



Školní zpravodaj (ne)jen o škole

ZDRÁVKA

ŠKOLNÍ ROK 2019/2020

ČÍSLO 4

16. PROSINEC 2019



Milé čtenářky a milí čtenáři,

v tomto předvánočním čase se nacházíme v období neustálých začátků a konců. Nedávno jsme si připomínali konec, pak začátek školního roku a za pár dnů budeme vítat nový rok dvacítek.

Život jde hodně rychle kupředu, a tak se občas zapomínáme ohlédnout za tím, co se nám nejen podařilo, ale také, co se nám úplně nevydařilo. Zda jsme se poučili z nezdarů a dokázali jít dál. Asi nejdůležitější je radovat se z maličkostí, z lidí kolem sebe, ze svých blízkých, přátel a kamarádů nových i těch dřívějších.

Současná doba je hodně hektická. Útoky, které se staly ve zdravotnických zařízeních, napadení nemocniční počítačové sítě nebo střelba v čekárně, se určitě dotkly každého z nás.

Snažme se proto, aby i s naším přispěním byl život co nejlepší, buďme k sobě nejen kritičtí, ale i laskaví a chápaví. Pokud se nám podaří co nejčastěji udělat něco pro druhé, co je potěší, co jim pomůže, pak i my, osobně, budeme o hodně šťastnější.

Všem žákyním a žákům, všem zaměstnancům školy a všem jejím přátelům přeji mnoho zdraví, štěstí, radosti a úspěchů jak v osobním, tak i pracovním životě.

Mgr. Jana Jandáčková
ředitelka školy

Vážení a milí čtenáři,

dovolte nám jménem naší školní redakce popřát Vám všem krásné vánoční svátky a úspěšný nadcházející rok, dětem krásné prázdniny a všem zaměstnancům školy zaslouženou dovolenou. Věříme, že budeme i v dalším roce pokračovat ve své činnosti a že Vám budeme i nadále přinášet aktuální novinky z prostředí kolem nás.

S přáním krásného vánočního času Vaše redakce



DOMÁCÍ I ZAHRANIČNÍ EXKURZE A ODBORNÉ STÁŽE

To, co je nám neznámé...

Tento rok se uskutečnilo mnoho exkurzí a přednášek. Jednou z nejzajímavějších přednášek se konala 16.10.2019, byla určena pro žáky třetího ročníku. Byla to ukázka gerontoobkleku, který simuluje, jak se staří lidé cítí ve vlastním těle. Vlastně si můžete díky němu vyzkoušet, jak se cítí vaši milí prarodiče. Jde se o vestu a kalhoty, ve kterých je různě rozmístěné závaží s přidanými pomůckami.

Další zajímavá exkurze byla ve stacionáři Klíček v Záluží, které se věnuje znevýhodněným klientům. Žáci si mohli prohlédnout celé zařízení, kterým Klíček disponuje. K nahlédnutí byly také kroniky, které se vedou od samotného založení stacionáře. Jsou zde fotografie a články z akcí pořádaných Klíčkem. Myslím si že, tyto akce jsou velice zajímavé a prospěšné. Zjišťujeme díky nim to, co za normálních okolností nemusíme vědět, tedy to, co je nám neznámé.....

Livia Pernicová, 3.A

Odborná stáž v Domově pro seniory v Bechyni



Ve dnech 7. - 8. 11. a 14. - 15.11. 2019 se studentky 2. ročníku studijního oboru Ošetrovatel zúčastnily odborné stáže v DS Bechyně. Hlavním cílem této stáže bylo seznámení se s aktivizačními technikami a koncepty, podle kterých je péče v tomto zařízení poskytována. Studentky měly možnost zúčastnit se smyslových aktivizací, reminiscenčních terapií, péče Namasté care a jiných aktivizací, které jsou na základě znalosti biografie klientům nabízeny. Žáci ocenili možnost zapojit se do kondičního cvičení a aktivní i pasivní



formy rehabilitace. Příjemným zpestřením bylo vyzkoušení brýlí s virtuální realitou, které jsou určeny zejména pro psychickou aktivizaci seniorů.

