



Školní zpravodaj (ne)jen o škole

ZDRÁVKA

ŠKOLNÍ ROK 2018/2019

ČÍSLO 2

14. LISTOPAD 2018



Milí čtenáři,
dovolte mi, abych Vás jménem svým i jménem celého pedagogického sboru pozvala
k nám do školy na

DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ

dne

18. 1. 2019 od 13.00 do 17.00 hodin

V příštím školním roce otevíráme obory *Praktická sestra* a *Ošetrovatel*
(více o oborech a přijímacím řízení na straně 2)

Těšíme se na Vás.

Mgr. Jana Jandáčková
ředitelka školy

Vážení a milí čtenáři,

jsme rádi, že Vám můžeme nabídnout druhé číslo našeho školního zpravodaje a přinést Vám tak nejaktuálnější informace o dění okolo nás. Od začátku školního roku se opět událo mnoho zajímavých aktivit, exkurzí, výletů, projektů a sportovních i odborných soutěží. Zejména zde musíme zmínit obrovský úspěch našich žáků v prestižní soutěži Jihočeská sestřička, který se navždy zapíše do historie školy.

Budeme rádi, když nám dále zachováte přízeň a budete nás i nadále podporovat v našem snažení.

S přáním všeho dobrého Vaše redakce



VZDĚLÁVÁNÍ

Naše škola se nachází v klidném prostředí. Poskytujeme moderní studijní zázemí, sportovní vyžití a v neposlední řadě také ubytování v blízkém domově mládeže pro žáky ze vzdálenějších míst.

Informace o oborech

Obor **PRAKTICKÁ SESTRA**

(53-41-M/03)

Obor připravuje žáky v oblasti ošetrovatelské péče, prevence a léčby u dětí, dorostu a dospělých.

Forma studia: denní, 4 roky

Studium je zakončeno maturitní zkouškou

Obor **OŠETŘOVATEL**

(53-41-H/01)

Obor připravuje žáky v oblasti základní a specializované ošetrovatelské péče.

Forma studia: denní, 3 roky

Studium je zakončeno závěrečnou zkouškou s výučním listem

Informace k přijímacímu řízení

Ke studiu přijímáme děvčata i chlapce, celkem 60 žáků do oboru *Praktická sestra* a 30 žáků do oboru *Ošetrovatel*.

Přihláška ke studiu musí obsahovat lékařské doporučení.

Přijímací zkoušky se konají pouze pro obor *Praktická sestra* – písemné testy z českého jazyka a literatury a matematiky **v termínech 12. a 15. dubna 2019.**

Praktické vyučování

Probíhá v Nemocnici Tábor, a.s.

V oboru *Praktická sestra* probíhá odborná praxe v rámci předmětu ošetrování nemocných na školních stanicích nemocnice pod vedením odborných učitelek. Ve 3. a 4. ročníku 2 dny v týdnu, na konci třetího ročníku probíhá 4týdenní souvislá praxe.

V oboru *Ošetrovatel* v rámci předmětu odborný výcvik probíhá odborná praxe ve 2. a 3. ročníku 2 dny v týdnu, na konci 2. ročníku absolvují žáci 3týdenní odbornou praxi.

Žáci posledního ročníku obou oborů mohou v průběhu školního roku absolvovat týdenní stáž ve speciálních sociálních zařízeních v Prachaticích a ve Všeobecné fakultní nemocnici v Praze.

Škola pro své žáky organizuje:

- exkurze do zdravotnických a sociálních zařízení v celé ČR a také v zahraničí
- odborné stáže ve zdravotnických zařízeních v ČR i zahraničních zdravotnických zařízeních
- adaptační kurz pro první ročníky „Dokážu to“
- lyžařský výcvik pro žáky 1. ročníků
- sportovně-turistický kurz pro žáky 2. ročníků v Chorvatsku
- jazykové zájezdy a výměnné pobyty do Německa, Irska aj.
- dobrovolnickou činnost ve spolupráci s Farní charitou Tábor
- kroužek sportovních her, klasické latiny aj.
- vydávání školního zpravodaje „Zdrávka“



ODBORNÉ SOUTĚŽE

Kolosální úspěch našich svěřenců v soutěži Jihočeská sestřička, aneb když do toho jdete SRDCEM!



