



ŠKOLA  
PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ



# Jaselský kurýř

ŠKOLNÍ  
ČASOPIS ROKU

1. místo  
v kategorii - střední školy v Jihomoravském kraji 2018  
časopisu  
Jaselský kurýř

11/2022 - 45. vydání



# Obsah



Světová škola.....	3
Přehled nadcházejících školních akcí na měsíc prosinec.....	4
Školní placka.....	6
Schránka důvěry.....	7
Na oběd s Honzou – pozvánka do jídelny Grohova.....	8
Srdíčkové dny – poděkování.....	9
Literární soutěž (2021/2022) – Zákoutí, kam se ráda vracím.....	11
Pojďte s námi znakovat.....	13
OAMČR – Ostrava 2022.....	15
Exkurze IKEM.....	17
Zajímavý koníček – plavání.....	22
Já a sport.....	24
Můj nejzajímavější sportovní zážitek.....	25
Sporty pro hendikepované.....	27
Sport, který mě nezaujal.....	31
Já a výživa.....	32
Recept – Jarní závitky.....	33
Medailonky sportovců – Eva Adamczyková.....	35
Ostravské jazykové okénko.....	38
Poznej svého učitele.....	39
Vyslechni svého učitele... Tentokrát s Ivou Řemínkovou.....	40
Tajemný předmět.....	43
Rébus.....	44
Křížovka.....	45
Zpátky do autoškoly.....	47
Kronika školy aneb co se událo ve škole za měsíc říjen.....	48
Kde nás najdete?.....	67



Společnost Člověk v tísni, o. p. s. ve spolupráci s ADRA, o. p. s. a ARPOK, o. p. s. uděluje škole

## Střední zdravotnická škola Brno, Jaselská, příspěvková organizace

oprávnění používat titul



Škola splnila všechna kritéria nutná k obdržení tohoto certifikátu.

**Světová škola je místem, kde:**

- globální témata tvoří přirozenou součást výuky a života školy;
- se žáci pod vedením týmu učitelů zabývají aktivně světovým děním a sledují aktuální vývoj v rozvojovém světě;
- žáci, učitelé i širší veřejnost získávají informace o globální problematice;
- žáci identifikují místní problémy s globálním přesahem a usilují o jejich řešení;
- je nejméně jedenkrát za rok ve spolupráci s místní partnerskou organizací uspořádána akce s cílem přispět k řešení vybraného problému.

**Platnost certifikátu je do 30. 6. 2026**

**Tomáš Habart**

ředitel vzdělávacího programu Varianty Člověk v tísni, o. p. s.

Projekt Světová škola byla udělena Záštitou Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy a Záštitou Ministerstva zahraničních věcí ČR. Projekt byl finančně podpořen Českou rozvojovou agenturou a Ministerstvem zahraničních věcí České republiky v rámci Programu zahraniční rozvojové spolupráce ČR.



## MENSA České republiky

### Testování IQ

**Mensa pořádá ve vaší škole testování IQ, které slouží k vyhledávání nadaných dětí.**

**Cena: 300 Kč**

Test je neverbální a nevyžaduje předchozí znalosti, proto zjišťuje skutečnou úroveň zejména logického myšlení a dokáže odhalit nadání i tam, kde tomu např. školní výsledky nemusí odpovídat. Testování se může dítě zúčastnit maximálně 3x s tím, že absolvovat další test lze nejdříve po uplynutí jednoho roku od data posledního testování. Jinak na výsledek není brán zřetel a dítě přijde o platný pokus.

**Informaci o výsledku považuje Mensa za důvěrnou a dostane ji pouze zákonný zástupce testované osoby.**

**Prosíme:**

**1. Přihlaste dítě elektronicky na odkazu, který Vám byl zaslán, a to tak, že vyplníte:**

✓ Pole označená \*

✓ Třídu

✓ A zaškrtnete kolonku: Sleva pro dítě nebo studenta

**2. Na email poté dostanete POKYNY k platbě. Provedte platbu.**

**3. Aby Vám mohl přijít výsledek testování na uvedený email, je třeba jej ověřit. Až Vám ověřovací email přijde, potvrďte jej tedy kliknutím na příslušnou ikonu.**

**Vyplnění elektronické přihlášky minimalizuje chyby při doručování výsledků a je podmínkou pro zaslání výsledku e-mailem.**

---

Přihláškou objednávám pro testovanou osobu službu testování IQ poskytovanou Mensou České republiky. Provedení této služby zahrnující přihlášení, testování, vyhodnocení testu, zaslání výsledku a případné nabídky členství v Mense ČR s sebou nese nutnost zpracování a uchování osobních údajů testované osoby. Zpracovatelem těchto údajů je Mensa České republiky, IČ 45248591, Španielova 1111/19, 16300 Praha 6 - Řepy. Podrobné informace o tom, jak údaje chráníme a zpracováváme a jaká jsou Vaše práva naleznete na adrese [www.mensa.cz/gdpr/](http://www.mensa.cz/gdpr/).

Společnost Mensa testuje pomocí mezinárodně uznávaného standardizovaného testu IQ pro všechny děti. Test je rozdělen na tři věkové skupiny (5-8,9-13 a 14+). Testy jsou neverbální, testuje se tužka, papír. Výsledkem je hodnota IQ, vyhodnocení je standardizované na konkrétní věk dítěte. Účastníkům, kteří dosáhnou v testu výsledku na úrovni 130 a více, bude nabídnuto členství v Mense ČR.

Samotný test trvá v rozmezí 20–40 minut podle věkové kategorie. Každý, kdo se tohoto testu zúčastní, dostane potvrzení o absolvování s udaným IQ. Toto potvrzení má mezinárodní platnost. Jedná se o náš vstupní test, ale jako orientační měření IQ může sloužit naprosto komukoliv.

Výsledky testování jsou důvěrné, děti je dostanou poštou na jejich adresu nebo emailem v případě, že tuto variantu rodič potvrdí při elektronickém přihlašování do 2 týdnů od testování. Škola obdrží anonymní statistické vyhodnocení testování, kolik z testovaných dětí spadá do jednotlivých inteligenčních pásem.

Cena testování je 300 Kč a většinou ji hradí rodiče v případě, že o test mají zájem. Učitelé a zaměstnanci školy se mohou testu zúčastnit také, a to zcela zdarma.

[Odkaz na elektronickou přihlášku](#)

Školní parlament vyhlašuje:

# SOUTĚŽ O NEJLEPŠÍ ŠKOLNÍ PLACKU



Učitelé IKT Vám budou nápomocní při tvorbě návrhu.

Těšíme se na Vaše návrhy. Vítěz bude odměněn.



Milí žáci,

potřebujete pomoc s řešením situace ve třídě, škole nebo jsou Vaše problémy osobního rázu? Rádi byste to někomu řekli, chcete, aby Vašemu problému byla věnována pozornost, ale nemáte odvahu obrátit se na školní poradenské pracoviště osobně? Můžete využít schránku důvěry.

Ve škole máme dvě schránky důvěry. Jedna se nachází v mezipatře mezi prvním a druhým patrem u okna v rohu anebo nám můžete poslat vzkaz přes elektronickou schránku důvěry, umístěnou níže.

Schránka důvěry ve škole se pravidelně kontroluje. Vzkazy přebírá pracovník školního poradenského pracoviště, který posuzuje závažnost, nastavuje opatření a informuje vedení školy. Vše je přísně anonymní.

Vzkaz zasláný elektronickou formou přebírá taktéž odpovědný pracovník školního poradenského pracoviště, který zajistí vše potřebné, stejně jako v předchozím případě. Výhodou je, že vzkaz lze vložit zcela anonymně. Příjemce neuvidí e-mail odesílatele a odesílatele nelze zjistit.

Jak už je výše uvedeno, vše je anonymní, podpis není vyžadován, ale pokud chcete, aby se záležitost adekvátně vyřešila, je dobré uvést třídu, které se to týká nebo se podepsat. Budeme-li znát Vaše jméno, můžeme účinněji pomoci, přímo odpovědět, a jak je výše uvedeno, anonymita je samozřejmá.

<https://www.szs-jaselska.cz/schranka-duvery/>



Vepřový plátek na houbách s bramborem.



Pečené kuře s rýží.





Autor: Život dětem o. p. s.

V letošním školním roce se naše škola po nucené covidové pauze opět zapojila do veřejné sbírky „Srdíčkové dny“. Sběrka probíhala v prostorách naší školy ve dnech 19. – 23. září 2022.

Pořadatelem sbírky je Život dětem o. p. s. Jejím posláním je pomoc nemocným, handicapovaným a opuštěným dětem v rámci celé České republiky, které se ocitnou v obtížné životní situaci a potřebují odbornou pomoc a podporu svého okolí.

Akce je organizována prodejem sbírkových předmětů, např. barevných propisovacích tužek, přívěsků na klíče jako baterka, magnetek se zvířátky.

Výtěžek z prodeje je určen na pomoc vážně nemocným dětem, které jsou stabilně odkázány na domácí péči svých rodičů, zejména na nákup invalidních vozíčků, zdravotních kočárků, na úhradu zdravotnického materiálu, speciální výživy a rehabilitačních pobytů.

Do prodeje sbírkových předmětů se zapojilo 7 dvojic žáků ze tříd oboru praktická sestra a zdravotnické lyceum.

Předběžná vybraná finanční částka činí cca 10 000 Kč. Poděkování patří všem, kteří se sbírkové akce zúčastnili a finančně přispěli potřebným dětem.

Mgr. Dana Hauserová (koordinátorka akce)



Život dětem tímto srdečně a s úctou děkuje  
**studentkám a studentům**  
**Sřední zdravotnické školy,**  
**Jaselská 190/7, Brno**

za účast v podzimních Srdčkových dnech a za finanční částku **11 562 Kč**  
získanou prodejem předmětů s logem Život dětem.

Částka bude použita na pomoc se závažnými onemocněními, které jsou stabilně odkázány  
na domácí péči svých rodičů a to konkrétně na pořízení rehabilitačních a kompenzačních pomůcek,  
na úhradu zdravotnického materiálu, speciální výživy, rehabilitačních pobytů apod.

