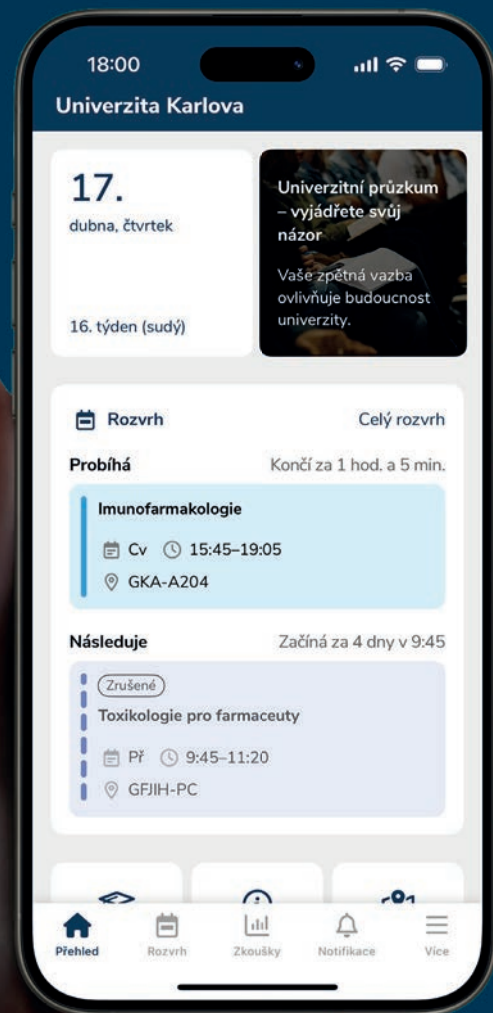




UK inspiruje



Mobilní aplikace Univerzity Karlovy



→ STUDIUM

- rozvrh a přehled zapsaných předmětů
- možnost plánování zkouškového období

→ OBECNÉ INFORMACE

- průvodce Karlovkou
- interaktivní mapa budov
- odkazy na důležité aplikace
- aktuality z univerzity

A mnoho dalších funkcí a obsahu!




**Univerzita
Karlova**

FOTO Veronika Vachule Nehasilová



Milé uchazečky, milí uchazeči, čtenářky a čtenáři,

moc mě těší váš zájem o studium na Univerzitě Karlově, největší, nejstarší – ale zároveň moderní – vysoké škole v Česku, která patří mezi 250 nejlepších univerzit na světě. Studuje u nás přes padesát tisíc studentek a studentů a každý rok opouští brány univerzity téměř devět tisíc absolventek a absolventů, kteří nemají problém najít uplatnění, na pracovním trhu jsou žádaní a úspěšní. Sedmnáct fakult nabízí téměř tisícovku studijních programů, z nichž můžete vybírat.

Nabídka je to pestrá a rozmanitá, stejně jako celá naše akademická komunita. Mnozí nejspíš už máte jasnou představu, co chcete studovat a kam směřovat. Možná ale stále váháte, jakou vysokou školu zvolit, která cesta k vaší budoucí kariéře bude právě pro vás ta nejlepší. Období, jež vás čeká, je výzvou, dalším velkým krokem k plné dospělosti a samostatnosti. Rozhodování o vlastní budoucnosti není snadné.

Já sama jsem postupně absolvovala dvě fakulty Univerzity Karlovy, Filozofickou a Právnickou. Na toto období vzpomínám jako na jednu z nejnáročnějších etap mého života, kdy jsem studium kloubila s mateřstvím a zabezpečením rodiny. Kromě vzdělání, z něhož těžím dodnes, to byla zkušenost, která mě naučila disciplíně, vytrvalosti a schopnosti zvládat tlak.

A protože příběhy inspirují, motivovat vás při vaší volbě může i speciální digitální vydání magazínu UK *Forum*, které právě čtete. Přinášíme v něm rozhovory s experty, absolventy a studenty napříč obory a fakultami Univerzity Karlovy. Témata a osobnosti, jež jsme pro vás vybrali, přibližují všech sedmnáct fakult, jejich osudy spoluvytvářejí nekonečnou mozaiku našeho univerzitního společenství.

Přeji vám, abyste se i vy jednou stali jeho součástí.

Věra Jourová,

prorektorka pro rozvoj lidských zdrojů,
nové technologie a pověřená řízením
agendy vnějších vztahů



Aktuální články i archiv
tištěných vydání najdete
na ukforum.cz

Forum speciál 2025
Časopis Univerzity Karlovy

Vydává
Univerzita Karlova
Redakce
Ovocný trh 5, 116 36 Praha 1,
Odbor vnějších vztahů
Redakci řídí
Tereza Kůstková
Odpovědný redaktor
Jiří Novák
Telefon
224 491 248
E-mail
forum@cuni.cz
Grafická úprava
Filip Blažek, David Dubec,
Designiq
Foto na titulní straně
Veronika Vachule Nehasilová

Nevyžádané rukopisy se nevracejí.
Redakce si vyhrazuje právo na úpravu
autorských příspěvků a jejich krácení.
Forum je rozšiřováno zdarma na
akademické půdě. Vychází čtvrtletně.
Za obsah článku plně zodpovídá jeho autor.
Stanoviska obsažená v textu nemusejí
vyjadřovat názor redakce.
Vaše ohlasy, připomínky a tipy na další
náměty pro *Forum* uvítáme na adrese
forum@cuni.cz.

Toto číslo vyšlo v říjnu 2025.
Registrace MK ČR 72 79
Tištěná verze: ISSN 1211-1724

Obsah

4



Biofyzika

VOJTĚCH VYKLICKÝ – V Berkeley jsem
se potkával s nobelisty / **4**

Experimentální chirurgie

TEREZA TESAŘOVÁ – V laboratoři
cítíme obrovskou podporu / **10**

Farmaceutická botanika

JANA KARLÍČKOVÁ – Výuka ji naplňuje
víc než lékárna / **12**

Geobiologie

KATARÍNA HOLCOVÁ – Biologie,
nebo geologie? Oboje! / **16**

Historie

EVA NOVOTNÁ – Mapová sbírka
jako 13. komnata / **20**

Neurologie

ALEŠ TOMEK – Kvalitní data nás
posouvají kupředu / **24**

Ošetřovatelství

RENATA VYTEJČKOVÁ –
Příběhy ošetřovatelek inspirují / **28**

32



Paliativní medicína

KATEŘINA RUSINOVÁ –
Aby hlas pacientů byl víc slyšet / **32**

Pedagogika

BARBORA MÜLLER DOČKALOVÁ
– O ztraceném příběhu i cestě
k sobě samé / **36**

Právo

JIŘÍ CULKA – Dostal jsem se
do EU bubliny / **40**

Psychologie

JANA MARIE HAVIGEROVÁ –
Jazyk jako zrcadlo duše / **42**

Queer geografie

MICHAL PITOŇÁK – Queer geografii jsem
objevil až ve Švédsku / **44**

Religionistika

KATEŘINA RÝDLOVÁ – Religionistika?
To zní dobře! / **48**

36



Sociologie

EMA TURNEROVÁ –
Jak se žije skleněným dětem? / **50**

Strategická komunikace

TADEÁŠ ŘÁHA – Bojuje za ostatní / **52**

Teologie

Pavel Pola – S Jezulátkem jsem se
postupně smířoval / **56**

Mobilita

Vzdělávání bez hranic / **62**

56





V Berkeley jsem se potkával s nobelisty

„Útlum v biotechnologickém sektoru v USA probíhá už několik let. Trump to jen možná urychlil nebo zvýraznil,“ říká Vojtěch Vyklícký, vědec, který prošel Matfyzem, Akademií věd i Kalifornskou univerzitou v Berkeley a dnes je vedoucím oddělení vývoje protilátek ve firmě DIANA Biotechnologies.

TEXT Jitka Jiříčková
FOTO Michal Novotný

S jakými plány jste šel studovat biofyziku na MFF UK? Co vás na ní lákalo?

Na Matfyzu jsou první tři roky fyziky obecné, až potom se člověk rozhoduje, co dál. Biofyzika se zabývá aplikací fyzikálních metod na studium biologických systémů a zároveň se pohybuje na pomezí fyziky, biologie a chemie. Bavilo mě, že se v ní kombinují různé přírodní vědy – nejde o hlubokou specializaci v jediné disciplíně, ale spíše o širší přehled a schopnost porozumět i komunikovat napříč různými obory.

Tomu naprosto rozumím. Spíš mě překvapilo, že jste na to přišel takhle mladý. Většina lidí inklinuje k jednomu směru a k propojení oborů se dostanou až časem.

Asi to souviselo s tím, že mě na tom všem vždycky nejvíc bavily „ty metody“ – přístroje, detektory, lasery a tak podobně. Což pro mě platí do teď – rád objevuju nové přístupy, nové technologie. A shodou okolností to tehdy vyšlo právě na biofyziku.

Z Matfyzu jste pak pokračoval na studia do USA?

Ne, nejdřív jsem šel na doktorát na Fyziologický ústav Akademie věd ČR. Jenže akademie sama o sobě nemůže udělovat doktorský titul, takže jsem byl oficiálně zapsaný na 2. lékařské fakultě UK, obor neurovědy. Tam jsem musel zvládnout i tu medicínskou část.

A pořád vás to zajímalo?

Zase jsem si to trochu upravil, ale ne nějak dramaticky (*smích*). Zaměřil jsem se víc na biologickou stránku – konkrétně na neurovědy. Ale ty biofyzikální metody mi zůstaly.

Plánoval jste tedy, že budete vědec?

Já jsem k tomu tak nějak přirozeně dospěl. Nikdy jsem nad tím dopředu nijak zásadně nepřemýšlel. Bavily mě laboratoře, objevování, zkoumání nejruznějších věcí... A postupně se to nabalovalo.



Neuvěřitelně progresivní prostředí, skvělé místo pro nové směry, nové nápady – ale někdy to jde až za hranice selského rozumu. Není tam prostor říct „tohle už nedává smysl“.

V rodině máme vědeckou tradici, takže jsem tak trochu navázal i na ni. A pak to tak nějak dopadlo, že jsem se dostal do Ameriky.

Přišla konkrétní nabídka?

Vůbec ne. Nechtěl jsem na postdoktorální studium jen tak někam – hledal jsem místo, kde se věnují tématu, které mě opravdu zajímá, a zároveň tam má výzkum vysokou úroveň. Nakonec jsem si vybral laboratoř na Kalifornské univerzitě v Berkeley, která se mi líbila ze všech nejvíc.

Jak jste se tam uchytil?

Vždycky v tom hraje roli i kousek štěstí, ale člověk mu musí jít naproti (*smích*). Znal jsem metodu, která se hodila k tématu, na němž zrovna pracovali. Vedoucímu se několik let nedařil jeden projekt – všichni si na něm před tím vylámali zuby, ale on na něm trval. A já jsem se mu svými znalostmi celkem dobře hodil. Přinesl jsem něco nového, měl jsem určité zkušenosti z podobné oblasti a ukázalo se, že to byla dobrá kombinace.

Určitě vás tam něco překvapilo, ať už pozitivně či negativně.

Na některé aspekty života v Americe jsem byl připravený – jako dítě jsem tam chodil do první a druhé třídy. Přesto mě některé věci opravdu zaskočily. Například jsem si myslel, že jsem hodně liberální člověk a až tam jsem si uvědomil, že i to má své limity. Paradoxně tam v některých prostředích narážíte na hranice svobody projevu. V době, kdy jsem tam byl já, byla spousta témat naprosto tabu. Nediskutovalo se o nich. Ani na akademické půdě.

Čím si to vysvětlujete? Že každý má „právo na názor“ a nesmí být zpochybněn?

Byl jsem v Berkeley, což je samo o sobě zvláštní místo. Několik kilometrů čtverečních, které jsou úplně jiné než zbytek Ameriky. Neuvěřitelně progresivní prostředí, skvělé místo pro nové směry, nové nápady – ale někdy to jde až za hranice selského rozumu. Není tam prostor říct „tohle už nedává smysl“.

Máte nějaký konkrétní příklad?

Jasně. Přišel jsem do budovy a tam visel plakát s instrukcemi, co dělat při teroristickém útoku. První bod: „Zeptejte se teroristy na jeho jméno.“ A v tomto duchu pokračovalo dalších devět bodů...

Měl jste chuť o tom s někým diskutovat? Nebo jste to vzdal?

Ne, na to nikdo není zvědavý. Takže jsem si dělal svoji práci. Stejně tak můj vedoucí laboratoře – velmi vysoce postavený člověk, bylo vidět, že má taky svůj názor. Ale zřejmě věděl, že některé věci se nevyplatí otevírat.

Nicméně univerzita sama o sobě byla skvělá. Mají například separátní parkoviště pro nositele Nobelovy ceny, kteří nemusí platit za stání a před každou budovou je pro ně pět vyhrazených míst. A pak jdete na přednášku a dva tam zrovna sedí. Úplně normální, ovšem neuvěřitelně chytrí lidé, na kterých je vidět, že je jejich práce opravdu baví. Většinou jsou velmi otevření a přátelští. Vztah mezi studenty a vyučujícími je tam obecně mnohem otevřenější. Není to o titulech.

Co jste si z toho prostředí odnesl pro sebe a uplatňujete to nyní při práci v Česku?

Myslím, že jsem si z Ameriky přinesl určité sebevědomí, protože jsem zjistil, že i v tak exkluzivním prostředí jsem ve svém oboru schopný konkurovat lidem z celého světa. Ale na rozdíl od nich jsem spíš typ člověka, který má problém se pochválit. Oni to mají opačně – i když se jim něco nepovede, vysvětlí vám, že to byl dobrý pokus, že se z toho hodně naučili (*smích*). Ale právě i tohle mi ukázalo, že být přehnaně sebekritický vlastně ničemu nepomáhá. Samozřejmě nic se nesmí přehánět, ale určitá míra sebejistoty je důležitá.

Pomohlo vám to třeba i v tom, že teď víc riskujete a jste otevřenější novým nápadům – ať už vlastním, nebo od kolegů?

Určitě se to změnilo. Dřív jsem si říkal „tohle přece nebude fungovat“, a dnes si spíš řeknu „možná by to fungovat mohlo“. Už jen proto, že jsem si mnohokrát myslel, že něco nepůjde – a ono to pak překvapivě fungovalo (*smích*). Anebo to dovedlo k úplně jinému nápadu, který už fungoval skvěle. Takže asi nejvíc mi pobyt v Americe přinesl sebevědomí, nadhled, a i jiný pohled na různé kultury.

Třeba?

Například u studentů z Asie mě fascinovalo, jak neuvěřitelně tvrdě pracují. Často za tím stojí silný pocit zodpovědnosti – vědomí, že jejich studium a budoucí úspěch nejsou jen jejich vlastní věcí, ale i způsobem, jak podpořit rodinu doma. Měl jsem třeba kolegy, kteří nejen že neznali pojem dovolená, ale dokonce ani nikdy nebyli na výletě.

Myslíte, že jim tahle přísná disciplína skutečně prospívá? Nebyli by stejně nebo i více úspěšní, kdyby si sem tam oddychli?

Také o tom mám svoje pochybnosti (*smích*). Ale díky nim jsem si uvědomil, jakým výzvám mohou různí lidé čelit a že každý má jiný přístup k práci i k životu. Oni třeba hodně makali, ale nepřemýšleli nad tím moc do hloubky. Takže dělali pořád to

samé dokola a divili se, že se nic nemění. Já si radši dojdu na kafe, trochu to promyslím, a když si pak řeknu, že to má smysl, jdu to reálně vyzkoušet.

S jakými plány jste se vracel do Česka?

Nevěděl jsem přesně, jak to dopadne. Akademický svět je obecně dost nejistý, obzvlášť když se do toho ještě přidá návrat ze zahraničí a COVID. Už když jsem byl v Americe, sledoval jsem DIANU, ta firma se mi líbila. V Kalifornii, obzvlášť v Berkeley a celém Silicon Valley, je naprosto běžné, že vedoucí vědeckých týmů mají nějaký vlastní spin-off nebo startup. Můj tehdejší šéf v tom byl celkem úspěšný, prodal několik firem, které sám založil, a dobře na tom vydělal.

Takže vás to prostředí podnikavosti a propojení vědy s praxí oslovilo.

Ano, celý ten ekosystém tam prostě žije biotechnologiemi, startupy, inovacemi. A to se mi hodně líbilo. Ale tady v Česku toho tehdy moc nebylo. DIANA Biotechnologies byl typ firmy, kam bych chtěl jít, kdybych opustil akademii a šel do průmyslu. Do nějakého korporátu se mi úplně nechtělo. Jsou to fajn firmy, ale třeba v Praze žádnou skutečnou vědu nedělají, v lepším případě je to IT hub. Mě lákalo něco menšího, něco, co má vlastní výzkum a dělá nové věci.

Takže jste se po návratu z Ameriky nejdřív vrátil do akademického prostředí?

Ano, dostal jsem i nějaké granty. Ale pak přišel střet s českou akademickou realitou. A nakonec jsem se rozhodl, že přece jen bude lepší jít do soukromé sféry. Teď už jsem tady v DIANĚ přes dva roky. A musím říct, že jsou tu skvělí lidé.

Když mluvíte o tom střetu s akademickým prostředím, co vám nejvíc vadilo?

Byl to velký rozdíl oproti Americe. Hlavně ta nepružnost, byrokracie. Je toho víc. Třeba systém grantů – to je kapitola sama pro sebe. Jsou tam tak absurdní pravidla, že to člověka úplně ubíjí. Máte třeba napsat, k jakému výsledku dojdete na konci pětiletého grantu a kde ho budete publikovat. Ale pokud to už teď víte, tak přece nemá smysl ten grant vůbec dělat. Pak už se jen potvrzuje předem daný výsledek.

Takže podle vás chybí prostor pro objevení, pro nejistotu, která je přirozenou součástí výzkumu?

Přesně tak. Všechno je svázané rigidními pravidly. Já jsem třeba získal prestižní grant Junior Star. A v rámci žádosti jsem měl už předem definovat vědecký tým – kdo v něm bude, konkrétní jména. Ale to je rok předtím, než se vůbec dozvíte, jestli ten grant dostanete. A zároveň z něj máte ty lidi platit. Jak mám dopředu říct, kdo tam bude, když ještě nemám jistotu, že ten grant vůbec budu mít?

Pak, když jsem začal víc komunikovat s naším ústavem a dalšími lidmi tady, začalo mi být čím dál



víc jasné, že to vlastně pro mě přestává mít smysl. Že se to nikam neposouvá.

A neříkám, že v Americe je to ideální – i tam je samozřejmě politikaření, tvrdý boj, ale pořád jsou tam určitá pravidla a rámec, která nelze překročit. Tady ty mantinely chybí. Po revoluci se všechno nastavilo tak, aby byly akademické instituce samostatné a nikdo jim nemohl do ničeho mluvit. Což tehdy dávalo smysl, ale dnes se to přelilo do extrému. Výsledkem je, že si každé pracoviště žije vlastním životem, a kdo má uvnitř moc, ten rozhoduje. A zvenku nikdo nemůže říct: „Takhle to dělat nemůžete.“

Když jste nastoupil do firmy DIANA, jaké úkoly vás čekaly?

Krátce po nástupu jsem dostal zadání rozjet nové oddělení, které by se věnovalo vývoji monoklonálních protilátek, ideálně za využití naší vlastní DIANA technologie, kterou vyvinul náš výkonný ředitel Václav Navrátil a do té doby se používala hlavně na screening inhibitorů kináz.

Existovala hypotéza, že by tato technologie šla využít i pro vývoj monoklonálních protilátek. A ukázalo se, že se na to opravdu hodí. Během jediného roku jsme měli funkční pipeline (proces použití technologie) a také první vlastní monoklonální protilátku.

K čemu to celé vlastně je?

Ten náš proces slouží k tomu, že velmi efektivně nacházíme ty nejlepší klony protilátek u imunizovaných zvířat. Abych to vzal úplně od začátku: protilátky jsou bílkoviny, které si tělo vytváří na obranu proti cizorodým látkám – virům, bakteriím, nebo alergenům. A když se najde taková protilátka, která se silně a selektivně váže na daný cizorodý prvek, tedy antigen, tak ho protilátka buď přímo neutralizuje, nebo ho označí, a imunitní systém se pak postará o jeho likvidaci.

My právě využíváme schopnost imunitního systému vyprodukovat protilátku, která se na něco konkrétního váže – a naše technologie umožňuje velmi rychle najít tu jednu konkrétní buňku, která ten nejlepší klon vytváří.

Takže v organismu je spousta těch klonů, ale vy najdete ten, který má nejlepší parametry?

Přesně. Vysokou afinitu a nízkou nežádoucí reaktivitu. A to je ta přidaná hodnota té naší technologie – že to dokážeme udělat rychle, efektivně, a přitom žádný dobrý klon nepřehlédneme.

Co se s těmi protilátkami dál děje? K čemu se využívají?

Využití je hodně široké, ale obecně se dají rozdělit do tří hlavních skupin: diagnostické, terapeutické a výzkumné. Diagnostické se používají třeba u testů na hormony – typicky na steroidy. Udělá se protilátka proti určité molekule a pomocí imunodiagnostických metod pak změříte, kolik té látky v těle



RNDr. Vojtěch Vyklický, Ph.D.
Absolvent Matematicko-fyzikální fakulty UK. Působil na Fyziologickém Ústavu AV ČR a na Kalifornské univerzitě v Berkeley, doktorský studijní program absolvoval na 2. lékařské fakultě UK (obor Neurovědy). Získal cenu Otto Wichterle pro nejlepší mladé vědce AV ČR. Před dvěma lety nastoupil do firmy DIANA Biotechnologies jako Senior Scientist, nyní je zde na pozici vedoucího oddělení vývoje protilátek.

dáme firmě, která se věnuje vývoji léků a udělá z něj něco, co bude splňovat všechny požadavky na farmaceutický produkt.

Kdo jsou tedy vaši klienti?

Samotného mě neustále překvapuje, jak široké spektrum to je. Máme třeba firmy, které vyrábějí diagnostické testy – potřebují protilátku na nějakou specifickou molekulu. Pak jsou to akademické laboratoře, které zkoumají něco, na co zatím žádná protilátka neexistuje – třeba nový patogen nebo dřív opomíjený organismus.

Potřebujete ke své práci spolupracovat i s dalšími pracovišti? Třeba s akademickou sférou?

Občas ano. Třeba využíváme přístrojové vybavení, které sami nemáme – to je výhoda univerzit nebo větších výzkumných center. Takže si třeba pronajmeme čas na nějakém přístroji, ale je to spíš technická spolupráce. A pak samozřejmě máme i projekty, kde jde o užší spolupráci. Třeba v rámci některých grantů, které propojují průmysl s akademií – část projektu se pak odehrává na akademické půdě.

Ptám se i proto, že jste měl ze začátku dost kritický pohled na české akademické prostředí. Funguje tahle spolupráce líp?

Zatím nám to funguje dobře (*smích*). Je to tak akorát – nastaví se pravidla, role jsou jasné a jede se.

Ale někdy, když se komunikuje napřímo s vysokou školou, s jejím aparátem, tak se člověku vybaví ta zkušenost z akademie. Papírování, schvalování, prodlevy...

