



ŠKOLA  
PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ



# Jaselský kurýř

ŠKOLNÍ  
ČASOPIS ROKU

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

12/2023 - 55. vydání



# Obsah



Basketbalový úspěch SZŠ Jaselské.....	4
Pozvánka na ples školy.....	6
Školní placka.....	7
Publikační činnost SZŠ Brno, Jaselská.....	8
Na oběd s Honzou – pozvánka do jídelny Grohova .....	10
Hospodské kvízy.....	12
MS ČR Masters v plavání.....	14
Tvůrčí psaní studentů – Jak jsem překonala sama sebe .....	17
Literární soutěž – Ztřeštěný nápad .....	23
Úvahy o praxi.....	25
Postřehy z adaptačního výletu II .....	27
Ohlédnutí za mediálním dnem II .....	30
Parlament mezi hasiči.....	33
Parlament na bowlingu.....	35
Gaudeamus.....	40
Desinfekce rukou.....	41
Zajímavý koníček – florbal .....	44
Můj nejzajímavější sportovní zážitek .....	46
Kdo mě přivedl ke sportu.....	47
Já a sport.....	48
Já a výživa.....	51
Jak se nejlépe připravit na přijímačky na vysokou školu.....	53
Recepty s AI – Vídeňský řízek pro císaře pána.....	55
Velká pardubická .....	57
Tipy na filmy a seriály .....	

Tipy na (ne)povinnou četbu.....	62
Tipy na zajímavé aplikace.....	63
Hantec kolem nás – Štábajzna a sedm prcků.....	64
Ostravské okénko.....	66
Tajemný předmět.....	67
Rébus.....	68
Vtipy pro lepší den.....	69
Křížovka.....	70
Zpátky do autoškoly.....	72
Poznej svého učitele.....	73
Mazlíček Vašeho učitele – Žužu (Bc. Marika Kaňová).....	74
Vyslechni svého učitele... Tentokráte s Adélou Soukupovou.....	79
Kronika školy aneb co se událo ve škole za měsíc listopad.....	82
Kde nás najdete? .....	122

**REPUBLIKOVÉ  
FINÁLE  
ŠKOLNÍ SPORTOVNÍ  
SOUTĚŽE**

**DIPLOM**

za **1.** místo

Střední zdravotnická škola Brno, Jaselská

v republikovém finále v basketbalu dívek

pro školní rok 2023/2024

V Brně 7.12.2023







Ředitelka Střední zdravotnické školy Brno, Jaselská, příspěvkové organizace  
PhDr. Zuzana Číková

Vás srdečně zve na

# Reprezentáční ples SRPŽ

při SZŠ Brno, Jaselská, příspěvkové organizaci

KC – BABYLON, KOUNICOVA 686/22, BRNO  
SOBOTA 20. LEDNA 2024

SLAVNOSTNÍ ZAHÁJENÍ V 18:30  
K POSLECHU BUDE HRÁT ŽIVÁ HUDBA  
A SOUČÁSTÍ ZÁBAVY BUDE I „KLOBOUK ŠTĚSTÍ“



Školní parlament vyhlašuje:   
**Výherní návrhy školní placky**



**Sebastián Trebula, 1. LA**



**Nikola Rolníková, 2. B**



**Adriana Dlapalová, 1. LB**



**Výhercům gratulujeme! Všichni výherci budou kontaktováni a štědře odměněni.**

## UČEBNICE OŠETŘOVATELSTVÍ

Učebnice ošetřovatelství je důležitým pramenem znalostí pro žáky a studenty ošetřovatelství, zdravotnických škol a dalších zdravotnických pracovníků. Tato učebnice poskytuje komplexní informace o odborných výkonech, o péči o pacienty a dalších klíčových aspektech zdravotní péče.

Autorky učebnice ošetřovatelství se snaží předat komplexní a aktuální informace, které pomohou porozumět principům ošetřovatelství a rozvinout u žáků a studentů dovednosti potřebné pro péči o pacienty v různých zdravotnických prostředích. Jejich práce je klíčová pro vzdělávání budoucích zdravotnických pracovníků a pro zlepšení péče o pacienty.

Autorkami učebnice ošetřovatelství jsou odborné učitelky uvedené školy.

GRADA®

Kolektiv autorek

# Ošetřovatelství 2. ročník

pro střední zdravotnické školy



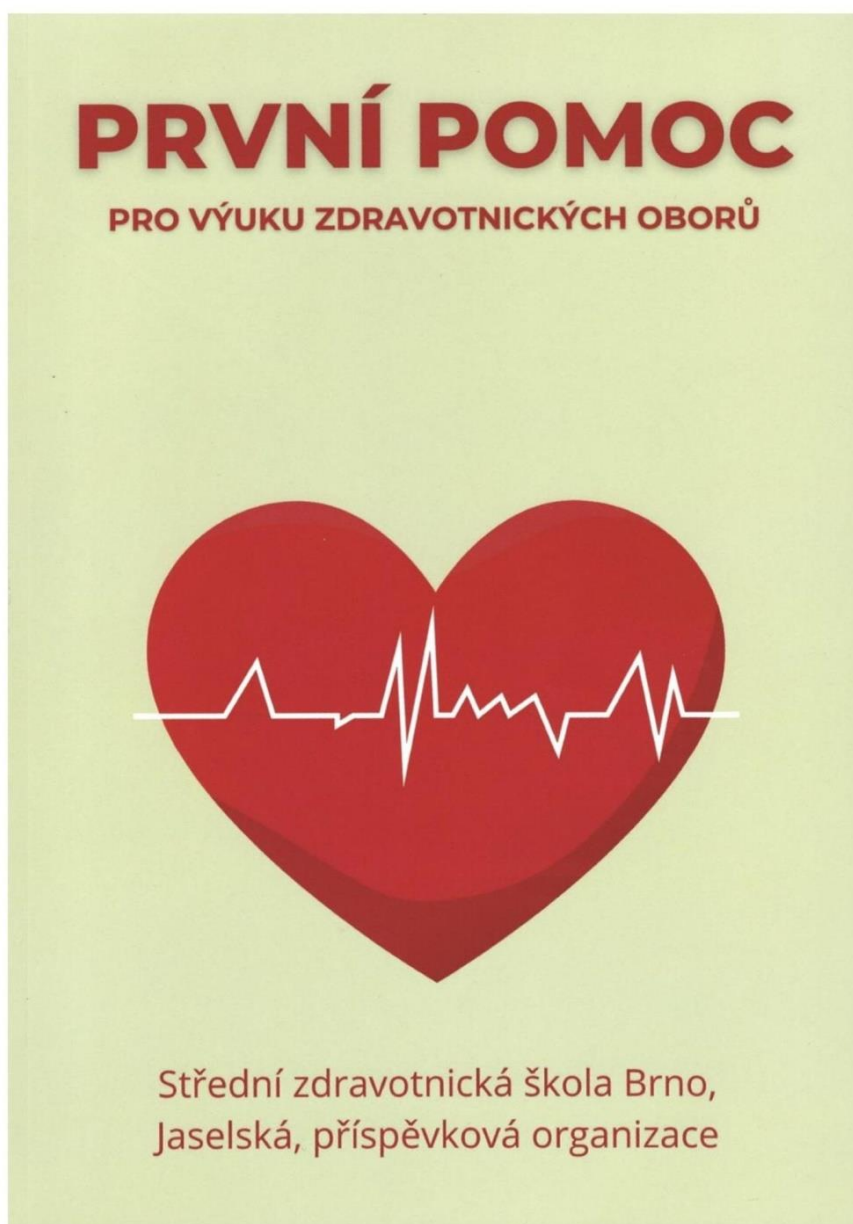


## UČEBNICE PRVNÍ POMOCI

Učebnice první pomoci je klíčovým nástrojem pro výuku základních postupů poskytování první pomoci při různých typech úrazů a onemocnění. Tato učebnice obsahuje důležité informace o tom, jak reagovat v nouzových situacích a jak poskytnout správnou péči zraněným, než je poskytnuta odborná zdravotnická pomoc.

Autoři učebnice, mezi které patří odborné učitelky školy a spolupracující kvalifikovaní lékaři brněnských nemocnic, předávají znalosti a dovednosti ve strukturované a srozumitelné formě, aby byla snadno pochopitelná a aplikovatelná v reálných situacích.

Publikace je interaktivní a doplněna QR kódy s dalšími doplňujícími informacemi, které budou pravidelně aktualizovány.





Horácký závitek s bramborem a dvěma polévkami



Testoviny s masem, omáčkou, dvěma polévkami a okurkou v pozadí



Čínská masová směs s rýží, nektarinkou a dvěma polévkami



Český pangasius s bramborovou kaší, dvěma rajčatovými salátky a dvěma polévkami



Rybí filet na kmíně s bramborovo-hráškovým pyré



Autor: Mgr. Tomáš Novotný

Jak si zahrát hospodský kvíz? Nejprve musíte složit tým, a to až do počtu osmi lidí. Pak je potřeba si najít hospodu, ve které se kvíz koná a online se na kvíz přihlásit. V kvízu se postupně odpovídá na sérii otázek a tým, který má nejvíce správných odpovědí, zvítězí. Tato zábava má původ v Anglii, kde je to velmi oblíbenou hospodskou kratochvílí hned po šipkách.

Do Česka se dostal kvíz před více než deseti lety a zhruba v té době jsem ho objevil. Oslovil mě kamarád, že jde se skupinkou zkusit kvíz, který je v angličtině, protože opravdu první kvízy sem přivezli cizinci, kteří je znali z Anglie. Na tomto kvízu byl tým, který pravidelně vyhrával a zdálo se, že zná všechny věci, pro zajímavost a fandy Monty Python, se jmenoval „Nobody Expects Swedish Inquisition“ Swedish, protože dva členové onoho týmu byli ze Švédska. Ale abych se vrátil k jejich neporazitelnosti. Jednou jsem se jich zeptal, jak to dělají a oni odpověděli, že chodí na kvízy už dlouho a jednak mají v týmu bedny, a pak se čas od času některé otázky zopakují.

Vzal jsem si jejich radu k srdci a začal budovat tým. Oslovil jsem kamarády a sestavil ideální tým z přátel a přátel přátel. Já jsem expert na matematiku, fyziku, zeměpis a dějepis, dále máme experty na češtinu, literaturu, filmy, sport, bulvár, hudbu, staré věci a umění. S tímto týmem jsem začal hrát již české kvízy, které se začaly objevovat jak houby po dešti, neb Češi si je evidentně zamilovali. Po pár sezónách se „Fanklub Dády Patrasové“ tak jsme pojmenovali náš tým, začal umísťovat na předních příčkách a pravidelně vyhrávat, tak jako před lety již zmíněný švédský tým.



Mezi úspěchy patří několik vítězství v sezóně v hospodě, první místo v celobrněnském finále, druhé místo v jihomoravském finále, první místo na republikovém finále, dále mohu zmínit

i první místo na ruském kvízu. Kvízy bývají oblíbeným komunitním prvkem, a proto jsem se před deseti lety připojil ke kamarádům, kteří dodnes pořádají kvíz v ruštině pro ruskojazyčnou komunitu tady v Brně. A cizí jazyky mě baví vlastně obecně, proto když cestuji, obvykle si hledám i místo, kde si zahrát kvíz. Většinou se připojím k nějakému týmu, který ochoten přijmout cizince. Takto už jsem si zahrál kvízy v Hamburgu, Berlíně, Vídni, Gdaňsku, Londýně, Paříži a na Maltě a párkrát se mi i podařilo vyhrát, nebo se třeba potkat se sirem Ianem Mckellenem, představitelem filmového Gandalfa, který rovněž kvízy miluje. Zkrátka v kvízech jsem se našel a vypadá to, že u kvízů ještě nějaký čas zůstanu. Baví mě trápit paměť, povídat si s přáteli, a nakonec i soutěžit.

A jak říká slogan jedné kvízové společnosti – Pijte s rozumem!



Dne 11. listopadu 2023 se v České Lípě konalo mistrovství České republiky Masters v plavání, kterého se zúčastnili i dva kantoři naší školy – Mgr. Peter Milčák a Mgr. Pavlína Mrůzková. V těžké konkurenci se mně podařilo obsadit jedno třetí, dvě druhá a jedno první místo. Kolegyně Mrůzková byla jednou druhá a jednou první.

Bol to naozaj vyjimečný sportovní zážitek a už teď se těšíme na další mistrovství, které bude v létě.











Autor: Veronika, 4D

Už jako malá jsem bývala strašně hyperaktivní dítě, pořád jsem se hýbala, dělala blbosti, tancovala a celkově jsem měla strašně ráda pohyb. Když jsem chodila do školky a měla jsem asi 5 let, napadlo maminku, že by mě mohla zapsat do tanečního kroužku Shake-up Pohořelice. Kroužek se věnoval tanečnímu stylu hip hop. A jednoho dne to přišlo, měla jsem jít na svůj první oficiální trénink, sbalila jsem si oblečení a také pevnou obuv, ve které se mi bude dobře tancovat, a vyrazily jsme. Paní trenérka Kačka byla už od pohledu velice milá a hodná, věnovala se dětem velice ráda, a každému se snažila pomoci, když mu něco nešlo. Měla jsem tréninky 2x týdně a jezdila jsem tam hodně ráda, ale časem se všechno změnilo. Začali se mi posmívat starší holky, když jsem udělala nějaký taneční prvek špatně. Byla jsem z toho smutná a také jsem kvůli tomu stávala v posledních řadách na pódiu, aby se mi nikdo nesmál.

Nedokázala jsem překonat sama sebe a říct prostě – já to dokážu, jednou budu stát v první řadě. Snažila jsem se na sobě pracovat, ale čas plynul dál a bohužel si moje maminka našla přítele, a stěhovali jsme se nějakých 120 kilometrů dál směr Luhačovice. Opustila jsem kroužek a také moje kamarády a řekla jsem si, že už nikdy dál tancovat nechci. Nastoupila jsem do nové školy, poznala jsem spoustu nových lidí a také si našla nejlepší kamarádku.

Jednoho dne byl zápis kroužků v domově dětí a mládeže v Luhačovicích. Nikča se mě zeptala, jestli bych se tam nechtěla jet podívat s mojí maminkou a popřípadě bysme se mohli spolu zapsat do nějakého zájmového kroužku. Nikča byla hodně na ten hudební styl a zaujalo ji hraní na kytaru. Bohužel já nejsem člověk, co by se nějak zajímal a chtěl by se věnovat hudbě, na tohle jsem prostě kopyto a nikdy mi nešli ani noty ve škole. Objevila jsem tam ale zumbu, aerobik a břišní tance. V tom za mnou přišla Nikča a říká, Veru já jsem se zapsala na kytaru, ale chtěla bych zkusit i něco z tanečního světa, nechtěla bys zkusit třeba břišní tance? Tak jsem si řekla proč ne, zase je to nový styl a zase něco jiného, co se člověk může naučit. Taneční lekce jsme měli každé úterý 2,5 hodiny. Na první lekci jsme se všichni seznámili a holky tam byly opravdu milé a hodné, nikdo se nikomu neposmíval, a naopak jsme se všichni podporovali. Bylo to opravdu skvělé, akorát jsem se tam kroutila jako žížala a vůbec mi nešlo pracovat pánví a těmi boky... Od času to bylo lepší a lepší, všichni jsme se začali zlepšovat a byli jsme prostě sehraný tým. Paní lektorka nám oznámila, že se budou konat tři vystoupení, jedno pro rodiče, druhé na mikulášské besídce a třetí bylo pro seniory, které se konalo 23. 4 v sobotu dopoledne, kde proběhla i zkouška kostýmů a řeknu vám, že to bylo něco neskutečného. Samé flitry, kamínky, třásně, sukýnky taneční křídla a podobně, měla jsem z toho opravdu radost. Když jsem to viděla, tak jsem se těšila i na to naše první vystoupení.

A potom přišel ten den, bylo krásné úterý odpoledne a začalo to... Došla za námi lektorka a řekla, holky to zvládnete, bude to vaše první premiéra a uděláte všem opravdu velkou radost. A taky že to tak bylo. Všichni se hezky usmívali, tleskali, pískali a vidět tu jejich radost ve tváři, bylo něco krásného, měla jsem radost, že se z toho těšili a my jsme jim tak mohli zpříjemnit hezké odpoledne. A co by to bylo za vystoupení, kdybych tam samozřejmě nezapomněla nějaký krok nebo vynechala celý taneční prvek, a vůbec nevěděla, kde mám stát. Ale i to se může stát a nikdo vám za to hlavu neutrhne.

Další rok jsme s Nikčou a kamarádkou Luckou vyzkoušeli zase aerobik a také zumbu. Řeknu vám, že vystupovat v Luhačovicích na kolonádě, kde byly slavnosti a bylo tam opravdu spousta lidí, je něco strašného. Já celkově nemám ráda vystupování před lidmi, a ještě když se jich na mě dívá tolik. V ten den jsem měla opravdu strach jít na pódium a vůbec tam něco zatancovat. Měla jsme strašně stažený žaludek, bylo mi špatně a vůbec jsem tam nechtěla jít. Nakonec jsem se nějak překonala a v hlavě jsem si říkala, ať už ta hudba dohraje a je konec.

Čas plynul a jednoho dne večer došla maminka a říká, jestli nechci zkusit zase něco nového. Jestli nechci vyzkoušet nový taneční styl, který se nazývá disco dance a je to tanec úplně na jiné taneční úrovni, a také tanec, který je malinko více nákladný na finance jako doposud. Tancovala tam od matčiné kolegyně z práce dcera, která mi poslala nějaké videa a odkaz na stránku taneční skupiny, která se nazývala Taneční skupina Eles Valašské Klobouky. Na stránkách jsem se dočetla, že nábor je v úterý od 15 hodin, a tak jsem poprosila maminku, jestli by tam semnou nezajela, že bych si to ráda vyzkoušela. Na náboru se požadovalo nějaké taneční zkušenosti, fyzická a také ohebnost, což se týkalo nějakých prvků z gymnastiky – jako je například roznožka, rozštěp a celkově nějaké skoky. Taneční kategorie byly rozděleny na děti B, děti A, junioři B, Junioři A a tak dále. Vybrali mě do skupiny děti A, kde se předpokládalo, že už něco zvládnou zatancovat, mám nějaké zkušenosti s tancem a budu se chtít dále zlepšovat. Naopak skupina B byla pro děti, kteří tanec zkoušení poprvé, anebo naopak nemají žádné gymnastické zkušenosti a podobně.

Tréninky bývaly dvakrát týdně dvě hodiny v pondělí a ve středu. Pondělní trénink se zabýval technikou, kde jsme se učili správné držení těla, nějaké skoky a také jsme pracovali na rozsahu, abychom všichni zvládli šňůru jak na levou, tak i pravou nohu. Trénink ve středu se zabýval stavěním choreografie. Nebudu lhát, první tréninky byly pro mě těžké a náročné jak v choreografii, tak v technické části. Neměla jsem vůbec žádné rozsahy, neuměla propnout špičku a nic mi nešlo. Trenérka Aneta byla moc hodná a ohleduplná, akorát tam byly děti, co už nějakou dobu tancují nebo jsou mnohem lepší jako já, ale pomocnice Natka za mnou vždycky přišla, držela mi špičku, pomáhala se mi zlepšovat v rozsahu a vždycky si udělala čas, abych se posouvala dál a celkově překonávala sama sebe.

Na tréninky jsem už od páté třídy jezdila sama autobusem. Cesta trvala zhruba 30 minut, ale vždy jsme se s holkami potkaly na náměstí a šly jsme spolu na trénink. Na tréninky jsem chodila strašně ráda, akorát fyzička mi dávala hodně zabrat. Od září do začátku března se vždycky připravovaly choreografie, a pak proběhlo šest až osm soutěží. Jak mistrovství Moravy, tak mistrovství České republiky.

První soutěž se konala 28. března. Takové soutěže zaberou zhruba celý den, vždy tam tanečník musí být dvě hodiny před svým vystoupením, aby se stihl nachystat a zopakovat si choreografii. A jak taková soutěž probíhá? Měli jsme sraz v devět hodin ráno před sportovní halou ve Zlíně. Počkali jsme na trenérku Anetu, aby nám rozdala pásky na ruku, a my se dostali do taneční haly. Ukázala nám šatnu, do které jsme si dali věci a také celkově halu, kde se vystupuje. A začalo chystání. Všichni jsme museli mít vysoký zlakovaný culík, který musí pořádně držet na místě, aby se nám v půlce tancování nerozpadl. Také jsme museli mít všichni povinně nalepené umělé řasy, černé linky a také světlou rtěnku a nějaké třpytky na tváři. K tomuhle tanečnímu stylu to všechno patří. Oblékli jsme si kostým, obuli jsme si taneční obuv a šli jsme se rozcvičit na parket.

Do začátku naší kategorie zbývalo asi 30 minu. Aneta řekla – holky držte se u parketu a nikam dál se nevzdalujte, odskočím si na záchod, a zopakujeme si naposledy nějaké taneční vazby z naší choreografie. Všechno jsme si zopakovali a šli se seřadit k parketu z pravé strany. V kategorii nás bylo sedm tanečních skupin. Zbývala poslední minuta a my jsme měli jít na parket. Začalo mi být strašně špatně, bolelo mě břicho a byla jsem strašně ve stresu. Aneta nám řekla, hlavně běžte na parket s pocitem, že si to užijete a vydáte ze sebe to nejlepší, co umíte, a odejdete s dobrým pocitem, a ne s pocitem, že jste něco zapoměli, nebo pokazili. Nastoupili jsme si na parket, a v tom jsem před sebou viděla tu plnou sportovní halu diváků, naštěstí mi svítily reflektory do očí, tak jsem se soustředila na choreografii a nevnímala okolí. Po odtančení dvou a půl minutové choreografie jsem odešla z parketu a vzápětí odpadla. Od malička jsem měla problémy s astmatem, a když takovou halu zaplní asi tři tisíce lidí, vzduch je tam opravdu přišerný a nedá se tam dýchat. Zdravotník mě popadl a odnesl ven na trávu, kde mi dal nohy nahoru. Po deseti minutách se všechno uklidnilo, byla jsem zase dobrá. Došla za námi trenérka a řekla, že se nám to moc povedlo a je na nás moc pyšná.

Teď už jsme pouze museli čekat asi 4 hodiny na vyhlášení výsledků. Mezitím jsme si mohli zajít na jídlo a celkově si odpočinout. Bylo asi deset hodin večer a jako poslední se vyhlášovala naše dětská kategorie. Posedali jsem si všichni do kolečka společně s naší trenérkou a chytli jsme se za ruce. Bylo to opravdu napínavé až dojemné, když zaznělo, že na prvním místě se umístila taneční skupina Eles. Všichni jsme vyskočili, začali se objímat, smáli se, a v očích měli slzy štěstí.

