



6. ZUŠkoviny

číslo

IX. ročník

Měsíčník Základní umělecké školy F. A. Šporoka, Jaroměř
vychází 9. února 2015 s písní a přáním: Masopust, Masopust, jen mě holka neopust!

Úvodník

Únorový(á) lament(ace)

Přišel čas začít brát rok 2015 vážně. Leden, měsíc aklimatizace, je za námi a my musíme volně vplout do února, měsíce, který bývá téměř vždy opomíjen. Není se čemu divit, je totiž takovou kalendářní výstředností. Každé čtyři roky dělá problémy, obzvláště pak pokud se jmenujete Horymír, nebo se narodíte 29. února. Aby toho nebylo málo, v některých zemích to zašlo tak daleko, že připustili i 30. únor.

Je to vypočítavý kojot a už svým názvem slibuje příchod jara. Slovo únor je odvozeno od slova nořiti se, vztahujícího se zase k tonutí ledových ker na roztávajících řekách. Jenomže únor co únor je venku kosa, že by psa nevyhnal a o nějakém tání se tedy rozhodně mluvit nedá. Vlastně plní funkci jakési spojky mezi mrazivým lednem a březnem symbolizujícím teplo, ptáčky a kytičky a to dá rozum, že už se všichni těší na jaro a zima už nikoho nebaví. K tomuto období se tím pádem vztahuje i spousta alibistických pranostik. „Když v únoru mráz ostro drží, to dlouho již nepodrzí.“ „V únoru sníh a led — v létě nanesou včely med.“ Možná je věru výhodné se jich držet. Protože když si řekneme, že „Když půlnoční větrové v tomto měsíci silné jsou, bývá dobrá čáka úrody na ovoce; pakli ale ne, tak přicházejí v měsíci dubnu, máji a škodí vínu a stromům,“ tak ty poslední dny ve sněhu a mrazu přestojíme snáz. Jestli ten sníh prospívá vínu, tak já to teda klidně zvládnou! Ga

Velevážené občanky a občané jaroměřští,

rok s rokem se sešel a my Vám s radostí oznamujeme, že pro Vás všechny opět Masopustní průvod připravujeme! V úterý **17. února 2015** se maškary a muzikanti v půl druhé hodině odpolední od Základní umělecké školy F. A. Šporoka směrem k městskému rynku budou ubírat, na Městském úřadě o Povolení a Feruli budou žádati a potom svými taškařicemi Vás budou chtít pobavit. Sdružení Pronáměstí pro Vás všechny občerstvení u stánků na náměstí nachystá, polévka a pochoutky ze zabijačky, čaj, horká medovina, svažené víno, koláče a další dobroty chybět nebudou. Průvod se v mnoha krámcích zastaví, muzikanti pro radost zahrají a zazpívají. Hospodyně, opakujte mazurku, ať si s naším medvědem zatancovat můžete a hospodáři, drobné groše si strádejte, abyste klibnu nebo jiná zvířata od



nás koupiti mohli. Výtěžek z masopustního koledování v sobotu 21. února 2015 dopoledne v Domově sv. Josefa v Žirči předáme, kde místní klienty masopustním „rejděním“ rozveselit hodláme. Uvidíte-li průvod maškar, prosím, věnujte i malý obnos na pomoc lidem, kteří nemají to štěstí a chybí jim zdraví. Nové rehabilitační zařízení pro ně zakoupeno bude! Děkujeme.