V soukromém sektoru se věci točí rychle, je tu velká dynamika. Ale mít kontakt s akademickým světem je pro mě důležité – jednak tam vznikají nové nápady, jednak je tam spousta chytrých lidí, se kterými je radost spolupracovat. Takže ideální je mít projekty na obou stranách.

Projevují se akademické otřesy v Americe už i u vás ve firmě třeba větším zájmem uchazečů působících doposud v USA?

Obecně musím říct, že uchazečů máme dost. Není nouze. Ale zároveň vybíráme jen malé procento z nich, což je vlastně i důsledek toho, že v Čechách chybí širší biotechnologický sektor. V tomhle směru je to pro nás výhoda – obor je úzký, takže zájemců je hodně a máme z čeho vybírat. Lidé přímo z USA tvoří jen zlomek. Většinou jsou to Evropané nebo Češi, kteří se vracejí. Ale také je pravda, že to ochlazení tam nezačalo až teď. Útlum v biotechnologickém sektoru v USA probíhá už několik let.

Myslíte, že to není jen otázka politiky, ale něčeho hlubšího?

Není to o Trumpovi, ten to jen možná urychlil nebo zvýraznil. Ale propouštění začalo už dávno předtím. Investoři už nebyli ochotní do toho nalévat tolik peněz jako dřív. Je to podobné jako s „dot-com“ bublinou na přelomu tisíciletí – internet samozřejmě neskončil, jen lidi přestali slepě cpát peníze do každého projektu. A tohle se teď děje i v biotechu. Všechno bylo super, každý startup měl revoluční technologii, a ten trh už potřeboval vychladnout.

Uvažujete nad využitím AI i ve vašem vývoji?

Uvažujeme. Myslím, že kdo dneska AI nebere vážně, dělá chybu. I v našem hlavním oboru – ve vývoji protilátek – se to začíná objevovat. Už to funguje tak, že AI navrhuje nové protilátky „in silico“, tedy čistě výpočetně.

Není to ale ještě na úrovni toho, co dokáže přirozený imunitní systém?

Zatím rozhodně ne. Kvalita těch návrhů od AI je o hodně horší, než co dokážeme získat biologicky. Ale nikdo neví, jestli to tak bude i za rok, za pět let – jestli to pak AI úplně neovládne. Proto to pečlivě sledujeme. A zároveň přemýšlíme, jak bychom mohli využít naši technologii v případě, že AI začne ty návrhy generovat masově.

Chceme být připraveni na to, že když se to zlomí a AI opravdu začne generovat použitelné protilátky, budeme mít know-how a nástroje, jak jednotlivé AI navržené protilátky rychle a spolehlivě otestovat experimentálně v laboratoři. Abychom v té změně nezůstali pozadu.

V laboratoři cítíme **obrovskou** podporu

Nasadit takovou léčbu, která by byla pro konkrétního pacienta co nejúčinnější, a eliminovat nežádoucí účinky chemoterapie. S tímto cílem vede svůj výzkum Tereza Tesařová, doktorandka Lékařské fakulty v Plzni UK, kde se věnuje oboru Experimentální chirurgie. Už jako doktorandce se jí loni podařilo publikovat článek v jednom z časopisů z věhlasné rodiny *Nature*.

10 TEXT Helena Zdráhalová FOTO Hynek Glos

Jako magisterská studentka Biochemie na Přírodovědecké fakultě UK se začala zabývat nádorovými onemocněními, která patří mezi nejčastější civilizační choroby současnosti, a na jejichž výzkum a hledání účinné léčby se proto zaměřují laboratoře celého světa. Tereza Tesařová se věnovala fungování cytostatik, která se pro léčbu rakoviny běžně využívají, jejich nevýhodou je však to, že kromě buněk rakovinných postihují i ty zdravé. Jak tomuto nežádoucímu účinku předcházet, stálo v centru jejího zájmu.

„Věnovala jsem se cílené protinádorové léčbě. Zaměřili jsme se na jeden specifický protein, který má uvnitř dutinu. Když se do ní cytostatikum dostane, nebude se uvolňovat, a tím pádem nebude mít žádné vedlejší účinky. Jakmile se pak tento konkrétní protein s cytostatikem uvnitř přiblíží k nádoru, kolem kterého je kyselejší prostředí, rozpadne se a cytostatikum se

cíleně uvolní. V základní fázi výzkumu jsem se snažila cytostatikum dostat do tohoto typu proteinu, zjišťovala jsem, jak to funguje a jak se uvolňuje,“ vysvětlila talentovaná doktorandka.

Talent otevírá dveře

Svůj výzkum tehdy vedla ještě pod hlavičkou PíF UK, ale praktik se účastnila v laboratořích týmu profesora Pavla Součka. A protože si tam všimli jejího talentu, vybídli ji k tomu, aby u nich pokračovala v doktorském studiu a svou nadějnou výzkumnou práci rozvíjela dál. Dnes proto působí jako juniorka v Laboratoři farmagenomiky, kterou v plzeňském Biomedicinském centru profesor Souček vede. Zabývá se hledáním genetických biomarkerů, které mohou pomoci předpovědět, jak se bude u daného pacienta nádor vyvíjet a jak bude reagovat na léčbu. Využívá přitom metodu farmakogenomické ana-

Mgr. Tereza Tesařová
Absolvovala bakalářskou a magisterskou Biochemii na Přírodovědecké fakultě UK. V doktorském studiu nyní pokračuje na Lékařské fakultě UK v Plzni, kde se věnuje Experimentální chirurgii. Zabývá se včasnou diagnostikou nádorových onemocnění a personalizací jejich léčby. Svůj výzkum vede v Biomedicinském centru LFP UK, kde je členkou týmu profesora Pavla Součka, který tam vede Laboratoř farmagenomiky. Pod vedením školitelky Radky Václavíkové pracuje na dizertaci *Identification and functional characterization of tumor prognostic and predictive genetic biomarkers in experimental models and patients with solid tumors*.

lyzy, která zkoumá vztah mezi genetikou a reakcí na léky.

„Nyní se věnuji testování nových cytostatik, zaměřuji se zejména na různé predikce – odpovědi na léčbu nebo screening pacientů s nádorovými onemocněními pomocí transkriptomiky,“ vysvětlila doktorandka, kterou v jejím výzkumu vede jako školitelka Radka Václavíková.

Léčba na míru

Výsledky výzkumu týmu mohou vést k pochopení, proč někteří pacienti reagují na léčbu dobře a jiní ne, což by umožnilo přizpůsobit terapii na míru konkrétnímu pacientovi a zlepšilo prognózu pacientů se solidními nádory (tady těmi, které se tvoří v pevných tkáních těla).

Jako hlavní autorka Tereza Tesařová loni publikovala článek v jednom z časopisů z prestižní rodiny *Nature*. Článek *Non-coding transcriptome profiles in clear-*

-cell renal cell carcinoma vyšel v *Nature Reviews Urology*. A jak těžké bylo prosadit svou studii v tak prestižním časopise a v obrovské konkurenci? Jak sama říká, hlavní je zkusit to, věřit si a nenechat se odradit.

„Když jsem s tím nápadem přišla, někteří se jen tak ušklíbli a řekli mi, ať si to tedy zkusím, když chci. Pořád jsem tak nějak postupovala dál a přesvědčovala ostatní, že to má smysl. Myslí, že v České republice stále panuje přesvědčení, že to nemá cenu vůbec zkoušet, protože to je ztráta času. My to ale nakonec poslali a na to, že to byl časopis z rodiny *Nature*, to šlo potom už docela jednoduše, ačkoliv byly i chvíle, kdy jsem měla chuť s článkem seknout. Musela jsem toho spoustu doplnit a přeformulovat, až by se dalo říci, že jsem v rámci revizí napsala celý nový článek. Nutno ale říct, že paní editorka byla člověk na svém místě, otázky, které kladla,

byly skutečně relevantní. Ve výsledku jsem si z toho odnesla velmi pozitivní zážitek,“ podotkla doktorandka.

Ať plavou sami

Jestli zůstane u vědy celý život, zatím Tereza Tesařová neví. V budoucnu by se ráda zaměřila hlavně na výuku nových generací, proto se už teď snaží pomáhat studujícím v laboratorních praktikách.

A co jí zatím doktorské studium dalo? „Jako doktorandka musíte na spoustu věcí přijít sama a sama si je také rozhodnout. To je asi největší rozdíl oproti bakalářskému a magisterskému studiu. Já mám ale skvělou školitelku, to je moje velká výhoda. Obecně je doktorské studium pojaté spíše způsobem: hodte je do vody, ať plavou sami. Pro život je to ale dobré!“



Výuka ji naplňuje víc než lékárna

Život Jany Karličkové je už čtvrt století pevně spjatý s Farmaceutickou fakultou Univerzity Karlovy v Hradci Králové. Po studiích zde působí jako akademický pracovník s pedagogickou a tvůrčí činností, a v rozhovoru probíráme nejen to, jak se mění postoje i hodnoty studentů, ale dozvíte se i co je dračí krev nebo podle čeho vybírat přípravky v lékárnách.

TEXT Jiří Novák FOTO Vladimír Šigut

Co vás přivedlo ke studiu farmacie, nebo ještě předtím k zájmu o botaniku?

To začalo už v dětství, kdy mě babička s dědou na jejich zahradě učili poznávat stromy a rostliny. Na základní škole jsem pak měla zájem o zdravotvědu a přihlásila se do kurzu dobrovolné sestry ČČK. Takže nakonec se z toho vyvinula farmacie jakožto skloubení medicínského pohledu a botaniky.

Jak vzpomínáte na své studentské začátky na Farmaceutické fakultě?

Já měla to štěstí, že jsem bydlela s o rok staršími děvčaty a ta mě malinko připravila na to, co mě čeká. Takže škola mě možná nejvíc zaskočila tím, že tu bylo opravdu hodně chemie, což jsem úplně tak nečekala. Ale pro toto studium je důležitá. A je to nastavené velmi dobře, protože se probírá postupně anorganická chemie, organická chemie, analytická chemie, farmaceutická chemie...

Co se výrazně změnilo od dob vašich studií farmacie?

V době mých studií, což byla 90. léta, jsme po absolvování vyšli všichni se stejnými znalostmi. Před časem došlo k tomu, že si lze vybrat ze šesti zaměření a podle toho si navolit volitelné předměty (např. se chcete specializovat tak, abyste mohl být poradcem lékaře u lůžka pacienta v nemocnici, tak si zvolíte Klinikou farmacie nebo vás zajímají fytofarmaka, tak to budou Léčiva přírodního původu).

Vy jste měla od začátku jasno, že půjdete tou „rostlinnou“ cestou?

Od začátku ne, nadchla jsem se pro rostliny už ve druhém ročníku, kdy jsem se u paní docentky Spilkové začala věnovat přípravám mikroskopických preparátů a chodila tam jako volunteer. Pak to postupně navázalo s dalšími věcmi a následně jsem šla na postgraduální studium k panu profesorovi Jahodářovi.

Ale neplánovala jste zůstat někde v lékárně?

Pocházím z Kutné Hory a do lékárny v místní poliklinice jsem chodila na praxi. Tam jsem narazila na velmi sympatickou paní vedoucí, která vedla lékárnu podle mých představ, a byl tam i fajn kolektiv, který se mnou v podstatě do budoucna počítal. Ale nakonec u mě převážil zájem zůstat na fakultě.

Na UK lze jezdit do zahraničí i prostřednictvím Erasmu nebo stáží. Sama jste to využila při stáži na Università di Sassari. Co vám to dalo?

Paní profesorka mě tehdy vzala s sebou i do výuky a zalíbilo se mi zapojení zpětné vazby, kterou se studenty používala k hodnocení výuky. To byla jedna z věcí, kterou jsem zavedla i u svého předmětu. Také mě vzali do terénu a mohla jsem vidět rostlinstvo typické pro klima na Sardinii. Posbírala jsem materiál, který jsme potom mohli použít i u nás pro srovnání.

Jaké přírodní látky se v současnosti jeví jako nejperspektivnější co se týče léčivých účinků?

Určitě jsou to flavonoidy, které mají antioxidační a antiradikálovou aktivitu, protože nás ochraňují před vznikem nádorů. Ale je stále problém se vstřebáním. Ačkoliv jsou běžně přítomné v zelenině a ovoci, je jich tam malé množství

a projdou nám navíc tak rychle trávicím traktem, že je naše tělo pořádně nedokáže využít. Proto se řeší, jak je dostat do nějaké mikronizované či liposomální lékové formy.

Jsou nějaké rostliny více ohrožené kvůli jejich nadměrnému využívání ve farmacii?

U nás tolik ne, ale v zahraničí je to například dračinec dračí (*Dracaena draco*), jenž máme ve skleníku i u nás v Zahradě léčivých rostlin. Z dračince se získává pryskyřice červené barvy (proto se jí říká dračí krev), která má antibakteriální a antivirové účinky. Ovšem spotřeba pro tradiční medicínu je velká a stromů ubývá, proto jsou nyní v některých zemích již chráněné.

A které rostliny z českých podmínek jsou ve farmacii nejvyužívanější?

V rámci léčivých, aromatických a koření nových rostlin je na prvním místě v pěstování u nás kmín, ale to i díky jeho využití v potravinářství. Kmín má pozitivní účinky na lepší trávení a zažívání, není na pečivu jen pro estetiku. Dále určitě zmíním ostropestřec mariánský, který patří na přední místa v pěstování nejen

u nás ale i v okolních zemích jako je Polsko, Slovensko nebo Maďarsko.

Ostropestřec mariánský se v lékárnách objevuje v přípravcích mnoha druhů a typů. Jak má ale laik poznat, kde najde nejvíc léčivých látek?

Zrovna z této rostliny máme na trhu fytofarmaka, což jsou léčivé přípravky, které patří mezi léčiva přírodního původu. Je to například Silymarin AL anebo Flavobion a tam máte zajištěné opravdu konkrétní množství silymarinového komplexu a nemusíte se bát, že by se neprojevil léčivý účinek.

Za dobu, co se farmacii věnujete, vnímáte, že se zvyšuje zájem o přírodní léčiva?

Ano, a je to dobře. Protože například, když jste zpočátku opravdu jen lehce nachlazen, tak to můžete pomoci rostlinných přípravků zažehnat a nepotřebujete jít k lékaři nebo dospět k antibiotikům.

Takže platí, že pořád můžeme důvěřovat radám našich babiček.

Je to pravda a hodně se k nim teď vracíme. A je to dobře.

PharmDr. Jana Karličková, Ph.D.

Po gymnáziu v Kutné Hoře absolvovala Farmacii na Farmaceutické fakultě UK v Hradci Králové, doktorát má z Toxikologie přírodních látek. Od roku 2002 působí na FaF UK jako odborný asistent na Katedře Farmakognozie a farmaceutické botaniky. Členka komise pro Státní rigorózní zkoušku z toxikologie přírodních látek a členka Ústředního poradního sboru ministerstva zdravotnictví ČR pro léčivé rostliny.



Propojit tak fyzioterapii s tancem



Michal Mejvald a Barbora Mahenová jsou spolužáci z Fakulty tělesné výchovy a sportu UK, kde studují obor fyzioterapie. A spojuje je i záliba v tanci, kterému se věnují od dětských let. Společně je ale tančit neuvidíte, tančení v páru se už totiž nevěnují. Dávají přednost sólo kategoriím, což předvedli i na prvním Akademickém mistrovství ČR v tanečních sportech. Michal si odnesl prvenství v kategorii Contemporary a Barbora obsadila stříbrnou příčku v kategorii standardních tanců.

TEXT Jiří Novák FOTO Michal Novotný

Bára ale přece jen občas v páru vystupuje. Představte nám tanečním laikům kategorii figurální valčík.

Barbora: Jde o vylepšený valčík, kde jsou povedené zvedačky, je dovoleno se pouštět i tančit vedle sebe, vybíráme si i vlastní hudbu. A také jsme před finále na parketu sami. Ale účastníme se jen jediné soutěže na začátku května, přičemž trénujeme na přelomu února a března, tudíž to moc času nezabere.

Jaká taneční kategorie je vaše nejsilnější nebo nejoblíbenější?

Michal: Za mě je to contemporary, které tančím šestým rokem, nyní už na vrcholné úrovni. V sólo disciplíně jsem byl na posledním mistrovství ČR druhý. Ale převážně tancuji ve skupině Vivid dance a nyní mě čeká mistrovství světa v Polsku.

Barbora: Já se vždy nejvíc věnovala latinskoamerickým tancům. Teď už se kromě figurálního valčíku snažím tančit vše, co se mi zalíbí, a objevuji nové styly. Tančím už převážně pro radost, jen občas se zúčastním nějaké soutěže v karibskoamerických tancích.

Co vás vlastně přivedlo k tanci?

Michal: Mamka, když viděla, jak při fotbale místo sledování míče sbírám sedmičrasky (*smích*). Tak mě dala na tancování a mě to chytlo. Ještě jsem dělal asi deset let hasičský sport, ale postupně už to nešlo časově skloubit.

Barbora: Já se od malička začala vlnit při každé příležitosti, kdy zazněla hudba. Klidně i v obchodě, prostě kdekoliv. Mamka mě nejdřív dala na moderní gymnastiku, ale na základní škole nám pak představili taneční kroužek, a od té doby už jsem tančila všechny možné styly. Jiný sport jsem nedělala, to objevuji až teď na vysoké škole – hrajeme volejbal, chodím plavat, snažím se dělat všechno možné, abych to měla v životě co nejvíce pestré.

Kolik času vám tanec zabere?

Michal: Učím v Centru tance a jako lektor mám šest tréninků pravidelně + dva individuální, také neustále sleduji taneční videa. Pořád se snažím posouvat a vymýšlet nové sestavy.

Barbora: Tancem člověk prostě musí žít. Když si vzpomenu na svoje období, kdy jsem ještě tančila závodně – na gymplu jsem ze školy jela na trénink, z tréninku domů až v deset večer, pak se něco málo učila, pak teprve šla spát. Neexistovalo pro mě nic jiného.

Oběma je vám teprve 23 let, a už oba tanec učíte. To je běžné?

Michal: Vedu lekce pro dospělé. Učím lidi, kteří si tančí pro radost. Takže je učím nějaké sestavičky a základy techniky, ale jsme si vědomi, že je to pro nás a nebudeme to tahat někam na soutěže.

Barbora: První dětský kurz jsem vedla už v osmnácti a dnes pomáhám u nás v klubu, kde se věnuji i dospělým. Od letoška učím Ladies latino – dospělé dámy, většinou začátečnice, mám to moc ráda, vždy mě to úplně nabije energií.

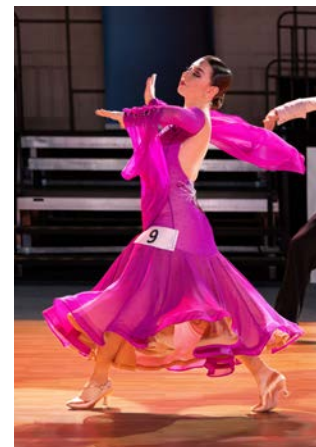
Jak jde vrcholový tanec skloubit se studiem na vysoké škole?

Michal: Tenhle rok už docela dobře, protože máme o dost volnější rozvrh. Ale dřívější roky to bylo mnohem těžší. Když jsem například psal bakalářku a měli jsme státnice, tak jsem ani nesoutěžil. Ale jinak platí – když člověk chce, tak to jde.

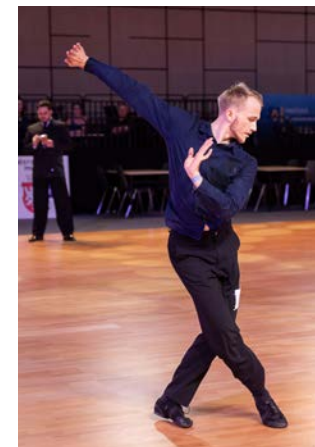
Barbora: Já už jsem kvůli studiu tanec dost omezila a přestala se mu věnovat vrcholově. Když nemohu něco dělat pořádně, tak mě to pak hrozně štve, proto jsem si dala pauzu. Jen jsem začala s figurálním valčíkem, což ale není tak časově náročné.

Momentálně máte oba odlišné představy o své taneční budoucnosti.

Barbora: Více se nyní soustředím na studium a moc ráda bych fyzioterapii propojila s tancem. Určitě už se vidím především jako fyzioterapeutka, ale chtěla bych i nadále učit tanec, protože mě práce s lidmi velmi baví.



Barbora Mahenová
Studentka Fyzioterapie na FTVS UK. Tanci se věnuje již od svých šesti let, a následujících 12 let se věnovala latinskoamerickým a standardním tancům. V roce 2022 se začala věnovat figurálnímu valčíku, v němž získala v letech 2023 a 2024 titul Mistryně ČR. Momentálně se navíc věnuje karibským tancům a tanečnímu stylu heels. Pracuje jako lektorka tance ve studiu Place 4 People.



Michal Mejvald
Student Fyzioterapie na FTVS UK. Tancuje již od svých deseti let a za tu dobu protančil spoustu tanečních stylů. Nejprve začal jako dítě s tancováním salsy, bachaty a merengue, později street dance. Pak se začal věnovat latinskoamerickým tancům a s taneční partnerkou si na soutěžích vytancovali výkonnostní třídu A. Poté objevil contemporary a art show tancování, čemuž se nyní věnuje nejvíce. Několikrát reprezentoval ČR na mezinárodních soutěžích, pracuje i jako lektor v Centru Tance.

Michal: Já se momentálně vidím víc v tanci a fyzioterapii bych rád provozoval jen na částečný úvazek, abych z toho úplně nevypadl. Chci si dělat i porotcovské zkoušky, víc trénovat, víc soutěžit... dokud to jde, než se rozpadnu. Chtěl bych si na české taneční scéně udělat jméno. Když člověk zamaká, tak má dobrou šanci stát se dobrým lektorem, který bude zván do různých klubů.

Tanec je populární i díky show StarDance. Jak na ni pohlížíte zkušenější tanečníci?

Barbora: StarDance sleduji pečlivě, je to i jeden z důvodů, proč jsem jako malá začala tančit. Navíc tam mám spoustu kamarádů a mých trenérů, které se snažím podporovat.

Michal: I já sleduji StarDance od malička, myslím, že asi tak od druhé řady. V sobotu většinou mívám taneční povinnosti, takže se koukám ze záznamu. A pak to s partnerkou pečlivě hodnotíme.

Biologie, nebo geologie? Oboje!



Je to unikátní a dnes velmi progresivní obor. Zájem o něj stoupá i proto, že přináší odpovědi na otázky, které se vynořují s globální klimatickou krizí. Geobiologie je poměrně mladá, ale mimořádně perspektivní mezioborová vědní disciplína, kterou lze v České republice studovat na jediné instituci – Přírodovědecké fakultě UK.

TEXT Helena Zdráhalová FOTO Vladimír Šigut

Už dvě dekády mají zájemci možnost studovat moderní a progresivní bakalářský program Praktická geobiologie, respektive navazující magisterský program Geobiologie. Obory, jejichž unikátnost tkví v tom, že kombinují vědy o živé a neživé přírodě, a zvláště pak paleontologii, historickou geologii, geochemii nebo ekologii, vybudovala na PřF UK paleontoložka profesorka Katarína Holcová.

