

Je začátek listopadu. Typický podzimní den. Je zataženo, docela chladno a fouká nepříjemný vítr. Všude ve městě je plno nachlazených lidí. Také Petr se už tři dny necítí dobře. Bolí ho hlava, má rýmu a kašel, bolí ho na prsou. Dnes ráno měl horečku. Naměřil si 38,2. A tak se rozhodl jít k lékaři.

U praktického lékaře na poliklinice bylo mnoho lidí. Petr musel dlouho čekat. Když ho lékař vyšetřil, konstatoval, že je to chřipka. Předepsal Petrovi léky - kapky do nosu, prášky proti kašli a na snížení teploty. Doporučil mu, aby ležel, léky bral pravidelně, hodně pil a užíval vitamíny. Lékař objednal Petra na kontrolu za deset dnů. Cestou domů se Petr zastavil v lékárně. Když se konečně vrátil domů, byl moc rád, že si můž jít lehnout.

Členové naší rodiny tráví dost času v kuchyni a to se mi líbí. Vždy jsem pokládala kuchyň za srdce celého domova. V mém dětství kuchyně znamenala zcela něco odlišného od kuchyní v dnešních panelácích, kde se často velmi malé kuchyně, nebo dokonce jen kuchyňské kouty, stávají stále více místem jen pro přípravu jídla. V minulosti to nebylo místo jen pro vaření, ale i pro mnoho jiných aktivit. V kuchyni se odehrávala velká část rodinného života. Maminka vařila, děti si tam hrály, školáci se tam učili a psali úkoly. Rodina se setkávala u stolu nejen při jídle, ale i při projednávání řady záležitostí, nebo jen tak při chvilce pohody a povídání.

Můj volný den - žena

Pracuju jako prodavačka – sedm dnů v týdnu, jeden týden mám ranní směnu, jeden odpolední. Když mám ranní směnu, začínám v 6.30 a končím ve 14.30, když mám odpolední, tak začínám v poledne a končím v šest večer.

Jsem vdaná a mám dvě děti, syna – 10 let a dceru – 12 let. Manžel pracuje jako řidič nákladáku, tak někdy dva nebo tři dny vůbec není doma. Jezdí do Německa, Francie, Anglie. Vozí tam českou zeleninu. Máme třípokojový byt na sídlišti. Moc volného času nemám, ale nějakou volnou minutu mám každý den. Co dělám, když mám volno?

Ráda čtu časopisy pro ženy. Uvařím si dobrou kávu, sednu si do obýváku, poslouchám Edith Piaf a čtu. Někdy jdu do fitka – tam ale intenzivně cvičím, tak to pro mě není „volno“. Když je doma manžel a má taky volno, jedeme k babičce na vesnici. Je to manželova maminka – moje tchýně, ale není to typická tchýně. Babička Marie, tak jí říkáme, je prima a velmi moderní.

Když ona má volno, jezdí na kole, surfuje na internetu a učí se německy. Někdy jdeme spolu na kosmetiku nebo do kadeřnictví. Jsme jako sestry. Mám ji ráda.

## Můj volný den - muž

Pracuju jako řidič dálkové dopravy. Už jako kluk jsem měl rád motory, auta – je to profese pro mě. Já jezdím autem velmi rád. Jen někdy jsou problémy, např. když sněží, prší a mrzne, ale to je normální – bydlíme v Evropě.

Moje pracovní doba není pravidelná. Nevím, co budu dělat za týden. Někdy pracuju tři dny, někdy dva, někdy jsem mimo domov celý týden. Když šéf potřebuje, pošle mi SMS (esemesku), a já jedu. Vozím zeleninu do Německa, Rakouska, Polska, někdy taky do Velké Británie.

Jsem ženatý a mám dvě děti. Syn je mladší, dcera je starší, ale oba jsou školáci. Manželka pracuje jako prodavačka – taky v sobotu a v neděli. Někdy máme spolu volno (ve stejnou dobu) za šest týdnů, někdy za dva měsíce.

Když mám volno, rád jdu hrát tenis. To je pro mě relaxace. Potřebuju pohyb, protože v autě pořád jen sedím a někdy mě bolí nohy. Můj kamarád, který se mnou hraje tenis, je úředník – taky pořád sedí a taky potřebuje aktivní relaxaci. Hrajeme v zimě i v létě, protože naše město má krásnou nafukovací tenisovou halu.

Když máme volno já i manželka, jezdíme k mamince. Tam je starý dům, který potřebuje opravit, tak můžu aktivně relaxovat celý den. Připravuju mamince dřevo a uhlí na topení, pracuju v zahradě, taky opravuju okna...

Podle rodičů mohou za zvyšující se agresivitu a brutalitu dětí akční filmy a spousty krve v počítačových hrách. Psychologové potvrzují negativní vliv mediálního násilí na děti. Podle některých odborníků neexistuje přímý vztah mezi reálným násilím a násilím ve filmu. Mediální násilí však agresivitu nesnižuje, ba naopak. Ne v každém dítěti může mediální násilí vyvolat agresivní chování. Velmi důležitá je v tomto smyslu pozice rodiny a vzor chování dospělých lidí v okolí dítěte. Rodiče by měli dítěti vysvětlovat, co je přijatelné a co už není. V České republice je problémem to, že děti mohou prosedět u televize celé dny. A také to tak opravdu je. Každá rodina má nejméně jeden televizor. Někdy má dítě dokonce svůj televizor v dětském pokoji a může se nekontrolovatelně dívat, na co chce.