**Děkujeme Vám, že nám pomáháte  
proměnit dětské slzy v úsměv.**

**[www.zivotdetem.cz](http://www.zivotdetem.cz)**



Autor: Kristýna Jelínková

Žiji ve Šlapanicích, což je město v okrese Brno-venkov v Jihomoravském kraji na řece Řička, devět km jihovýchodně od Brna. Šlapanice se rozkládají v Dyjsko-svrateckém úvalu. Žije zde přibližně 7 700 obyvatel. Ačkoli nepatří k největším městům, mám to tu ráda a zavedu vás na místo, kam se vždycky ráda vracím a pevně věřím, se vždycky ráda vracet budu.

Mé oblíbené zákoutí se nachází nedaleko domu, ve kterém bydlím. Po pár desítkách metrů pěší chůze vkročím na širokou stezku vedoucí mezi zahrádkářskou kolonií a poli, která ústí v lesíku lemovaném zurčícím potůčkem a skalami Andělka a Čertovka.

V dětství, když byla celá krajina pod sněhem, užívali jsme si v těchto místech s kamarády spoustu zimních radovánek. Stavěli jsme sněhuláky, budovali iglů, sjížděli jsme svahy na saních či bobech, nebo se jen tak navzájem koulovali. Zdatnější se leckdy odvážně vydali do vedlejší vesnice na běžkách. Cestou mohli obdivovat sněhové vločky jiskřící se na Slunci, jako malé diamanty.

Ještě raději však mám toto místo na jaře, kdy se všechno probouzí ze zimního spánku a příroda se začíná zelenat a ožívat zpěvem ptáků. V tomto období podnikám dlouhé procházky se sousedovým psem, kamarádkou, nebo jen tak sama.

V rozlehlém hájku se rochám množstvím nejrůznějších stromů, jako je habr obecný, dub zimní, dub letní, javor babyka, klen, javor mléč, jasan ztepilý, jilm habrolistý, jeřáb břek, olše lepkavá či vrba bílá. Z keřů pozoruji brslen evropský, hloh obecný, řešetlák počistivý, dřín jarní nebo tis červený. Při svých toulkách často narazím na česnek žlutý, rozrazil klasnatý, hvozdík Pontederův, fialově kvetoucí chrpu chlumní, kakost krvavý s karmínově červenými květy, lomikámen trojprstý s krásnými drobnými bělouňkými kvítky, silenku ušnici se žlutozelenými kvítky a zlatovláska obecného z rodu hvězdicovitých. Na procházce neobdivuji pouze zástupce flóry, ale i fauny. Když se dobře dívám kolem sebe zahlédnu nesytou bodalkovou, ostruháčka trnkového, otakárka ovocného, ještěrku obecnou, konipase horského, lejska šedého, slepýše křehkého či žluvu hajní.

Tuto krajinu mám z mnoha důvodů ráda v každé roční době. Na podzim se brodím různobarevným listím a v parném létě se zde ukrývám před žhavými slunečními paprsky, které mě pronásledují na každém kroku. Stromy vesele šumí a potůček mě vábí svým zurčením, takže leckdy neodolám, odhodím boty a přebrodím ho z jedné strany na druhou. Procházce na své oblíbené místo se nebráním ani za deštivého počasí. Vzduch nádherně voní a kapky deště se třpytí na listech květin jako křišťálové korálky.

Když se procházka protáhne, skončím často v Bedřichovicích (sousední vesnice, nyní součást města Šlapanice), kde můžu načerpat síly na zpáteční cestu nejen v místní restauraci, ale i u některého z mých kamarádů. V nelehké covidové době bohužel došlo k omezení značné části osobních kontaktů, ale věřím, že tato doba brzy pomine a vrátíme se zpět k „normálnímu“ životu.

Doufám, že jsem vás alespoň trochu inspirovala a přijedete se někdy podívat na moje oblíbené místo.



Autor: Barbora Kyjovská

Dne 11. 10. 2022 na naší škole uspořádala organizace Tichý svět workshop akci „Pojďte s námi znakovat“. Dvě velmi milé lektorky nás seznámily se světem lidí, kteří mají různý stupeň poškození sluchu od narození, nebo o sluch přišli v průběhu života, ať už vlivem úrazu, či nemoci. Dozvěděli jsme se, jak se k lidem s postižením sluchu správně chovat a jakými způsoby na sebe upoutat jejich pozornost pomocí dotyku či vibrací. Dále také nejen to, jak se s nimi dá dorozumět a jak vnímají svět, ale i o jejich přizpůsobení se společnosti slyšících. Zjistili jsme, že každý stát má svůj znakový jazyk. Představili nám různé způsoby, jak se sluchově postiženými lidmi komunikovat.

Lektorky pro nás měly připravené i různé aktivity, kterými nám svět sluchově postižených přiblížily ještě více. Měli jsme možnost vyzkoušet prstovou abecedu, ukázaly nám i něco ze znakového jazyka. Zahráli jsme si tichou poštou trochu jinak a zjistili jsme na vlastní kůži, že odezírání není tak jednoduché, jak se zdá. Celý tento workshop byl pro nás velkým přínosem. Dozvěděli jsme se spoustu nových užitečných informací, které se nám často lektorky snažily oživit příklady z osobního života, ale i praktickými příběhy z nemocnic. Moc si vážíme toho, že jsme měli možnost se workshopu zúčastnit.

Barbora Kyjovská (4D)







Dne 13. 10. 2022 se konalo v Ostravě tzv. Otevřené akademické mistrovství v TFA.

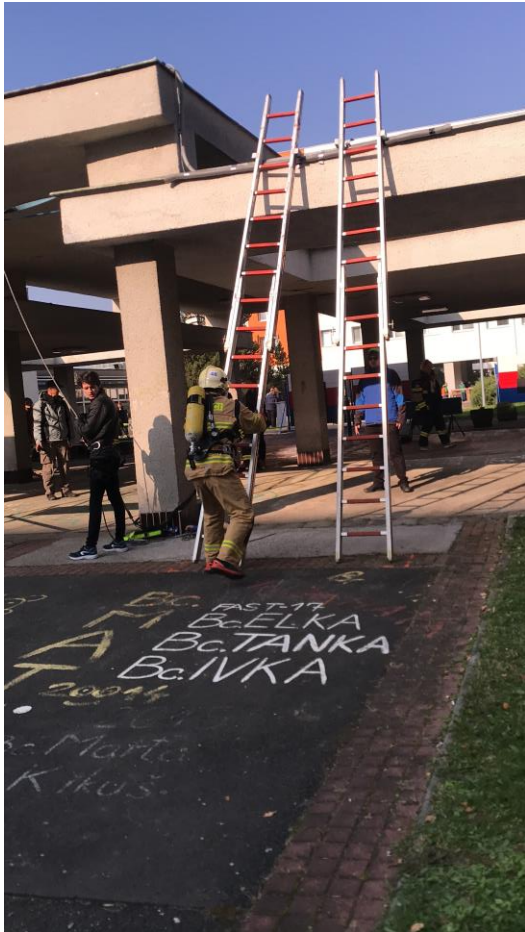
Co je to TFA? Thougst Firefighters Alive volně přeloženo jako nejtvrdší hasič přežije, je hasičská soutěž, která má svými překážkami imitovat překážky a náročnost běžného výjezdu.

Za běžnou výstroj soutěžících se tedy považuje kompletní zásahový oděv s dýchacím přístrojem namísto zátěže. Pro představu si můžete ke své váze připočíst okolo 20 Kg navíc a dostanete se na váhu hasiče v plné výzbroji.

Celá tato soutěž se skládala ze čtyř úseků, které se následně sčítají dohromady. V prvním úseku se roztahovalo 50 m dlouhé hadicové vedení a motaly se hadice. Druhý úsek spočívá v 80 úderech palicí, pronesení závaží tunelem, tažení 80 Kg těžké figuríny na 60 m a překonání 2 m vysoké bariéry. Třetí úsek spočívá ve skládání žebříků, zdolání lešení a vytěžení závaží a poslední úsek se skládá čistě z výběhu, a to tentokrát do 13 patrového internátu univerzity báňské (210 schodů).

Závod jsem si ze svého pohledu velice užil. Některé úseky se mi povedly více a na jiných jsem zase chyboval, ale v každém případě to byla výborná zkušenost. Na příští rok nezbyvá tedy jediné než trénovat a pokusit se umístit zase o něco výše než letos.

Děkuji tímto škole za podporu a ochotu při zprostředkování této soutěže.





Píše se 18. října roku 2022 a naše třída 4B vyráží vlakem směr Praha. Na programu máme exkurzi do IKEMu a prohlídku historického centra Prahy.

Po drobných dopravních komplikacích (nevlezli jsme se všichni do jednoho autobusu MHD) jsme dorazili s mírným zpožděním na místo, kde nás mile přivítala náměstkyně ředitele pro ošetrovatelskou péči a kvalitu PhDr. Martina Šochmanová, MBA. Navštívili jsme oddělení diabetologie, nefrologie a dialyzační centrum. Bohužel z epidemiologického hlediska byla pro nás uzavřena klinika transplantační chirurgie, ale vrchní sestra Mgr. Tomáš Komínek nás do problematiky transplantací zasvětil velmi poutavou prezentací.

Po prohlídce IKEMu jsme hladoví vyrazili do centra, kde jsme hledali něco k snědku a po uspokojení naší potřeby jsme si prošli historické a kulturní centrum.

Unaveni výkladem o památkách jsme se dočkali osobního volna a prostoru navštívit místní obchody a patřičně provětrat naše peněženky. V podvečerních hodinách jsme vysílení a „bez peněz“ nasedli do vlaku a s více jak hodinovým zpožděním jsme dorazili do Brna.