Akci podporují: Johnova pekárna Josefov, Pizzerie Nasavrcký, Řeznictví Uhlíř



Z notesu pana ředitele

Konečně je vše kolem nás krásně zasněžené a bílé jak list papíru. Ne tak ale listy v ředitelském notesu. Ty jsou popsané pěkně nahusto. Tak vám něco z nich rád předám. V lednu se kromě množství třídních koncertů konal Novoroční koncert Brass Orchestra v divadle. Na orchestr byla radost pohledět a neméně radost „poslyšet.“ S chutí a energií orchestr pod vedením Romana Horského přednesl nejen „hity“ poctivé české dechovky, ale i skladby z oblasti populární a filmové muziky. Příjemné byly výkony zpěváků Filipa Petiry a Šárky Pádrové. Celý koncert s obrovskou mírou vtipu a pohody přesvědčivě provázela Markéta Pourová. Koncert to byl opravdu slavnostní a Brass Orchestra na něm mimo jiné oslavil 20 let svého trvání. V pondělí 19. ledna se konalo další neobyčejné setkání v naší škole. Žáci ze základní školy speciální mohli v krátkém odpoledni shlédnout krátký koncert žáků hudebního oboru, prezentaci v učebně výtvarného oboru a představení v oboru literárně – dramatickém. I přes to, že naši kamarádi u nás byli hosty, dostali jsme od nich více, než jsme mohli sami dát. Kdo jste byl u některého z vystoupení, jistě mi dáte za pravdu. Průzračná radost, maximální pozornost, spontánní reakce a nestrojený pocit vděčnosti – to všechno bylo nám v zušce tou největší odměnou. A tak jsme se dohodli s paní ředitelkou, že každý rok uspořádáme podobné odpoledne. Na konci ledna pak proběhlo školní kolo soutěže ve hře na dechové nástroje. Obor dechových nástrojů má u nás tradičně velké zastoupení a tento rok je v tomto ohledu zatím největší, co pamatují. Úroveň se neustále zvyšuje a za tuto skvělou skutečnost patří obrovský dík nejen všem soutěžícím, ale i jejich učitelům a korepetitorům. Postupujícím do okresního kola držme palce! O tom, že tentokrát máme v ohni hodně železek, se můžete přesvědčit už 18. února, v 18 hodin na Koncertě vítězů školního kola.

A na závěr Vás srdečně zvu na akci už pevně spojenou s životem zušky, ale i jaroměřského rynku. Je jí Masopustní průvod v Jaroměři, který se koná 17. února. Přijďte. Vždycky to stojí za to!

Pohodový únor Vám přeje Váš Vlastimil Kovář



Brass Orchestra, zpěvačka Šárka Pádrová, dirigent Roman Horský a jejich Novoroční koncert



Bylo – Nebylo

Tři ohlédnutí za loňským prosincem

Děkuji žákyni **Anežce Broukové** za aktivní účast v chrámovém orchestru sv. Mikuláše v Jaroměři během vánočních svátků.

Mgr. Markéta Kočí

Koncert s Cantusem v Husově sboru v Jaroměři 7. prosince 2014

V neděli odpoledne se v Husově sboru v Jaroměři konal Vánoční koncert sboru Cantus a nám bylo velkou ctí ten koncert zahájit dvacetiminutovým programem. Já, Pěťa Janečková a Lenka Vítová s paní učitelkou Kristýnou Brzkovou a Ivanou Kubičkovou jsme se sešly v poněkud chladnou neděli v ZUŠ, kde jsme se pečlivě rozezpívaly. Celý koncert jsme zahájily písněmi z Moravských dvojzpěvů Zajata a Možnost. Pokračovaly jsme cyklem lidových písní Ve slovácké izbě, což byl také program na soutěž, která nás čekala, a na konec zazněla píseň Či je to děvče. Po nás převzal notu Cantus, který zazpíval koledy známé i neznámé a všem navodil příjemnou Vánoční atmosféru. Koncert jsme si moc užily a zpříjemnily jsme si tak adventní neděli.

Šárka Pádrová

Půjdem spolu do jazzové vánoční hospody...

