

Podlavičník



Střední zdravotnická škola
a Vyšší odborná škola zdravotnická
České Budějovice

ÚVODNÍ SLOVO

Milí čtenáři,

právě držíte v rukou nový Podlavičnick. První číslo v tomto školním roce. Rodilo se dlouho a těžce. Příčiny byly objektivní. Některé členky redakce odmaturovaly a bylo třeba najít nové redaktory. Rovněž nás zdržely oslavy založení naší školy. A právě ty jsou hlavním tématem tohoto čísla. Dále v něm najdete rozhovor s novým členem učitelského sboru, článek o tom, jak efektivně studovat, co jíst, aby to bylo zdravé a hlavně k jídlu. Dozvíte se zajímavosti o korejském školství a budete rádi, že studujete na zdrávce. Takže čtěte a dobře se bavte.

Redakce Podlavičnicku

OBSAH

Oslavy 70. výročí naší zdrávky	4
Oslavy školy očima prvků	5
A jak se oslavovalo v sobotu?	6
Rozhovor s nováčkem našeho pedagogického sboru Mgr. Zbyňkem Váchou, Ph.D.	10
Jihočeská sestřička roku 2016	12
Odborná ošetřovatelská praxe v Německu	14
I zdravé jídlo může chutnat.....	15
Plněné papriky jako předkrm.....	15
Špenátové těstoviny jako hlavní chod	15
Celozrnné sušenky s brusinkami jako dezert	16
Porovnání školství v Jižní Koreji a u nás	17
Metody učení	19
Malý rozhovor.....	19
Perly z maturitních písemek	21
Hlášky ze školních lavic.....	22
Středoškolská futsalová liga	23

OSLAVY 70. VÝROČÍ NAŠÍ ZDRÁVKY

Letošní oslavy byly moje v pořadí třetí. Vlastně už jsem pamětník. I kdybych je chtěla porovnat, nešlo by to. Každé měly něco do sebe. Třeba ty minulé modré nebe, sluníčko a teplo. Ty letošní provázelo počasí jak doplněk k depresi. Ovšem všechny mají něco společného. Jakmile se začne mluvit o oslavách, reakce studentů jsou mírně řečeno nedůvěřivé. Kdyby šlo digitálně promítat myšlenky na display na čele, blikalo by tam: „Cože? Jakože co? Jaký oslavy? Proč? Zase nějaká buzerárna. V sobotu do školy? To se snad zbláznili (myšleno vedení školy a sbor). Motivačně působí, slíbili pan ředitel nějakou výhodu (např. volný den)

Dny D se blíží a dochází k tomu, na co se vždy těším. Studenti sami začínají být aktivní a tvořiví. Atmosféra je zkrátka pohltí. A nastává vrcholný okamžik. Průvod. A těch přibližně pět set jedinců v bílomodých sestřičkovských uniformách a v tričkách s logem školy vyrazí do ulic, lidé mávají, usmívají se... a jedinci najednou zjišťují, že je vlastně fajn někam patřit a že už nejsou jedinci, ale že tvoří fenomén zvaný zdrávka. Ten pocit sounáležitosti je příjemně opojný. A trvá i druhý den, kdy do školy proudí davy pamětníků, kteří kdysi seděli v lavicích a prožili tu kus svého mládí. Sejdou se tu spolužáci, kteří se třeba třicet a více let neviděli, setkají se staří učitelé se svými bývalými studenty, bývalí kolegové. Jsou slyšet slova chvály, dojetí... V těchto okamžicích je pocit sounáležitosti nejsilnější a přidává se k němu u většiny z nás i hrdost, že sem patříme. Proto jsou tyto akce tak důležité. Aby si naši studenti uvědomili, že zdrávka není jen budova s bludištěm schodišť a teď i s výtahem, že je to něco víc. Jak to definovat, aby to nevyznělo moc pateticky? Nevím.

Pan ředitel se nechal slyšet, že jsou to jeho poslední oslavy. Nikdo mu to nevěříme, protože ho známe. Oslavy má rád a ví, proč jsou důležité. No a navíc jsme se v přípravách zkonalili natolik, že bychom je mohli ostatním školám připravovat „na klíč“. I letošní oslavy jsou nezapomenutelné. Pro skupinu italských

turistů, kteří zřejmě ještě neviděli tolik hezkých holek pohromadě a podle toho reagovali, budou nezapomenutelné určitě. Tak, hoši, za pět let zase!

