

Free time

Milí čtenáři,

s příchodem nového školního roku budeme opět vydávat náš časopis Free time, kde si jako vždy budete mít možnost přečíst spoustu zajímavých informací nejenom o všem, co se děje v okolí, ale i o tom, jak si doma připravit nějaký recept, kam vyjet na výlet nebo třeba na co zajít do kina. Konkrétně v tomhle čísle se zaměříme na tematiku podzimu, takže se dozvíte něco o knihách, které k němu nepochybně patří, filmech nebo třeba nějakých halloweenských pověstech. Nově budeme zařazovat příběh na pokračování Zápís z deníku poškoláka.

Klára, Naty a Sára

Top 5

Knížky

- Veselí (R. Třeštíková)
- Den, kdy jsem se naučil žít (L. Gounelle)
- Dívka v ledu (R. Bryndza)
- Poslední dopisy od tvé lásky (J. Moyes)



Filmy

- Bella a Sebastian 3: Přátelé navždy
- Jak se moří revizoři
- Halloween
- Nebezpečná laskavost



Dekorace

- Dýně, jablka, oříšky
- Různá světýlka
- Podzimní/halloweenské věnce
- Svíčky



TOP seriály

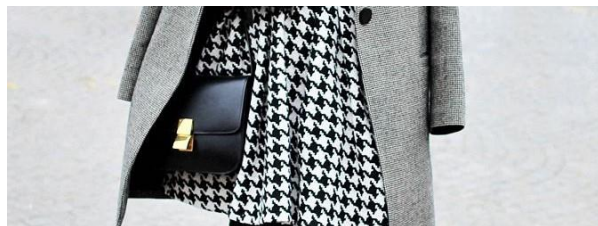
- Pretty little liars
- Přátelé
- Gilmoreova děvčata
- Big bang theory

Módní trendy

S podzimem přichází i jeho módní trendy a na ty se právě teď společně podíváme.

- **KOHOUTÍ STOPA**

Když se řekne kohoutí stopa, ne každý ví, o co se jedná, i když se s tímto motivem mnohokrát v obchodě potkal a nebo má dokonce něco s kohoutí stopou doma. Jde o „károvaný“ vzor, který je nejčastěji viděn na kalhotách nebo na sakách. A to je přesně trend letošního podzimu a troufnu si říct, že i celého roku.



- **ŽLUTÁ BARVA**

Žlutá barva se v trendech drží poměrně dlouho a jen tak z nich nevymizí a to taky kvůli tomu, že je to prostě barva podzimu a kdy jindy ji nosit víc, než právě teď ve chvíli, kdy je žluté kolem nás plno. Nejedná se však o takovou tu zvláštní, svítivou nebo dokonce neonovou žlutou, mluvíme tu o takové žluté, která je spíš do oranžových tónů, takže ani oranžovou barvou rozhodně nic nezkazíte.

- **KÁPĚ**

Za velmi praktický a stylový kousek považujeme kápě, to bude letos stylovou náhražkou zimního kabátu (trenčkotu). Dlouhý kabátek bez rukávů a s kapucí na



podzim rozhodně využijete. A pokud chcete, můžete ho zakomponovat do halloweenského kostýmu.



- **SKINNY JEANS**

Skinny jeans vždy patřily, a pravděpodobně patřit i budou, mezi nejoblíbenější střih jean. Letos na ně ale zapomeňte a radši je vyměňte za tak zvané mamma jeans, protože ty budou vládnout letošnímu podzimu a nepochybuji o tom, že je využijete i kdykoliv jindy v roce, protože to vypadá, že trend těchto džínů nás jen tak neopustí.

- **ROZJASŇOVAČE**

Tohle sice nepatří přímo do kapitoly fashion, ale i tak se podle mě jedná o módu. Jde konkrétně o rozjasňovače, kterých je opravdu kvanta, takže si každý může vybrat ten, který mu odstínově sedí nejlépe. Pro světlé typy se rozhodně nehodí zlatý nebo jakýkoliv teplý rozjasňovač, ten bych přenechala těm, které se hezky do hněda opalují a i v zimě vypadají, jako kdyby si právě odskočily z pláže. Pro světlé typy se hodí studenější odstíny až do modro-fialova anebo prostě jenom do stříbrna. Z drogerie mezi nejlepší rozjasňovače rozhodně patří ty od Garbiella Salvete, mezi ty dražší bych zařadila novinky od Fenty Beauty.



Recepty

MRKVOVÝ DORT (BEZLEPKOVÝ)

Co budeme potřebovat?