Autor: Hana Kocourková (absolventka školy)

Nikdy jsem nebyla moc sportovní typ. Od dětství jsem se věnovala hře na hudební nástroj anebo kreslení, ale samozřejmě jsem zkoušela i různé sporty nebo pohybové aktivity, třeba tanec. Trvalo mi rok pochopit, že to fakt není pro mě. V patnácti jsem začal aktivněji běhat a asi před rokem a půl plavat. A plavání mě fakt baví. Asi to bude tím, že si ve vodě připadáme 10× lehčí...

Když jsem začala chodit na bazén, plavat jsem uměla, ale bylo to plavání tzv. na paní Radovou – s hlavou nad vodou, abych si náhodou nenamočila vlasy. Po pár dalších návštěvách bazénu jsem pochopila, že to tak asi nepůjde, jelikož mě vždycky pekelně bolely záda. Tak jsem si na internetu objednala plavecké brýle a čepičku, abych byla připravená na další návštěvu bazénu jako regulární plavec. Jenže koupit si doplňky k plavání mě nenaučilo plavat. Při prvních pokusech dýchání pod vodu jsem se málem utopila, vypila minimálně dva litry bazénové vody, a taky mě to stálo jednu roztrženou čepici. Zároveň jsem se ale po každé hodině strávené v bazénu cítila líp a líp, pokaždé sebejistěji. Bylo to fajn, konečně na sobě vidět, že mi jde nějaká pohybová aktivita.

Zároveň s tím, jak jsem se zlepšovala v „pobytu“ ve vodě, jsem ale chtěla i lépe plavat. Ze začátku jsem plavala prsa (která stále plavu, protože mi jdou logicky nejlíp...), ale plavala jsem je celkem dost špatně. Moje záchrana byla YouTube a známá, která plave od mala. Naučila mě správnou techniku záběru i kopu, správné načasování obojího a nádechu. Pořád to ale není dokonalé.

Po roce plavání prsou 2× až 3× týdně v 25metrovém bazénu mě to pomalu přestávalo bavit, proto jsem se rozhodla, že se znovu začnu učit něco nového, a to kraul. Bylo to stejné jako předtím – několikrát jsem neměla daleko k utopení se, opět jsem vypila litry chlorované vody. Kraul je celkem dost odlišný od prsou, není tak technický, ale zároveň je minimálně pro mě stejně náročný, hlavně na dýchání. Většinou se dýchá na každý třetí záběr, a to je pro člověka jako jsem já, dost těžké.

Dalším stylem, který se učím plavat je motýlek. Vždycky když ho plavu, připadám si jako Michael Phelps na olympiádě. V realitě ale vypadám spíš jako umírající velryba a když konečně dohmátnu na konec bazénu, cítím se jako bych měla za dvě minuty umřít. Motýlek je nejrychlejší plavecký styl, ale určitě ne v mém podání.

Poslední plavecký styl je znak, který jsem plavala asi 3× v životě, doplavit těch pětadvacet metrů mi trvalo asi hodinu, měla jsem vodu v nose a nebylo to vůbec příjemné...

Takže vlastně pořád dokola plavu prsa, kraul, sem tam s kamarádkou ze srandy vyzkoušíme motýlka. Ale když se na to podívám zpětně a srovnám se se sebou před rokem a půl, je to diametrální rozdíl. Plavání je pro mě relax, jakmile se ponořím pod vodu, zapomenu na všechny problémy, které jsou nad hladinou, a mám pocit, že s každým uplavaným metrem se zbavuju všeho stresu. Určitě bych tenhle sport doporučila všem, co se necítí dobře při klasickém sportu jako běh nebo něco podobného. Navíc je plavání fajn pro klouby, posiluje se s ním celé tělo, takže je to výborná forma rehabilitace, pokud se teda neplave na „paní Radovou“. Tělo ve vodě spaluje energii více než při klasickém aerobním cvičení na vzduchu, protože se musí více zahřívat, pro hubnutí ideální. K plavání víceméně nic nepotřebujete, kromě plavek, plaveckých brýlí, čepičky a ručníku. Rozhodně s plaváním nehodlám přestat a všem ho doporučuju!

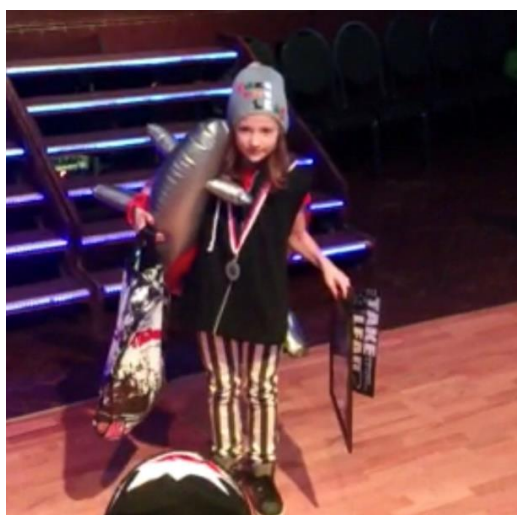


Ve svých pěti letech jsem se začala věnovat tanci. Konkrétně Street Dance – nazývaný také jako pouliční tanec. Je to tanec, který vznikl mimo taneční studia, přímo v ulicích nebo klubech. Dnes se pod pojmem Street Dance skrývá mnoho tanečních stylů například Locking, Popping nebo Hip Hop, ale i Dancehall nebo Vogue. Ke Street Dance patří i specifický styl blékhání, jako volné kalhoty, trika, kšiltovky a pevná obuv.

Já ve svých pěti letech začínala společně s kamarádkou dělat gymnastiku, to mě ale později přestalo bavit, a tak jsem začala chodit na Street Dance.

Věnovala jsem se stylům jako Hip Hop, House, Locking a Popping. Tříkrát týdně jsme měli tréninky a většinou každý druhý víkend byly soutěže. Tancovala jsem jak sama, tak i ve skupinkách, kde nás tančilo kolem deseti. Ve skupinkách mě to ale moc nebavilo, vždy jsem radši tančila sama za sebe. Soutěže probíhaly po celé České republice, ale i v zahraničí. Například v Polsku jsem byla na mistrovství Evropy, kde jsem se z 200 lidí umístila na 42. místě. Poté jsem v roce 2010 vyhrála mistrovství České republiky.

Asi v roce 2014 jsem kvůli zdravotním důvodům skončila. Několikrát jsem i přemýšlela, že se k tanci vrátím, ale je to velice časově náročné, takže už by se to dalo těžce stíhat se školou a jinými povinnostmi.







V deváté třídě jsem hrála florbal. Měli jsme další středeční zápas jako obvykle. Vstala jsem brzy ráno a šla na autobus, měly jsme sraz před naší školou a společně jsme odjely na zápas. Tento zápas byl ale jiný, byl to velikonoční zápas.

Přijely jsme na místo a šly do naší šatny, převlékly se do dresů, šly jsme se protáhnout a střilet na bránu. Jako vždy se nám ostatní týmy smály, že máme růžové dresy a bude snadné nás porazit, protože nic neumíme, my jsme však skrytá hrozba. Začal náš první zápas, po pěti minutách tým protihráče zjistil, že nejsme úplně k zahození a vlastně jsme lepší než oni. Dali si tedy timeout a domlouvali se, jak to tedy udělají. Žádná strategie stejně nepomohla a my vyhrály první zápas. S odchodem ze hřiště jsme se klasicky loučily s druhým týmem a děvčata byly tak uražené a znechucené prohrou, že se ani nerozloučily, tak jsme se jim vysmály a šly si odpočinout do šatny. Přišla trenérka a řekla, že jsme udělaly skvělý dojem na rozhodčí, ale na týmy samozřejmě ne. Nám to nevadilo a šly jsme si za svým, vyhrát ligu.

Nastal čas a my šly odehrát další zápas. Po první třetině jsme opět vyhrávaly, ale hra se zvrtila. Tým protihráče začal hrát bez pravidel a likvidoval nám hráčky. Rozhodčí pískal jako o závod. Písk sekání, písk vysoká, písk sekání, písk nesportovní chování, písk sedíš dvě minuty a my trpěly. Dosekané, kde se jen dalo, jsme dohrály tento zápas a šly do šatny ošetřit rány. Čekaly jsme na další předposlední zápas, šli ke hřišti a čekaly na další rány. Zápas začal, byl poněkud klidný, dalo by se říct skoro jako klid před bouří. V druhé třetině jsme začaly hrát a daly pár gólů. V třetí třetině jsme však zjistily, že to klid před bouří byl. Tým protihráče začal také hrát bez pravidel, žádné góly nám nedaly a už neměly co ztratit. Začaly nám likvidovat útok, to ale zas tam nevadilo, branky už jsme měly, tak stačila obrana. Děvčata se na naši obranu zdvojovaly a na mě také. My se však nedaly a dělaly jsme vše, co jsme mohly. Najednou to přišlo i na mě. Protihráčka odehrála vysokou a loktem mi dala do nosu, k tomu přidala komentář „A máš to ty svině“ a odběhla pryč. Mě to sice bolelo jako nikdy, ale běžela jsem za ní a ubránila svoji půlku, rozhodčí nezapískal, protože údajně nic neviděl. Holky z mého týmu na mě začaly křičet, ať jdu střídat, já doběhla na střídačku a dozvěděla se, že mám celý obličej od krve, protože mi tekla z nosu od té rány loktem. Utíkala jsem tedy rychle na záchod a při pohledu ostatních hráček mě napadaly jen samé vulgární myšlenky, viděla jsem se v zrcadle a pochopila proč se na mě každý tak díval. Můj obličej od nosu dolů přes krk až na dres byl zlitý krví, vyděsila jsem se, ale popadla ubrousek, utřela se, zastavila krvácení a utíkala zpátky na střídačku, myslela jsem na to, že naše trenérka je tvrdá a nikdy se nevzdává. Děvčata z druhého týmu se divily, že mě vidí zpátky na hřišti. Zápas jsme opět vyhrály a šly do šatny.

Naše trenérka nás začala chválit, mě se dostalo zdravotnické péče a pouze s bolestí hlavy jsem šla odehrát poslední zápas. Tento zápas byl proti nejsilnějšímu protihráči.