V sobotu 6. října jsem se společně se svými spolužáky Jakubem Prokopem a Jakubem Karlem Marešem, se kterými jsme tvořili jeden tým a s Eliškou Jarošovou, Zuzkou Neužilovou, Eliškou Flosmanovou a Katkou Kolářovou, které tvořily tým druhý, zúčastnila prestižní odborné soutěže Jihočeská sestřička pořádané Jihočeským krajem. V soutěži, které se účastní žáci a studenti středních, vyšších i vysokých škol, se letos utkaly týmy ze Strakonice, Českých Budějovic a z Tábora. Žáci a studenti zde prokazují své teoretické znalosti i praktické dovednosti. Letošní, již čtvrtý ročník, se konal ve strakonické nemocnici. Po našem příjezdu a následném zaregistrování do soutěže nás proslovem uvítal ředitel strakonické nemocnice a dva zdejší lékaři nám zapěli několik lidových písní. Později nás naši „vodiči“ odvedli na příslušná stanoviště, kde začal urputný hon za co nejvyšším bodovým ohodnocením. Celkem jsme si prošli dvanáct stanovišť. Vyzkoušeli jsme si například vyndávání stehů, odebírání krve, kardiopulmonální resuscitaci nebo převrácení očního víčka. Opravdu nelehkým úkolem pro nás bylo zvládnout rozběhnutý porod až do konce. I to jsme však bravurně zvládli. Po skončení celé soutěže jsme měli čas na procházku městem. K večeru byly vyhlášeny výsledky soutěže. A tam se stalo něco, čemu nemohl nikdo z nás uvěřit. **My jsme to dokázali!!! Vyhráli jsme!!!** Náš tým obsadil první místo a tým Elišky Jarošové obsadil třetí místo v naší kategorii. Ale to ještě nebylo vše. Po chvíli jsme zjistili, že náš tým zvítězil i nad vysokými školami a stali jsme se tak i absolutními vítězi! Odvezli jsme si tedy nejen krásné ceny a poháry, ale především neskutečný pocit radosti z takového úspěchu. Ale jak řekl Jakub: „Když všude se učí rozumem, ale nás učí především srdcem!“ Po oficiální ceremonii následoval raut, módní přehlídka, barmanská show a nakonec party. Příští ročník soutěže se bude konat v tábořské nemocnici a před námi tedy stojí nelehký úkol - obhájit prvenství i na domácí půdě.



Irena Košťáková, 3.A



EXKURZE A ODBORNÉ STÁŽE

Na návštěvě v RÚ Kladruby



Dne 24. října se studenti druhých ročníků, v rámci rehabilitačního ošetřovatelství, zúčastnili exkurze v rehabilitačním ústavu v Kladrubech. Jedná se o odborné léčebné zařízení, které poskytuje celodenní komplexní rehabilitační péči klientům po úrazech a operacích pohybového či nervového systému. Zde se studenti seznámili s rehabilitačními metodami, procedurami a zařízením, které tento ústav svým klientům nabízí. Žáci zde mohli vidět mnoho rozmanitých aktivit, např. chráněné dílny, kde se klienti věnují ergoterapii, umožňující klientům zachovat si maximální soběstačnost v běžných denních činnostech, dále vodoléčbu, vertikalizaci, aktivní i pasivní cvičení. Mezi vybavení patří jistě velice zajímavý systém zvaný Eksoskeleton. Jedná se o robotické rehabilitační zařízení, jež bylo vyvinuto vojenskými technologiemi pro léčbu pacientů s poraněním páteře, získaným poraněním mozku a dalšími neurologickými postiženími dolních končetin. Rehabilitační ústav v Kladrubech se stal vůbec prvním rehabilitačním centrem, které využívá k léčbě pacientů tento nový způsob rehabilitace. V souvislosti s touto technologií je třeba se zmínit také o nadačním fondu REGI Base I., a partnerské organizaci REGI Base Start, o.p.s., které navázaly spolupráci s Rehabilitačním ústavem Kladruby na nově vznikajícím projektu Centra komplexní robotické rehabilitace a školícího centra robotické rehabilitace pro pacienty se získaným poškozením mozku. Cílem aktivit nadačního fondu REGI Base je zajistit poskytování zdravotní léčebně rehabilitační péče především zraněným českým vojákům, novodobým válečným veteránům, hasičům, policistům a všem členům IZS, kteří při plnění služebních povinností utrpěli závažná zranění s následným poškozením mozku či míchy. Tato technologie je však určena i civilním osobám, které se léčí v RÚ Kladruby a které taktéž utrpěly závažná neurologická poranění. V roce 2014, stejně jako Eksoskeleton, v rámci společného projektu RÚ Kladruby a Nadačního fondu REGI Base I., získal RÚ další robotický rehabilitační systém Erigo®Pro. Jedná se o kombinovaný robotický polohovací stůl pro vertikalizaci, mobilizaci a správnou stimulaci a koordinaci těla v pohybu. Tento robotický přístroj je určen pro vertikalizaci pacientů po mozkové mrtvici, poranění mozku, poranění míchy a onemocnění CNS.