Vánoční písně a koledy v jazzovém hávu, a ještě k tomu v hospodě? Zdá se vám to divné, nevánoční? Přesto je to můj největší letošní sváteční zážitek – myslím tím v duchovním slova smyslu! Královéhradecká hospoda Jonáš – Prorock, jinak vyloženě rocková hospoda (jak napovídá druhá část jména), hostila dne 23. prosince BIG BAND HRABĚTE ŠPORKA z Jaroměře. Tento početný ansámbl je sestaven ze žáků i pedagogů jaroměřské ZUŠ a jeho lídrem je od roku 2009 Martin Brunner, hradecká jazzová osobnost č.1 (flétnista, do letošního roku dramaturg festivalu Jazz Goes To Town, jehož vznik také inicioval). Ten bigbandu vtiskl navýsost moderní zvuk, vycházející z jeho dvacetileté zkušenosti hraní v Kontrabandu Milana Svobody, takže páteří repertoáru Big Bandu hraběte Šporka jsou právě Svobodovy skladby. A ty také byly náplní první poloviny koncertu. V dusné, ale jiskřivé, živočišné i duchovně nabitě atmosféře, tělo na tělo, zaznělo pět velkoorchestrálních kusů pro obdivuhodně sehraný organismus šesti saxů, dvou fléten, čtyř trumpet, tří trombónů, dvou kytar, baskytary, piana a bicích (např. „Kyklop“, „Family Frost“), jež posluchače buď zvedaly ze židlí, nebo je naopak uzemnily. Z dynamicky bohatých a energicky odsekávaných, vystřelovaných, vybuchujících bigbandových sazeb a proaranžovaných orchestrálních ploch, ovšem s výlety mnohdy až do free-jazzové vroucích vod (však také Brunnerova taktovka evokovala legendárního Sun Ra), se vylupovala obstojná, občas znamenitá sóla tenor i altsaxofonu (Milan Petira, Jiří Pilař, Denis Horký a především Adam Mojžíš), flétny (Jana Pozůstalová) a trombónu (Marek Kohl). Excelovala také rytmika, především bubeník Zdeněk Borecký, stejně tak svým zaujetím pianista Filip Petira, jehož nástroj zněl vskutku honky-tonk hospodsky.



V druhé části orchestr vykouznil nadupanou vánoční atmosféru – za pomoci tří zpěváků (Zdenka Pozůstalová, Nikola Chreňová a Zdeněk Ryba) interpretoval v úpravách Milana Svobody, Martina Kumžáka a Kryštofa Marka ty nejznámější české a moravské vánoční písně a koledy. Některé byly v bezmála v barokním hávu („Děťátko se narodilo“), ale většina zněla až s funkovou hutností a řízností (např. „Půjdem spolu do Betléma“, „Z Betléma se ozývá“), občas to byl až freak-outový úlet („Nesem vám noviny“), dokonce se i rapovalo, a to v gospelově funkové „Pásli ovce Valaši“. Vše vyvrcholilo mistrně uchopenou písní „Narodil se Kristus Pán“, z níž mi po zádech běhal (děda) mráz. Ne, vážně... mělo to nejen jazzovou šňavu, ale také mocný spirituální náboj a onu neopakovatelně slavnostní hymničnost, zvláště když při repete zpívali všichni přítomní v sále. Jako kdyby se zpívala hymna při zvlášť emotivní příležitosti... A to také byla. Anebo jsou dneska Vánoce opravdu jen svátkem materiálního zapomnění?



Jan Hocek (převzato z www.jazzport.cz)



Tříkrálová sbírka

„Dobrý skutek zahřeje“, a proto i když bylo sychravo a chladno, vydaly jsme se 10. ledna v sobotu na hřejivou stezku. Šly jsme tři, bíle strojené, s bílou korunou na hlavě, šly jsme na tříkrálovou sbírku ve složení Anna Vitvarová, Sabina Mistrová a Barbora Maksymovová. „My tři králové jdeme k Vám, štěstí zdraví vinšujeme Vám...“ jsme zpívaly tak dlouho, až jsme vyzpívaly, pro domov sv. Josefa v Žirči, částku 3 807 Kč. Byla to namáhavá, ale i zábavná štreka. Lidé byli velmi vstřícní a milí, rádi nám otevřeli a občas si s námi i chvilinku povídali. Dokonce jsme si mále domů donesly dva pejsky, které majitelé nechali před svými příbytky. Bylo to moc fajnové, a kdyby mě někdo požádal, jestli bych do toho šla zase příští rok, s radostí řeknu „ano“.

čBMa Štafeta, kterou před lety odstartovaly „služebně starší dramaťáčky“ Kateřina Prášilová a Monika Němečková - poprvé za doprovodu Jakuba Volného, toho v dalším roce vystřídala Bára Maksymovová, je tedy předána! A je to moc dobře, protože dobrých skutků není nikdy dost. Jé



Patnáctá Tříkrálová sbírka vynesla v Jaroměři a okolí rekordní částku:

239 716,- Kč, 5 euro, 20 forintů a 25 pencí, což je o 49 000 Kč více než loni. Není to nádhera?

