



ŠKOLA  
PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ



# Jaselský kurýř

ŠKOLNÍ  
ČASOPIS ROKU

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

4/2024 - 59. vydání



# Obsah



Na oběd s Honzou – pozvánka do jídelny Grohova .....	3
Zdravotnictví naší budoucnosti .....	5
Úvahy o praxi .....	7
Já a skauting .....	8
Zajímavý koníček – tanec .....	10
Můj nejzajímavější sportovní zážitek .....	11
Sport, který mě zaujal .....	12
Já a sport .....	13
Já a výživa .....	15
Nail Art – Gradient .....	17
Správné čištění a péče o zuby .....	21
Recepty s AI – bramboráky s kuřecím masem .....	22
Medailonky sportovců – Bud Spencer .....	23
Tipy na filmy a seriály .....	27
Tipy na (ne)povinnou četbu .....	28
Tipy na zajímavé aplikace .....	29
Hantec kolem nás – O Červené Karkulce .....	30
Ostravské okénko .....	32
Tajemné předměty .....	33
Rébus .....	35
Vtipy pro lepší den .....	36
Křížovka .....	37
Zpátky do autoškoly .....	39
Poznej svého učitele .....	40
Mazlíček Vašeho učitele (Ing. Dita Desová) .....	41
Vyslechni svého učitele... Tentokrát s Patricií Havelkovou .....	45
Kronika školy aneb co se událo ve škole za měsíc březen .....	48
Kde nás najdete? .....	100



Čočka s vejcem bez párku, ale s okurkami, v pozadí dvě polévky



Řízek s bramborovým salátem a dvěma polévkami



Pečené maso s královskou porcí špenátu, dvanácti knedlíčky a jednou polévkou



Pečené kuře s rýží a velkou porcí omáčky, salátek a dvě polévky



Pečené kuře s těstovinami, polévkou a choceňským jogurtem



Mnozí si kladou otázku, jaké bude zdravotnictví, které známe dnes, za několik desítek nebo dokonce stovek let. Lidé mohou pouze hádat, kolik nových vynálezů, chemikálií, nástrojů a šetrnějších alternativ nová generace zdravotníků a zdravotnických vývojářů dokáže objevit. Je to prostředí, kde se podle mého názoru může ještě spousta věcí zrenovovat a vylepšit k lepšímu.

Myslím si, že ve dnešním zdravotnictví je třeba dohánět mnohé nedostatky. Ať už jde o pomoc pacientům s rakovinou, kteří potřebují rychlejší a účinnější léčbu, která nezasáhne tak agresivně jejich tělo, nebo o modernější vybavení pro zdravotnický personál, které nejen ulehčí práci lékařům a sestřám, ale také ji urychlí, čímž bude celodenní práce produktivnější a kvalitnější.

Domnívám se však, že v budoucnu nás čekají výzvy spojené s ekologickými a environmentálními problémy, kterým se bohužel nevyhneme kvůli neekologickému chování a znečišťování životního prostředí. To může způsobit zahlcení nemocnic, které budou muset být připraveny na zvládání těchto situací.

Dle mého názoru by mohlo dojít k instalaci zabezpečených elektronických systémů ve všech nemocnicích napříč celým světem, které by propojily veškeré zdravotnické zařízení. To by přineslo rychlejší, kvalitnější a přesnější poskytování zdravotní péče. Tato digitalizace by byla obzvláště prospěšná pro zaměstnance ve zdravotnictví.

S ohledem na pokrok, který se odehrává neuvěřitelnou rychlostí, si myslím, že za sto, dvě stě nebo tři sta let bude zdravotnictví na zcela jiné úrovni než dnes. Je možné, že v té době budou k dispozici léky na rakovinu, pohlavní nemoci a další dosud nevyléčitelné choroby. Cílem by mělo být nalezení léků nebo terapeutických postupů, které sníží úmrtnost v důsledku těchto nemocí.

Slyšíme o nových, zatím nepředstavitelných vynálezech, které se zdají být pouze ve snech. Například vynález létajících aut by vyžadoval také létající záchraná vozidla, což by v případě nehody mohlo urychlit přepravu pacienta k poskytnutí první pomoci a okamžitému zavážení do nejbližší nemocnice.

Myslím si, že mezi námi existuje mnoho chytrých a inovativních lidí, kteří se minimálně podílejí na vývoji nějakého zdravotního vynálezu a stávají se tak součástí historie. Tito jednotlivci mohou prosadit revoluční produkty nebo postupy, které zjednoduší práci zdravotních sester

na pracovišti. Věřím, že v oblasti zdravotnictví je vždy prostor pro zlepšení, a to nejen ve světě, ale i v našem vlastním zdravotnictví v České republice.

Shrnu-li tyto myšlenky, věřím, že na zdravotnictví čeká velká budoucnost plná pozitivních objevů a vynálezů, stejně jako výzev, kterým budeme muset jako lidstvo čelit. O vývoji zdravotnictví rozhodují odborníci a mladí vzdělaní jednotlivci, kteří budou orientovat se ve svém oboru a vědět, co je nejlepší pro zdraví pacientů a pohodu lékařů a sester. Budoucnost zdravotnictví je tak v rukou těchto odborníků, ačkoliv je obtížné předpovídat, kam se oblast zdravotnictví posune, doufáme, že přinese pozitivní změny. Doufám, že se v budoucnosti budeme na dnešní zastaralé zdravotnické metody dívat s úsměvem, zatímco budeme využívat moderních a efektivních přístupů ke zdravotní péči.



Vstup do zdravotnictví nám začal praxemi. Pro všechny z nás to byl naprostý skok do reality. První praxi si budu pamatovat napořád. By to šok začít upřednostňovat potřeby pacientů před mými potřebami.

První rok praxe byl pro mě velice zlomový. Donutilo mě to přemýšlet, zda jsem na správné cestě. Tato škola a obor mě donutily dospět a začít si uvědomovat opravdové hodnoty. Začali jsme na nejhorších odděleních jako je LON, ORO... Stav pacientů a chování personálu nebyl vždy pěkný, ale všechno mě vytrénovalo k tomu, jaká jsem dnes. Ve 3. ročníku jsem si uvědomila, že jsem na správném místě, a že je to povolání přesně pro mě.

Věřím tomu, že každá chyba, kterou jsem udělala, byla pro něco dobrá. Absolvování měsíční praxe byla krásná a naučná zkušenost. Dostala jsem se k více odborným výkonům. Důvěra personálu byla úctyhodná a dalo mi to pocit, že jsem užitečná, a že svoji práci dělám dobře.

Velké díky patří všem učitelkám, které praxi učí a dobrovolně chtějí učit mladou generaci k tomu, se jednou umět starat o druhé. Povolání zdravotní sestry vám bezesporu vezme kus osobního života, ale pro mě je to povolání, které má opravdu význam.



Ke skautu jsem přišla ve svých sedmi letech úplnou náhodou. Na moji základní školu totiž přišli mí tehdy budoucí vedoucí dělat nábor, hráli jsme hry v tělocvičně a řekli nám něco málo o tom, co se ve skautu děje. Mě v tu dobu nezaujala myšlenka skautingu, ale spíše vidina toho, že se seznámím s někým novým, budu moct hrát v přírodě hry a jezdit na tábory. A tak mně tedy rodiče po naléhání přihlásili. No... Nebudeme si nic nalhávat od té doby se změnilo hodně věcí...

Začala jsem do skautu chodit a za nedlouho se ze mě stala malá světluška, která hned dostala svoji přezdívku, která se mnou putuje až do dnes, složila jsem si světluškovský slib, dále se ze mě stala skautka a složila jsem si skautský slib. Na tyhle období velmi ráda vzpomínám, protože to byl čas, ve kterém jsem do skautu chodila jako účastník a postupně jsem začínala vést jiné děti. Především bych řekla, že mě v tu dobu skaut hodně vychovával a začal mi dávat pocit druhého domova. Teď jsem vedoucí a po účasti na několika vzdělávacích kurzech jsem se stala hospodářkou oddílu (starám se našemu oddílu o peníze). Organizuji tábory, schůzky, výpravy, dobročinné akce nebo mezinárodní akce jako je např. Intercamp. I když to tak možná nezní, tak ve skautu teď trávím někdy až pět dní v týdnu, což je v kombinaci se školou a jinými povinnostmi docela masakr. Docela často teď slyším od ostatních: „*Stojí ti to za to? Nechceš s tím radši seknout?*“ A ne, nechci, opravdu mi to za vše stojí. Mojí největší odměnou za vše, co dělám, jsou úsměvy dětí a ty krásné chvíle, které bych nikde jinde nezažila.

Jak už jsem psala, ze začátku jsem si myslela, že skaut je jenom o hrách a přírodě. Až při mém delším působení v našem oddíle jsem začala chápat, jak krásnou myšlenku skauting má, a co vše mi dává. I pro mě samotnou má skaut úplně jinou hodnotu a stal se z něj můj životní směr. Je to místo, kam se vždy ráda vracím, mám odsud spoustu nenahraditelných přátel, nezapomenutelné zážitky a hlavně nespočet nových zkušeností. Je to i moje místo odpočinku. Občas do skautu sice dojdu se spoustou energie a vracím se úplně vyštívená, ale v mých myšlenkách mám čisto a cítím se naplněná. Věřím totiž, že bez skautu bych zdaleka nebyla tím, kým jsem. Zachránil mě před spoustou pádů, které jsem měla doslova na dosah ruky a dal mi volnost a pocit porozumění. Jsem za to vše hrozně ráda, a tak nějak i doufám, že tady ten můj krásný skautský sen nikdy nebude muset skončit.







Tanec je sport, který mě provází od dětství. Vyzkoušela jsem mnoho sportů, jako je judo, gymnastika, atletika a dokonce i fotbal, ale tanec mi přirostl k srdci nejvíce, protože nemá žádná pevná pravidla. Začala jsem již ve školce, kde jsme na aerobiku tancovali na písničky, například „Když jde malý bobr spát“ a podobně. Moje taneční dovednosti pokračovaly i na základní škole, kde jsem se věnovala aerobiku, dokud jsem ve 4. třídě nejela na tábor street dance a poté začala s tímto stylem tance závodně.

Ve street dance si každý najde to své, kreativita v choreografiích je neomezená. Ve 12 letech jsem se připojila k jinému tanečnímu klubu, kde jsem ke street dance přidala ještě show dance. V této disciplíně jde o vyjádření příběhu a emocí tancem. Každý víkend jsem jezdila na závody a open classy. V tanci jde především o to se uvolnit a dát do toho kousek sebe, protože bez emocí je to neslané a nemastné. Na každém tanečnickovi poznáte, jestli to dělá z donucení nebo proto, že ho to vášnivě baví.