Za celý rok jsme si ze soutěží dovezli plno prvních, druhých, třetích, ale také pátých míst. O prázdninách se vždycky konalo letní soustředění. Každý den na soustředění přijel lektor z jiné taneční školy, který nás učil techniku nebo nějakou taneční vazbu. Bylo to pro nás něco nového, ale také nám to dalo opravdu spoustu nových zkušeností. Každý den jsme měli samozřejmě dodržování pitomého režimu a jídelníčku. Ve středu se konal den volna. Šlo se na koupaliště a hráli se různé hry.

Další rok už jsem byla zase o něco starší a bohužel jsem musela opustit dětskou věkovou kategorii. Následoval mě přechod do juniorů mezi ty starší holky. Celý rok probíhal úplně stejně jako v dětech, akorát v juniorech se už požadovalo více energie a pracování na těžší choreografii. Do choreografie se přidávali také akrobatické prvky, jako je arab (hvězda bez rukou) nebo také flik, backflip a tak dále. Pár holek to umělo a já jsem to samozřejmě chtěla umět také, abych to mohla být já, která to bude mít v choreografii. Začala jsem na tréninky do tělocvičny chodit o hodinu dříve, než jsem měla. Půjčila jsem si žíněnký a snažila se něco naučit. Padala jsem na hlavu, málem si zlomila ruku, ale jednoho dne jsem to prostě dokázala. Rozběhla jsem se, pořádně jsem se odrazila a ty ruce na zem prostě nedala. Měla jsem obrovskou radost, že jsem toho Araba skočila. Musela jsem překonat spoustu strachu a obavy z toho, že spadnu na hlavu nebo si něco udělám. Někdy risk je prostě zisk. Od té doby jsem patřila mezi ty lepší holky, jak z akrobacie, tak tanečně. Byly to krásné dva roky plné tance, pocitu štěstí, ale také dřiny. Bohužel nastal čas, kdy jsem musela holkám a trenérce oznámit, že budu končit. Zjistilo se totiž, že můj dědeček má rakovinu plic a my se tak budeme muset stěhovat po šesti letech zase zpátky, protože se o něho nemá kdo postarat.

Trenérku Anetu a holky to velice mrzelo, ale řekla mi, že je tady možnost, jak to můžu dotáhnout ještě hodně daleko a nemusím skončit s tancem. Vzala si mě bokem a řekla mi – mám v Brně nejlepšího kamaráda Vildu, který tam nově otevírá svojí taneční školu, která se jmenuje Williams Dance Academy Brno. Poslala mu nějaké moje skoky, videa a napsala mu, ať je na mě hodný. Vilda ji na to odepsal, že mě bere hned a nemusí se vůbec bát, že budu v dobrých rukou. Také mi slíbila, že se za rok uvidíme a bude trénovat v Brně, protože tam půjde na vysokou školu. Přestěhovali jsme se a já začala zase hodit na základní školu do Vranovic. Tentokrát jsem už nebyla v první třídě, ale v sedmé. V úterý jsem jela vlakem do Brna do tanečního studia Stolárna, které se nacházelo v Brně na Olomoucké. Byly to tři zastávky Šalinou číslo 8 směr Líšeň. Zastávka, kde jsem vystupovala, se nazývala Životského. Došla jsem na recepci, kde mě hned přivítal Vilda. Ukázal mi šatnu a také taneční sály. Tréninky bývaly 3× týdně, úterý, středa a čtvrtek.

Čekal tady na mě také nový povinný taneční styl, který se nazýval contemporary. Je to tanec, kde se snažíte vyjádřit svoje pocity, umění a také kreativitu. Jedná se o choreografii anebo také o improvizaci. Pustí se hudba a vy se snažíte tancovat do rytmu, tak jak to cítíte. Necháte se unášet hudbou. Čtvrteční tréninky se věnovaly kondiční přípravě, kde se hodně mahnou.

Obvykle trénink trval hodinu, kde se cvičil většinou kruháč na fyzičku. Přípravovali jsme si choreografii zase na jarní sezónu.

Můj největší zážitek byl asi první rok v této taneční škole, kdy jsme jeli v červnu na mistrovství České republiky do Prahy. V soutěžní kategorii nás bylo dvanáct skupin a do finále postupovalo pouze šest. Trenér nám říkal, že nemáme šanci ani na finále, natož stát na stupni vítězů mezi třemi nejlepšími v České republice. Padla třetí hodina odpoledne a my jsme měli jít na parket. Trenér říká „hlavně si to užijte a bojujte srdcem“. Odtancovali jsme si svoje tři minuty a přemístili jsme se na kraj levého parketu, a čekali na postupovou šestku do finále. Všichni říkali, že jsme to zajeli krásně a věřili nám, akorát trenér říkal, že to na finále asi stačit nebude. Jako první postupující do finále padlo naše jméno taneční skupiny. Nikdo nechápal, všichni jsme se radovali, a měli slzy v očích. V osm hodin večer jsme si odtancovali krásné finále a čekali na vyhlášení. Co jsme tak sledovali, bylo kolem nás opravdu pět dalších výborných týmů, a věděli jsme, že na medaili to určitě stačit nebude. Začala se vyhlášovat naše kategorie a Vilda nám řekl, že půjde Áďa pro diplom. Vyhlášovalo se 6. místo, 5. místo 4. místo a název naší formace pořád nikde. Nikdo nechápal, jak jsme se mohli dostat do top tří formací v České republice. A ten největší úspěch byl, že my to nakonec vyhráli! Stali jsme se mistry České republiky. Trenér byl na nás moc pyšný a taky se s námi tahle vzpomínka táhne už po celou dobu, co roky plynou. Byl to neskutečný zážitek a také plný emocí.

Vyzkoušela jsem novou kategorii sólo a malou skupinu. Měla jsem individuální tréninky na sóla, kde se mi sám trenér věnoval a stavěl mi choreografii. Na trénincích jsem se hodně nabrečela, když mi nešel nějaký skok nebo prvek. Trenér po mě vždycky křičel, ale vždycky to s námi myslel dobře a chtěl, abychom na sobě makali a zlepšovali se. Čekala mě první soutěž, kde jsem se z 64 holek probojovala až do finále, a nakonec obsadila krásné 6. místo. Před nástupem na parket jsem vždycky brečela, měla strach, nervy, ale vždycky jsem se to snažila nějak překonat, usmívat se, ale hlavně si to užít!

Soutěží bylo spousty, ale nejdůležitější byla pro mě kvalifikace na mistrovství České republiky, kde jsem z 90 holek vybojovala 3. místo. Každý rok se v taneční škole uděluje cena za nejlepšího tanečníka roku. Vyhrála jsem to v roce 2018 a také si svoji cenu za nejlepšího tanečníka roku v taneční škole za juniorskou kategorii obhájila i v roce 2019. Dostala jsem pohár a stipendium v hodnotě 5000 korun. Další úspěšnou nominací bylo si zatancovat na mistrovství Evropy, které se letos konalo v České republice konkrétně v Chomutově. Ze 14 choreografií jsme byly 6. Bohužel nás dělilo jedno místo od postupu na mistrovství světa do Švédského Katrineholmu. Moji taneční kariéru jsem musela ukončit na konci druhého ročníku střední zdravotnické školy. Tréninky byly náročné a taky pozdě večer. Když dojedete z tréninku každý den po sobě v jedenáct hodin večer, tak je velice obtížné ráno vstávat na praxe ve 3:30. Bohužel se školou jsem to už nestíhala, protože učiva přibývalo a taky nejsem z Brna, takže s dopravou a časově to bylo mnohem náročnější. Dost mě to mrzí a tancování mi

dost chybí, ale škola je momentálně pro mě na prvním místě. Tanečního snu jsem se musela vzdát. A tohle je vše z mého příběhu o tom, jak jsem se od malička překonávala v tancování, ve strachu, a celkově v životě.



Byly asi dvě hodiny ráno a já jsem se toulal se svojí partou po Brně. Šli jsme právě z diskotéky a panovala mezi námi dobrá nálada. Stále jsme se smáli a povídali si o všemožných věcech, vlastně jsme probrali úplně vše, na co si jen vzpomenete. Nikomu z nás se nechtělo domů, a proto jsme se rozhodli, že se někde posadíme a zůstaneme spolu.

Procházeli jsme zrovna kolem Červeného kostela a všichni jsme se shodli, že se usadíme tam. Martina, jednoho z mých kamarádů, napadlo, že bychom si mohli zahrát flašku, a taky že jsme si ji zahráli. Na začátku vše vypadalo nevinně, začali takové ty klasické pravdy a úkoly. Hráli jsme asi půl hodiny, když padnul úkol vloupat se do kostela. Zprvu to všichni brali s humorem, ale časem se to začalo brát vážně. Snažil jsem se všechny přemlouvat a vysvětlovat jim, že to vážně není dobrý nápad a může nás to dostat do problémů, avšak nikdo mě neposlouchal, takže to bylo zbytečné. Po pár minutách mě všichni přemluvili, vážně jsem nechtěl jít, ale také jsem nechtěl trhat partu. A tak naše výprava započala.

Vydali jsme se k hlavním dveřím a zkoumali jsme, jak by se dali otevřít, bohužel na dveřích visel těžký zámek a samotné dveře byly zamčené. My jsme to ale vzdát nechtěli, a proto jsme se rozdělili a začali prohledávat okolí kostela. Už jsme to chtěli vzdát, když Jirka zakřičel: „Hele lidi, pojďte se sem podívat!“ Všichni jsme zbystřili a běželi se za Jirkou podívat. Ten objevil malá vrátka z boku kostela, která byla pootevřená, a vypadalo to, že se skrz ně můžeme dostat až dovnitř. Jirka do nich bezhlavě vlezl a šel hledat cestu. My ostatní jsme se ale drželi zpátky, protože nám to nepřišlo moc bezpečné. Chvíli jsme se spolu dohadovali, ale nakonec vyhrála varianta jít za Jirkou, a tak jsme vlezli do dvířek a snažili se ho najít. Za dveřmi to vypadalo jako takové malé bludiště, museli jsme se držet pospolu, abychom se neztratili. Po chvíli bloudění jsme se dostali do hlavní místnosti kostela, která byla vážně nádherná. Měla vysoké stropy, krásné malby a všechno tam bylo jako nové. No a co teď? To jsme taky nevěděli, ale domů se nám stále nechtělo. Rozhodli jsme se kostel si projít, prozkoumat a zjistit, co tam vlastně všechno je a dát si sraz za 10 minut uprostřed místnosti. Klára našla rozpis akcí a směn a v nich se dočetla, že se tu zítra koná velice důležitá mše, na kterou přijede člověk až z Anglie a taky to, že už za hodinu tu má někdo směnu. Já jsem zase objevil obrovské varhany, které byly přímo nad námi. Jak jsem to řekl, všichni se zvedli a běželi se na ně podívat. Jonáš řekl: „Víte, že jsem si vždycky chtěl zkusit na ně zahrát.“ Jakmile to dořekl, začal hned náhodně stlačovat různé akordy. Samozřejmě, že jsme to chtěli vyzkoušet všichni a taky že vyzkoušeli. Později někoho z nás napadlo, co by se stalo, když ucpeme některou z trubek. Vyzkoušeli jsme to a zvuk, co vycházel z nástroje, zněl velice vtipně. Zacpali jsme více trubek a pořád vysmátí jsme

stlačovali další klávesy. Ptáte-li se, čím jsme trubky zacpali, tak vám to tedy prozradím, byli to kusy látky, které jsme v kostele našli. Po celou dobu, co jsme hráli, si Pepa vzpomněl, že nám zapomněl říct, že našel v kostele nějaké klíče, ale netuší, od čeho můžou být. Všechny nás přepadl chtíč, najít do jakých dveří pasují. Úspěšně jsme našli dvířka nad varhanami, ke kterým vedl žebřík. Pepa vylezl po žebříku, a pomalu otevíral dvířka. Vykoukl z nich a začal se smát. My dole jsme nechápali, co se děje a ptali jsme se ho, co tam vidí. Pepa chvíli nic neříkal a pak zakřičel: „*Střecha!*“ Vylezl jsem po žebříku a zjistil jsem, že Pepa nelhal. Opravdu jsem se ocitl na střeše. Zavola jsem na ostatní, ať se honem přijdou podívat. Nemohl jsem uvěřit svým očím. Procházel jsem se po střeše a rozhlížel se kolem dokola. Když jsem najednou spatřil postavu blížící se ke kostelu. Úplně jsem zapomněl, že sem měl někdo přijít. Okamžitě jsem všechny varoval, ale už jsme kostel nestihli opustit a byli jsme zaseknutí na střeše. Také jsme si vzpomněli, že jsme ve varhanách nechali ty kusy látky, a tudíž ráno na mši nebudou hrát, ale už se nedalo nic dělat. Na střeše jsme zůstali přes noc a ráno jsme se snažili dostat přes kostel zase ven.

Naštěstí nám to vyšlo a rychle jsme se dostali domů. Doma jsme o tom, co se stalo, nikomu neřekli a strachovali jsme se, aby se o tom nikdo nedozvěděl. Večer jsem se šel podívat na zprávy a jediné, o čem tam mluvili, byla dnešní mše. Naštěstí ale nikdo nevěděl, že jsme to byli my, a tak z toho vznikla už jen výborná vzpomínka a zážitek na celý život. A jestli vám to přijde zvláštní a nechápete, jak nás to vůbec mohlo napadnout, tak se nebojte, nejste v tom sami.





Když jsem se v deváté třídě měla rozhodnout, jakou školu a obor chci studovat, tak jsem si vůbec nevěděla rady. Víím, že mě nebavila matematika, tak jsem si vybrala zdravotní školu, abych z ní nematurovala. Vůbec jsem nevěděla, co od toho oboru můžu čekat. Doma mi matka říkala, že tohle není obor pro mě, že to nezvládnou, ale otec mě v tom podporoval. Táta v té době zahájil stavbu vlastního domova pro seniory a přál si, abych tam po střední škole dělala zdravotní sestru, a tak jsem se do toho naplno pustila a studuji.

V prvním ročníku mi to nepřišlo zajímavé. Samé učení a bez praxe. Říkala jsem si, že to není asi obor pro mě, ale to se náhle ve druhém ročníku změnilo. Začali jsme chodit na praxe na LDN, Spinální jednotku a DRO. LDN se mi nelíbila, ani oddělení ani pacienti, vždycky jsem si přála, aby ty praxe už skončily. Možná kdyby to bylo ve třetím ročníku a my se dostali k nějakým odborným výkonům a nestlali jen lůžko, tak by to bylo fajn, protože si myslím, že bychom se tam ty odborné výkony naučili. DRO bylo naše třetí pracoviště a musím říct, že to bylo nudné, žádné výkony. Ale spinální jednotka mě velice mile překvapila. Bylo to celkem i náročné oddělení. Viděli jsme tam dost mladých pacientů, jak dopadli, když se opili a skočili z nějaké budovy, což nebylo na pohled pěkné.

Ve třetím ročníku už začalo být všechno zajímavější. I učení o samostatných onemocněních mě bavilo. Na praxích jsme se konečně dostali k odborným výkonům jako je odběr biologického materiálu, infuze, podávání léků atd. Dostali jsme interní oddělení, které vypadá hrozně, pomůcky tam nejsou a sestry jsou na nás hnusné, ale vydrželi jsme to. Pro nás bylo hlavní, že se tam něco naučíme. Dalším pracovištěm byla traumatologie, která je za mě nejlepší. Sestry přátelské, pacienti hodní, vybavení je v pořádku. Oddělení je také moc zajímavé a oproti interně krásné. Setkáme se tam hlavně se zlomeninami a artroskopiemi. Třetí oddělení bylo na dětském oddělení, které mě nebaví. Neumím moc pracovat s dětmi, nemůžu se soustředit, když brečí nebo křičí. V naší době tam byly hlavně anorektičky, takže jsme se nic nenaučili a museli jsme je hlídat, aby snědli celou snídani.

Na konci školního roku přišla měsíční praxe. Já jsem byla na oddělení ORL, byla jsem nemocná, a tak mě paní učitelka nedala na chirurgii nebo internu. Ze začátku jsem byla moc našťvaná, protože jsem si myslela, že to bude nudné a nebude mě to bavit. Musím teda uznat, že jsem byla nakonec ráda, že jsem tam byla celý měsíc. Oddělení není náročné, je tam pozitivní nálada a se sestrami jsem si velmi rozuměla. Nechali mě dělat všechno samotnou, odběr hrve, napichování PŽK, podání léků, bandáže, infuze, ... Na to jsem nebyla zvyklá, protože s námi je vždy nějaká paní učitelka. A když jsem viděla, že takhle to pak v práci bude pořádek, že mě nikdo

nebude kontrolovat, tak mě takhle práce bude bavit, takže tady jsem si až tehdy uvědomila, že bych tu práci chtěla dělat celý život, že možná ani nechci na vysokou školu.

Ve čtvrtém ročníku jsme dostali opět stejnou internu a traumatologii, kde budeme maturovat. Navíc jsme místo dětské nemocnice dostali ORL, kde jsem byla na měsíční praxi, takže jsem za to byla moc ráda. Tento rok mi přijde, že už všechno děláme automaticky a paní učitelky máme jen na ujištění. Strašně rychle čas letí a za chvíli budeme maturovat.

Jsem ráda, že jsem si tuhle školu vybrala, i když jsem na ni nadávala, že nás učí všechno moc do detailů, že to nikdy nebudu takhle dělat, tak jsem ráda za to, že jsem se fakt něco naučila. Když vidím nějaké ty studenty z VOŠ, tak je mi jich někdy líto, protože oproti nám neumí nic. Chtěla bych tedy poděkovat mému otci, že mě v tomhle podporoval a budu se u maturitní zkoušky snažit, ať to zvládnu na první pokus.



Vše to začalo tím, že jsem nastoupila do prvního ročníku zdravotnické školy Jaselská. Tato škola vytvořila adaptační pobyt v Nesměři. Ve středu 13. 9. 2023 jsme měli sraz před Janáčkovým divadlem. Tam pro celý první ročník přijely tři autobusy. Cesta byla celkem krátká, ale zábavná. Po příjezdu si nás převzala lektorka a začali jsme se lehce seznamovat. Pak byl oběd a po obědě jsme se šli ubytovat do chatek. Měli jsme chvíli pauzu a potom jsme začali hrát různé hry – seznamovací, zábavné a orientační. Takto to probíhalo další den, a přidal se k nám i další lektor. Poslední den už to bylo takové lehce chaotické. Museli jsme si sbalit všechny věci a vysvléct povlečení z postelí. Poslední den jsme měli pád důvěry. Pár lidí ale nešlo, což jako třída respektujeme. Po obědě pro dojíždějící přijel autobus dříve a my ostatní jsme odpočívali a povídali si o všem, a i pár her jsme hráli. Ještě, než někteří odjeli, tak jsme dostali jako každý na záda papír a každý kdo chtěl, tak mohl komukoliv tam něco napsat. Celý adaptační pobyt jsem si moc užila, byla to sranda a více jsme se poznali.

Společně s naší třídní paní učitelkou Lambovou jsme navštívili na 3 dny rekreační středisko Nesměř, kde jsme měli zajištěný program s lektory po celou dobu pobytu. Bydleli jsme v menších chatkách po čtyřech a v chatce se nacházela pouze jedna zásuvka, ale vzhledem k tomu, že jsme měli neustále postaráno o zábavu, tak telefony nebyly ani potřebné.

Součástí našeho programu byly různé dobrodružné, pohybové a komunikační aktivity s cílem nás sblížit a fungovat jako kolektiv. Hodně nás také sblížila závěrečná diskotéka, na které jsme všichni byli, včetně naší paní učitelky a společně si užívali poslední chvíle tohoto nezapomenutelného adaptáku.

Musím říct, že jsem vůbec nepočítala s tím, že bychom jako třída takto skvěle hned fungovali, ale očividně jsem se mýlila, jelikož je z nás teď, dle mého názoru, výborný kolektiv.

Hned po prvním týdnu školy jsme jeli na adaptační pobyt, ale nikomu se tam nechtělo. Ještě před „adaptákem“ jsme se bavili po skupinkách, většinou po dvou, jak jsme seděli v lavici. Hned po cestě autobusem se to změnilo, začaly jsme se bavit skoro všechny holky mezi sebou, co jsme seděly vzadu, ale i tak se tam nikdo netěšil. Hned v první hře nás rozdělili na náhodné skupinky a bylo to divné, další nový člověk, o kterém nic nevím, ani pomalu to, jak se jmenuje,



Jak šel den za dnem (byli jsme tam 3 dny), tak nás to tam začalo i bavit, a hlavně jsme se o dost více sblížili. Kdykoliv bylo volno, tak jsme se s holkami sešly v jedné chatce a povídaly jsme si (mohlo nás tam být tak 13). Nesblížili jsme se jen my všichni mezi sebou, ale i my s paní učitelkou třídní. No a pak jsme jeli domů. Báli jsme se, že jakmile se vrátíme do školy, tak se zase rozdělíme a nebudeme se mezi sebou bavit. Dnes je 10. 10., je to skoro měsíc od „adaptáku“ a stále se bavíme, sice ne úplně všichni mezi sebou, pořád tam jsou nějaké skupinky, ale rozhodně ne jako před „adaptákem“. Myslím si, že adaptační pobyt nám rozhodně pomohl se adaptovat a sblížit se.

Tento třídní seznamovací pobyt byl jeden z těch nejlepších, co jsem zažila.

Nikdo z nás se pořádně neznal, ale ty aktivity nás seznámily prozatím dostatečně. Odnegli jsme si spoustu zážitků a emocí. Řekla bych, že jedna z posledních aktivit nás sblížila nejvíce, a to hraní divadla. Postupně se rozdávaly role, potom přišly i nějaké scénky a už jen následovalo to dát celé dohromady.

Divadlo neslo název „O Šípkové Růžence“ s přidaným žánrem – detektivka a sci-fi. Měli jsme tam zakomponovat i slova jako létající kuře se špenátem nebo musculus... (nevím přesně název dál). Byla to zábava na celý večer. Poté, co všechny třídy, odprezentovaly svoje divadla, tak jsme měli after party doslova uprostřed lesů. Byla až do půlnoci (měla být ukončená dříve, ale někdo zapomněl hlídat čas) a také se učitelům určitě líbilo, že jsme šťastní, veselí a že tancujeme.

Tento adapták se mi velmi líbil.