Z toho v pokladniče č. 100: **3 807,-Kč!** Výtěžek je věnován Domovu sv. Josefa v Žirči u Dvora Králové na nákup nové průmyslové pračky. Rozdělení částky: 65 % Domovu sv. Josefa (daný účel), 30 % do fondu pro pomoc lidem v Čechách a zahraničí (pomoc matkám v tísní, na povodně, zemětřesení, ...), 5 % provozní režie (pořízení pokladniček, průkazů, kalendářů, cukříků, dárečků pro koledníky.) Děkujeme! Za organizační tým

Marie Paclíková a Jitka Holcová

Setkání s Andreou Kalivodovou



Filharmonie Hradec Králové opět zorganizovala krásný koncert pro žáky základních a středních škol. Ve čtvrtek 15. ledna vyrazil plný autobus našich žáků na setkání s přední českou hvězdou operního nebe, mezzosopranistkou, v současné době sólistkou Národního divadla v Praze, Andreou Kalivodovou. Během koncertu zazněla hudební tvorba z muzikálů Fantom opery, My Fair Lady, Cats, West Side Story a řady dalších hudebních děl v sólových i orchestrálních úpravách. Za dirigentský pult se tentokrát postavil energický a gesty překypující Leoš Svárovský. Velmi půvabná a milá Andrea Kalivodová rozdávala posluchačům nejen krásné melodie, ale také úsměvy, nadšení a pozitivní energii. Poděkování patří paní Ivaně Malé z Filharmonie Hradec Králové, která nám, na naši prosbu, domluvila soukromou autogramiádu a setkání s operní pěvkyní. Nejen pro žáky, ale i pro mě to byl jeden z nezapomenutelných hudebních prožitků. Dovoluji si pochválit naše žáky za kultivované chování a vzornou reprezentaci školy. Paní učitelce Kristýně Brzkové děkuji za organizační pomoc.

Mgr. Markéta Kočí, organizátorka



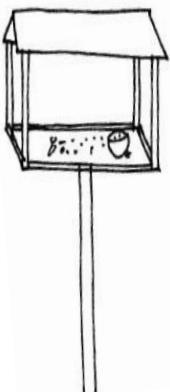
Pozvánka na koncert **ROLLING ROCK** do Filharmonie Hradec Králové

Kdy? **5. března od 10.30 h**, vstupné: **90,- Kč + vlaková jízdenka**, vybírám: **200,- Kč**
Na program zazní hity kapel Rolling Stones, Omega, Status Quo, Scorpions, Genesis, Led Zeppelin, Deep Purple, Rush, Yes, Ozzy Osbourne, Van Halen, AC/DC, KISS, U2, Red Hot Chili Peppers, ...

Účinkují: Filharmonie HK pod vedením Miloše Machka, Hana Šarková (soprán), Marek Olbrzymek (tenor),

Q VOX (Petr Julíček–tenor, Tomáš Badura–tenor, Tomáš Krejčí–baryton, Aleš Procházka–bas), Antonín Muhlhansl (saxofon), Jiří Sová (kytara)

Zájemci se prosím hlase v učebně hudební nauky u Markéty Kočí (776038947)



Novoroční koncert Brass Orchestra byl věnován 75. výročí založení naší školy!

V pátek 16. ledna se konal již tradiční novoroční koncert Brass orchestra pod vedením Romana Horského. Vše vypuklo v osmnáct hodin, i když pro nás, členy orchestru o poznání dříve. Sál byl plný zvědavých uší, které bedlivě naslouchaly, jak jsme se od loňského roku zlepšili. Posluchači byli většinou z řad příbuzenstva hráčů. Repertoár orchestru tvoří dechová, filmová i populární hudba. Některé skladby byly oživeny zpěvem Šárky Pádrové a Filipa Petiry. Celý koncert byl provázen slovem Markéty Pourové a pana ředitele Vlastimila Kováře. Koncert se vydařil a doufám, že příští rok, to bude hrát ještě lépe než letos. čaBMa

Oslavy založení naší školy budou probíhat během celého roku. Nenechte si je ujít!