Mgr. Radka Maršíková

Rehabilitační zařízení Kladruby



V dnech 22. a 24. se října žáci 2. ročníků, oborů Praktická sestra a Ošetrovatel, vydali do rehabilitačního zařízení v Kladrubech, které poskytuje rehabilitační péči pacientům po operacích, úrazech a onemocnění nervového a pohybového ústrojí. Při příjezdu nás mile přivítal pán, který má na starosti chod a kulturní akce zařízení. Seznámil nás s celým procesem léčebné rehabilitace, kterou zde poskytují. Poté jsme měli možnost prohlédnout si několik úseků pro pasivní a aktivní rehabilitaci, bazény, fitness tělocvičnu, pokoje pro ubytování

pacientů i prostory pro roboticky asistovanou terapii. Dále jsme se seznámili s různými metodami léčby, jakými jsou například elektroterapie, termoterapie, vodoléčba a také jsme se porozhlédli po ergoterapeutických dílnách. Exkurzi jsme zakončili ve společenské místnosti, kde jsme si ještě o všem, co jsme viděli, popovídali. Poté jsme se s poděkováním za krásnou exkurzi rozloučili.

Aneta Píchová, 2.B



Odborná stáž v Irsku

Ve dnech od 10.11.2019 až do 23.11.2019 proběhl čtrnáctidenní projekt Erasmus Pro s názvem „Péče pro seniory v 21. století“. Tato stáž probíhala ve městě Sligo. Zúčastnilo se jí devět vybraných studentek čtvrtého ročníku maturitního oboru Zdravotnický asistent. Pobyty a stravování poskytly irské rodiny. Žákyně pracovaly v sociálním zařízení Nazareth House a Summervill v ranních a odpoledních hodinách. Ve dnech volna studentky Kabešová Eliška, Košťáková Irena, Parašínová Veronika, Maitnerová Kateřina, Novotná Eliška, Rybáková Jaromíra, Sládková Magdalena, Sládková Michaela a Šmídová Barbora měly možnost poznávat místní přírodu i historické památky v Sligu i okolí. Studentky tuto stáž hodnotily pozitivně, jak pro rozvoj cizího jazyka tak i odborných kompetencí.



Mgr. Alena Jirková

Návštěva Pražského hradu

První týden v prosinci, přesněji 2.12.2019, měli žáci 2. ročníku možnost navštívit a běžně nepřístupné prostory Pražského hradu.

Po příjezdu do Prahy jsme se prostřednictvím tramvají dopravili k Pražskému hradu, kde už stály zástupy turistů, kteří stejně jako my, stály o návštěvu prostor naší kulturní památky. Při průchodu bránou hradu kolem nás stálo několik strážníků, kteří hrad hlídali. Po bezpečnostní kontrole, která trvala jen pár minut, jsme všichni mohli začít s prohlídkou. Prostory byly z důvodů začátku adventní nálady doplněny velmi bohatou vánoční výzdobou a při vstupu atmosféru ještě doladily vánoční melodie. Prohlédli jsme si například ukázkou stolování při státních večeřích a výběr darů, sály a salony Nového paláce, kde se odehrávají společenské události. Celou prohlídku doprovázely obrazové panely a vánoční výrobky dětí z pražských základních škol. Po odchodu z Pražského hradu jsme měli možnost samostatně se porozhlédnout po vánočních trzích na Václavském náměstí a odvézt si tak pár drobných vánočních dárců pro své blízké.



Aneta Píchová, 2.B



DALŠÍ AKTIVITY A PROJEKTY



Čertovské rojení 2. C v G-centru

Dne 5.12. 2019 se třída 2. C zúčastnila čertovského rojení v G-centru. Studenti, převlečení za anděly, čerty a Mikuláše, potěšili svou návštěvou zdejší seniory. Čertovské rojení probíhalo jak ve společenských prostorách, tak na pokojích klientů.

Mgr. Radka Maršíková

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.