Eksoskeleton

Erigo®Pro



Mgr. Eva Urbanová, DiS.

V Domově pro seniory v Bechyni



Domov pro seniory Bechyně

Do nového domova pro seniory v Bechyni zavítali v říjnu na exkurzi žáci druhého ročníku oboru Ošetřovatel. Hned po příchodu do budovy byli zcela uchváteni její velikostí a příjemným vzhledem. Domov pro seniory v Bechyni poskytuje klientům sociální pobytovou službu a zajišťuje prožití klidného stáří. V současnosti v jedno- či dvoulůžkových pokojích žije 127 klientů, pečující o ně tým profesionálů pod vedením paní ředitelky Mgr. Aleny Sakařové, která se našich žáků ihned ujala a celý dům pro seniory jim ukázala. Zároveň je seznámila s koncepty terapie, které využívají. Například



koncept Bazální stimulace, Paliativní péče, Smyslové aktivizace a Biografické péče. Právě poslední zmiňovaný koncept žáky velice zaujal. Podstatou tohoto konceptu je využití klientova životního příběhu pro poskytování individuální péče. Tím je možné klientovi zachovat jeho zvyky a rituály z jeho domácího prostředí. Paní ředitelka žákům také představila koncept Namasté, který v současnosti zavádějí v domově do praxe.

Mgr. Eva Urbanová, DiS.

Návštěva Židovského muzea v Praze



polednem. Následoval krátký rozhovor vyplněný nejčastěji návštěvou KFC či McDonalds, zdatnější dívky stihly i nákup nějakých těch módních hadříků. Na závěr jsme si pod sochou sv. Václava podali ruce se dvěma ožvlými sochami a vyrazili jsme vlakem zpět do Tábora.

V mrazivém a zamračeném dopoledni 26. 10. 2018 jsme ve značné přesile 50 žákyň na 3 učitelé dorazili do Prahy do Židovského muzea, kde na nás čekaly dva výukové programy: Hanin kufřík a Holocaust. Oba programy nás provedly problematikou perzekuce Židů za druhé světové války, dozvěděli jsme se, jaké zákazy museli Židé dodržovat a jak těžké bylo stát na té správné straně. Součástí programu byla také prohlídka Pinkasovy synagogy, jejíž stěny pokrývá 80 tisíc jmen Židů z Protektorátu zavražděných za války, a přilehlého židovského hřbitova. Obě paní průvodkyně a lektorky se snažily vše jednoduše vysvětlit. Rozloučili jsme se s nimi až před

Mgr. Lenka Jedličková; Mgr. Aleš Brothánek

Památník Vojna



- 1960. Po prohlídce tábora se žáci ještě vydali do historického centra Příbrami - Březové Hory, kde navštívili jeden z nejhlubších dolů v Evropě, důl Vojtěch (1500m). Žáci statečně prošli odvodňovací šachtou a po obědě se vydali zpět do Tábora.

Dne 9.10.2018 se třídy 2.B a 3.B zúčastnily exkurze do prostor Památníku Vojna - Lešetice, ve kterém je pro veřejnost zpřístupněn původně zajatecký tábor, proměněný v padesátých letech na tábor pro politické vězně. Součástí prohlídkového okruhu je návštěva ubytovacích prostor, ošetrovny, táborového vězení a muzejní expozice, ve které jsou kromě jiného umístěny panely s osobními věcmi politických vězňů, zprávou o jejich často smyšleném prohřešku a následujícím postihu. Emotivní je zejména zeď se jmény všech popravených za politické přečiny mezi lety 1948

Mgr. Lenka Jedličková; Mgr. Aleš Brothánek



PROJEKTY ERASMUS +, GOALS A EDISON

S ERASMEM + do německého CUXHAVENU

Ve dnech od 16. do 22. září se pět vybraných žáků třetích ročníků společně se třemi učiteli vydalo na sever Německa do nádherného města Cuxhaven na mezinárodní setkání v rámci projektu GOALS = Get outside! Activitae life with sport!



