



With the support of the
Erasmus+ Programme
of the European Union

2. projektové setkání programu Erasmus+, “Sound in Body- Sound in Mind“, Nurmijärvi, Finsko

Druhé projektové setkání programu Erasmus+ “Sound in Body, Sound in Mind“ se uskutečnilo v termínu 9. – 15. 2. 2020, tentokrát ve finském Nurmijärvi. Naši školu reprezentovali Karolína Drobečková, Sára Hochmanová a Eliška Kučerová ze třídy tercie, Tereza Filipovičová, Isabella Monaghan, Adam Horák a Petr Špaček z kvarty a Jakub Slezák z 1.A za pedagogického doprovodu Mgr. Renáty Pernikářové a Mgr. Marie Ilčíkové. Nurmijärvi je obec vzdálená asi 40 km od hlavního města Helsinky, která čítá cca 40 000 obyvatel, ale neřadí se mezi města. Hustota obyvatel v Nurmijärvi je poměrně nízká (cca 118 obyvatel/km²). Vše se nám tu jevilo jakoby ve větším formátu a prostorné ulice působily často až liduprázdňe.

První cestovní den začal pro všechny členy naší expedice brzy. Z Hodonína jsme odjížděli již ve čtyři hodiny ráno směr Brno, odkud jsme pokračovali vlakem do Prahy a pak už hurá vzhůru – následoval let Praha-Helsinky. Na helsinském letišti nás už vítaly úsměvy členů hostujících rodin a finských učitelek. Zatímco se učitelé ubytovávali v hotelu a seznamovali se se svými kolegy z Německa, Litvy, Slovinska, Chorvatska a domácího Finska, studenti už strávili podvečer ve finských rodinách. Potřeba vzájemného poznání se členy rodin a komunikace s nimi všechny přiměla vystoupit ze své komfortní zóny a adaptovat se na novou situaci. Vznikala podhoubí pro nová přátelství, která se plně rozvinula v dalších dnech projektového setkání.

Pondělní dopolední program byl zahájen uvítacím ceremoniálem v multifunkčním sále Nurmijärven Yhteiskoulu, tj. tamější školy. Krátkým projevem se představil i ředitel školy, který hovořil o přátelském školním prostředí, jež podporuje i zdravé tělo a zdravou mysl. Poté následovala krátká prezentace Finska a hostitelského města v podání finských studentů. V přátelské atmosféře pokračovala i prohlídka poměrně rozlehlého areálu školy. Všichni návštěvníci měli doslova oči i uši dokořán a již během prohlídky mohli porovnáváním s domácí realitou pocítit i značné rozdíly ve školských systémech jednotlivých zemí i ve vybavení škol. Škola v Nurmijärvi prošla nedávno rekonstrukcí a je to znát. Moderně zařízené učebny odborných předmětů, výtvarné i hudební výchovy, na chodbách odpočinkové kouty i pingpongové stoly. A nezvoní... Ale zpět do sálu. Do team-buildingových aktivit se všichni ochotně zapojili. Dost jsme se nasmáli a prvotní ostych mezi národy postupně opadl. Aktivity a hry byly zvoleny tak, aby vznikaly smíšené skupinky studentů a učitelů z různých zemí. Komunikačním jazykem byla samozřejmě angličtina. Čas obědu jsme strávili ve školní jídelně a obědová nabídka v podobě samoobslužného bufetu byla pro mnohé z nás překvapivá – obecně hodně zeleniny, syrové i vařené, automaticky se pamatuje na vegetariány. Učitele mohl překvapit i nezvyklý klid během jídla i na chodbách školy. Po krátké přestávce následovaly powerpointové prezentace studentů-hostů, které ostatním v sále přiblížily zemi, město i školu, odkud prezentující pocházejí. Naši

studenti předvedli výborně připravené prezentace i vysokou úroveň angličtiny. Pondělní odpoledne i večer už studenti prožívali v rodinách, například vařením a pečením místních specialit. Učitelé strávili společný čas živou diskuzí, porovnáváním školských realit jednotlivých zemí, mohli znovu nahlédnout do učeben školy i do výuky samotné.