„Obor Praktická geobiologie jsme zakládali s tím, že bychom rádi vychovali obecněji vzdělaného přírodovědce, který by se orientoval jak v neživé, tak v živé přírodě. Přídomek ‚praktická‘ v názvu oboru měl svoje opodstatnění. Studenti v rámci volitelných předmětů mají možnost specializovat se na uplatnění v menších regionálních institucích, na správách chráněných krajinných oblastí nebo v regionálních muzeích, kde by po absolvování už bakalářského studia měli být schopni pečovat o problematiku jak živé, tak neživé přírody. V tom je jejich hlavní výhoda,“ vysvětlila Katarína Holcová, ředitelka Ústavu geologie a paleontologie PřF UK a garantka oboru.

Obor, který otevírá mnoho dveří

Tím, že se studující učí jak základy biologie, tak i geologie, vzniká tím už v rané fázi studia specialista, který se na klasicky koncipovaných oborech obvykle dostane k druhému oboru až v pozdějších stupních studia a většinou v nich neprotrpí až do takové hloubky, jak by bylo třeba, podotýká profesorka Holcová. „Sama dnes, jako vystudovaná geoložka, cítím, že mi některé bazální biologické vědomosti chybí. Vždy jsem samu sebe v biologii vnímala jako poučeného laika. Jsem proto ráda, že tu díky našemu oboru vyrůstá generace, která bude mít seriózní základy jak v biologii, tak v geologii,“ podotkla.

Absolventům studia se otevírají dveře jak do soukromé, tak státní sféry, do různých ekologických organizací, do státních úřadů nebo do energetických či těžářských firem. Někteří se vydávají také za katedru, protože díky nabytým znalostem mohou po získání pedagogického minima učit biologii, zeměpis nebo přírodopis. Kdo chce pokračovat ve studiu, může zvolit navazující Geobiologii, což je už čistě vědecky orientovaný obor, případně pokračovat v samostatném programu biologickém nebo geologickém. Několik studentů studuje i program Ochrana životního prostředí.

„Většina studentů pokračuje v paleobiologickém směru. Věnují se různým etapám vývoje života a interakcím, tedy jak na vývoj života dopadají změny fyzikálních a chemických parametrů prostředí, což je velmi aktuální v souvislosti s globálními klimatickými změnami a znečištěním životního prostředí,“ upozornila vědkyně.

Když obor v Praze na Albertově stavěla, ve stejné době vznikl i na etablovaných univerzitách v Evropě i v USA. Dnes patří mezi průkopníky tohoto moderního oboru třeba Skandinávie.



A s tím, jak se společnost snaží porozumět globálním klimatickým změnám, nabývá stále na větší aktuálnosti a také popularitě.

Láska z donucení

Sama Katarína Holcová vystudovala geologii. K přírodním vědám se přitom dostala víceméně náhodou, protože za minulého režimu nemohla kvůli svému kádrovému posudku studovat humanitní vědy, ke kterým ji to původně táhlo.

„Soudružka ředitelka si mě před podáním přihlášky na vysokou školu pozvala do ředitelny a naznačila mi, že pokud chci studovat, tak musím volit jenom z určitých oborů, třeba geologii, která má blízko k tehdy strategickému hornictví. Tak jsem to zkusila, protože jsem na vysokou školu opravdu chtěla. Studium mě nakonec nadchlo, a protože mě to víc táhlo k živé přírodě, stala jsem se paleontoložkou. Zaměřila jsem se na mikropaleontologii, která se využívá třeba i v ropném průmyslu,“ vzpomínala.

Profesorka Katarína Holcová se ve svém výzkumu dlouhodobě zabývá mikroorganismy a celými ekosystémy, jež obývaly pravěká moře. Jedno z nich relativně nedávno (před 25–14 miliony let) pokrývalo oblast dnešní střední Evropy včetně Moravy. Díky studiu nenápadných a zdánlivě nezajímavých drobných organismů, které žily na dně moře nebo plávaly na povrchu jako plankton, pomáhá její tým dotvářet mozaiku toho, jak tehdejší ekosystémy vypadaly, vznikaly i zanikaly a vzájemně se ovlivňovaly. Pochopení minulosti totiž pomáhá porozumět nejenom dávnému vývoji života na Zemi, ale také současnosti. A to je také cílem celého vědního oboru Geobiologie, který se po jejím několikaletém úsilí mohl otevřít v Praze.

Klimatická změna není výmysl, jak občas někde někdo prohlašuje, ale jev, který se objevuje na planetě Zemi napříč celou její historií. To, co je dnes jiné a šokující, je, jak rychle se klima proměňuje.



Klimatická změna není výmysl, jak občas někde někdo prohlašuje, ale jev, který se objevuje na planetě Zemi napříč celou její historií. To, co je dnes jiné a šokující, je, jak rychle se klima proměňuje, vysvětluje v rozhovoru prof. sorka Katarína Holcová.

Máte za sebou hned několik ukončených velkých výzkumných projektů v poslední době. Na co jste se zaměřovala se svým týmem?

Nedávno jsme ukončili s úspěchem projekt, který se zabýval otázkou destrukce schránek po odumření mořských organismů v pravěkých mořích.



Schránky kolonizovaly různé vrtavé organismy, které materiál schránek vracely do koloběhu prvků (do projektu se vedle PřF UK zapojili také vědci z Akademie věd ČR, Západočeské univerzity v Plzni a Národního muzea. I díky tomuto projektu mohl tým publikovat v časopise Nature článek, který se týkal objevu krutýře trilobita, pod kterým byl zachován obsah trávicího traktu. Tato unikátní fosilie umožnila zrekonstruovat příběh trilobita od odumření až po pokusy využít jeho mršiny jako zdroje potravy, pozn. red.).

A na dalším projektu jsem pracovala se svým mladým kolegou Filipem Scheinerem a spoluřešila ho s Lukášem Ackermanem z AV ČR, který se specializuje na geochemii. Pomocí geochemických údajů jsme sledovali, jak proudila voda v systému Středozemního moře a v soustavě moří, které byly před 13–20 miliony let ve střední Evropě, včetně České republiky. Do toho se vrásnily Karpaty a Alpy, takže to bylo velmi dynamické prostředí. Zaměřili jsme se především na poslední teplý interval, který byl asi před 15 miliony let, a následné ochlazení. Změny v cirkulaci měly vliv jak na klima, tak v důsledku na všechno živé, ať už v moři nebo na pevnině.

Jak pohledem do minulosti dokážete predikovat budoucí vývoj klimatu a jeho dopad na život na Zemi?

Právě kvůli probíhajícím globálním klimatickým změnám jde do našeho výzkumu v bohatých zemích dost peněz. Vytvářejí se díky tomu modely budoucího vývoje, posledních dvacet let je sleduji na různých konferencích po celém světě. Potýkáme se ale s tolika neznámými, že predikční modely tak docela nefungují. Překvapivé je, že klimatické změny jsou strašně rychlé, to jsme jako geologové nečekali. Klimatické změny se v minulosti odehrávaly desetitisíce let a teď se nám najednou dějí před očima. V některých ohledech se s tím ale biota dokázala vyrovnat. Ještě na konferenci, na které jsem byla v roce 2000, se hovořilo o tom, že v roce 2030 v oceánu bude velice ohrožený plankton. A teď vidíme, že to plankton stále zvládá. Oteplení je ale větší, než se očekávalo.

Při tvorbě modelů naše výzkumy pomáhají, ale to, co se děje dnes, se v biologické minulosti neodehrávalo, protože do toho vstupuje antropogenní vliv, který procesy strašně urychluje, a zároveň chybí brzdy, jež by pomohly planetu ochlázovat.

Když se v minulosti začalo oteplovat, reakce byla například taková, že narostly lesy, které uhlík z atmosféry „přemístily“ do sedimentů. My ale potřebujeme pšenici, nemůžeme si nechat celou republiku zarůst hustým lesem.

vat. Když se v minulosti začalo oteplovat, reakce byla například taková, že narostly lesy, které uhlík z atmosféry „přemístily“ do sedimentů. My ale potřebujeme pšenici, nemůžeme si nechat celou republiku zarůst hustým lesem.

V našem výzkumu se momentálně zabýváme tím, jak se při klimatických změnách mění cirkulace v oceánu. Typický současný příklad je oslabování Golského proudu a co to bude znamenat.

Kterých výsledků svého výzkumu si nejvíce ceníte?

Zabývám se hlavně středoevropským mořem. Mám radost, že se tady vytvořil tým, který skvěle funguje. Vymysleli jsme určité metodické postupy, díky nimž se nám podařilo zrekonstruovat vývoj ve střední Evropě.

V minulosti jsem se věnovala období starších prvohor, zabývala jsem se mikroskopickými organismy – dírkovci. Systematicky jsem zpracovala výskyt těch z okolí Prahy. Vznikly z toho studie, které jsou citované. To mi dělá radost stále.



prof. RNDr. Katarína Holcová, CSc. Absolvovala Přírodovědeckou fakultu UK, kde dnes vede Ústav geologie a paleontologie. Zabývá se taxonomií, biostratigrafií a paleoekologií foraminifer a vápnitého nanoplanktonu (období paleozoikum, kenozoikum). Vedle paleontologie se věnuje také didaktice geologie. Je úspěšnou řešitelkou řady projektů, které podpořila např. Grantová agentura ČR.

Mapová sbírka jako 13. komnata

Studium knihovnictví jí nestačilo a tak si Eva Novotná přidala ještě studia historie a pedagogiky na Katolické teologické fakultě Univerzity Karlovy. Náramně se jí to pak hodilo při prozkoumávání historických map, když z knihovny na KTF UK přešla na Přírodovědeckou fakultu UK, kde dnes vede unikání Mapovou sbírku.

TEXT Jiří Novák FOTO Hynek Glos

PhDr. et Mgr. Eva Novotná, Ph.D.

Vystudovala Ústav informačních studií a knihovnictví na FF UK a katedru historicko-právní a pedagogiku na KTF UK. Pracuje jako vedoucí Knihovny geografie a ředitelka Mapové sbírky Přírodovědecké fakulty UK. Věnuje se výzkumu kartografického kulturního dědictví. Autorka knihy *Jan Felkl a syn, továrna na glóby* a spoluautorka knihy *Poklady Mapové sbírky*. Pod jejím vedením byly exponáty z Mapové sbírky PŘF UK už dvakrát zapsány do fondů UNESCO.

Jaké je postavení Mapové sbírky PŘF UK v rámci ČR a třeba i Evropy?

Určitě je to jedna z nejvýznamnějších univerzitních sbírek ve střední Evropě. A co do zpracovatelnosti a přístupnosti, tak bych řekla, že jistě patříme v Evropě mezi vrcholné instituce. Samozřejmě například vídeňský vojenský archiv může mít více map, ale nejsou přístupné. Z našeho pohledu i z hlediska badatelů nám chodí ohlasy, že je naše Mapová sbírka dobře přístupná, a i její kvalita je opravdu unikátní.

Pro staré mapy je podstatná kvalita uskladnění. Jaké speciální podmínky jsou potřeba?

Při rekonstrukci v roce 2013 se udělalo velmi mnoho opatření a v podstatě se celý sál překopal od podlahy až po strop. Dělal se nastavení pro kontrolu vlhkosti, teploty a kvality ovzduší. Protože nemůžeme mít na fasádě žádný ventilátor, tak jsme se probourávali do komínů, které už byly zazděné a vytvářela se přirozená cirkulace vzduchu známá už z dob Římanů.

Máme automatickou kontrolu topení a vlhkosti, přičemž v hlavním sále bylo potřeba vše nastavit tak, aby to bylo přijatelné jak pro uložení dokumentů, tak pro práci badatelů a zaměstnanců. Další věc je světlo. Byla speciálně odladěna skla a máme zvláštní, pokované rolety, které jsou neustále zatažené, protože staré dokumenty nesnáší přímé světlo. Potom se řešilo uložení dokumentů v dřevěných skříních. Dřevo totiž vylučuje poměrně velké množství vody, a tudíž jsme do těch dřevěných skříní ještě přidali zvlášť kovové skříně a do nich se ještě vkládaly krabice ze zvláštního, nekyselého kartonu. A mapy jsou pak ještě probalované zvláštním nekyselým papírem, aby co nejdéle vydržely.

A potom máme ještě depozitáře, které jsou také speciálně chráněné. Kontroluje se teplota, vlhkost, je tam bezpečnostní kontrola proti zlodějům. Taky musíme pravidelně kontrolovat zvlhčovače. Ten systém je poměrně složitý. V zásadě knihy, dokumenty, nebo globy jsou rády za stabilní vlhkost a teplotu, a je potřeba zařídit, aby nedocházelo k velkým výkyvům. A také aby tam mohli vstupovat i lidé.

A jak náročné je uskláňovat velkoformátové mapy?

Velkoplošné mapy zpravidla rolujeme na velké kobercové role, jež většinou restaurátor zespoda podlepí nějakým plátnem a pak se rolují, aby se co nejméně ohýbaly, protože v těch ohybech může docházet k nějaké deformaci. Pak se dají do nekyselých obalů a uchovávají se zase ve stabilní teplotě a vlhkosti.

Pokud jde o díla jako mapa Německa od Frederika de Wita ze 17. století (rozměry 136,5 × 121 cm, pozn. autora) nebo mapa Evropy z roku 1598 na pergamenu, tak ta ani nejde srolovat, protože ten pergamen je tvrdý, takže tyto mapy jsou v rámu.

Bohužel nemáme dostatečné prostory, kde bychom mohli velkoformátové mapy vystavit.

S nějakou galerií se nepočítá a Globe centrum, na kterém jsme s architekty dělali mnoho příprav, bohužel také nebude. V Karolinu samozřejmě je výstavní sál, ale tamní podmínky jsou pro nás v podstatě nedostupné.

Vaše mapy si však lze prohlédnout i v digitalizované formě. Kolik jednotek máte nyní zkatologizováno?

Celkem máme přibližně 150 tisíc jednotek a momentálně je zkatologizováno asi 85 tisíc. Postupuje to pomalu, protože staré mapy mají svoje zvláštnosti – exempláře mohou být v různých vydáních, které jsou velmi důležité, protože na tiskových deskách může dojít k nějakým změnám. A pak také mají různé kolorování, které má různý význam. Tudíž pokud se bavíme o mapách do roku 1850, tak ty je ideální popisovat kus po kusu a exemplář po exempláři. Novější mapy samozřejmě popisujeme jako celek a k tomu připojujeme pak jednotlivé exempláře, tam to jde trochu rychleji.

Specifická záležitost je popis atlasů, kde opět staré atlasy stojí za to popsat opět list po listu, protože vznikaly i speciální atlasy na objednávku. Vznikaly i sběratelské atlasy, takže složení map i vazba může být úplně jiná a originální. A také je to dobré kvůli zločincům, kteří ničí atlasy a vyřezávají z nich listy. Byly tady v minulosti skupiny, které se soustředily na vyřezávání map z atlasů.

A jak probíhá dokumentace glóbů, kterých máte také velké množství?

U glóbů primárně děláme dokumentaci tak, že uděláme popis glóbu a nafotíme. Na starých glo-

bech je mnoho údajů, které vyprávějí o zamořských objevech, kam vanou větry, je tam spousta zajímavých obrázků včetně různých mořských příšer a tak dále. Globy jsou velmi zajímavé objekty a v Čechách máme opravdu vzácné. Stojí ještě za další výzkum.

Pro vás jsou glóby srdeční záležitostí, o čemž svědčí i kniha o světové továrně na glóby Jana Fenkla, jež kdysi stála v Roztokách u Prahy.

Ano, glóby mám opravdu moc ráda. Fenkl je můj miláček, kterému jsem opravdu propadla a minimálně jednou do roka jezdím do Roztok, kde shromažďuji jeho globy a snaží se je získávat z trhu. I u nás máme velkou sbírku, globy firmy Fenkl jsou ve světě stále velmi poptávané i díky tomu, že publikovali v téměř 17 jazycích.

Navíc vyráběli globy v mnoha velikostech a ty nejmenší měly děti téměř ve všech školách tehdejšího Rakouska-Uherska na svých stolech a mohly s nimi krásně pracovat. A měly dobrou prostorovou představivost o tom, kde jaké země leží, viděly moře a hory – základní informace, které se vám jako dítěti zapíší do mozku a provází vás to pak celý život. Dnes koukají na digitální snímky, které představivost zase až tak nepodpoří.

Možná i díky absenci glóbů roste počet lidí, kteří si myslí, že je Země placatá. V Mapové sbírce pracujete už 20 let. Dokáže vás ještě vůbec něco překvapit?

Určitě. A vždycky jsem z toho nadšená. Historická kartografie je vlastně taková detektivka, protože musíte zjišťovat spoustu vazeb od toho, kdy a jak se sem daná mapa dostala, nebo proč ji autor zrovna takto zapsal. Mohou tam být totiž různé zkratky a zajímavosti. Každá mapa je taková Šifra mistra Leonarda, a to mě tedy hrozně baví.

Vaše studium ale původně mířilo trochu jiným směrem.

Já vystudovala knihovnictví, informatiku a pak na Katolické teologické fakultě pedagogiku a katedru historickoprávní. Historie mě vždycky bavila a věnovala jsem se jí. A když jsem pracovala na KTF v knihovně, tak jsem zkusila konkurz na Přírodovědu. A musím říct, že se to ve mně propojilo, dostala jsem od počátku prostor pro tvorbu výstav, kde mohu realizovat nějaké svoje výzkumy a řekněme estetické a umělecké sklony. A když jsem na PřF UK dala do pořádku knihovnu, tak vedení usoudilo, že bych se ještě mohla vrhnout do zdejší 13. komnaty, což byla nezpracovaná Mapová sbírka.

A zájem o mapy vás pohltil. Přeneslo se vám to i do soukromí, používáte při cestování papírové mapy?

Strašně ráda. Mnohem raději než digitální, v tomhle jsem hrozně konzervativní. Mám pořád



Mapová sbírka Přírodovědecké fakulty UK

Jedna z největších a nejcennějších univerzitních mapových sbírek v Evropě, jejíž datum vzniku sahá do roku 1891. Obsahuje přes 130 tisíc map, 2000 atlasů a 60 glóbů. Dokumenty jsou navíc průběžně digitalizovány, k dispozici tak jsou i online. Sběrka obsahuje mapy vojenské, dopravní, hydrologické, batymetrické nebo poštovní, jsou tu plány budov, měst. Nejstarší mapy pocházejí ze 16. století.



pocit, že tam najdu víc informací, také u toho musíte víc přemýšlet, jak a kde co propojit... Samozřejmě pokaždé, když někam přijedeme, tak hned proběhnu informační kanceláře a posbírám mapy, které pak zase přivezu sem. *(směje se)* Za padesát let za ně bude někdo rád.

A nosí k vám na fakultu mapy i „lidé z ulice“? Občas ano, z různých pozůstalostí, ale musíme to samozřejmě třídit, protože naše prostory nejsou nafukovací. A především si dáváme pozor, aby tam nebyly nějaké plísně, co by nám mohly zamořit sbírku. Nesmíme ale, a ani na to nemáme licenci, dělat znalecké ocenění donesených map. Když se jedná opravdu o nějaké vzácné dílo, tak lidi posíláme do antikvariátů.

Vybavujete si nějaký kuriózní případ, jako cestou se k vám nějaký exponát dostal?

Pracoval zde docent Ludvík Mucha, žák profesora Karla Kuchaře, a ten se zabýval školní kartografií. Byl specialista na školní atlasy, historické atlasy, globy a velké nástěnné mapy, a v 60. letech prováděl výzkum ve školách o tom, co obsahují školní kabinet. A na jedné střední škole v Jičíně objevil cenný globus, který byl ovšem prokopnutý, děti jej zřejmě používaly jako míč. Přitom to byl jeden z nejcennějších glóbů, o kterém jsme se ještě do předloňska domnívali, že je úplně nejstarší v Čechách. Pochází z roku 1602, je to nizozemská škola, a je velice cenný.

Když po komunistickém převratu v roce 1948 došlo k záborům majetků na zámcích, tak se i stá-

valo, že některé sbírky končily v místních školách. A tím se tam dostaly ledasjaké unikáty.

To je tedy jeden z nejstarších glóbů. A jaké nejstarší mapy jsou ve sbírce?

U map je to složitá otázka. Pokud mám jednoduše odpovědět, tak je to vyobrazení města Říma od Michele Tramezzina na pergamentu z roku 1553. Ale to je datovaná mapa. Je možné, že jsou tu i starší mapy, ale nedatované.

Pergamen patřil k prvním materiálům, na který se zachycovaly mapy?

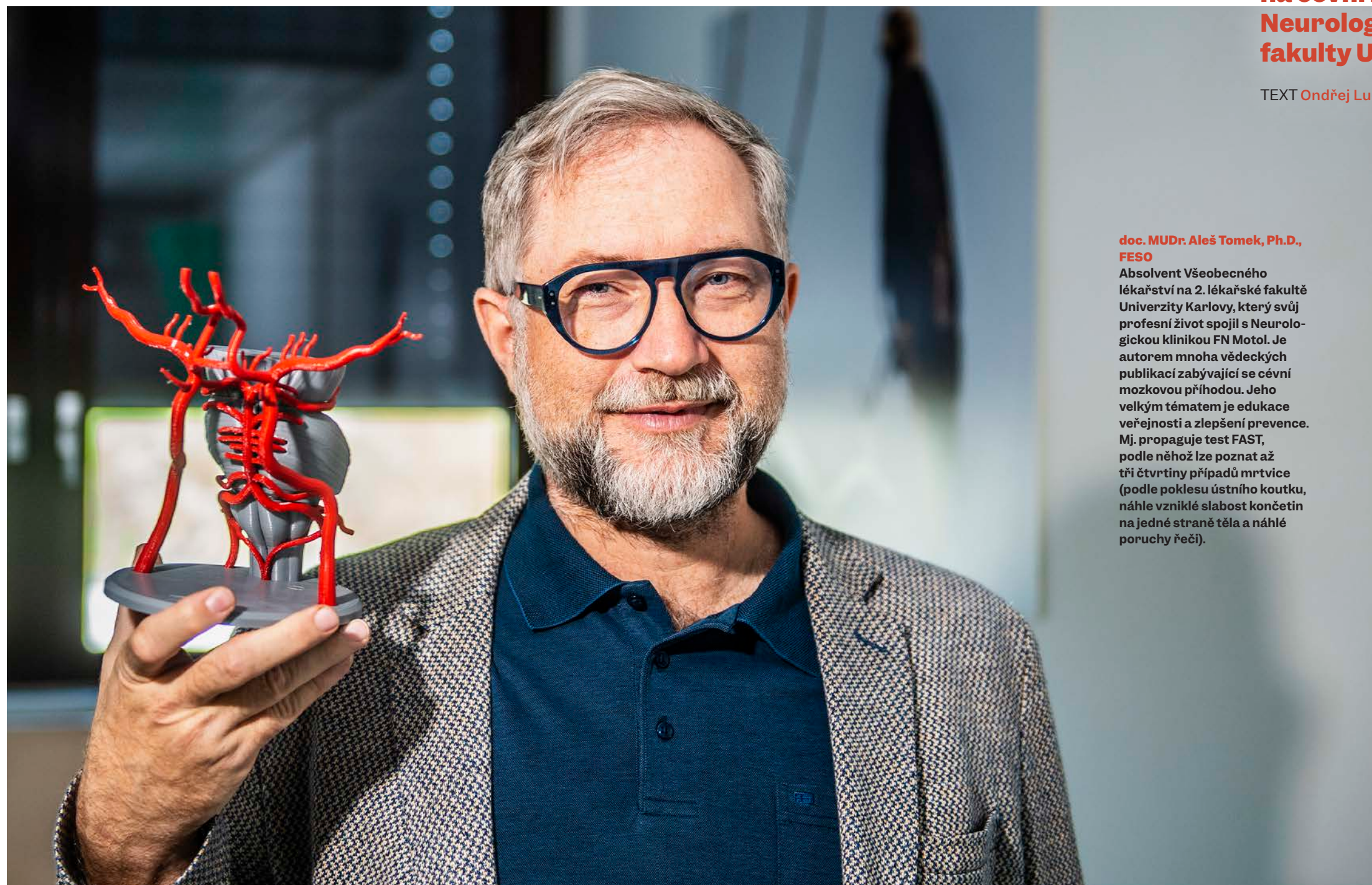
Mapy jsou velmi staré a u nás se traduje, že nejstarší mapa je ta Pavlovská na mamutím klu, která je stará 25 tisíc let. Mapy vznikaly na jakémkoliv materiálu, byly na hliněných destičkách, na kamelech, na klech, na kostech... Ale řekněme v té moderní době novověku to byl samozřejmě především pergamen, aby se zachovala nějaká trvanlivost. Potom to byl kvalitní ruční papír s filigrány, kde můžete i nějakým způsobem identifikovat, odkud vlastně pochází. A jak pokračovala moderní průmyslová produkce, tak se rovněž měnila kvalita papíru, asi nejhorší byla ve válečných dobách, především na konci 19. století a počátku 20. století.