A ještě malý dodatek:

Hrdinkou letošních oslav je pro mě Lucie Lindauerová. Podle mě je to budoucí zdravotnice s nejtvrdsí lebkou ve střední Evropě, možná i v celé. V průvodu se pohybovala přede mnou s obrovskou cedulí „Objetí od sestřičky zdarma“ ve třech světových jazycích – v češtině, němčině a angličtině. Náhle se na náměstí s elánem sobě vlastním doslova vrhla na chodník, aby objala kolegyni Mikoláškovou a Bicanovou, tč. na mateřské. Když se řítila zpátky do průvodu, tak nějak „zapackala“ (jediný výstižný výraz původem z Moravy) a předvedla něco, co by závodní plavci nazvali „startákem“ z obrubníku. Zkrátka Lucie letěla skokem plavmo asi 3m ve výšce 1m nad vozovkou a pak šla na přistání. Být ve srovnatelné situaci boeing, byl by na mraky. Je pravda, že v první chvíli to vypadalo, že je Lucie mrtvá. Ale to bylo fakt jen zdání. Kolegyně Stašková jí pomáhala vstát. Představila jsem si Lucčin obličej po kontaktu s dlažbou a bylo mi jí líto. Boule a monokly k plesovým šatům nejdou. Jaké bylo moje překvapení, když jsem opět zahlédla „objímací“ ceduli před sebou v průvodu. A nesla ji nezdolná Lucie!! Lucie je zkrátka úkaz, její lebka je zřejmě tvrdší než ta dlažební kostka. K mému údivu na jejím obličejí nebyla ani boulička, ani hematomek, ani škrábaneček. Možná ty boule má ta dlažební kostka. A Lucie je pro mě holka do nepohody. Nehroutila se, nevyžadovala záchranku, zvedla se a šla (i když určitě otřesená) dál i s cedulí.

Jestli Lucie nastoupí do zdravotnictví, nemám o ně strach.

V. K.

OSLAVY ŠKOLY OČIMA PRVÁKŮ

Určitě si všichni vzpomínáte na svůj první měsíc ve škole, kdy jste si ještě zvykali na počet nových tváří a o přestávce jste se přemísťovali do jiné třídy se strachem, že se mezi tolika lidmi ztratíte.

A teď si představte, že jste stejně jako celá škola v tělocvičně. Mezi všemi na svém půl metru čtverečním. Naštěstí, než jsme se nadály, přivítal nás pan ředitel a zároveň uvítal pana zástupce ředitele, načež se od jedné naší soutěžící ve školním kvízu ozvalo: „Ve funkci od roku 1994 až dosud.“ Ano, den volna jsme opravdu chtěli.

Na kvíz jsme se tedy připravovaly, ale když byla naše třída vyhlášena jako vítězná, nemohly jsme tomu uvěřit. Cestou do přístavby se občas ještě ztrácíme, ale hlavně, že víme, kdy byla přistavena.

Překvapení ale teprve bylo, když jsme zjistily, že naší třídní učitelce tečou radostí slzy. (Domníváme se, že představu o našem intelektu ztratila při nejbližší hodině matematiky.)

Na průvod jsme se neskutečně těšily. Těsně před tím, než se vycházelo od školy, jsme zjistily, že stojíme pod špatným transparentem oboru. Jak jinak. Všechny jsme přeskočily zábradlí a za pochodu jsme se připojily pod ten správný. Přišlo nám vtipný, že jsme na škole teprve měsíc a už jdeme v průvodu. Zároveň jsme si neuměly představit lepší způsob, jak začít ty čtyři roky, co jsou před námi.

Kristýna Bartáčková (ZDA 1.B)

Oslavy byly pro nás nové studenty krásným zážitkem. Byla to příjemná zkušenost a zároveň příležitost jak se seznámit se školou a její historií. A také poznat, jaké má škola tradice a zvyky. Blíže jsme se seznámili s ostatními třídami a učiteli, kteří nás nevyučují. Bylo to velmi krásně strávené dopoledne.

A tak bychom chtěli poděkovat za zážitek, který nám naše nová škola nachystala. A budeme se těšit na plno zajímavých věcí, které ještě zažijeme. Děkujeme.

Markéta Stašková (LAA 1.)

Tento rok jsem začala chodit do prvního ročníku na „vošku“. Byl to start do dalšího roku na zdravotnické škole. Pro mě už pátého.

Navíc komu se kdy povede, aby prožil dvě oslavy.. V mém případě vše bylo o to zajímavější, že obě jsem zažila v prvním ročníku. Jednou na střední škole a podruhé právě teď na vyšší odborné.