Na závodech vidíte stovky lepších tanečnicků, což může být někdy odrazující, ale zároveň vás to může inspirovat a posouvat k dalšímu zlepšování. Tancem dokážou lidé předávat neuvěřitelné emoce, a i když je konkurence silná, je to vždy o inspiraci a motivaci k dalšímu růstu.



## Můj nejzajímavější sportovní zážitek

Autor: Adéla Čevelová (absolventka školy)



Můj nejzajímavější sportovní zážitek se odehrál, když mi bylo asi 9 let. Můj táta mě poprvé vzal na kluziště zabruslit si, protože do té doby jsem se bála vyzkoušet bruslit. Na začátku to nešlo vůbec, pořád jsem se musela něčeho držet, a jakmile jsem se pustila, hned jsem spadla. Měla jsem chuť to vzdát a brusle už nikdy neoblékat, ale táta mě povzbuzoval, ať to zkusím dál, že prý tomu jen musím dát čas.

Až asi po hodině se mi začalo dařit, a už jsem zvládla ujet malé vzdálenosti bez podpory. Postupně jsem se zlepšovala, až mě i to bruslení začalo bavit. Jezdila jsem po kluzišti sem a tam pořád dokola několik hodin, ačkoli tátu už to přestávalo bavit a chtěl jít domů. Já však nechtěla. Po dlouhém přemlouvání jsem souhlasila, že už toho dnes necháme a půjdeme zase zítra. Měla jsem však ještě naposledy projet kluziště kolem dokola, ale protože už byla tma a já nedávala pozor, nevšimla jsem si díry v ledu a najela přímo do ní. Upadla jsem a zlomila si ruku. Dalších pět týdnů jsem ji měla v sádře.

Od té doby mám z bruslení strach a snažím se mu co nejvíce vyhýbat. Přesto byl tento zážitek jeden z nejlepších a nejzajímavějších ve světě sportu, kterého si pamatuji.



### Kdo mně přivedl ke sportu

Tak jako první mě ke sportu přivedli rodiče. Naučili mě takové ty základní věci, které se učí, když jsme ještě děti. Je to například, ježdění na kole, in-line bruslení také i bruslení na ledě. Ohledně bruslení na ledě, tenhle sport jsem nikdy moc nemusela. Moc jsem si to v dětství neoblíbila, a to mě vydrželo až do teď. Samozřejmě, není to tak že bych na lední brusle teď nestoupala, to zase ne, ale není to ten sport, který bych vyžadovala.

Jelikož mám staršího bratra, tak je jasné, že k míčovým hrám, mě spíše dovedl on, než moji rodiče. Hrávali jsme spolu fotbal, což je jeho koníček i teď a také jsme si spolu hodně často házeli jen tak. Nejsem úplně sportovní typ člověka, ale určitě mi sport není cizí. Mám ráda sport, hlavně teda venkovní, když krásně svítí sluníčko a je přímo počasí na sport nebo nějaké sportovní hry.

Když se posuneme časem z dětství do téhle doby, tak mě ke sportu tlačí spíše můj přítel. Nedávno nám koupil krosová kola, a tak jsme se spolu dali do cyklistiky. Snažíme se dodržet, že aspoň jednou týdně si spolu, nebo i s našimi kamarády vyjedeme na nějaký delší výlet. Mám to ráda, není to nic náročného a vždycky na takovém výletě zažijeme opravdu hodně srandy.

### Který sport mě nejvíce zaujal a proč

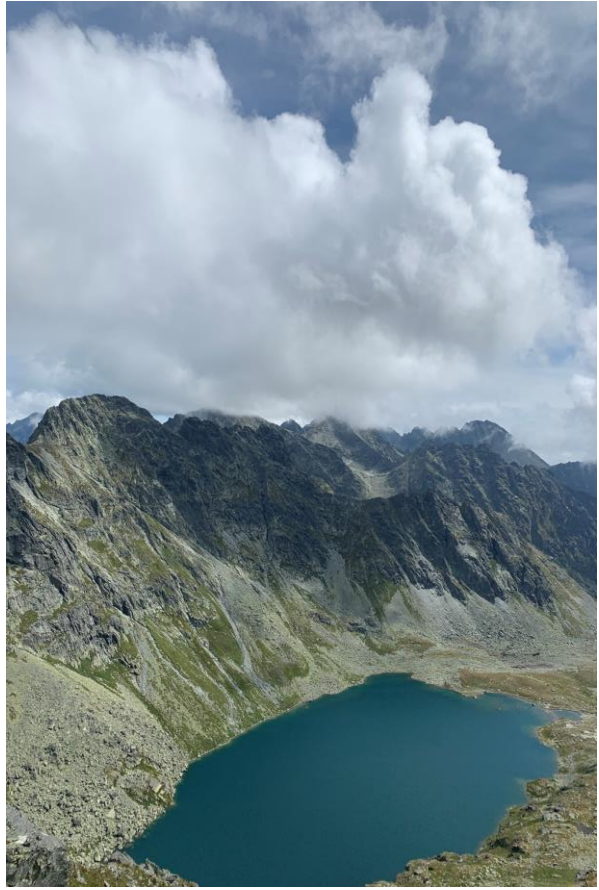
Jak už jsem psala v předešlém článku, tak sport, který mě teď hodně baví je cyklistika. Není to nějak extra náročný sport, pokud nejezdíte jen a jen do kopce. Kopcům se raději vyhýbám. Za každý ten výlet, který absolvujeme, mám podmínku, že zvládnu maximálně jen dva kopečky. Nedávno jsme byli u Lednicko-valtického areálu a musím říct, že tam se jede na kole úplně parádně. Je tam hrozně moc cyklostezek a je jen na každém jak náročnou trasu si vybere.



Řekla bych, že já a sport jsme si docela blízcí. Už od mala mě rodiče vedli ke sportu, a jsem za to vděčná. Když jsem byla malá, chodila jsem do plaveckého kroužku, ačkoliv jsem tam ráda chodila, po několika letech mě to přestalo bavit. Tak jsem plavání opustila a začala se soustředit na jiné sporty. Začala jsem hrát volejbal, který mě hodně bavil, a našla jsem si tam kamarády. Společně jsme jezdili na zápasy, ale bohužel jsem musela tuto činnost kvůli škole ukončit. S rodiči jsme často jezdili do Krkonoš, kde jsme chodili na turistiku. I když rodiče často jezdili na turistiku do Tater, jelikož jsem byla malá a často se turistika prolínala s lezením, zůstávala jsem doma. Proto mě rodiče dali na lezecký kroužek. Myslím si, že mě lezení bavilo. Když mi bylo skoro 9 let, poprvé jsme s rodiči jeli na dovolenou na Slovensko do Vysokých Tater. Rodiče mě vzali na několik výstupů a Tatry jsem si od té doby moc oblíbila. Každé prázdniny tam jezdíme.

Mezi moje oblíbená roční období patří zima, protože mám ráda zimní sporty. Už od doby, kdy jsem byla malá, jsem jezdila na lyže. Často s rodiči jezdím na běžky a několikrát do roka si půjčíme skialpy. Skialpy sice nepatří mezi mé oblíbené, protože jsou pro mě náročné, ale za ty výhledy to stojí.







Snídaně by měla tvořit 20–25 % z celkového denního příjmu kalorií. Lidský organismus pro svou činnost potřebuje každý den jak energii (nedoporučované cukry), tak řadu dalších látek, a není možné je ze stravy vyloučit. Navíc by lidé měli konzumovat potraviny s celozrnnou složkou minimálně třikrát denně, přičemž celozrnné cereálie jsou jednou z možností.

Důležitá je zvolená forma a množství konzumace. Odborníci doporučují rozdělit stravu do 5–6 denních dávek, konzumovat doporučené dávky a vyhýbat se přejídání. Nastavení správných stravovacích návyků je klíčové.

Kamenem úrazu u většiny populace je nezáměr o správné stravovací návyky. V našem vědomí přetrvávají určité stereotypy nebo rodinné dědičné návyky, například pokud jde o skladbu snídaní. Základem zdravých stravovacích návyků je být dobře informovaný a zajímat se. To zahrnuje nejen čtení obalů výrobků, ale i zjištění vhodného množství a formy konzumace potravin. Některé produkty mohou dokonce pomoci v prevenci řady onemocnění.

Prostředí, kde je jídlo konzumováno, je také důležité.

Ráno si dávám k snídani třeba lupínky s mlékem, rohlík s nějakým sýrem nebo párky. Párky si však musím ohřát ve vodě, protože když se ohřívají v mikrovlnce, tak nejsou tak dobré. K snídani pijí čaj nebo vodu se sirupem, ale kávu nikdy nepiju, protože si myslím, že to není moc zdravé. Mezi snídaní a obědem si dávám svačinu, jako například nějaký loupáček nebo něco lehkého. Na oběd bývají nějaké omáčky s kuřecím masem, ale někdy mám raději těstovinové saláty. Mezi obědem a večeří si obvykle dávám nějakou svačinu, ale záleží na tom, kterou a kdy. Na večeří si vybírám něco lehkého, co není těžké před spaním, jako třeba šunku, sýr, máslo, rajče nebo jinou zeleninu. Na pití často volím zdravotnický sirup s různými příchutěmi, nejčastěji borůvkový, nebo také černý čaj se šťávou z broskve. Obvykle pijí i normální teplý čaj, ale méně v létě. Celkově jím asi 4× denně v menších porcích.