Po vydařeném červnovém setkání v Polsku, o kterém jsme informovali v minulém čísle, jsme tentokrát zamířili s tureckými a polskými partnerskými školami do německého Lichtenberg – Gymnasium v Cuxhavenu. Jak už název projektu napovídá, byl tento náš pobyt doslova nabitý sportovními aktivitami. Po příjezdu do města již na naše žáky čekaly hostitelské rodiny, ve kterých byli po celý týden ubytováni. Na pondělí si pro nás naši němečtí partneři připravili hned několik příjemných překvapení. V dopoledních hodinách jsme se zúčastnili uvítací ceremonie. Byli jsme seznámeni s celotýdenním programem a trénovali jsme společný tanec „Flashmob“.

V odpoledních hodinách jsme se všichni vydali k moři zahrát si tradiční německou hru Boßeln. V úterý nás čekal celodenní výlet. Po odlivu jsme se vypravili s průvodci po mořském dnu na ostrov Neuwerk, který je od pevniny vzdálen 9 km. Této cestě se tradičně říká Wattwandern. Na ostrově jsme počkali na příliv a lodí jsme se dopravili zpět do krásného přístavu Alte Liebe v Cuxhavenu. Ve středu jsme se vypravili do Brém. Toto nádherně starobylé město s velmi zajímavou historií a úchvatnými památkami nás okouzlo. Za zmínku jistě stojí pohádka bratří Grimmů o brémských muzikantech, kteří se neodmyslitelně stali symbolem samotného města. Skvělé zážitky si pro nás naši hostitelé připravili také na čtvrtek, který byl ve znamení sněhu. Za ním jsme se rozjeli do města Bismarck. Po příjezdu se před námi objevila unikátní obrovská hala s názvem Snow Dome. Uvnitř této stavby se skrývala tři sta metrů dlouhá a sto metrů široká a skvěle upravená sjezdovka i se čtyřmi sedačkovou lanovkou, talířovou lanovkou, skokánky



i sáňkařskou dráhou. Venku sice ukazoval teploměr krásných 23 °C, ale uvnitř byly pouhé tři stupně pod nulou. Veškeré vybavení na lyžování – včetně oblečení – nám bylo zapůjčeno, a pak už jen hurá na svah. S červenými nosy a tvářemi jsme si užili několikahodinovou lyžovačku. Bylo to neskutečné a někteří z nás to zažili úplně poprvé. Poslední den programu provázal zvláštní závan vzrušení. Blížilo se vyvrcholení celého týdne. Ráno jsme ještě dopilovali některé taneční kreace a šlo se na to. Přesně v poledne jsme se všichni přemístili na nedaleké náměstí, kde jsme před zraky diváků a televizních kamer zatančili společný tanec se všemi žáky lichtenbergského gymnázia – „Flashmob“. Že se jednalo o skutečně velkou společenskou událost, nás později přesvědčily i články v cuxhavenských novinách, kde se o projektu GOALS a celé akci psalo na titulní straně. Na večer bylo připraveno slavnostní menu, zábava a předávání certifikátů a dárků mezi partnerskými školami. V sobotu ráno nás čekala cesta zpět domů.



Při loučení se objevily i slzičky. Všichni jsme se shodli, že celý tento týden byl prostě úžasný, našimi německými partnery skvěle naplánovaný a zrealizovaný a za to jim patří naše obrovské díky. Ale byl pro nás také plný skutečných a nezapomenutelných zážitků, které se nám všem vryly hluboko do paměti.

Mgr. Eva Urbanová, DiS.; Mgr. Jindřiška Černá

A jaký byl Cuxhaven 2018 očima Jakuba?

Po příjezdu do města Cuxhaven před budovu gymnázia jsem začal být čím dál víc a víc nervózní. Bylo to pro mě velmi těžké. Vůbec jsem nerozuměl a ještě jsem měl odpovídat??? Ale měl jsem velké štěstí. Moje Gastfamilie byla úžasná. Velký barák, krásný interiér a vlastní pokojík. Taťka s mamkou, Jasmínou a její sestrou byli velmi chápaví a hodně mi pomáhali se aklimatizovat.