Na úterní dopoledne byly naplánovány skupinové aktivity související se zdravým životním stylem. Studenti ve skupinách prošli postupně čtyřmi různými stanovišti, na kterých nejen plnili úkoly, ale také se společně bavili a nasmáli. Jednotlivá stanoviště nesla názvy: Cukry (zacíleno na nebezpečnost nadbytku jednoduchých sacharidů v potravě), Marihuana (účinné látky, nebezpečnost návyku, legislativa, pomoc kamarádovi), Jóga (prakticky – cvičení na jógomatce) a Air-track (různé druhy běhu a skoků na dlouhé nafukovací žíněnce v místní tělocvičně). Po obědě ve školní jídelně studenti shlédli animovaný film „V hlavě“ a po projekci diskutovali o duševním zdraví, zatímco učitele na radnici přijala ředitelka školy pro mladší školáky a představila jim nejnovější vize a směřování finského školství. Učitelé měli tolik otázek, že se živá debata protáhla na neuvěřitelné tři hodiny. Po ní už byl čas zaměřit na „Erasmus+ Evening Party“, na kterou se všichni moc těšili. Choreografie českého týmu na populární píseň Dancing Queen (ABBA) měla takový úspěch, že strhla k tanci všechny ostatní. Komunikativní čeští studenti pak doslova rozproudili celou taneční zábavu, a vyprovokovali k tanci i účastníky ostatních zemí. Občerstvení na večerní párty přichystané hostitelskými rodinami se neslo ve finském duchu – slané koláče různého druhu, mj. s lososem, těstovinové saláty, syrová zelenina, sladké deserty (koláčky, mrkvové dortíky aj.)

Středeční program probíhal jako sestava open-air aktivit v Kiljava institutu. Počasí nám docela přálo, nebyl problém strávit venku šest hodin v malebném prostředí u jezera Sääksjärvi. Studenti se opět rozdělili do smíšených skupin, společně rozdělávali oheň v přírodě, stříleli z luku, hráli team-buildingový fotbal (tři studenti společně s velkým míčem mezi sebou = jeden hráč) či odhadovali počty šišek v košíku. Teplá polévka vařená na ohni, bulka se sýrem, jogurt s borůvkami jako dezert – příjemné spočinutí na břehu jezera před asi neočekávanějším bodem středečního programu, alespoň u českých účastníků. Tím bylo saunování, koupání v ledovém jezeře a pak venkovní horká lázeň. Cyklus sauna – jezero – lázeň (u některých i vícekrát) značně unaví, takže na zbytek dne byl naordinován odpočinek a odjezd studentů do hostitelských rodin. Po něm si tuto nevšední část programu mohli vyzkoušet i učitelé. A vezte, že si také odnášeli nezapomenutelné zážitky na celý život.

Čtvrteční program byl nabitý a patřil k těm nejnáročnějším. Hned zrána jsme zamířili na ostrov s pevností Suomenlinna, oblíbené předměstí Helsinek, které je strategicky významným místem již od dob Petra Velikého a svým vzezřením historické soužití s Ruskem nezapře. Komplex staveb na tomto ostrově je zapsán na listinu světového dědictví UNESCO. Anglicky mluvící průvodce, který nás pevností a sítí tunelů provázel, byl velmi milý a ochotně odpovídal na všetečné otázky. Brzké vstávání na trajekt z Helsinek na ostrov a chladné a větrné počasí v pevnosti Suomenlinna si žádalo polední zastávku a zahřátí v podobě krémové lososové polévky. Po ní už jsme byli připraveni na návrat do Helsinek. Zhlédnutí tradičního loučení nejstarších

středoškolských studentů „penkkarit“ v centru hlavního města, velmi inspirativní prohlídka ústřední knihovny „Oodi“ i expozice moderního umění „Kiasma“ v Helsinkách – to jsou jen další body čtvrtěčního odpoledního programu. Nově otevřená knihovna (konec roku 2018) nás uchvátila nejen po architektonické stránce, ale zejména celkovým pojetím (veřejně přístupná, baby-friendly, parkování pro kočárky, 3D tiskárny, šicí stroje, oddělení deskových her...). Na závěr dne doporučení – nejen tato knihovna, ale obecně Helsinky nazývané též „Benátky severu“ jsou krásné a čisté město a rozhodně stojí za vidění!