- Na korpus: 0,5kg nastrouhané mrkve, 250g kokosové mouky, 250g cukru (nebo třtinový cukr na půl s medem), 150g mandlí (rozmixované skoro na mouku), 4 vejíčka, 200ml oleje, prášek do pečiva a špetka soli
- Na krém: 250g ricotta, 250g odtučněného měkký tvaroh, cca 2 lžíce 100% buráková másla, vanilkový extrakt

Postup:

- Všechny ingredience smícháme a dáme v kulaté formě na dort do trouby. Upečený korpus necháme vychládnout, a později ho rozřízneme na dvě části, natřeme krémem a posypeme ořechy. Celý dort také potřeme krémem a pokapeme hořkou čokoládou. Dort dáme do lednice a během chvilky by měl být ztuhlý.



DÝŇOVÝ KRÉM

Co budeme potřebovat?

- 2 mrkve, 2 brambory, 1 cibule, 400g dýně, máslo, pepř, sůl, skořice, popřípadě smetana a nějaké koření na ochucení podle libosti



Postup:

Postup je úplně neuvěřitelně jednoduchý. Zeleninu nakrájíme na malé kostičky a povaříme je ve vodě. Uvařenou zeleninu rozmixujeme, ochutíme a přidáme trochu smetany.

Barevná typologie

Každý ví, že v některé barvě doslova září a v některé naopak nevypadá nejlépe. Proč tomu tak vlastně je? Pokud budeme vycházet z přírody, zjistíme, jak vše je zde dokonale barevně sladěné. Totéž platí i o lidském těle.

Tato analogie nám proto umožňuje rozdělit lidi do čtyř skupin podle ročních období.

Jak poznat svůj typ?

Jarní typ:

- Pleť - průsvitně bledá se zlatistým podtónem
- rty - vždy jemně červené
- pihy - pokud je máš - vždy zlatohnědé
- oči- modré, šedé nebo světle hnědé
- vlasy – plavá blond nebo světle hnědá



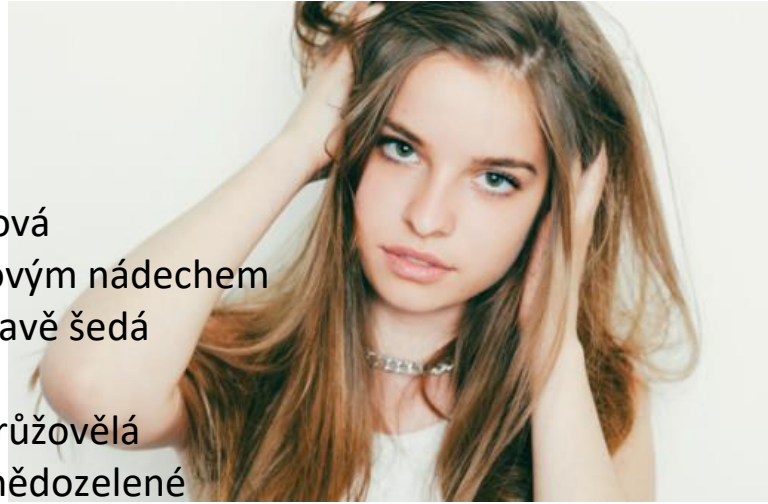
Snadno se opaluje, téměř do červena až do medova či zlatě hněda. Správný make-up - světle béžový s lehkým žlutavým nádechem, pudr by měl být pouze transparentní s nažloutlým nádechem.

Co jarnímu typu sluší?

Nejvhodnější jsou zlaté, růžové, červené, meruňkové, smetanové a žluté odstíny barev. Hodí se také světle modrá, tyrkysová a světle zelená. Barvy by měly být teplé a zářivé. Vyhněte se rudé, hnědé a tmavým tónům.

Letní typ:

- pleť - vždy chladný spodní tón
 - 1) bledá, téměř porcelánová
 - 2) světlá s chladným olivovým nádechem
- pihy - vždy našedlá nebo popelavě šedá
- vlasy – popelavé nebo hnědé
- barva rtů - jemná a chladně narůžovělá
- oči- nevýrazné modré, šedé, hnědozelené



Až na velmi světlé a bledé typy se letní typ dobře opaluje. Make-up a pudr pro letní typ je chladně narůžovělý nebo neutrálně běžový.