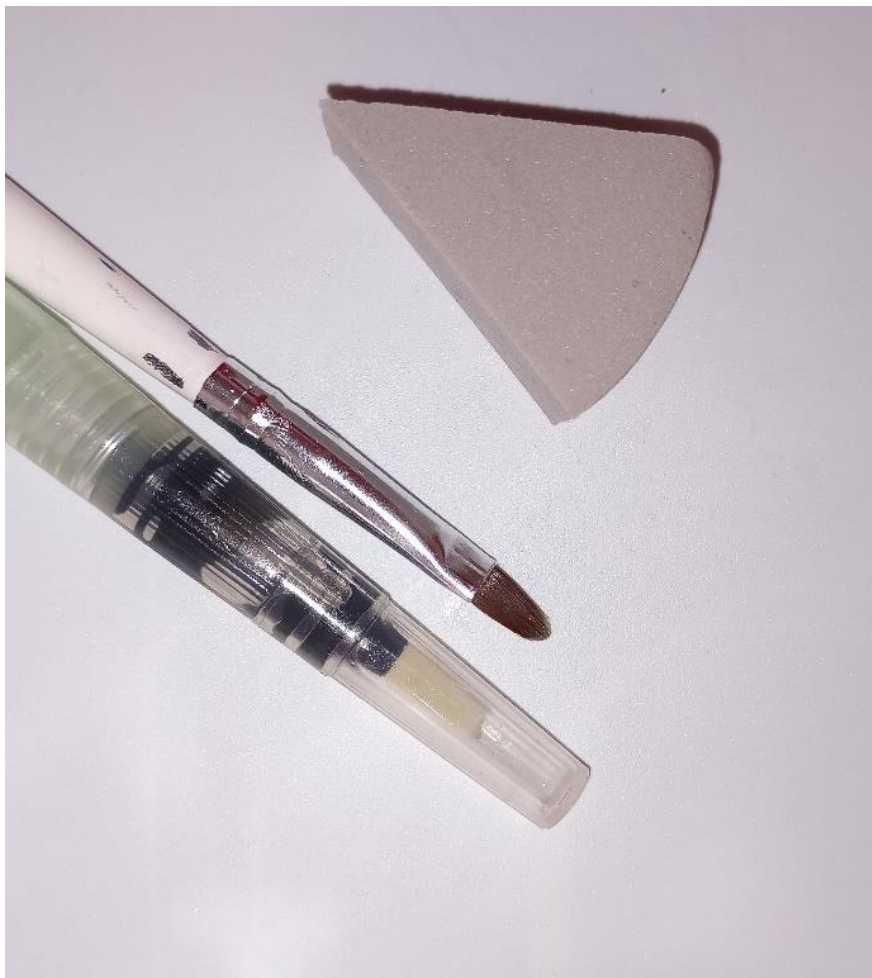
Má výživa je trochu odlišná od ostatních lidí. Bohužel už od 14 let dodržuji bezlepkovou dietu, protože jsem celiak. Měla jsem problémy s růstem a zažívací potíže, což vedlo k diagnostikování celiakie. Nemohu jíst potraviny obsahující pšenici, ječmen a oves. Mohu však konzumovat věci vyrobené z kukuřice, pohanky a amarantu. U mě tedy nehrozí, že bych byla opilá z piva. Dnes se dají sehnat bezlepkové varianty různých potravin, jako jsou špagety.

těstoviny nebo zahušťování polévek bramborovým škrobem. Většina potravin pro mě má označení „bezlepkové“. V restauracích se vyhýbám obalovaným pokrmům. Často jím kukuřičné chlebíky (krekry) s máslem a něčím na ně. Mám ráda ovoce i zeleninu. Ryby, houby a mozeček z kvěťáku však nejím. Přestože nejím pravidelně nebo v pevně stanovený čas, snažím se jíst, když mám hlad. Víím, že to není ideální, ale takhle mi to vyhovuje.





1. K této manikúře budeme potřebovat odlakovač, vatové tampony, base coat, několik barevných laků, které k sobě ladí, top coat, plochý štětec, trojúhelníkovou houbičku na make-up, štětíčky do uší, případně olej na nehty. Plochý štětec namočený v odlakovači slouží k odstranění nedokonalostí, přetahů a podobně.



2. Použijeme vatový tampon namočený v odlakovači a přetřeme jím nehty. Tím se zbavíme všech mastnot a nečistot, které by omezily trvanlivost manikúry. Zažloutnutí nehtů je způsobeno opakovaným lakováním nehtů a nemá na nic vliv.
3. Na čisté nehty nanese „base coat“. Je to vrstva, která přilne na nehet a pomůže laku déle vydržet. Já doporučuji (kromě laku z minulého čísla) z *DM trend it up ridge filler*. Co ale nedoporučuji, je vytvrzující/zpevňující base coat. Ten vaše nehty sice zpevní, ale také může způsobit lámání nehtů. Tomu se dá zabránit použitím jiného base coatu a pravidelnou aplikací oleje na nehty.



4. Vezmeme nejsvětější lak z těch, co jsme si vybrali a natřeme jím všechny nehty. Já jsem použila od *Bonjour* světle žlutý lak *Le Mon'Amour*.



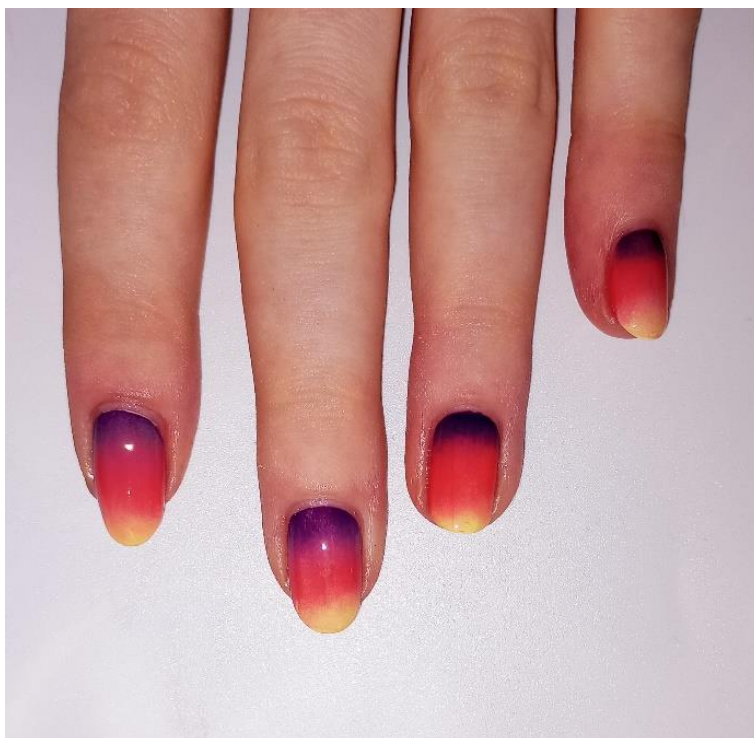
5. Kolem nehtů můžeme dále nanést Herkules nebo tekutý latex, nechat zaschnout a po vytvoření gradientu jednoduše sloupnout zabarvené části prstu. Já osobně nemám dost trpělivosti nechat Herkules zaschnout, a proto používám postup popsany dále.
6. Vezmeme houbičku na makeup, ustříháme její špičku a nanese všechny laky do řady tak, jak chceme, aby gradient vypadal. Pak houbičkou potupáme nehet. Já jsem použila laky od *Bonjour Le Mon'Amour* a *OPI – Toucan do it if you try, Arigato from Tokyo, A grape affair*, v tomto pořadí.



7. Necháme chvíli zaschnout a proces zopakujeme ještě jednou až dvakrát pro úplnou sytost barev.



8. Nakonec odstraníme přebytečný lak buď štětcem nebo štětičkou do ucha namočenými do odlakovače. Tento krok se dá obejít Herkulesem nebo latexem.
9. Posledním krokem je přetření manikúry rychleschnoucím vrchním lakem. Před tímto krokem můžete nehty přetřit nějakým „topperem“ – lakem, který je průhledný, ale obsahuje nějaký druh třpytek, které ještě ozvláštní váš výtvar.



10. Pro lepší pocit můžete také ošetřit okolí nehtu olejem na nehty. Ten napomáhá pružnosti a pevnosti nehtu a zabraňuje jeho lámání. Já doporučuji z *dm s-he olej na nehty citron*.



## Úvod

Zdravé a krásné zuby jsou důležitou součástí našeho zdraví a sebevědomí. Správná péče o zuby je nezbytná pro prevenci zubního kazu, parodontitidy a dalších onemocnění dutiny ústní. V této práci se zaměříme na základní principy správného čištění a péče o zuby.

## Základní principy čištění zubů

- Čistěte si zuby dvakrát denně: Ráno po snídani a večer před spaním.
- Používejte správnou techniku čištění: Zuby čistěte krouživými pohyby, s mírným tlakem a pod úhlem 45 stupňů. Nezapomeňte na čištění vnitřní a žvýkací plochy zubů.
- Používejte vhodný zubní kartáček: Vhodný je kartáček s malou hlavicí a měkkými štětinami. Kartáček měňte každé 3 měsíce.
- Používejte fluoridovou zubní pastu: Fluorid pomáhá posilovat zubní sklovinu a chránit zuby před kazem.
- Nezapomeňte na čištění jazyka: Na jazyku se hromadí bakterie, které mohou způsobovat zápach z úst.
- Použijte mezizubní kartáčky: Mezizubní kartáčky pomáhají odstraňovat plak z mezizubních prostor, kam se kartáček nedostane.
- Vyplachujte ústní vodou: Ústní voda pomáhá ničit bakterie a osvěžovat dech.

## Další tipy pro péči o zuby

- Pravidelně navštěvujte zubního lékaře: Doporučuje se navštěvovat zubního lékaře 1x za 6 měsíců.
- Vyhýbejte se sladkým jídlům a nápojům: Cukr je hlavním faktorem, který přispívá k tvorbě zubního plaku a kazu.
- Jezte zdravou stravu: Konzumujte potraviny bohaté na vápník a vitaminy, které jsou důležité pro zdraví zubů.
- Nepijte alkohol a nekuřte: Kouření a alkohol negativně ovlivňují zdraví dutiny ústní.

## Závěr

Správná péče o zuby je důležitá pro udržení zdravého a krásného úsměvu. Dodržováním základních principů čištění a péče o zuby a pravidelnými návštěvami zubního lékaře můžeme předcházet onemocněním dutiny ústní a užívat si zdravé zuby po celý život.



Autor: Google Gemini

## Ingredience:

- 5 větších brambor
- 1 cibule
- 200 g kuřecího masa
- 2 vejce
- 1 lžice hladké mouky
- sůl, pepř
- olej na smažení

## Postup:

1. Brambory oloupeme a nastrouháme na struhadle. Cibuli nakrájíme nadrobno. Kuřecí maso nakrájíme na kostičky a orestujeme na pánvi dozlatova.
2. Do nastrouhaných brambor přidáme cibuli, orestované maso, vejce, mouku, sůl a pepř. Vše dobře promícháme.
3. Na rozpáleném oleji smažíme bramboráky z obou stran dozlatova.
4. Bramboráky s kuřecím masem podáváme s kysaným zelím, tatarskou omáčkou nebo kečupem.

## Tajemství nejlepších bramboráků s kuřecím masem:

- Používejte brambory se žlutou slupkou. Brambory se žlutou slupkou jsou sladší a chutnější než brambory s červenou slupkou.
- Pokud jsou brambory příliš mokré, přidejte více mouky. Mokrý brambory budou bramboráky těžké a nedopečené.
- Bramboráky smažte na střední teplotě, aby se nespálily. Pokud budete smažit bramboráky na vysoké teplotě, rychle se zevněšek spálí a uvnitř budou syrové.