Letošní oslavy začaly v podstatě tím, že se celá škola pokusila napěchovat do velké tělocvičny. A říkám vám, že to bylo něco! Myslím, že takový nával nebyl ani před pěti lety, a to už je co říct. Ale možná to vidím jinak než před těmi pěti lety, protože jsem přece jenom trochu starší. Haha!

I tak jsem si ale mezi těmi, co se mačkali v zadních řadách, neposeděla dlouho a přesunula jsem se dopředu, protože se i moje třída zúčastnila kvízu týkajícího se historie naší školy. Nebudu prozrazovat, jak bídně jsme dopadli, ale radši tímto poblahopřeji třídě ZDA 1.B, která všechny porazila a nám (i ZLY!) natrhlala pr.. ehm.. anus. Měla celkem slušnou převahu, že jsme se po sobě mnohdy dívali a ptali se: „Jakože cože? Oni to vážně vědí? Vždyť jsou v prváku!“ Nakonec musím říct, že kvíz byl docela legrační. Otázky se vážně povedly a já si i přes počáteční nechuť celý kvíz užila a pobavila se.

Po kvízu jsme se měli jít převléct do průvodu. A pak mi došlo, v čem je rozdíl – organizace vážla. Pamatuju si, že před pěti lety jsme od paní latinářky Štixové dostali všichni text Gaudeamu s tím, že ho budeme v průvodu zpívat. Všichni jsme brblali..a moc se nám do toho nechtělo. Ale když si vybavím, jak průvod vypadal před pěti lety, jak to tam žilo, řvalo se, každý chtěl, aby právě jeho třída byla slyšet! I úředníci z radnice vybíhali ven a koukali... Možná je zajímavé, jestli náhodou zdravotníci nedemonstrují.

A to mi tenhle rok hrozně moc chybělo. Zdálo se mi, že to nebylo moc promyšlené. Každá třída hledala svoje místo. „A vy máte být támhle... Ne, my jsme za nima... To teda ne! Za nima! Na konci! Poslali nás sem...“ A další a další dohady. A když už jsme se nějak zformovali do útvaru a vyšli do města, bylo to tak

nějak.. klidné a tiché. Nikdo nekřičel, nikdo nezpíval. Zkrátka mi to připadalo, že se někteří stydí. Nejspíš prváci, kteří jsou stále jistě vyjukaní z toho, kolik se toho na téhle škole děje. Zdálo se mi, že se nikdo nebavil. Nebo možná jo, ale to jsem neviděla. Myslím, že to všem připadalo neslané nemastné a všichni z toho byli akorát otrávení. A to je taková škoda. Škoda, že jsme neměli slova a Gaudeamus nezněl ulicemi.

Průvod jsem si celkem užila. Musím říct, že moje třída ví, co je to sranda, a proto občas se někdo snažil, aby se to trochu „probudilo ze spánku“, který trval celý, nebo možná téměř celý, průvod. Trasu si už nepomatuju, vy možná ano.

Pro příští oslavy si zapamatujte:

**Gaudeamus igitur,
Iuvenes dum sumus;
Post iucundam
iuventutem,
Post molestam
senectutem
Nos habebit humus,
Nos habebit humus.**

Myslím, že paní Štixová vám to jistě přeloží, pokud ji požádáte. Nebo si to najděte. Stejně mobily při hodinách používáte normálně! A vůbec to nikomu nepřijde blbé (Poznámka V. Kletečkové – Mně tedy ano!!)

V. Kefurtová (DVS 1.)

A JAK SE OSLAVOVALO V SOBOTU?

Ráno po školním plese bylo těžké. Abych se včas dostavil na zkoušku, musel jsem vstávat v 5:30, ale to předbímám. Je 8. října a já jedu se svými rodiči z malé vesnice poblíž Tábora, kde bydlím, zpět do Českých Budějovic. Co bych pro školu neudělal... Otevírám dveře a vcházím. Vše je nazdobené a připravené pro hosty, kteří už za malou chvíli přijdou a budou se procházet po budově. Všude je tak ticho. Společně se „sboristkami“ vcházím do velké tělocvičny, abychom si vše ještě před vystoupením připravili a zopakovali. Musím říci, že v tělocvičně byla ráno pořádná zima. Klávesy byly zapojeny, vše je na svém místě. Pod taktovkou paní učitelky Štixové jsme přezpívali to, s čím budeme za malý okamžik vystupovat. Vše proběhlo podle plánu a podle mě byla nálada spíše ospalá než nervózní. To se ale pro mne změnilo, když se

objevili první lidé. Netušil jsem, že se do velké tělocvičny vejde tolik lidí.