Taky ale máme mapy na sklech z 30. let, a dokonce jsme našli mapy na astralonu. To je taková propisovatelná fólie, zvláštní tisková technika, která se používala v 50. letech. Vznikaly samozřejmě mapy i na látkách, máme například mapu zachycenou na hedvábí.

Kvalitní data nás posouvají kupředu

Medicína má pověst oboru, jenž se pohybuje na pomezí vědy a umění. Přesto nebo právě proto, bylo ale dlouhodobé sbírání dat a jejich vyhodnocování na národní úrovni do nedávné minulosti spíše zanedbávanou disciplínou. Průkopníkem těchto postupů a zároveň odborníkem na cévní mozkovou příhodu je primář Neurologické kliniky FN Motol a 2. lékařské fakulty UK Aleš Tomek.

TEXT Ondřej Lukáč FOTO Vladimír Šigut



doc. MUDr. Aleš Tomek, Ph.D., FESO

Absolvent Všeobecného lékařství na 2. lékařské fakultě Univerzity Karlovy, který svůj profesní život spojil s Neurologickou klinikou FN Motol. Je autorem mnoha vědeckých publikací zabývajících se cévní mozkovou příhodou. Jeho velkým tématem je edukace veřejnosti a zlepšení prevence. Mj. propaguje test FAST, podle něhož lze poznat až tři čtvrtiny případů mrtvice (podle poklesu ústního koutku, náhle vzniklé slabosti končetin na jedné straně těla a náhlé poruchy řeči).

Patříte mezi přední české odborníky, jenž se zabývají osvětou veřejnosti ohledně cévní mozkové příhody...

Ano, je to důsledkem toho, že jsem již více než deset let předsedou Cerebrovaskulární sekce České neurologické společnosti, kde se společně snažíme dosáhnout pokroku v léčbě CMP a k tomu je edukace veřejnosti naprosto neodmyslitelná. Jsou choroby, kde to není tak klíčové, ale v našem případě je rozhodující, aby pacient přišel včas. Máte tedy pravdu, že tomu věnuji mnoho času.

Zlepšuje se povědomí veřejnosti o tom, jak rozpoznat mrtvici nebo přetrvávají nějaké mýty?

Ta situace je určitě markantně lepší než před deseti lety, i když bych si současnost stále nedovolil označit za ideální stav. Je nutné poznamenat, že účinnou léčbu máme teprve posledních dvacet let, takže předtím nehrálo takovou roli, zda se mrtvice pozná včas a jak rychle se pacient na pohotovost dostane. Na druhou stranu máme za to, že edukace by neměla být vedena pouze námi jakožto odborníky či některými nadacemi jako Čas je mozek, ale naším cílem je, aby se hlavní příznaky mrtvice jako je pokles koutku, jednostranné ochrnutí či poruchy řeči vyučovaly už na základní škole, a na tom momentálně pracujeme.

O mýtech bych však úplně nemluvil. Spíše stále narážíme na to, že každá mrtvice vypadá trochu jinak a neexistuje univerzální příznak, jako je u infarktu myokardu bolest na hrudníku. My rozeznáváme dokonce až dvacet základních příznaků! Navíc je dotyčný pacient v důsledku mrtvice často zmatený nebo dokonce nehybný a není schopen si záchranku zavolat sám.



Na druhou stranu řada lidí si mrtvici stále často asociuje s bolestí hlavy...

Ano, ta přitom postihuje jen zhruba deset procent pacientů a jen dva a půl procenta mrtvic je způsobena subarachnoidálním krvácením, pro něž je krutá mučivá bolest hlavy typická. Dalších deset až dvacet procent s postižením mozkového kmene a mozečku má silnou nevolnost a závratě, které bývají ovšem lékaři a záchranáři nejčastěji přehlédnuté, protože kvůli silnému zvracení opominou často nenápadné doprovodné neurologické příznaky.

Již jste zmínil velmi úspěšný boj kardiologů s infarktem. Jak byste tedy srovnal síť iktových center a kardiocenter? Česká republika si v obou kategoriích vede v mezinárodním srovnání velmi dobře.

V České republice máme v současnosti 34 iktových center a 13 komplexních cerebrovaskulárních center, celkem tedy 47. Kardiocentra mají můj velký respekt, ale my jsme dál v organizaci a kontrole kvality. Oni mají samozřejmě výhodu v delším čase do zahájení léčby a jednodušší přednemocniční diagnostice. Ta kardiologická síť má možná o něco delší tradici, ale my si zase vedeme skutečně velmi pečlivé statistiky rychlosti a úspěšnosti naší léčby, a tak se neustále posouváme.

O jakých statistikách se zde bavíme?

V našich záznamech se snažíme pečlivě krok po kroku sledovat cestu pacienta od příznaků až k po-

dání léčby – vznik mrtvice, příjezd do nemocnice, od příjezdu do provedení CT a následně cestu na sál a podání léku na rozpuštění sraženiny. Tyto časy se všechny bez výjimky v uplynulých deseti letech výrazně zlepšily. A to celorepublikově. Spolupracujeme s krajskými záchrankami a aktuálně vyvíjíme nové indikátory kvality pro přednemocniční péči. Řešíme na první pohled i drobné detaily – třeba kolik času stráví záchranka u pacienta, než vyrazí. Tam se podle nás dá stáhnout republikový průměr o dalších dvacet minut. My provádíme i tzv. benchmarking, kdy centra každý měsíc dostávají report, jak si vedou oproti ostatním a jednou ročně podrobnou zprávu, jaké výsledky měly v uplynulém roce a jak vychází v celorepublikovém porovnání.

Jak byste blíže vysvětlil pojem benchmarking?

Jedná se o systematickou nepřetržitou kontrolu, měření a porovnávání. Vyžaduje to dvě věci: lékař nebo jeho asistent musí zadat do počítače všechna data. To je ta pracná část. Dále my jakožto odborná společnost data zpracováváme a spočítáme mediány. Data můžeme dokonce pozorovat i živě. Zároveň máme jednoznačně statisticky podloženo, že v naší zemi je největšímu procentu pacientů umožněna léčba trombolýzou, a tedy poskytujeme nejefektivnější léčbu na světě. To je samozřejmě dáno i naší příznivou rozlohou a geografickým rozložením. V Brně sídlí dokonce největší databáze pacientů po mrtvici na celém světě – RES-Q.

Tahle zpětná vazba je důležitá, protože pak jednotlivá centra ví, jak si stojí a jestli třeba musejí něco zlepšit. Je to pozitivní i negativní motivace.

Jak se vyvinula prognóza pacientů po mrtvici? Dříve se udávalo, že třetina pacientů zemře a třetina se potýká s doživotními následky.

To je stará poučka z dob, kdy neexistovala účinná léčba, historie. Dnes je situace diametrálně odlišná, i když to samozřejmě závisí na tom, jestli se bavíme o 30denní či 90denní mortalitě. Poslední souhrnná data máme z roku 2023 a tam jsme mohli slavit pokles mortality v prvních 30 dnech po cévní mozkové příhodě pod 12 %. Naopak 60 % pacientů odchází domů zcela samostatných bez vážnějšího omezení.

Jaká je ale v současnosti prognóza pacientů, co dorazí pozdě?

Ta je pochopitelně stále špatná, ale i zde se naše poznatky za poslední dva roky výrazně rozvinuly. To má za následek i to, že se naše terapeutické okno neustále rozšiřuje. Jde o rovnováhu mezi účinkem a rizikem. Dříve bylo podání trombolýzy doporučeno do tří hodin od prvních příznaků, potom do čtyř a půl. Teď už hovoříme o devíti hodinách! My víme, že léčba po osmi hodinách již není tak účinná, ale stále pomůže. Mechanická rekanalizace (*za pomoci cévního katétru*) je u výrazných ischemických změn nyní čerstvě doporučována až do 24 hodin.

V rehabilitaci máme stále mezery a nepatříme ke špičce, ale o to větší důraz klademe na včasné rozpoznání příznaků. Je ale nutné poznamenat, že mnoho pacientů následkem mrtvice není schopno si záchranku zavolat a jsou odkázáni na pomoc ostatních. Typickou obětí je žena nad osmdesát let, která je vdova a žije sama. Tady se vyplatí pomůcky jako jsou hodinky s detekcí pádů či alarmy na krku.

Jste autorem učebnice o neurointenzivní péči, jež vyšla v několika vydáních. Lákala Vás vždycky intenzivní medicína a akutní stavy?

Mě naopak už od dětství fascinovala genetika a molekulární biologie. Na škole jsem byl přesvědčen o tom, že se stanu vědcem a po promoci jsem začal na ústavu Biologie a lékařské genetiky 2. lékařské fakulty. Souhrou okolností mi jako téma mé postgraduální práce byla svěřeno neurogenetika. Postupně jsem ale zjistil, že nejdříve musím znát

Já se upřímně zabývám celým procesem péče pacientů o mrtvici – od příčin, přes měření kvality péče až po dlouhodobou prognózu pacientů.

klinické projevy těchto pacientů. Bylo nutné ty pacienty detailně poznat – jejich potíže a příznaky, a na to mohlo navázat už specifické genetické vyšetření. Začal jsem tedy na neurologickou kliniku pravidelně docházet. Postupně jsem zjišťoval, že mě baví jak práce s pacienty, tak akutní medicína, kde se musíte rychle rozhodovat, ale zároveň vidíte velmi záhy výsledky své práce. Jsou lékařské obory, kde musíte na výsledek čekat roky, ale to by nebylo nic pro mě.

Vášim velkým vědeckým tématem je farmakoterapie ředění krve po mrtvici.

Přesně tak. Já se upřímně zabývám celým procesem péče pacientů o mrtvici – od příčin, přes měření kvality péče až po dlouhodobou prognózu pacientů. Předmětem mé doktorské práce i docentury byla ale farmakogenetika, kdy jsem si kladl otázku, který lék na ředění krve podat pacientovi v rámci sekundární prevence po mrtvici. Pokud totiž mrtvici přežijete, tak máte v průměru osmiprocentní riziko, že ji dostanete znovu o rok později. Navíc třetina mrtvic je podmíněna srdeční arytmií, kde dochází ke vzniku krevních sraženin. Neefektivní lék na ředění krve, pak může znamenat dvakrát až třikrát větší riziko, a to už je rozdíl, jenž se vyplatí při výběru zohlednit. Farmakogenetika je zatím v praktickém využití stále v plenkách, ale myslím si, že se v příštích deseti letech dostane do běžné praxe.

Mnozí pacienti i lékaři mají však z léků na ředění krve zejména ve vyšším věku stále strach...

Jsou na to i studie a je to spíše psychologická záležitost. Podvědomě máme větší strach podat lék, jehož vedlejší účinek pacienta poškodí. Naopak novou mrtvici u nedostatečně léčeného pacienta vnímáme jako přirozený stav věci. Statistika ovšem hovoří jasně: riziko pacienta bez odpovídající medikace je mnohonásobně vyšší. Samozřejmě je to ale vždy o individuálním posouzení konkrétního pacienta.

Nemohl jsem si nevšimnout, že Vaši kancelář a vlastně celou kliniku zdobí Vaše fotografie ptáků. Je to vaše velká vášeň?

Fotím už od dětství a v té době mě vlastně lákala více přírodověda než medicína. Sbíral jsem kameny a dodnes jsem mineralolog amatér. Můj dědeček i otec byli však zapálení amatérští fotografové a já si užíval jim pomáhat vyvolat fotografie v temné komoře. Nyní už ovšem používám digitální fotoaparát. Baví mě tedy fotit přírodu – minerály, hmyz ale v poslední době opravdu nejvíce ptáky, což je vskutku snadné poznat. Samozřejmě se i snažím fotky jednotlivých druhů sbírat a v rámci tzv. občanské vědy tak pomáhám ornitologům sbírat data o výskytu jednotlivých druhů. Vlastně ten vědecký přístup a práce s daty je něco, co mě ohromně baví a potřebuji to i ve svých koníčcích.

Příběhy ošetrovatelek inspirují



„Stále mě jejich osudy dojmají a inspirují,“ říká pedagožka na 3. LF UK, všeobecná sestra a rovněž absolventka doktorského studia Dějin lékařství na 1. LF UK Renata Vytejková, jež ve své výzkumné práci odhalila mimo jiné i pozapomenuté osudy ošetrovatelek první poloviny 20. století v českých zemích a podmínky jejich práce.

TEXT Jitka Jiříčková FOTO Michal Novotný



Vitrína s historickými předměty na Ústavu ošetrovatelství 3. LF UK

Zájem o historii ošetrovatelství se v pedagožce a sestře Renatě Vytejkové začal formovat už během studia na 3. lékařské fakultě UK (bakalářské studium) a následně i na 1. lékařské fakultě UK (magisterské studium). Ale zcela zásadně ji k badatelské činnosti, na níž později postavila svou doktorskou práci, ponouklo několik životních náhod. „Příběhy ošetrovatelek z první poloviny 20. století ke mně přicházely zcela nečekaně, a tak silně, že jsem je nemohla ignorovat,“ usmívá se při vzpomínce na období, kdy její rodina koupila starou vilu na Berounsku. Během průzkumu půdy našla pozoruhodné materiály – poznámky studentky, která pravděpodobně ve třicátých letech absolvovala ošetrovatelskou školu.

„Co mě na tom nejvíce překvapilo, byla skutečnost, že studovala v oblasti, kde jsem později sama pracovala a studovala, konkrétně v blízkosti Fakultní nemocnice Královské Vinohrady. Její poznámky obsahovaly jméno vyučujícího profesora Emericha Poláka, významného chirurga, jenž působil na místní chirurgické klinice. Vedlo mě to k otázce, kde se vlastně tyto věci učily, protože zdejší zdravotnická škola, kterou známe dnes a s níž 3. LF UK sdílí jednu z budov, tehdy ještě neexistovala,“ dodává. Další zajímavý moment přišel, když zjistila, že nedaleko její rodné vesnice se nacházel první rekreační objekt spolku diplomovaných sester – místo, které sloužilo jako útočiště pro diplomované sestry, z nichž některé patřily k nejvýznamnějším iniciátorkám vývoje ošetrovatelství té doby.

Z chirurgické JIP do historie

A tak se původně spíše praktická sestra se zaměřením na chirurgii a kontrolu nemocničních infekcí, pustila do pátrání, jež vyústilo ve výzkumný zájem o historii ošetrovatelství. Postupem času tak například zjistila, že materiály z půdy se týkají Masarykovy státní školy zdravotní a sociální péče, založené za podpory Rockefellerovy nadace. „I když

se mi nepodařilo úplně zjistit rodinný příběh té studentky, bylo jasné, že její rodina byla nějakým způsobem spojená s Masarykovými. Z dokumentů a knih, které jsem našla, bylo zřejmé, že pocházela z významné rodiny, což mě ještě více podnítilo k dalšímu zkoumání,“ popisuje Renata Vytejková.

V té době již pracovala jako sestra na chirurgii a chirurgické JIP a zároveň učila na plný úvazek na Ústavu ošetrovatelství 3. LF UK. Zjistila, že existuje možnost studovat doktorský studijní program Dějiny lékařství pod Ústavem dějin lékařství a cizích jazyků 1. LF UK. „Přihlásila jsem se, i když jsem si nebyla úplně jistá, jestli je to určeno pro sestry, protože absolventi programu byli většinou historici, antropologové nebo lékaři. A nakonec jsem pravděpodobně byla první sestra, která tento program na Univerzitě Karlově dokončila,“ říká otevřeně s tím, že v akademickém prostředí se vždy cítila velmi dobře a nikdy neměla pocit, že by tam nepatřila, nebo že by její předchozí vzdělání bylo nevýhodou.



Mgr. Renata Vytejková, Ph.D.

Vystudovala Střední zdravotnickou školu v Berouně a dále pokračovala ve studijním programu: Ošetrovatelství na 3. LF UK a 1. LF UK, kde rovněž absolvovala doktorský studijní program Dějiny lékařství (grant GAUK). Působila v nemocnici v Berouně, v Ústřední vojenské nemocnici Praha a také ve Fakultní nemocnici Bulovka, kde pracuje na částečný úvazek doteď. Přednáší a vyučuje na Ústavu ošetrovatelství 3. LF UK. Je spoluautorkou série učebnic Ošetrovatelské postupy v péči o nemocné. Absolvovala zahraniční stáže zaměřené na dlouhodobou péči v Nizozemsku a pedagogické stáže v Portugalsku, Belgii a Švédsku.



Vojenský lékař a ošetřovatelky v době 1. světové války, Rakousko-Uhersko, (zdroj: sbírka: R. Vytejkové)



Skupina nediplomovaných ošetřovatelek, meziválečné období (zdroj: sbírka: R. Vytejkové)



Sestra Ludmila Fajcová s pacienty na očním oddělení vinohradské nemocnice (zdroj: sbírka: R. Vytejkové)



Sestra Ludmila Fajcová na očním oddělení vinohradské nemocnice (zdroj: sbírka: R. Vytejkové)



Portrét neznámé diplomované sestry, první polovina 20. století (zdroj: sbírka: R. Vytejkové)



Sestry na pokoji nemocných ženského oddělení v meziválečném období. (zdroj: sbírka: R. Vytejkové)



Sestra Ludmila Fajcová s kolegyněmi na očním oddělení vinohradské nemocnice (zdroj: sbírka: R. Vytejkové)



Sestra Ludmila Fajcová s kolegyněmi na očním oddělení vinohradské nemocnice (zdroj: sbírka: R. Vytejkové)



Soubor učebnic ze sbírky první ošetřovatelské školy v Praze, Ječné ulici. Mezi autory významní lékaři. (sbírka R. Vytejkové)

Výzkum odkrývá osudy

„Pro mě osobně bylo velkou výzvou pracovat s historickými zdroji. Přejít z rušné chirurgie do klidného světa historie a velkého množství informací byl pro mě úplně odlišný. A musím říct, že mi v tom pomohlo renomé Ústavu dějin lékařství na 1. lékařské fakultě. Díky tomu jsem měla možnost pracovat s archivními materiály, které byly dosud nezpracované a uzavřené. Otevřelo mi to zcela nové cesty výzkumu,“ oceňuje Renata Vytejková.

V doktorské práci, jež byla podpořena Grantem UK, se jí podařilo rozkrýt nenápadné, ale pro pochopení celého kontextu historie ošetřovatelství v českých zemích první poloviny dvacátého století zásadní detaily a popsat konkrétní zkušenosti z praxe a života tehdejších ošetřovatelek. Objevila do té doby opomíjené osudy – například ošetřovatelky T. G. Masaryka Anny Rypáčkové nebo mladé zdravotní sestry Lídy Fajcové, jež se vydala hned

po skončení druhé světové války, v květnu 1945, do Terezína pomoci obětem epidemie skvrnitého tyfu, jemuž sama o pár týdnů později podlehla.

Z disertace vzniká kniha

Některé z historických materiálů koupila Renata Vytejková z pozůstalostí nebo antikvariátů a také jí je sami věnovali lidé, kteří se o jejím výzkumu dozvěděli. Jednou všechny plánuje předat nějaké relevantní instituci, jež jim zajistí potřebnou péči. „Je to důležité pro jejich uchování a ochranu pro

budoucnost. Možná také najdu způsob, jak je co nejlépe využít, aby se staly populárními a lidé o nich věděli. Připravuji knihu, která z mé disertační práce vychází a v níž si budu moci dovolit některé části více rozpracovat a přiložit především značný obrazový materiál,“ plánuje Renata Vytejková.

Že je toto téma zajímavé i pro současné studentky, si ověřuje denně při výuce. Nejvíce je

„baví“ právě ty silné příběhy. „Vždycky když mám pocit, že nestíhám, cítím se vyčerpaná, vzpomenu si, co musely prožívat ošetřovatelky na začátku minulého století. Nebylo neobvyklé, že žily v nevhovujících podmínkách, často v místnostech nemocných. Byly omezené ve vycházkách, měly jen malý osobní prostor a jejich život byl často podmíněn celibátem, včetně toho, že se nemohly starat o děti nebo rodiče doma,“ uvádí pedagožka, podle níž mohou být zmíněné příběhy inspirací i pro současnost. Třeba právě v tom, jak řešit nedostatek ošetřovatelského personálu nebo pro správný výběr uchazečů a celkové zatraktivnění oboru. „Jako bychom se díky nim navraceli k podstatě ošetřovatelství, kde středem zájmu je pacient,“ shrnuje Renata Vytejková.

Aby hlas pacientů byl víc **slyšet**

Co víte o svém zdravotní stavu? Kdo vám pomáhá situaci zvládat? Co je pro vás v životě důležité – co bych já jako lékař měl o vás vědět jako o člověku? Tři jednoduché otázky, o něž se opírá takzvaná hodnotová anamnéza. Nejen do výuky mediků a mediků ji pomáhá zavádět Kateřina Rusinová, přednostka Kliniky paliativní medicíny 1. lékařské fakulty UK a Všeobecné fakultní nemocnice v Praze.

TEXT Jitka Jiříčková FOTO Veronika Vachule Nehasilová

Proč jste se po téměř patnácti letech v oboru anesteziologie, resuscitace a intenzivní medicíny rozhodla zaměřit na paliativní oblast?

První impuls se odehrál během mého zahraničního pracovního pobytu v Paříži, kde jsem měla v nemocnici Saint-Louis možnost spolupracovat s profesorem Eliem Azoulayem – pneumologem a intenzivistou, který se už od přelomu tisíciletí věnuje také rodinám pacientů v intenzivní péči, což je stále velmi inovativní a průkopnická práce, a založil výzkumnou skupinu, jež tuto oblast systematicky zkoumá.

