co Vy, nebáli byste se? Jak by se Vám asi podařilo přečkat noc v kryptě s mumiiemi? Jak byste případně dovyprávěli Goldflamovu povídku?

Grafomotorické hrátky

V rámci našeho kroužku grafomotorické hrátky jsme s dětmi vyzkoušeli zábavnou aktivitu – malování do pěny na holení. Tato činnost rozvíjí jemnou motoriku, podporuje kreativitu a smyslové vnímání. Potřebujete pouze pěnu na holení, papír nebo plastovou podložku, barvy a štětce. Na podložku naneste vrstvu pěny, do které mohou děti prsty nebo štětci malovat různé tvary a vzory. Povzbuzujte je, aby experimentovaly s barvami a technikami, jako je míchání nebo vytváření otisků. Po malování děti mohou pomoci s úklidem, což je příležitostí k rozvoji jejich zodpovědnosti. Tato aktivita je skvělým způsobem, jak spojit učení s hrou a užít si společně strávený čas. Určitě ji vyzkoušejte!



Jana Mrvíková – text + foto

Anglické divadlo

Ve čtvrtek 24. 10. se celý 8. ročník vydal na představení Midsummer Night's Dream, které vzniklo na motivy divadelní hry Williama Shakespeara. Celé bylo v angličtině.

V 7:45 jsme se sešli před školou. Následně jsme vyrazili na autobus. Autobusem 135 jsme jeli až na konečnou zastávku, odkud jsme došli ke Kulturnímu centru Zahrada. Vešli jsme dovnitř a pokračovali do sálu, kde jsme se usadili do pohodlných sedaček. Po chvilce představení začalo. Hra byla pěkná a měla zajímavý rozsáhlý děj. V celém představení bylo mnoho různých postav a jejich příběhů, což ho dělalo zajímavým. Navíc herci byli studenti Křesťanského gymnázia z Prahy. Téměř všemu, co se v představení říkalo, jsme rozuměli a všichni jsme si ho moc užili. Po jeho skončení jsme vyrazili zpátky do školy.



Nela Dubská, 8. Z – text + foto

Předškoláci vyrábějí

V posledním říjnovém týdnu si předškoláci v rámci „učení venku“ vyšli na nedaleké Trojmezí. Cestou jsme si nasbírali krásně barevné listí, podzimní plody, a dokonce i zralý len. Zajímavé bylo, že na poli byly zároveň i krásně modré kvítky této rostliny.

Do připravených roliček si pak každý udělal vlastní výrobek. Vyrobili jsme si třeba lesního skřítku, vesmírný strom, podzimní vázičku, lesní vílu, robota..

Nejtěžší bylo výrobky donést až do školy. Ve škole nás pak čekala pohádka o krtkovi a o tom, jak ke kalhotkám přišel. Krtkovy kalhoty totiž byly vyrobené právě ze lnu!



Iva Brezinová (text + foto)

CESTOVÁNÍ

Cestování s Bagetou

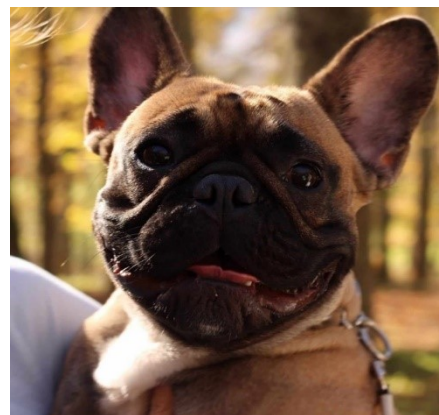
Ahoj, já jsem Bageta – ano, přesně tak, jmenuju se jako nějaký dlouhý francouzský rohlík! Ale co nadělám, jméno mi dali moji dvojnožci... Jinak jsem francouzský buldoček a jak známo, jsme ti nejlepší psi na světě. A abych vás vyvedla z omylu, tak žádný gaučák nejsem! Miluju výlety, cestování a strašně miluju moře!



Takže vám sem budu dávat moje zážitky z výletu z pohledu nás čtyřnožců :).

Nás píšou proto, že ta moje bláznivá rodina si myslela, že potřebuju kámošku, tak mi pořídili ségru – Hašlerku. Ale ráda s ní blbnu, tak asi k něčemu opravdu je...

Dnes vám povím o našem výletu na Šumavu: To nás zase bylo plné auto a prý že pojedeme přes Lipno. S Hašlerkou jsme vyvalily oči, protože naše auto není loď! Pak nás ale zavezli na přívoz, který v ranní mlze vypadal docela strašidelně. Dál jsme se vydali na rozhlednu Dobrá voda v Horní Plané. Nahoru nás sice nevzali, ale aspoň jsme se pořádně proběhly po louce na kopci!