## Další tipy:

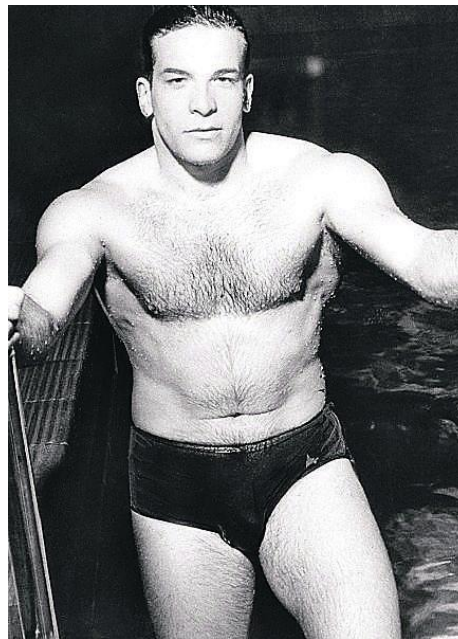
- Do bramboráků můžete přidat i další ingredience, například houby, sýr nebo zeleninu.
- Bramboráky s kuřecím masem můžete podávat i s bramborovým salátem nebo zeleninovým salátem.



Bud Spencer – rodným jménem Carlo Pedersoli

Narodil se 31. 10. 1929 v Neapoli a zemřel 27. 6. 2016 v Římě.

Byl italský herec, plavec, hráč vodního póla, pilot a podnikatel.



Italská hvězda spaghetti westernů o sobě prohlásila: „*Ve svém životě jsem už zkusil kdeco, ale tři profese bych vykonávat opravdu nemohl – tančit v baletu, jezdit dostihy a dělat politiku.*“ Narodil se jako Carlo Pedersoli a nazývat ho pouze hercem opravdu nestačí.

Už od narození bylo jasné, že to nebude žádný drobeček. Když přišel na svět, vážil 6 kilogramů a měřil 58 centimetrů. Narodil se do bohaté neapolské rodiny, jeho otec měl prosperující továrnu. Jenže během války byla vybombardována a rodina šla hledat nové štěstí do Jižní Ameriky.

Když se psal rok 1947, měl osmnáct let a za sebou zkušenosti s úřednickou prací na italské ambasádě. Později se vrátil do Itálie. Vystudoval práva a zprvu se věnoval kariéře sportovce, byl plavcem a vodním pólistou. Itálii reprezentoval i na olympijských hrách v Helsinkách a Melbourne. Stal se prvním Italem v historii, který uplavil sto metrů volným stylem pod minutu.

Hereckou kariéru si nikdy neplánoval. Ta se mu v životě prostě přihodila. Impozantního mužného zjevu si všimli filmaři a začali ho obsazovat do drobných rolí, zejména do







K nejznámějším trháčům filmové dvojice patří například Malý unavený Joe, Pravá a levá ruka ďábla, Dva machři mezi nebem a peklem, film Jestli se rozzlobíme, budeme zlí, Buldozer, Dva výtečníci nebo Sudá a lichá. Po filmu Superpolicajti z Miami se pak sešli až o skoro deset let později ve filmu Průseráři.



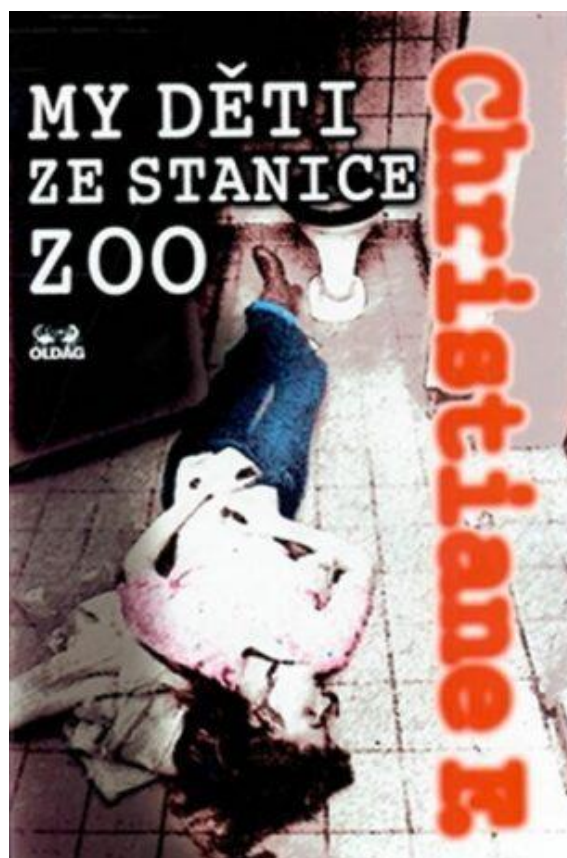
V průběhu 80. let však sláva jejich komedií opadla. Spencer postupně odešel do filmového ústraní. Nebyl jen sportovcem a hercem, pilotoval také letadla a helikoptéry. V roce 1984 stál u zrodu letecké společnosti Mistral Air, kterou však posléze prodal a začal podnikat ve výrobě dětského oblečení.

Kouřit začal už jako teenager a miloval jídlo, bohužel především to nezdravé, což se podepsalo na jeho zdraví. V poslední době pracoval spíše pro televizi či animované projekty, nejnovějším dílem, v němž měl hrát, byl western Keoma Rises, kde mu plánovali roli po boku Franka Nera.

Jeho životní pout' skončila ve věku šestaosmdesáti let a byla plná filmů, které dokázaly pobavit celé generace.

A jaký je váš oblíbený film Buda Spencera?



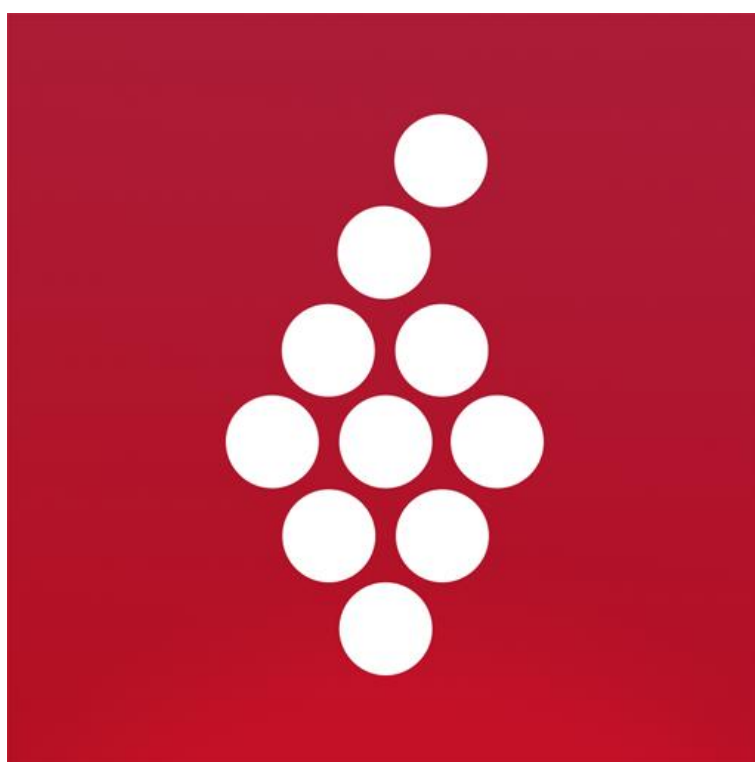




Seek od iNaturalist



Vivino





V Česku byl po zřetování Žanka Husovýho úplné levingston. Snobáli v Práglu byli křivý jako klika vod polepšovny. Nechtěli jít do holpecu s chudéma borcama ze štatlu nebo z role a londony taky moc neprožívali. Byli moc namistrovaní a mudrovali, že to zmáknó sami. Hókli žoldákům rovnó válku, ať probíhají s nima, že jim zašupnó betelný lováče a každému fáro a kocóra. Dali si scuľa v jezovitském klubu, kde si každé jen tak cvičně vysmahl pár škopků, a začali hned šmírovat, komu by dali do řepy. Tři jezovitští baltesi, Martinec, Slavata a Fabricius to zgómli a vlítli pod ponk. Najednó ale museli valit na retych, a jak byli zčuchaní z téčka, místo futrama vyhópli ven vokniskem. Jak probíhali luftem, už si mysleli, že bude konečná, že hodí životu mávačku, ale tenkrát nebyla ve štatlu tak tvrdá zem a padli jenom do sraček. Votřepali se a mazanec do Vídně. Flétna a ty pasový fligny tenkrát ještě neprobíhaly.

A začalo být dusno. Jezoviti dostali kopny z česka, všechny love jim lapli a kirchy vyčórovali. Ale king Ferda II. na to hodil hrubó čučku a hókl do placu, že za to někomu nechá rozbít sandál. A protože nebyl žádná móka, poslal na to Rudy Maximiliánovýho a sám házel sicnu doma u bedny. Rudla, jezovitské šéf, dostal chuť na Sparty ve tvrdým, vošolnul si plechové džínsdres a valil do mixny.

Jeho skvadra, to byli samí řízci. Měli brnění répaný u Krupa, gany, halapartny, šavle a břitvy na gumě ze Solingena. V usárně měl každý haška, marjánku a lampu s téčkem. Fókali marlboráče a pařili glgačku za mastný love.

Proti nim mezi českó a moravskó nastópili aji sokoli z Paprikášova. Měli hajtry vohňový, zuby jako kartáče na šuflata, ale fédry z mlaty měli betelný. Naša skvadra měla vercajk ze Sandriku Vyškov, byla to měkota že s tím ani vařený kruple nešlo krájet. Pařili matónku, fókali spařené jetel a na chálku měli leda tak topinky na indulóně. Dobré hrnek z Plzně, Smíchova nebo ze Starýho Brna byl po žňách vyblózované.

A tak z vobó stran do sebe za poledňa vlítli na Bíledně u Práglu. Ze startu vypadala mlata na plichtu, ale Rudla Maximiliánuj byl vyložené flignař a křivák a nastópil do mlaty s novéma tunelama. Vlítl na českó sajtnu na levým flíglu, kde byl samé juhan a batles s dlóhéma harizónama, sebrané z malostranských palíren a kafců. Zgómli, nesó vysazení na mlatu, ale spíš na pařbu, válce a samó diskotéku. Hned je hnal aus.