Celý týden byl suprově naplánován. Pondělní dopoledne jsme strávili ve škole. Přivítala nás školní kapela a ředitel gymnázia. Odpoledne jsme hráli Boßeln. V dalších dnech jsme navštívili ostrov Neuwerk, město zvířecích muzikantů Brémy a lyžařský areál Snow Dome v Bispingenu. V programu byl také zahrnutý plážový volejbal, Flashmob a další pohybové aktivity. Náš výlet do Německa byl zakončen večírkem v restauraci, kde nám byly předány certifikáty.

Výměnný pobyt v Cuxhavenu hodnotím velmi kladně. Prožili jsme mnoho nezapomenutelných okamžiků a myslím si, že by byla škoda nepokračovat v kontaktu s německými rodinami. Chtěl bych poděkovat všem organizátorům, že jsem se mohl účastnit projektu, mým spolužákům a hlavně učitelům, že to s námi vydrželi.

Jakub Prokop, 3.A

DALŠÍ AKTIVITY A PROJEKTY

Sportovně-turistický kurz v Chorvatsku



Ve dnech od 7. do 16. 10.2018 prožili žáci třídy 2. A a 2. B spolu s vybranými učiteli sportovně-turistický kurz v Chorvatsku.

Po cestě, která trvala neuvěřitelných osmnáct hodin, jsme na místo do postelí zamířili na pláž a do města Baška Voda. Nutno dodat, že příjezd do kempu byl v sobotu sedm hodin ráno. Zbytek dne jsme odpočívali na pláži a užívali si moře. Na každý den byl naplánován skvělý program. Rána začínala

srazem před učitelským mobilheimem. Kdo chtěl vstávat dříve, mohl si zaběhat po pláži nebo zaplavat v moři. Druhý den nás čekal celodenní výlet lodí. Byl to skvělý zážitek, protože nás po celou cestu doprovázela skupinka delfínů. V pondělí jsme si udělali osmi kilometrovou pěší túru na Makarskou. Vše jsme zvládli bez následků a další den nás čekalo polehávání na pláži a večer opět výlet lodí. Ve středu byl zážitkový den. Zkusili jsme Crazy UFO a někteří z nás i parasailing. Učitelé šli do všeho s námi. Večer pro nás byla připravena večeře v klubu Viagra, kde jsme zůstali a strávili příjemný večer. Ve čtvrtek si naše výprava užila sjíždění řeky Cetiny na raftech a v pátek byl individuální program. Celý týden jsme se také trochu prali s vařením. Někteří úspěšněji, někteří méně úspěšně. V některých se dokonce probudili skrytí šéfkuchaři a jiní svými výtvary mohli krmit místní kočky. Večery jsme trávili dle vlastního uvážení ve městě či v kempu. Někteří z nás hráli karty a jiní potají chodili na popcorn k paní učitelce Bízkové. Po večerce nás vždy učitelé



obešli, zkontrolovali a popřáli nám dobrou noc. Se sobotou nadešel i čas našeho odjezdu. Cesta zpátky domů trvala „jen“ třináct hodin a černé uhlí se stalo po tuto cestu skvělým společníkem jedné naší nejmenované spolužačky. Jinak byla cesta bez větších komplikací a po příjezdu do České republiky se nás většina shodla, že by jela zase. Za všechny zúčastněné bych ráda poděkovala všem pedagogům za skvělé zážitky, úžasný přístup a svatou trpělivost. Také za to, že nikoho z nás neutopili, nikde trvale nezapomněli a vždy pro nás měli úsměv a dobrou náladu.

A MÉ DOPORUČENÍ PRO LETOŠNÍ PRVÁKY?

Určitě jedte, stojí to za to. No, a když náhodou nepojedete, nevadí, alespoň zůstane více míst pro nás ☺.

Markéta Buchvaldková, 2.A

Lehko na cvičišti, těžko na bojišti – aneb naše PRAKTICKÁ realita!

Praktická část školní docházky čeká všechny z nás, ale je to na každém, jak si s ní poradí. Než jsme letos poprvé navštívili nemocnici, tak jsme si říkali, jak to bude hrozné, že si nic z ošetrovatelství nepamätujeme a jestli to budeme zvládat. Je pravda, že člověk toho dost pozapomene, ale když jste nuceni situací jednat, vždy to nějak dokážete. My- žáci třetího ročníku- chodíme na ONP (oddělení následné péče), internu a chirurgii dva dny v týdnu- ve čtvrtek a v pátek dopoledne. Jsme rozděleni do tří skupin a pracujeme pod vedením odborných učitelek. Ze začátku jsme na odděleních jen upravovali lůžka a prováděli desinfekci. Po určité době se nám přibýly další výkony jako např. měření tlaku, podávání inzulinů nebo nebulizace.

