

časopis sluchově postižených

# GOING

7-9/2014

**UMĚT ŽÍT  
SVŮJ ŽIVOT**

**KRÁL TLUMOČNÍKŮ  
JOSEF ZEMAN**

**HISTORICKÉ  
OKAMŽIKY  
TIM CURRY**

ISSN 0323-0732



32

9 770323 073005

informace • rozhovory • inspirace • seriály • znakový jazyk

# Jak být šťastní?

**P**rožitek štěstí je emoce, která zcela fyziologicky vzniká v mozku. Jedná se o vzácný pocit rovnováhy, harmonie a spokojenosti. Pravda ovšem je, že každý člověk má jiné hranice pro pocit štěstí. Pro někoho je takový práh už v hezkém slunečném dni. Pro jiného, když prožívá lásku a jiný má představu o štěstí ryze materiální. V jedné pohádce hledali košili šťastného člověka, a když člověka našli, zjistili, že nemá košili. Mnohem lépe prožívají štěstí optimisté. Pesimista se naopak neustále obává, že štěstí skončí a bude zase zle. Proto neumí aktuální stav vychutnat a prožít. Šťastný člověk vyzařuje spokojenost, což se přenáší i na jeho okolí, které vnímá jeho výraz. Jednoznačný recept na štěstí však neexistuje. Důležité je umět se



radovat i z malých věcí. Hledat v každém dni něco příjemného, co člověka pohladí. Stavět si postupné cíle a radovat se z jejich dosažení. Nevěřit ani nespolehat jen na náhodu. Vždy je třeba pro věc něco udělat, trochu jí pomoci. Přitom ale zase tolik „netlačit na pilu“, aby se touha po štěstí neproměnila

v noční můru a kvůli jedné umanutosti se nevytratily jiné krásné věci. Základním předpokladem ke štěstí je vyrovnání se sama se sebou. Francouzi říkají „umět být spokojen ve své kůži“. Trénujte třeba tím, že se na sebe ráno usmějete do zrcadla (to bývá dost těžké).

A každý den si udělejte malou radost.

Třeba že se začnete mít rádi a budete se rozmazlovat!

**MUDr. Jan Cimický, CSc.**

## Mezinárodní projekty Partnership a Network



**Všechny účastníky potěšilo nečekané setkání s anglickým princem Harrym v Tallinu.**

**S**třední, základní a mateřská škola pro neslyšící z Hradce Králové je zapojena do dvou mezinárodních projektů: Leonardo da Vinci Spreadthesign – Partnership a Leonardo da Vinci Spreadthesign – Network. V rámci projektu Partnership se vytváří rozsáhlý internetový slovník znaků jednotlivých národních znakových jazyků. Do projektu je zapojeno celkem 23 zemí. Týmy jsou složeny z neslyšících i slyšících odborníků. Každá země poskytne pro slovník 15 000 znaků. Cílem projektu Network je šíření a propagace internetového slovníku mezi laickou i odbornou veřejnost. V rámci projektu



Network bylo naplánováno několik setkání. První proběhlo v říjnu 2013 na Islandu a mimo jiné z něho vzešlo i nové modernější logo zobrazující pohyby ruky při artikulaci znaku „SPREAD“.

V polovině května letošního roku proběhlo další pracovní setkání v Tallinu, hlavním městě Estonska. Českou republiku zastupovali Iva Rindová, Petr Vysuček, Tereza Neničková, Pavla Krkošková. Zúčastnila se i Farah Curry, tlumočnice českého znakového jazyka. Jednacím jazykem byla angličtina. Setkání probíhalo v Helenn school pro neslyšící a zúčastnilo se ho

11 zemí. Povinností každé země je připravit přednášky a akce, které přiblíží poslání vznikajícího slovníku. Český tým chystá pět přednášek na univerzitách v Praze, Ostravě, Brně, Olomouci a Hradci Králové. Internetový slovník Spreadthesign bude představen široké veřejnosti, na kurzech znakového jazyka a rodičům žáků naší školy. Petr Vysuček vystoupil v tamní televizi pro neslyšící. Další setkání proběhne v říjnu 2014 v Polsku. Slovník zdarma na: [www.spreadthesign.com](http://www.spreadthesign.com), existuje i jeho mobilní aplikace.

**Pavla Krkošková,**  
foto: archiv škola