Pátek byl pro všechny příjemným zklidněním s praktickým programem pro studenty. Dopoledne si studenti po skupinkách vyzkoušeli pečení typického finského pečiva, které pak ochutnali spolu s vlastnoručně připravenými jogurtovými poháry a čerstvým ovocným smoothie, a společně tvořili bublinky přátelství, kterými poté efektně vyzdobili chodby po celé škole. Po obědě nás čekaly prezentace s výsledky dotazníkového šetření prováděného na jednotlivých školách zúčastněných studentů na téma mentálního zdraví a jako zakončení společného programu také vyplnění dotazníku poskytujícího zpětnou vazbu. Bedlivý pozorovatel prezentací si mohl všimnout rozdílných odpovědí u jednotlivých zemí. Následovala krátká diskuze a zamyšlení. Po svačině mohli studenti sledovat generální zkoušku náročné choreografie „Wanhat 2020“ na večerní slavnostní předtančení. Učitelé si tento nádherný a slavnostní program vychutnali až večer – spolu s rodiči a příbuznými mladých tanečnic a tanečníků.

Páteční večer se přehoupal do soboty a nastal čas loučení. Do letadla jsme usedli příjemně unaveni a plni nezapomenutelných dojmů a zážitků. Zjistili jsme, že v našich hlavách si z Finska odvážíme možná více otázek než hotových odpovědí, že snad každý z nás se v průběhu tohoto týdne zlepšil v angličtině, rozšířil si své obzory, zakusil dobrodružství, vyzkoušel si nové věci. A možná se nám během tohoto projektového setkání podařilo i více otevřít své srdce a mysl a přijmout jinakost kultur a národů. Děkujeme finským hostitelským rodinám i všem kolegyním a kolegům za milé přijetí a krásný program, který pro nás připravili.

Renáta Pernikářová a Marie Ilčíková



Zpětná vazba – naši studenti – Finsko

Finsko byl skvělý zážitek! Program týdne byl velmi zábavný a pestrý. Většina aktivit se mi líbila. Nejlepší zážitek byla sauna a koupání v jezeru a také návštěva Helsinek.

Přineslo mi to spoustu nových zážitků, přátel a vzpomínek. Určitě bych se ráda do Finska podívala znovu 😊

V únoru roku 2020 jsem navštívila Finsko s projektem Erasmus +. Cestou jsme se jako český tým dobře sblížili a vše společně dobře zvládli. Všichni jsme bydleli v rodinách v městě Nurmijärvi. Ve Finsku měli dobře vybavenou školu a zajímavý program. Nejvíce mě v programu zaujala finská sauna a koupání ve studeném jezeře. Myslela jsem si, že tam nevezu, ale s kamarádkami jsme tam byly i po druhé. Taky se mi líbilo navštívení hlavního města Helsinky. Knihovna a muzeum v Helsinkách byly velmi zajímavé a hezké. S mojí finskou kamarádkou jsme si rozuměly a dokázaly jsme si vykládat i hodiny. Měla pro mě vymyšlený úžasný program, kde jsme se seznámily i se studenty z jiných zemí. Celkově jsem si tento týden náramně užila. Věřím, že na ty lidi a na finské prostředí nikdy nezapomenu a doufám, že se s některými studenty znovu uvidím.

Celý týden jsem si neskutečně užila a strašně rychle to uteklo. Za celý týden jsem se skamarádila se spoustou nových lidí za což jsem moc ráda. Největším zážitkem byl určitě skok do jezera, kterým jsem dost překonala sama sebe. Určitě bych se na podobné místo ještě někdy vrátila.