Co pacienti? U našich nemocných je to velmi individuální. Jak byste se chovali vy, kdyby vás někdo v sedm hodin ráno budil a chtěl po vás něco, na co vůbec nemáte náladu, když jste nemocní? Setkáváme se s mrzutými, ale naopak i velmi příjemnými lidmi.

Co personál nemocnice? Na každém oddělení je to rozdílné. Záleží na tom, na koho zrovna narazíte. Většina sestřiček nám pomáhá, i když se najdou i takové, které by možná měly změnit profesi.

A učitelky? Jelikož jsme v nemocnici teprve od září, tak je to s nimi v pohodě. Vše nám vysvětlí a pomůžou, když si nevíme rady. Na ONP je to sice fofr, ale vše je k něčemu dobré. Zatím jsme celkem spokojeni.

Jakub Prokop, 3.A

Adaptační kurz prvních ročníků „Dokážu to“



aktivitami a hrami, které nás měly nějakým způsobem sjednotit a o večerech nás obklopovaly emotivním napětím se záměrem vzájemně se lépe poznat. Ve volných chvílích jsme se také seznamovali s druhou třídou. Z kurzu jsme odjížděli s jistým pochopením a poznáním nejen svých vrstevníků, ale i sebe sama. Když se zpětně zavzpomínám na adaptační kurz, myslím si, že nám pomohl překonat prvotní ostych a smysl celého kurzu se tak beze zbytku naplnil.

Když jsme 4. 9. nastoupili do autobusu, který nás měl odvést na adaptační kurz, byli jsme plni očekávání a zároveň plni obav. Absolutně jsme neměli tušení, do čeho jdeme. Smyslem tohoto kurzu je totiž stmelení a vzájemné poznání nově nastupujících „prváků“. Po příjezdu nás uvítaly tři energické slečny a prakticky okamžitě nás vtáhly do jejich světa. Zahrnovaly nás pohybovými



Veronika Mandryšová, 1.B



Kiwanis panenka zamířila do Městské klubovny do Sezimova Ústí



V prvním čísle našeho školního zpravodaje byl uveden článek o práci našich žáků s Kiwanis panenkou. Reakce na tento článek na sebe nenechala dlouho čekat a o pár dní později projevily zájem zapojit se do tohoto projektu i seniorky ze Sezimova Ústí, které se pravidelně v pondělí odpoledne scházejí v Městské klubovně. Chtěly se o tomto projektu dozvědět více a tak jsem se za nimi i s Kiwanis panenkami rozjela. Po pár úvodních informacích o úloze tohoto projektu, se ihned pustily do práce. Každá se chopila jedné panenky, na stůl rozbalily látky, vyndaly knoflíky, jehly, nitě, nůžky, vlny a fixy a už nebylo cesty zpět. Za hodinu a půl, kterou jsem v jejich společnosti mohla strávit a která ve mě zanechala nezapomenutelný zážitek, se začaly rodit nádherně oblečené a nazdobené panenky. Během své práce už plánovaly, co bude s panenkami dál a já budu velmi ráda, budu-li moci u toho být také i s našimi čtenáři prostřednictvím dalšího příspěvku.



Mgr. Eva Urbanová, DiS.

DOBROVOLNICTVÍ

Na naší škole funguje Program Senior, který zajišťuje Farní charita Tábor. Zájemci se mohou přihlásit již v prvním ročníku. Pracují ve svém volném čase a záleží pouze na nich, kolik času věnují této činnosti. Mohou pracovat se seniory i s postiženými dětmi. Hlavní náplní jejich práce je smysluplně využít volný čas klientů.

Více informací naleznete na webových stránkách naší školy.

Bc. Marie Kmínková /koordinátorka projektu/

Naši dobrovolníci na návštěvě v G-centru Tábor



Od září letošního školního roku opět navštěvujeme klienty v G-centru Tábor. Zde máme naše známé přátele v seniorském věku, jimž rádi děláme společnost, povídáme si s nimi a čteme s nimi jejich oblíbené knížky. Mezi poslední zdařilé akce ze dne 8. listopadu patří i tvořivá "dílnička", ve které jsme se tentokrát všichni věnovali výrobě hvězdiček z papírových obalů od porcovaného čaje. Pro velký úspěch ji budeme ještě opakovat. Sledujte také nástěnku našich dobrovolníků umístěnou ve druhém patře naší budovy, kde Vás budeme i nadále seznamovat s nejnovějšími aktivitami našich dobrovolníků. Jsem velmi potěšena, že o zapojení do této činnosti projevili zájem také žáci z 1.A. Tento zájem mě také utvrzuje v tom, že práce, které se zde věnujeme, bude pokračovat i v budoucnu.