Mezi Paprikáše, co byli na pravým flígru, nechal hodit pár smradlavých hrnců, těm se začali plašit hajtry a voni zahli, ještě než mlata pořádně začala. Nejlíp se mleli moravští štatlaři. Byli mezi něma kosi z Oltecu a Majlontu, co v mlatách házeli domovinu. Zgómli, že vostatní zahli, ale než šórem do Brniska, to šli radši do mlaty. Měli ale brnění ze šufánkový voceli a grimle

po nich Rudlovi vojáci šli ze šprnd, v nich dělaly betelný lochny. Největší křivárna od Rudly byla ta, že na ně poslal sestavu zdivočelejch Makarónů, kterém naklavíroval do štricle, že za ně zalepí cech ve Slávce. A tak byl Rudla v goldně a ve dvě vodpoledne byla Blenda jeho.

Náš king Beda Falckej byl móka, mlatu moc neprožíval a mixna nemixna, měl ve svém fáru s anglánama surovó glgačku. Řezal vajnoš rumunskem, na to škopky, a tak vo tým žádná, že byl prohlé jak luk. Když mu prolátli, že je všechno v kopru, že mu vosolili všechny mlataře, zhulil se do mrtva. Potom hodil myslivnu a že to byl měkota, vzal fofrem staró s kindošama, sbalil do žebadla lováče, goldnu a kódry a valil na rolu.

Rudlovi borci vlítli na Prágl, dlábili tam kocóry a dělali dusno. Pařby chálky, válců, račmenů a goldny, co vyčórovali dohukaném pražskén batlesům měli mraky, ják to po každý solidně zmáklý mlatě bévá.



Přiřadte správné české definice k těmto ostravským výrazům:

a) šnuptychl	1. stěrka
b) šolichat	2. spižírna
c) šopa	3. strčit
d) špachtla	4. příčel žebříku
e) špajzka	5. něčemu se věnovat povrchně
f) špara	6. závory
g) šparat	7. kůlna
h) šprtnut	8. mezera
i) šprušla	9. dloubat se v něčem
j) šraňky	10. kapesník

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

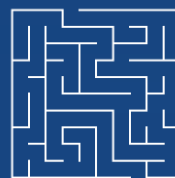




Vážení čtenáři, máme pro Vás další nelehký úkol! Kdo ví, jaké předměty jsou na obrázku a k čemu slouží? Vítěz tipovací soutěže získá opět sladké ceny ☺







Řešení rébusu z minulého čísla

Rébus č. 1: A, rébus č. 2: A

Zadání č. 1: Vyberte, co se hodí na vynechané místo.

28	56	?

<b>A</b>	<b>B</b>
89	88
<b>C</b>	<b>D</b>
84	83

Zadání č. 2: Vyberte, co se hodí na vynechané místo.

	<b>A</b>	<b>B</b>
	<b>C</b>	<b>D</b>

Úspěšní řešitelé si můžou do kabinetu 45 dojít pro sladkou odměnu, pokud nám ještě řeknou prvních sedm číslic  $\pi$  😊



Kdysi dávno, někdy koncem roku 1981, přišel do pracovny sovětského generálního tajemníka Leonida Brežněva nějaký host, a všiml si, že tam jsou takové zvláštní hodiny. Tak se zeptal, co to je zač, a Brežněv vysvětloval: *„Tyhle hodiny ukazují čas ve všech významných světových městech. Je to velmi užitečné. Je například trapné, když si chci pokecat s americkým prezidentem, a v Americe jsou zrovna tři hodiny v noci. To se stávalo, než jsem tu měl ty hodiny. Nebo zrovna onehdy. Telefonoval jsem do Vatikánu, abych se zeptal, jak se cítí papež po atentátu, a ono bylo dvě hodiny před atentátem.“*

Indiánský náčelník s manželkou se poprvé vydá na cestu do velkoměsta, a protože cesta je dlouhá, musí tam přespat a ubytují se v hotelu. V noci se náčelník probudí a říká manželce: *„Mám žízeň, přines mi vodu.“* Manželka odejde a za chvíli manželovi přinese vodu, v dlaních, jak bylo tehdy u Indiánů zvykem. Za nějakou dobu se náčelník opět probudí a opět má žízeň, a manželka mu opět přinese vodu v dlaních. Po nějaké době se opět probudí a má žízeň. Manželka opět odejde, ale vrátí se bez vody. Náčelník se ptá: *„Kde máš vodu?“* A manželka odpoví: *„Nemám vodu. Bledá tvář sedí na prameni.“*

Vietnamec se topí v rybníku a zapomněl, jak se česky řekne POMOC, tak křičí: *„Dobrý den, já se tady koupat naposled!!!“*

Když jsem se včera vracel opilý domů, potkal jsem cestou faráře. Zamračil se na mě a řekl: *„Vydal ses na špatnou cestu, synu.“* Tak jsem se radši vrátil zpět do hospody.

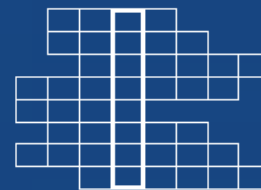
Číšník: *„Tak co si dáte?“* Host: *„Moje přítelkyně je vegan, co byste mi doporučil?“* Číšník: *„Najít si novou přítelkyni!“*

V restauraci: *„Pane vrchní, mohu si zavolat?“* „Ale jistě.“ *„PííííVÓÓÓÓÓ!!!“*

Víte, jak dělá vrána na Titaniku? Kra! Kra! Kra!

Všichni jsme tak trochu jako Robinson. Každý čekáme, až přijde pátek.

Víte, co dělá trpaslík v moři? Mikrovlnky.



1	2		3	4	5		6	7	8	9	10
12		11					13				
15				16		14			18		
20			17		21			19			
		26		22			23				24
25	27					28					
29						30					
34					31			36		32	33
	38			35			37		41		
39			40					42		44	
46		43			47				45		
48					49				50		

## Vodorovně

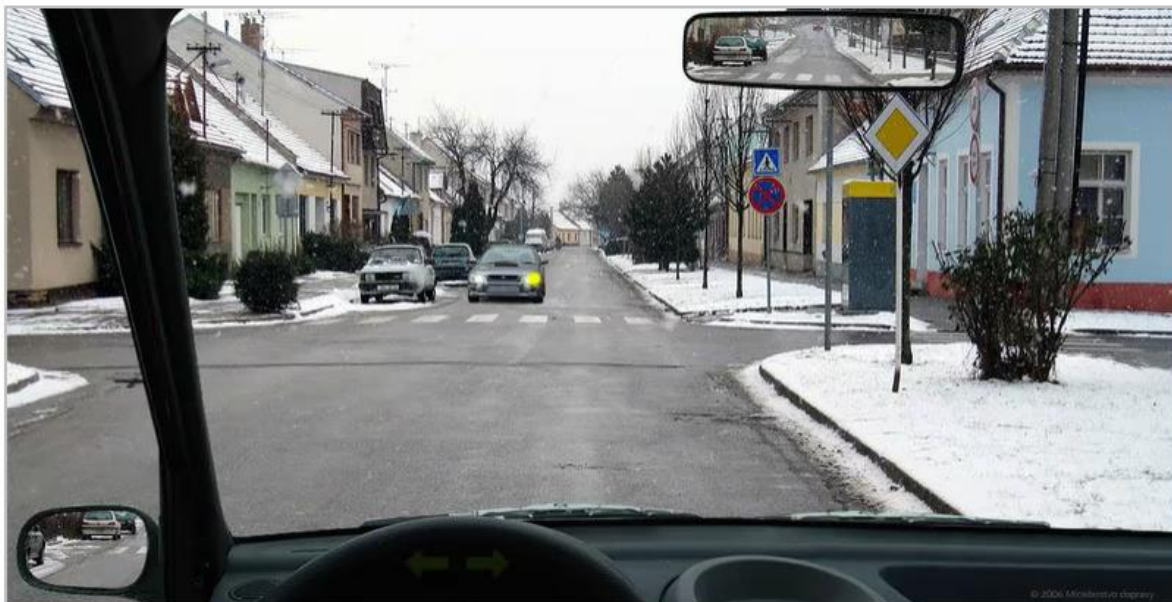
- 1) INICIÁLY PÍSNIČKÁŘE DOBEŠE
- 3) UZLÍČEK VE TKANINĚ
- 6) SKUPINA NAJATÁ PRO POTLESK
- 12) JAPONSKÉ UMĚNÍ SEBEOBRANY
- 13) OBLÁ VYVÝŠENINA
- 15) KTERÝ ČLOVĚK
- 16) TĚLOCVIČNÝ PRVEK
- 18) CIZÍ ŽENSKÉ JMÉNO
- 19) BEČKA
- 20) STARŠÍ JEDNOTKA TLAKU
- 21) PŘEDLOŽKA S 2. PÁDEM
- 23) AEROSOLOVÝ ROZPRAŠOVAČ
- 25) **TAJENKA**
- 26) AZUR
- 29) VYDĚDĚNEC
- 30) NÁPIS NAD UKŘIŽOVANÝM
- 31) TELEVIZE (ZKR.)
- 34) STÁVAT SE ZRALÝM
- 35) KRAJOVÝ ODĚV
- 36) KORÁLOVÝ ÚTES
- 38) KILONEWTON (ZN.)
- 39) JUNIOR (ZKR.)
- 40) POHYBOVAT SE VE VODĚ
- 41) SOUHLAS
- 44) DLOUHÉ VLNY (ZKR.)
- 46) NÁŠ POMNICOVSKÝ PREZIDENT (EMIL)
- 47) ITALSKÝ LIKÉR
- 48) SVAZEK ROŠTÍ
- 49) DRUH KAMEN
- 50) OŠACENÍ

## Svisle

- 1) MEZINÁRODNÍ SMLOUVA
- 2) BRITSKÁ ZPĚVAČKA
- 3) BÁSNICKÝ ZÁPOR
- 4) FORMÁT PC SOUBORŮ
- 5) HORSKÝ CELEK
- 6) INICIÁLY BÁSNÍKA BOROVSKEHO
- 7) INICIÁLY HEREČKY RYBOVÉ
- 8) NESMYSLNOST
- 9) TEXTILNÍ ODPADOVÁ VLÁKNA
- 10) AVŠAK
- 11) VELKÝ VODNÍ PTÁK
- 14) YARD (ZN.)
- 17) PŘIVÁDĚT NA SVĚT
- 19) SKULINA MEZI DLAŽDICEMI
- 22) GENETICKÁ INFORMACE
- 23) SRNEC (KNIŽNĚ)
- 24) ANO (HOVOROVĚ)
- 25) STÁTNÍ POZNÁVACÍ ZNAČKA (ZKR.)
- 27) NĚKOLIKRÁT
- 28) VÝROBNA PIVA
- 31) KLUSÁCKÁ DOSTIHOVÁ DRÁHA
- 32) ONDŘEJ (DOMÁCKY)
- 33) PRONÁSLEDOVAT ZVĚŘ
- 35) ST. SPZ OKRESU KLDNO
- 37) VERŠOVANÁ STOPA
- 39) BŘEMENO
- 40) ZKR. POLSKÉ TISKOVÉ AGENTURY
- 42) TECHNICKÝ PRŮKAZ (ZKR.)
- 43) BĚŽNÉ ČÍNSKÉ PŘÍJMENÍ
- 45) ČESKÉ MĚSTO



Jako řidič vozidla z výhledu máte v úmyslu po projetí křižovatkou v přímém směru zastavit 20 m od křižovatky. Smíte tak ve vyobrazené situaci učinit?