První třetina byla odehraná bez gólu. V druhé třetině jsme daly jeden gól a přišly o jednu hráčku, protože protihráčka namáčkla moji hubeňoučkou spoluhráčku na mantinel a skočila na ní, samozřejmě Simona byla ráda, že aspoň dýchá a šla do šatny. Jejich tým tedy hrál v oslabení a my daly další a poslední gól. Za tuto spadenou branku si tým vybral mě. Při útoku na naši bránu najížděly přes moji polovinu, první dívka do mě narazila a shodila mě na záda, než jsem se stihla postavit, dívka, co běžela za ní, mi šlápla na kotník celou vahou a dělala, že zakopla o moji nohu. Rozhodčí to tentokrát viděl a zapískal dvě minuty. Dívka si šla sednout na trestnou a já odskákala po jedné noze na střídačku. Začala poslední pauza mezi třetinami a spoluhráčka utíkala do šatny pro obinadlo, abych si omotala kotník, protože už jsme měly poslední dvě obrany, mě a Aničku. Nemyslelo se tedy na nic jiného a já si omotávala kotník obinadlem. To bohužel nepomohlo a my rychle vymýšlely, co tedy bude. V tu ránu zahoukala siréna na poslední třetinu, my si vzaly timeout abychom nehrály s jednou obranou. Jediné, co jsme u sebe měly, bylo zdravotnické lepení, stáhly jsme tedy můj kotník lepením a to pomohlo, v rámci možnosti. Odehrály jsme tedy poslední třetinu, i když to šlo velmi těžko, a tak vyhrály poslední zápas a tím pádem další kolo ligy.

Všechny týmy nastoupily na hřiště a začalo vyhlášení. Převzaly jsme si první cenu a bolavé odešly do šatny a začaly plakat, některé bolestí a některé radostí. Můj kotník však po zápase navštívil nemocnici a zjistila jsem, že kotník je velmi poškozený a už se nevrátí do původního stavu, bylo mi doporučeno už nikdy nesportovat, to však ale není pro mě a věnuji se sportu do teď. Sem tam zabolí, sem tam oteče, ale nic, co by mi mohlo zabránit ve sportu.



## 1. Plavání

- Jednotlivé typy plavání bývají někdy označovány jako kompenzačně rehabilitační, kondičně rehabilitační nebo sportovně rehabilitační
- Nejznámějšími kluby, které trénují nadané postižené plavce, jsou kluby SK KONTAKT Praha, Brno, Karlovy Vary a České Budějovice



## 2. Sjezdové lyžování

- Vytvořen speciální typ invalidního vozíku „monoski“, kam se postižení posadí a díky intuitivnímu systému vozík snadno ovládají.
- Dalším modelem vozíku pro sjezdové lyžování je takzvané „biski“, který je vhodný pro lidi s nejméně závažným postižením.



### 3. Cyklistika

- Může být jak horská, tak silniční nebo dráhová.
- Dráhoví cyklisté mívají nejčastěji postiženou jednu z dolních končetin.



#### 4. Lukostřelba

- Špičkový lukostřelec během jednoho tréninku mnohdy silově natahá až 3 tuny.
- Celý akt lze chápat jako prostor pro energii, při které jsme díky naší soustředěnosti schopní trefit cíl s přesností na milimetry.



#### 5. Sledge hokej

Sledge hokej je primárně určený pro sportovce s postižením dolní poloviny těla.

Pravidla jsou víceméně totožná s těmi, které známe.

V každém týmu může být maximálně 15 hráčů.



## 6. Basketbal

- Hráči k němu používají speciálně upravený vozík
- Mezi nejznámější české kluby patří Hobit Brno a WBS Pardubice



## Sport, který mě nezaujal



Autor: Zuzana Španková (absolventka školy)

Když přemýšlím nad tím, který sport mě nikdy nezaujal, musím se přiznat, že není jen jeden. Pro mě nejméně zajímavým sportem je určitě volejbal. Proč mi přijde nejméně zajímavý? Je to z toho důvodu, že můj otec tenhle sport miloval a jako malou mě rodiče nutili volejbal hrát. Nikdy to nebylo nic pro mě, stokrát raději jsem vždy hrála jakoukoliv jinou míčovou hru a rozhodně jsem volejbal nikdy nedokázala prožívat. Myslím si, že jakmile je člověk od dítěte nucený k nějakému sportu, ten sport se mu dřív nebo později zprotiví, nebo alespoň u mne to tak vždy bylo.

Dalším sportem, který mě nezaujal je určitě lyžování, ke kterému jsem stejně tak jako k volejbalu, byla od mala nucená. Všichni moji kamarádi byli vždy nadšení z lyžování či snowbordování, ale mě to vždy bavilo jen jako malou, ale ne že by mě bavilo lyžování, ale spíš se mi líbila pochvala od mého otce, když jsem ve třech letech poprvé sama dokázala sjet modrou sjezdovku a já na sebe sama byla pyšná. Postupem času se mi lyžování znechutilo a přišlo mi nezajímavé.

Další sport, o kterém mohu říci v podstatě to stejné jako o lyžování a volejbalu, je jízda na kolečkových bruslích. Jízda na kolečkových bruslích je nejen sport, který mě nezaujal, ale sport, který je můj úhlavní nepřítel. Téměř pokaždé co jsem jela na kolečkových bruslích, jsem si udělala nějaký nezapomenutelný úraz.

Poslední sport, který mě nikdy nezaujal je zumba. Zumbu jsem chodila dělat téměř půl roku a doslova každý trénink pro mě byl utrpení. Tančení mě vždy bavilo, ale zumba mi nikdy nepřišla ničím zajímavá a tančila jsem ji jen pro spalování tuku a postupem času jsem to vzdala. Myslím si, že u sportu je důležité to, aby vás bavil, protože jestli vás nezačne ani po nějaké době alespoň trochu bavit, je lepší s tím přestat a zkusit něco jiného. To by bylo asi vše ke sportům, které mě nikdy nezaujaly.



Jíme, abychom žili, nikoliv naopak. Vyvážená strava zahrnuje velké množství různorodých potravin, jejichž kombinací vznikají vyvážená a chutná jídla: snídaně, oběd a večeře a v závislosti na věku, potřebách a fyzické aktivitě také dopolední, případně odpolední svačina. Podle soudobých lékařských studií trpí polovina našich obyvatel nadváhou a bohužel už i 1/3 dětí. Podepsal se na tom náš životní styl. Lidé jsou různí, žijí v různých prostředích, jsou různé zatěžování, a proto potřebují i různou stravu. Pro všechny lidi je však vhodná strava co nejpestřejší. Při výběru jídla by lidé měli uplatňovat tyto obecně platné zásady: střídme rozmanité a nepřesolené pokrmy, málo tuku, dostatek zeleniny, ovoce, luštěnin a přiměřeně výrobku z obilovin, málo cukru a sladkých pokrmů, dostatek tekutin (asi dva litry denně, u lidí fyzicky činných a u sportovců pak více). Ve zdravé stravě je vyvážené zastoupení tří hlavních složek: sacharidu, tuku a bílkovin, přičemž více než polovina energetického příjmu by měla být hrazena sacharidy, méně než jedna třetina tuky a kolem 15 % bílkoviny.

Pokaždé, když jdu nakupovat a vkládám do košíku nízkotučné výrobky plné bílkovin, mám smíšený pocit. Jednak je tu cena, která je u nízkotučných výrobků citelně vyšší a za druhé s tím související výrobní postupy, které se k odstranění nežádoucích tuků používají. Je jasné, že k dosažení dostatečného příjmu bílkovin (s vysokým poměrem těch živočišných) se bez těchto výrobků neobejdu. Nemůžu sníst denně půl kila libového masa. Kdybych se ale odstěhovala někam na statek, pořídila si drůbež, krávu, kozu, prasátko, vlastní zeleninovou zahradu a kus pole a snažila se žít jenom z vlastních zdrojů, byl by správný poměr živin v háji. Určitě by ve stravě převážily sacharidy a také nasycených tuků by bylo o dost víc. Bílkovin naopak o dost méně. To ale byla výživa běžná před nějakými 150 lety. Obstarat dobytek, malá snídaně, většinou melta s mlékem, pak šup na pole, v poledne kousek chleba, jablíčko, k večeři brambory. Na svačinky nebyl čas. Maso výjimečně, cukr ještě méně. Pokud bylo, mastilo se sádlem, máslem, žádné rostlinné oleje. A málokdo byl těžce obézní. Nutí mě to přemýšlet, kam až nás civilizace za tak krátkou dobu dostala.

- Snídaně: špaldové lupínky s mlékem.
- Svačina: zelenina nebo ovoce (např. jablko, okurek, banán).
- Oběd: rýže se zeleninou a kuřecím masem.
- Svačina: zelenina nebo ovoce.
- Večeře: celozrnný chleba se šunkou.





### Suroviny:

- 250 g mletého vepřového masa
- 1 hrstka nastrouhané mrkve
- 1 hrstka mungo klíčky
- 1 velké Jidášovo ucho
- 2 ks houby shitake
- 50 g skleněných nudlích (váha suchých nudlí)
- Koriandr
- ½ cibule
- 2 ks jarní cibulku
- 1 vajíčko
- 3 lžice rybí omáčky
- 1–2 špetky soli
- 1 špetka pepře
- Rýžový papír
- Olej

### Suroviny na rybí omáčku:

- 200 ml vody
- 1 a ½ lžice cukru
- 3 stroužky česneku
- ½ chilli papričky
- 6 lžic rybí omáčky
- 1 a ½ lžice octa

### Postup

1. Nejprve namočte houby a Jiráškovo ucho do teplé vody. Až dostatečně nabobtnají, opláchnete je a nakrájíme na proužky.
2. Uvařené nudle nasekejte na kratší kusy a vložte do mísy spolu s houbami. Přidejte nastrouhanou mrkev, mungo klíčky, koriandr, cibuli a jarní cibulku nakrájenou na drobné kousíčky, nakrájený koriandr a mleté maso
3. Vyklepněte ke směsi vejce, osolte, opepřete a dochutte rybí omáčkou. Vše promíchejte rukou. Pamatujte, že vajíčko se dává vždy nakonec.