Poté, když byli všichni pozvaní na místě, ujal se pan ředitel PhDr. Karel Štix slova. Ve svém projevu zejména vítal hosty, kteří se zasloužili o chod naší školy a přišli se podívat, jak škola své jubileum oslaví. Jmenovitě se jednalo





o Mgr. Ivanu Stráskou – 1. náměstkyni hejtmána Jihočeského kraje a radní města Milevsko, Ing. Hanu Šímovou – vedoucí OŠMT, profesora, MUDr. Miloše Velemínského – bývalého děkana Zdravotně sociální fakulty Jihočeské univerzity v Českých Budějovicích, Ing. Michala Čarvaše – ředitele nemocnice Písecká, MUDr. Tomáše Fialu – ředitele nemocnice Strakonice, MUDr. Jitku Luňáčkovou – zástupkyni ředitelky Krajské hygienické stanice České Budějovice, MUDr. Miloslava Hlacha – bývalého učitele a chirurga (97 let!), MUDr. Aleše Hejla – primáře Oddělení pracovního lékařství Nemocnice České Budějovice a.s., MUDr. Květoslavu Kotrbou – ředitelku Krajské hygienické stanice České Budějovice, MUDr. Tomáše Fuita – učitele na VOŠ - obor chirurgie a ortopedie, MUDr. Jaromíra Smrčku – primáře Dětského oddělení Nemocnice České Budějovice a.s.

Jsou to jména velice vzdělaných lidí a myslím, že je dobře, že jsou s naší školou spojena. Hned po úvodním projevu přišla řada na nás. Moje nervozita nabírala největších obrátů. Začaly se mi potit dlaně. Co když to pokazím? Co když vypadnu z rytmu? Takové myšlenky mi neustále běhaly hlavou. Zpěv začal a myšlenky zmizely. Úvodní píseň, hymnu studentů, si vzal na starost pan ředitel. Poté přišla řada i na mne. Vše proběhlo v naprostém pořádku. Poslední tón zazněl a potlesk posluchačů byl naší odměnou. Vypadalo to, že se naše vystoupení všem líbilo.

A následovala další odměna – občerstvení. Vše bylo nádherně nazdobené a profesionálně připravené. Vypadalo to tak skvěle, že

jsem se zdráhal sáhnout do mísy a nabrat si. Jídlo nejen skvěle vypadalo, ale i skvěle chutnalo a navíc reprezentovalo i světo-ovou kuchyni. Ať už se jednalo o klasické chlebičky a jednohubky, rostbíf, sýrové pochoutky, nebo pro oslavy netradiční sushi. Nechybělo žádné ze známých druhů, jen byla škoda, že nebyly k dispozici hůlky. Každopádně bylo vidět, že si u občerstvení všichni oslavu náramně užívají.

Na mě čekal další důležitý úkol. Tím bylo provést své rodiče a bratra po chodbách školy. Často jsme se zastavovali u nápaditých nástěnek nebo u programu připraveného v některých třídách. Oslovila nás jak historická kuchyně, tak například třída s tabulemi, na kterých byly maturitní fotografie dřívějších absolventů. Nechyběly ani kroniky a spousta dalších materiálů, které si mohl kdokoli prohlédnout.

Hosté měli také možnost navštívit odborné učebny ošetřovatelství a nechat si změřit krevní tlak, hladinu krevního cukru nebo si nechat vyšetřit krevní skupinu. U všech stanovišť byli milé a vstřícné studentky a studenti. Další zajímavostí byla čajovna. V čajovně vládla velice uvolněná a příjemná atmosféra a člověk by v ní mohl strávit opravdu mnoho času. Škoda, že v té učebně nezůstala i po oslavách školy. Nakonec jsme se zastavili na nákup upomínkových předmětů a almanachů. Opět nás obsloužily milé a pohledné studentky. Lepší reprezentaci škola ani nemohla mít. Rodiče byli naprosto spokojeni. I já jsem byl spokojen a byl jsem pyšný na to, že mohu být i já součástí této školy. Bylo hezké poslouchat komentáře lidí procházejících se po chodbách, byla totiž slyšet jenom chvála. Bylo příjemné potkávat kamarády a spolužáky, kteří se taky zhostili úkolu průvodců a hrdě ukazovali učebny zase svým známým. V pondělí byly ovšem zamety všechny stopy a zdálo se, jako by žádné oslavy nebyly. Dokonce i čajovna byla vyklizená.....