- A Ano, protože dopravní značka zakazuje pouze stání.
- B Ne, protože dopravní značka zakazuje zastavení.
- C Ano, ale pouze u levého okraje vozovky.

Správná odpověď

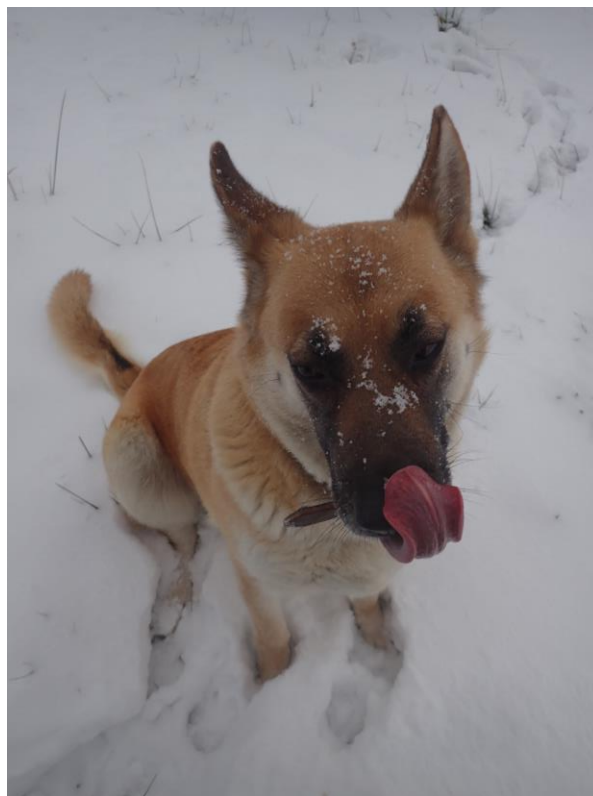
(B)



V této rubrice našeho časopisu máte možnost hádat, kdo z učitelů se skrývá za mladistvým vzhledem na fotce.















Autor: Redakce

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

Narodila jsem se v Opavě a momentálně žiji kousek od Brna.

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

Na škole působím od roku 2023.

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

Vystudovala jsem Učitelství odborných předmětů pro zdravotnické školy na PdF v Olomouci.

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

V letošním školním roce učím Ošetřování nemocných, Psychologii a První pomoc.

**Co máte na naší škole ráda?**

Vzhledem k tomu, že jsem zde studovala, mám ke škole vazbu.

**Co byste na škole naopak změnila?**

Žáci by určitě ocenili nějaká křesílka k posezení na chodbách, případně věšáky na bundy ve třídách.

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

Na základní škole jsem byla pilná žačka, na střední škole ukecaná, zvláště v hodinách, které mě nebavily. Při studiu na vysoké škole jsem pracovala a možná i proto jsem si více vážila toho, že jsem se mohla něco nového dozvědět. Navíc mi vyhovovalo, že jsem informace mohla rovnou propojit s praxí. Důtku ani jiný kázeňský postih jsem neměla.

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

Nejsem zastáncem fyzických trestů.

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

Zatím bez obtíží.

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

Život sám.

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

Baví mě, když jsou žáci zvědaví a motivovaní se naučit něco nového. Pro učitele je odměnou, když může sledovat pokroky žáků, ať už v oblasti odborné nebo osobnostní. Energii mi naopak ubírá, když žáci nemají snahu se vzdělávat.

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

Zatím jsem se moc akcí nezúčastnila, takže nemůžu hodnotit.

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

☺

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

Rozkouvám se.

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

Nejspíš ano.

**Máte nějaký životní vzor?**

Nemám, každý by se měl snažit být nejlepší verzí sebe sama.

**Jaké máte ráda seriály a filmy?**

Ráda sleduju filmy, hlavně ty, které jsou inspirované skutečnými událostmi. Seriály moc nesleduju, raději věnuju čas jiným činnostem.

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

Nemám vyhraněný hudební styl.

**Jaké čtete knihy?**

Životopisné a historické.

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

Ráda cestuji, chodím na procházky, jezdím na bruslích, kole... Doma moc neposedím.

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

Mám ráda středomořskou kuchyni i tradiční českou. Nejím rajčata.

**Pivo nebo víno?**

Martini.

**Máte domácího mazlíčka?**

Manžel a děti mi bohatě stačí 😊.

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

To, co většina lidí během dovolené, snažím se načerpat síly do dalšího školního roku.

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

Věnovat se práci, která mě naplňuje, nezanedbávat přitom rodinu a mít prostor věnovat se všemu, co mě baví.

**A máme tady poslední otázku. Máte nějakou zajímavou nebo vtipnou historku z pedagogické praxe?**

Naposled, když se mě paní švadlenka ptala, ze které jsem třídy.



Autor: Redakce

## Návštěva brněnské spalovny SAKO

Dne 5. 3. 2024 se třída 4.L v rámci výuky ekologie zúčastnila exkurze do brněnské spalovny SAKO. Dozvěděli se zde, jak správně třídít odpad, podívali se do provozu, jak se s odpadem nakládá a jaké je další využití při spalování odpadu. Exkurze byla velmi zajímavá.

Zapsala: Mgr. Zuzana Horynová





Preventivní program „Sex je náš, když ho znáš“ pro 1. ročníky



## Exkurze do Vily Tugendhat

V úterý 5. 3. třídy 3.C a 3.D podnikly dvouhodinovou exkurzi do Vily Tugendhat.

Tahle krásná funkcionalistická stavba je zapsána na seznamu UNESCO a právem je klenotem Brna. O to lepší bylo, že jsme jako třída měly celou vilu pro sebe bez ostatních návštěvníků.

Ze začátku jsme si vyslechly obecné informace o výstavbě vily a rodině Tugendhatových při pohledu na velkou zahradu a poté jsme zaměřily dovnitř budovy. Celou vilu jsme si mohli samostatně projít, všude se podívat a obdivovat ten luxus tehdejší doby.

V horním patře jsou pokoje, ložnice a koupelny a v tom spodním kuchyň, jídelna, zimní zahrada a obývací pokoj v čele s obrovskou onyxovou stěnou. Ta je naprosto nádherná a úplně vévodí celému spodnímu patru. Na levé straně od obývacího pokoje najdete i pěknou prosklenou zimní zahradu, kde byla spousta anturií a velkých monster.

Celá vila působí dojmem luxusu, sterility a dostatku peněz.

Moc se mi ale líbila a celá její historie od vystavění přes válku až po současnost je neskutečná. Výklad od paní průvodkyně byl zajímavý a určitě doporučuji vilu Tugendhat navštívit, prohlídka vážně stojí za to.

Zapsala: Emma Němčanská 3.D











## Exkurze do Osvětimi

Dne 7. 3. 2024 využilo 56 žáků a žákyň naší školy možnosti zúčastnit se exkurze do Osvětimi.

Organizace Vzdělávací institut pro Moravu (VIM) v Brně zařídila tuto exkurzi na žádost Mgr. Lubomíra Hrabala. Její termín byl stanoven na 7. 3. 2024, čas odjezdu na 5.00 z Brna, přibližný návrat v 18.00.

Zúčastnilo se 56 žáků a žákyň z pěti tříd, konkrétně z 1.A, 1.B, 1. C, 1.LA, 1.LB, dále 3 pedagogové (Mgr. Lubomír Hrabal, Ing. Dita Desová a Mgr. Iva Řemínková). Itinerář cesty byl velice jednoduchý: cestou z Brna jedna zastávka na benzínové pumpě u Ostravy, poté jsme pokračovali přes polské hranice do Osvětimi. Tam jsme dorazili asi v 9.20. Poté následovala prohlídka (s průvodcem v češtině) bývalého koncentračního tábora na dvou místech, a to Osvětim I a Osvětim II Březinka. Obě místa jsou vzdálena asi 3 km od sebe, proto jsme se přesunuli spolu se stejným průvodcem autobusem. Prohlídka skončila krátce po patnácté hodině. Bezprostředně poté následoval odjezd do Brna, opět s jednou přestávkou na občerstvení. Dorazili jsme těsně před 19. hodinou.

Cesta tam i zpět, stejně jako prohlídka Osvětimi proběhla bez problémů a komplikací. Soudě podle reakcí žáků (někteří si o tématu povídali i v autobuse) usuzují, že se jim tento den a související události vryly do paměti.

Zapsal: Mgr. Lubomír Hrabal













## Psychologická olympiáda v Kyjově

Ve středu 13. 3. 2024 se konal na KG a SZŠ Kyjov 19. ročník regionálního kola Psychologické olympiády na téma Tajemství komunikace. Regionálního kola se zúčastnilo celkem 17 žáků ze 7 škol. Naši školu reprezentovali žákyně Adéla Kadlecová ze třídy 3.LA, Daniel Kalousek ze třídy 3.LB a Kateřina Kinclová ze třídy 3.A.

Soutěž probíhala v příjemné a přátelské atmosféře. Všechny prezentace byly zajímavé, žáci pojali zadané téma z různých úhlů pohledu, často s osobním příběhem a velmi intimním sebeodhalením.

Tyto body bezpochyby splnili i naši žáci. Adéla Kadlecová z 3.LA se podělila o zážitky a zkušenosti z dobrovolnické péče o lidi postižené autismem, Daniel Kalousek ze 3.LB využil svého působení jako oddílový vedoucí ve skautu a ukázal podmínky a možnosti komunikace v této organizaci a Kateřina Kinclová z 3.A odhalila dopad rodinné komunikace a zkušenost s komunikací v domově pro seniory.

Na závěr byli všichni soutěžící oceněni pamětním listem a sladkou odměnou a současně také zveřejněni vítězové této olympiády. Pro všechny zúčastněné to byla zároveň jedinečná a cenná zkušenost.