Seminář Commedie dell'arte

Když je člověk unavený, má sto chutí ráno zamáčknout budík a s myšlenkou „Nic se mi nechce. Nebudu nic dělat. Vlastně mi není úplně dobře!“ se zahrabat hlouběji do peřin. O co všechno ale může takovým lenošením přijít! V sobotu 10. ledna jsem se s Ga brzo ráno vypravila do Prahy, kam jsme byly vyslány na seminář o Commedii dell'arte (což je forma divadla z přibližně 16. století, která vznikla v Itálii a je charakteristická maskami, které herci nosí a tím představují určité striktně vymezené typy), který vedl náš kamarád Janko Polák se svou parťáčkou Maiou ve Vile na Štvanici. A nejenže to stálo za to, bylo to úžasné! Společně s ostatními účastníky semináře jsme si prošli pořádnou ranní rozcvičkou, hrami, které vyžadovaly pekelné soustředění a spoustou pohybových cvičení, která při takovém druhu divadla jakým commedia dell'arte je, jako když najdete. Došlo samozřejmě i na masky, povídání si o nich a na objeovávání výrazových prostředků jednotlivých charakterů. A samozřejmě na improvizaci. Takové sobotní vstávání se mnohdy vyplatí! TzjvVK

Dílna S přednesem o přednesu s Janou Machalíkovou v Impulsu Hradec Králové

V sobotu 17. ledna jsem se i s dalšími členkami LDO zúčastnila dílny, kde se rozebíral výběr textů na Wolkrův Prostějov. Už ráno začalo s krásným pocitem, protože jsem vstávala z postele s vědomím nového zážitku v nadcházejícím dni. Hned po příjezdu jsem okusila úžasnou atmosféru, která tam s námi v prostorách Impulsu v Hradci Králové zůstala až do konce. K dispozici jsme měli čaj a kávu, protože jsme tam strávili celý den. Okusili jsme i hlasovou rozcvičku Jany Machalíkové, při které jsme se řádně zahřáli a pobavili. Celý den byl pro mě velmi přínosný, i když ke konci unavující. Setkali jsme se s rozmanitým výběrem textů, ale Jana měla každému co říct, poradit nebo doporučit. Mohli jsme pokládat otázky, které nám byly zodpovězeny. Náročný den jsem zakončila pořádnou večeří a tvrdým spánkem. Ančííí

Přišel jsem...Jan Lorenc

Vzpomenete si, kdy jste poprvé přišel do základní umělecké školy?

V sedmi letech a bylo to v České Třebové. Nechodil jsem vlastně do přípravky ale hned do prvního ročníku, takže jsem teorii doháněl.

A nástroj? Klavír. Vybral jsem si sám a absolvoval dva stupně. Po základní škole jsem vystudoval gymnázium a po maturitě pět let studoval na Pedagogické fakultě v Hradci Králové, obor učitelství pro střední školy- dějepis a hudební výchova a k tomu varhany. A potom se rozjel do ciziny. ??? Do Francie... do Paříže...na Sorbonu. ??? Tam jsem studoval muzikologii se zaměřením na starou hudbu a Gregoriánský chorál potom při soukromém institutu, který se jmenuje École du Choeur Grégorian de Paris. To byly dva roky a přitom jsem na tamní konzervatoři u dvou profesorů studoval varhany. To bylo skvělé!

Poznal jsem tam staré barokní hudební nástroje. **Jak se to stalo?** To byl sen. A přes takovou skupinku choralistů, kteří tím prošli, se mi splnil... To bylo v roce 2009, v Praze s nimi zpíval pan profesor z té školy, ten si mě proklepl. Pohovor byl v angličtině, a on řekl OK, můžete přijet. Dostal jsem stipendium. To byly skvělé dva roky, které skončily zkouškami. **Chtělo se vám zpátky?** No, je to tam jiné, stýskalo se. Lidi tam jsou hodně odměření a hodně racionální, všechno je nadefinované, není místo na improvizaci. Vrátil jsem se do Hradce Králové dokončit magisterské varhany...ted' dodělávám pátý ročník. V Paříži jsem udělal kurs francouzštiny, pokouším se tady francouzštinu i soukromě učit.