Tehdy a tam jsem si začala silně uvědomovat, že v intenzivní medicíně nemáme pouze přístrojovou náhradu orgánových funkcí, ale úplně stejně důležitá je i životní trajektorie pacienta a jeho blízkých – a razantní vstup závažného onemocnění a napojení na přístroje má hluboký a dlouhodobý efekt. Začala jsem se podílet na některých výzkumných projektech profesora Azoulaye a po návratu do Česka jsem kolem roku 2016 spolu s kolegy podala v rámci Nadačního fondu Avast grant na založení nemocničního týmu paliativní péče. Díky

této podpoře jsme realizovali výzkumnou studii o tom, jak probíhá závěr života pacientů, kteří umírají ve Všeobecné fakultní nemocnici v Praze – jak jsou naplňovány jejich potřeby z hlediska fyzických symptomů (bolest, dušnost, nauzea apod.), ale také potřeby psychologické či spirituální, a nejenom samotných pacientů, ale i jejich blízkých. To byl začátek mé cesty v paliativní medicíně.

Co jste v rámci této studie zjistili?

Především se ukázala velká potřeba a také variabilita péče o pacienty během jejich poslední hospitalizace, a to nejen ze strany pacientů a jejich blízkých, ale také u zdravotníků. Mým cílem bylo tuto péči zlepšit. Ze strany osob blízkých byla reflektována velká tabuizace tématu ve smyslu: „Věděli jsme, že se asi blíží konec, ale nikdo nám to neřekl přímo, trochu to jenom naznačili...“ Díky našim zjištěním bylo velmi srozumitelné a opodstatněné, proč má vzniknout specializované pracoviště paliativní medicíny, a proč právě v rámci a 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Všeobecné fakultní nemocnice (VFN) v Praze.

Spoluzaložila jste tedy Centrum podpůrné a paliativní péče VFN, které se v lednu 2021 transformovalo na samostatnou Kliniku paliativní medicíny 1. LF UK a VFN. Jakožto její přednostka jste převzala Cenu Arnošta z Pardubic za vynikající počin v oblasti inovace ve vzdělávací činnosti – konkrétně za zavedení takzvané hodnotové anamnézy do výuky. O co přesně jde?

Jedná se o proces zjišťování hodnot, preferencí, cílů a očekávání pacienta a jeho rodiny. Tento přístup umožňuje lékařům lépe pochopit, co je pro pacienta v kontextu nemoci a péče nejdůležitější, a podle toho přizpůsobit léčebný plán. Hodnotová anamnéza zahrnuje otázky, jež pomáhají odhalit, jak pacienti svému zdravotnímu stavu rozumějí, co považují za smysluplné a důležité ve svém životě v kontextu zdravotní péče, jaké jsou jejich obavy a přání ohledně budoucnosti, jaké zásahy v rámci léčby jsou pro ně přijatelné nebo nepřijatelné a jakou roli hraje rodina a blízcí při jejich rozhodování.

Jak dlouho se hodnotové anamnéze věnujete?

Průběžně od vzniku kliniky, tedy čtvrtým rokem. Inspiraci čerpáme především z USA, protože naprostá většina výzkumů v paliativní medicíně ve smyslu randomizovaných kontrolovaných studií a důkazů, které máme, vychází ze Severní Ameriky. Konkrétně získáváme informace a podněty z pracoviště Memorial Sloan Kettering Cancer Center v New Yorku, které jsem měla možnost navštívit v rámci několikátýdenní stáže a kde se hodně věnují tomu, jak zohlednit hodnoty a preference pacientů v individualizované a personalizované onkologické péči.

Aby od začátku pacienti věděli, jaká je jejich situace?

Porozumění je proces. A je v pořádku, že je to pro člověka na začátku šok, že rozumí jen malé části, že má velké obavy i velké naděje. Ten proces trvá. U někoho velmi dlouho, u někoho ne tak dlouho, proměňuje se také zdravotní stav, stejně jako medicínské intervence. Ale vždy se potvrzuje, že čím lépe pacienti a jejich blízcí rozumí tomu, co se s nimi děje, tím lepší mohou mít kvalitu života.

Jak jste při zavádění hodnotové anamnézy do praxe a do výuky postupovali?

Poměrně brzy nám došlo, že když ji budeme učit jen v rámci našeho povinného předmětu Základy komunikace a paliativní medicíny – sice pro celý ročník 1. LF UK, ale s poměrně malou hodinovou dotací – tak se nám v celkovém objemu výuky ztratí. Přemýšleli jsme proto, jak hodnotovou anamnézu integrovat do dalších předmětů. Oslovili jsme 3. interní kliniku endokrinologie a metabolismu 1. LF UK a VFN a profesora Vrablíka, jenž je garantem výuky interní propedeutiky. Vzal si tuto

oblast za svou, což je pro nás opravdu velké štěstí a není to rozhodně samozřejmé.

Zásadní asi je, aby s hodnotovou anamnézou pracovali zdravotníci napříč obory. Když to vezmu do důsledku, informace potřebujete, ať jste u zubaře nebo v paliativní péči.

Ano. Vychází to z předpokladu, že pro úspěch léčby by lékaři měli vědět o pacientovi víc než jenom to, jak se jmenuje jeho nemoc. Strukturovaný přístup a dokumentace hodnot, preferencí a porozumění je něco zcela nového, co se právě nyní s kolegy a kolegyněmi z interních oborů, a nejenom na 1. LF UK, snažíme integrovat, rozvíjet a dál zkoumat.

Aby se hodnotová anamnéza stala nedílnou součástí celé medicíny.

A aby hlas pacientů byl víc slyšet. Ale je to nesmírně složité.

Doplnit tři otázky do anamnestického rozhovoru?

Ano. Zdá se to jako velice jednoduchá věc, ale ukazuje se, že hodnotově orientovaný rozhovor je pro medicínu naopak velmi komplikovaná záležitost. Každý má hodnoty jiné, a standardní rozhodovací proces probíhá v medicíně hodně algoritmicky – všechna odborná doporučení jsou vlastně algoritmy založené na důkazech. Přiřadit něco tak variabilního, jako že jednomu člověku záleží nejvíce na jeho vnučce a druhému nejvíce na tom, aby měl přístup k nejmodernějším metodám ve fázi výzkumu, je něco, co se do rozhodovacího algoritmu velmi těžko zadává a zpracovává.

Připodobnila bych to k řízení auta pomocí umělé inteligence, které docela dobře funguje na klasické silnici s jasně definovanými pruhy. Ale jakmile se auto dostane na polní cestu, ztrácí funkčnost. Je tam tolik proměnných, že je složité je všechny efektivně začlenit a zpracovat, aby bylo auto stále spolehlivé a bezpečné. Přesně toto je úkol, před nímž v medicíně stojíme – jak hodnotovou anamnézu, jež je přirovnatelná k autu řízenému AI na polní cestě, začlenit do standardní medicíny tak, aby hodnoty a preference pacienta nenarušily algoritmické medicínské myšlení, ale staly se jeho přirozenou součástí.

Samotní pacienti si tento přístup velmi chválí. Když se jich zeptáte: „Co je pro vás důležité?“, tak je to pro ně velmi úlevný rozhovor, přiznávají, že něco takového třeba ještě nikdy nikomu neřekli.

Jak daleko v hledání a nastavování optimálního modelu, jenž by dokázal hodnotovou anamnézu dobře integrovat, nyní jste?

Sledujeme nejnovější světové výzkumy, například právě ze zmíněného newyorského Memorial Sloan Kettering Cancer Center, kde detailně zjišťují a zpracovávají otázky lékaře, především z pohledu „jak se ptát“, ale také jak následně překládat tento narativ individuálního příběhu pacienta do výpo-



vědi srozumitelné i pro někoho, kdo u rozhovoru nebyl.

Zařadit ho do „kolonky“.

Ano. Přesně o to se v newyorském centru snaží. Ve zdravotnické dokumentaci jejich pacientů najdete vedle výsledků vyšetření biopsií, zobrazovacích metod a dalších také specifický panel pojmenovaný *hodnoty pacienta*, v němž velmi detailně, strukturovaně a standardizovaně dokumentují pomocí velmi přesných otázek právě tento aspekt péče, který se ukazuje, že je velmi úzce svázán s kvalitou života pacientů s pokročilým onemocněním. Zjištěná data analyzují a celý tento proces dále zlepšují.

A pro vás jsou důležitým zdrojem zkušeností.

Naše nemocnice v tuto chvíli přechází na nový informační systém, což vnímáme jako příležitost do něj některé z těchto poznatků integrovat. Ale tím, jak na hodnoty, preference nebo utrpení nemáme biomarker, nemá to číslo, nelze to poslat do laboratoře, ale je to hodně opřeno o dialog s pacientkou či pacientem, je to nesmírně náročný úkol. Velká výzva, která mě ale právě pro tu svou nesmírnou potřebu u pacientů i za zdravotníků posouvá kupředu.

doc. MUDr. MgA. Kateřina Rusinová, Ph.D.

Přednostka Kliniky paliativní medicíny 1. lékařské fakulty UK a Všeobecné fakultní nemocnice v Praze. Působila na Klinice anesteziologie, resuscitace a intenzivní medicíny FN Hradec Králové, poté v Ústřední vojenské nemocnici v Praze, Fakultní nemocnici Královské Vinohrady a následně pracovala na Klinice anesteziologie a resuscitace 1. LF UK a VFN v Praze. Centrum podpůrné a paliativní péče VFN, které spoluzaložila, se v lednu 2021 transformovalo na samostatnou Kliniku paliativní medicíny, jíž se stala přednostkou. Jedná se o první takto specializovanou kliniku v Česku. Vedle medicíny souběžně vystudovala Divadelní fakultu AMU a je známá také díky svým dětským filmovým rolím.

Herecká kariéra

Jako dítě (rodné jméno Kateřina Urbancová) se objevila v několika dětských rolích – začala natáčet v roce 1983. Její herecká kariéra začala velmi raně, v dětství, a pokračovala do 90. let (a i později některými projekty). Hrála například v televizním filmu *Monika a hříbě s hvězdičkou* (1983), *Strom pohádek: Pasáček a císařova dcera* (1989), v 90. letech se objevila v seriálu *Život na zámku*. Později se však herectví stalo spíše vedlejší aktivitou vzhledem k jejímu hlavnímu profesnímu zaměření. V dokumentárním pořadu *Mistři medicíny* jí byla věnována epizoda.

O ztraceném příběhu i cestě k sobě samé

„U prvních dvou nominací jsem si vlastně vůbec nebyla jistá, jestli chci vyhrát,“ říká letošní laureátka ceny *Magnesia Litera* spisovatelka a pedagožka Bára Dočkalová z Pedagogické fakulty UK v rozhovoru, kde rozebíráme to, jak se její tři tituly postupně rodily. Všechny se dostaly do nejužšího výběru, ale až za tu poslední – *Kost* – nominaci na *Literu* za knihu pro děti a mládež proměnila.

TEXT Jitka Jiříčková FOTO Michal Novotný

Píšete už od dětství. Co vás přimělo zaktualizovat určitý rukopis a přetvořit v knihu – vaši první, *Tajemství oblázkové hory*?

Původně se to jmenovalo *Oblázková země*, ale ten příběh nebyl schovaný někde v šuplíku – on byl ztracený. Napsala jsem ho asi v jedenácti letech. Přepisovala jsem ho dvěma prsty na stroji, přes kopírák, z toho jsem měla myslím tři kopie a ty jsem rozdávala známým, co měli děti. Jednu verzi jsem si nechala pro sebe – a o tu jsem přišla při stěhování.

Co se stalo?

Nechali jsme v autě poslední várku věcí, kterou se nám už ten večer nechtělo vynášet. A ráno bylo auto vykradené. Vzali mimo jiné krabici, kde byly moje rukopisy, všechny popsané sešitky z dětství, načaté povídky, deníky... Druhý den jsem obcházela kontejnery, jestli to náhodou neskončilo v papíru, ale nic.

Takže jste o ten příběh přišla...

A o spoustu dalších podobných pokladů, které v té krabici byly. Jako malá jsem psala pořád. Ale tohle byl jediný příběh, který jsem skutečně dokončila – a byl dlouhý, čtyřicet stránek. Ostatní texty měly taky potenciál, jenže většinou jsem s velkým nadše-

ním začala, vymýšlela hrdiny a zápletky, ale nikdy jsem je nedopsala. Což mi ale přijde taky v pořádku – i to je součást psaní.

Takže to vlastně funguje jako takový test – co za to opravdu stojí, to si najde cestu zpátky.

Přesně tak. Nemyslím si, že je potřeba všechno dokončovat za každou cenu. Někdy je lepší to nechat odležet. Mám spoustu rozepsaných věcí nebo nějakých nápadů – možná stovky. Něco z toho zůstalo ztracené, něco pořád nosím v hlavě. A co má uzrát, to dozraje.

Ale jedna dokončená pohádka se z mého dětství dochovala – protože jsem ji naštěstí věnovala kamarádům a ti ji pořád mají. Pohádka o kouzelném pramínku, kterou jsem napsala asi ve čtrnácti, svázala jsem ji jako knížku, takový malý sešítek, a doplnila ho ilustracemi. Když jsem později jela do Anglie jako au-pair, nacvičila jsem tam se „svými“ dětmi právě tuhle pohádku. Namluvili jsme to na kazetu pro nejmladší holčičku v rodině s jejími staršími sestrami. Bylo to něco jako rozhlasová hra, i s písničkami, které jsem složila.

Po návratu domů jsem se dostala na Pedagogickou fakultu UK, a když jsme pak měli praxe, domluvila jsem se na škole, kde jsem byla, že tam





otevřu anglický dramatický kroužek. A právě tahle pohádka byla první, kterou jsem přepsala do anglického scénáře pro děti – na výuku angličtiny.

Jak vznikala první kniha, za níž jste byla poprvé nominována na cenu Magnesia Litera? To je dlouhý příběh (*smích*). Na pozvání lektorky, která tehdy hostovala na PedF UK a vedla zde divadelní workshopy, jsem na rok odjela do USA na intenzivní jazykový kurz. Nabídla mi, že u ní mohu bydlet, pomáhat v domácnosti a zároveň se rozvíjet v oblasti, která mě zajímá. Ona i její manžel byli profesně propojení s tamní univerzitou, konkrétně s divadelní fakultou. Díky tomu jsem si tam mohla na rok splnit sen – psala jsem vlastní hry, učila se dramatické psaní, režii i herectví. Zapojila jsem se i do komunitních divadelních projektů a naučila se tam opravdu spoustu věcí.

Ve druhém semestru jsme dostali za úkol napsat celovečerní divadelní hru. A já si tehdy říkala: „Co kdybych místo toho napsala film?“ Mě film v té době strašně lákal. A napadlo mě vzkřísit právě ten ztracený pohádkový příběh, který jsem si pořád pamatovala a úplně jsem ho viděla na plátně. Ale učitelka řekla, že ne – že zadání je jasné, musí to být divadelní scénář. Tak jsem začala psát něco

jiného, ale ta myšlenka příběhu, který jsem kdysi napsala a ztratila, ve mně pořád klíčila. A pak jsem si řekla: „Tak já to dodělám. Ale proč to psát v angličtině, když to můžu napsat česky? A proč vlastně jako film, když z toho můžu zase udělat knížku (*smích*)?“ Po návratu do Česka jsem na ní začala pracovat.

To bylo okolo roku 2002. Tajemství oblázkové hory přitom vyšlo až v roce 2018. Čím to?

Ano, byl to dlouhý proces, protože jsem ho vždycky po nějaké době opustila – třeba na rok, někdy i na dva – měla jsem několik prací a spoustu různých projektů a věnovala se jim naplno... Ale pokaždé se mi časem v hlavě ozvalo: „Počkej, tohle je škoda. To se musí dodělat.“ Tak jsem se k tomu nakonec vždycky zase vrátila. Jenže pak přišlo něco jiného – nějaký nový úkol, uzávěrka, práce, která mi tu pozornost zase odvedla.

A pak, když bylo mojí dceři jedenáct... Najednou mi došlo: „Co když to ani teď nedopíšu? A co když moje Anička brzy přeroste hlavní hrdinku? Co když bude starší než postava v knize – a tím pádem už ji ten příběh nebude vůbec bavit?“ To byl silný impuls. V knize začínají letní prázdniny a hrdinka právě končí pátou třídu. A Anička byla tehdy taky

v páté třídě. Tak jsem si řekla, že to prostě musím dopsat do prvního dne prázdnin, aby si to mohla přečíst právě v období, kdy se příběh odehrává.

Vy jste ho ale neplánovala vydat.

Pro mě bylo hlavně důležité příběh dopsat. Bylo mi tehdy čtyřicet, zhruba v půlce života a cítila jsem, že tuhle fázi musím nějak uzavřít. Ten příběh jsem začala psát jako dítě, vlastně jsem s ním dospívala. Měla jsem pocit, že zrcadlí můj vlastní život. Hlavní hrdinka se během něj proměňuje – na začátku působí drsně a suverénně, ale postupně se vrací k něčemu jemnějšímu, zranitelnému. Stejně jako já. Byla to vlastně moje cesta. Potřebovala jsem to už dotáhnout do konce a uzavřít tím jednu velkou životní etapu, kterou budu moct odložit do pomyslné poličky s tím, že to je moje, hotové a vyřešené.

Ten text měl pro mě tři roviny: Jedna byla pohádková – srozumitelná pro každého. Druhá rovina byla trochu filozofická, ideová – potrebovala jsem, aby příběh nesl to, co si myslím o světě a o tom, jak funguje. A třetí rovina byla moje úplně soukromá. Něco, co je jen pro mě.

Jak tedy došlo k vydání knihy?

Můj manžel je Němec, neumí moc dobře číst česky. V době dokončování knížky se seznámil s germanistou a překladatelem Tomášem Dimterem. Říkal mu: „Moje žena pořád něco píše a já bych si to hrozně rád přečetl, nemohl bys mi aspoň kousek přeložit?“ Vytiskla jsem tedy Tomášovi prvních deset stránek a on pak prý manželovi řekl: „Hele, to je docela dobrý. Až to Bára dopíše, ať mi to pošle, rád bych si to přečetl celé.“

To jsem udělala a pak jsem napjatě čekala a byla jsem hrozně nervózní – rukopis byl najednou u někoho, kdo se pohyboval v knižním světě a rozuměl tomu a měl kontakty do nakladatelství... Už jsem myslela, že to byly marné naděje, a pak najednou po třech měsících přišla od Tomáše zpráva, že zájem o vydání je a že si můžu dokonce vybrat ze tří nakladatelství. Na jeho radu jsem zvolila Labyrint, protože mi bylo řečeno, že se tam o nové autory opravdu starají a knížkám věnují péči.

Pojďme k vaší druhé knize Bítva o diamant. Říkala jsem si, že je určitě autobiografická. Trefila jsem se?

Trochu ano (*smích*). Příběh jsem původně psala jako divadelní hru pro pátáky na základce, kde jsem učila dramatickou výchovu v angličtině. Je to trošku autobiografické, protože přesně jako hrdinové knížky ani moji žáci nejdříve nechtěli spolupracovat, a hlavně si nechtěli hrát. Zvlášť kluci, kteří přešli na školu kvůli fotbalu a s využíváním dramatických prvků v angličtině se ještě nesetkali – těm připadalo divné a trapné vstupovat do situací, které jsou „jen jako“.

Potrebovala jsem vymyslet téma, které je zaujme a umožní jim se do dramaťáku nořit pomalu, dob-

rovolně. Napadlo mě jít na to přes emoce spojené se sportem, a protože jsem kdysi hrávala softball, navrhla jsem jim, že vytvoříme příběh o baseballu. A ten se nakonec docela ujal. Za covidu, když měla moje mladší dcera zápal plic, jsem jí tento příběh vyprávěla. A ona mě začala přesvědčovat, že by to měla být knížka. Jenže já už nic psát neplánovala. Měla jsem pocit, že v *Tajemství oblázkové hory* jsem už řekla všechno, co jsem chtěla...

I tato kniha byla nominována na cenu Magnesia Litera, ale až letos jste toto prestižní ocenění získala s třetí knihou Kost. Řekla jste si: „Tak konečně?“

Samozřejmě jsem byla moc ráda, byl to krásný pocit. Ale nevzpomínám si, že bych si řekla „konečně“. Vyšlo to prostě nejlíp, jak mohlo, protože až teď jsem na to byla připravená a nebála jsem se si to přát. Když jsem seděla v publiku, doufala jsem, že řeknou moje jméno. Kdežto u těch prvních dvou nominací se mi ulevilo, když ho neřekli. Nějak jsem si vlastně vůbec nebyla jistá, jestli chci vyhrát.

Jsou vaše role spisovatelky a učitelky angličtiny propojené, inspirují se vzájemně?

Jsou to dva světy, které jsou ovšem propojené tím, že píšu nejen scénáře, ale i písničky a krátké texty pro výuku angličtiny. Jsou to vlastně takové mini příběhy, které děti hrají během hodiny, často všichni najednou ve dvojicích nebo ve skupinách. V současnosti k tomu vytvářím celou metodiku výuky angličtiny prostřednictvím dramatické tvorby.

Dělám si doktorát na Katedře výchovné dramatiky na DAMU a snažím se to všechno zúročit a dotáhnout. Mou metodiku teď pilotují učitelky na základních školách – používají mé materiály a pravděpodobně z toho vznikne učebnice postavená na dramatické hře.

Máte v hlavě ještě něco dalšího kromě doktorátu? Třeba novou knihu?

Nedávno měla premiéru moje hra, kterou jsem napsala pro Dismanův rozhlasový dětský soubor. Myslím, že se docela povedla a zasloužila by si pokračovat do knižní podoby. Tak až budu mít zase pnutí (*smích*).

Mgr. Barbora Müller Dočkalová

Vystudovala češtinu a angličtinu pro druhý stupeň a střední školy na Pedagogické fakultě UK. Už během studií ji nadchla dramatická výchova a její využití ve výuce angličtiny. Od dětství píše. *Tajemství oblázkové hory* i *Bítva o diamant* byly nominovány na cenu *Magnesia Litera*, kterou získala za svou třetí knihu *Kost*. Donedávna vedla dětské anglické divadlo. Píše i písničky a hraje a zpívá s kapelou. Učí na katedře anglického jazyka a literatury na PedF UK a připravuje se na doktorát v rámci studijního programu Drama, psychosomatika a autorství v pedagogice a sociální praxi na DAMU.



Dostal jsem se do **EU bubliny**

Stážoval v Evropské komisi, podílel se na přípravách českého předsednictví EU v roce 2022, absolvoval College of Europe v Bruggách. Doktorand Právnické fakulty UK Jiří Culka patří do první skupiny tuzemských vysokoškoláků, kteří získali vládní stipendium na studium na této prestižní instituci, která připravuje absolventy a absolventky k práci nejen v institucích EU.

TEXT Helena Zdráhalová FOTO Veronika Vachule Nehasilová

„Česká republika má zájem na tom, aby se Češi do institucí EU a do ostatních mezinárodních organizací hlásili, dlouhodobě v nich máme nízké zastoupení. V institucích EU počet českých pracovníků proporcčně neodpovídá počtu pracovníků z řady jiných, co do populace podobně velkých členských států EU,“ říká Jiří Culka.