Jan Kovář

Oslavy školy v obrazech



„Tak se podívej, Františku, jakou máme krásnou školu. Líbí se ti víc ta děvčata s copánkami, nebo ta bez nich?“

Na pátečním plese se sešly studentky současné i bývalé.



„Kdyby sis radši místo toho focení koupil tombolu, ať to rychle prodáme a můžeme si jít taky trsnout.“

V sobotu se v tělocvičně jedlo, pilo a zpívalo. (V pondělí jsme to tu ale museli opět vyběhat a vypotit.)



A taky se vzpomínalo. „Támhle vpravo nahore to je Božka? Ta se teda změnila!“



Učebna psychologie se změnila v příjemnou čajovnu plnou dobrot. Navrhne paní učitelce Pužejové, že by to tak mohlo zůstat.



„Tak mladá paní, ručičku hezky sem, uvidíme, co udělaly naše oslavy s vaším tlakem.“

Někteří WIP hosté se ovšem tvářili trochu znuděně.



ROZHOVOR

S NOVÁČKEM NAŠEHO PEDAGOGICKÉHO SBORU MGR. ZBYŇKEM VÁCHOU, PH.D.

1. Odkud pocházíte?

Jsem rodilý Jihočech. Pocházím z menšího města Milevska, které je vzdáleno zhruba 65 km od Českých Budějovic.

2. Jak se Vám učí v kolektivu, kde jsou téměř samé dívky?

Od začátku pedagogické kariéry, která není moc dlouhá (od roku 2010), se pohybuji v kolektivu takřka výhradně mezi ženami, jelikož na pedagogické fakultě je genderové složení posluchačů hodně podobné skladbě studentů střední zdravotnické školy. V drtivé většině tak převažují zástupkyně něžného pohlaví. Situace to tudíž pro mě není úplně nová. Člověk musí být někdy trochu nad věcí a brát různé situace s úsměvem.

3. Chtěl jste někdy být něčím jiným než učitelem?

V časném mládí jsem chtěl být, možná jako řada dětí, popelářem, řidičem kombajnu či kosmonautem. Jak člověk stárne, tak se samozřejmě postupně mění i jeho názory na ideální povolání. Mezi mé vysněné profese v současnosti, byť nereálné, by nejspíše patřil cestovatel z povolání či profesionální sportovec. Profese učitele mě však prozatím také naplňuje a baví.

4. Kde jste studoval?

Základní školu jsem navštěvoval v Milevsku. V 6. třídě jsem nastoupil ve stejném městě na osmileté gymnázium. V průběhu studia na střední škole jsem procházel revoltujícím obdobím a odmítal jsem jít studovat na vysokou školu. Nakonec jsem byl rád, že mi mamka poslala přihlášku na Pedagogickou fakultu do Českých Budějovic. Vystudoval jsem dvou oborové učitelství zeměpisu a přírodopisu. Po ukončení vysokoškolského studia jsem ještě absolvoval čtyřletý doktorský studijní program Vzdělávání v Biologii (na PF v ČB a na Karlově univerzitě v Praze), čímž jsem po 24 letech školní docházky ukončil :-).

5. Co nebo kdo Vás ovlivnil ve výběru studia biologie?

Ke studiu biologie mě určitě podnítila láska k přírodě a k živým organismům vůbec. Dále to byla jedna z možností, jak propojit při studiu mé nejoblíbenější předměty, zeměpis a biologii.

6. Na Katedře biologie Pedagogické fakulty JU jste správcem školní zahrady. Máte svou oblíbenou květinu?

Mezi mé nejoblíbenější květiny patří tulipány a slunečnice.

7. Zažil jste během své krátké pedagogické praxe nějaký trapas?

Žádný pracovní trapas si aktuálně nevybavuji.

8. Kromě biologie jste vystudoval i zeměpis. Cestujete rád?

Cestování je mým největším koníčkem. Každou volnou chvíli se snažím cestovatelsky využít. Nejraději cestuji na vlastní pěst bez cestovních kanceláří, protože si mohu cestu udělat přesně podle sebe a navíc je to i výrazně méně nákladné finančně.