Na adaptační pobyt jsem se těšila, ale také jsem se bála, co vše mě tam čeká. Začalo to už ráno vstáváním a později cestou do Brna se strachem, jestli dojedu včas na místo, kde se máme sejít. Včas jsem dojela, jen lidi, které jsem už za těch pár dní poznala jmény, tam nestáli, ale moje třída i s paní učitelkou tam stála, což mě uklidnilo. Později došli i ostatní a už jsme nastupovali do autobusu. Seděla jsem s Erikou a obě jsme byly spokojené, že sedíme spolu, protože jsme si to přály. Cesta autobusem proběhla v pohodě, polovinu cesty jsem prospala a Erika také. Vzbudil nás až přejezd přes most, který začal rachotit. Později po výstupu z autobusu nás seznámili s instruktory, a kde budeme bydlet. Já bydlela s Erikou a Stellou, ale jedna postel zůstala volná. Nejdříve jsme si myslely, že za námi ještě někdo dojde, ale to se nestalo. Celé tři dny jsme strávili seznamovacími hrami a různými podobnými aktivitami, které nás měly seznámit. Všichni jsme asi zjistili, že máme kolektiv, který se umí podržet, když se

něco děje a který umí spolupracovat. Jeden večer byla taková menší party a samozřejmě zaznělo hodně písniček, které jsme znali. Jsem ráda, že jsem na adaptační pobyt jela a nevím, proč jsem se vlastně bála. Večery se Stellou a Erikou byly úžasné a plné povídání a smíchu, ale samozřejmě nás jednou musela navštívit i paní učitelka, abychom se trochu ztlumily. Toto je asi vše k adaptačnímu pobytu z mého pohledu.

Dne 13. 9. 2023 vyrazily třídy I. ročníku SZŠ Jaselská na adaptační pobyt do Nesměře.

Zúčastnilo se přibližně 120 žáků, kteří byli ubytováni v dřevěných chatkách. Jídlo bylo výborné a vegetariáni měli dokonce i své vlastní jídlo. Náš program byl velmi zábavný a byl určený k seznámení s učiteli i spolužáky. Náš pobyt zahrnoval nejen sportovní aktivity, ale také testy důvěry, kde jsme se seznámili s našimi průvodci. Poslední den jsme měli nádherný večer plný hudby, tance a nechyběl ani ohňostroj. Dne 15. 9. jsme se všichni vrátili v pořádku domů.

Určitě tento adaptační pobyt splnil svůj účel. Všichni jsme si ho pořádně užili a moc dobře se seznámili.



Dne 3. 10. 2023 proběhl zcela premiérově Den mediální výchovy na brněnské Střední zdravotnické škole Jaselská. Během nabitého programu, který byl rozdělen do tematických bloků, se žáci druhých ročníků oboru Praktická sestra dozvěděli spoustu nových informací.

První blok, který třídu provázel celé dvě hodiny, si pro žáky připravila paní učitelka Čáslavová společně s panem učitelem Hrabalem. Celý blok třídu provázela obsáhlá prezentace plná obrázků společně s výkladem. Paní učitelka žákům předala informace o fake news a hoaxu. Ve druhé části se slova ujal pan učitel, díky kterému se třída přenesla do historie a zjistila více o propagandě. Celou prezentaci doplňovaly dobře vymyšlené aktivity ve skupinách. Na závěr žáci ohodnotili celý program.

Druhý blok, který byl časově omezený pouze na jednu vyučovací hodinu, nesl téma Nenávistných projevů. Jen co zazvonil zvonek, aby žáky připravil na začátek hodiny, přišla také paní učitelka Baláková a Čermáková. Na začátek byla pro žáky připravena aktivita, ve které se měli hodnotit. Na konci první aktivity nám paní učitelky oznámily, co všechno jsou nenávistné projevy, které jsme si v aktivitě vyzkoušeli. Stejně jako v prvním bloku byla připravena prezentace, kterou žákům paní učitelka Baláková odprezentovala. Celá hodina žáky donutila přemýšlet a zamyslet se. U aktivity s názvem pětílístek se žáci rozdělili do skupin a snažili se vyplnit pracovní list společně s hudbou, která jim měla pomoci lépe přemýšlet. Na závěr každý dostal kus papíru, na který měli žáci napsat zhodnocení hodiny. Pro některé žáky to nebylo lehké téma, ale všichni se zapojili. Na závěr se žáci rozloučili a se zvoněním odcházeli na další hodinu.

Třetí blok celou třídu přenesl do světa bulváru. Paní učitelka Dvořáková společně s paní učitelkou Opravilovou si pro žáky připravily aktivitu hned na začátek, aby zjistily, jak jsou jejich znalosti o bulváru obsáhlé. Po aktivitě si paní učitelky pro žáky připravily krátký úvod, po kterém všichni mohli nahlédnout do novin nejen seriózních, ale i bulvárních. Blok, trvající jednu vyučovací hodinu, paní učitelky zakončily společně s paní ředitelkou školy, která se přišla podívat do hodiny.

Čtvrtý a závěrečný blok, který trval dvě vyučovací hodiny, třídu provedl prací novinářů. Paní učitelka Valovičová nám pověděla o práci novináře a společně s paní učitelkou Mrkosovou žákům pustily videa, která měla žáky poučit o riziku jejich práce. Video o smrti novináře Jána Kuciaka ze Slovenska vyvolalo diskuzi, do které se celá třída zapojila. Poslední blok zakončil



pan učitel Mikyňa a školní časopis Jaselský kurýr. Ten žákům představil jeho historii a rubriky. Přišel čas na krátký dotazník a celý Den mediální výchovy skončil.

Den si žáci zřejmě užili, protože jejich hlasité rozhovory nešlo přeslechnout.

Dne 3. 10. 2023 proběhl Mediální den na střední zdravotnické škole Jaselská. Na této akci se zúčastnili všichni žáci druhých ročníků oboru praktická sestra a celým dnem je provázeli vybraní učitelé.

První hodina byla na téma „Svět fake news, hoaxů, propagandy a manipulace“ v učebně 52 s panem učitelem Hrabalem a paní učitelkou Čáslavovou. Přednášeli o propagandě od 2. světové války až dodnes.

Druhá hodina byla na téma „Nenávistné projevy“ v učebně 59 s paní učitelkou Balákovou a Čermákovou, kde se řešily nejen nenávistné projevy.

Třetí hodina byla na téma „Bulvár“ v učebně 53, které se zúčastnila i paní ředitelka. Přednáška byla o rozdílech mezi bulvárními a seriózními zprávami.

Poslední hodina byla na téma „Novinář, práce redakce a profesní etika“. Tento blok byl o poznání práce v redakci. Který byl zakončen zábavným kvízem.

Žáci si užili příjemně strávené dopoledne a část odpoledne v přítomnosti svých pedagogů. Přednášky byly velmi poučné.

Dne 3. října 2023 se na SZŠ Jaselská v Brně uskutečnila akce o mediální výchově. Během průběhu akce se žáci aktivně zapojovali.

Prvním tématem, se kterým se žáci seznámili, byl Svět manipulací, propagandy, fake news a hoaxů. Žáci byli seznámeni s riziky a problémy, které mohou být způsobeny prostřednictvím médií. Hodina byla proložena historickými fakty a zajímavostmi. Tato hodina byla vedena panem učitelem Hrabalem a paní učitelkou Čáslavovou.

Druhá přednáška byla vedena paní učitelkou Balákovou a Čermákovou. V hodině se žáci dozvěděli něco více o „hate speech“, jeho hrozbách a následcích. Pro žáky bylo nachystáno několik zajímavých aktivit, jako například pětílístek a na konci hodiny si žáci psali své názory na toto téma.

Třetí částí byla přednáška o rozdílech mezi bulvárem a seriózními novinami. Žáci si poslechli písničku Bulvární krysy a dozvěděli se něco o sporech bulváru s celebritami. Přednášku vedly paní učitelka Dvořáková a Opravilová.

Poslední dvě hodiny žáci strávili na přednášce o novinářině a jejích nebezpečích. Žáci se dozvěděli informace o práci novináře a novinářském kodexu. Na konci hodiny proběhl kvíz. Tuto přednášku vedla paní učitelka Mrkosová a Valovičová.

Dne 3. 10. 2023 si brněnská Střední zdravotnická škola Jaselská pro své 2. ročníky oboru praktická sestra připravila mimořádný program namísto obvyklé výuky zvaný Den mediální výchovy. Byl zpracován tak, aby se žáci aktivně zapojovali do diskuzí různých témat, která si pro ně přehledně nachystali učitelé školy.

První blok programu se týkal fake news, hoaxů, propagandy a manipulace ve světě médií. Přednášející paní učitelka Čáslavová třídě zadala sérii otázek, na které v průběhu dvou vyučovacích hodin postupně odhalila odpovědi za pomoci různých historických milníků ve spolupráci s panem učitelem Hrabalem, své prezentace a aktivit všeho druhu. Jejich podstata byla nejen informovat a poučit, ale i dát něco k zamyšlení ve spojení s přístupem každého žáka k dnešnímu světu plnému manipulace a falešných informací.

Ve druhém bloku se žáci věnovali rozdílům a vlastnostem bulváru a seriózního tisku. Třídy byly rozdány reálné ukázky jak jednoho, tak druhého typu novin, se kterými plnili úkoly jim zadané paní učitelkou Dvořákovou a Opravilovou. Každá vyčtená nejistota ohledně tématu byla snadno vysvětlena. Uveden byl i přímý příklad toho, jak může bulvár a práce bulvárního fotografa negativně ovlivnit lidské chování.

Předposlední blok trvající též 45 minut se věnoval škodlivému dopadu tzv. hate speech, neboli nenávistných projevů, na naši společnost. Jak bylo žákům ukázáno, v dnešní době se to týká z velké části i internetu. Paní učitelky Baláková a Čermáková na začátek nechaly třídu podílet se na aktivitě zahrnující to, jak vidí jako žactvo učitele a učitelky obecně, a poté, jak ostatní vidí žáky samotné. Účelem bylo ukázat, že ne všechno, co se o lidech říká, musí být nutně pravda. To, jak může hate speech člověka mentálně i fyzicky poškodit, demonstrovaly paní učitelky poučným videem na konci bloku.

Závěr programu se zabýval novinářinou a vším, co k povolání novináře patří. Paní učitelky Mrkosová a Valovičová všem důkladně vysvětlily, co práce obnáší, jaký by člověk měl při zmíněné práci být a jak by měl k ostatním lidem přistupovat. Nesměl chybět nepopiratelný fakt, že novináři pohybující se – lidově řečeno - „v nebezpečných vodách“ mohou dokonce přijít i o život.

Z pohledu žáků byl Den mediální výchovy velkým úspěchem. Třídy se dozvěděly mnoho nových a zajímavých informací, které jim jistě budou do budoucího života k užítku.



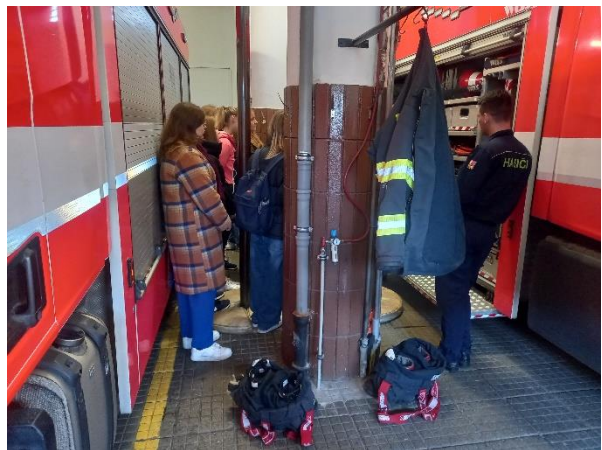


V pondělí 6. 11. 2023 navštívili členové školního parlamentu a zájemci z řad studentů Centrální hasičskou stanici Brno na ulici Lidická. Příjemným překvapením a zároveň i velkou motivací bylo, že průvodcem nám byl Jan Filka, absolvent naší školy, který je více než 7 roků hasičem, z toho přes 3 roky právě na stanici Lidická.

V průběhu exkurze jsme nahlédli do garáží, kde nám byl podrobně představen vozový park stanice s kompletní výbavou, z níž některé přístroje jsme si mohli i „potěžit“. Pan průvodce byl velmi ochotný a trpělivě odpovídal na všechny položené dotazy, kterých rozhodně nebylo málo. Poté nám poutavě představil povolání hasiče od přijímacího řízení, přes každoroční přezkušování, po bližší nahlédnutí na čtyřadvacetihodinové směny. Neopomněl také zmínit nejnáročnější výjezdy, složení družstva a řadu dalších zajímavých informací, které se týkají jeho profese. Celá exkurze byla zakončena ukázkou sjezdu dvou hasičů po tyči, která propojuje celá 4 patra budovy.

Exkurze byla velmi inspirativní. Všichni členové hasičského záchranného sboru mají můj (a věřím, že i zúčastněných žáků) nesmírný obdiv a rozhodně jim patří obrovské poděkování za jejich nasazení a elán, který do svého povolání vkládají.





## Parlament na bowlingu

Autor: Mgr. Lenka Čermáková

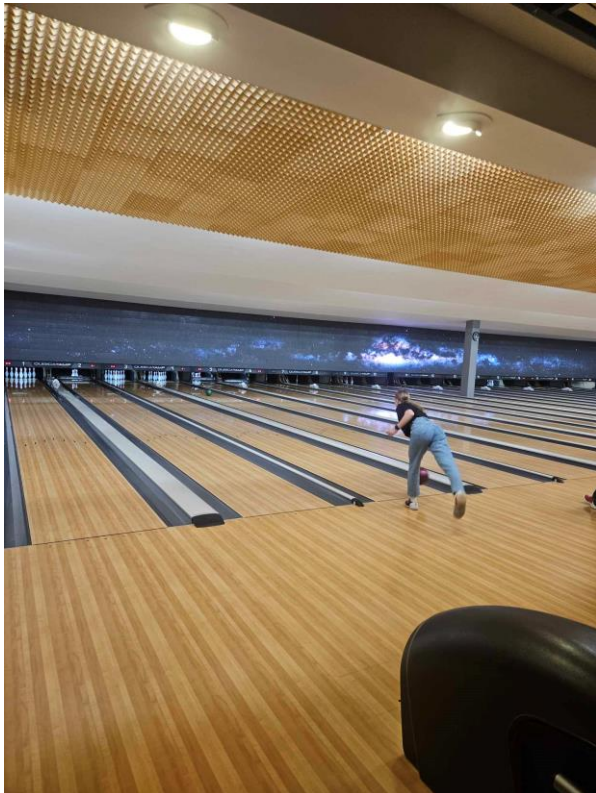
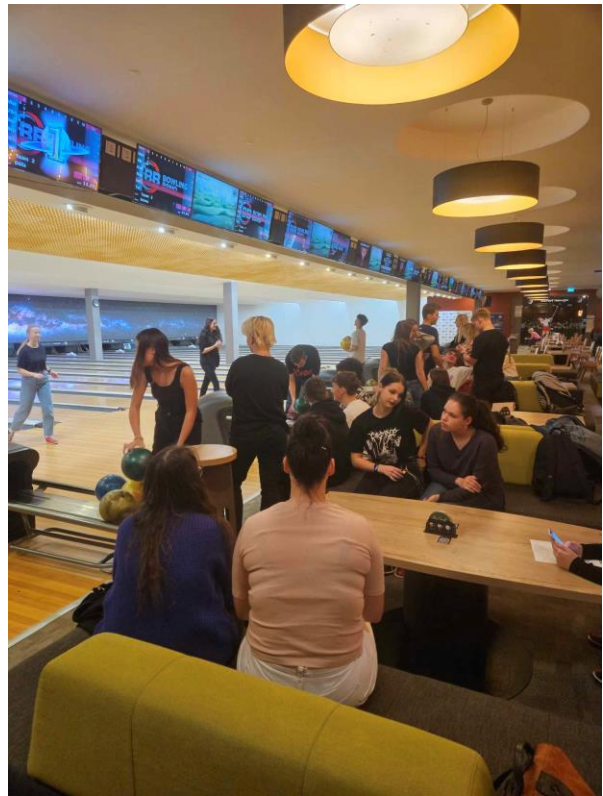


Celkem 29 zástupců školního parlamentu se ve čtvrtek 23. 11. společně vydalo do sportovního centra Bowling Brno, kde se na 5 drahách utkali v bowlingovém klání.

Setkání se neslo ve velmi přátelském duchu. Jeho cílem bylo zejména vzájemně se poznat a stmelit kolektiv, k čemuž také dopomohlo seznamovací bingo, které pro členy parlamentu koordinátorky připravily a během kterého se studenti nejen pobavili, ale dozvěděli se o svých spolužácích spoustu nových a zajímavých informací.

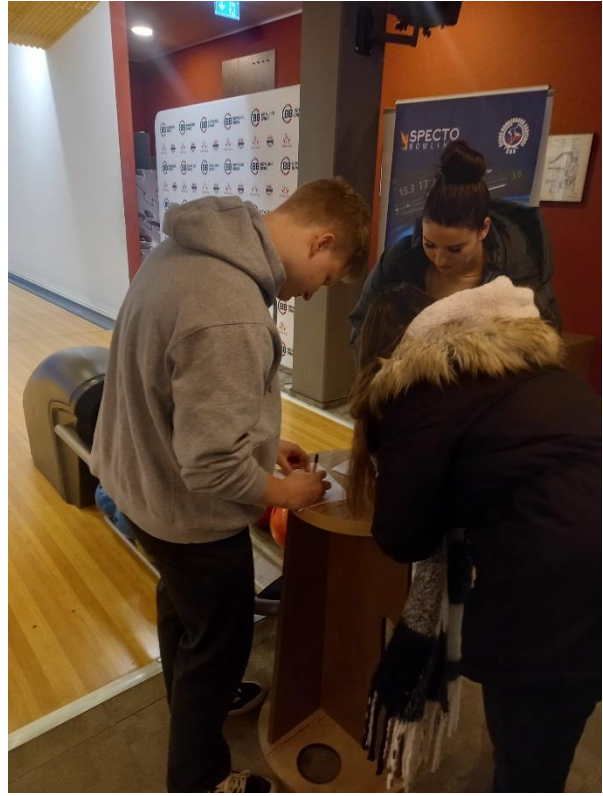
Akce byla financována z dotace na podporu žákovských parlamentů a z hodnocení zúčastněných členů i koordinátorek můžeme říci, že se rozhodně vydařila.











## Autoři: 4L

Dne 31. 10. 2023 se naše třída zúčastnila XXIX. ročníku Evropského veletrhu pomaturitního a celoživotního vzdělávání GAUDEAMUS. Jedná se o největší veletrh vzdělávání v ČR. Celá akce se konala na brněnském výstavišti, v pavilonu V. Na veletrhu se prezentovalo několik nejvýznamnějších vysokých a vyšších odborných škol z celé České republiky i zahraničí, například pro nás nejzajímavější Masarykova univerzita, Mendelova univerzita, dále Univerzita Palackého, Univerzita Tomáše Bati, Karlova univerzita, aj.

Součástí veletrhu bylo několik motivujících přednášek, kde jsme se dozvěděli podstatné informace o studiu, fakultách, studijních programech, vybavení škol i aktivitách, které školy nabízí.

Dále jsme měli možnost nahlédnout do náplně studia na vysokých školách díky doprovodnému programu „Věda pro život“. Nejcennější pro nás byly rozhovory se samotnými studenty, kdy sice člověk nevěděl, zda jsou skutečně tak nadšení do svého oboru, ale i tak nás rozhodně nadchly. Na interaktivních ukázkách a zajímavých exponátech jsme viděli, co se můžeme na VŠ naučit.





## Desinfekce rukou

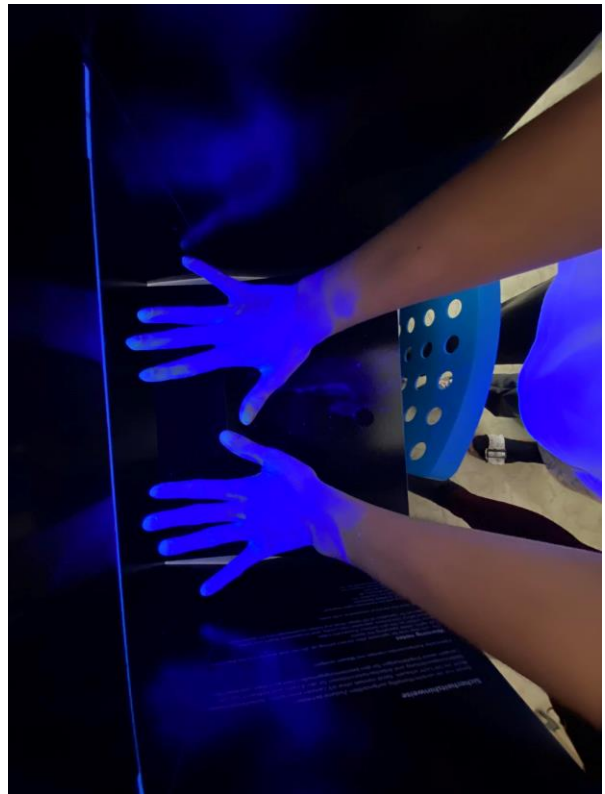
Autor: PhDr. Milena Spurná

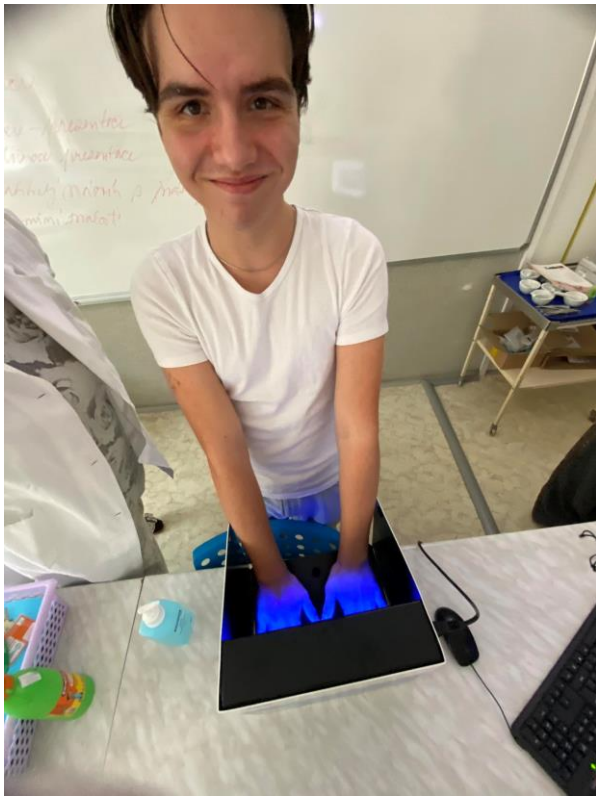


SZŠ Jaselská se snaží o interaktivní výuku; i proto byla do školy zakoupena UV lampa pro kontrolu správné dezinfekce rukou. Žáci se nyní mohou naučit správné a důkladné dezinfekci rukou, která je pro poskytnutí kvalitní ošetrovatelské péče základem. Mají možnost posoudit, jak je pod UV světlem provedená nedbalá dezinfekce (nebo naopak kvalitní) a na které části rukou mají být důslednější.