Na to už v minulosti zareagovala Univerzita Karlova spolu s Vysokou školou ekonomickou, když na popud tehdejší eurokomisařky a dnes prorektorky UK Věry Jourové a předsedy Senátu Miloše Vystrčila zavedly kurz Gateway to the

EU Institutions, který zájemce připravuje na výběrová řízení do institucí EU. Jeho pilotní ročník v roce 2023 absolvoval i Jiří Culka.

Jako doktorand Právnické fakulty UK, který se dlouhodobě zajímá o problematiku EU, se posléze rozhodl využít také nové nabídky Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy ČR, které vůbec poprvé umožnilo i českým studujícím na vysokých školách získat stipendium na roční studium některého z oborů, které College of Europe nabízí. Jiřímu Culkovi se na jedno ze tří udělovaných stipendií podařilo dosáhnout, a loni na podzim se proto přesunul do belgických Brugg, kde se věnoval ročnímu studiu oboru EU International Relations and Diplomacy Studies.

EU Bubble

„Studoval jsem už na několika zahraničních univerzitách. Pro mě to proto byla opravdu unikátní zkušenost především po stránce sociální. Dostanete se do ‚EU Bubble‘, tedy multikulturního společenství lidí, které se zabývá problematikou EU. Potkáte se tam nejenom s lidmi z členských států Unie, protože zhruba 20 procent studujících v Bruggách pochází z nečlenských zemí, jsou tam Britové, Kolumbijci, Turci nebo obyvatelé některého z kavkazských států. Většina ze studujících má zájem v budoucnu pracovat v některé z institucí EU, je proto pravděpodobné, že se s touto komunitou budeme setkávat i nadále, a to je jeden z cenných přínosů studia na College,“ podotkl Jiří Culka.

Ten vedle práv vystudoval také Mezinárodní vztahy a Balkánská, euroasijská a středoevropská studia na Fakultě sociálních věd UK. „Současně ale platí, že zastoupení Čechů a Česek je i na College, podobně jako v institucích EU, nízké. V Bruggách jsme byli jen tři, jedna kolegyně pak studovala na druhém kampusu v polském Natolinu. Podobně jsou na tom ale také některé další členské státy EU z regionu střední a východní Evropy. Jsme proto rádi, že se nás česká vláda rozhodla prostřednictvím nového stipendijního programu podpořit,“ usmíval se.

Blue Book stáž

Zájem o téma EU u něj plně propukl, když se v konkurenci desítek tisíc lidí dostal před šesti lety na tzv. Blue Book stáž do Evropské komise. „V době,

kdy jsem se začal o stáž ucházet, jsem pracoval jako koncipient v jedné velké české advokátní kanceláři. Procházel jsem tehdy fázi deziluze z pracovního života v korporátním světě. Nevadilo mi vysoké pracovní nasazení, šlo spíš o to, že jsem začal zjišťovat, že mi nevyhovuje přispívat svou prací k fungování velkého nadnárodního byznysu a sloužit zájmům velkých byznysových hráčů. Napadlo mě proto zkusit se ucházet o Blue Book stáž.

Uspěl jsem a v březnu 2019 odjel do Bruselu. Nevěděl jsem, co od toho čekat, nebyl jsem tehdy zaměřený na unijní problematiku nebo právo EU, ale nakonec mě to začalo nesmírně bavit. Na Generálním ředitelství pro hospodářskou soutěž (DG COMP) Evropské komise jsem se dostal do týmu, který se zabýval antimonopolním právem a vyšetřováním velkých podnikatelských subjektů, které porušují hospodářskou soutěž. Přesl jsem tím vlastně na druhou stranu barikády. Stál jsem najednou na straně veřejného zájmu a začal jsem

vidět ve své práci hlubší smysl,“ vzpomínal Jiří Culka.

Takto motivovaný se vrátil do České republiky a později našel uplatnění na Ministerstvu spravedlnosti ČR, kde pracoval na mezinárodním odboru trestním. Na ministerstvu působil i v době českého předsednictví EU v roce 2022 jako vrchní ministerský rada. „Celé předsednictví byla zajímavá a naplňující zkušenost. Pracovali jsme na různých agendách spadajících do oblasti mezinárodní justiční spolupráce v trestních věcech. Jezdili jsme tehdy pravidelně do Bruselu, kde jsem měl dokonce možnost spolupředsedat pracovní skupině Rady EU. Podílel jsem se ale také na organizaci Plenárního zasedání Evropské justiční sítě, které se konalo v listopadu 2022 v Praze,“ připomněl Jiří Culka.

Tehdy začal také pracovat na svém doktorátu. Ve svém výzkumu se zaměřuje na válečné zločiny a zločiny proti lidskosti a jejich stíhání podle mezinárodního práva.



Mgr. et Mgr. et Mgr. Jiří Culka, M. A.

Absolvent Právnické fakulty UK, kde pokračuje v doktorském studiu v oboru Mezinárodní právo. Vedle toho vystudoval další dva magisterské obory na Fakultě sociálních věd UK, a to Mezinárodní vztahy (chystá se na obhajobu rigorózní práce) a Balkánská, euroasijská a středoevropská studia. Pobýval na studijních pobytech na univerzitách v Durhamu, v Hamburku, v Melbourne a ve Vídni. Absolvoval půlroční stáž Blue Book v Evropské komisi. Působil v advokacii a pracoval na Ministerstvu spravedlnosti ČR. Podílel se na přípravách a organizaci předsednictví ČR v Radě EU v roce 2022. Jako český vládní stipendista studoval roční magisterský obor EU International Relations and Diplomacy Studies na College of Europe.

Jazyk jako zrcadlo duše



Psycholožka Jana Marie Havigerová propojuje ve svém výzkumu i výuce psychologii, matematiku a medicínu. Na Lékařské fakultě UK v Hradci Králové učí mediky i budoucí zdravotní sestry a současně rozvíjí psycholingvistický výzkum, který ukazuje, jak jazyk odráží naši psychiku i zdravotní stav.

TEXT Jitka Jiříčková FOTO Vladimír Šigut

Jana Marie Havigerová se kromě učení věnuje výzkumu, především v oblasti psycholingvistiky. „Na první pohled se může zdát, že je to úplně mimo medicínu. Jenže psycholingvistika se zabývá mimo jiné i vývojem řeči a jeho poruchami. Já jsem si zamilovala proud, který bych nazvala personální psycholingvistikou – která hledá souvislosti mezi osobností nebo aktuálním psychofyzic-

kým stavem člověka (například stresem) a tím, jak mluví a píše,“ vysvětluje Havigerová.

Věří, že psycholingvistika může být cenným nástrojem i při léčbě onemocnění. „Mým úkolem na LFHK UK ovšem není učit mediky detailně tuto metodu, ale spíš jim ji představit jako zajímavost a možný doplňkový nástroj. Výuka musí obsáhnout řadu dalších

témat, takže psycholingvistika zůstává především mým výzkumným tématem, jemuž se věnuji dlouhodobě a ve kterém vidím i potenciál do budoucna,“ uvažuje Jana Marie Havigerová.

Student není číslo

Stěžejní část její výuky směřuje ke studujícím oboru Všeobecná sestra, jimž předává poznatky z vývojové a obecné

doc. PhDr. Jana Marie Havigerová, Ph.D.

Vystudovala psychologii na FF Masarykovy univerzity v Brně, kde získala i doktorát (Ph.D.) a rigorózní titul (PhDr.); roku 2017 se habilitovala v oboru Klinická psychologie. Vyučuje a věnuje se výzkumu na Lékařské fakultě v Hradci Králové (Ústav preventivního lékařství) a současně působí na Pedagogické fakultě Univerzity Hradec Králové (Ústav primární, preprimární a speciální pedagogiky). Je autorkou a spoluautorkou řady studií z oblasti psychologie, vzdělávání, komunikace a myšlení; zabývá se například implicitními teoriemi, vztahem mezi jazykovou formou a osobnostními rysy, či rozvojem schopnosti klást otázky u dětí.

psychologie. Tyto znalosti jsou důležité pro každodenní praxi – ať už s dospělými pacienty, s dětmi, nebo s jejich rodinami. Ve spolupráci s vedoucí Ústavu preventivního lékařství, profesorkou Lenkou Borskou, připravily sadu dotazníků zaměřených na psychologický stav studentů medicíny – sledovaly například jejich osobnost, emoce, míru stresu nebo přítomnost syndromu vyhoření. Se souhlasem studentů jsou jejich výsledky využívány k výzkumným účelům.

„Paní profesorka Borská si všimla, že mnoho studentů pracuje a chtěla zjistit, zda to ovlivňuje jejich studijní výkony. A skutečně – když jsme rozšířili model o tuto proměnnou, ukázalo se, že pracovní zátěž má prokazatelný vliv na výsledky ve studiu,“ konstatuje Havigerová. Co z toho plyne? Především důležité ponaučení pro pedagogy, že by měli vnímat studenty jako individuality a být otevření jejich jedinečným příběhům. „Někdy máme tendenci si říct: *On se nepřipravil, je líný, nemá na to...* Přitom realita může být úplně jiná – student je cílevědomý, pracuje, aby si mohl studium vůbec dovolit a dělá, co je v jeho silách,“ dodává.

Dotazník pro uzdravení

Na Ústavu preventivního lékařství LFHK UK jsou realizována také dotazníková šetření určená ženám po léčbě karcinomu prsu, opět ve spolupráci s profesorkou Borskou, která díky své odborné i osobní zkušenosti vnímala, že těmto pacientkám „něco chybí“. Uvědomila si například, že ženy po ablaci prsu netrápí jen bolest, omezení hybnosti nebo psychická zátěž, ale také tak zdánlivě jednoduchá věc, jako je kvalitní spánek. Nemohou ležet na operované

straně, jizva bolí – a spánková deprivace pak přináší celou řadu dalších problémů.

„Zjišťovaly jsme, jak na tom tyto ženy se spánkem skutečně jsou, a vytvořily jsme webové prostředí, kde se mohou zaregistrovat a vyplnit o kvalitě spánku a řadu dalších validovaných primárně psychologických dotazníků. Na základě těchto dat pak sestavujeme modely – zkoumáme například, zda spánek funguje jako moderátor, mediátor nebo prediktor uzdravování. Jakmile žena dotazník vyplní, okamžitě dostane zpětnou vazbu přímo do e-mailu nebo ve webovém rozhraní. Dozví se, jak na tom je ve srovnání s ostatními v populaci či ve srovnání se svými předchozími stavy (dotazník totiž může vyplňovat opakovaně). A současně s výsledkem vždy obdrží typy a doporučení, co může pro sebe udělat, například jak zlepšit kvalitu spánku,“ představuje projekt jeho spoluautorka.

Tvrdá data, měkké dovednosti

Pokud jde o dovednosti mladých lékařů, domnívá se, že by se měl posunout poměr „tvdých“ odborných znalostí více směrem k rozvoji „měkkým“ soft skills, které pomáhají správně informace předávat a uplatňovat v praxi. Bez odborných znalostí to samozřejmě nejde, ale způsob, jakým je lékař nebo sestra uplatňuje v kontaktu s pacientem, může být diametrálně odlišný.

„Jedním z témat, která probíráme, je placebo a nocebo efekt. Placebo efekt může nastat už jen tím, že zdravotník něco řekne sebejistě a pozitivně. Naopak nocebo efekt může přijít, pokud je zdravotník nejistý a například pacientovi jen suše doporučí, ať si přečte příbalový leták se všemi riziky. Stejný lék může pacientovi podat buď způsobem, který mu dodá naději a motivaci, nebo způsobem, který v něm vyvolá obavy a nedůvěru,“ srovnává psycholožka.



Queer geografii jsem objevil až ve Švédsku

Jako vůbec první výzkumník se začal zabývat menšinovým stresem LGBTQ+ lidí žijících v České republice. Výsledky studií jeho týmu ukazují, že tuto skupinu lidí ohrožují duševní nemoci mnohonásobně víc než heterosexuální většinu. Proč? I to vysvětluje v rozhovoru Michal Pitoňák, který přednáší o queer geografii i o LGBTQ+ psychologii na Fakultě humanitních studií UK.

TEXT Helena Zdráhalová
FOTO Vladimír Šigut

Zabýváte se sexuální a genderovou rozmanitostí, v této oblasti jste v České republice jedním z průkopníků. Jak si vás našlo toto téma?

Jako student magisterského stupně studia Biologie a Geografie se zaměřením na vzdělávání na Přírodovědecké fakultě UK jsem odjel do Švédska na Erasmus, kde jsem objevil obor Geografie sexualit. Nadchlo mě to. Studium ve Švédsku bylo trochu jinak koncipované než tady, opravdu extrémně jsme tam četli, což mi otevřelo úplně nové perspektivy. Po návratu jsem narychlo změnil téma diplomky a na místo původně plánovaných slovensko-maďarských vztahů jsem se začal zabývat geografii sexualit. Zajímala mě stigmatizace, heteronormativita, prostorovost vyjednávání identity, tedy to, jak se neheterosexuální lidé cítí v prostoru, jakým způsobem

jej vyjednávají a jak toto vyjednávání funguje. Dal jsem dohromady velký výzkum a věnoval tomu hodně energie.

A to se vyplatilo. Za diplomovou práci jste získal v roce 2012 Cenu rektora UK.

Přesvědčilo mě to k tomu, abych pokračoval na doktorské studium. U nás mi ale chyběla podpůrná síť, proto jsem se začal zapojovat do vědecky podobně orientovaných skupin po celé Evropě. Již dříve jsem měl kontakty v rámci programu PŘF UK Americký semestr, do kterého jsem se dlouho-



době dobrovolně zapojoval, tento program mi tak umožnil mluvit o své práci s kolegy z americké Dartmouth College. Úspěchy při studiu mi umožnily dokonce tuto univerzitu navštívit a zúčastnit se několika kongresů American Association of Geographers. Za klíčové ale považuji propojení s vědci a vědkyněmi zapojenými do celoevropské konference European Geographies of Sexualities Conference (EGSC), ze které vzešla i moje první mezinárodně spoluautorovaná publikace.

U nás, podobně jako v dalších zemích v regionu, je geografie ukotvená mezi přírodovědnými obory.

Feministické geografie, natožpak geografie sexualit či širší humánní a kritická geografie u nás i kvůli tomuto zakotvení, nejsou tolik etablované, jako například urbánní, politická či socioekonomická geografie. V průběhu i po ukončení doktorátu jsem se proto snažil přispět i k většímu etablování těchto podoborů, mimo čistě akademické aktivity i založením spolku Queer Geography. Za velký úspěch pak považuji, že se nám ve spolupráci s mou mateřskou katedrou geografie v roce 2019 podařilo V. EGSC konferenci zorganizovat v Praze. Poprvé se tak konala mimo západoevropské země.



RNDr. Michal Pitoňák, Ph.D.

Absolvoval biologii a geografii se zaměřením na vzdělávání na Přírodovědecké fakultě UK, kde také poté pokračoval v doktorském studiu oboru Sociální geografie a regionální rozvoj. Zabývá se geografiami sexualit, duševním zdravím sexuálně a genderově rozmanitých lidí. Působí na Fakultě humanitních studií UK a v Národním ústavu duševního zdraví. V roce 2017 spoluzaložil odbornou společnost Queer Geography. Za svou výzkumnou práci získal loni Národní psychiatrickou cenu profesora Vladimíra Vondráčka.

Nakonec jste ale začal působit v Národním ústavu duševního zdraví (NUDZ).

Jelikož jsem se na PřF dlouhodobě zapojoval do dalších veřejně-zdravotních výzkumů, dostal jsem od kolegů nabídku věnovat se v rámci tehdy vznikajícího NUDZ této oblasti ze sociálně-psychologické a ze sociálně-epidemiologické perspektivy. Jako sociální geograf jsem se tak musel rychle zorientovat v nových oborech a po velmi intenzivní fázi rešerší jsem se začal zabývat menšinovým stresem, což byl již tehdy v zahraničí etablovaný teoretický rámec.

Po určitém čase jsem získal podporu pro projekt zkoumající menšinový stres od Grantové agentury ČR. V tomto pilotním výzkumu jsem využil svou mezinárodní síť kontaktů a nejprve se zaměřil na získání a kvalitní adaptaci měřicích nástrojů, kterých bylo pro porozumění menšinovému stresu potřeba. V rámci tohoto rámce totiž v podstatě poprvé dokážeme rozumět tomu, jak stigma, hete-

ronormativita a diskriminace jako zejména sociálně a humánně-vědně pozorované fenomény souvisí s rovinou psychologicky-klinickou. Vysvětlujeme tím, proč se dané osoby a dané skupiny v populaci častěji potýkají s různými problémy, ať už jsou to deprese či další psychiatrické diagnózy nebo zvýšená suicidalita.

Jedna z událostí, která mě nasměrovala k tomuto výzkumu, bylo sebezabití Filipa Havlíčka (*teprve čtrnáctiletý Filip Havlíček v roce 2014 ukončil svůj život kvůli předsudkům vůči své sexuální orientaci, pozn. red.*). Jeho tetou byla Ester Janečková známá z České televize, proto byl jeho příběh hodně medializovaný. Pro mě stejně jako pro spoustu dalších lidí to byl silný signál, že se ve společnosti něco děje a že není tak svobodná a liberální, jak by se mohlo zdát, ale stále zde zůstává sexuální orientace důvodem k tomu, aby se mladí lidé uchýlili k takto fatálnímu činu.

O mnoho let později mě pak oslovili studující z Katedry psychologie Filozofické fakulty UK, že by měli zájem o předmět věnující se oblasti psychologie LGBTQ+ lidí. Myslím, že se mi za tři roky podařilo sestavit značně žádaný předmět a loni na podzim jsem ho přenesl na Fakultu humanitních studií UK, kam jsem nastoupil s cílem konečně se plně věnovat tomu, kde je moje těžiště. Poprvé jsem tak v Česku například otevřel předmět zaměřený na geografii sexualit.

Jste hlavním autorem nedávných dvou studií, které se zabývají duševním zdravím neheterosexuálních lidí, potažmo menšinovým stresem. Co jste díky výzkumu zjistili?

První studie, jejíž jsem autorem spolu s kolegy Liborem Potočárem a Tomášem Formánkem, vyšla loni v prestižním žurnálu *Epidemiology and Psychiatric Sciences* Cambridgeské univerzity. Jednalo se o první národně-reprezentativní populační sběr dat v oblasti duševně-zdravotní nemocnosti. Pomocí psychodiagnostických nástrojů jsme měřili prevalenci poruch. Inovativnost výzkumu spočívala v tom, že do jinak relativně zavedených dotazníků jsme poprvé zanesli otázky na sexuální a genderovou identitu. Díky tomu jsme vůbec poprvé byli schopni odpovědět na otázku, jaký je rozdíl v duševním zdraví mezi neheterosexuálními a heterosexuálními lidmi.

Dosud se dělaly všechny výzkumy o takzvané obecné populaci, v oblasti duševního zdraví se dosud nikdo na otázku sexuální identity neptal. Náš výzkum tak například ukázal, že s nějakou mírou suicidální ideace či pokusů se v posledních 30 dnech setkalo 6 procent heterosexuální populace, ale u gayů a leseb se jednalo o pětinasobek, 26 procent. Přítomnost alespoň jedné duševně-zdravotní poruchy – měřili jsme depresivní a úzkostné poruchy, problémy s užíváním alkoholu a suicidalitu – mělo přes 50 procent gayů a leseb, ale „jen“ asi 16 procent heterosexuální populace. Jedná se tedy o velké rozdíly.

Překvapily vás tyto výsledky?

Když se podíváte na obdobné zahraniční studie, uvidíte podobné výsledky. Takže jsem úplně překvapený nebyl. Velmi podstatné ale nyní je, že máme naše místní výsledky.

Na konci loňského roku nám vyšel další článek (*článek byl oceněný Národní psychiatrickou cenou prof. Vladimíra Vondráčka, pozn. red.*), který vnímám v podstatě jako důležitější. Jeho data vycházejí z mé pilotní studie z projektu v oblasti menšinového stresu, ve kterém jsme získali téměř 1800 vyplnění od LGBTQ+ lidí. Jednalo se tedy o tzv. komunitní studii. Taková data nám ale při použití kvalitních nástrojů umožňují ověřovat teoreticky dobře ukotvené hypotézy, v našem případě jsme se snažili přispět k většímu pochopení meziskupinových rozdílů v suicidalitě. Výsledky ukázaly, že nejohroženější jsou ty skupiny LGBTQ+ lidí, které čelí větší míře

menšinového stresu (např. většímu množství diskriminace) a které jsou zároveň osamělejší a mají menší podporu ze strany rodiny a blízkých. V tom je hlavní přínos našeho výzkumu.

Ted' máte k dispozici konkrétní data. Co s nimi dál? Jak změnit diskurz společnosti, aby se v ní cítili bezpečně i LGBTQ+ lidé? Jakou roli v tom může hrát stát?

Zásadní je cílit na systémové změny. V závěru našeho článku apelujeme na institucionální změny, které již jiné výzkumy v této oblasti provedené v zahraničí identifikovaly dobrou praxi a efektivní intervence. Asi nepřekvapí, že nejde o žádné jiné změny, než po kterých dlouhodobě volají samotní LGBTQ+ lidé, tedy institucionalizaci manželství nehledě na genderovou nebo pohlavní identitu, legitimizaci rodinných soužití queer lidí, odstranění požadavku znemožnění plodnosti při změně úředního pohlaví a zavedení efektivních a udržitelných strategií ke snižování míry stigmatizace ve společnosti, včetně začleňování těchto témat do vzdělávání. Všechno to, co říkáme, je ale velice těžké prosazovat v době, kdy čelíme negativním náladám ve společnosti, které souvisí s nejistotami způsobenými například i geopolitickými otřesy. V některých zemích se pak dostávají k moci autoritáři a populisté, kteří pod rouškou zdánlivé ochrany svobody slova, naopak cenzurují a omezují prostor pro LGBTQ+ lidi.

Získal jste Národní psychiatrickou cenu. Je to zadostiučinění tomu, že jste otevřel téma psychického zdraví sexuálních menšin v České republice?

Musím říct, že jsem byl velice mile překvapený. Tematické zaměření ceny a fakt, že oceněná práce byla publikována v tak kvalitním žurnálu (*Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*) jistě k získání ceny přispěly. Ocenění si velmi cením a zejména jsem vděčný, že ocenilo spolupráci s mým skvělým spoluautorem a kolegou Martinem Čihákem z Národního ústavu duševního zdraví a spoluautorkou, profesorkou Sharon Horne z University of Massachusetts Boston. Profesorka Horne s námi na článek spolupracovala bez nároku na honorář, její odbornost, lidskost a zkušenosti jsou pro mě velmi inspirativní. Tato práce je tak pro mě symbolem, že věda není práce jako každá jiná.

Na čem pracujete nyní?

Po mnoha letech, kdy jsem se primárně věnoval duševnímu zdraví se konečně dostávám zpátky ke geografím sexualit. Řešení problémů, které zkoumám, jsem vždy vnímal mimo rovinu jednotlivce, takže se nyní například mohu věnovat hlubšímu sociálně a humanitně-vědnímu zkoumání strukturálních determinant, včetně stigmatizace a různých typů prostředí, kde dochází k diskriminaci, jako je škola.

Religionistika? To zní **dobře!**



Kateřina Rýdlová se během studia na Husitské teologické fakultě Univerzity Karlovy zaměřila na svět ugaritských textů, tedy písemných klínových záznamů z oblasti dnešní Sýrie. Poukázala mimo jiné na zvláštnosti ugaritské mytologie a vyprávění, ale také na úlohu slunečního božstva.