9. Jakou zajímavou cestu jste v poslední době podnikl? A jaká destinace Vás hodně láká?

Pokud pomínu běžné evropské státy, tak jsem v posledních letech procestoval např. Kubu, Gruzii, Kyrgyzstán, Ladakh v indickém Himaláji, Kambodžu, Thajsko, Izrael a Palestinu. Nejraději bych se v budoucnu podíval všude, což je samozřejmě zase nereálný sen. Lákají mě spíše méně rozvinuté státy s krásnou přírodou. Na technické a materiální vybavení si při cestování příliš nepotrpím. Rád bych někdy okusil pravou Afriku. S cestováním do těchto končin je však spojena řada nebezpečných faktorů, od nemoci po bezpečnost. Tak uvidíme.

10. Jaké jiné koníčky kromě cestování máte?

Dalším mým velkým koníčkem je sport. Jak aktivně, tak pasivně. Odmala s tatškou sleduji snad všechny sporty kromě gymnastiky a krasobruslení, které považuji za ne úplně spravedlivé, neboť v nich hraje velkou roli subjektivní názor rozhodčích. Nejráději mám kolektivní sporty, jako je hokej, fotbal, házená či světové rugby, které má elektrizující atmosféru. Jsem Jihočech - patriot, tak aktuálně žiji hokejem a přeji Motoru návrat sportovní cestou do Extraligy ledního hokeje. Na domácí zápasy pravidelně chodím. Z individuálních sportů mám nejráději tenis a v současné době biatlon. Často navštěvuji týmové tenisové zápasy v rámci FED cupu a

Davis cupu. V televizi pak můžete vidět plno našich vlajek s nápisem Milevsko. V prosinci se chystám do Nového Města na světový pohár v biatlonu. V televizi nepohrdnu ani cyklistickými vrchařskými etapami v průběhu závodu Tour de France, atletikou či dalšími sporty, ve kterých se daří našim sportovcům (aktuálně např. rychlobruslení či judo). Aktivně se ještě, když volný čas dovolí, snažím hrát fotbal na úrovni 1. B třídy, což je nejnižší krajská fotbalová soutěž. V týmu TJ Božetice navíc zastávám funkci předsedy klubu. Takže v současnosti už do toho ostatním spíše kecám ☺.

Děkuji za rozhovor a přeji pěkný den.

Zbyněk

JIHOČESKÁ SESTŘIČKA ROKU 2016

Provéřit vědomosti a praktické dovednosti v reálném prostředí – to byla hlavní myšlenka odborné soutěže „Jihočeská sestřička roku 2016“. V letošním roce se soutěž konala v Nemocnici Český Krumlov, a.s. v sobotu 1. 10. 2016.

Soutěžící sestřičky absolvovaly deset náročných disciplín, které zahrnovaly jednak ústní či písemné ověření teoretických znalostí a jednak splnění praktických úkolů v reálném prostředí nemocnice. Studentky ošetřovaly pacienta s kolostomií, bandážovaly dolní končetiny, převazovaly rány, zaváděly žilní kanylu, aplikovaly injekce, přesunovaly pacienta z lůžka na lůžko, také závodily na slalomové dráze s pacientem na lůžku. Soutěžní družstva byla rozdělena do dvou kategorií.

První kategorie byla určena pro žákyně 4. ročníků středních zdravotnických škol.

Zúčastnila se vždy dvě družstva ze zdravotnických škol v Českých Budějovicích, Českém Krumlově, Jindřichově Hradci, Písku a Táboře. Naše škola sestavila v této kategorii následující týmy:

ZDA 4.A - Lucie Harazinová, Veronika Kotyzová, Iveta Prachařová a Jitka Suchomelová

ZDA 4. B - Anna Šnokhausová, Miroslava Kanděrová, Sára Čerklová a Kateřina Kalousová

V této kategorii získaly žákyně z týmu ZDA 4.A 3. místo!!!

Druhá kategorie byla sestavena ze studentek 3. ročníků vyšších zdravotnických škol a Jihočeské Univerzity. Zúčastnili se studentky a studenti vyšších škol České Budějovice a Bílá Vločka a také studentky bakalářských oborů Jihočeské Univerzity. Za naši školu soutěžily studentky třídy DVS 3:

- Tereza Šebestová, Jiřina Halámková, Ellen Adamcová, Kateřina Horková
- Michaela Ratajová, Zuzana Tichá, Marie Kartáková, Markéta Caplová

V této kategorii získaly studentky 2. a 4. místo!!!

Soutěžní den byl zakončen slavnostním večerem v nádherném prostředí Zámecké jízdárny, kde byly vyhlášeny výsledky celé soutěže a předány ceny.