Bc. Marie Kmínková



Účastnili jsme se osvětové kampaně „Dny zdraví 2018“

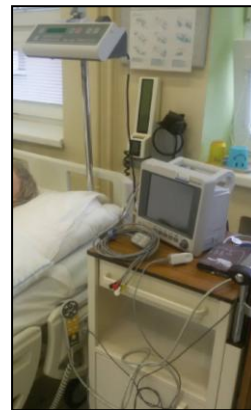
Ve středu dne 10. října se na náměstí T. G. Masaryka uskutečnily Dny zdraví 2018. Tato akce pořádaná městem se koná tradičně každý rok a jejím úkolem je šířit osvětu mezi veřejnost v oblasti zdraví a zdravého životního stylu. V letošním roce byla kampaň zaměřena na podporu nekouření a prevenci užívání návykových látek. Stejně jako v minulých ročnících jsme se do této kampaně opět s chutí zapojili i letos. Naši školu reprezentovali žáci Irena Košťáková, Jakub Karel Mareš, Jakub Prokop ze 3.A, Markéta Zíková, Barbora Šindelářová a Petra Vaňková ze 3.B za doprovodu Mgr. Jany Ondřejové. Návštěvníci si zde mohli nechat změřit krevní tlak nebo vyzkoušet brýle simulující opilost. Zájem veřejnosti byl velký. Žákům ze základních i středních škol, kteří také byli mezi návštěvníky akce, ukázali naši žáci následky kouření na nově zakoupeném simulátoru „Smokey Sue“. Jedná se o simulátor, který dramaticky demonstruje množství dehtu shromážděného v plicích při vykouření jedné cigarety. Dehet, který se při kouření inhaluje přímo do plic, se shromažďuje v průhledné trubici a ukazuje tak reálné množství dehtu, které se s každou vykouřenou cigaretou zřetelně usazuje kuřákům v plicích. Doufáme jen, že prezentace byla úspěšná a školáky přesvědčila o škodlivosti kouření.



Mgr. Eva Urbanová, DiS.

Projekt IKAP na naší škole

Naše škola se zapojila do projektu „*Implementace Krajského akčního plánu Jihočeského kraje I.*“, (IKAP) jako partner s finančním příspěvkem a podílí se na realizaci klíčové aktivity Podpora polytechnického vzdělávání. Tato aktivita je založena na intenzivní spolupráci mezi 15. partnerskými středními školami a spolupracujícími základními školami Jihočeského kraje. Cílem aktivity je zvýšení zájmu o polytechnické vzdělávání u žáků základních škol a prohloubení odborných kompetencí u pedagogů. Projekt je na naší škole realizován od září letošního roku a potrvá v období následujících dvou let. Děti ze základních škol se k nám přicházejí vzdělávat v rámci projektových dnů. V těchto dnech jsou pro ně připraveny vzdělávací aktivity týkající se především lidského těla a jeho zdraví. Zúčastní se třech vzdělávacích bloků, kterými je provázejí naši lektori z řad pedagogů a vybraní žáci ze třetích ročníků. První oblastí je Přírodověda – Jak pracuje lidské tělo - kde se dozvědí zajímavosti o dýchacím a oběhovém systému. Zde mají také žáci možnost reálně vyzkoušet, jak probíhá vyšetření dechové kapacity plic – tzv. spirometrie. Druhým blokem je Výchova ke zdraví – zdravé srdce a cévy pro hodnotný život - kde se žáci dozvědí mnoho informací o zdravé výživě a pohybové aktivitě. Mimo jiné se vzdělávají v poskytování první pomoci, naučí se zde měřit krevní tlak, pulz a také si mohou vyzkoušet jednu ze základních vyšetřovacích metod v kardiologii - měření EKG. Poslední oblastí je Chemie – Alchymie těla a zdraví člověka. Žáci se naučí sestavit aparaturu, provést metodu filtrace a následně si mohou prostřednictvím vlastních pokusů ověřit složení např. běžně konzumovaných limonád a funkci aktivního (živočišného) uhlí na trávicí soustavu.