4. Rýžový papír namáčejte v pivu a nechte pár vteřin ponořené. Až papír zgumovatí, ihned ho vytáhněte.
5. Rýžový papír položte na hladkou pracovní plochu. Naberete si dvě lžíce a zformujte z ní váleček v dolní třetině papíře. Nejprve zabalte směs spodní částí, přetáhněte cíp přes váleček a zasuňte pod směs.
6. Přetáhněte papír z obou stran a pevně za vidíte až do konce papíru. Lehce závitek utáhněte
7. Rozehřejeme si olej. Smažíte ve vyšší vrstvě oleje ze všech stran. Smažíte dozlatova cca 10 minut.
8. Osmažené závitky necháme okapat na papírové utěrce.
9. Na omáčku jednoduše smíchejte všechny suroviny, cukr se musí zcela rozpustit. Přidejte posekaný česnek a podle chuti čili papričku.
10. Závitky podáváme na talíři s naší rybí omáčkou. Přeji dobrou chuť!





## Eva Adamczyková, dívčím příjmením Samková



\* 28. 4. 1993

Bydliště: Vrchlabí, Praha

Sportovní odvětví: Snowboarding

Disciplína: Snowboardcross

Začátek závodní kariéry: 2008

Jazykové znalosti: Anglický jazyk

Poznávací znamení: Namalovaný knírek

Jmenuji se Eva a poslední roky mého života se proháním po sjezdovkách, a hlavně snowboardcrossových tratích.

Jsem z Vrchlabí v Krkonoších a sportuji už od pidi věku. Začínala jsem na lyžích, ale taky jsem od mala lezla po skalách, jezdila na vodu, tancovala, jezdila na koních, a tak vůbec. Taky jsem chodila do sportovní třídy u nás ve Vrchlabí, a i tím jsem byla vedená hodně ke sportu. Mými spolužačkami na základní škole ve Vrchlabí byly Karolína Erbanová a Lucie Charvátová. V páté třídě jsem se rozhodla dělat snowboarding víc než jen o víkendech. Začala jsem chodit do snowboardové školy ve Špindlerově Mlýně, a tak to všechno začalo. Naučila jsem se tam pořádně jezdit a po pár sezónách jsem přešla do Sportovní akademie a začala jezdit Český pohár ve Freestyle snowboardingu. Nějakou chvíli mi to celkem šlo, ale pak jsem si zlomila nohu a po půl roce i ruku :)

Další sezónu (2008/2009) jsem se rozhodla přejít na snowboardcross. Začala jsem trénovat s Markem Jelínkem a Jakubem Flejšarem a objíždět zahraniční závody. Jsem s nimi dodnes a jsem za to ráda :)

Samozřejmě, že mě baví i plno jiných věcí než jen snowboardovat. I když mám málo času, vždycky si najdu chvíli na koně nebo na saxofon (na ten hraju už jen pro radost), taky mě teď

hodně baví surfing a chtěla bych zase začít tančovat, hrát tenis a plno dalších věcí, co mě napadnou.

No to je o mě tak ve zkratce vše. A ať za mě mluví už jen výsledky...

### To nej

Olympijská vítězka (Soči 2014)

Trojnásobná vítězka Mistrovství světa juniorů ve snowboardcrossu

Vítězka 3 závodů Světového poháru ve snowboardcrossu (mezi seniorkami)

Čtvrtá v celkovém pořadí Světového poháru SBX v sezóně 2012/2013

Mistryně ČR ve snowboardcrossu

Nejlepší juniorská závodnice Dukly a Nejlepší juniorka roku 2011

Nejlepší snowboardista roku v anketě Král bílé stopy 2011

Nominace Svazem Lyžařů ČR na nejlepšího juniorského sportovce Evropy



### Cíle pro sezónu 2013 / 2014

Medaile na Olympiádě v Soči 2014

Pravidelná umístění mezi TOP 3 v závodech Světového poháru SBX

Celkové umístění mezi TOP 3 ve Světovém poháru SBX

Podium na Winter X Games

### Výsledky 2014

Sochi, RUS, Olympijské hry, 1. místo

Aspen, USA, X Games 2014 – 2. místo

Vallnord-Arcalís, AND, Světový pohár – 1. místo  
Vallnord-Arcalís, AND, Světový pohár – 7. místo  
Monte Bondone, ITA, Zimní univerziáda – 1. místo  
Montafon, AUT, Světový pohár – 1. místo

### Výsledky 2013

Sierra Nevada, ESP, Světový pohár – 7. místo  
Veysonnaz, SUI, Světový pohár – 3. místo  
Arosa, SUI, Světový pohár – 8. místo  
Erzurum, TUR, Juniorské mistrovství světa -1. místo  
Dolní Morava, CZE, Mistrovství ČR – 1. místo  
Sochi, RUS, Světový pohár – 7. místo  
Sochi, RUS, Kvalifikace Světového poháru – 1. místo  
Blue Mountain, CAN,  
Světový pohár – 1. místo  
Stoneham, CAN, Mis-  
trovství světa – 7. místo



### Výsledky 2011

Valmalenco, ITA, Junior-  
ské mistrovství světa  
– 1. místo  
Arosa, SUI, Světový  
pohár – 7. místo  
Valmalenco, ITA, Svě-  
tový pohár – 2. místo  
La Molina, SPA, Mistrovství světa – 5. místo  
Grasgehren, GER, Mistrovství Německa – 1. místo

### Výsledky 2010

Cardrona, NZL, Juniorské mistrovství světa – 1. místo  
Isola 2000, FRA, Evropský pohár – 2. místo  
Rejdice, CZE, Evropský pohár – 1. místo  
Kongsberg, NOR, Evropský pohár – 2. místo  
Cortina d'Ampezzo, ITA, Evropský pohár – 1. místo  
Cortina d'Ampezzo, ITA, Evropský pohár – 1. místo

Úplně všechny výsledky naleznete na stránkách [fis-ski.com](http://fis-ski.com).



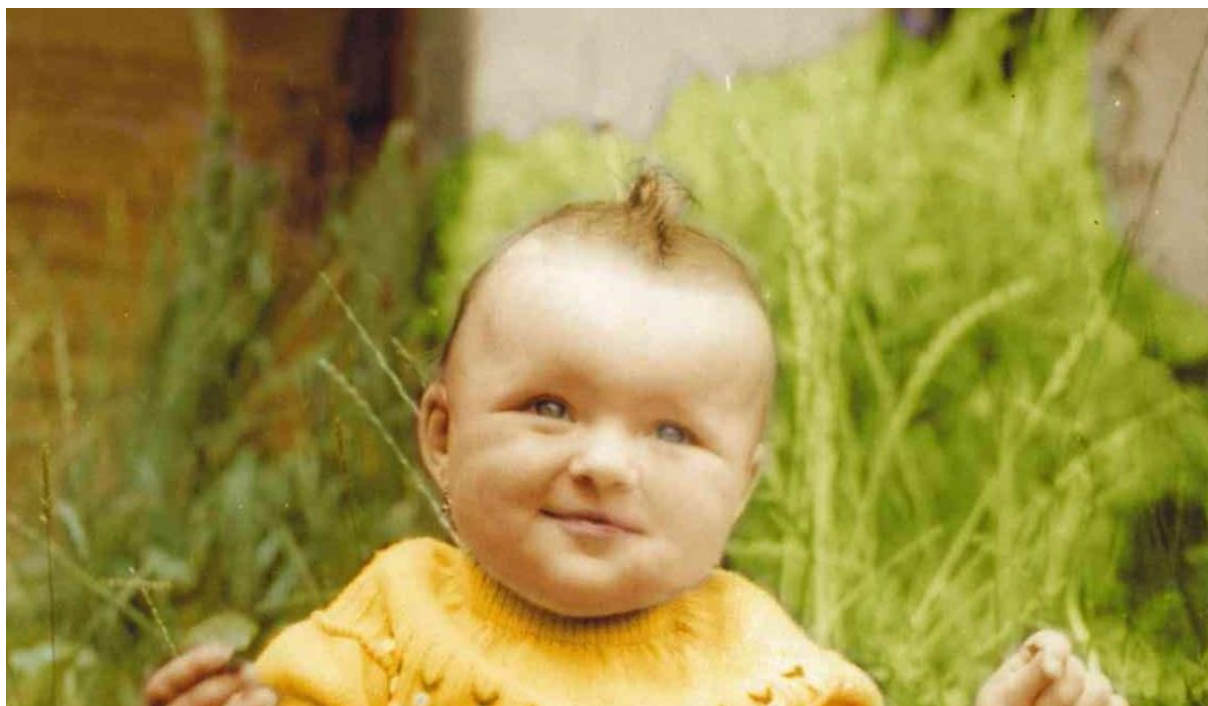
Přiřadte správné české definice k těmto ostravským výrazům:

a) bigus	1. vrtat
b) blembak	2. zvracet
c) blut	3. brigádník
d) bombardáky	4. absentér
e) brčet	5. hustá polévka
f) brutvana	6. nemotorný
g) brygoš	7. pekáč
h) bulač	8. ztrácet rovnováhu
i) bulat se	9. havířská přilba
j) bulaty	10. kalhotky

Řešení: 5a, 9b, 2c, 10d, 1e, 7f, 3g, 4h, 8i, 6j



V této rubrice našeho časopisu máte možnost hádat, kdo z učitelů se skrývá za mladistvým vzhledem na fotce. V minulém čísle jsme vám představili Mgr. Václava Cetla.





Autor: Redakce

**Kde jste se narodila a kde momentálně žijete?**

Narodila jsem se v malebném historickém městě Litomyšl a 14 let žiji v Brně.