Ivana Kadlecová, Barbora Sedláčková





Zámecká jízdárna 1.10. 2016
Český Krumlov



ODBORNÁ OŠETŘOVATELSKÁ PRAXE V NĚMECKU

Jsme studentky “vošky” a přijaly jsme výzvu, lépe řečeno nabídku, odpracovat tři týdny odborné ošetrovatelské praxe v zařízení Pro Seniore Residenz Wittelsbacherhöhe ve starém městečku Straubing ležícím v jihovýchodním Německu. Jedná se o domov pro seniory, v němž je poskytována ošetrovatelská a zdravotnická péče. Cestovaly jsme vlakem. V nádražní stanici nás čekala usměvavá paní s velkou cedulí, takže jsme okamžitě věděly, ke komu patříme. Převezla nás do domova Pro Seniore, kde jsme se ubytovaly v zařízeném clientském pokoji s výhledem do dvora a na západní část města. Nejvíce jsme ocenily polohovací postele, které nám poskytly bezvadné pohodlí.

Přivítalo nás vedení zařízení, prohlédly jsme si oddělení a měly volné odpoledne. Nemilé zjištění se týkalo chybějícího připojení k wifi, ale naštěstí v centru města jsme se minimálně na dvou místech k internetu připojily, a mohli tak komunikovat se svými rodinami každý den po celé tři týdny.

Od dalšího dne jsme byly rozdělené, pracovali jsme samostatně každá na jiném oddělení, kde jsme působily po celou dobu praxe. Zapojily jsme se do pracovního režimu zaměstnanců a věnovaly se převážně ošetrovatelské

péči. I přes jazykovou bariéru jsme si domluvily směny. V této části Německa se používá nářečí, proto nebylo vůbec snadné v prvních chvílích porozumět. Ale personál i klienti vstřícně zpomalili tempo mluvy a snažili se vyslovovat tak, abychom porozuměly. Během prvního týdne jsme se adaptovaly a zvykly si. Hovořily jsme se spolupracovnicemi o péči, pomůckách a řeč přešla i k neformálním tématům. Klienti byli velice milí, měli obrovský zájem komunikovat a úžasnou trpělivost.

Poskytovaly jsme ošetrovatelskou péči, téměř totožnou s péčí poskytovanou v Čechách. Některé pomůcky se lehce lišily od nám známých, ale rychle jsme se s nimi seznámily a nedělalo nám problém je používat. Zdravotní péči poskytovala vždy staniční sestra. K výkonům jsme ji doprovázely, při tom nám vše bylo popisováno a vysvětleno.

Každý odpracovaný týden jsme měly placený, což bylo velmi příjemné. Relaxovaly jsme v nákupním centru, proto se výplata hodila. Ke konci pobytu se nám již stýskalo po domově, rodině, po vlasti. Zároveň jsme cítily smutek z blížícího se odjezdu. Poslední den jsme se se všemi rozloučily, i několik slz ukápl. Celý pobyt se zahraniční praxí se vydařil. Byl přínosem především po jazykové stránce a nenahraditelnou zkušeností.

I ZDRAVÉ JÍDLO MŮŽE CHUTNAT

Každý si alespoň jednou řekl: „Dnes začnu jíst zdravě“. Mnozí z vás si ale pod pojmem zdravá strava představují semínka, klíčky, luštěniny a podobné věci, které ne každý má rád. Takhle to ale vůbec není. Dneska vám chci ukázat, že i zdravé jídlo může vypadat skvěle a hlavně dobře chutnat. Doufám, že si alespoň pár receptů doma vyzkoušíte a dáte mi za pravdu. Můžeme jít na první recept.

PLNĚNÉ PAPIKY JAKO PŘEDKRM

Potřebujeme:

1. cibule
2. 2 stroužky česneku
3. mleté maso
4. sůl, oregano, pepř
5. cuketu
6. rajčatový protlak
7. papriky
8. rýži
9. mozzarella



Postup:

Osmahneme cibulku s česnekem. Když cibulka zesklouatí, přidáme mleté maso a koření. Zamícháme a po chvíli zalejeme rajčatovým protlakem a přidáme cuketu. Papriky si očistíme a odkrojíme hořejší část. Začneme plnit uvařenou rýží, směsí s masem a navrch posypeme mozzarellou. Dáme do trouby na 180°C na 35 minut. Můžeme podávat bez přílohy.

ŠPENÁTOVÉ TĚSTOVINY JAKO HLAVNÍ CHOD

Potřebujeme:

1. kuřecí prsa
2. čerstvý špenát
3. 4 stroužky česneku
4. sůl, pepř
5. mléko
6. těstoviny
7. parmazán



Postup:

Osmahneme kuřecí prsa nakrájená na kousky, když maso bude skoro hotové, tak ho vyndáme a místo něj dáme špenát. Přidáme česnek a okořeníme. Až špenát slehne, přilejeme 5 šálků mléka a čekáme, až se začne vařit. Potom přidáme těstoviny. Když je všechno měkké, přidáme parmazán a můžeme podávat.