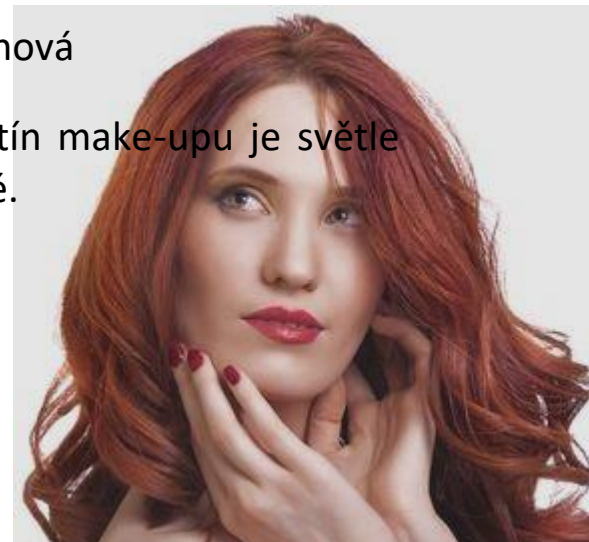
Co letnímu typu sluší?

Vhodné barvy jsou hlavně odstíny modré, skoro až jemně fialové. K letnímu typu se hodí chladné a tlumené barvy. Vyniknete také v oříškové a světle hnědé barvě. Vyhýbejte se zlaté a tmavě hnědé. Vhodným líčením je zářivá rtěnka a klidně lesklé oční stíny.

Podzimní typ:

- pleť- světlá se zlatým nádechem
- pihy- načervenalé nebo zlatohnědé barvy
- rty - sytě červené
- oči- šedé, zelené, světle hnědé
- vlasy – medově blond, zrzavá nebo kaštanová

Podzimní typ se špatně opaluje. Správný odstín make-upu je světle běžový s nádechem do žluté nebo světle hnědé.



Co podzimnímu typu sluší?

Nejvhodnější jsou teplé barvy podzimu – hnědá, rezavá, béžová, zlatá nebo rudá. Vhodné jsou také odstíny zelené, ale i modrá nebo oranžová. Vyhněte se bílé, černé a sladce růžové nebo lososové barvě.

Zimní typ:

- pleť - chladný namodralý podtón, rovnoměrné zbarvení pleti
 - 1) typ Sněhurka – pleť porcelánová opálí se, ale dostane jemný, olivově hnědý tón
 - 2) typ Jižanka - pleť s chladným, lehce olivovým zbarvením, velmi rychle se opálí, dosáhne intenzivního olivově hnědého zbarvení
- řasy a obočí - výrazné a tmavé
- rty - červené lehce namodralé
- vlasy - tmavohnědé, hnědočerné nebo černé s namodralým leskem
- oči- tmavě modré, modré, hnědé až černé

Co zimnímu typu sluší?

Vhodné barvy jsou chladné a výrazné. Konkrétně pak červená, sytě růžová, tmavě fialová, ale také bílá a černá. Vyhněte se hnědým a zemitým barvám. Líčení by mělo být spíše světlé. Skvěle se hodí modré stíny a černá řasenka.



Čajovna

Je to nedílná část života spousty lidí. Je naší záminkou pro setkání a zároveň také léčebným prostředkem. Někdo dává lžičku cukru, někdo rovnou lžící a někdo nesladí vůbec. Obecnou zajímavostí však zůstává, že chuť čaje je pro každého člověka úplně jiná. Jak to s ním tedy je? To je otázka, na níž neznáme odpověď. Jedno je ale jisté i zde, u nás v Česku, se dají najít opravdu zajímavé čajové výstřelky.

-Čaj s příchutí tvarůžku-

Ano, čtete dobře. I takový výstřelek se dá najít v České republice a to sice přímo u nás, v Olomouckém kraji. Když už pojedete do Loštic, navštivte i místní cukrárnu - sladkoslaný tvarůžkový čaj nebude to jediné, co na vás vyskočí z nabídky.

-Čaj s příchutí kopřiv-

Že nevěříte? Na tento „osvědčený“ lék věřily už naše prabáby, a když jej přestaly vařit svým dětem, stal se raritou. Přesto však není problém v dnešní době na šálek tohoto čaje zajít.

-Čaj s příchutí růží-

Další neuvěřitelný úkaz. I když se s ním v Česku nesetkáváme běžně, například v Bulharsku je zárukou kvality a tamní obyvatelé jej pijí denodenně. Prý růže chutnají obvykle o něco více sladce, než voní.