Mgr. Jitka Trpáková /koordinátorka projektu/

Žáci vyměnili uniformy a rozdávali radost po čertovsku



Dne 5.12 žáci 3. A převtělení v Mikuláše, čerty a anděly potěšili klienty v tábořské nemocnici a děti ve speciální Mateřské škole a Základní škole. V nemocnici navštívili dětské oddělení, kde jim básničku řekli jak menší děti, tak i ty starší či dokonce páni doktoři. Všechny děti za svou snahu a odvahu dostaly balíček a hračku. Bylo kouzelné pozorovat reakci dětí na Mikuláše a čerty. Všechny děti byly moc statečné a všem se to moc povedlo. Maminky byly také z návštěvy Mikuláše nadšené. Ovšem čerti byli natolik přesvědčiví, že museli čekat na chodbě. Ale i tak se jich některé děti bály. Tedy kromě dvou krásných čertic. Klid vnášela přítomnost andělů, kteří spolu s maminkami pro děti představovali před čerty ochranu. Jestliže to na dětském oddělení bylo krásné, tak na Oddělení následně péče to bylo nádherné. Ty úsměvy na tvářích seniorů byly opravdu neskutečné a obzvláště nás pak pobavilo, když si nemohli vzpomenout na žádnou jinou básničku než na nějakou lechtivou. Ale řekněte sami - kdo má možnost zazpívat si Rolničky s někým, komu je přes sto let?

Byl to pro nás všechny velice obohacující zážitek. Naši čerti byli tak přesvědčiví, že se před nimi zavřela v kumbále i vrchní sestra, které šli zazpívat k narozeninám. Všichni jsme si to velmi užili a už teď se těšíme na příští čertovské rojení.



Markéta Buchvaldková, 3.A



Rolníčka

Dne 5. 12. 2019 jeli žáci 2. B na exkurzi do Diakonie Rolníčka v Soběslavi, která již od roku 1994 pomáhá dětem i dospělým s mentálním a kombinovaným postižením z celého tábořského regionu. Privítali nás zde s otevřenou náručí. Nejprve nám rozdali hudební nástroje, hlavně bubny. Společně s klienty jsme si zabubnovali a zbavili se tak případného ostychu. Když jsme dobubnovali, rozdělili nás do několika malých skupinek. V těchto skupinách jsme procházeli prostory soběslavské rolničky. Ve většině učeben pro nás měli připravený nějaký program. V jedné nám nasadili na oči pásku a do ruky dali slepeckou hůl. V další jsme si zkoušeli různé vědomostní hry. V logopedické učebně nás seznámili s komunikačním systémem VOKS a nakonec jsme měli možnost zahrát si bocciu. Hráli jsme ve dvou týmech Zdrávka proti Rolničce. Po dlouhém a napínavém boji jsme vyhráli 6:1. Po opuštění rolničky jsme byli plni dojmů a zážitků, které si odnášíme sebou do našeho studentského a také budoucího profesionálního života.

Veronika Mandryszová 2.B

Chorvatsko 2019

Dne 6. září jsme se společně vydali na týdenní školní výlet do Chorvatska. Cesta byla jako každá jiná, zdlouhavá a vyčerpávající, ale i přes to jsme ve zdraví všichni dorazili do našeho vysněného cíle. Obě dvě třídy si naplno užívaly slunných dnů a možná až příliš slanejšího moře. Jezdili jsme na výlety do okolních městeček i na jejich pláže. Za mě byly rozhodně nejhezčí plavby lodí. Ten pocit volnosti, když vám nohy visí dolů z lodě, ve vlasech vám běhá lehce těžký mořský vítr a ve sluchátkách se vám přehrává hard-rocková hudba, která se prolíná se vzdáleným šuměním moře, je podle mně naprosto jedinečný. Přesto byl mým (a myslím, že nejen mým) oblíbeným místem Bar Viagra, který stál nedaleko od našich příbytků. Přes den byl opuštený, ale v noci modře prozářený, plný hudby a zpocených adolescentů.

Ptáte se, jak tento „ozdravně sportovní kurz“ hodnotím? Za mě prostě super, i učitelé se dokázali skvěle odvázat, což na recenzi mnohé ještě více vylepšuje.