Jsme velice rádi za další novou pomůcku, která přibyla do našeho inventáře.









Autor: Klára Makýčová

Florbal je týmový halový sport, lehce podobný hokeji. Není zas tolik známý, ale je to úžasný sport. Hraje se hlavně ve střední Evropě a Skandinávií. Je velká škoda, že ho hraje tak málo lidí. V mém blízkém okolí ho hraje spousta lidí a já sama na něm v podstatě vyrůstala. Když jsem já a můj bratr byli mladší, tak náš táta a spousta dalších tatínků založilo florbalový kroužek, abychom trochu sportovali a nebyli furt jen doma.

Od té doby se toho hodně změnilo a z toho malého kroužku se stal klub FC TROOPERS Moravany, a po několika spojení s jinými menšími kluby jsme teď jen TROOPERS. Naši muži se minulý rok dostali do 1. ligy a už nejsme jen klub pro zábavu. Náš klub má však spousta problémů, většina trenérů není dostatečně kvalifikovaná, nebo jsou to jen tatínci některých dětí. Taky máme velice neprofesionální přístup od našich mužů v 1. lize. Tohle nejsou problémy jen TROOPERS, tohle prožívá většina českých klubů. Já si myslím, že kdyby byl florbal trochu známější ve světě tyhle problémy bychom neřešili.

Český florbal se teď snaží o větší popularizaci a zájem, proto pořádá několik akcí pro mladší děti, ale i děti mého věku. Poslední velká akce, kterou pořádali, bylo finále českého poháru, které byla dokonce tady v Brně. Konkrétně tady v Brně se na začátku roku začal projekt na zvýšení zájmu pro florbal vytvářet, a který organizovala brněnská florbalová Akademie, na které se z velké části podílí i můj táta. BFA se zatím docela daří, ale furt mají před sebou dlouhou cestu. Snaží se o propojení tréninkových zázemí a zlepšení trenérských zkušeností, taky zařizují florbalové akce v Brně (třeba finále poháru). Malá popularizace florbalu také zabraňuje mladším sportovcům možnost jít hrát do zahraničí. Já sama tím momentálně trpím, jelikož nemůžeme najít mezinárodní školu ve městě, kde se profesionálně hraje florbal. Když se člověk podívá na sportovní zázemí v Americe, tak hledání škol pro sportovce tam je mnohem jednodušší.

Pokračuji trochu jiným tématem, ale tohle je pro mě teď hodně blízké. Mentální stav sportovců. Mám spousta spoluhráček, které tento rok prostě skončilo, protože už ten tlak nezvládaly. Mohl za to teda hlavně náš bývalý trenér, který po nás chtěl hrozně moc a nic nám nevracel. Naše tréninky přestaly být zábava, a když člověk udělal chybu, tak byl seřvaný, že měl chuť raději z tréninku odejít.

Myslím si, že na naše mentální zdraví by nemělo být téma, o kterém se vůbec nemluví. Poprvé, kdy jsem zažila nějakou starost ze strany trenérů, bylo na výběrech, a to, když nám dali k dispozici sportovního psychologa, doopravdy jeden z nejlepších tréninkových zážitků, co mám. Co bych sportovně chtěla nejvíce, je větší popularizace florbalu, která by mohla změnit celkové

trénování pro všechny florbalisty. Také normalizování mluvení o mentálním stavu sportovců a nenechat to zajít do té míry, že přestanou milovat sport, který pro ně tolik znamená.



Autoři: Simona Trtílková (absolventka školy)

Asi jako můj největší sportovní zážitek bych popsala svoje poslední velké závody v zahraničí, a to mistrovství světa v Německu. Tenhle závod je pro mě dost důležitý, protože to byla první soutěž, na které jsem uspěla sama za sebe v disciplíně pro jednotlivce.

Každý takový větší závod je velice náročný na celou psychiku a taky na spánek a ani na těchhle závodech tomu bylo jinak. Jelikož v Německu je všechno docela drahé, naši trenéři se rozhodli ušetřit a to tak, že nebudeme spát v žádném luxusním hotelu, ale v tělocvičně na žíněnkách a ve spacácích. Poté co jsme do Německa přijeli a po dlouhých rozmluvách o tom, jak vše bude probíhat, jsme konečně ulehli do spacáků a odkráčeli do říše spánku.

Druhý den jsme jen ve spěchu stihli všechno, co jsme potřebovali, a to se nasnídat, udělat si ranní hygienu, zabalit si ty nejdůležitější věci do tělocvičny a konečně jsme mohli vyrazit. Dorazili jsme na halu a první co jsme viděli, byli skupinky už energií nabitých závodníků všech národností, jak se připravují na svůj velký výkon. Následovalo pár hodin dlouhého čekání spojené se zahajovacím ceremoniálem, během kterého spousta karatistů nacvičila různá vystoupení a po nich následoval velký zahajovací nástup i s hymnou.

Najedou se na všech tatami začali zahajovat všechny disciplíny, a to včetně té mé. Moje nervozita, která se až do této chvíle nedostavila, byla nejsilnější, jakou ji znám. Postavili jsme se do řady a rozhodčí nám začali přidělovat soupeřky a naše pořadí, podle kterého si budeme nastupovat. Jako první jsem si zajela na jistotu, abych alespoň jednou postoupila a nebyla to ostuda, ale najednou jsem byla vyhlášená znovu a znovu. Z ničeho nic mi došlo, že už jsem cvičila 4x a ocitla jsem se v souboji o 3. místo. Moje poslední soupeřka byla z Ruska a opravdu vypadala, že si dost věří, bohužel jí to ale nestačilo a já jí porazila. Stát tam v poslední čtvrtině nastoupená v řadě a slyšet svoje jméno z reproduktorů byl moc dobrý pocit, lepší ale byl potom na stupních vítězů, stát tam před spoustou lidí, slyšet hymnu a držet před sebou vlajku České republiky a mít na hrku tu obrovskou medaili.

## Kdo mě přivedl ke sportu

Autor: Alena Jarolímová (absolventka školy)



Když jsem přemýšlela nad zadaným tématem, asi se vrátím do svých dětských let, kdy jsem chodila cvičit aerobik a tancovat. Již v mateřské škole jsem začala chodit do aerobiku, který vyučovala bývalá mistryně Evropy v aerobiku. Z dnešního pohledu musím říct, že nás uměla zaujmout, motivovat, ale hlavně její lekce nás bavily a vždy jsme se těšili na další hodinu. Jezdili jsme na různé soutěže, kde jsme měli plno úspěchů. Na každou soutěž nám rodiče nechávali šít cvičební kostýmy, které se leskly a třpytily. Už jen ten kostým byl pro mě jako malou holku velký zážitek. Stejný pocit jsem prožívala o pár let později, kdy jsem začala tancovat latinskoamerické tance, dodnes lituji, že po roce lektorka odešla a kroužek přestal fungovat. I dnes se ráda podívám na soutěže v tancování.

Ke sportu mě asi vedla moje rodina, i když nejsem sportovní typ. Vzhledem k tomu, že moje teta a mamka jsou fyzioterapeutky, tak jsem byla od mala vedena k pohybu. Obě navíc vedly kroužek lyžování, takže lyžovat jsem uměla poměrně brzy, a proto mě to asi i v budoucnu velmi baví a naplňuje. A jednou bych chtěla být jako ony a lyžování učit a instrukturovat. Teta mě zase učila plavat a přivedla mě k józe, která mě poslední dobou velmi baví. Od asi tří let jsem chodila do různých tanečních kroužků, např. balet, tanečky, lidové tance, street dance a nakonec step. Na základní škole jsem dokonce navštěvovala míčové hry, což mě moc nebavilo, teda vůbec asi se víc hodím na ty taneční kroužky. Ale taky mě ke sportu, hlavně stepu a k tomu, že se nemám stydět, i když mi něco nejde, ale užívat si to, byla dcera od mamčiného bratrance, která stepuje už několik let, a kdyby to ona nedělala, já bych se k tomu nikdy nedostala. A i když v tom nejsem nejlepší a nemám moc medailí, tak mě to neskutečně naplňuje a jsem mé rodině vděčná, že mi umožňuje dělat to, co mě baví. A že mě naučili ty sporty, které do života potřebuji.



Sport vždy byl a bude nedílnou součástí zdravého životního stylu. Sportování posiluje lidské zdraví a charakter, disciplinuje, rozvíjí dovednosti a návyky, jako jsou rychlost a obratnost, vytrvalost a trpělivost. Sport zlepšuje sílu a koordinaci těla, dělá nás odolnějšími vůči negativním vnějším faktorům, také zlepšuje lidský duševní stav a přináší mnoho pozitivních emocí a zážitků. Sportování nás všechny spojuje, daruje nové známosti a pomáhá nám najít si stejně smýšlející lidi.



Rychlé tempo moderního života, bohužel, mnohdy nenechává lidem čas na sport. Neustále někam spěcháme, snažíme se předběhnout život, a po těžkých pracovních dnech a každodenních starostech nenacházíme čas na fyzická cvičení, která jsou tak důležitá pro naše zdraví. Naopak, jsou mezi námi také ti, kteří dbají na své zdraví, pravidelně sportují a pečují o své tělo. Existují též lidé, pro které je sport hlavním smyslem života – vrcholoví sportovci, o jejichž rekordech slýcháváme dennodenně. Nemusíme však být profesionály, abychom měli ze sportování prospěch a radost. Důležité je najít si vhodnou fyzickou aktivitu, která nás bude bavit a zároveň prospívat našemu zdraví.

Bohužel, nikdy jsem se sportu mnoho nevěnovala, ale již od dětství jsem měla ráda různorodé aktivity a pohybové hry. Sotva v zimě nasněžilo, ihned jsme se s kamarády scházeli venku a sáňkovali, bobovali nebo lyžovali. Naopak na jaře, jakmile se oteplilo, a poté hlavně v létě



jsem mohli trávit venku celé dny. Neustálé běhání od rána do večera, hraní fotbalu spolu s kluky a jiné pohybové hry mě nikdy neunavily, ale naopak darovaly ještě více energie a radosti.

Ve starším věku mě sport začal více zajímat, a tak jsem se tomu rozhodla věnovat. Pravidelně jsem cvičila doma a také jsem každý večer běhala. Po nějaké době systematického cvičení přišly patrné změny, zlepšila se kondice těla, posílil se imunitní systém, zdraví se zdokonalilo nejen po fyzické, ale také i po psychické stránce. Našla jsem si dokonce nové kamarády, se kterými jsme poté cvičili spolu.

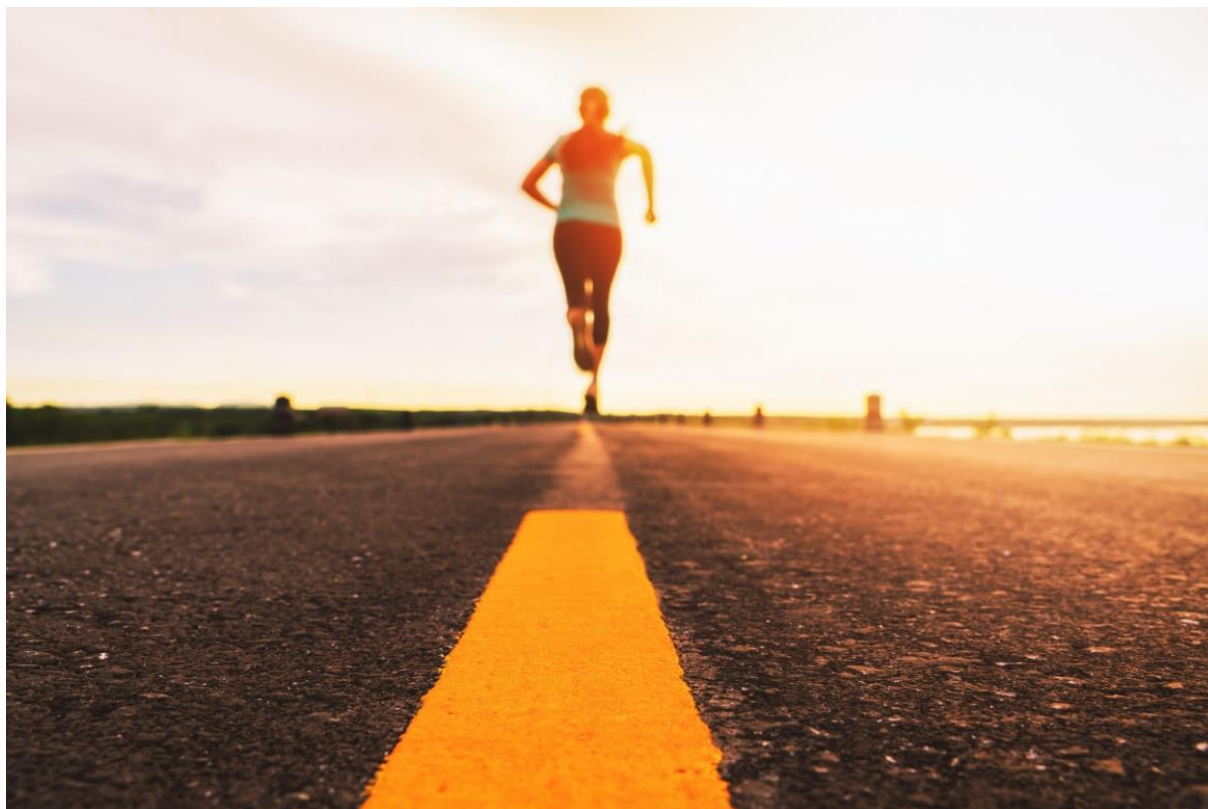
Velkou roli v mém vztahu ke sportu hrál můj starší bratr, který vždy byl a je i teď pro mě vzorem. Sportování je jedním z jeho hlavních koníčků již od základní školy, kdy se začal věnovat workoutu, venkovnímu fitnessu, a poté i MMA. Se svým nejlepším kamarádem také pořádali různé tréninky z boxu pro mládež. A proto, že se bratr sám vždy rád věnoval cvičení, chtěl ke sportu přimět i mě a různě mě motivoval. Právě on mě poprvé přivedl do fitness centra, kde jsem měla větší přístupnost k rozličným cvikům a možnost se lépe věnovat sportu. Nikdy nezapomenu na pocity, které jsem prožívala po tréninku, momenty, kdy víte, že vynaložené úsilí nebylo marné, a každý cvik je vaším malým pokrokem.



Při nástupu na střední školu jsem se, bohužel, přestala sportu věnovat a více času jsem přidělila studiu. Však jako každý člověk, který chce být zdravý jak fyzicky, tak i duševně, snažím se tělesnou aktivitu alespoň minimálně zařazovat do každodenního života. Vždy ráno po probouzení se nejdříve rozcvičím a poté se již chystám do školy. Také se každý den snažím

mít dostatek pohybu a sleduji množství nachozených kroků. Miluji své procházky přírodou, které mi nejen pomáhají doplnit případný nedostatek pohybu, ale také nasycují tělo čistým a svěžím ovzduším a slouží též činnostem, u které si můžu tzv. srovnat myšlenky v hlavě. Mám ráda také jízdu na kole. Obzvláště miluji, letní večerní vyjížďky, které následně zaručují kvalitní spánek.

Sport posiluje a vychovává, rehabilituje a motivuje a na oplátku vynaložených úsilí daruje krásu, zdraví a pozitivní emoce. Přála bych si proto, znovu se více věnovat sportu a tím zdokonalovat se nejen vnějšně, ale i vnitřně.





V rámci ošetřovatelské propedeutiky teď probíráme dietní systém. Já se svojí výživou tam rozhodně nezapadám. Párkrát do roka mě přepadne jíst podle zdravého životního stylu, většinou to bývá, když začnu cvičit a chci rychle zhubnout, protože začíná sezóna kratášků a plavek. Pěkně pětkrát denně, malé porce hlavně zelenina, ovoce a také na moji váhu, výšku a pohyb je to 1300 kcal denně. No, to by byla ta lepší část roku. Přes týden bydlím na intru a domů jezdím na víkendy. Na intru se jídlo většinou nedá jíst, takže vařím sobě a příteli. Snažím se vařit zdravě, ale občas se to nepovede. Vůbec nevařím sladká jídla a v Brně ani nepeču, protože to přítel nejí a já sama plech buchy nesním. Ve své podstatě přes týden nejím vůbec sladké teda až na ovoce a müsli tyčinku na svačinu do školy. Problém nastává o víkendy, kdy mamka má samozřejmě napečeno a nakoupené sladkosti. A to není vše, moje sousedka a kamarádka je výborná kuchařka a moc ráda peče a zkouší nové věci. A to prostě nejde odmítnout. Takže v týdnu jím tak normálně bych řekla, ale víkendy mi to dost kazí.

Moje výživa a karanténa, jsem neustále doma. Moje strava je následující: hodně piju ovocné smoothie, jím hodně čokolády k odpolední kávě. Když jsme u té kávy, tak jsem se zamilovala do našeho kávovaru a z mé jedné kávy jednou za 14 dní se staly tři kávy za den. S mamkou si taky hodně pečeme zákusky. Jinak obědy dělá mamka a ta vaří hodně italskou a českou kuchyni. Večeře a snídaně se u mě hodně střídají, jeden den nejím snídani a druhý nebo třetí večeři. Hodně to teď záleží na mé práci. Celkově bych řekla, že se moje strava mění od místa mého pobytu a podle lidí, s kterými jsem nebo zdravotního stavu.

V dnešní době existuje tolik různých druhů jídel, diet a jídelníčků, že by si každý měl najít to svoje. Několikrát jsem zkoušela jíst zdravá jídla, dělat si poctivě každý večer vydatnou svačinu na další den, vařit podle různých receptů – zeleninové a těstovinové saláty, zdravé palačinky, dezerty a podobně, ale nikdy mi to bohužel nevydrželo moc dlouho, protože se pak našlo něco důležitějšího na práci a já neměla čas každý den vymýšlet bezvadně výživově vyvážená jídla. Ono je to obecně se mnou a jídlem poněkud složitější, jelikož jsem velice vybíravý člověk. Nemám ráda třeba houby, kukuřici, vařený hrášek nebo obecně vařenou zeleninu. Naopak mám moc ráda sladké, ale to snad každý, koho znám. Nemyslím tedy jen třeba čokoládu, ale i ovoce a tak podobně. Co se pití týče, miluju slazené nápoje, i když vím, jak moc je to nezdravé, jenže si nedokážu pomoci. V poslední době se ale snažím každý den pít kromě slazených nápojů i čistou vodu. A protože chodím každý den na brigádu a opět nemám čas nic dopředu vymýšlet a vařit, většinou se schyluju i k nezdravým obědům, ale postupně se zase snažím

vše omezovat a dostat do mého jídelníčku více zeleniny a zdravějších potravin místo smažených jídel a různých polotovarů. Upřímně, můžu sníst snad cokoli a stejně se to na mně nějak extra neprojeví, nehubnu ani nepřibírám. Vždy si vymezím čas na snídani, oběd a večeři. Během dne mám různé svačinky, každý den v jiný čas a v jiném množství, takže to nedokážu určit přesněji. Rozhodně bych měla zlepšit svůj pitný režim a některé stravovací návyky, a hlavně tedy stravu obecně, abych tělu dodávala všechny důležité látky, které potřebuje.

Už po nějakou dobu se snažím žít moderním zdravím životním stylem. Základem je dodržovat pravidelnou a vyváženou stravu a nějakou smysluplnou dietu, která vám vyhovuje. Já jsem si zvolil například přerušovaný půst tedy 16 hodin bez jídla a 8 hodin jídla, které je správně kaloricky vyvážené, abych tohoto mohl docílit, používám aplikaci kalorických tabulek, kam si píšu každé jídlo, abych měl přehled, co a kdy sním. Většinou mám dvě velká jídla denně. Moje jídla se většinou skládají z vajíček, tvarohu, hodně zeleniny a bílého jogurtu s ovocem. Každý den mám v průměru 7500 KJ hodnoty jídla, když cvičím, tak se tato hodnota pohybuje okolo 14500 KJ. S pitným režimem problém nemám, protože jsem zvyklý pít pořád a víceméně mám žízeň pořád. Jelikož jsem schopen vypít denně až 4 litry vody, tak pitný režim nijak zvlášť neřeším. Dávám si pozor na svoji váhu a stravování, takže si myslím, že není zapotřebí nic měnit.



Příprava na přijímačky na vysokou školu je často náročný proces, ale s dobrým plánem a systematickým přístupem můžete zvýšit své šance na úspěch. Níže najdete několik kroků, které vám mohou pomoci při přípravě:

## 1. Vyberte si správnou strategii

Neexistuje univerzální návod, jak se na přijímačky připravit. Záleží na tom, na jaký obor se hlásíte a jaké jsou požadavky konkrétní vysoké školy.

Pokud se hlásíte na humanitní obor, je důležité mít dobrý přehled o obecných znalostech z historie, zeměpisu, literatury, filosofie a dalších předmětů. Pokud se hlásíte na přírodovědný nebo technický obor, je třeba se zaměřit na konkrétní předměty, které jsou pro daný obor relevantní.

## 2. Včasná registrace a seznámení se s požadavky škol:

Zjistěte si termíny přijímaček a registrujte se včas.

Pečlivě si prostudujte požadavky každé školy, abyste věděli, na co se zaměřit.

## 3. Rozhodnutí o oboru a škole:

Vyberte si obor, který vás skutečně zajímá a který má smysl pro váš budoucí kariérní plán.

Prozkoumejte specifické požadavky pro váš vybraný obor na konkrétních školách.

## 4. Plánování času:

Nejlepší je začít s přípravou na přijímačky alespoň několik měsíců před jejich konáním. Díky tomu budete mít dostatek času na to, abyste si osvojili potřebné znalosti a dovednosti.

Vytvořte si reálný a realistický plán přípravy. Stanovte si cíle na týden i měsíc.

Zahrňte do plánu nejen studium, ale i pravidelné přestávky a odpočinek.

