



Chaosník skautiteplice.cz

Informačník 22. oddílu skautek Á la Chaos

duben 2020, 77. číslo

S prvním celkově jarním měsícem dubnem nám přicházejí nové jistoty i nejistoty v souvislosti s aktuálním světovým děním čili poněkud pandemickou krizí.

Nám jde ale především o to informovat vás, jak bude či nebude nadále pokračovat naše činnost coby oddílu v takovémto nečase, a dát vám pár tipů, jakožto ostřílené vedení, co si počít a jak neklesat na mysli. :)

Akce budoucí

V důsledku opatření proti šíření infekce se s konečnou platností **ruší dubnové Družinovy**, které měly být akcí z 3. na 4. dubna, a **Velikonoční prázdniny** v termínu 10. až 13. dubna.

Prozatím počítáme s akcemi od květnové výpravy dál. Letní tábor na Labské Stráni je zatím také v plánu v nezměněném termínu (18. 7. - 8. 8. 2020). Je ale možné, že se vše ještě změní, uvidíme podle vývoje situace, budeme vás včas informovat.



Vzpomínka na bezstarostné táborové dny

Pár vzkazů a tipů od našeho vedení exkluzivně pro vás do karanténí doby

(vzkazy pokračují na další straně)



Doporučuji jíst hodně ovoce a zeleniny, nejlépe vlastnoručně omyté, nakrájené a třeba i naaranžované. Je hezké udělat si chvíli na to připravit si něco sama pro sebe a pak si to vychutnat. Přirozené cukry spějí tvému mladému mozku, vláknina trávení, vitaminy celému tělu. Díky nemoci známe hodnotu zdraví. Nemoc je přirozený úkaz, není třeba se jí přemrštěně bát, stačí o sebe a své blízké dbát.

Domča

Za mě je dobré otevřít okno a pustit dovnitř čerstvý vzduch, jelikož to je základ všeho. Také je dobré mít vždy po ruce svoji oblíbenou hudbu, která je skvělá na relaxaci a oprostění od toho všeho, co se děje kolem. (Doporučuji Vypsaná Fixa - Caddy a klasiku Oasis - Wonderwall, pro víc se mě neboj kontaktovat, playlistů mám mnoho a ráda se podělím!) Hlavní je se z toho všeho nezbláznit, od čeho ti pomůže třeba i chvíle strávená s přáteli, tak hurá na skype, nebo na jiná soc. média :) (ale i tam buď opatrná!) Nezapomeň, že to není konec světa ^^

Vaše Gepardice

Já doporučuji v těchto časech se věnovat sobě, číst nebo koukat na seriály se prokázalo jako fajn útek z domova. Je fajn si dopřát nějaký pohyb, tanec je opravdu terapie, udělejte si mini one man party a trsejte a zpívejte na své oblíbené songy, to vás nakopne. Já pořád pečú nebo vařím (často je to taky celkem one man party, protože u toho poslouchám hudbu chichi), Cinnamon buns a kari patří mezi mé objevy (o recept na Cinnamon buns mi napište kamkoliv - 602431490, objevila jsem v hlubinách internetu jeden opravdu famózní). Ještě mi pomáhá si zkusit různé outfity z věcí co mám, zábava. A volejte si. Víím, že je to celé nepříjemné, ale věřím, že to zvládneme ve zdraví, jak psychickém, tak fyzickém.

AnaVavana <3

Ahoy, asi už všechny víte, že se zajímám o historii. A když už tak sedíme doma a hledáme čím bychom se zabavily, tak jsem si přečetla příručku britských ministerstev zdravotnictví a vnitra z roku 1943. Takže z války. V ní dostali lidé instrukce, jak se „nezbláznit“ z omezení, která v Británii kvůli válce panovala. Edukovaná touto příručkou vám všem radím, abyste:

- udržovaly pravidelný režim dne
- neřešily věci, které stejně nezměníte
- dobře spaly (prý alespoň 8 hodin)
- radovaly se z maličkostí
- a hlavně pily hodně vody, protože ta barevná je špatná (pivo, whiskey, Becherovka...)

Tak vidíte, že se toho za těch 77 let moc nezměnilo....

Indira :)

Přála bych vám hlavně, abyste se snažily hledat na této situaci to dobré, protože stěžovat si na něco a hledat ta negativa umí každý. A hlavně nám to vůbec nepomůže. Budme vděčný za to, že můžeme „jen být doma“.

Za mě třeba můžete zkusit dělat věci, na které jste dlouho neměly čas. Něco upéct, hrát hry, koukat na videa, cvičit, číst knížku, uklidit si pokoj, trávit čas s rodinou nebo kamarády online, zajít na bezpečnou procházku do přírody, vytvořit si oblíbený playlist písniček, vymyslet si vlastní výzvy a kdybyste chtěly nějak pomoci, dá se najít mnoho způsobů (i třeba jen pozdravit svou babičku na video). Na všechny možné aktivity existuje spousta aplikací nebo stránek. Já jsem třeba zažila za tuhle dobu spoustu věcí, který mi přišly fajn a činily mi radost. Dělejte teď cokoliv, co chcete, protože právě teď, když se zdánlivě zastavil svět, můžete. :-)

Máta



Opět pár fotek z tábora, abychom si zavzpomínaly a zlepšily si náladu

Kontakty na vedoucí:

Martina Součková - vedoucí oddílu
605 463 274, marti.souckova2@gmail.com

Dominika Zimová - zástupce vedoucí oddílu
775 212 933, domi.zimova@gmail.com

Anna Benešová (Gepardice) - rádkyně Surikat
722 288 348, beneska2@gmail.com

Nicol Koptová - rádkyně Surikat
605 930 559, koptovanicol@gmail.com

Ana Vavanová – rádkyně Vážek
602 431 490, anavavanova@gmail.com

Anna Karpíšková (Višňa) - rádkyně Vážek
608 440 029, ani.karpiskova@gmail.com

Magdaléna Knorrová - rádkyně Lam
736 766 619, magdalena.knorrova@gmail.com

Michaela Váňová - rádkyně Pásovců
725 449 686, vanova287@gmail.com

Klára Klimecká (Indira) - rádkyně Pásovců
778 548 560, laraklimecka@gmail.com