Eva Marie Vodičková, 2.B

Alenka v říši divů aneb pojetí „maturáku“ 4. B

Rok se s rokem sešel a také třída pod taktovkou paní učitelky magistry Jitky Trpákové se dočkala svého maturitního plesu, jehož námětem byl příběh dívky ocitající se v imaginativním světě plném podivuhodností, pocházející z knihy Lewise Carrolla - Alenka v říši divů.

Maturitní plesy jsou bezesporu jednou z nejlepších školních událostí roku. Dámy a pánové se oblečou do krásných večerních rób a vydají se podpořit své blízké i přátele, které brzy čeká jejich první největší zkouška v životě, tedy zkouška maturitní. A ono přijít pogratulovat, popřát hodně úspěchu a pobýt v příjemné společnosti, má přeci jenom něco do sebe. Příkladem ples 4. B, s vtipným maturitním videem a úsměvným půlnočním překvapením, byl z mého pohledu velmi vydařený.

Učitelé byli hrdí na své žáky, že je dokázali „dohnat“ až sem i přes jejich vytrvalé letité odolávání. Vidíte dojaté rodiče, kteří s pláčem říkají „Jako kdyby to bylo včera, co jsem tě vedla za ručičku do první třídy“ a utírají si slzy do kapesníčku. I sami maturanti si čím dál tím víc uvědomují svou odpovědnost nejen vůči sobě samým, ale také k těm, kteří je na tuto společenskou událost přišli podpořit. Maturitní plesy jsou prostě jedna velká směs obrovských emocí. Radosti, smutku, strachu, úlevy, empatie i rodičovské pýchy. I my se připojujeme a přejeme budoucím maturantům hodně štěstí, pevné nervy a vytrvalost.

Eva Marie Vodičková, 2.B



Maturitní ples 4. A

Dne 1.11.2019 se konal maturitní ples 4. A, který se nesl v duchu Halloweenu. Oslovila jsem pár lidí, kteří se plesu zúčastnili a mezi nimi i jednu z maturantek. Ta mi o svém velkém dnu řekla „*Den maturitního plesu? No, pro někoho ráno jako každé jiné, pro mě můj večer. Nejdřív jsem si jela nechat udělat účes a měla jsem pocit, že všechny ty sponky mám zaražené až někde v mozku. Poté jsem se jela nechat naličit, a pak konečně do Tábora. Takže celý den na cestách. V hotelu Palcát jsme všechno připravovali, různé fotky, balóčky, dekorace na stoly atd. Oblékli jsme se do šatů a kluci do obleků, všichni jsme si pomáhali. Nejdříve čas utíkal rychle, ale čím víc se blížila sedmá hodina, neskutečně se vlekl. Začali chodit rodiče a kamarádi a my byli nervózní čím dál víc. Když přišel čas na náš slavnostní nástup, byli jsme tak nervózní, že se něco pokazí, že zakopneme nebo nedej bože upadneme. Nástup jsme za nás zvládli nad naše očekávání. Náš večer utekl tak rychle, že to nebylo ani možný. Necelé čtyři roky příprav a jen jeden večer!*“ Ples měl pozitivní ohlasy u rodičů, učitelů, ale i u studentů, kteří šli podpořit naše maturanty. „*Atmosféra byla skvělá, stejně tak jako maturanti. Večer jsem si užila na plno a žádný maturák se tomu asi dlouho nevyrovná*“, řekla studentka třetího ročníku Lenka Moravcová.

Livia Pernicová, 3.A

ROZHOVOR

30. výročí sametové revoluce

V roce 1989, se dne 17. 11. konala povolená demonstrace k 50. výročí uzavření vysokých škol. Po skončení této demonstrace pokračovala velká část demonstrantů na pochod do města, aby projevila nesouhlas s tehdejším komunistickým režimem. Letos 17. listopadu jsme si připomněli 30. let od této události a paní učitelka Matušíková si pro nás připravila prezentaci. Aby program ještě více obohatila, pozvala k nám do školy významného hosta - bývalou ředitelku V. Bozadžievovou.