**Jak dlouho působíte tady u nás na škole? Kde jste působila předtím?**

Na škole jsem relativně krátce a sice od září letošního roku. Pracovní zkušenosti mám různorodé, učila jsem na gymnáziu v Brně, pracovala ve firemní sféře v oblasti podpory prodeje se zaměřením na trh německy mluvících zemí, vyzkoušela jsem si i práci asistentky pedagoga.

**Jakou vysokou školu (aprobaci) máte vystudovanou?**

S láskou vzpomínám na studia na Univerzitě Palackého v Olomouci, kde jsem vystudovala obory německý jazyk a občanská výchova.

**Jaké učíte předměty a jaké jsou vaše další funkce na škole?**

Vyučuji německý jazyk. ♥

**Co máte na naší škole ráda?**

Pokud mohu po dvou měsících soudit, historická budova mě nadchla hned, jsem ale ráda, že můžu zmínit i příjemnou pohodovou atmosféru, která ve škole panuje.

**Co byste na škole naopak změnila?**

Budu se opakovat, je ale pravdou, že za tak krátkou dobu, po kterou na škole zatím působím, člověk nemůže dostatečně proniknout do chodu školy, aby mohl na takovou otázku zodpovědně odpovědět.

**Vzpomenete i jaký jste byla student? Měla jste někdy nějakou důtku nebo sníženou známku z chování? Jestli ano, tak za co?**

Asi relativně vzorný, postihy horší, než opisování předepsaného textu se mi vyhnuly.

**Co vy a tělesné tresty? Jste pro nebo proti? Zavést či nezavést?**

Doba, kdy se tělesné tresty běžně používaly už je doufejme pryč.

**Jak se Vám komunikuje s rodiči? Zažila jste už nějakého rozzlobeného rodiče?**

Během působení na naší škole jsem zatím možnost jednat s rodiči neměla.



### **Kdo nebo co v životě byl váš nejlepší učitel?**

Člověka často ovlivňují vzory, které má ve svém okolí. U mě tomu není a nebylo jinak. Z mozaiky vlivů inspirativních lidí, kteří mě v průběhu života formovali, jako rodiče, učitelé, manžel a děti, kamarádi, lidé, se kterými jsem pracovala, lze jen těžko vybrat jednu nejdůležitější osobu.

### **Co Vás nejvíce baví a na druhou stranu štve na této profesi?**

Asi jako všem ostatním mně činnost, která má smysl, dodává i pocit uspokojení. Osobně je to pro mne práce ve skupinách se studenty, které učení baví a dělají v jazyce pokroky. Tato práce je pak pro mě z velké části i zábavou. Spíš, než štve, mi vadí lidé, u kterých snahu ani nepocítuji.

### **Jaká akce, kterou pořádala naše škola, byla pro Vás nejzajímavější?**

Nejvíce mne zatím zaujaly akce konané v rámci oslav výročí založení školy. Sazení stromků a akce Daruj krev pro Jaselskou, v rámci které, jsem věnovala svých prvních 450 ml. Za sekci německého jazyka bych ráda zmínila i účast se žáky na projekci filmu Nico na festivalu německy mluvených filmů.

### **Máte nějakého oblíbeného žáka? Jaká je Vaše oblíbená třída?**

Ti, kterých se to týká, to jistě dobře vědí.

### **S jakým zaměstnancem školy, či pedagogickým kolegou nejvíce kamarádíte? S kým se Vám nejlépe spolupracuje?**

Jsem vděčná za kolegyně z naší sekce německého jazyka – Ivu a Zuzku, mohu se na ně kdykoliv obrátit, wir halten einfach zusammen. V kabinetě č. 7 s Viorikou a Ondrou je často veselo.

### **Chtěla jste být učitelkou už od dětství? Pokud ne, proč jste se stala učitelem?**

Učitelkou či zvěrolékařkou, jelikož ale existují i zvířata, ke kterým bych se nepřiblížila, profese učitelky zvítězila.

### **Máte nějaký životní vzor?**

Vzorem jsou pro mě slušní lidé, kteří něco prospěšného dokázali.

### **Jaké máte ráda seriály a filmy?**

Blízké mi jsou francouzské komedie a divadlo Járy Cimrmana. Na druhou stranu se nechám ráda vtáhnout do děje psychologického filmu.

### **Jakou posloucháte hudbu a máte oblíbeného interpreta?**

Poslouchám skladby, které mě osloví svou niterností. Z hudebních stylů mám nejraději jazz a funk. Mezi mé oblíbené české interprety patří Matěj Ruppert a Monkey Business, Dan Bárta a Vojta Dyk.

### **Jaké čtete knihy?**

Mám ráda knihy popisující příběhy lidí z období holocaustu, cestopisy či autobiografie.

### **Jaké máte koníčky? Provozujete nějaký sport?**

Mojí duší nejvíce potěší poznávání nových míst, moje tělo se nabije při lyžování, plavání a badmintonu.

### **Jaké je Vaše nejoblíbenější jídlo a jaké naopak nemusíte?**

Miluju koprovku, nesnáším houby.

### **Máte domácího mazlíčka?**

Momentálně jenom rybičky.

### **Co dělá taková učitelka, když má dva měsíce prázdnin?**

Sebevzdělává se, cestuje, čerpá energii v přírodě, tráví čas s rodinou či přáteli a to kdekoliv.

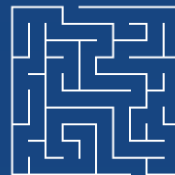
### **Jaké máte plány do budoucna? (5 až 10 let)**

V rámci zaměstnání bych se ráda i nadále sebevzdělávala. Jak už jsem zmínila k mým velkým koníčkům patří cestování, kterému covidová doba nebyla nakloněna, takže bych to ráda v nadcházejících letech, pokud to podmínky dovolí, dohnala.



Vážení čtenáři, máme pro Vás další nelehký úkol! Kdo ví, jaký předmět je na obrázku a k čemu slouží? Vítěz tipovací soutěže získá opět sladké ceny ☺



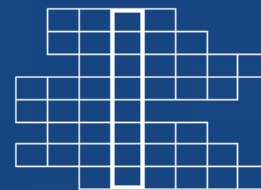


Řešení rébusu z minulého čísla: Justin Bieber a Justin Timberlake

### Svět bez památek

Na následujících obrázcích jsme nechali zmizet dvě světové památky. Které to jsou?





1	2	3	4	5		6	7	8	9	10	11
12						13					
15					14				16		
18			19					17			
		20					21				
22	23					24				25	26
28					29				27		
31				30					33		
35			32					34			
38		36						37			
40						39			41		
42						43			44		

## Vodorovně

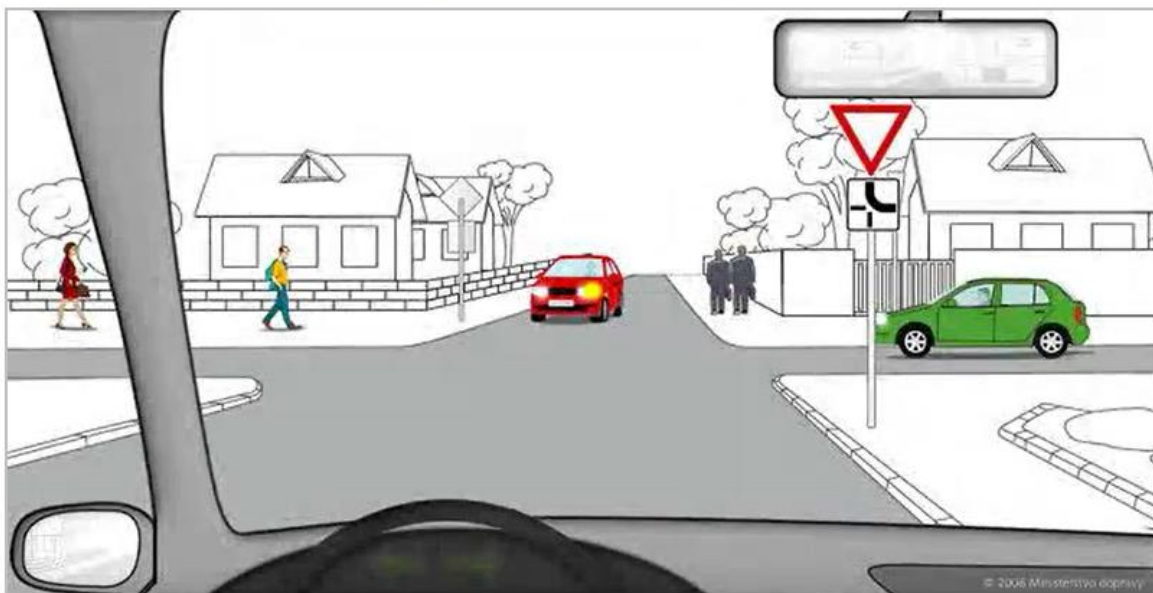
- 1) KRMÍTKO PRO PTÁKY
- 6) LASKAT
- 12) SEDLINA
- 13) STAVEBNÍ DŘÍVÍ
- 15) NOŽEM NAČÍT
- 16) MPZ KENI
- 17) LESNÍ ZVÍŘE
- 18) ANGLICKÁ PŘEDLOŽKA
- 19) JINÝMI SLOVY
- 20) ŠÉF (Z ANGLIČTINY)
- 21) JAPONSKÁ LOVKYNĚ PEREL
- 22) OPĚTOVNĚ
- 25) INICIÁLY FOTOGRAFA SAUDKA
- 28) DOBŘE (LATINSKY)
- 29) DOSTAT
- 30) INTERNETOVÁ AUKČNÍ SÍŇ
- 31) PARŤÁKA GEKA
- 32) PLÁŠŤ BEZ RUKÁVŮ (ZASTARALE)
- 33) EDUARD (DOMÁCKY)
- 34) CHORVATSKÉ MĚSTO
- 35) CHEMICKÁ ZN. STŘÍBRA
- 37) ŽIVO
- 38) NEPOKOJ
- 40) RAKOUSKÁ SPOLKOVÁ ZEMĚ
- 41) ZKR BYV. EVROP. MĚNOVÉ JEDNOTKY
- 42) PRUDKÝ ZÁCHVAT CHOROBY
- 43) CITOSLOVCE SYKOTU
- 44) ČÁST PŘÍZE