-Čaj s příchutí hub-

Přesně tak. Houbový čaj není sice tak běžný jako například taková omáčka nebo smažená bedla, ale je ale prý velmi chutný a zdravý.



Halloweenské pověry

-  Hořící svíčka uvnitř jako lucerna na Halloween udržuje zlé duchy na uzdě.
-  Pokud uslyšíte kroky blízko za sebou v noci na Halloween, neotáčejte se, může to být sama smrt!
-  Chcete-li hledět smrti do očí, podle starých zvyků, je to jistý způsob, jak urychlit svůj vlastní zánik.
-  Díváním se na plamen svíčky na Halloween v noci vám umožní nahlédnout do budoucnosti.
-  Pokud netopýr létá třikrát kolem domu, je to považováno za znamení smrti.
-  Člověk narozený na Halloween může vidět a mluvit s duchy.

Tip na výlet

Nevíte kam v chladném podzimním počasí na výlet? Pokud máte rádi barvy podzimu a pestrobarevné dýně, tak je skvělým tipem na výlet „Dýňový svět“ na farmě v Leštině na Vysočině!

Na co se můžete těšit?

Stovky pestrobarevných dýní všech velikostí lemují celý dvůr, na přilehlé louce jsou vyskládány do pyramid, ornamentů a



bludišť. Kromě toho se zde děti mohou vyřádit na slámohřišti nebo v kukuřičném či topinamburovém bludišti. Prohlédnout si zde můžete také dvě kravičky, strakaté prasátko a malá ochočená jehňátka, nechybí ani koťata.



Horoskopy

Beran

Čeká vás období jako na houpačce. Na jednu stranu budete plní optimismu a bude se vám vše dařit a na druhou stranu se jen něco málo pokazí a začne se kazit úplně všechno. Prostě se musíte smířit s tím, že listopadové dny budou jako aprílové počasí.



Býk

Pamatujte, že můžete změnit pouze sami sebe a ne nikoho z okolí. Pokud máte ve vaší blízkosti někoho, u



kterého vám vadí jeho chování, tak se mu raději vyhýbejte. Mějte kolem sebe lidi, se kterými je vám dobře.

Blíženci

Menší problémy se vám teď nevyhnou zejména na začátku a konci měsíce. Napnutá situace bude i v oblasti školy, kde vás nečeká procházka růžovou zahradou. Ale vše bude zase lepší!



Rak

Velký problém budete mít s rodiči! Jednak jsou jiná generace s odlišnými názory, než máte vy. A také si budou všechno dělat po svém, což se jim mnohdy nevyplatí. Budete muset nad nimi vyzářat.



Lev

Práce vám půjde pěkně od ruky a zaznamenáte spoustu úspěchů. Nepříjemnou zprávou ale je, že bude docházet k častým hádkám mezi vámi a vaším okolím.



Panna

Tento měsíc vám nebude moc přáno, ale vy všechno zvládnete na jedničku. Navíc problémy, které budete řešit, se vám podaří zdolat a vy z nich vyjdete jako vítěz.



Váhy

Zaměřte se na umělecké vyjádření své osobnosti. Takové kreslení nebo malování vám může



pomoci nejen se svobodně vyjádřit, ale také zbavuje stresu a napětí. To samé se týká hudby. Prociťte ji, zazpívejte nebo zahrajte na nějaký hudební nástroj.

Štír

Negativní myšlenky jste konečně odložili a díváte se na svět optimisticky. To je dobře, protože vám to pomůže překonávat různé překážky a nebudete si brát nic osobně. Zlepší se tím tedy i vaše vztahy s okolím. Lidem bude ve vaší blízkosti skvěle.



Střelec

Listopad bude pro vás trochu divočejší období, a to v oblasti emocí. Pár dní budete v pohodě a budete si říkat, jak je skvělé, když máte dobrou náladu a vidíte celý svět pozitivně. Poté ale nastane propad a vy se budete utápět v beznaději, než přijde opět nějaká dobrá zpráva.



Kozoroh

Tento měsíc je ve znamení zklamání. Bylo by lepší, kdybyste se stáhli ze společenského života a strávili nějaký čas jen sami se sebou. Svému okolí to vysvětlíte, třeba alespoň jeden víkend budete moci sami odpočívat a nabírat sílu.