## 5. Příprava na písemné testy:

Zjistěte, jaké testy budete muset skládat, a seznamte se s jejich strukturou.

Procvičujte se starými testy, abyste získali povědomí o formátu a obtížnosti otázek.

Procvičujte se pravidelně – Nejlepší způsob, jak se připravit na přijímačky, je pravidelně se procvičovat. To vám pomůže získat jistotu a zvyknout si na typ otázek, které se na přijímačkách objevují.

#### **6. Příprava na pohovor nebo další části přijímacího procesu:**

Trénujte odpovědi na časté otázky a pracujte na prezentaci sebe sama.

Pokud je součástí přijímaček pohovor, zkuste si ho nacvičit s přáteli nebo rodinou.

#### **7. Zlepšení studijních dovedností:**

Pracujte na svých dovednostech čtení, psaní a analytického myšlení.

Přehledně si zaznamenávejte poznámky a učte se efektivním studijním metodám.

#### **8. Doplnující kurzy a workshopy:**

Zvažte účast na kurzech nebo workshopech, které vám mohou poskytnout další znalosti a dovednosti.

#### **9. Zdraví a odpočinek:**

Dbáte na dostatek spánku a vyváženou stravu.

Pravidelně cvičte nebo se věnujte relaxačním aktivitám pro udržení fyzického a duševního zdraví.

#### **10. Sociální podpora:**

Hledejte podporu od rodiny, přátel nebo učitelů.

Diskutujte s lidmi, kteří prošli podobným procesem, a sdílejte své zkušenosti.

#### **11. Pravidelné hodnocení a adaptace:**

Pravidelně zhodnotte svůj pokrok a upravte svůj plán podle potřeby.

Nebojte se požádat o pomoc, pokud narazíte na obtíže.

Pamatujte, že každý jedinec je odlišný, a proto je důležité upravit tyto rady podle svých individuálních potřeb a preferencí. Hodně štěstí při přípravě na přijímačky!



Autor: Google Bard

Recept na vídeňský řízek je jednoduchý, ale vyžaduje pečlivé přípravy. Zde je recept na klasický vídeňský řízek, který by císaře pána jistě potěšil:

## Ingredience:

- 4 plátky telecí kýty (cca 2 cm silné)
- 1 vejce
- 1 lžice hladké mouky
- 1 lžice strouhanky
- sůl
- pepř
- česnek (mletý nebo prolisovaný)
- olej na smažení

## Postup:

Plátky masa naklepeme dotenka do rovnoměrné tloušťky (cca 1/2 cm). Můžete to udělat mezi dvěma kusy potravinářského fólie, aby se masa nepřilepila na kladívko.

Osolíme, opepříme a potřeme česnekem.

Z vajíčka, mouky a strouhanky si připravíme těstíčko. Připravte tři misky: jednu s hladkou moukou, druhou s rozšlehanými vejci a třetí se strouhankou nebo strouhaným bílým chlebem.

Každý plátek masa nejprve obalte v mouce, pak namočte do vajec, a nakonec obalte v hladké strouhance nebo strouhaném chlebu. Ujistěte se, že maso je pečlivě obaleno a není žádné volné místo.

Na pánvi rozehejte tuk (sádlo nebo olej) na střední teplotu. Připravte si dostatek tuku, aby řízky byly ponořeny z poloviny.

Jakmile je tuk dostatečně rozehrátý, přidejte řízky a smažte je z obou stran dozlatova. To by mělo trvat přibližně 3-4 minuty na každé straně, v závislosti na tloušťce masa.

Podáváme s bramborovou kaší, cibulkovými bramborami nebo bramborovým salátem.

### Tipy:

Pro lepší chuť a šťavnatost masa lze do těstíčka přidat i lžici hořčice.

Pokud chceme, aby byl řízek ještě křupavější, můžeme ho po smažení ještě opéct v troubě na 180 °C asi 5 minut.

Na smažení použijeme kvalitní olej s vysokým bodem tání, aby se řízky nepřipálily.

Jakmile jsou řízky hotové, vyjměte je z pánve a položte je na papírový ubrus, aby se zbavily nadbytečného tuku.

Řízky můžete podávat s plátky citronu a nasekanou petrželkou pro ozdobu. Klasickou přílohou je bramborový salát.

### Císařský příkaz:

Tento řízek je tak dobrý, že by se za něj nemusel stydět ani sám císař František Josef I., který byl známý svou láskou k dobrému jídlu. Vyzkoušejte ho a sami se přesvědčíte, že je to opravdová lahůdka.





## Z historie dostihů



Historie dostihů je velmi dlouhá. Začala se psát zřejmě v Anglii, kde vznikla velká většina typů tohoto ušlechtilého sportu.

Jedním z nejpopulárnějších typů dostihů je „steeplechase“. Tento typ vznikl v Anglii již v 18. století, jeho název je odvozen od anglických výrazů pro věž (steeple) a honbu (chase), první závod tohoto druhu totiž údajně začínal i končil u věže kostela.

První steeplechase na území Habsburské monarchie byla uspořádána ve vídeňském Prátru už roku 1787, dostihu se zúčastnili hlavně důstojníci.

Pomyslným milníkem je vznik Pardubické parforsní společnosti. Tu založil roku 1841 kníže František Lichtenštejn. Nebýt jeho, možná bychom dnes neměli ani Velkou pardubickou, protože právě členové této společnosti byli o třicet let později těmi, kdo stáli u zrodu Velké pardubické.

Rok 1856 je považován za oficiální rok zrodu dostihového závodiště v Pardubicích.

Výrazným mezníkem v historii tohoto závodiště přišel roku 1874, tou dobou totiž gradovala obliba všeho anglického tedy i význačné anglické steeplechase nazývané Velká národní, jenž se koná nedaleko města Liverpool. Pod vlivem této módy se Pardubická parforsní společnost rozhodla uspořádat na pardubickém závodišti mimořádnou steeplechase. Hlavními iniciátory byli hrabě Maximilian Ugarte, princ Emil Furstenberg a hrabě Oktavián Kinský. Jelich

steeplechase měla všechny předpoklady k tomu stát se legendou. Společnosti se podařilo vytyčit jedinečnou trať, jenž byla plná náročných překážek včetně tzv. Tribunního skoku. Ten byl po smrti prince Egona Thurn-Taxisa přejmenován na Taxisův příkop. A tak se zrodila Velká pardubická.

### Z historie Velké pardubické



V různých publikacích se dříve uvádělo, že Velká pardubická je nejtěžším překážkovým dostihem kontinentu. V určitém smyslu tomu tak určitě bude, v každém případě se jedná o dostih s dlouhou tradicí, jehož historie je více než zajímavá, o dostih, který má svá specifika a kouzlo, o dostih který je vrcholem nejen pro české jezdce snící, když ne o vítězství, tak alespoň o účasti v něm. V každém případě je to společenská a sportovní událost s nejdelsí tradicí u nás. Vždyť když se začala hrát fotbalová liga, měla Velká za sebou už kolem padesáti ročníků.

Hlavní dráha má dokola 2200 metrů, délka dráhy Velké pardubické je 6900 metrů. Koně musí překonat celkem 31 překážek. Nejznámějším je Taxisův příkop, který je také jedním z nejtěžších skoků na světě. V kursu je ještě několik dalších obtížných překážek, které často rozhodují o úspěchu nebo neúspěchu jednotlivých startujících. Takovými jsou Irská lavice, Popkovický skok, Francouzský skok, Hadí příkop, Velký vodní příkop, Zahradky, Velký anglický skok a Havlův skok. Povrch dráhy je většinou travnatý, část je vedena přes oranice, jejichž podíl však v některých obdobích značně poklesl. V prvních desetiletích tvořily oranice téměř polovinu délky dostihu, později asi třetinu a nyní asi čtvrtinu. Také některé překážky byly pro zvýšení bezpečnosti koní a jezdců v průběhu let upraveny, naposledy v roce 2021 Taxisův

příkop – byla stržena doskoková hrana, příkop má mírnější sklon a jeho povrch je místo trávy pro zvýraznění šířky příkopu řešen zeminou. Jeho základní parametry se ale nezměnily.

Prvním vítězem Velké pardubické se stal ve Francii narozený FANTÔME s anglickým žokejem G. Sayersem v sedle. Celkem se do listiny vítězů prozatím zapsalo celkem 99 jmen koní a 83 jmen jezdců. Těmi posledními jsou z roku 2023 SACAMIRO a již šestinásobný vítěz Velké pardubické, žokej Jan Faltejsek.



Nejúspěšnějším koněm historie Velké pardubické je ryzák **ŽELEZNÍK**, který jako jediný dokázal zvítězit čtyřikrát, a to v letech 1987–1989 a 1991. Tříkrát dokázalo zvítězit šest koní, BRIGAND v letech 1875, 1877 a 1878, LADY ANNE v letech 1891, 1894 a 1896, EPIGRAF v letech 1957–1959, KOROK v letech 1969, 1971 a 1972, SAGAR v letech 1981–1983 a PERUÁN v letech 1998–2000, TIUMEN v letech 2009–2011. Prozatím poslední trojnásobnou vítězkou je ORPHEE DES BLINS, která jako jediná křisna v historii dostihu zvítězila v řadě a má tzv. čistý hatrik (2012, 1013 a 2014). Další čtrnáct koní se zapsalo do listiny vítězů dvakrát, patří mezi ně i křisna SIXTEEN nebo REGISTANA.



Josef Váňa

Z jezdců dokázal **Josef Váňa** zvítězit osmkrát, čtyřikrát se **ŽELEZNÍKEM** a v roce 1997 s hnědákem VRONSKÝ a v letech 2009, 2010 a 2011 s TIUMENEM. Vítězstvím v roce 2018 se druhým nejúspěšnějším jezdcem dosavadní historie stal žokej **Jan Faltejsek**, který

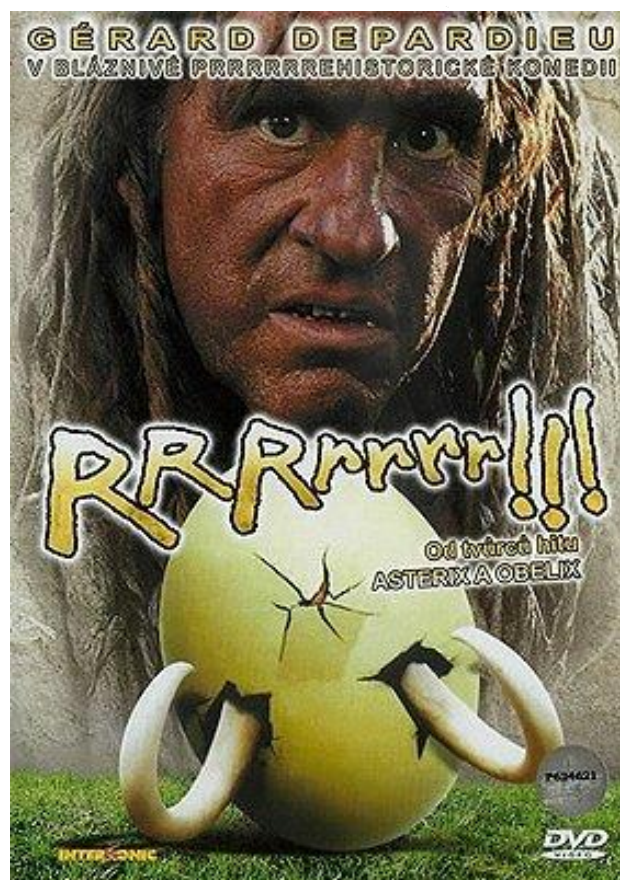
zvítězil šestkrát – s klisnou ORPHEE DES BLINS v letech 2012–2014, v roce 2016 v sedle CHARME LOOKA, v roce 2018 v sedle TZIGANE DU BERLAIS a v roce 2023 v sedle SACAMIRA..

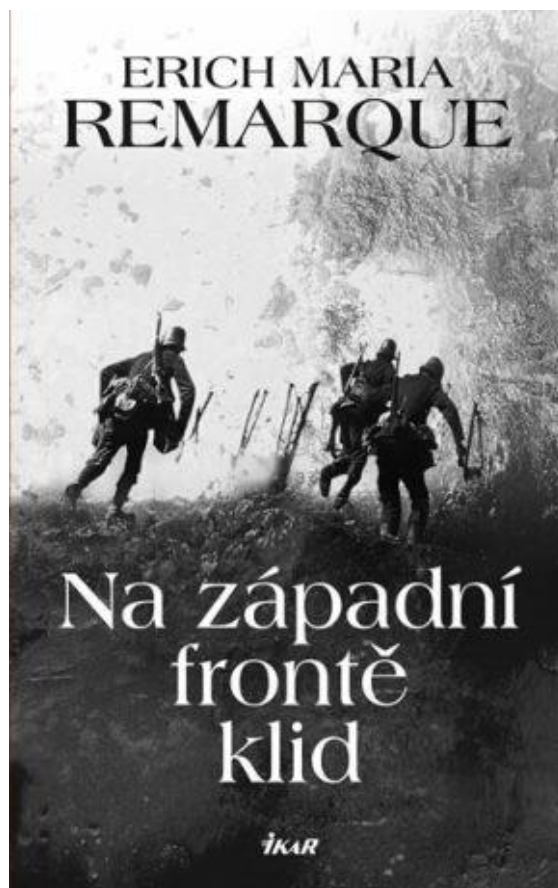


Sacamiro s Janem Faltejskem



Závodiště Pardubice



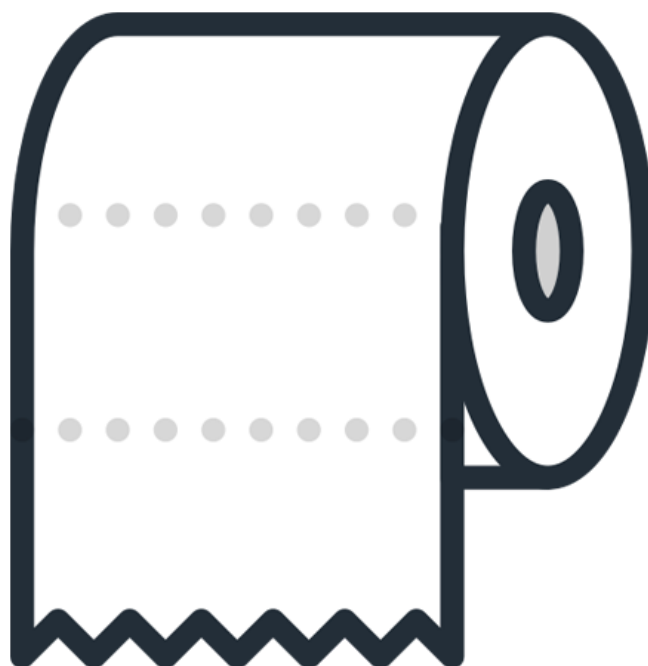




Úžasná místa



Flush





Kdesi v gébišu lajfčila jedna švigmutra. Byla škaredá jak noc, jebáka na skobě a fajky jak glajzy do pekla, prostě tutová fazóna. Durchčila v grymlovým béváku na festovním žulovým berglu. No a u téhle škváry přebejvala kocna, kerá ji šmirglovala kér, chystala chálku, šólnu a každé večer ji honihárem hrabala harizony na budce. To se dycky škvára tlemila do špíglu a hantýrovala.

„Špígle, špígle, kdo je na světě nejfešnější kocna?“ A špígl vodpověděl, že néhezčí fazónu má tutově vona. Škvára imrvere varovala svó pucflečmenku.

„Sněhurko, nikdy do toho špíglu nesmíš auglama ani bliknout. Jinak ta mlata, co by potem byla v životě nezapasalas!“

Jenže štábajzna Sněhurka nebyla žádný béčko, a tak jedná do špíglu hodila čuz. A vod tý doby nastal pakec. Škvára lítala jak lump v palírně a sakrovala, protože když hodila auglama do špíglu ten už dycky zahantýroval, že má smůlu, protože lepší fazónu má na tuty Sněhurka.

Škvára se nakrkla tak, že si vobjednala borca, keré měl Sněhurce zakrótit krkem. Jenže borec byl móka, z krve měl peří a zamordovat taková fešnou kocnu se mu eklovalo. Vodtáhl Sněhurku do kopru a hantýroval:

„Sněhurko, jed' pali, jinak ti škvára rozhodí sandál.“ Sněhurce bylo jasný, že musí vyklidit pole, jinak by příští perón mohl bét krchov. Hodila si pingl přes rameno a štatlila pali.

Když oskar zalezl za bergl a Sněhurce začla bét kaltna, zmerkla vo dva kilce dál malé bévák. Nejdřív hodila buchec na futra a když se nic nedělo vtrukla dovnitř.

Ten brajgl, co tam zgómla, ji vzal luft. Sněhurka lapla smeták s hadró a začla glancovat kredence. Ve vedléší cimře bylo sedm betlí. Jenže Sněhurka si šlofíka stěně nehodila, protože ji ty betle byly tak nějak mimo míru. A zatím co házela čuz po kéro a na kamnech se klohnila gulcna, votevřó se futra a do cimry vpadlo sedm borců ne vyšších než malé škopek. Než se s nima dala do holpecu, tak to sice chvílku trvalo, ale nakonec dohókali, že se jim Sněhurka bude starat vo kér a chálku a voni ju zato nechajó u nich durchčit. Jenže mezitím škvára hodila čuz na špígl. Ten z toho měl betelný šoufry a hantýroval, že nejfešnější kocna je Sněhurka. Škvára zrudla jak višňa a ušila bódu. Hodila si na hrb krosnu s jedovéma jabkama a klapala ke Sněhurce. Rozjela tutáč serpentýnu a Sněhurka ji to sežrala i s votráveným jabkem. Když se pak do něho zahryzla, zamotala se jí štrycla a šlahla sebou vo zem.



Za dvě hodiny doštatlili trpajzlíci a když zmerkli, že Sněhurka je tuhá jak štolverk, mázli s ňó do dubovýho spacáku a jeli makat na výkopy. Zatím co byli v gébišu, zahamoval před kérem hofírek na hajtře. Ani si nedělal pupínky a vtrukl do kéro. Na stolu dubové spacák a vevnitř fešná štábajzna. Hned mu z ní jebalo v řepě. Jenže Sněhurka byla jak ledovka. Až když ji hodil cucflek na šňupák, rozhicovala se jak nafutrovaný kamna. Než si ale stačili hodit klepačku, šlajfovali trpajzlíci před kérem. Dělalí bugr, že Sněhurka je OK a hned chystali spářku.

A jak to dopadlo? Hofírek se vogóloval se Sněhurkó. Skrčci měli kór zase pro sebe a škvára? Ta ve zlosti šópla špígl z vokna, jenže jak byla v ráži, zapoměla vod něho vodlepit klepeta. No, a tak vyletěla za špíglem z fenstru aus a dole si rozhodila sandál vo gryml.



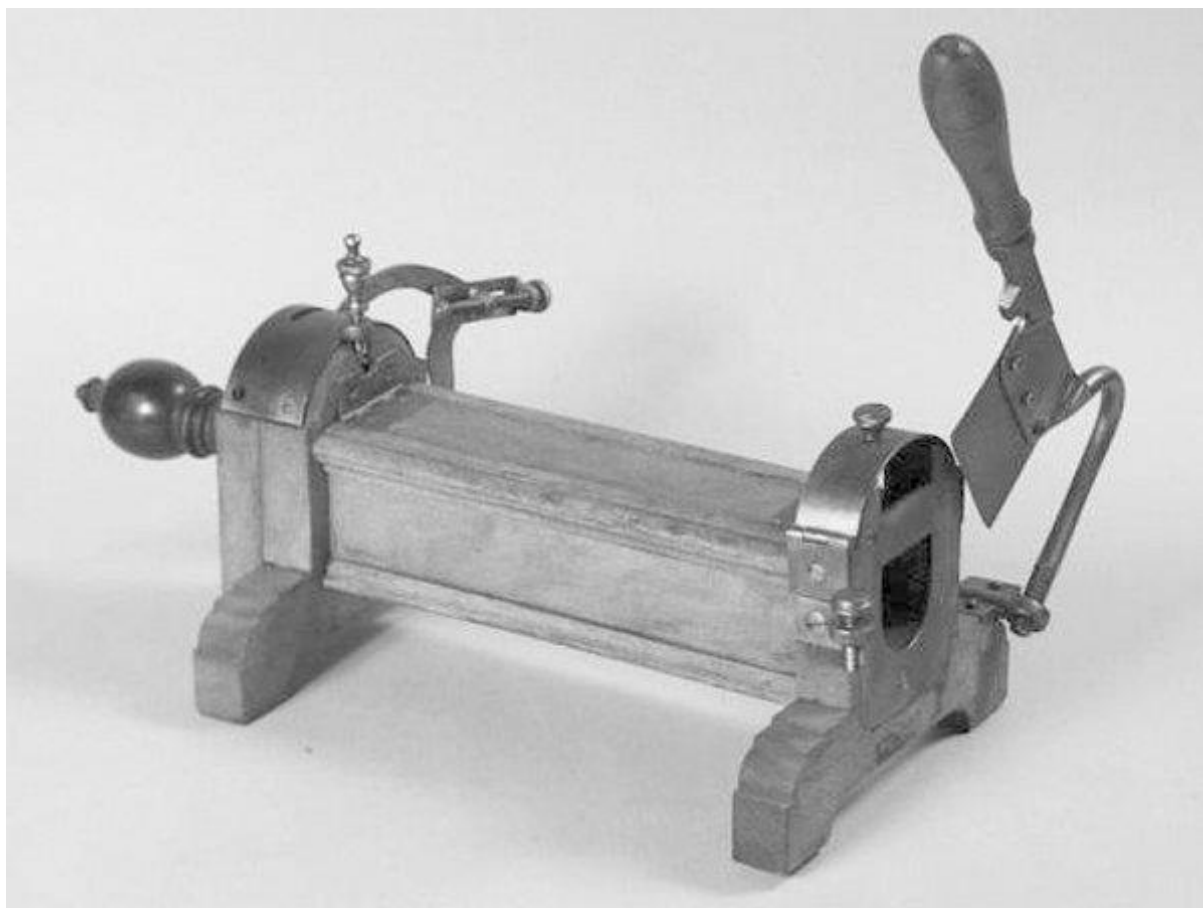
## Propojte správné výrazy

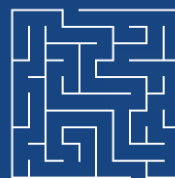
a) pesek	1. příliš se věnovat
b) pidlaty	2. půjčit
c) piplat se	3. puchýř
d) plantat	4. psík
e) pliskyř	5. Polák
f) pojčat	6. vynadat
g) poval	7. plést se
h) prošustrovat	8. zbytečně utratit
i) zepsut	9. nešikovný
j) pšonka	10. strop