Pobyt ve Finsku mi hrozně rychle utekl. Získala jsem mnoho zážitků, ale i nová přátelství. Poznala jsem finskou kulturu, která mě velmi uchvátila. Můžu říct, že v angličtině jsem si jistější. Nikdy nezapomenu na tenhle týden plný zážitků. Naše česká skupina se velmi zapojovala do aktivit a byli jsem velmi aktivní. Všude byla uvolněná, příjemná a přátelská atmosféra. Moje hostitelská rodina byla úžasná. Stali jsme se dobrými kamarádkami. Musím uznat, že každá země je výjimečná a jiná, ale tady se mi potvrdilo to, že nesejde na tom odkud jsme.

Z celého uplynulého týdne ve Finsku mám velmi kladný dojem. Poznali jsme spoustu nových lidí a navštívili mnoho zajímavých míst. Nejvíce mě překvapily vyučovací hodiny, které v Česku nemáme (např. jóga nebo vaření). Za největší zážitek bych označil jednoznačně ice-swimming. Vlézt po horké sauně do ledové vody není nic jednoduchého, ale nakonec jsme to všichni zvládli. Aktivity v místní škole byly většinou zábavné, někdy více, někdy méně. Proto si myslím, že organizace celé akce byla dobře zvládnutá. Trochu nás ovšem zklamalo počasí, které nevypadalo moc jako zimní, ale spíše jako podzimní. Většinu času pršelo, foukal vítr a bylo pár stupňů nad nulou, proto se některé venkovní aktivity, jako bruslení, musely zrušit, což nás mrzelo. I tak bych účast na podobném projektu vřele doporučil všem, kteří rádi cestují a poznávají nové země a kultury.

Zájezd do Finska byl fajn. Mohli jsme poznat lidi z jiných zemí a kultur. Nejvíce mě ve Finsku asi překvapilo ticho na letišti v Helsinkách a chladnost některých Finů. Program ve škole byl velice zábavný a originální, tolik jógy jsem ve Finsku nečekal. Finanční rozdíl mezi českými a finskými školami byl vidět na každém kroku. Mezi českou a finskou přírodou moc velký rozdíl ale není. Užil jsem si to.

Týden ve Finsku byl naprosto skvělý. Program ve škole byl zaměřený hlavně na mentální zdraví a sport, proto jsme zkusili mnoho zajímavých aktivit. Nejvíce jsem se obávala koupání v zamrzlém jezeře, ale spolu se saunou se toto koupání připojilo k mým nejlepším zážitkům z Finska. Výborně jsme si užili také návštěvu hlavního města Helsinky a odpolední program s rodinami.

Během toho týdne jsem se nejen seznámila se spoustou nových přátel, ale také jsem se více spřátelila s českými studenty, kteří celým projektem procházeli se mnou, za což jsem nesmírně ráda. Finská hostitelka si pro mě připravila báječný program, do kterého zapojila i její finské kamarády s jejich hosty. Byla to opravdu zábava. Celkově jsem si s mojí hostitelkou velmi rozuměla a staly se z nás dobré kamarádky. Doufám, že se někdy v budoucnu znovu setkáme.

Jsem velmi ráda, že jsem se mohla stát součástí tohoto projektu a navštívit novou zemi, protože jsem poznala spoustu skvělých přátel, získala cenné zkušenosti a krásné vzpomínky. Pokud budu mít možnost se znovu zapojit do podobného projektu, bez obav se zapojím.

Mé velké poděkování bych chtěla směřovat i všem organizátorům projektu Erasmus+.

Ve Finsku se mi velice líbilo, ale letos měli špatnou zimu, takže tam nebyl žádný sníh a občas pršelo, avšak přes všechny tyto drobnosti to byl velice povedený zájezd a úžasný zážitek. Nejlepší část za mě byla ice swimming a výlet do Helsinek.