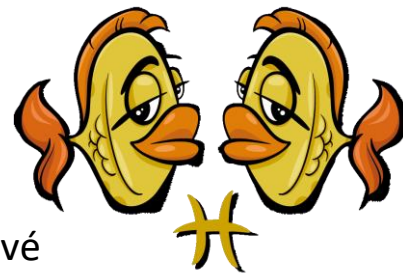


Vodnář

Bude se vám dařit spíše na začátku měsíce, než v jeho závěru. Ale tak špatné to nebude. Čekají vás nějaké cesty, většinou v kratším časovém úseku. Většina jich bude pracovních.



Ryby



Do cesty vám budou nyní přicházet samé zajímavé nabídky. Že jsou zajímavé, se bude jevit pouze na první letmý pohled. Takže všechno pečlivě prozkoumejte a shánějte si náležitě informace. Ne všechny totiž budou k vašemu prospěchu, i když se to zpočátku tak jeví.

Zápis z deníku poškoláka

DÍL PRVNÍ- PONDĚLÍ

Pondělí. Zase pondělí. Jak jen někdo může mít rád pondělí? Já tedy rozhodně ne. Znamená to konec volna a především to, že se zase musí do školy.

Nemám školu rád, vlastně kdybych měl sestavit seznam věcí, co nemám rád, byla by hned na třetím místě hned za rybami a sportem, které jsem nesnášel ještě více. Jak bych taky mohl mít školu rád? Mám vždy jen a jen problémy, kolikrát si za ně ani sám nemohu.



Ostatně, dodnes jsem nepochopil, jak jsem mohl mít takovou smůlu (podle mojí mámy prý štěstí), že jsem se dostal na místní gymnázium. Nejsem zrovna dvakrát vzorný žák, obvykle je kolem mě tolik

problémů, jako je spáleného jídla kolem mojí starší sestry- jsou všude. Je jedno jestli jsem doma v posteli, u nás v kuchyni nebo ve škole, vždy, kdykoliv se někde objevím, vyskytne se ne úplně běžná a bezproblematická situace. Kdyby jste ve slovníku vyhledali slovo „Nemehlo“, dost možná by u něj měla být moje fotografie i se základními údaji. No ale co se dá dělat, že? Já si tohle nevybral.

Pomalů jsem šel školní chodbou. Bylo to zvláštní, pozorovat všechny ty lidi kolem. Všechny jsem znal, minimálně z doslechu. Věděl jsem jejich jméno, třídu, někdy jsem si vzpomněl i na věk nebo jiné maličkosti.



Až pak jsem viděl pohled, který mě děsil. Byl to pohled na záda naší „milované“ třídní učitelky.

Byla to postarší dáma s dlouhými, hnědými vlasy s výraznými, zelenými očima, která byla téměř vždy oděna do nějaké pekelně extravagantní kombinace. Nebyla špatná, to zdaleka nemohu říct. Ale společensky přijatelná pravda byla, že to nebyla dvakrát příjemná paní. Ráda nás sledovala zpoza obrouček svých rudých brýlí a pak pronesla sarkastický komentář, který následovaly jen dvě věci- smích a ztrapnění před celou třídou, a nebo poznámka za drzost k učiteli. Měli jste na výběr- buď a nebo. Možná proto mi hned na konci října došlo místo na poznámky a tak mi je začali učitelé psát místo známek.

To je ale až vedlejší. Hlavní věc byla ta, že zrovna tato děsivá dáma se ke mně otočila a nespokojeně mlaskla. „Kalihník, že mě to nepřekvapuje. Nezvonilo už náhodou?“ její pichlavé oči mě donutily se trochu příkrčit, i když jsem byl o skoro celých třicet centimetrů vyšší než ona. To, že jsem měl skoro dva metry, mě neuchránilo od toho, abych měl určitý respekt a odstup od ženy,



která na mě vždy reagovala jako Voldemort na Harryho nos - nespokojeně. Ono, asi se ani nebylo čemu divit. I když jsem pravidelně byl na nástěnce lidí s čistým průměrem jedna, stále jsem byl člověk, kvůli němuž vypisovala pravidelně papíry o úrazech, problémech, přestupcích a taky výchovných opatřeních. Z druhé strany, nemusela by být tak zašklíbená. Třeba by ji pak měli raději. „Paní učitelko, ale ono ještě nezvo-“ uprostřed slova mě zasekl školní zvonek oznamující začátek hodiny. Stáli jsme přímo před třídou a její rty se stáhly do spokojeného úšklebku. „Ale ano. Počítejte se zápisem pozdního příchodu.“ Řekla jen, než otevřela dveře do třídy a vešla. Tiše jsem si povzdechl, sklonil pohled a vydal se do třídy. To nám to ten týden, ale zase hezky začíná....