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



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 ☺

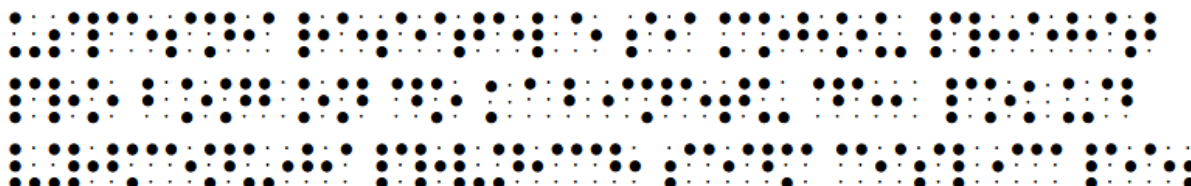




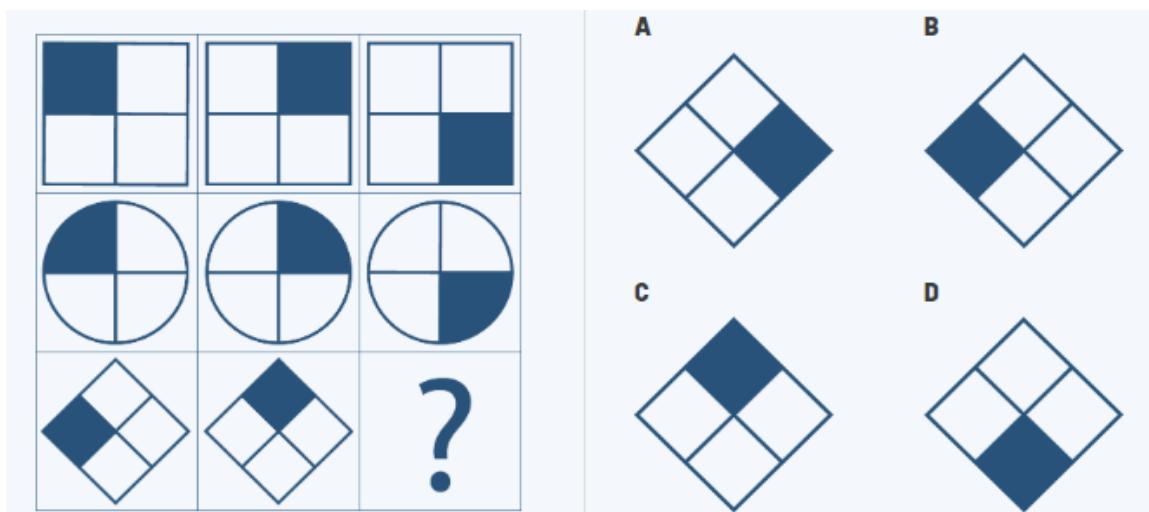
Řešení rébusu z minulého čísla

Rébus č. 1: Karkulka, rébus č. 2: kopretina, rébus č. 3: kolovrat

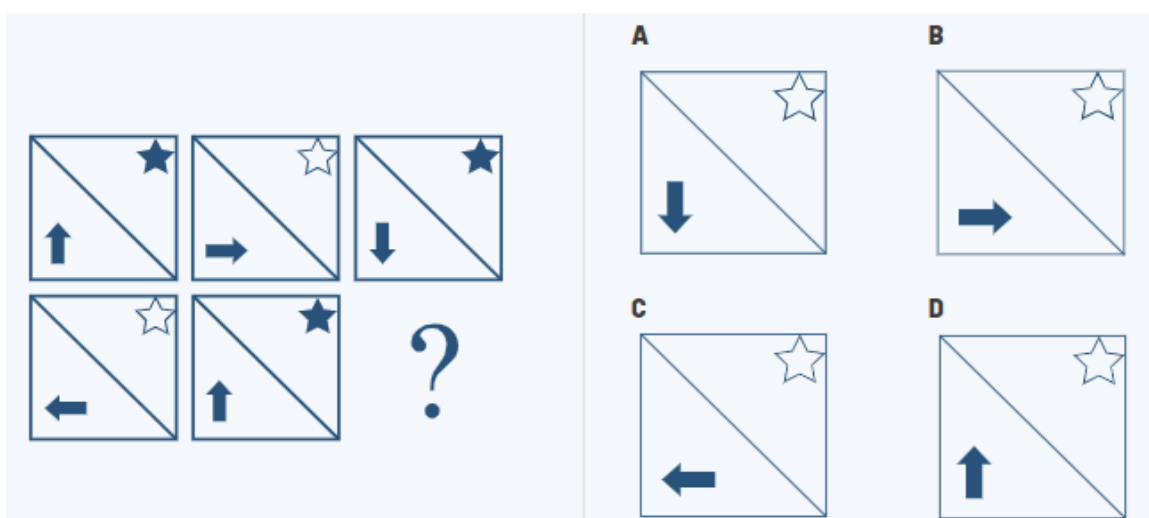
Zadání č. 1: Co se skrývá po Braillovým písmem?



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



Zadání č. 3: Vyberte, co se hodí na vynechané místo.





Dcerka se dívá na maminku, jak si nanáší pletovou masku.

„Proč to děláš?“ Ptá se jí.

„Abych byla krásná!“ Odpoví maminka.

Za chvíli si masku sundává a dcerka se ptá: „Vzdáváš to?“

Facebook je jako lednička. Chodíš tam každých 10 minut, i když víš, že tam nic není.

Problém s počítačem lze vyřešit dvěma způsoby:

1) Vyhodit počítač z okna.

2) Vyhodit okna z počítače.

Potkají se dva Romové a jeden se ptá druhého: „Kam jdeš?“

„Do Tesca, koupit si svetr.“

„Tak jestli tě nechytí, kup mi taky jeden.“

V porodnici: „Tak, tatínku, jak se bude jmenovat chlapeček tentokrát?“

„Dežo.“

„Dežo? Deža už máte doma čtyřikrát. Víte co? Otevřete doma atlas, najdete nějaké jméno a zítra přijďte.“

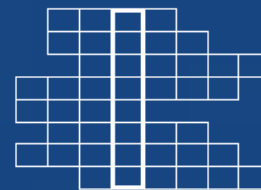
Druhý den: „Tak co? Už máte nějaké jméno?“

„Mám. Bangladežo!“

Ptá se číšník hosta v restauraci: „Pane, proč jste tak zamyšlený?“

„Ale, přemýšlím, jestli mi stará říkala, abych si dal jedno pivo a byl doma v jedenáct, anebo abych si dal jedenáct piv a přišel v jednu.“

Pokud je Internet Explorer dostatečně statečný na to, aby se tě zeptal, zda ho chceš jako defaultní prohlížeč, neříkej, že ty nedokážeš pozvat dívku na rande.



1	2	3	4	5		6	7	8	9	10	11
12						13					
15			16		14		18			20	
22		17		23		19			21		
		28	24		30			25			26
27	29			31							
32								33			
37					38		34		40	35	36
	42			39				41		45	
43			44			48			46		
50		47			49		51				
52							53			54	

Vodorovně

- 1) NAHORU
- 6) PEDÁL V AUTĚ
- 12) SUCHÉ ČÁSTEČKY PÍCE
- 13) ZVOLNA
- 15) PŘEDLOŽKA
- 16) ULOUPENÁ KOŘIST
- 18) KRÁTKÉ VLNY (ZKR.)
- 20) ANNO DOMINI (ZKR.)
- 21) JIHOČESKÁ UNIVERZITA (ZKR.)
- 22) ZKR. NIZOZEMSKÉ TISKOVÉ AGENTURY
- 23) MĚKKÁ HUDEBNÍ TÓNINA
- 27) **TAJENKA**
- 28) DOVEDNOST
- 30) OBRUŠOVÁNÍ MRTVÝCH BUNĚK KŮŽE
- 32) SVĚTLOMET
- 33) ŘÍMSKY 6
- 37) OBCHOD (HOVOROVĚ)
- 38) PŘESUN HRACÍ FIGURKY VE HŘE
- 39) NEMOCNÝ ČLOVĚK (HOVOROVĚ)
- 40) DUŠEVNÍ OTŘES
- 42) INICIÁLY PÍSNÍČKÁŘE KRYLA
- 43) PÍSMENO ŘECKÉ ABECEDY
- 44) MINISTERSTVO OBRANY (ZKR.)
- 45) DECILITR (ZN.)
- 48) ÚZEMNÍ MAJETEK
- 50) ECHA
- 51) ÚTVAR STARŠÍCH PRVOHOR
- 52) PŘECHOD NAD SILNICÍ
- 53) NĚMECKÁ PŘEDLOŽKA
- 54) CHEMICKÁ ZN. DYSPROSIA

Svisle

- 1) NAŠE TELEVIZNÍ STANICE
- 2) JEMENSKÝ PŘÍSTAV
- 3) VLASTNÍ RUKOU (ZKR.)
- 4) ROLAND (DOMÁCKY)
- 5) ZALESNĚNÝ PAHOREK
- 6) INICIÁLY HEREČKY POSTLEROVÉ
- 7) POKLEPÁNÍ
- 8) SÍŤ ČERPACÍCH STANIC
- 9) INICIÁLY HEREČKY ADAMOVÉ
- 10) CIRKUSOVÍ UMĚLCI
- 11) KÓD AUSTRALSKÉHO DOLARU
- 14) POTRHLÍK
- 17) BAŇATÝ HRNEČEK
- 19) CIZÍ MUŽSKÉ JMÉNO
- 21) ŽIDOVSKÝ JAZYK
- 24) NEZHOUBNÝ NÁDOR
- 25) ZNAMENÍ ZVĚROKRUHU
- 26) CHEMICKÁ ZN. GERMANIA
- 27) EVROPSKÁ HOSPODÁŘSKÁ KOMISE (ZKR.)
- 29) ANESTEZIE
- 31) KILOGRAM (ZN.)
- 34) NÁJEZDNÍ KOČOVNÍCI
- 35) ODVÁDĚNÍ
- 36) SEMKNUTÁ SPOLEČENSTVÍ LIDÍ
- 39) PŘEDPONA S VÝZNAMEM JEDEN
- 41) OVOCNÁ POMAZÁNKA
- 43) STÉKÁNÍ PO POVRCHU
- 44) POMŮCKA KOVÁŘE
- 46) INICIÁLY AKROBATA NA LYŽÍCH VALENTY
- 47) VÝCHODNÍ DÉLKA (ZKR.)
- 49) YARD (ZKR.)



Vyobrazený železniční přejezd se nachází na pozemní komunikaci mimo obec. Jakou nejvyšší rychlostí smíte jet ve vzdálenosti 50 metrů před tímto přejezdem?



A Nejvýše 70 km/h.

B Nejvýše 90 km/h.

C Nejvýše 50 km/h.

Správná odpověď

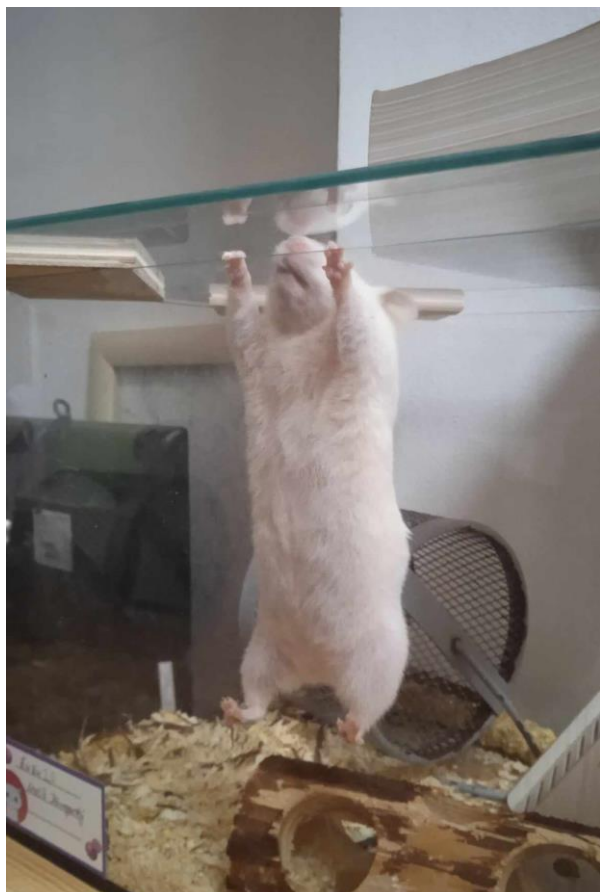
(5)





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

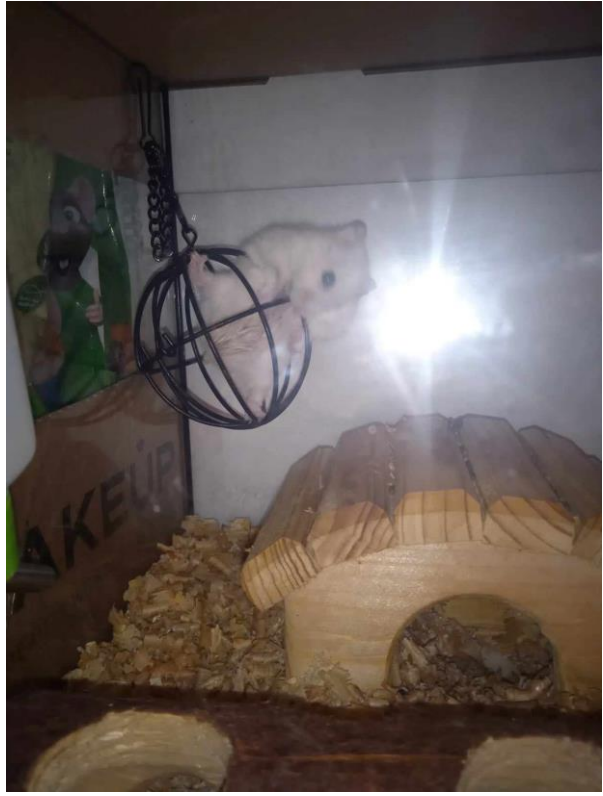














Autor: Redakce

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

Narodila jsem se v Děčíně a v současné době žiji v Boskovicích.

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

Na škole jsem krátce, od ledna roku 2023. Předtím jsem pracovala v nemocnici v Boskovicích jako porodní asistentka.

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

Vystudovala jsem bakalářský studijní obor Porodní asistentka na I. lékařské fakultě Univerzity Karlovy a následně jsem šla na magisterský obor Učitelství odborných předmětů pro zdravotnické školy na UPOL.

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

Učím ošetrovatelství, první pomoc a ošetřování nemocných. A jsem členkou týmu DoFE.

**Co máte na naší škole ráda?**

Mám ráda práci s žáky, setkávání se s kolegy a také možnost poznávat různá oddělení v různých nemocnicích v Brně.

**Co byste na škole naopak změnila?**

Zatím mě nic nenapadá.

**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 patřila mezi třídní šprty, na střední škole spíše k průměru. Poznámku jsem dostala z fyziky, za to, že jsem rozbila rovnoramenné váhy (asi jsem jim moc naložila).

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

S tělesnými tresty nesouhlasím.

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

Učím opravdu velmi krátce, takže jsem, díkybohu, rozzlobeného rodiče nezažila.

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

Určitě paní učitelka, která mě na gymplu učila matematiku. Přes to, že jsem v matice moc nevynikala, dokázala ve mně svým přístupem, spravedlivostí a zároveň určitým řádem, vzbudit zájem. No a v obecné rovině je nejlepším učitelem sám život 😊.

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

Baví mě, že je to profese, ve které člověk může uplatnit svou kreativitu, neustále se učí a rozvíjí. Štve mě opravování testů a písmeček.

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

Líbila se mi soutěž první pomoci (a určitě to není pro to, že žáci, které jsem připravovala, dopadli velmi dobře :D)

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

I přes to, že se snažím nemít své oblíbence, tak je mám. Jsou to většinou žáci, kteří mají takový ten zápal pro věc, jsou aktivní a komunikativní.

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

Nejvíce se bavím s kolegy v kabinetu. A spolupracuje se mi dobře se všemi, se kterými jsem zatím měla tu možnost.

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

Jako malá jsem si hrála buď na učitelku, na sestřičku nebo kuchařku. Učitelka a sestřička se mi víceméně splnila, tak uvidíme, co život přinese :D

### Máte nějaký životní vzor?

Životní vzor nejspíš nemám, spíš nějaké životní principy, dle kterých se snažím žít.

### Jaké máte ráda seriály a filmy?

Vždy se pobavím u Přátel a poslední seriál, který mě zaujal, tak jako dlouho nic, je Wednesday. Z filmů jsou to ty, které člověk musí vidět nejméně dvakrát, aby je pochopil :D

### Jakou posloucháte hudbu a máte oblíbeného interpreta?

Hudební styl mám velmi různorodý.



### **Jaké čtete knihy?**

Mám ráda knížky Patrika Hartla.

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

Když je dobrá společnost, jsem pro jakýkoli sport. Poslední roky jsem propadla kolu, jak silničnímu, tak horskému. Také mám ráda chození po horách a v zimě lyžování.

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

Nejraději mám italskou kuchyni a moc nemusím mořské plody a ryby obecně.

### **Pivo nebo víno?**

K cyklistickému dresu pivo, k večerním šatům víno.

### **Máte domácího mazlíčka?**

Zatím se mi ho nepodařilo prosadit.

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

Moc doma neposedím, myslím, že jsem doma z prázdnin celkově byla tak 10 dní. Když je nějaké volno, většinou vyrazíme někam do hor, poznáváme nová místa, sportujeme i odpočíváme, a také navštěvujeme rodinu a kamarády, které mám na druhé straně republiky.

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

Samozřejmě nějakou představu mám, ale moc často ji nevyslovuji, neboť člověk mění, život mění 😊

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

I přes to, že učím krátce, tak historek z praxe je celkem dost, zatím si je nechám pro sebe 😊



Autor: Redakce

## Krajské kolo v basketbalu dívek

Dne 1. 11. 2023 se naše děvčata zúčastnila krajského kola, postoupila do kvalifikačního kola a porvou se o nominaci na republikové finále, které se bude konat v Brně, kde bude startovat šest nejlepších škol ze 14 krajů. To je obrovský úspěch pro naši školu.

### Konečné pořadí:

1. Gymnázium Matyáše Lercha (pořadatel)
2. SZŠ Jaselská Brno
3. Gymnázium a SZŠ Kyjov
4. Gymnázium Tišnov
5. Gymnázium Znojmo

Vedoucí družstva: Mgr. Hana Ondrášková



ASOCIACE ŠKOLNÍCH SPORTOVNÍCH KLUBŮ ČESKÉ REPUBLIKY

# ŠKOLNÍ SPORTOVNÍ SOUTĚŽE



2. MÍSTO

SZŠ Jaselská

Krajské kolo

Basketbal - dívky

Brno

1. 11. 2023



Workshop „Pojďte s námi znakovat“





### Exkurze vila Tugendhat – 3. LA se blíže setkala s funkcionalistickým skvostem Brna

Ve středu 1. listopadu 2023 se třída 3. LA vydala na exkurzi do vily Tugendhat. Prohlídka byla velmi zajímavá, a to i díky poutavému a osobitému vypravování paní průvodkyně, která žáky provedla každým koutem vily, vše zkušeně okomentovala a zároveň nechala každému návštěvníkovi dostatek prostoru načerpat atmosféru a prožít funkcionalistické umění na vlastní kůži. V obývacím pokoji jsme dokonce docílili impozantní chvíle díky podzimnímu slunci dopadajícímu na zbarvující se stromy v zahradě v kombinaci s podmanivou hrou na klavír studentek Kristýny Tlačbavové a Pavly Kovaříkové. Díky příjemnému počasí nebyla exkurze zakončena pouze v suterénu vily, ale v zahradě, kterou si žáci mohli projít celou až k vile Löw-Beer.



Přikládám také pár informací, které jsme se o vile na exkurzi dozvěděli:

- vila je unikátní funkcionalistickou památkou zapsanou na seznamu UNESCO.
- dnešní cena vily je nevyčísitelná, neboť některé materiály ve vile použité již není možné sehnat, nebo alespoň ne v takovém množství.
- v době stavby by si majitelé pouze za onyxovou stěnu v obývacím pokoji mohli pořídit přibližně pět honosných vil v okolí.
- manželé Tugendhatovi pobývali ve vile pouhých osm let, poté prchli před nacisty. Vilu za druhé světové války obsadili právě nacisté, poté v ní chvíli pobývala osvobozenec

ruská armáda (která mimochodem v obývacím pokoji ustájila koně a snažila si zatopit vzácným makassarským ebenem a palisandrem, avšak toto exotické dřevo nehořelo) a po válce vilu znárodnili komunisté. Tugendhatům již nikdy nebyla navracena. Nyní je vila majetkem města Brna.

- v době, kdy Tugendhatovi měli ve vile několik koupelen, lednici, důmyslné odvětrávání podobné dnešní rekuperaci, stahovací skleněné stěny a řadu dalších vymožeností, v Brně měla přibližně pouze každá pátá domácnost zavedenou tekoucí vodu.
- osudy domu (ne však už jeho majitelů) se staly inspirací pro román Simona Mawera *Skleněný pokoj*, podle kterého byl v roce 2019 natočen stejnojmenný film.
- vila brzy oslaví 100 let, tak ji také navštivte a objevte její nadčasovost.

Zapsala: Mgr. Lenka Čermáková







## Exkurze Tichá hrdinství

V pátek dne 10. 11. 2023 třída 3.S navštívila Institut Paměti národa v Brně na ulici Radnické, kde probíhala exkurze Tichá hrdinství. Tato interaktivní expozice zobrazuje příběhy z 2. světové války a padesátých let 20. století. První částí exkurze byl workshop, kde jsme probírali politické strany, členy těchto stran a jejich život. Při workshopu jsme byli zapojeni do programu, přiřazovali jsme kartičky se jmény a popisem jejich tváře k portrétům. Tato aktivita byla zábavná, všichni jsme to zvládli přiřadit správně. Druhou částí byla již zmíněná interaktivní expozice, která nám umožnila poznat a částečně prožít životní příběhy „tichých hrdinů“. Při procházení expozice jsme všichni měli sluchátka a tablet, s jehož pomocí jsme prostřednictvím mapy hledali panely, na kterých se postupně odhaloval život pamětníků. Já se spolužačkou jsem konkrétně byla seznámena s osudem Mileny Blatné, která se z jáchymovské úctárny dostala postupem času až do úseku technické kontroly, kde měřila obsah rudy ve vytěženém materiálu a zároveň byla s tamějšími vězni v bližším kontaktu. Z těchto jáchymovských dolů pašovala dopisy a také potkala jednoho z politických vězňů jménem Jiří, do kterého se zamilovala. Vztah spolu udržovali přes dopisy, nejdříve přes kamaráda a jakmile začaly být dopisy povolené, tak si psali napřímo. Svatbu měli týden po propuštění Jiřího. Exkurze byla zajímavá a dozvěděli jsme se spoustu nových informací.