## Svisle

- 1) ZN. HOŘČICE
- 2) OZNÁMIT NĚČÍ ČINNOST
- 3) KÓD DÁNSKÉ KORUNY
- 4) ZPĚV PÍSNÍ AMATÉRY
- 5) ŠPANĚLSKÝ PILOT F1 (FERNANDO)
- 6) JEDLÁ HOUBA
- 7) POHYB VZDUCHEM
- 8) AMPÉRZÁVIT (ZN.)
- 9) DÍRA (SLOVENSKY)
- 10) JMÉNO ZPĚVÁKA MLÁDKA
- 11) DÁMSKÝ KLOBOUK
- 14) **TAJENKA**
- 17) KURS CESTY
- 20) PENÍZE VLOŽENÉ DO HRY
- 21) JIHOAMERICKÉ VELEHORY
- 22) OBČANSKÝ PRŮKAZ
- 23) FRANCOUZSKÁ ZN. AUT
- 24) STAROVĚKÁ POČETNÍ TABULKA
- 25) INDIVIDUA
- 26) OCITNOUT SE
- 27) LÉČIVÝ KOŘEN
- 30) VÝKVĚT
- 32) CHLAPEC
- 34) PŘEDLOŽKA
- 36) KUS LEDU
- 37) KOČKOVITÁ ŠELMA
- 39) NÁRODNÍ SHROMÁŽDĚNÍ (ZKR.)



Ve vyobrazené dopravní situaci jste řidičem vozidla z výhledu. Na křižovatce:



- A Dáte přednost v jízdě červenému i zelenému vozidlu. Jako první projede křižovatkou červené vozidlo.
- B Máte přednost v jízdě před červeným vozidlem. Zelené vozidlo projede křižovatkou jako první.
- C Dáte přednost v jízdě zelenému i červenému vozidlu. Jako první projede křižovatkou zelené vozidlo.

Správná odpověď

A)





Autor: Redakce

## Okresní kolo v přespolním běhu

Dne 4. 10. 2022 se žáci naší školy zúčastnili okresního kola v přespolním běhu. Zastoupení jsme měli pouze v chlapecké kategorii, kde nás reprezentovalo 6 závodníků, kteří běželi 5 kilometrů v lužáneckém parku. Jmenovitě nás reprezentovali:

Zábrš Ondřej (4.L), Rataj Tadeáš (4.L), Ondrák David (4.D), Korzun Andrii (4.D), Pylypiv Adam (2.A) a Tesáček Matěj (1.LB).



Přespolního běhu se účastnily šestičlenné týmy jednotlivých škol, kdy se do konečného výsledku započítávaly čtyři nejlepší běžecké časy. Vyhodnocovala se tak tři nejlepší místa jednotlivců a tři nejlepší školy podle času. Naši chlapci si vyzkoušeli tento závod a sami si ověřili, jak jsou na tom po běžecké stránce v porovnání se svými vrstevníky z jiných škol.

Leč naši chlapci nesahali po příčkách nejvyšších, bojovali, jak jen mohli. A i když bychom se rádi drželi textu: „Když nemůžeš, tak přidej!“, potvrdili jsme si, že je k této citaci potřeba mít naběháno a natrénováno.



Celkově jsme ze šestnácti škol obsadili 12. místo. V jednotlivcích jsme skončili takto:

Zábrš Ondřej – 30. místo (18:16), Tesáček Matěj – 41. místo (19:13),

Ondrák David – 57. místo (20:30), Rataj Tadeáš – 78. místo (25:09),

Pylypiv Adam – 87. místo (31:13), Korzun Andrii – (nedokončil – nehodnocen).

Zapsal: Mgr. Jan Pejpek





## Pojď s námi znakovat

Organizace Tichý svět propojuje od roku 2006 svět slyšících a neslyšících. V současné době působí již v deseti krajích České republiky. Poskytuje osobám se sluchovým postižením všestrannou podporu v podobě sociálních služeb, které jim ulehčují začlenění se do společnosti. Nabízí sociální rehabilitaci, odborné sociální poradenství a tlumočnické služby. Vizí organizace jsou rovné příležitosti pro osoby se sluchovým postižením.

Poslání, která plní jsou:

- Přispívat k integraci osob se sluchovým postižením do společnosti slyšících, a to maximální možnou měrou a všemi dostupnými prostředky.
- Přispívat k publicitě komunity neslyšících a šíření informací o jejich kultuře a jazyce.
- Pomáhat překonávat jazykové, kulturní a mezigenerační bariéry, včetně odstraňování zakořeněných předsudků o komunitě neslyšících či osob se sluchovým postižením, existující u slyšících.

Cílem projektu *Pojďte s námi znakovat* je prostřednictvím zážitkových workshopů seznámit školy s bezbariérovou komunikací s neslyšícími a podpořit tak jejich úspěšnou integraci do společnosti. Celkem již proběhlo 20 workshopů pro víc než 400 žáků středních škol.

Naši žáci čtvrtých ročníků se během workshopu seznámili se světem a životem osob se sluchovým postižením a také s komunikačními systémy neslyšících a hluchoslepých osob. Vyzkoušeli si odezírání a naučili se prstovou abecedu spolu s několika základními znaky českého znakového jazyka. Děkujeme organizaci Tichý svět za zapojení do projektu a městu Brnu za finanční podporu.

Zapsal: Mgr. Ondřej Otava







## Společně se domluvíme II

Preventivní program „Společně se domluvíme II“ je snahou o pokračování preventivního programu „Společně se domluvíme“, který byl realizován formou projektových dnů u žáků druhých a třetích ročníků v loňském školním roce. Pomocí programu jsme schopni lépe posoudit klima jednotlivých tříd, detekovat rizikové formy chování, pokud by se v daných třídách vyskytly a tím nastavit efektivní pomoc jednotlivým třídám v rámci primární nebo sekundární prevence.

Program se týká 13 tříd naší školy (celkem 13 projektových dnů) v délce 6 vyučovacích hodin.

Každý projektový den jednotlivé třídy je uzavřen diskusí a rozbořem proběhlého projektového dne s peery, třídním učitelem a metodikem prevence.

Projekt „Společně se domluvíme II.“ probíhá na naší škole v měsíci říjnu a listopadu.

Zapsala: Mgr. Hana Kašparovská





## Okresní kolo ve stolním tenise

Dne 18. 10. 2022 se naši chlapci zúčastnili okresního kola ve stolním tenise na Střední škole informatiky, poštovníctví a finančnictví v Brně na ulici Čichnova 23.

Reprezentovali nás:

Zábrš Ondřej (4.L),

Hochman Lukáš (4.L),

Svrček Patrik (3.D),

Stříbrský Adam (3.D).



Toho dne se hrály základní skupiny turnaje a pouze jejich vítězové postoupili do finále, které se konalo následující den.

Naši chlapci se v základní skupině poměřili se třemi školami:

- Střední průmyslová škola Sokolská,
- Gymnázium Elgartova,
- Gymnázium Vídeňská.



I přes naši snahu jsme nakonec obsadili čtvrté místo ve skupině, kdy se z první pozice a z postupu radovali hráči z gymnázia Vídeňská, kteří svojí kvalitou výrazně ostatní přehrávali.



Zapsal: Mgr. Jan Pejpek

## Celostátní odborná konference první pomoci

Dne 19. října 2022 se na naší škole uskutečnila Celostátní odborná konference (dále jen COK) první pomoci pod laskavou záštitou ředitelky školy PhDr. Zuzany Číkové. COK PRP byla v letošním roce zaměřena na **první pomoc při úrazech a autonehodách**. Téma navazovalo na témata z předešlých let. Na konferenci se sjelo 20 vyučujících první pomoci z celé České republiky a Slovenska a také 15 pedagogů ze SZŠ Brno Jaselská.

První část programu konference byla věnována poskytování první pomoci ze stran odborníků integrovaného systému Jihomoravského kraje a fakultních nemocnic v Brně. Se svými přednáškami vystoupili Mgr. Jana Flajšingerová, staniční sestra z oddělení KARIM FN Brno. Mgr. Jana Flajšingerová se dlouhodobě zaměřuje na péči o traumatizované pacienty. Její přednáška byla věnována termoregulaci u pacientů po traumatu. Vystoupil také Jan Filka, DiS., hasič – záchranář z HZS JMK Brno, Lidická. Jan Filka účastníky seznámil s novými pomůckami, které využívají hasiči a také o pozici hasiče – záchranáře.

Krajský koordinátor Besipu Ing. Pavel Čížek uzavřel dopolední blok. Ing. Pavel Čížek mluvil o programech Besipu v prevenci u autonehod a současných celonárodních programech a trendech v prevenci.

Ve druhé části přednášek pak navázal MUDr. Jan Richter, lékař z Nemocnice Milosrdných bratří Brno s kazuistikami z terénu a podařilo se nám propojit do Velké Británie s Mgr. Pavlem Klimem, paramedikem, záchranářem.

Mgr. Pavel Klim, DiS. paramedik – záchranář, East Midlands Ambulance Service, Leicester působí ve Velké Británii již 5 let a je velkým důstojníkem záchrané stanice. Jeho přednáška nám ukázala zvláštnosti v akutní péči ve Velké Británii a také přípravu záchranářů na teroristické útoky. Pavel je bývalým hrdým žákem SZŠ Jaselská a my, pedagogové jsme na něj velmi pyšní. Prezentace odborníků byly na vysoké úrovni, doplněné fotografiemi, kazuistikami i zkušenostmi z terénu.

Druhá část programu byla věnována připravovanému 25. ročníku Celostátní soutěže první pomoci, která se s největší pravděpodobností uskuteční na naší škole ve dnech 15. a 16. června 2023.