Tak pac a pusu a zase příště!

Evelína Humplíková, 4. I – text + foto

SPORT

Volejbal

Volejbal je týmový míčový sport, který pochází z USA. Dnes to je populární sport po celém světě, hrají ho muži, ženy i děti. Pro mladší děti vznikl v ČR v roce 2010 mini volejbal v barvách, kterého se mohou účastnit děti do cca 13 let. Hrají proti sobě 2-4 členná družstva na menším hřišti s upravenými pravidly. V České republice máme 5 barevných kategorií podle věku (žlutá, oranžová, červená, zelená, modrá). V Praze je navíc ještě jedna kategorie – fialová, která umožní si zahrát i starším dětem z modré kategorie, které ještě neumějí hrát plynulý volejbal.



Mohou hrát kluci i holky společně v jednom družstvu. Po mini volejbalu se přechází ke klasickému šestkovému volejbalu, kde již hrají klučičí i holčičí družstva odděleně. Každý tým má 6 hráčů na hřišti. Většinou se hraje do 25 bodů na 2-3 vítězné sety. Hráči mají za úkol pomocí volejbalových úderů

dostat míč přes síť, aniž by jim spadl na zem. Od roku 1964 je volejbal na olympijských hrách.

Volejbal je skvělý sport, který se můžete naučit hrát i u nás ve škole na kroužku.

A v příštím čísle si představíme plážový volejbal, který si získal od doby svého vzniku mnoho příznivců.

Úspěch našich sportovců

Naše škola zaznamenala další velký sportovní úspěch! Minulý týden se naši žáci zúčastnili oblíbené soutěže v plavání a běhu, která přilákala mladé sportovce ze širokého okolí. A výsledky? Opravdu skvělé!

Adam Navara a Laura Strangmüllerová předvedli fantastické výkony a obsadili první místa ve svých kategoriích. Adam zaujal svou výdrž v běhu a excelentním plaveckým stylem, zatímco Laura doslova dominovala ve všech disciplínách. Třešničkou na dortu byl výkon Františka Hrubého, který se umístil na krásném třetím místě a přispěl tak k celkovému úspěchu naší školy.

Gratulujeme všem třem ke skvělým výsledkům a děkujeme za reprezentaci školy! Věříme, že tento úspěch inspiruje i další studenty, aby se zapojili do sportovních aktivit. Držíme palce při dalších závodech!



Martin Kubík – text + foto

KRESLENÝ PŘÍBĚH

ANOREXIE, DÍL DRUHÝ

MYŠLENKY NEJSOU ČERNOBÍLÉ

PROČ JSEM TO SNĚDLA ?! NIKDY NEBUDU HUBENÁ.

RYCHLE TO VYBĚHÁM... NIKOMU SE NELÍBÍ TLUSTÝ HOLKY.

JEŠTĚ TŘI KILOMETRY...

AUUU...

0 3 MĚSÍCE POZDĚJI

KDYKOLIV SI BUDEŠ CHTÍT PROMLUVIT A SVĚŘIT SE, JSME TADY.

JSEM KRÁSNA ...JINAK.

V NEMOCNICI

JE TO MOJE VÍNA, BROUČKU, ŽE JSEM TĚ NEZASTAVILA.

MAMI, TATI!

NENÍ.

DÍKY.

LN

CO S TÍM ? požádali jsme o radu PhDr. Miroslavu Schöffelovou **pro toho, kdo anorexií trpí...** Pokud tě jídlo nebo tvoje tělo trápí, zkus se svěřit někomu, komu věříš. Říct o tom nahlas je první krok k tomu, abys dostal /a pomoc, kterou si zasloužíš. Anorexie je nemoc, kterou si nikdo sám nevybral, ani ty ne. Není to tvoje chyba. Anorexie se dá léčit i vyléčit, ale skoro nikdo to nezvládne úplně sám. **pro kamarády, kteří si všimli...** Ten, kdo trpí anorexií si to nevybral a nepotřebuje, aby ho lidi okolo hodnotili, komentovali co jí nebo nejí nebo hodnotili, jak vypadá. Potřebuje někoho, komu může věřit. Pokud se takový člověk rozhodne věřit tobě, dej mu prostor. Nemusíš radit, stačí, že ho posloucháš. Zkus ho podpořit, aby se obrátil na někoho dospělého, komu důvěřuje.