Zapsala: Lucie Švajgrová



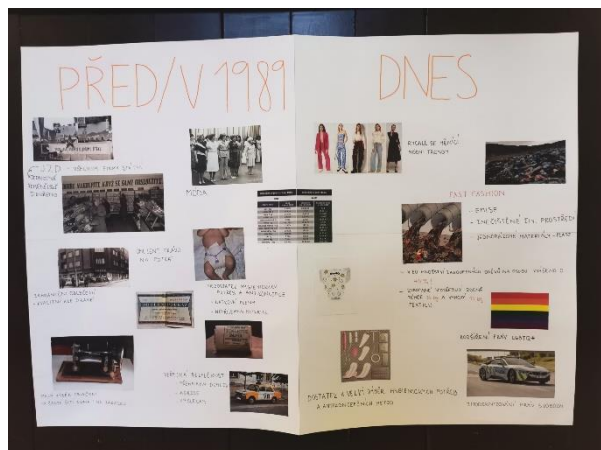
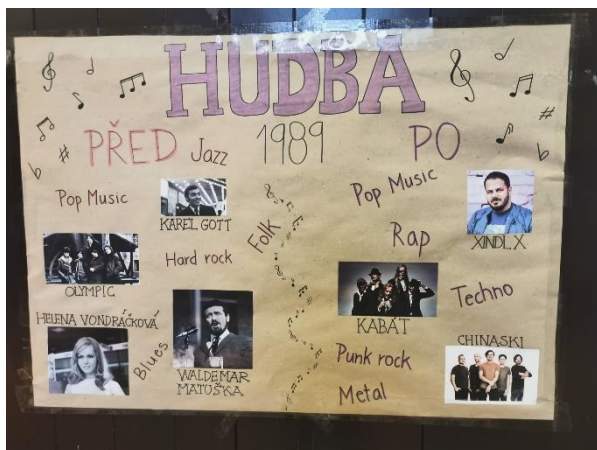
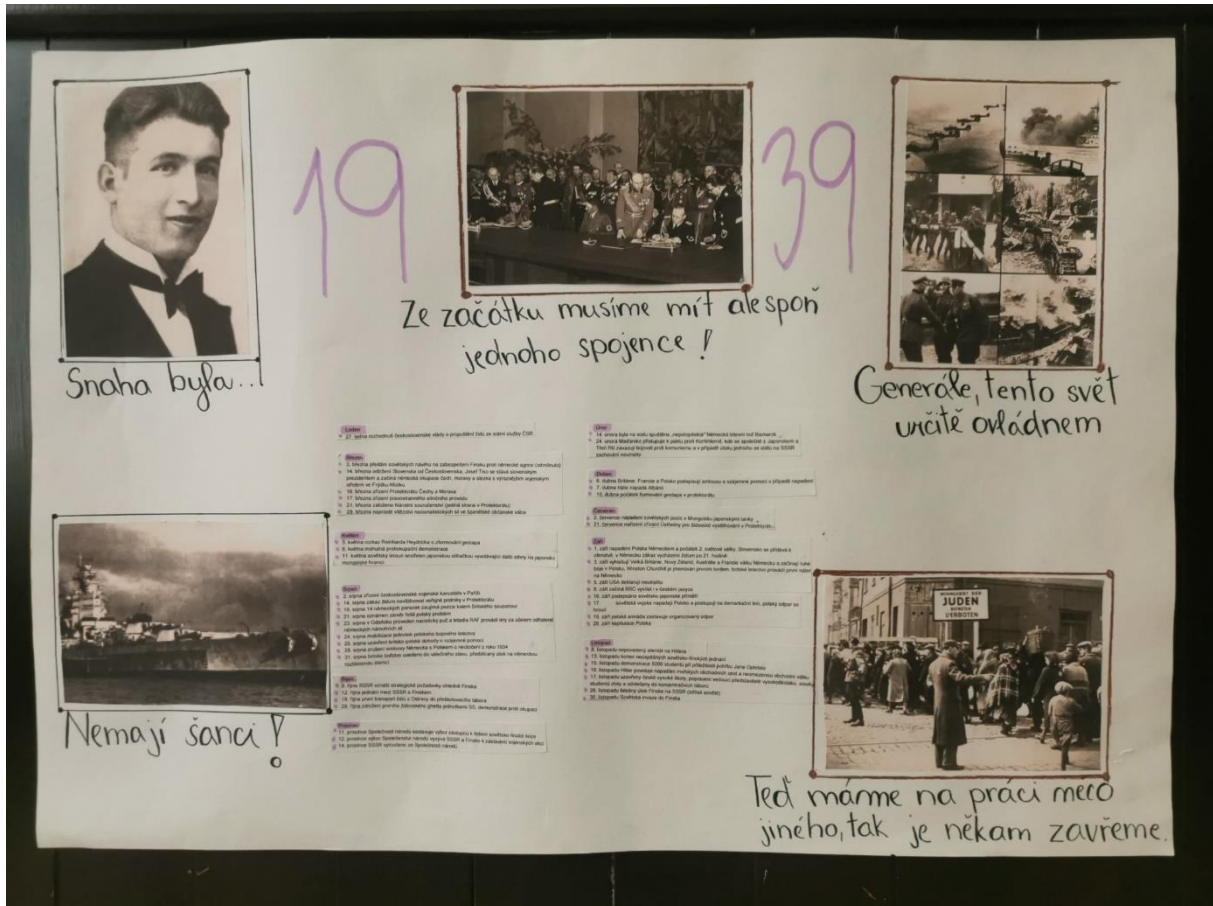


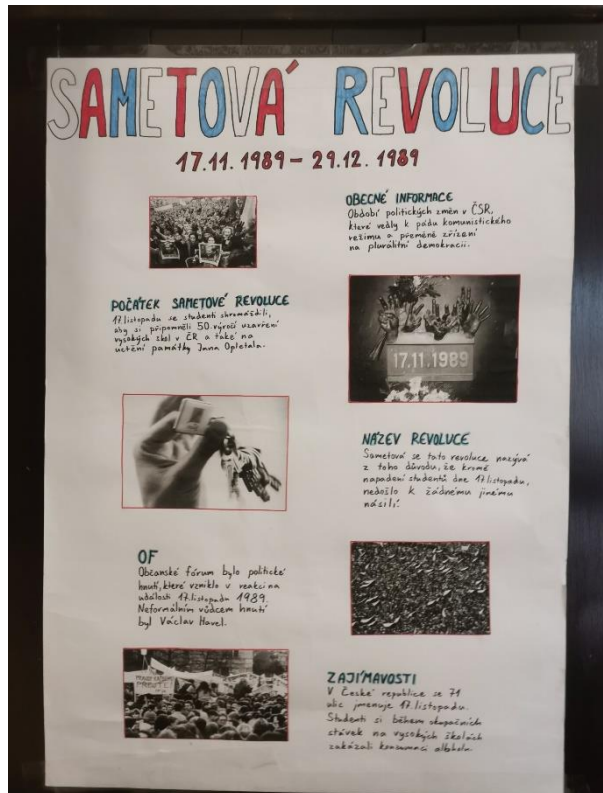
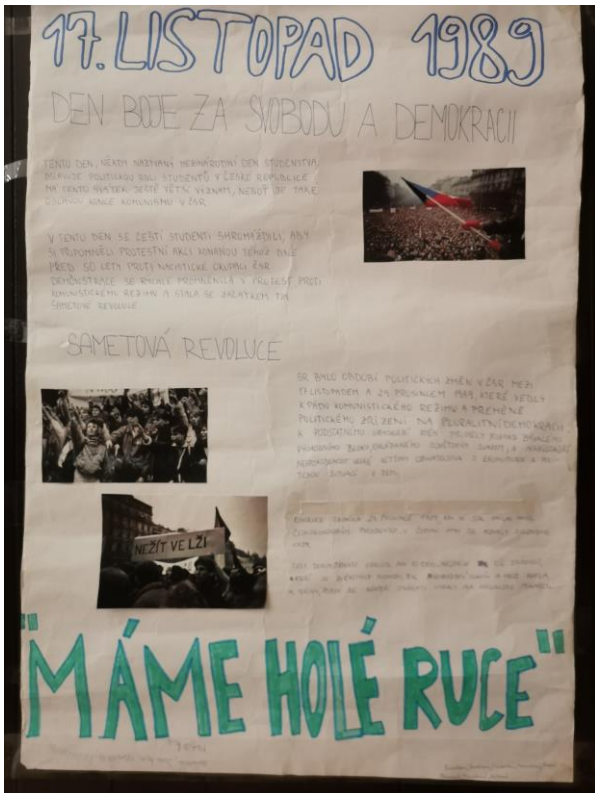
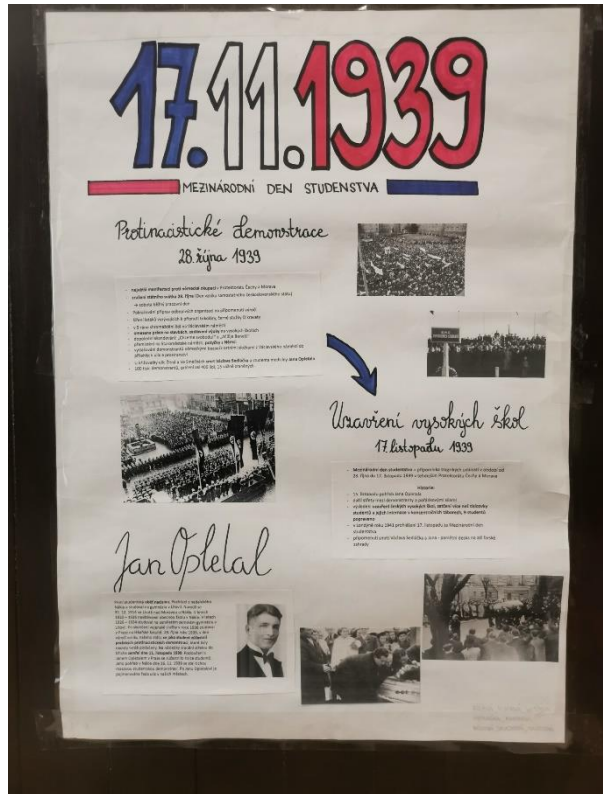
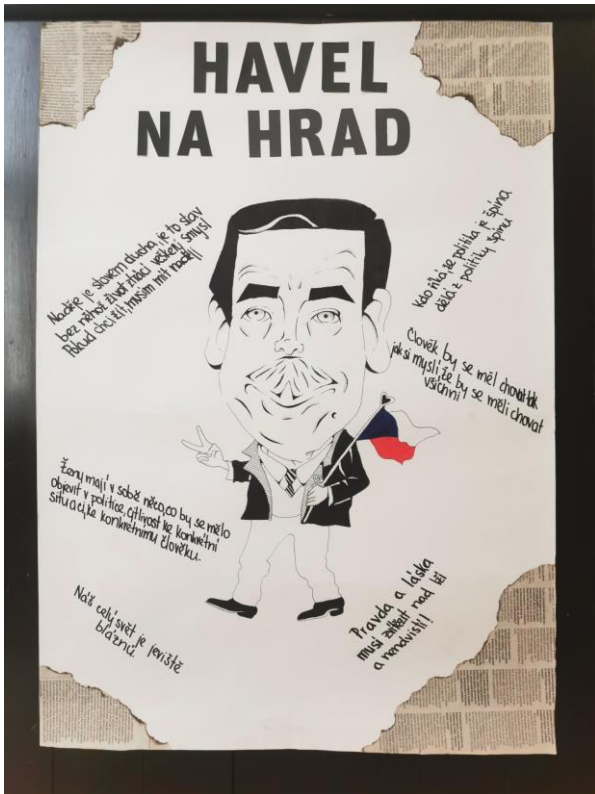


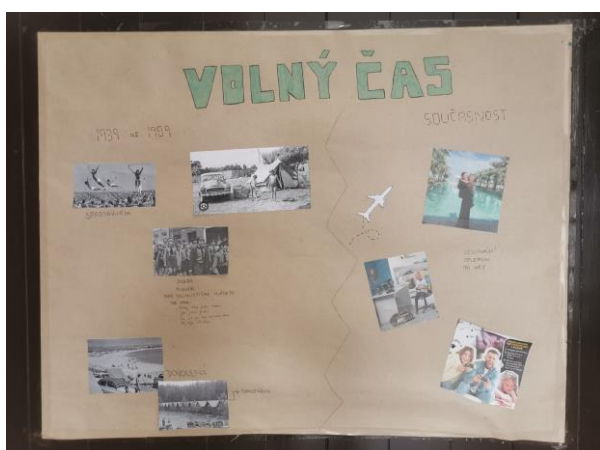
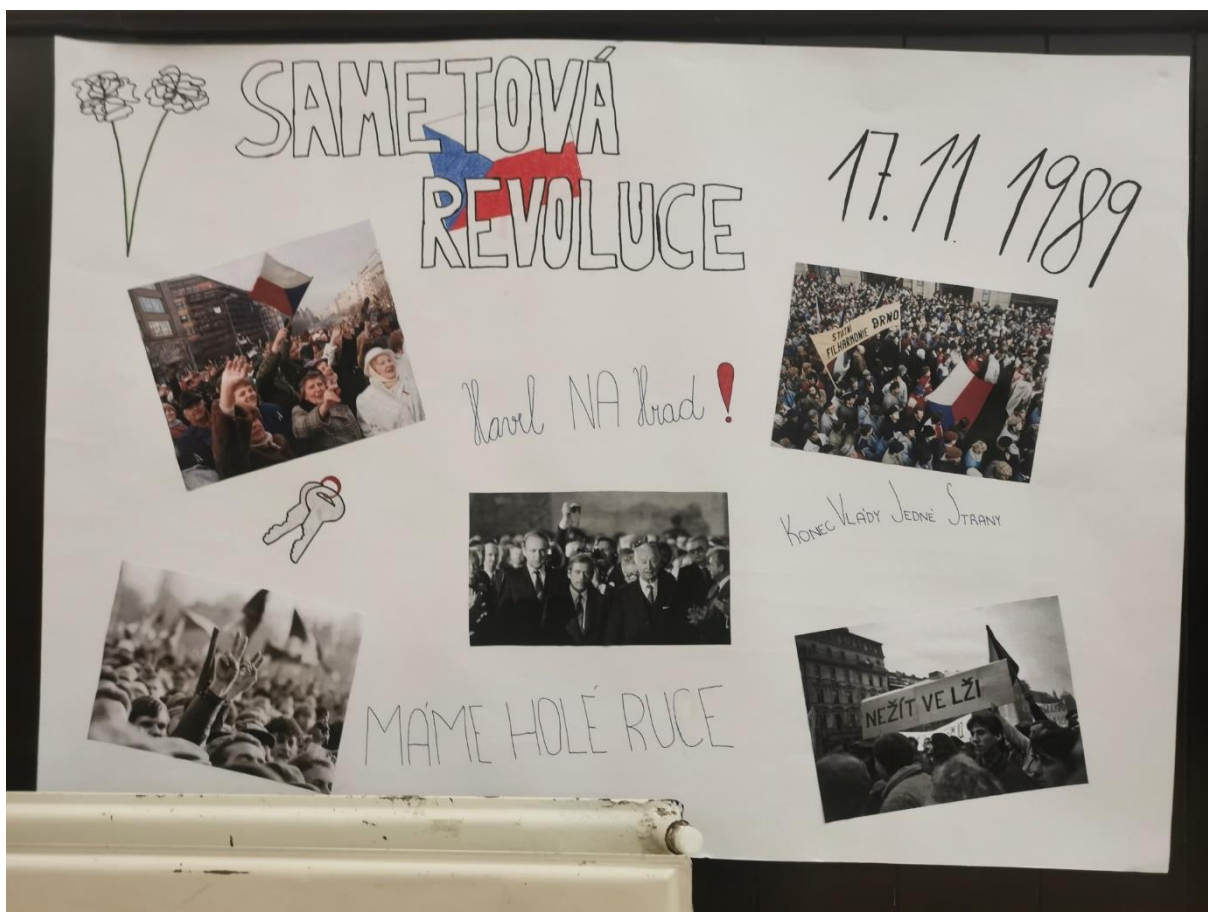
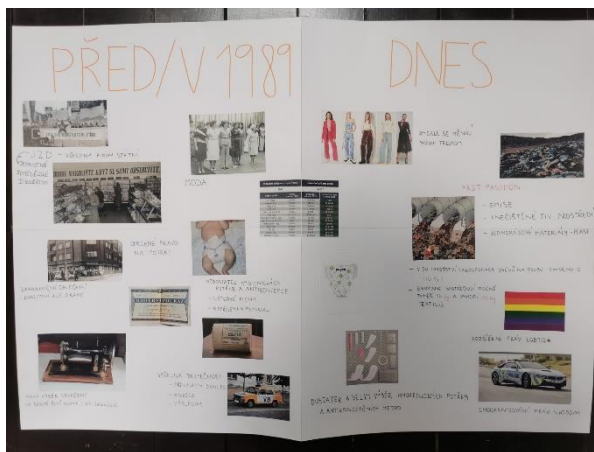
# Projektový den k připomenutí státního svátku Den boje za svobodu a demokracii

Od 9. 11. do 15. 11. 2023 na naší škole proběhl projektový týden věnovaný 17. listopadu. Projektu se zúčastnily všechny třídy. Projekt byl zaměřen na připomenutí 17. listopadu 1939 a na následné události 17. 11. 1989. Akce měla velmi pozitivní ohlasy. Žáci si odnesli nové informace. Důležité je vědět, že svoboda není zadarmo.

Zapsala: Mgr. Petra Valovičová







## Preventivní program Poruchy příjmu potravy – Anabell

V měsíci listopadu proběhlo na naší škole několik workshopů na téma „Poruchy příjmu potravy“, které byly určeny žákům prvních ročníků. Workshopy pořádalo centrum Anabell, které se zabývá problematikou poruch příjmu potravy. Workshopy vedla zkušená lektorka s letitou praxí v dané problematice. Program trval 90 minut a žáci se aktivně podíleli na programu.

Workshop žákům představil druhy a typy poruch příjmu potravy. Zaměřil se na destigmatizaci osob s poruchou příjmu potravy a zároveň cílil na posilování kompetencí v případě setkání se s nemocí v blízkém okolí. Mimo téma poruch příjmu potravy byla část workshopu věnovaná i posílení sebedůvěry a sebeúcty u žáků a podpoře kritického myšlení při konzumaci obsahu na sociálních sítích (především se zaměřením na vnímání kultu krásy).

Workshop žáci hodnotili kladně.

Mgr. Hana Kašparovská







## Logická olympiáda

Logická olympiáda je soutěž pořádaná Mensou České republiky založená na logických úlohách, jejichž řešení vyžaduje samostatný a kreativní přístup. Do soutěže se letos zapojilo v kategorii středních škol celkem 17 956 řešitelů, z toho v Jihomoravském kraji 2 109. Na naší škole se kola Logické olympiády účastnilo 164 žáků. Nejlepší řešitelé byli odměněni cenami ze SRPD. Gratulujeme.