Zapsala: Mgr. Bc. Michaela Madudová







## Komentovaná prohlídka KÚ JMK pro zástupce ŠP a další zájemce

Ve středu 13. března se zástupci školního parlamentu a zájemci zúčastnili exkurze na Krajském úřadě Jihomoravského kraje. Naši početnou, více než třicetičlennou, skupinu provázal PhDr. Pavol Foltín, referent zahraničních vztahů. Velmi působivě nám přiblížil historii budovy a její osobitý architektonický styl. V zasedacím sále jsme debatovali o fungování a kompetencích úřadu. Jako bonus jsme byli zavedeni do míst, která jsou veřejnosti běžně nepřístupná – na střechu budovy.

Kouzlo celé prohlídky umocňovalo krásné počasí. Žáci se pokochali vyhlídkou na centrum Brna a také odhalili jednu unikátnost, včelí úly. KÚ JMK totiž jako jediná administrativní budova v naší republice na své střeše chová včely. Exkurze byla ukončena v malém konferenčním sále. Zde měli žáci možnost debatovat se stážistou z Francie, který s námi celou prohlídku absolvoval. Anglicky si pohovořili nejen o našich místních zvycích, tradičních českých jídlech, zajímavých místech v Brně a okolí, ale i o tipech na výlety do Francie a o tom, jak se v Brně francouzskému studentovi diplomacie žije a studuje.

Zapsala: Mgr. Lenka Čermáková

















# SOCIÁLNÍ PÉČE V SOUČASNÉ DOBĚ AKTUÁLNÍ TRENDY A MOŽNOSTI

13. března 2024

Střední zdravotnická škola Brno, Jaselská, příspěvková organizace



## 9:00 SLAVNOSTNÍ ZAHÁJENÍ

PhDr. Zuzana Číková – ředitelka školy

## 9:00 – 15:00 PŘEDNÁŠKY

### NEZISKOVÉ ORGANIZACE V SOCIÁLNÍM SYSTÉMU

Mgr. Elvíra Patáková, MBA – ředitelka NNO Generace Care z.ú.

### SENDVIČOVÁ GENERACE – NEUCHOPENÝ FENOMÉN DNEŠNÍ DOBY

Mgr. Lenka Špaková – vedoucí projektu Sendvičová generace,  
Centrum pro rodinu a sociální péči

### PRÁCE SOCIÁLNÍHO PRACOVNÍKA V NEMOCNICI

Mgr. Kateřina Zoufalá, DiS. – sociální pracovníce FN USA,  
Mobilní specializovaná paliativní péče

### ZKUŠENOSTI PALIATIVNÍ PÉČE V NEMOCNIČNÍM SYSTÉMU – MULTIDISCIPLINÁRNÍ TÝM PP

PhDr. Hana Kaštan, MPH. – vrchní sestra oddělení  
geriatricko-paliativní péče, FN USA

### PSYCHOSOCIÁLNÍ POTŘEBY NEFORMÁLNÍCH PROVÁZEJÍCÍCH

Mgr. Eliška Andělová – psycholog FN USA

### ROLE CENTRA DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ V PÉČI O DUŠEVNÍ ZDRAVÍ

Mgr. Michaela Havelková – vedoucí sociální části CDZ Brno,  
Centrum duševního zdraví Brno

### HOMESHARING – SDÍLENÁ PÉČE O DĚTI S POSTIŽENÍM V JMK

Mgr. Radana Melková – PR a fundraising, Slezská diakonie – Úsek  
Brno

Těšíme se na Vaši účast!

**PhDr. Zuzana Číková**

Ředitelka Střední zdravotnické školy Brno, Jaselská, příspěvková organizace

Kontakt: Mgr. Martina Cahová

[mcahova@szs-jaselska.cz](mailto:mcahova@szs-jaselska.cz)



Spolufinancováno  
Evropskou unií



jihomoravský kraj



Dne 13. března 2024 se uskutečnila celostátní odborná konference Sociální činnosti pořádaná v rámci projektu Operačního programu Jan Amos Komenský pod názvem „Implementace DZ JMK“. Jednalo se o druhou konferenci v tomto školním roce v rámci tohoto projektu.

Celou konferencí provázela Mgr. Martina Cahová, předsedkyně metodického sdružení ošetřovatelství. Konferenci podpořila svou účastí paní ředitelka školy PhDr. Zuzana Číková a pan Mgr. Lucien Rozprým, vedoucí oddělení odboru školství, oddělení prevence a volnočasových aktivit.

Odbornou konferenci navštívilo celkem 25 účastníků, pedagogů i žáků ze všech spolupracujících zdravotnických škol. Po každé přednášce měli účastníci možnost pokládat přednášejícím otázky a diskutovat o aktuálních problémech a výzvách v oblasti sociální péče. Této možnosti bylo u každé přednášky hojně využito. Organizátorky konference se snažily získat pro tuto konferenci zajímavé a přínosné přednášky.

#### **Přednášející a téma jejich výstupu:**

**Mgr. Elvíra Patáková, MBA** – ředitelka NNO Generace Care z. ú.

téma: Neziskové organizace v sociálním systému

**Mgr. Lenka Špaková** – vedoucí projektu Sendvičová generace, Centrum pro rodinu a sociální péči

téma: Sendvičová generace – neuchopený fenomén dnešní doby

**PhDr. Hana Kaštan, MPH.** – vrchní sestra oddělení geriatricko – paliativní péče, FN USA

téma: Zkušenosti paliativní péče v nemocničním systému – multidisciplinární tým PP

**Mgr. Kateřina Zoufalá, DiS.,** sociální pracovnice FN USA

téma: Práce sociálního pracovníka v nemocnici

**Mgr. Eliška Andělová** – psycholog FN USA

téma: Psychosociální potřeby neformálních provázejících

**Mgr. Michaela Havelková** – vedoucí sociální části CDZ Brno, Centrum duševního zdraví Brno

téma: Role Centra duševního zdraví v péči o duševní zdraví

**Mgr. Radana Melková** – PR a fundraising, Slezská diakonie – Úsek Brno

téma: Homesharing – sdílená péče o děti s postižením v JMK

Konference přinesla velké množství nových odborných poznatků z různých oblastí poskytování sociální péče. Bylo skvělé vidět, jak účastníci sdílejí své zkušenosti a příběhy a společně hledají cesty k řešení problémů v oblasti sociální činnosti.

Všichni účastníci obdrželi emailem potvrzení o účasti a vyhodnotili evaluační dotazník, který se zaměřil na zhodnocení jednotlivých přednášek, technického zajištění, přínosu pro výuku

apod. Velké poděkování patří celému realizačnímu týmu, který při organizaci konference odvedl precizní práci.

Zapsala: Mgr. Martina Cahová (předsedkyně MS OSE)







## Projekt Erasmus +

Od 18. do 22. března 2024 navštívilo naši školu v rámci projektu Erasmus+ šest vyučujících pro odborné předměty ze Střední zdravotnické školy Zvolen ze Slovenska. Cílem návštěvy v rámci tohoto projektu byla výměna zkušeností při výuce odborných předmětů ve škole, ale i na školních pracovištích přímo ve zdravotnických zařízeních. Dvojice slovenských učitelek doprovázela vždy jednoho našeho pedagoga po celou dobu jeho týdenního rozvrhu.

Mgr. Martinu Cahovou doprovázela PhDr. Anna Kamenická a Mgr. Romana Tuhárská, Mgr. Dominiku Babákovou Mgr. Marianna Kurčíková a Mgr. Petra Mužíková a Mgr. Ivu Lambovou PhDr. Xénia Medeková a Mgr. Silvia Rybanská. Slovenské kolegyně navštívily celou řadu odborných pracovišť ve zdravotnických zařízeních. Ve Fakultní nemocnici u sv. Anny na Pekařské byly na II. interní klinice odd. 70 a 71, na I. interní klinice na odd. 49 a v rámci miniekurzů navštívily interní JIP, diabetologii, dialyzační oddělení a podologii. Ve Fakultní nemocnici Brno měly možnost se seznámit se Všeobecnou interní klinikou oddělení A a Chirurgickou klinikou oddělení C. Měly možnost poznat moderní vybavení pracovišť, seznámit se s novými postupy ošetrovatelské péče i s celou řadou pomůcek, které mají žáci k dispozici. Sledovaly organizaci vyučovací hodiny, samostatnost žáků i práci s dokumentací.



Ve škole nahlédly do všech odborných učeben jednotlivých všeobecných i odborných předmětů. Účastnily se vyučovacích hodin první pomoci, ošetrovatelství teorie i cvičení, psychologie a somatologie. Velmi je překvapila odborná vybavenost učeben didaktickými pomůckami, názornými modely orgánů, obrazy lidského těla a pestrost odborných pomůcek

pro výuku ošetřovatelství. V rámci projektu Erasmus + byla kolegyním nabídnuta i prohlídka Centra odborného vzdělávání pro Jihomoravský kraj na naší škole. Mgr. Martina Cahová seznámila kolegyně s vybavením COV, s modelem SUZIE, se simulátory pro nácvik odborných výkonů jako je například cévkování, klyzma, PEG, zavedení nasogastrické sondy, měření krevního tlaku apod...

Celý týden byl uzavřen přátelským posezením s vedením naší školy, při kterém jsme si sdělovaly silné zážitky z praxe a z vyučovacích hodin. Měly jsme možnost analyzovat podobnosti i rozdíly v práci zdravotníků i pedagogů u nás a na Slovensku. Závěrem jsme našim hostům poděkovaly za vzájemnou spolupráci a návštěvu a popřály šťastnou cestu domů a mnoho pozitivní energie do další práce.

Zapsala: Mgr. Iva Lambová, Mgr. Martina Cahová







## Exkurze Nejvyšší soud

Dne 19. 3. 2024 se třída 3.A vydala v rámci hodin občanské nauky na exkurzi na Nejvyšší soud, který sídlí v Brně na ulici Burešova 20. Ihned po příchodu žáci museli projít bezpečnostními rámy a dále jsme se vydali do jednacího sálu, který nese jméno Sál Františka Vážného. Budova v loňském roce oslavila 30 let a dodnes si uchovává typické funkcionalistické prvky.

Zapsala: Mgr. Petra Valovičová







## XVIII. ročník Festivalu ošetřovatelských kazuistik

Dne 21. 3. 2024 se uskutečnil už XVIII. ročník Festivalu ošetřovatelských kazuistik, který tradičně pořádá Střední zdravotnická škola a Vyšší odborná škola zdravotnická Zlín. Na akci se sjelo celkem 9 zdravotnických škol z celé Moravy. Naši školu reprezentovala výherkyně školního kola, žákyně Denisa Urbanová ze třídy 4.B s kazuistikou Ošetřovatelská péče o nemocného po oesophagoskopii. Do žákovské poroty usedl Jan Bednář, žák 4.A, který se ve školním kole umístil na třetím místě.