TEXT Jiří Novák
FOTO Vladimír Šigut



Mgr. Kateřina Rýdlová
Na Husitské teologické fakultě vystudovala dvouobor Teologie, religionistika, poté absolvovala navazující magisterský program Husitská teologie. V akademickém roce 2024/2025 studuje doktorský studijní program Raně křesťanská studia. Její diplomová práce nesla název *Lucerna bohů: sluneční božstvo v ugaritské literatuře* (s překladem vybraných textů). V dubnu 2025 získala Cenu Josefa Dobrovského pro nejlepší absolventy teologických programů.

Kdy jste se poprvé dozvěděla o ugaritských textech?

Zde na Husitské teologické fakultě, když jsme měli seminář nebo přednáškový cyklus na téma stvořitelských mýtů na Předním východě. Vedla to moje pozdější vedoucí bakalářské i magisterské práce Eva Hrabáková a mě Ugarit zaujal natolik, že jsem sama řekla: prosím, nechodme dál, toto mě zajímá nejvíc.

Vycházeli jsme z dostupných překladů a mě na tom hrozně zaujalo, že byl každý jiný. A já si říkala, že to je zvláštní, proč se to tak liší, z čeho vycházeli? Proto jsme se mnohem víc zaměřovaly na překlad a později už jsme musely jít hlouběji do gramatiky, a nakonec jsme si řekly: Co takhle tomu věnovat bakalářskou práci?

Nakonec jste ugaritskou mytologii rozebírala i v diplomové práci, konkrétně sluneční božstvo.

V bakalářce jsem se zabývala Anat, bohyní války a lásky. A pro diplomku jsem si vybrala sluneční bohyni Šapaš. Já bych se hrozně ráda věnovala všem božstvům, mně se ugaritská mytologie líbí

celkově. Už jsem to říkala na obhajobě, že ta práce by mohla být mnohem větší a rozsáhlejší, ale to prostě nejde.

Budete ve zkoumání ugaritské mytologie pokračovat nebo je to s diplomkou už uzavřená kapitola?

Určitě bych ráda pokračovala. Klidně si umím představit, že se budu ugaritské mytologii věnovat celý život, protože nejradši bych udělala práci o všech božstvech (*směje se*). Pokud bych se do toho měla ponořit, tak bych toho opravdu ráda udělala co nejvíc. Bylo by hrozně fajn dát tady na fakultě dohromady víc lidí, kteří by se tím zabývali. Mám v hlavě jména několika studentů, se kterými by se mi na tom dobře spolupracovalo.

Chtěla byste se i podívat do Sýrie, nebo to pro vás není tak podstatné?

Momentálně asi těžko. Já často dělám to, že jezdím do Ugaritu prostřednictvím Google map, protože ta oblast je na nich krásně vidět. A to mi tak jako stačí vědět. Nicméně vím, že Eva v době svých stu-

díí měla možnost Ugarit navštívit, a konzultant nad mou prací Pavel Čech tam snad kdysi dokonce prováděl.

Co vás vlastně přivedlo na Husitskou teologickou fakultu?

Abych byla upřímná, tak po maturitě už jsem neměla chuť dál studovat. Ale pak jsem zavítala na jeden veletrh vysokých škol, kde měla zástupce i HTF UK. A když přede mnou rozložily ty propagační brožurky, řekla jsem si: religionistika? To zní dobře.

Přitom ještě na základní škole mě to táhlo úplně jiným směrem, účastnila jsem se všech možných olympiád – matematické, biologické, fyzikální... Na gymnáziu mě ale nejvíc zaujala latina a totálně jsem se přehoupala do humanitního směru, měla jsem dokonce i čínštinu. Ale je pravda, že zpětně mě trochu mrzí, že jsem se nevěnovala víc přírodním vědám

Tak pořád ještě můžete.

Kdybych měla studovat všechno, co bych chtěla, tak bych potřebovala tak sedm dalších životů nebo možná i sedm náct! (*smích*). Zkrátka není možné, aby se člověk věnoval všemu, co by chtěl.

Co ještě stíháte kromě studia, co děláte ve volném čase?

Všechno možné. Opravdu ráda ručně šiju, i na stroji. Ráda si čtu, ráda maluju, kreslím, líbí se mi počítačové hry... Nejlépe asi odráží to, co mě baví – se vším, co tam je – Comic Con. Chodíme tam pravidelně a každý rok je to jízda. Kdybych měla říct jednu osobu, jejíž účast mě vážně potěšila, tak by to byl autor Punishera Garth Ennis, jeho komiksy mám moc ráda. Taký jsem mu jich tam víc než pár donesla, aby je podepsal (*smích*).

Součástí Comic Conu jsou i kostýmy, to vás také zajímá?

Já bych hrozně chtěla, ale zjistila jsem, že mi strašně trvá to vytvořit. Jak jsem puntičkářka, tak se v tom zkrátka neukážu, dokud to není dokonalé. Mám to tak prostě ve všem. Pokud si za tím stoprocentně nestojím, tak je mi velmi nepříjemné s čímkoliv vyjít ven. A s tím oblečkem je to úplně stejné – vadí mi, když je někde nějaký šev křivý, nebo když stehy nejsou stejně dlouhé... Takže teď dělám na kostýmu postavy ze Zaklínače, který asi v životě nebude hotový (*smích*).

Jak se žije skleněným dětem?

Bc. et Bc. Ema Turnerová
Na Filozofické fakultě UK absolvovala bakalářské studium Sociologie a Sociální práce. V současné době je ve druhém ročníku magisterského oboru Sociologie na FF UK. Je hlavní autorkou sociologického výzkumu zaměřeného na sourozence osob s postižením. Výzkum zastřešila Katedra sociologie FF UK a vznikl u příležitosti uvedení dokumentárního filmu *Ta druhá* režisérky Marie-Magdaleny Kochové.



V rodině, potažmo ve společnosti jsou neviditelní, proto se jim říká „skleněné děti“. Řeč je o sourozencích dětí se speciálními potřebami. S jakými problémy se potýkají, jaké mají rodinné vztahy a osobní životy, jak se do jejich životů promítá to, že mají sourozence vyžadující speciální péči? Tyto otázky si klade celovečerní filmový dokument *Ta druhá*, s kterým souvisí také sociologický výzkum. Ten vedla Ema Turnerová, studentka Sociologie na Filozofické fakultě UK.

TEXT Helena Zdráhalová FOTO Hynek Glos

Johana je osmnáctiletá žena, která je v maturitním ročníku a přemýšlí o svém dalším životním směřování a studiu na vysoké škole. Až potud běžný příběh, který se ničím nevymyká příběhům mnoha jiných současných středoškoláků. Johana na rozdíl od ostatních však musí do svého rozhodování zapojit ještě jednu, dost podstatnou okolnost, má totiž mladší sestru s postižením, s jejíž péčí denně pomáhá. Johana je hlavní hrdinkou celovečerního debutu dokumentaristky Marie-Magdaleny Kochové *Ta druhá*, který sklídil nadšené ohlasy publika na filmových festivalech.

To, co velmi citlivou formou zobrazuje režisérka Marie-Magdalena Kochová ve svém filmu, se rozhodla studentka sociologie Ema Turnerová zarámovat daty, která dosud v České republice nikdo neshromáždil.

„K projektu jsem se dostala velkou náhodou. Moje mamka, která pracuje v neziskovém sektoru, mě upozornila na to, že se bude podávat jeden sociálně-inovační projekt a že by mě to mohlo zajímat, jestli se nechci jít podívat. Byla to vlastně první schůzka autorky dokumentu Marie-Magdaleny Kochové a zástupců Národního ústavu pro autismus Nautis, kde se v takové úplně primární formě začala vymýšlet spolupráce a řešení tématu skleněných dětí. Mě zaujalo, že k tématu neexistují žádná data, o této skupině obyvatel tedy vlastně nic nevíme,“ vzpomínala Ema Turnerová.

Téma je jí blízké i z toho důvodu, že vedle Sociologie vystudovala také Sociální práci. A proto s podporou tří svých kolegů z fakulty a za supervize svých vyučujících začala připravovat sociologický výzkum, který se zaměřil na sourozence osob s postižením a zabýval se třemi tematickými bloky – samotnou péčí o sourozence s postižením, situací v rodině, a sociální podporou a přístupem ke službám.

„Primárně jsme to konzultovali s režisérkou filmu, protože ona sama je skleněné dítě, takže měla představu, co by bylo dobré zjistit. Impuls k nám přišel také od Nautisu, abychom zmapovali služby zaměřené na blízké postižených. Sestavování výzkumu a skládání otázek byl opravdu dlouhý proces, který připomínkovaly různé strany,“ vysvětlila Ema Turnerová, která tak mohla naplno rozvinout dovednosti a znalosti, jež získává na FF UK, a uplatnit je v praxi. Její výzkum pak navíc získal záštitu Katedry sociologie FF UK.

To, že se jedná o skutečně neviditelné téma ve společnosti, naznačovalo i to, jak obtížně se hledali respondenti a respondentky pro výzkum (i když podle dat agentury Behavio patří mezi skleněné děti až 8 % populace České republiky). Díky úsilí a komunikaci přes všechny možné kanály se nakonec týmu podařilo získat rozmanitý vzorek 418 respondentů a respondentek z celé České republiky napříč sociodemografickými charakteristikami.

Strach z budoucnosti

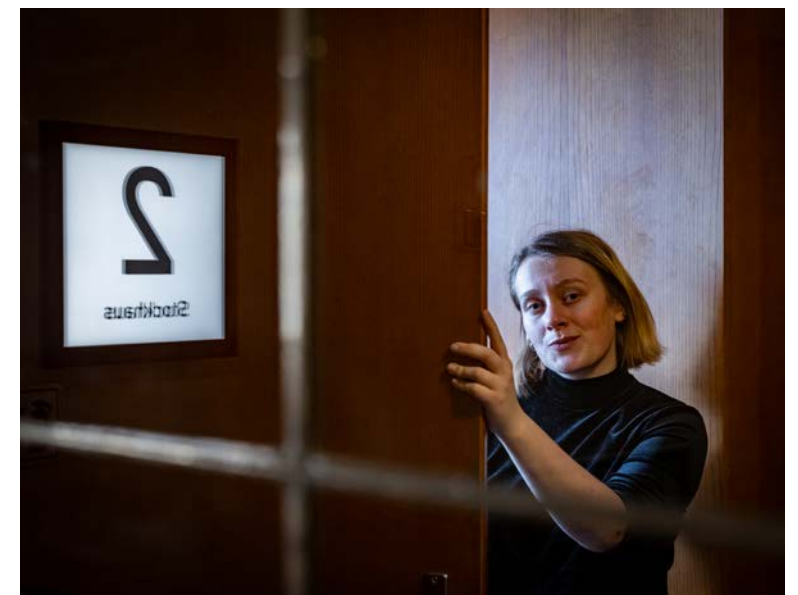
„První zajímavou okolností je to, že tři čtvrtiny odpovědí přišly od žen. Nejdřív jsem z toho byla rozpačitá, ale když jsme se nad tím zamysleli, začalo to dávat smysl. To, že nám na dotazník odpovíděly z většiny ženy, vypovídá o tom, že téma je pro ně aktuálnější. Ve skupinách pečujících je větší množství žen,“ podotkla socioložka.

Hlavní výsledky výzkumu říkají, že více než polovina respondentů se aktivně podílí na péči o svoje sourozence a většina z nich tuto péči považuje za psychicky a časově náročnou. „Více než polovina respondentů zohledňuje sourozence v každodenních rozhodnutích a tři čtvrtiny respondentů cítí odpovědnost za své sourozence i do budoucna, s čímž se pojí například i strach z budoucnosti, který zmiňovala většina sourozenců z našeho výzkumu,“ vyjmenovala Ema Turnerová některá hlavní zjištění, která vyplynula z dotazníkového šetření.

Odpovědnost a stres

Z otázek, které se věnovaly pocitům a emocím respondentů a respondentek, vyplývá, že často cítí nadměrnou odpovědnost a stres. Výzkum také ukazuje, že tzv. skleněné děti jsou vystaveny riziku vzniku duševních problémů, sociální izolace a rizikového chování i kvůli nedostatečné systémové podpoře a nedostatku podpůrných služeb. Zájem o tyto služby přitom projevila většina sourozenců, kteří na výzkum odpovídali. Nejvíce by stáli o individuální terapii, pobytové služby a odborné poradenství i sourozenecké skupiny, kde by lidé mohli sdílet svoje životní zkušenosti.

Tým, který se spojil kolem dokumentárního filmu *Ta druhá*, se nyní snaží šířit osvětu o této problematice v celé společnosti a usiluje i o systémové změny. „Jedním z cílů v rámci sociálně-inovačního projektu je vznik webových stránek zaměřených na toto téma, kde budou moci lidé získat více informací a systémovou podporu. Zároveň se rýsuje to, že se náš výzkum a koncept toho, že je třeba i sourozence dětí se speciálními potřebami systémově zabezpečit, dostane do Strategie rodinné politiky ministerstva práce a sociálních věcí,“ usmívala se Ema Turnerová a dodala, že spolupráce s organizací Nautis se navázala i z toho důvodu, aby služeb, které by sloužily přímo skleněným dětem, v zemi přibýlo. Nautis v současné době už sourozenecké skupiny vede, nabídku ale plánuje rozšířit.





Scheuermannovou kyfózou a idiopatickou skoliózou, nejčastějšími vadami páteře, trpí asi 10 % populace. Mezi nimi i Tadeáš Řáha, student Strategické komunikace Fakulty sociálních věd UK. Veden vlastní zkušeností z pozdního odhalení nemoci, kvůli čemuž trpí chronickými bolestmi, rozjel dvoustátní kampaň zaměřenou na včasnou diagnostiku a správnou léčbu těchto vad. Za jeho iniciativu, kterou podpořila vedle dalších organizací i ministerstva zdravotnictví České a Slovenské republiky a která nemá ve světě obdoby, mu rektorka UK Milena Králíčková udělila Mimořádnou cenu rektorky.

TEXT Helena Zdráhalová

FOTO Anna Jeřábková,
Veronika Vachule Nehasilová,
Shutterstock

Bc. et Bc. Tadeáš Řáha

Absolvoval bakalářský obor Anglický jazyk a Základy společenských věd se zaměřením na vzdělávání na Pedagogické fakultě UK a Komunikační studia se specializací Marketingová komunikace a public relations na Fakultě sociálních věd UK. Dnes je magisterským studentem oboru Strategická komunikace na FSV UK. Vede dvoustátní osvětovou zdravotní kampaň, jejímž cílem je zvýšit povědomí o Scheuermannově kyfóze, o idiopatické skolióze a vadném držení těla.

Bojuje za ostatní

Poprvé byl Tadeáš Řáha s bolestmi zad u lékaře, když mu bylo dvanáct. I když podstoupil několik vyšetření u více lékařů, žádnou diagnózu ani potřebnou léčbu nikdo z nich nestanovil. A protože ho občasné bolesti zad v jeho běžném životě zásadně neomezovaly, dál po jejich příčinách nepátral. To se však změnilo s jeho dvacátým rokem, kdy začal postupně trpět čím dál silnějšími bolestmi. Ačkoliv podstoupil řadu vyšetření, včetně magnetické rezonance, stále nebylo jasné, co je způsobuje.

Až po několika letech padla diagnóza. Ukázalo se, že Tadeáš trpí Scheuermannovou kyfózou, což je onemocnění páteře, které způsobuje předčasnou degeneraci (neboli stárnutí) páteře. Při včasném odhalení nemoci, tedy ještě během dětství a dospívání, lze intenzivní rehabilitací a nošením korzetu její progres výrazně zmírnit. V pozdějším věku už je jedinou pomocí operace, a to navíc s nejistým výsledkem. U další nejčastější vady páteře, idiopatické skoliózy, je včasná diagnóza stejně důležitá.

Tadeášův život zasažený touto diagnózou a neustálými bolestmi se převrátil vzhůru nohama. „Když jsem se dozvěděl diagnózu, nějakou dobu jsem věřil, že se s tím dá ještě něco dělat. Zkoušel jsem různé druhy cvičení, fyzikální terapie, všechno možné, co se dalo. Po půl roce jsem ale pochopil, že ta doba, kdy jsem to takto mohl léčit, tedy moje dětství, mi unikla. To bylo strašné období, kdy jsem si uvědomil, jak se to zhoršuje, kolik mi toho nemoc už vzala a kolik mi toho v budoucnu ještě vezme. To všechno spojené s chronickou bolestí mě uvrhlo do deprese, přemýšlel jsem i tom, že s tím už nechci žít. Nevěděl jsem, co dál,“ vzpomínal na náročné období svého života Tadeáš.



Zlost přetavená v pomoc

V té době už ale studoval na Fakultě sociálních věd UK marketingovou komunikaci a PR a narazil na příběh bývalého amerického finančníka Douga Strotta – nositele stejné nemoci, který založil mezinárodní nadaci Scheuermann’s Disease Fund pro podporu včasné diagnostiky vad páteře. „Jeho příběh mě velice inspiroval. I přes bolest, kterou trpí, dělá maximum pro ostatní pacienty a snaží se změnit systém. Dodalo mi to nový elán, vrátilo mi to chuť bojovat s nemocí. Moje zlost, že u mě nemoc neodhalili lékaři včas a že ji zlehčovali, jsem nakonec dokázal přetavit v něco produktivního,“ podotkl.

V roce 2023, vybavený znalostmi a dovednostmi ze svého studia a podporou, kterou získal od Strottovy nadace, odstartoval osvětovou zdravotní kampaň zaměřenou na zvýšení povědomí o Scheuermannově kyfóze, idiopatické skolióze a vadném držení těla a podporu včasné diagnostiky a léčby v Česku i na Slovensku.

Strategická komunikace v praxi

Svým mimořádným zápalem, zaujetím pro věc a také důležitostí tématu dokázal pro projekt získat podporu ministerstev zdravotnictví České a Slovenské republiky, České pediatrické společnosti Jana Evangelisty Purkyně, organizace Mladí lékaři, Slovenské ortopedické a traumatologické společnosti nebo oborového časopisu *Rehabilitácia*. Podporu získal také na své domovské FSV UK od Institutu komunikačních studií a žurnalistiky, který přispěl na pokrytí nákladů kampaně. Svoji úlohu sehráli i profesionálové z oblasti komunikace na Katedře

marketingové komunikace a PR, se kterými svůj projekt pravidelně konzultuje.

Tadeášovi se podařilo tématem zaplavit veřejný prostor, dostat ho do celostátních veřejnoprávních i soukromých médií, a co je pro něj nejdůležitější, mezi lékaře a lékařky, aby se už při vyšetření dětí více hlídaly příznaky vad páteře.

Tématu také věnoval svou bakalářskou práci. Založil internetové stránky, kde se lidé dozví základní informace o Scheuermannově kyfóze, idiopatické skolióze i možnostech jejich léčby, nebo se mohou zapojit do komunity lidí, kteří nemocemi trpí, a sdílet své zkušenosti i psychickou podporu. Dosud přednášel na téměř dvaceti lékařských kongresech a konferencích v Česku i na Slovensku. Šíří mezi ně také informační brožurky. Sepsal i několik odborných článků do lékařských časopisů. Individuálně pomáhá každému pacientovi, který ho osloví. Vše přitom dělá jako dobrovolník ve svém volném čase. Projektu věnoval už více než 2000 hodin bezplatné práce.

Tadeáš Řáha původně nastupoval na FSV UK s tím, že by se rád věnoval komerčnímu marketingu, osud mu ale vytyčil jinou cestu. Když úspěšně složil státnice a obhájil bakalářskou práci, rozhodl se pokračovat ve studiu na FSV UK, tentokrát v magisterském oboru Strategická komunikace. Svou budoucnost ale dnes už nevidí ve službách korporátu. Jeho nemoc mu ukázala, že svůj život raději věnuje práci v sociálním a neziskovém marketingu a tomu, co má podle něj skutečný smysl, a tím je pomoc druhým.

Vady páteře

Scheuermannova kyfóza a skolióza jsou dětské vady páteře, které mohou vést k trvalé bolesti a potížím s body image. Jsou do významné míry dědičné. Postihují vždy obě pohlaví, i když skolióza více dívky a Scheuermannova kyfóza více chlapce. Nejčastěji se s nimi setkáváme od 9 let do ukončení růstu. Existují však i typy skolióz a kyfóz, které se vyskytují dříve, některé již od narození. Mezi další vady páteře se řadí plochá záda nebo lordóza (nadměrné prohnutí páteře směrem dopředu).

Tři základní otázky pro pacienta?

- 1. Je v předklonu zřetelné ztuhlé zakulacení a/nebo asymetrie levé a pravé strany zad?
- 2. Stěžuje si opakovaně na nepohodlí či bolesti v zádech?
- 3. Má v rodině blízkého příbuzného s potvrzenou vadou páteře?

Pokud je na jednu či více otázek odpovědi ano, vhodné je vyšetření u pediatra, který zašle na vyšetření RTG nebo k lékaři, který se výslovně specializuje na vady páteře.

Co je to Scheuermannova kyfóza?

Scheuermannova kyfóza je nadměrné zakulacení páteře o více než 40°, které většinou nelze vyrovnat vůlí. Je ze 74 % dědičná a postihuje 3 % dětí. Může se vyskytnout i s žádným nebo mírným zakulacením, které se snáze zamění za vadné držení těla. V současnosti málokdy dojde k jejímu včasnému zachytu. S touto vadou páteře se potýká i olympijská vítězka v běhu na lyžích Kateřina Neumannová, která se mohla vrcholovému sportu věnovat jen díky včasnému odhalení této vady a intenzivním rehabilitacím.

Typy Scheuermannovy kyfózy:

- S vrcholem zakulacení v horní části hrudní (střední) části zad
- S vrcholem zakulacení ve spodní části hrudní (střední) části zad
- S vrcholem v bederní (spodní) části zad
- S žádným/mírným zakulacením

Co je idiopatická skolióza?

Idiopatická skolióza je nadměrné zakřivení páteře do strany o více než 10°, které nelze vyrovnat vůlí. Postihuje asi 6 % dětí. Někdy nemusí být patrná na první pohled, a vyžaduje proto důkladné vyšetření. Skolióza je dědičná, a to z 57 %.

Typy skoliózy

- V hrudní (střední) části zad
- V bederní (spodní) části zad
- V celé hrudní a bederní páteři – stejný směr
- V celé hrudní a bederní páteři – opačný směr





S Jezulátkem jsem se postupně **smiřoval**

P. Mgr. Pavel Pola, Ph.D., OCD
Absolvoval tři roky studia na
1. lékařské fakultě UK, poté
vstoupil do Řádu bosých
karmelitánů a vystudoval
Katolickou teologickou fakultu
UK. Doktorandskou práci
o duchovní krizi však dokončil
na Evangelické teologické
fakultě UK. Rektor kostela
Panny Marie Vítězné a svatého
Antonína Paduánského v Praze,
označovaného také jako kostel
Pražského Jezulátka. Ve
volném čase rád vaří, medituje,
poslechne si oblíbenou vážnou
hudbu nebo hraje na zenovou
flétnu shakuhachi.