Za kabinet matematiky Mgr. Eva Floriánová

### Vítězové školního kola 2023/2024

Pořadí na SZŠ Jaselská	Jméno žáka/žákyně	Třída
1.	Sebastian Trebula	1. LA
2.	Veronika Najbrtová	2. LA
3. – 5.	Marek Bambuch	1. LB
3. – 5.	Tereza Piotrovská	1. LB
3. – 5.	Klára Táborská	1. LB



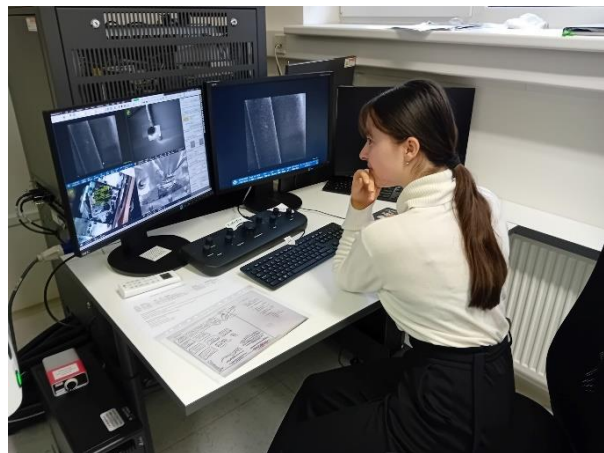
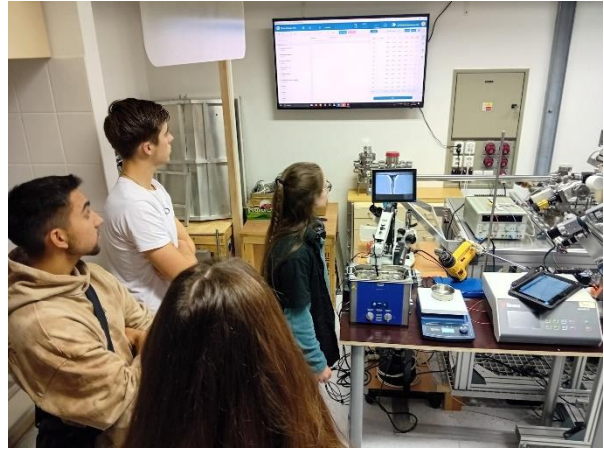


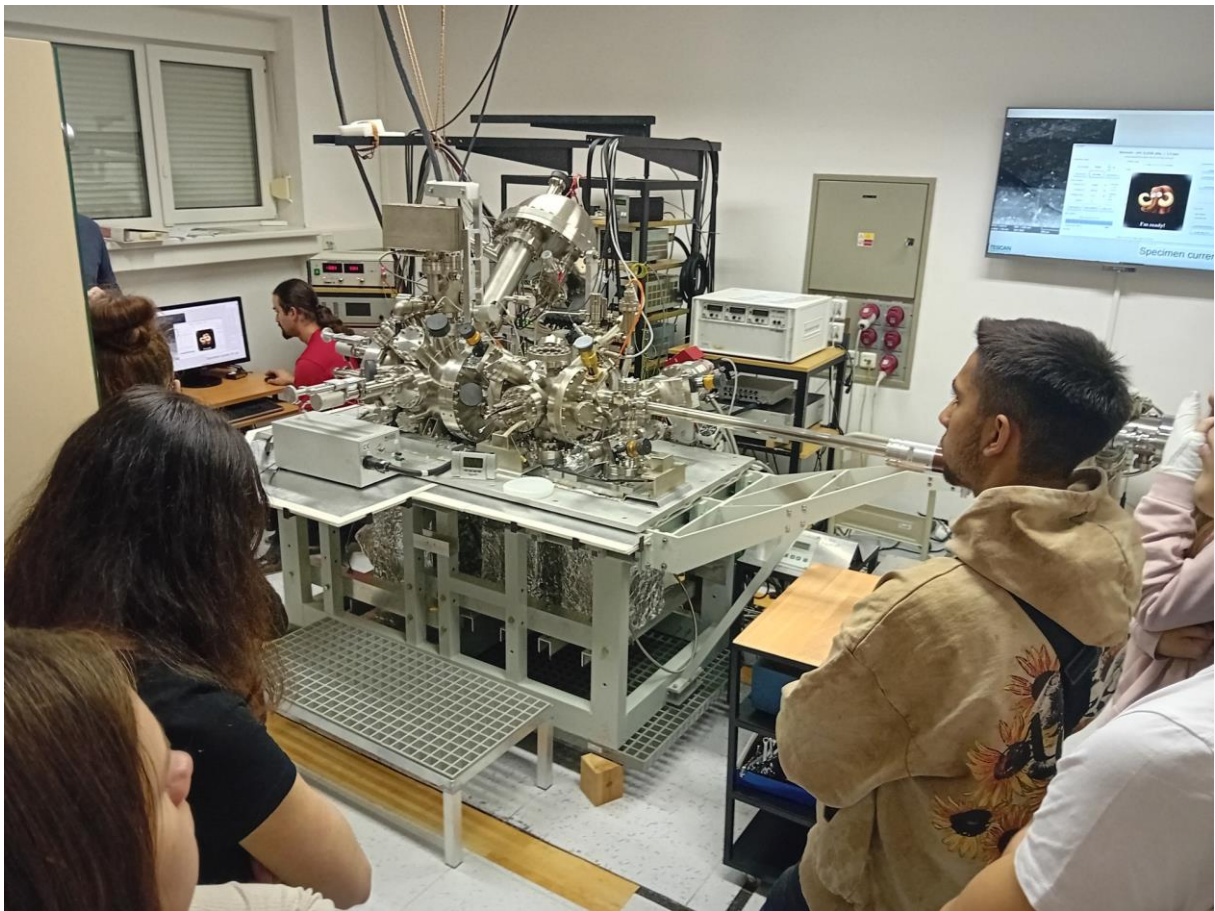
## Exkurze UPT

Dne 10. listopadu navštívila třída 3.LB Ústav přístrojové techniky, kde absolvovala workshop elektronové mikroskopie. V rámci workshopu se žáci dozvěděli princip elektronové mikroskopie a měli možnost ovládat elektronové mikroskopy v hodnotě 100 miliónů korun a pozorovat pod ním např. svůj vlastní vlas.

Zapsal: Mgr. Tomáš Novotný







## Pochodové cvičení s prvky ochrany obyvatelstva za mimořádných událostí

Dne 16. 11. 2023 se naše škola účastnila pochodového cvičení s prvky ochrany obyvatelstva za mimořádných událostí.

V dopoledních hodinách, za příjemného podzimního slunečného počasí, jsme se pustili do výšlapu na devět míst v Brně a v jeho těsném okolí.

Rozdělili jsme se do devíti skupin, kterou zastupoval a vedl jeden z učitelů tělesné výchovy.

Dále každou skupinu tvořily tři třídy se svými třídními učiteli a dalším pedagogickým doprovodem.

Žáci si během pochodu elektronicky vyplnili kvíz, který se týkal ochrany obyvatelstva za mimořádných událostí.

Okolo poledne následoval rozchod a všichni už se v pořádku mohli zase ubírat ke svým domovům s dobrým pocitem, že jsme ušli nějaký ten kilometr v přírodě na čerstvém vzduchu a udělali jsme tak i něco pro své zdraví.

Zapsal: Mgr. Jan Pejpek



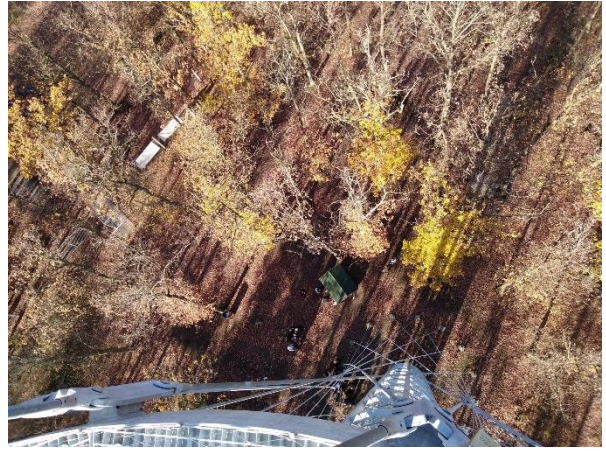














COV zdravotnictví Vás srdečně zve na

# NEFORMÁLNÍ SETKÁNÍ VEDOUČÍCH ODBORNÝCH PRACOVNÍKŮ V RÁMCI PROJEKTU IDZ JMK

**ČTVRTEK 16. 11.  
9.00 AŽ 13.00**

**DVORANA SZŠ BRNO, JASELSKÁ, P. O.**

**Program:**  
*slavnostní zahájení setkání  
základní informace o projektu  
prezentace spolupracujících škol  
návštěva COV  
příklady dobré praxe, sdílení zkušeností  
diskuze*



Spolufinancováno  
Evropskou unií



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,  
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



jihomoravský kraj



Střední zdravotnická škola Brno, Jaselská, příspěvková organizace  
Jaselská 7/9  
BRNO

Dne 16. 11. 2023 proběhlo v rámci projektu IDZ JMK (Implementace dlouhodobého záměru Jiho­moravského kraje) neformální setkání vedoucích odborných pracovníků ve dvoraně SZŠ Brno, Jaselská.

Úvodem ředitelka školy, PhDr. Zuzana Číková, přivítala přítomné zástupce škol a zástupce odboru školství JMK, paní RNDr. Hanu Slobodníkovou, Mgr. Luciena Rozprýma a RNDr. Romana Truksu. Dále ředitelka školy shrnula předcházející projekt iKAP JMK II a jeho přínos pro všechny zúčastněné. Byl také představen tým COV, který tvoří Mgr. Jana Váňová, odborná garantka a projektová manažerka, Mgr. Helena Čermáková, metodik odborného vzdělávání

a Mgr. Martina Cahová, metodik simulační místnosti. Finanční manažerkou projektu je vedoucí ekonomického a provozního úseku SZŠ Brno, Jaselská, Bc. Kateřina Mrázíková, DiS.

V rámci programu byli účastníci seznámeni se základními informacemi o projektu, o jeho aktivitách a časovém harmonogramu. Tyto informace jsou také dostupné v bulletinu COV.

Byla také představena webová stránka školského portálu Jihomoravského kraje.

Následovala prezentace jednotlivých spolupracujících zdravotnických škol v Jihomoravském kraji, které reflektovaly jedinečnou charakteristiku a nabídku jednotlivých institucí. Jednalo se o shrnutí informací o škole, nabízených oborech, aktivitách a projektech, odborné praxi aj. Dále v rámci prezentací jednotlivých škol došlo ke sdílení osvědčených postupů, nových výukových metod a také k diskuzi o výzvách ve zdravotnickém vzdělávání.

Neformální setkání ředitelů a zástupců zdravotnických škol nabídlo příležitost k přátelskému dialogu v oblasti odborného vzdělávání. Zaměřeno bylo především na sdílení zkušeností, řešení společných výzev a budování sítě profesionálních vztahů.

Zasedání splnilo svůj cíl, a to posilovat spolupráci mezi zdravotnickými školami, podporovat výměnu informací a podněcovat inovace ve výuce a řízení. Otevřená a uvolněná atmosféra výrazně přispěla k efektivnějšímu sdílení zkušeností a budování partnerských vztahů.

Zapsala: Mgr. Jana Váňová





**Projekt IDZ JMK**  
Implementace dlouhodobého záměru Jihomoravského kraje COV zdravotníků

**OBDOBÍ REALIZACE**  
09/2023 – 06/2024

**CELKOVÉ VÝDAJE**  
počet 414 269,20 Kč

Spolufinancováno Evropskou unií

MSMT  
MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

jihomoravský kraj

**INVIKTA PRŮZVA OHĚNHOBOGO NUTRIBO**  
Workshopy  
Oborní konference  
Simulační centrum oběťvstetví  
Neformální setkání vědeckých odborných pracovníků  
CENTRUM ODBORNÉHO VZDĚLÁVÁNÍ

**PROJEKT IDZ JMK**  
Buletin Brno, Jasná 6, p. o. BULETIN 7 Listopad 2023

**VIZE COV**  
Tvorba a aktualizace vzdělávacího obsahu Moderní vzdělávací metody Spolupráce s odbornými a institucionálními partnerstvy v oblasti výzkumu Sdílení informací a spolupráce mezi školami



## Výstražná stávka 27. 11. 2023

V pondělí 27. 11. 2023 se 65 pedagogů naší školy zapojilo do celostátní výstražné stávky (zapojilo se přes 70 procent škol), jejímž cílem bylo upozornit na přetrvávající problémy ve školství:

- snížení objemu prostředků na platy nepedagogů,
- snížení počtu míst nepedagogických pracovníků ve školách (dopad na platy všech zaměstnanců),
- nezvyšování finančních prostředků na platy pro ostatní pedagogické pracovníky,
- krácení prostředků na ONIV (pomůcky, školení, ...),
- vyplácení náhrady platu při nemoci ze mzdových prostředků,
- plán snižování počtu odučených hodin s možnými dopady na zaměstnanost (PHmax),
- připravovaná parametrizace asistentů pedagoga – snížení počtu asistentů, šetření na podpůrných opatřeních,
- debaty o navyšování přímé pedagogické činnosti.

Pro žáky bylo na tento den vyhlášeno ředitelské volno.



**27. LISTOPADU 2023**

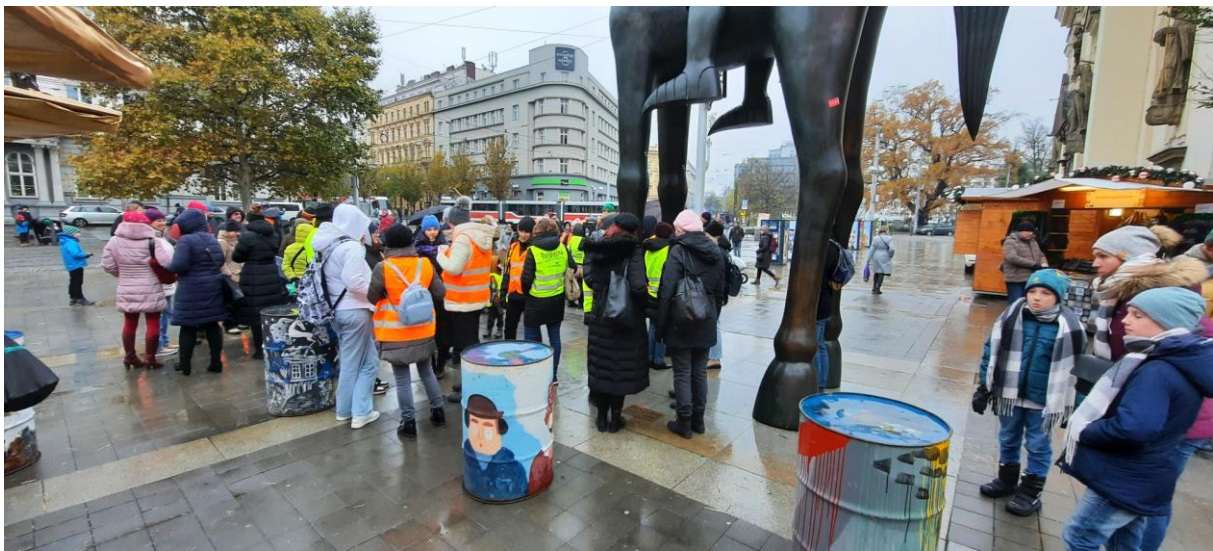
**SZŠ Jaselská  
jde do stávky!!**

**Sraz 27. 11. 2023 v 10:30 hod na  
Moravském náměstí u sochy Jošta!**

**Oranžové nebo žluté vesty s sebou!**







## Městské a krajské kolo středních škol ve šplhu na tyči dívek

Dne 22. 11. 2023 se uskutečnilo okresní a krajské kolo ve šplhu na tyči dívek.

Pořadatel: SŠ polytechnická, Jílová

Místo: SŠ polytechnická, Jílová

Vedoucí družstva: Mgr. Zuzana Horynová

### Složení družstva:

Veronika Halfarová (4D)

Soňa Brandejsová (3LB)

Magda Weiserová (3LA)

Romana Mezerová (1LA)

Alžběta Chlebková (1LA)

Eliška Krejčí (1LB)

Děvčata šplhala výborně a umístila se na krásném čtvrtém místě. Děvčatům gratulujeme a děkujeme za vzornou reprezentaci školy.

Zapsala: Mgr. Zuzana Horynová, vedoucí družstva



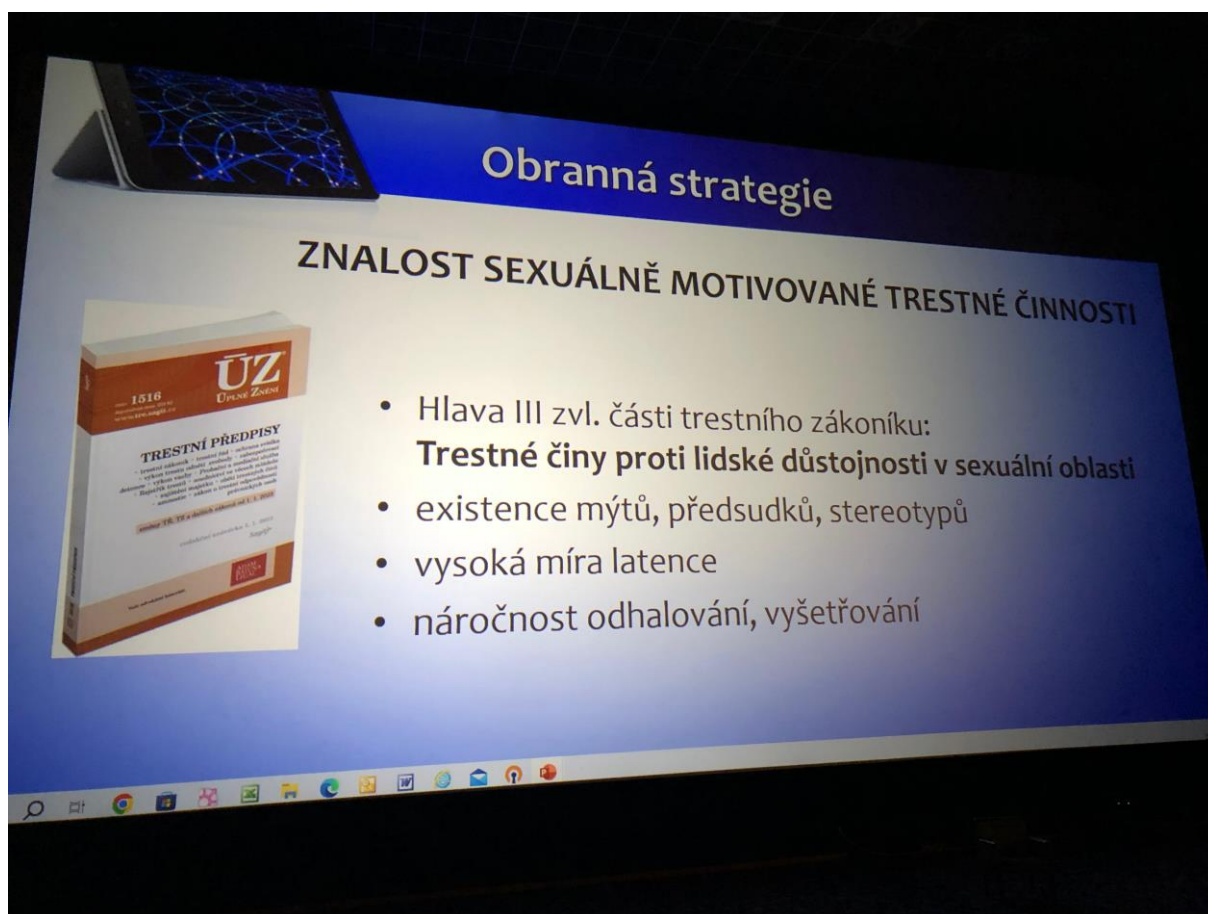


## Jak se nestát obětí sexuálního násilí

Dne 29. 11. 2023 se žáci třetích ročníků zúčastnili programu „Jak se nestát obětí sexuálního násilí“ pořádaného Agenturou JL. Program proběhl v kině Cinema City ve Velkém Špalíčku.

Přednášející mjr. Mgr. Jan Machuta je vedoucí mravnostního oddělení Krajského ředitelství policie hl. m. Prahy, služby kriminální policie a vyšetřování a podílí se na odhalování a vyšetřování nejzávažnější mravnostní trestné činnosti páchané na dětech. V přednášce upozornil na nebezpečné situace a chování, kterým mladí lidé v současné době nezřídka čelí a zároveň nabídl možnosti jejich řešení. Lektor hovořil o sexuálním zneužívání nejbližšími lidmi, sexuálních útocích neznámých pachatelů i o současném trendu – mravnostní trestné činnosti páchané v prostředí internetu. Přednáška byla velmi zajímavá. Na závěr mjr. Mgr. Jan Machuta zodpověděl velké množství dotazů žáků.

Mgr. Hana Kašparovská



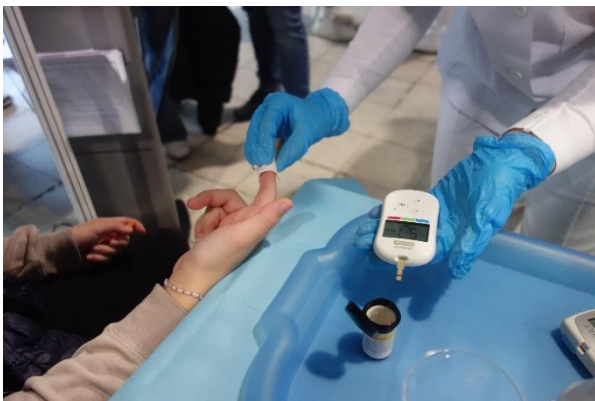


## Veletrh středních škol

Dne 24. a 25. listopadu se naše škola zúčastnila tradičního Veletrhu středních škol pod názvem „Tak kam?!“, který se konal na brněnském výstavišti v pavilonu G2. Během těchto dnů navštívilo stánek SZŠ Brno, Jaselská několik stovek zájemců o studium s jejich rodiči. Na stánku se přišlo dozvědět několik informací o škole, nabízených studijních oborech, aktivitách školy, seznámit se s pedagogy a nechat si změřit fyziologické funkce (tlak krve, pulz, saturaci kyslíkem, hladinu glykémie). Dále si mohli vyzkoušet odběr krve na modelu horní končetiny. Tyto aktivity nabízely žákyně oboru Praktická sestra. Nechyběla také prezentace oboru Zdravotnické lyceum a Sociální činnost. Celá akce se vydařila a velmi si vážíme toho, že před stánkem naší školy bylo po celé dva dny plno!

Zapsal: Mgr. Ondřej Otava





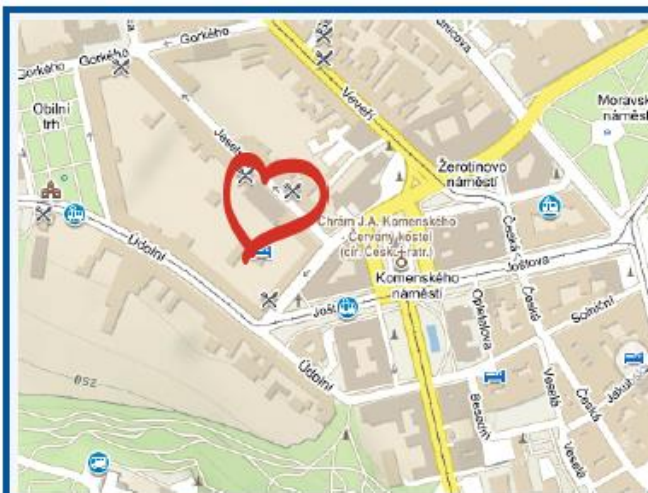








Kde nás najdete?



4

Komenského  
náměstí

3 4 5  
6 9 12

Česká

### Kontakty:

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

**Javelská 7/9, Brno 602 00**

**Tel.: 541 247 125**

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

Tvůrčí psaní studentů – Veronika, 4D

Ztřeštěný nápad vědce Jana – Sára Šacherová

MS ČR Masters v plavání – Mgr. Peter Milčák

Úvahy o praxi – Erika Dosoudilová

Zajímavý koníček – Klára Mařyčová

Postřehy z adaptačního výletu II – Třída 1C

Ohlédnutí za mediálním dnem II – Třída 2C

Gaudeamus – 4L

Můj nejzajímavější sportovní zážitek – Simona Trtílková (absolventka školy)

Kdo mě přivedl ke sportu – Alena Jarolímová (absolventka školy)

Já a sport – Khrystyna Valchak (absolventka školy)

Desinfekce rukou – PhDr. Milena Spurná

Já a výživa – 4L

Jak se nejlépe připravit na přijímačky na vysokou školu – ChatGPT - OpenAI

Recepty s AI – Google Bard

Medailonky sportovců – Mgr. Jan Pejpek

Tipy na filmy – Bc. Mariika Kaňová a redakce

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

Tipy na zajímavé aplikace – Redakce

Ostravské okénko – Mgr. Barbora Baláková

Rébus – Bc. Mariika Kaňová

Vtipy pro lepší den – Bc. Mariika Kaňová

## Umístění časopisu na stránkách školy

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

Šéfredaktor – Mgr. Jaroslav Miřkyna

## Úspěchy našich novin



3. místo  
v kategoriích - 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**