Odborná porota byla zastoupena náměstkyní pro nelékařské zdravotnické pracovníky a kvalitu Krajské nemocnice Tomáše Bati ve Zlíně Mgr. Kamilou Slabákovou, vrchní sestrou traumatologického oddělení Mgr. Lenkou Vašákovou a staniční sestrou interní JIP Mgr. Michalou Šústkovou.

Všechny kazuistiky byly velmi zajímavé a zdařilé, velmi nás zaujala např. kazuistika o pacientovi a glioblastomem mozku, flegmóně ruky nebo karcinomu prsu. Naše reprezentantka svým velmi profesionálním projevem a výbornou informovaností o vybrané pacientce však zaujala porotu nejvíce. Denisa Urbanová získala krásné 1. místo v kategorii odborné poroty a 2. místo v kategorii žákovské poroty.

Velká pochvala a dík patří pedagogům a žákům SZŠ a VOŠZ ve Zlíně za vytvoření příjemné atmosféry a také všem soutěžícím, díky jejichž kazuistikám jsme se dozvěděli mnoho zajímavostí. Denise gratulujeme k vítězství a děkujeme za skvělou reprezentaci naší školy!

Zapsala Mgr. Lenka Neumanová









## Soutěž Velikonoční latka

Dne 25. 3. 2024 se na naší škole v tělocvičně uskutečnila soutěž ve skoku vysokém, tzv. Velikonoční latka. Soutěže se zúčastnilo celkem 37 žáků, z toho 7 chlapců a 30 děvčat. Během sportovního dopoledne jsme byli svědky pěkných skokanských výkonů, kdy si žáci stále posouvali svoji latku výše a přidávali tak jednotlivé centimetry ke svým skokům.

### Pořadí dívek:

1. místo	<b>Buchtová Vendula</b>	3.D	(155 cm),
2. místo	<b>Dlapalová Adriana</b>	1.LB	(150 cm),
3. místo	<b>Trávníčková Tereza</b>	3.C	(145 cm).

### Pořadí chlapců:

1. místo	<b>Zeman Ondřej</b>	3.LA	(175 cm),
2. místo	<b>Rusek Patrik</b>	3.LB	(170 cm),
3. místo	<b>Šugár Ondřej</b>	1.C	(165 cm).

Všem oceněným a zúčastněným závodníkům gratulujeme a přejeme hodně dalších sportovních úspěchů.

Zapsal: Mgr. Jan Pejpek









[Další fotky naleznete zde](#)

## Exkurze Transfuzní oddělení FN u svaté Anny

Od 25. února do 25. března 2024 proběhly exkurze žáků 2. ročníků oboru praktická sestra, 3. ročníků oboru zdravotnické lyceum a 1. ročníku pomaturitního studia.

Na transfuzním oddělení ve FN USA se žákům vždy věnovaly paní primářka MUDr. Jarmila Celerová a vedoucí laborantka paní Markéta Boleslavová.

Žáci během prohlídky měli možnost zhlédnout celý postup přípravy krevní konzervy od počátečního odběru krve od dárce, přes postupnou separaci krevních elementů a plazmy, až po jejich uskladnění. Získali také důležité a užitečné informace o podmínkách dárčovství krve. Tato exkurze žákům doplnila vědomosti získané při výuce ve škole a názorně propojila teorii s praxí. Věříme, že tyto exkurze budou motivovat naše žáky k dárčovství krve.

Žáci i učitelé ocenili mimořádně vstřícný přístup ze strany zaměstnanců transfuzního oddělení.

Zapsala: Mgr. Martina Cahová















Střední zdravotnická škola Brno,  
Jaselská, příspěvková organizace

# THE ENGLISH COMPETITION

**March 21, 13:10 P.M.**

## 1. Listening and reading comprehension

### 2. Speaking part:

#### a) Topics

- |                                 |                      |
|---------------------------------|----------------------|
| 1 Fashion and clothes           | 9 Culture            |
| 2 Sports and games              | 10 Housing           |
| 3 Travelling and tourism        | 11 Education         |
| 4 Shopping and services         | 12 Modern technology |
| 5 My town / region              | 13 Work              |
| 6 Family, friends               | 14 Mass media        |
| 7 Animals                       | 15 Food              |
| 8 Teenagers and their lifestyle |                      |

#### b) Picture description

Ceny do soutěže věnovalo SRPD při SZŠ, Brno, Jaselská, příspěvková organizace.

Konečné umístění:

1. místo – Kateřina ŠINDELKOVÁ – 2.C

2. místo – Stela PROKEŠOVÁ – 1.B

3. místo – Marko OŠMERA – 1.LA

Čestné uznání:

Veronika NAJBRTOVÁ – 2.LA

Patrik RUSEK – 3.LB

Vanda VRASTYÁKOVÁ – 2.C

Ceny do soutěže věnovalo SRPD při SZŠ Brno, Jaselská, příspěvková organizace.

Všem oceněným blahopřejeme!

Zapsala: Mgr. Lada Opravilová

# Školní kolo první pomoci



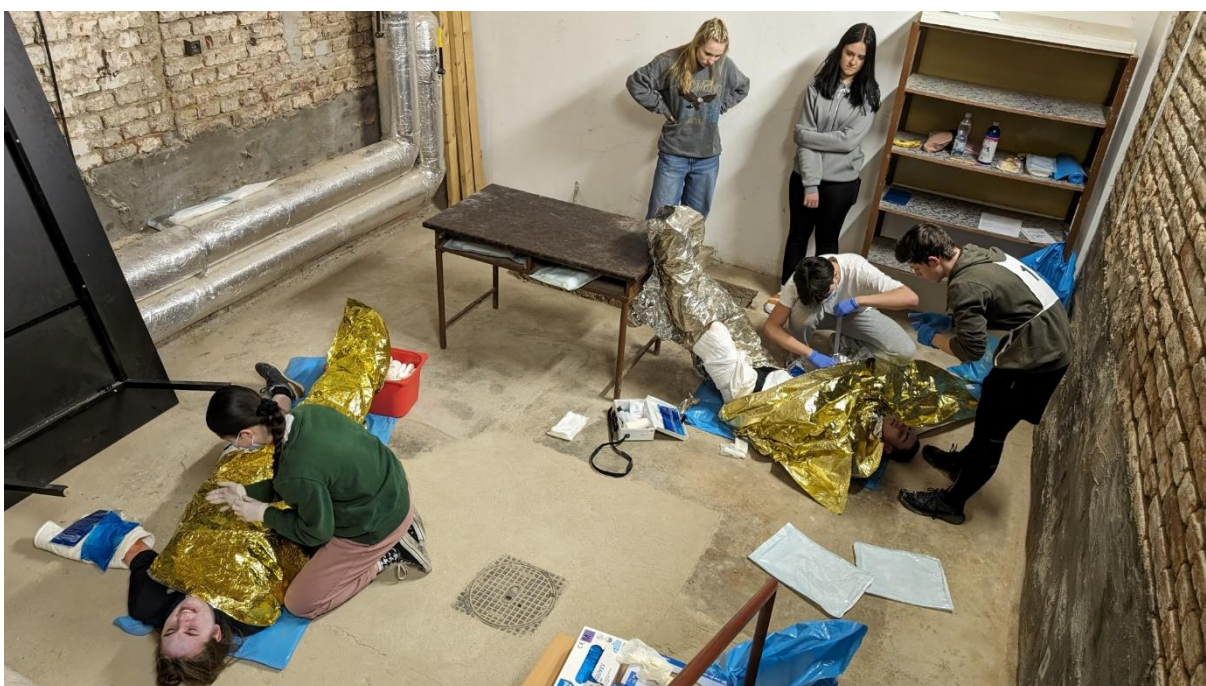








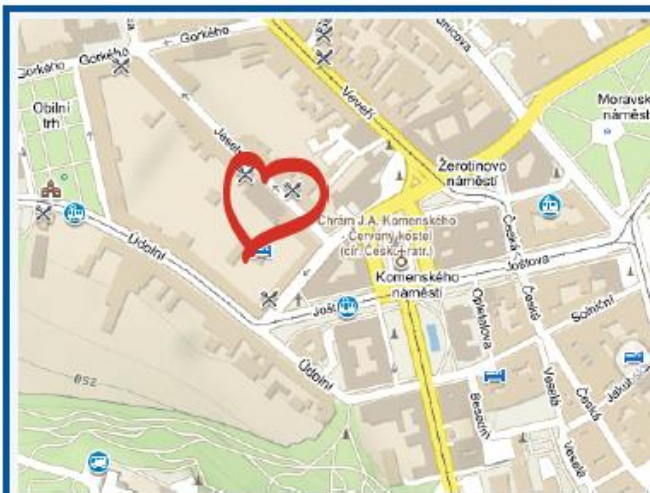




[Další fotky naleznete zde](#)



Kde nás najdete?



### Kontakty:

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

**Jaselská 7/9, Brno 602 00**

**Tel.: 541 247 125**

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



## **Příspěvatelé jednotlivých rubrik**

Zdravotnictví naší budoucnosti – Eliška Janáková

Úvahy o praxi – Adriana Doležalová

Já a skauting – Markéta Láníková

Zajímavý koníček – Vendula Pichnerová

Můj nejzajímavější sportovní zážitek – Adéla Čevelová

Sport, který mě zaujal – Eliška Bajgerová

Já a sport – Kateřina Stehlíková

Já a výživa – 4B

Nail Art – Mgr. Marika Kaňová

Správné čištění a péče o zuby – ChatGPT

Recepty s AI – Google Gemini

Medailonky sportovců – Mgr. Jan Pejpek

Tipy na filmy a seriály – Mgr. Marika Kaňová a redakce

Tipy na (ne)povinnou četbu – Mgr. Klára Čáslavová a redakce

Tipy na zajímavé aplikace – redakce

Hantec kolem nás – Richard Chromý

Ostravské okénko – Mgr. Barbora Baláková

Tajemné předměty – redakce

Rébus – Mgr. Marika Kaňová

Vtipy pro lepší den – Mgr. Marika Kaňová

## **Umístění časopisu na stránkách školy**

<https://www.szs-jaselska.cz/studium/casopis-jaselsky-kuryr/>

Šéfredaktor – Mgr. Jaroslav Miřyna

## Úspěchy našich novin



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



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



Celorepublikové 11. místo za rok 2020



**Finalista celorepublikové soutěže  
O nejinspirativnější středoškolský časopis  
2017, 2019, 2020, 2022**

**Odborový svaz novinářů a pracovníků medií České Republiky**



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