Rozhovor s Mgr. Janou Matušíkovou na téma sametové revoluce

Říkala jste, že jste ve stejném roce, kdy proběhla sametová revoluce, nastoupila do školy. Jaká tu byla atmosféra?

Atmosféra stejná jako všude v těchto letech, zdánlivý poklid, většina lidí se o politickou situaci nezajímala, vše běželo v zajetých kolejích

Jak jste se dozvěděla o tom, že probíhá sametová revoluce?

Po kouskách, v televizi se právě 2 dny nic neříkalo, postupně pronikaly informace o „neposlušných“ studentech, kteří vyvolávají nepokoje. Něco víc pak od kamarádů, kteří ještě studovali v Praze

Jako nejmladší učitelka jste měla jít s žáky demonstrovat. Jaké byly vaše dojmy?

Překvapené, nadšené. Překvapené z toho, že samy žákyně se rozhodly a nadšená z příslibu změn i tehdejší atmosféry

Máte nějaké vtipné vzpomínky, nebo byla nálada velmi vypjatá?

Vtipné ne a v Táboře určitě vypjatá nálada nebyla. Spíš očekávaná euforie z něčeho nového, co se blíží

Když se zpětně ohlédnete na výsledek sametové revoluce, jste s ním spokojená? Změnilo se něco? Pokud ano, k horšímu nebo k lepšímu?



Pro mě je výsledek sametové revoluce jednoznačně požehnání. Samozřejmě ideál 90. let odezněl. Ale zásadní je pro mě svoboda, možnost volby

Chcete něco k sametové revoluci nebo dění na škole dodat?

Asi ne. Jsem ráda, že jsem si tu dobu prožila a vždycky na ni budu vzpomínat jako na zásadní okamžik mého života

Jak byste zhodnotila projektový den na naší škole s hostem?

Já jsem byla s dokumentem i vystoupením bývalé ředitelky V. Bozadžievové spokojena. I ona se cítila mezi studenty dobře. A jestli vám její vzpomínání něco dalo, jen dobře. Pevně doufám, že minimálně všichni víte, co tento státní svátek přinesl a znamená.

Veronika Mandryšová, 2.B

Privítaly jsme nové tábořské občánky

V listopadu jsme s Míšou vítaly nové občánky. Vše se událo v hlavní místnosti tábořské radnice, kde měl projev starosta Tábora Štěpán Pavlík, který dětem popřál hodně štěstí, zdraví a hodně radostí do života. Vystoupení zde měly i holčičky z mateřské školky a vše bylo zakončeno malým občerstvením a popovídáním s rodiči. Bylo nádherné, pochovat si alespoň na chvíli ty malé krásné dětičky.



Markéta Fíková, 3. A



PRO VOLNÝ ČAS

Vánoční báseň

Místností zavoněl pečený čaj,
ledovou pokrývkou pokryt je celý kraj.
Nemocníci zní rolnička
a únava padá nám na víčka.

O adventu má být klid všude,
snad letos trocha sněhu bude.
Ve škole žáci nedočkaví jsou,
ať už prázdniny započnou.

Vánoce klepají na vrátka,
v televizi běží pohádka.
Snad už jen vánočka schází
a Štědrý večer pomalu vchází.

Markéta Buchvaldková, 3.A

Vůně pečeného čaje k vánočnímu času zkrátka patří.....

Je to velmi jednoduché. A co budete potřebovat?

1 kg ovoce (jakékoliv čerstvé, zmrazené či zavařené – kombinace - jablka, hrušky, pomeranč, citrón, švestky, borůvky, maliny, ananas....zkrátka to, co máte rádi)

1 kg krupicového cukru

5 ks badyánu

5 ks celé skořice

5 ks hřebíčku

Velké ovoce nakrájíme na malé kousky, pomeranč a citrón zbavíme kůry, drobné necháme vcelku. Vše vložíme i s kořením do pekáče, zasypeme cukrem a promícháme. Pečeme nezaklopené asi 40 minut na 180°C. Ještě horké lze dát do zavařovacích sklenic, zavřít a otočit dnem vzhůru. Uchováte si tak čaj na delší čas, nebo jím můžete někoho obdarovat.



- eu -

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