Kdy jste začal učit? Kdy jste přišel do ZUŠ podruhé? Učil jsem jako maturant piano ještě na gymnáziu v Domě dětí, takový kroužek. Ve Francii jsem učil na univerzitě takové jako doučování slabších studentů, byl to privýdělek...na ZUŠce učím poprvé až tady. **Jaké to je?** Je to krása, individuální práce. **Chtěl jste někdy s klavírem přestat?** To víte, že ano, v pubertě, kolem pátého šestého ročníku prvního stupně. Mlátil jsem do toho a byl naštvanej, no to byla krizovka. My jsme měli klavír ne v obýváku ale na chodbě, nebylo tam zrovna teplo, ten čas strávený u klavíru byl tak nepohodlný.... **A jak jste to překonal?** Ani nevím, tak asi rodiče, pedagog, střídali jsme žánry...a čtyř-ručku jsem začal hrát s jednou holčinou...to bylo ono! **A měl byste**



tedy návod pro dny krizí? Určitě povzbudit. Hudba opravdu otvírá dveře...dveře do světa, kdo na něco hraje v nějakém nástrojovém uskupení, může navázat kontakty...a může se dostat i do zahraničí a může se tam díky přátelům vracet. **Co děláte, když neučíte?** Končím pátý ročník studia, v listopadu byl můj diplomový koncert, hraji liturgické varhany při bohoslužbách v Hradci Králové a v České Třebové, a koncertuji...i v zahraničí. **Děkuji za rozhovor a pěknou motivaci pro naše žáky.** Jé

...viděli jsme...



...Markétu Pourovou jak moderuje Novoroční koncert...



...Lenku Jechovu a Annu Vitvarovou jak se připravují na krajské kolo Wolkrova Prostějova s lektorkou uměleckého přednesu Janou Machalíkovou na dílně v hradeckém Impulsu...



...Nikolu Hájkovou, Magdalénu Paclíkovou, Barboru Tichou, Hanu Hruškovou...

a Alžbětu Skořepovou při vystoupení pro ZŠ speciální.

...zvítězili jsme!

Gratulujeme všem postupujícím do okresního kola Soutěže ZUŠ obor dechové nástroje! Zlomte vaz!
Klarinet: **Hana Hrušková, Magdaléna Paclíková, Antonín Ott, Eliška Rukavičková, Debora Kratochvílová, Martin Krebs, Barbora Diheneščíková**

Basklarinet: **Petr Prokeš**

Zobcová flétna: **Veronika Kyšková, Alžběta Skořepová, Kateřina Diheneščíková**

Saxofon: **Jiří Pilař, Denis Horký**

Pozoun: **Jan Kočí, Martin Kazmirowski, Michal Vopinka, Lukáš Orct**

Trubka: **Matyáš Fejt, Barbora Maksymovová, Otakar Flégr**

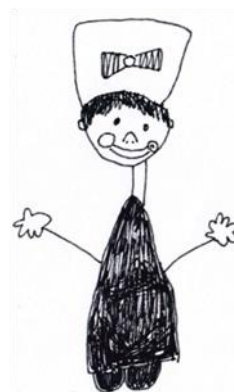


V ý t v a r n é s t ř í p k y

Co nás čeká : ÚNOR

Masopust. Byl posledním vydechnutím uzavírajícím dobu zimního odpočinku. Zahajoval předjarní půst, který končil oslavou Velikonoc. Konaly se zabíjačky, zadělávalo se na koblihy a smažily se boží milosti. Kdo se nenajedl dosyta, prohloupil. Vyvrcholením bujarého veselí bývalo úterý, letos **17. února**, kdy ulicemi procházejí maškary, zvou kolemjdoucí k tanci a provádějí všelijaké skopičiny.

24. února má svátek Matěj. Svatý Matěj je patronem a ochráncem řemeslníků, řezníků, cukrářů, kovářů, krejčích a je ochráncem úrody. Žil v 1. století a pocházel ze zbožné bohaté rodiny v Betlémě. Do skupiny dvanácti apoštolů byl zařazen po Ježíšově smrti, jako nástupce zrádného Jidáše. Známymi nositeli jména jsou například Matěj Rejsek - český stavitel, sochař a kameník, či Matěj Kopecký - český loutkový divadelník, anebo Jan Matěj Rak - český kytarista.