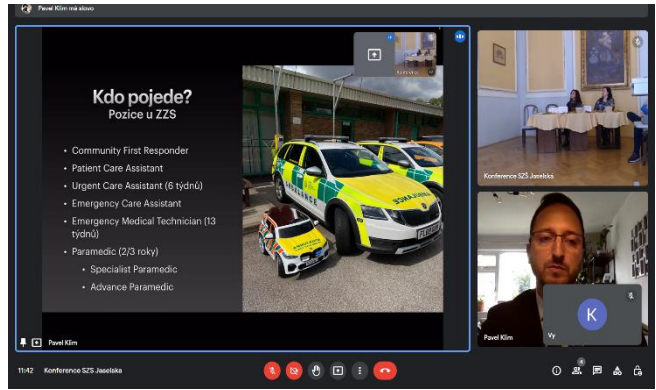
V této části programu byl účastníkům vysvětlen způsob přihlašování na soutěž, platby a harmonogram soutěže. Účastníci COK byli informováni o možnostech stravování a ubytování a kritériích hodnocení. Byly také vyhodnoceny chyby soutěžících v předešlém ročníku. Diskutovalo se o výuce první pomoci, těžkostech při přípravě týmů na soutěž a také o zvláštnostech z jednotlivých regionů České republiky. Celá akce se nesla v přátelském a tvůrčím duchu.

Zapsala: Mgr. Dominika Babáková



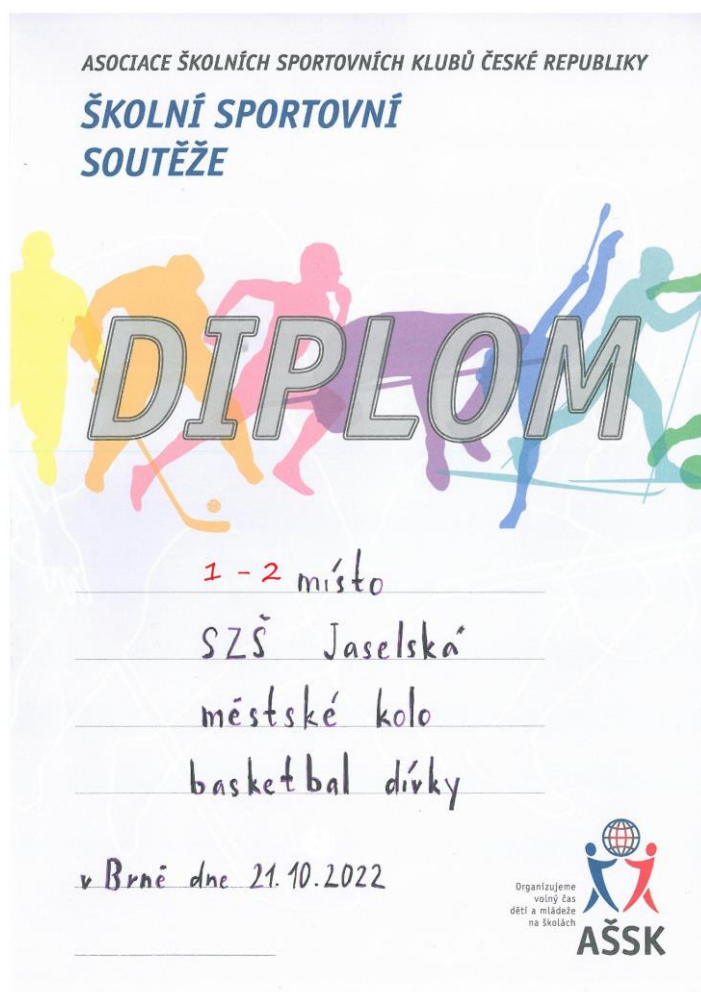
**HASIC – ZDRAVOTNÍK U  
DOPRAVNÍCH NEHOD**

- Vlastní zkušenosti s dopravními nehodami
- Dopravní nehody jako zdravotní problém
- Zdravotní aspekty dopravních nehod
- Účinnost zdravotnických zásahů
- Účinnost zdravotnických zásahů
- Účinnost zdravotnických zásahů
- Účinnost zdravotnických zásahů



## Městské kolo v basketbalu dívek





## Náš pestrý les

Dne 25. 10. 2022 jsme se ve spolupráci s Mendelovou univerzitou Brno zapojili do projektu „Náš pestrý les“.

V roce 2023 naše střední škola slaví 75 let založení. Hlavním tématem oslav je minulost, současnost a budoucnost. Proč byl zvolen právě tento projekt v rámci oslav? Příroda je neodmyslitelně spjatá s ošetrovatelskou péčí. Naši žáci se v několika předmětech učí o síle přírody jak v prevenci, tak v rekonvalescenci po onemocnění. Příroda nám dává kyslík, řadu bylin a především pocit klidu, když se procházíme ztichlým lesem, čistíme si hlavu od stresu, který je bohužel synonymem pro dnešní dobu. Je proto jasné, že vzhledem ke klimatickým změnám a vzrůstajícímu počtu civilizačních onemocnění je potřeba podpořit přírodu a vrátit ji do našich životů.

Žáci 3. ročníku zdravotnického lycea tak měli možnost poznat důsledek klimatických změn, zjistit, jak je půda vyprahlá a suchá, a že tento problém, o kterém se tak často mluví, není fikce, ale bohužel skutečnost. Stejně tak narazili na důsledky pobytu člověka v přírodě – především skrze velké množství odpadků, které se v lese nacházelo. V neposlední řadě se žáci naučili, jak správně zasadit strom a poznali na vlastní kůži nakolik je práce v lese náročná.

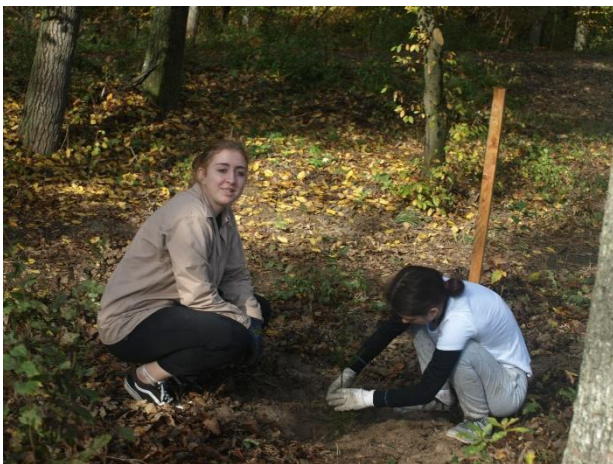
Odměnou pro nás byl pobyt v krásné podzimní přírodě s paletou barev v kombinaci s podzimní mlhou a vykukujícím sluncem. Tato atmosféra nakonec přebila prvotní hořký dojem a všichni jsme si užili nádherný slunečný den. Projekt „Náš pestrý les“ není pouze jednorázová akce. O les se Střední zdravotnická škola Brno, Jaselská bude starat po dobu 7 let.

Zapsala: PhDr. Milena Spurná





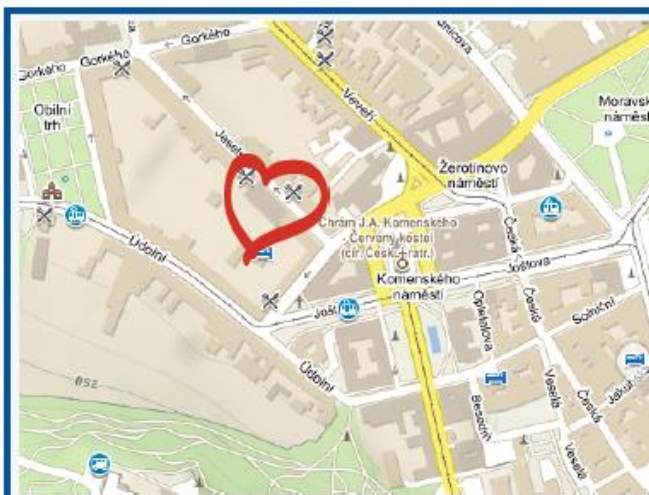








Kde nás najdete?



### Kontakty:

**Střední zdravotnická škola Brno, Jaselská, příspěvková organizace**

**Jaselská 7/9, Brno 602 00**

**Tel.: 541 247 125**

**E-mail: [zklusakova@szs-jaselska.cz](mailto:zklusakova@szs-jaselska.cz)**

**[www.szs-jaselska.cz](http://www.szs-jaselska.cz)**

**[www.facebook.com/SZŠ-Jaselská-Brno](https://www.facebook.com/SZŠ-Jaselská-Brno)**



## Redakce

Šéfredaktor – Mgr. Jaroslav Miřtyna

Asistent šéfredaktora – Alexandra Szemánová

## Příspěvatelé jednotlivých rubrik

Literární soutěž – Kristýna Jelínková

Pojďte s námi znakovat – Barbora Kyjovská

OAMČR – Ondřej Zábrš

Zajímavý koníček – Hana Kocourková

Já a sport – Karolína Sochorcová

Můj nejzajímavější sportovní zážitek – Zuzana Kučerová

Sporty pro hendikepované – Adriana Doležalová

Já a výživa – Sabina Horáková

Recept – Maria de Phoung

Sport, který mě nezaujal – Zuzana Španková

Medailonky sportovců – Mgr. Jan Pejpek

Ostravské okénko – Mgr. Barbora Baláková

Rébus – Mgr. Tomáš Novotný

## Umístění časopisu na stránkách školy

[http://www.szs-jaselska.cz/aktivity\\_skoly/kuryr.php](http://www.szs-jaselska.cz/aktivity_skoly/kuryr.php)



1. místo  
v kategorii - střední školy v Jihomoravském kraji 2018  
časopisu  
Jaselský kurýř



3. místo  
v kategorii - střední školy v Jihomoravském kraji 2017  
časopisu  
Jaselský kurýř

## Finalista soutěže

O neinspirativnější středoškolský časopis roku 2017

Odborový svaz novinářů a pracovníků medií České Republiky





**Střední zdravotnická škola, Brno,  
Jaselská, příspěvková organizace  
Jaselská 7/9, 602 00 Brno**