Měl našlápnuto ke kariéře stomatologa, ale místo zubů dnes nadneseně řečeno pečuje o lidské duše. Pavel Pola je rektor kostela Panny Marie Vítězné a svatého Antonína Paduánského v Praze. Kostel označovaný také jako kostel Pražského Jezulátka patří kvůli vzácné sošce k největším turistickým atrakcím Prahy.

TEXT Jiří Novák FOTO Hynek Glos

Někde jste řekl, že by se člověk neměl bát. A to ani Boha. Neměl by ale mít nad sebou nějakou hrozbu, aby svévolně nekonal zlo?

Strach podobně jako bolest je taková důležitá kontrolka, která by se měla rozsvítit, když cítím bolest z toho, že něco není v pořádku a mám to řešit. A strach mě může upozornit na nebezpečí, reálnou hrozbu, na něco čeho se vyvarovat, v tom má svojí pozitivní funkci. Ale pokud strach zabere většinu mého zorného pole, tak už je to kontraproduktivní.

Člověk by také neměl mít strach z toho dělat chyby. To je jakoby něco, co je dovolené a prospěšné. Mít strach o někoho, nebo o to, abych někomu neublížil, tam jde myslím o oprávněnou obavu. Ale zase by ten strach neměl být přehnaný, aby mě neparalyzoval a neizoloval od druhých, protože pokud bych měl lpět na tom nikomu neublížit, tak bych s lidmi nesměl vůbec přijít do styku.

Mají dnes lidé, především mladší generace, strach i z navazování partnerských vztahů?

Příčina tohoto strachu může být různá. Například nějaká negativní zkušenost, nízké sebevědomí, špatné vztahy v rodině... Pak je dobré člověka podpořit a provázet k tomu zlepšit jeho dovednosti, dodat mu odvalu.

Duchovnímu provázení se věnujete v univerzitním Centru péče o duši. Jak byste tuto činnost popsal?

Jsou to rozhovory, které v něčem mohou připomínat psychotherapeutické setkání. Nemluví se však pouze o víře, protože ona duchovní sféra zasahuje do řady věcí. Tudíž jde o rozhovory o vztazích, o dění v osobním životě a jeho smyslu, výhledů do budoucna, o životě a smrti, kdy jim zemře někdo blízký. Jedná se o řadu různých témat s lidmi, kteří se nehlásí k žádné náboženské tradici, ale zkrátka hledají nějaký přesah.

A rozumí dnešní mladá generace jazyku katolické církve? Nevnímají kázání a modlitby jako něco zastaralého, co je jim příliš vzdálené?

Myslím, že se dotýkáte něčeho, co je hodně aktuální a problematické. Já se snažím v rámci Cen-

tra péče o duši, i zde v kostele mluvit srozumitelným jazykem a předávat co nejvíce v současné řeči. Nejen účelově, abych oslovil, ale aby to i mně samotnému dávalo smysl. Je to pro mě i takový test pravdivosti, nebo toho, že tomu sám rozumím a baví to i ostatní.

A není to otázkou nějaké rétoriky, ale spíše toho, že člověk ví, čím se ostatní lidé zabývají, jak mluví. A to poznáte tím, že jste s nimi v kontaktu, ve vztazích. Inspirují vás i lidé, kteří nejsou v církvi, nejsou



Bosí karmelitáni

Kontemplativně-činný řád, který se věnuje jak modlitbě, tak činnosti navenek. Život kostela Pražského Jezulátka je s karmelitány nerozlučně spjat. Po dvoustleté odmlce tu znovu působí od roku 1993.

A co znamená zkratka OCD za jménem Pavla Poly? „Občas vtipkuji, že máme obsedantně kompulzivní poruchu, ale znamená to Ordo Carmelitarum Discalceatorum (Řád bosých karmelitánů),“ vysvětluje věčně usměvavý Pola.



členy stejné společenské „bubliny“, ale jsou otevření ve svých názorech.

Asi těžko očekávat, že bude katolický farář influencerem ve stylu evangelické dvojice Pastoral Brothers, nicméně – máte od svých nadřízených dané nějaké mantinely u kázání nebo obecného vyjadřování?

(směje se) Obdarován výřečností jako Pastoral Brothers sice nejsem, ale líbí se mi jejich styl a přijde mi to fajn. A mantinely... Já se snažím v některých věcech, a nejsem sám, jít někdy až na okraj toho, co by mohlo být přijatelné. Právě proto, že se tím mohu přiblížit lidem, kteří jsou za tím pomyslným okrajem. A dává mi smysl to takto dělat, nebýt uzavřený ve své bublině. A zatím jsem se nesetkal s nějakou negativní zpětnou vazbou.

Jak jste vnímal případ Marka Orko Váchy, jehož řada katolíků a jeho nadřízených odsoudila za to, že dle nich nedodržel jakási striktní pravidla, kterým my laici mimo církevní kruhy asi moc nerozumíme.

I pro mě je to nesrozumitelné a vlastně nepochopitelné. Mně v případě Marka Orko Váchy nepřišlo nic za hranou a to, že byl propuštěn z pracovního poměru v pražské arcidiecézi, i když nemá v Praze zákaz působit a mluvit, je dle mého soudu neférové a nespravedlivé.

Biskup Tomáš Holub nebo váš spolužák ze studií Pavel Jäger mi říkali, že v katolické

církvi to trochu funguje jako v armádě – jste přiděleni na určité místo a můžete být kdykoliv odvoláni.

To je na jednu stranu pravda, ale podle mého názoru církev nemá fungovat jako armáda ani jako firma, nebo monarchie. Církev má být společenství rovných lidí, alespoň takový byl záměr našeho zakladatele. Pochopitelně, že každé společenství potřebuje nějakou strukturu a pravidla, ale pokud to převládne a stane se to tím hlavním, tak to poněkud zrazuje celou naši podstatu.

Vy působíte u Pražského Jezulátka, jak se kostelu Panny Marie Vítězné a svatého Antonína Paduánského přezdívá, už poměrně dlouhou dobu.

Je to tak, jsem na tomto místě už přes deset let. Předtím jsem přes deset let působil ve Slaném a mám i pár zkušeností ze zahraničí během studií. Tím, že jsem členem karmelitánského řádu, tak jsou ty možnosti trochu omezenější, jelikož v Česku působí bosí karmelitáni pouze v Praze a ve Slaném.

Také bych mohl být povolán do zahraničí. Ale zatím se zde necítím nějak vyhořelý, že bych potřeboval změnu a někam utéct. Na druhou stranu by člověk měl být otevřen tomu, že změna může přijít a uchovávat si v mysli vědomí, že tu nejsme navždy.

Možná se málo ví, že váš kostel spadá pod italskou provincii.

Spadáme pod janovskou provincii. Ale do Itálie chodí Češi spíš v rámci formace a přípravy, protože





Na 1. LF UK jsem studoval tři roky a směřoval ke kariéře stomatologa. Ovšem po třetáku jsem vše přehodnotil, šel studovat teologii a vstoupil do kláštera.

přestože se učíme italsky, tak jazyková bariéra je k plnohodnotnému působení v Itálii přece jen omezující.

A jak se vám daří popasovat s jazykovou bariérou zde? Vaše pražská komunita má přece mezinárodní složení.
Naše komunita čítá šest bratří, z toho jsou dva Indové a jeden Ital. A domlouváme se, jak to jde (*úsměv*). Modlíme se česky a někdy u stolu mluvíme italsky nebo občas anglicky.

Vaší oficiální funkcí je rektor, což se dá vysvětlit i jako nejvyšší správce. Před rozhovorem jsem vás viděl sundávat část výzdoby uvnitř kostela, patří k té funkci i jakési údržbářské činnosti?
Někdy i to je potřeba. Ale jinak máme v komunitě různě rozdělené role, já například pečuji také o zahradu. Míváme také vypsané služby na to, kdo otevírá a zavírá kostel a dohlíží na prostor uvnitř anebo služby na vaření. A díky našemu mezinárodnímu složení se česká kuchyně střídá s italskou a indickou. A to ještě máme kuchaře, který pochází z Karibiku a vnáší do toho ještě další rozměr.

Mezi největší křesťanské svátky patří Velikonoce, s kterými je spojován i půst, jak vlastně vznikla tato postní tradice?
Půst je svým způsobem duchovní disciplína. Kromě toho, že vynechat například maso může být zdraví prospěšné, tak jde o cvičení vůle. Když se člověk na něco připravuje, tak k tomu potřebuje určitou disciplínu, askezi. Askeze znamená řecky cvičení.

Existuje i duchovní půst? Že byste si řekl: a teď se nebudu týden modlit?
Existuje. Je možné si říct i toto. Dnes se hodně mluví o mediální přesycenosti a já myslím, že člo-

věk se může přesytit i duchovně. Střídmost může být dobrá i v tomto případě. Koneckonců meditace, které se věnuji, je v podstatě velmi střidmý způsob modlitby, kdy se myšlenky a slova snažíme spíš odkládat.

Meditace je vaší další činností v Centru péče o duši. Jak probíhá?
Meditace, kterou nabízíme na univerzitě, je nízkoprahovější, ale hodně odpovídá tomu, jak ji žiji já sám. Je to nějaká cesta do svého středu. Křesťané věří, že v našem vlastním středu je přítomen Bůh a že tedy meditace je cesta k Bohu, ale nikoho nenutíme, aby to tak interpretoval. Je to vlastně spojení se se svou nejhlubší podstatou, a ta forma, jakým způsobem to studenty a další lidi učíme, je vlastně velmi prostá. A inspiruje se nejen v křesťanské tradici, ale i některými východními směry.

Většina lidí k nám přichází s očekáváním se zklidnit a najít pokoj, což je ušlechtilá motivace, ale přijde mi, že takový výsledek nemusí být vždy. Meditace nás někdy může naopak zneklidnit, a i to je dobře – v něčem nás jakoby probere, nebo nám v něčem otevře oči.

Když meditaci člověk začne brát vážně a dělat poctivě, tak se mu začnou vynořovat otázky. A ty je dobré s někým konzultovat. Člověk by neměl zůstat úplně sám, protože je to často jakási neprobádaná krajina, do které se vydává. Neznamená to, že by mu někdo měl úplně přesně říkat, kudy má jít a co je správné. Je to o tom s někým konzultovat a ptát se. Někteří studenti například začnou s meditací na pět minut denně a postupně to navyšují. A dříve či později se objeví potřeba s někým vše probrat. A to už jsme zase u duchovního doprovázení.

Vy jste to někde vysvětloval i tak, že se snažíte lidem vrátit kompetenci nad jejich živo-

tem. Přibývá lidí, kteří si neví rady se životem?
Nevím, zda jich přibývá. Člověk během života prochází určitým vývojem a někdy se naučíme přirozenou cestou, jak přebírat zodpovědnost za svůj život nebo objevit svoje kompetence a možnosti. A někdy v tom potřebujeme pomoci, ať už je to psychoterapie nebo jakákoliv jiná podpora. To, že se snažím lidem vracet jejich kompetenci, je takový základní princip, který mám na paměti při doprovázení a jakémkoliv vedení lidí nebo skupin.

Váš kostel patří k nejnavštěvovanějším nejen v Praze, a to především díky slavné sošce Jezulátka, které je zde umístěné už téměř 400 let. Jaký vztah k ní máte Vy?
Musím přiznat, že já jsem se s Jezulátkem musel trochu tak nějak smířovat. Přestože jsem z věřící rodiny, tak mi ta soška do mého vidění světa úplně nezapadala. Zpočátku jsem ji moc nechápal. Ale teď si myslím, že to je docela dobrá ikona, která může pomáhat lidem na cestě víry.

Lidé z celého světa se chodí k Jezulátku modlit a prosit o pomoc nebo uzdravení. Zkusil jste to také?
Pamatuju si, že když jsem měl před maturitou, tak jsem se dozvěděl, že se spolužáci chodí k Pražskému Jezulátku modlit. Tak jsem přišel také (*směje se*). Ale vlastně jsem ani nevěděl, co pořádně dělat. Každopádně, odmaturoval jsem.

A po maturitě jste nastoupil na 1. lékařskou fakultu Univerzity Karlovy.
Ano, inspirací mi asi byli prarodiče, dva dědové a jedna babička byli lékaři. Také mi bylo blízké pomáhat lidem. Na 1. LF UK jsem studoval tři roky a směřoval ke kariéře stomatologa. Ovšem po třetáku jsem vše přehodnotil, šel studovat teologii a vstoupil do kláštera.

Co bylo hlavním impulsem tak náhlé změny?
To bych taky rád věděl. Je to i pro mne vlastně tajemství a nevím, jak to popsat. Je to podobné, jako když se člověk zamiluje, taky to nedokáže úplně vysvětlit. Najednou jsem začal myslet na duchovní cestu a poté potkal karmelitány ve Slaném. Jejich komunita mě oslovila, přišla mi lidská a současná pro 21. století, rozbila moje představy o tom, jak to vypadá za zdmi klášterů. A za těch dvacet let, co žiju v klášteře, jsem vlastně nikdy nelitoval.

A proč jste se rozhodl právě pro řád bosých karmelitánů?
Kdysi jsem s kamarády jel do kláštera karmelitánů na víkendovou brigádu a oslovilo mě to, začal jsem se zajímat a začal tam jezdit. A do roka jsem do řádu vstoupil. Někdo tu cestu najde tak, že si něco přečte, nebo jej osloví dílo některého ze zakladatelů, a začne hledat z této strany.

A to zkrátka přijdete k danému kostelu, zaklepete na dveře a řeknete: já bych u vás chtěl být?
V dnešní době to je spíš tak, že člověk napíše mail nebo zavolá, nebo se s někým sejde. Začne se o tom bavit postupně. Když někdo s igelitkou zazvoní u brány kláštera, tak je to většinou trochu podezřelé (*smích*).

Musíte projít nějakým schvalovacím procesem, předpokládám.
Proces přijímání je dlouhý a v mém případě trval sedm let. Je to rozfázované od takového zkušebního období na jeden rok, pak následuje rok noviciátu, který v našem případě probíhá v Itálii. Tam už člověk skládá sliby na rok, které může obnovit vřdycky po roce třeba pětkrát. A pak když souhlasí on i komunita, může složit věčné sliby.



Pražské Jezulátko

Soška patřila do vlastnictví Marie Manrique de Lara y Mendoza, která v 16. století dorazila do Prahy jako dvorní dáma Marie Španělské, manželky římského císaře a českého krále Maxmiliána II. Později sošku darovala jako svatební dar své dceři Polyxeně, jež po smrti svého manžela, nejvyššího kancléře Zdeňka Popela z Lobkovic, darovala v roce 1628 sošku jezulátka klášteru bosých karmelitánů u kostela Panny Marie Vítězné. Jezulátko je v kostele od roku 1641 umístěno v prosklené stříbrné skřínce na vlastním bočním oltáři. Je opatřeno korunou a během církevního roku je oblékáno do různě barevných šatů. Soška, které začala být připisována zázračná moc, byla v roce 1655 slavnostně korunována pražským biskupem a účta k Jezulátku se postupně rozšířila po celém světě.

Vzdělávání bez hranic



Studium v Paříži, ve skotském St Andrews nebo v portugalské Coimbře? Univerzita Karlova nabízí nespočet příležitostí zahraničních mobilit. Ve stále propojenějším světě se studium v zahraničí stává nejen příležitostí, ale přímo nezbytností.

TEXT Adéla Kozelková, Jelizaveta Getta, studentky a studenti UK
FOTO Shutterstock

Rozvoj kulturního povědomí, zdokonaňování jazykových dovedností či budování kontaktů – to jsou jen některé z přínosů, které studentská mobilita nabízí. Na UK jdeme s dobou, takže se angažujeme ve vytváření pestré škály příležitostí pro studium v cizině, jež zároveň díky stipendijním programům a fondům pomáháme financovat.

Proč je dobré vyjet „ven“?

Zahraniční zkušenost vám nabízí jedinečnou šanci prohloubit odbornost,

podívat se na svůj obor z jiné perspektivy, navázat vztahy a získat cenné a mnohdy klíčové zkušenosti pro váš osobní, akademický i kariérní rozvoj. Během takového studia získáte navíc možnost poznat jinou kulturu a zároveň se seznámit se studujícími z různých zemí. Tyto zkušenosti mohou výrazně obohatit váš pohled na svět a rozvíjet dovednosti, jako jsou flexibilita nebo mezikulturní komunikace. A to se cení! Na Univerzitě Karlově věříme v sílu mezinárodního vzdělání. Ať už se jedná

o krátkodobý pobyt, semestr v zahraničí, nebo celoroční stáž, je to příležitost, jež může obohatit váš životní příběh a napomoci profesní kariéře.

Možnosti mobility na UK

Univerzita Karlova nabízí svým studentům širokou škálu možností pro výjezd, z nichž každá přináší jedinečné výhody a zkušenosti. Podívejme se na ně!

Nejrozšířenější je program Erasmus+. Toho pro výjezd do zahraničí využije ročně přes 1800 našich studujících, a naopak na UK přiláká přes 2000 zájemců (nejen) z celé Evropy. Pro svůj Erasmus+ pobyt si naši studující můžou vybrat mezi více než 1000 univerzitami, firmami, nemocnicemi a dalšími institucemi. Tento program se pyšní poměrně nenáročnou administrací a poskytuje relativně vysoké stipendium. Nabízí dvě hlavní možnosti: studijní pobyty, jež trvají mezi dvěma až dvanácti měsíci a jsou podporovány 540 až 660 eury měsíčně, anebo praktické stáže s dobou trvání opět mezi dvěma měsíci a rokem s měsíčním stipendiem v rozsahu 690 až 810 eur.

Zájemci si dále mohou vybrat ze široké nabídky meziuniverzitních a mezifakultních dohod, které jim umožňují vyjet za hranice Evropy i na některou z nejprestižnějších univerzit světa (na jeden až dva semestry).

Letní a zimní školy poskytují možnost krátkodobé, ale zato intenzivní zkušenosti se studiem v zahraničí. Tyto programy se obvykle zaměřují na konkrétní témata a trvají několik dní až týdnů.

Pakliže studující preferují univerzitu, která mezi partnerskými institucemi UK chybí, mohou se stát free-movery. Tento způsob studia nabízí velkou flexibilitu, s níž se však pojí vyšší ekonomické a administrativní nároky.

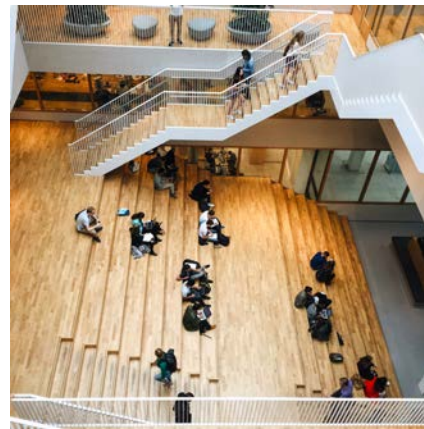
Od roku 2018 mohou studující také naplno využívat univerzitní aliance 4EU+, jejíž je Univerzita Karlova členem. Tento program nabízí různé druhy zahraničních pobytů včetně virtuální mobility i krátkodobých výjezdů.

Máme silné přátele!

UK je součástí řady mezinárodních uskupení. Jsme také členy univerzitní aliance 4EU+, kde jsou našimi partnery univerzity v Heidelbergu, Miláně, Kodani, Varšavě, Ženevě a dvě v Paříži (včetně Sorbonny).

Jaké bylo studium v cizině?

Na podobné otázky přináší odpovědi Charles Abroad. Jde o oficiální projekt Univerzity Karlovy, jehož smyslem je inspirovat studentky a studenty k výjezdům do zahraničí. Na stejnojmenném webu i na sociálních sítích najdete osobní zkušenosti a užitečné rady vašich spolužáků – mimo jiné díky závěrečným zprávám, které vyplňují po návratu z pobytu. Níže přinášíme malou ukázkou aktuálních doporučení.



„Studium klinických ročníků je zajímavější uzpůsobené než u nás. Strídalo se šest týdnů teoretických přednášek a šest týdnů klinických stáží, které jsou velmi dobře vedené. Škola vyžaduje potvrzení o úrovni francouzštiny B2, většina studentů přijíždí s úrovní B1 a následně se pobytem na B2 posouvají.“

Martin (2. LF UK)
Université Claude Bernard Lyon 1

„Žít a pracovat za polárním kruhem je zážitek, který se jen těžko popisuje – člověk to musí zažít na vlastní kůži. Právě tohle dělá univerzitu a celou lokalitu výjimečnou. Není to jen o studiu nebo výzkumu, ale i o tom, být součástí prostředí, kde se setkává příroda, klid, extrémní podmínky i mezinárodní akademická komunita.“

Lukáš (FaF UK)
UiT Norges arktiske universitet



„V Řezné to zvládnete i bez skvělé němčiny. Během mého studijního pobytu (pracovala jsem zde na kapitole z dizertační práce) jsem na katedře slavistiky komunikovala česky, v kanceláři pro zahraniční studenty a ve městě převážně anglicky.“

Pavčina (FF UK)
Universität Regensburg

„Byl jsem zapojen do práce výzkumné skupiny – stážisté jsou zde bráni vážně a s respektem. V kampusu je spousta studentských spolků – od vědeckých a kulturních až po sportovní nebo čistě zájmové. Snadno si zde najdete kamarády.“

Jiří (PřF UK)
University of York



Další zážitky i praktické informace:
www.charlesabroad.cz
info@charlesabroad.cz
charlesabroad.cz

„Aristotelova univerzita v Soluni je největší univerzita v Řecku. Zapsala jsem si předmět Greece Today určený pouze Erasmákům, kde jsme probírali řeckou historii, jazyk, umění, přírodu, náboženství. Bylo to fajn prostředí, kde poznat nové spolužáky.“

Linda (FTVS UK)
Aristotle University of Thessaloniki



„Neskutečně příjemný obrovský kampus, který zvenčí vypadal jako nějaký hrad. Nejlepší na něm bylo venkovní posezení, které bylo v podstatě všude, kam člověk šel. Tak tam pobíhaly kočky, které se sice moc nenechaly hladit, ale byly skvělým prvkem.“

Jakub (PedF UK)
L-Università ta' Malta

Sledujte... a lajkujte

Na sociální sítě můžete mít názor jakýkoliv – můžete milovat, jak jsou svůdné, či je nenávidět. Ale ani instituce, jež se narodila v roce 1348, si je nemůže dovolit ignorovat. I „Karel“ žije online!



→ v češtině

 @UniverzitaKarlova
 @unikarlova.cuni.cz
 @UniverzitaKarlova
 @UniKarlova

→ v angličtině

@CharlesUniversityInPrague
@charlesuni.cuni.cz
@CharlesUniversity
@CharlesUni

→ UK Forum

@ForumUK
@ukforum.cuni.cz

Přidejte se k téměř 130 tisícům našich followerů na profesní síti LinkedIn, k 60 tisícům facebookových fanoušků, anebo k téměř 35 tisícům na Instagramu.

TĚŠÍME SE NA VÁS!



**Didaktikon je vzdělávací a popularizační centrum
Univerzity Karlovy v Kampusu Hybernská**

Staňte se součástí Didaktikonu a představte svůj obor
žákům základních a středních škol

- Workshopy pro ZŠ/SŠ
- Juniorská univerzita
- Vzdělávání učitelů
- Akce pro veřejnost
- Kroužky





Spolufinancováno
Evropskou unií



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



**Univerzita
Karlova**