Mgr. Eva Urbanová, DiS.



SPORTOVNÍ ÚSPĚCHY NAŠICH ŽÁKŮ

Středoškolský atletický pohár



Ve čtvrtek 20. září 2018 se na stadionu Míru v Táboře uskutečnil Středoškolský atletický pohár. Naše škola sestavila pouze družstvo dívek, ale dosáhla obrovského úspěchu, kdy jsme skončili na úžasném 2. místě. Holky předváděly vynikající výkony. Díky 2. místu jsme se kvalifikovali do krajského kola

Středoškolského atletického poháru, které proběhlo 26. Září 2018, a také zde jsme dosáhli vynikajícího výsledku, kdy jsme obsadili skvělé 4. místo. Jen těsně nám utekly stupně vítězů. Děkuje všem dívkám za výbornou reprezentaci školy.



Mgr. Tomáš Kolář

Florbal CHALLENGE



V pátek 26. října 2018 se ve sportovní hale v Soběslavi uskutečnil florbalový turnaj dívek. Naše žákyně se také zúčastnily a po vyrovnaných zápasech, kdy naše družstvo 2x remizovalo a pouze 1x prohrálo, obsadilo nakonec krásné 3. místo. Skvělá atmosféra a výborná nálada panovala po celou dobu turnaje.



Mgr. Tomáš Kolář

PŘIPRAVUJEME

- ✓ Mikulášské rojení
 - ✓ Vánoční besídky tříd
 - ✓ Vánoční trh ve škole
 - ✓ Tradiční Vánoční výstup na Sněžku
 - ✓ Dobrovolnické dílničky v G-centru
 - ✓ Exkurze a odborné stáže
 - ✓ Přednášky
 - ✓ Rozhovor s nově jmenovanou hlavní sestrou tábořské nemocnice
 - ✓ Odborné stáže ve zdravotnických a sociálních zařízeních
 - ✓ Vánoční Vídeň
 - ✓ Sportovní zápolení
- a mnoho dalšího již v příštím vydání☺



VOLNÝ ČAS

Blíží se vánoční čas a to je vždy nejlepší období pro něco netradičního. Připravili jsme si pro Vás opravdovou lahůdku v podobě jablečného koláče. Takže, pusťte se do toho a nám nezbyvá, než popřát Vám dobrou chuť a krásné a pohodové Vánoce.

Apple Cake

(1 hrnek = 250 ml)

- 1 a ½ hrnku hladké mouky
- ½ hrnku - cukr krystal
- 2 lžičky prášku do pečiva
- špetka soli
- 1 vanilkový cukr
- 1 citrón (dobře umýt, nastroumat kůru a vymačkat šťávu)
- 3 jablka (oloupat, nakrájet na čtvrtiny, vykrojit jádřinec, po vnější straně udělat nářezy po délce a potřít či pokapat trochou šťávy z citrónu – zůstanou pěkně světlá)
- 4 vejce
- 100 g másla (nechat změkhnout)

Postup:

Nejprve si připravíme směs z mouky, soli, prášku do pečiva a citrónové kůry. Pak je třeba připravit si jablka. Poté vyšlehat metličkou vejce, cukr, máslo a citronovou šťávu a přidat do směsi. Vše důkladně promíchat, vlít do vymazané a vysypané formy a zlehka poklát rozkrájená jablka. Na vrch jablek ještě nasypat trochu krystalového cukru, udělá to pěknou sladkou krustu ☺.

Pečeme na 175°C á 30-35 minut uprostřed vyhřáté trouby. Ještě teplé posypat moučkovým cukrem.



-eu-

Vydavatel: Střední zdravotnická škola Tábor, **Web. stránky:** www.szs-tabor.cz **Adresa redakce:** Mostecká 1912, 39041 Tábor, **tel.:** 381 252 514, **Odpovědní redaktori:** Mgr. Eva Urbanová, DiS., Mgr. Jindřiška Černá; **Redakční rada:** Eva Marie Vodičková 1.B, Veronika Mandryšová 1.B, Markéta Buchvaldková 2.A, Livia Pernicová 2.A, Tereza Kotrbáčková 2.A, Jakub Prokop 3.A, Irena Košťáková 3.A,

Připomínky a náměty: tel.: 381 252 514, **e-mail:** skolni.zpravodaj.szs@gmail.com
Školní zpravodaj vychází v tištěné i elektronické podobě (viz webové stránky školy)