Věděli jste, že ... MATĚJSKÁ POUŤ je první jarní poutí roku? Zatímco sedláci chystali pluhu na pole, v Praze se pořádala u kostela sv. Matěje v Dejvicích již roku 1595. Původní kostel na tomto místě nechal postavit roku 971 kníže Boleslav II. z vděčnosti, že tady vyvázl se zdravou kůží při napadení medvědem. Vypráví se, že mu pomohl sám svatý Matěj, jiní tvrdí, že medvěd byl ochočený a patřil tamnímu chalupníkovvi, který se jmenoval Matěj. Matějská se postupem doby proměnila z církevní na lidovou veselici, které se účastnily davy lidí. Od roku 1963 se pořádá na Výstavišti v Holešovicích. Takže si zapíšte, že letos se koná celé dva měsíce od 1. března do 30. dubna. A držte si klobouky!!!

Lidová moudra v únorových pranostikách

Jihne-li na Hromnice (2. 2.), přilož do kamen, mrzne-li, po zimně amen.

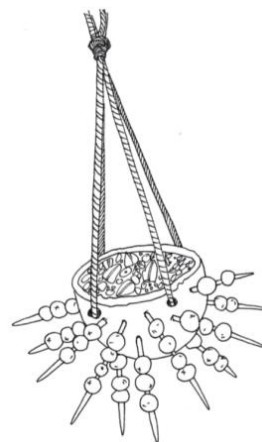
Masopust na slunci, pomlázka u kamen.

Na sv. Matěje rampouchy, úrodný rok na mouchy.

Udělejte si s námi ... KRMÍTKO

Pomůcky: vydlabanou půlku grapefruitu, semínka - sezamová, slunečnicová; vyloupané arašídý, ovesné vločky, rýži, lůj, natrhané červené plody z keřů pro ptáčky, špejle nebo párátko, provázek, nůžky, hrnec na lůj, větší hřebík.

1. V hrnci rozpustíme lůj a vsypeme semínka různých druhů, promícháme.
2. Do horní části vydlabané kůry propícheme hřebíkem čtyři díry a provlékneme provázek na zavěšení.
3. Chladnoucí směs loje a semínek opatrně vlijeme do grapefruitové formičky a necháme ztuhnout.
4. Pro větší barevnost a pestrost zobání si nalámeme špejle na půlky (anebo použijeme párátko) a červené bobulky navlékneme jako korálky. Potom je zapícháme do vypouklé vnější části grepu.
5. Hotovo. Připravené vyčnívající provázky zavážeme na uzlík a zavěsíme na větev nebo budku.



Obrázky nakreslili žáci výtvarného oboru: Zuzana Dvořáková, Anna Marie Prostředníková, David Nýč, Ema Žilová. Výběr z knihy J.Motlové "Český rok od jara do zimy". Stránku připravila Radka Ulichová.

Do šatny

Soutěž: Doplňte text do bubliny - vtipné a výstižné nápady napište, podepište a vhodte do poštovní schránky v přízemí školy, vedle učebny LDO nebo pošlete mailem na adresu ZUŠ a to do 20. února 2015 (uzávěrka březnového čísla). Nejlepší myšlenku odměníme a zveřejníme. Těšíme se!

„Lékař mi tvrdil, že mám vlohly pro lyžování.“
„Jak to poznal?“
„Prý mi rychle srůstají kosti.“

Zima. Chlapec se ptá muže, který drží ruce v kapsách: „Strejdo, kolik je hodin?“ „Přijď se zeptat v létě.“

Jdou dva lední medvědi po Saharě“
„Tady to ale muselo klouzat!“
„Jak to myslíš?“
„Že to tak důkladně posypali.“

Telefonát na Horskou službu:

„Jsem vysoko v horách, nevím kde, smetla mě lavina, jsem po pás zapadlý ve sněhu a blíží se ke mně medvěd! Co mám dělat?“
„Nemusíte dělat vůbec nic, o všechno se postará medvěd.“



Tento způsob zimy, zdá se být poněkud nešťastný ..., bacilům je teplečko a tak prskáme, smrkáme a kašleme ... a tak, milí přátelé můz hudebních, výtvarných i divadelních, zazpívejme si, namalujme nebo i zahrajme stupnici léčivou, voňavou a pravidelné docházce do ZUŠky milou:

C je vitamín i nota základní. Nejedna písnička jí začíná stejně jako naše exkurze bylinkami a vitamíny užitečnými. Marmeláda z rakytníku řešetlákového na chleba namazaná a snídaně šípkový čajem s citrónem zapitá, to by mohl start do sychravého dne. Pomeranč a jablko k svačině snědené určitě potěší náš imunitní systém. Zelí je nejenom potravina česká a zásobárna „céčka“ bohatá, ale na rozličné způsoby upravená velmi chutná ozdoba každého oběda. Pro chuť i potěšení během celého dne rád poslouží zázvor, ať už v sušenkách, nápoji i bonbónech. Pokud bude naším večerním jídlem pohanka a celý den „zapijeme“ meduňkový čajem, budou mít bacily virózní šanci minimální.

D éčko nám ve svých paprscích sluníčko posílá. V chmurných, šedivých, blátivých dnech, kdy ani sám král nebička nechce z peřin vylézt, skrývá se bylinka z nejvzácnějších v každém z nás...úsměv je tím zázrakem, kterým kamaráda, maminku i tátu potěšíme, s úsměvem se dá i rýma lehčeji zvládnout. Našemu zdraví neuškodí, pozveme-li na pomoc rybí tuk, játra, žloutek, mléko či malými strážníky velmi oblíbenou pomazánku z kvasnic (droždí).

E hm, zde jaksí nepotěším vegetariány, které jsem jistě těšila doposud. V pestrosti našeho jídelníčku by nemuselo chybět maso hovězí, ani vepřové ani žádné jiné. Bude-li nám v těle chybět antioxidant se jménem vitamín E, škodlivé látky se zabydlí v našem organismus jako špinaví zlobiví tuláci.

F íhá, co s notou v první mezeře osnovy udělám...? Fazolky do ní strčím! Fazolový salát nejen, že rozesměje naše střeva, ale dodá nám díky vláknině a bílkovinám tolik energie, že do ZUŠky i ze ZUŠky s veselou myslí dojdeme. Před spaním vřele doporučuji čaj z fenyklus vypít a nervy ze školy, z rodičů či z přehnaných „prdíků“ tím utiší!

G je základem pro houslový klíč a ty, milý čtenáři, založ svůj zimní jídelníček podle svého gusta. Vyše i níže napsané řádky, nechť slouží každému pro možnou inspiraci či potěšení.

A je to tu zas a zase zelenina, zelenina, zelenina, včera i v současném čase, syrová, dušená, vařená. Jako hlavní chod i příloha. Ráno, v poledne, večer snědená. Vitamín A je nejchutnější v mrkvi, ale pochutnat si na něm můžeme i v melounu a brokolici. A také ryby, a také špenát, a také máslo, a také kapusta, a také ...

H a ha ha **B**ěčkem si tady pomůžeme. Vitamínů B je jako not ve stupnici (B1, B2, B3, B5, B6, B7, B9, B12). Med, orechy, kakao, tvaroh, slunečnice, vajíčko, luštěniny, banány, brambory, sýry...Myslím, že každý si v právě nabídnutém najde to své nejlepší nejen pro mlsný jazýček, ale i pro své zdraví. Abychom „Háčko“ moc nešidili, připijeme si na zdraví heřmánkový čajem, který tělo i duši potěší.

Celkem vzato ...dozpíváno. Vitamínům zdar a špatné náladě zmar!!!

A

Základní umělecká škola F. A. Šporka, Jaroměř, Na Obci 142, 551 01, Jaroměř, tel. 491 812 356
e-mail : zus.jaromer@quick.cz , www.zus-jaromer.cz

6. číslo vychází 9. února 2015 s písní a přáním: Masopust, Masopust, jen mě holka neopust!

redakční rada: TzjvvK (Monika Němečková), Ga (Kateřina Prášilová), BobuLe (Lenka Jechová), k-Ája (Karolína Novotná), Pěš (Petra Březinová), čaBMa (Barbora Maksymovová), *A* (Anna Holínská), Ančiii (Anna Vitvarová) Maro (Martin Karban), Ondro (Ondřej Kryst), Bapu (Alžběta Skořepová), (h)RUŠ (Hana Hrušková)
korektury grafická úprava: Jé (Jarka Holasová)