CELOZRNNÉ SUŠENKY S BRUSINKAMI JAKO DEZERT

Potřebujeme:

1. hrnek celozrnné mouky
2. hrnek špaldové mouky
3. ¼ hrnku pohankové mouky
4. 150g rozpuštěného másla
5. 1 lžičku jedlé sody
6. špetku soli
7. ¾ hrnku třtinového cukru
8. vanilkový extrakt
9. 2 vejce
10. 2 tabulky hořké čokolády
11. 2 hrsti brusinek



Postup:

Celá vejce ušleháme s cukrem, se změkklým máslem a s ostatními ingrediencemi. Přidáme brusinky a čokoládu naseknou na kousky. Na plech vyložený pečícím papírem klademe hrudky. Pečeme na 180°C v horkovzdušné troubě do zlatova. Hotové sušenky nejsou úplně tvrdé, uprostřed mohou zůstat trochu nedopečené.

Doufám, že se vám recepty povedou a budou vám chutnat tak jako mně.

A na závěr si, prosím, pamatujte, že zdravá strava nemusí znamenat úplné omezení sladkých pokrmů!

Denně má člověk sníst cca. 8000 kJ. My máme vyšší, jelikož jsme si dopřáli sladký dezert. Ale všichni doufám víme, že bez sladkého to prostě nejde. Cukry potřebujeme všichni, ale nikdo to nesmí přehánět.

Předkrm	2369kJ
Hlavní jídlo	2350kJ
dezert	6073kJ
celkem	10 792kJ

Anet (ZDA 2.A)

POROVNÁNÍ ŠKOLSTVÍ V JIŽNÍ KOREJI A U NÁS

Pokud byste zapátrali v žebříčcích nejlepších vzdělávacích systémů na světě, na předních příčkách byste kromě Finska objevili také právě Jižní Koreu. Pojďme se tedy společně této „vzdělávací velmoci“ kouknout na zoubek.

Na začátek si řekněme několik slov o Korejcích jako takových. Korejci jsou obecně velmi pracovití, trpěliví a ctižádostiví. Vzdělání zde staví na piedestal lidských hodnot. Mladým Korejcům je už od dětství vtlučeno do hlavy, že cílem a smyslem jejich života je obstát při zkouškách a udělat testy tak, aby se dostali na prestižní univerzitu. Její vystudování jim totiž zajistí nejen pěknou pracovní pozici, ale i uznání společnosti, jejíž tlak je obrovský.

Školní rok je rozdělen na dva semestry. První je od března do konce července, druhý od září do konce ledna. Mezi nimi jsou letní a zimní prázdniny. Avšak prvních a posledních 10 dnů tohoto měsíčního volna je tzv. nepovinná školní docházka. Většina žáků se tak raději ochudí o volno jen kvůli vidině nárůstu před ostatními. Extrémní soutěživost a rivalita mezi studenty je ještě podpořena tím, že kantor může rozdat pouze omezený počet známek od každého stupně. V praxi to znamená, že dát něco opsat kamarádovi je čiré bláznovství. A zbystrit by teď měli zlobivější jedinci. Ačkoliv byly tělesné tresty již oficiálně zakázány, mnozí učitelé a rodiče s tím nesouhlasí a stále je praktikují kvůli možnému zhoršení disciplíny.

Malé ratolesti od 3 do 7 let mohou navštěvovat mateřské školky. Přestože je docházka dobrovolná, mnozí rodiče ji vnímají jako základ pro budoucí úspěch. Kromě zábavných činností se zde děti už učí číst, psát a počítat. Kvůli zmíněné soutěživosti si nebohá dítěta musí zvykat na kvantum domácích úkolů. A jelikož je školka dopolední záležitost, bývají předškoláci odpoledne posíláni na hodiny taekwonda, klavíru, houslí nebo například baletu.

Následné základní vzdělání (od roku 1996 přejmenované na "**občanskou školu**") je povinné a trvá šest let.

Střední školy jsou v Koreji nižší a vyšší. Nižší střední škola trvá 3 roky. Studentovi je přiřazena ta, která se nachází v blízkosti jeho bydliště. Učení zde začíná nabírat na obrátkách. Žáci jsou povinni nosit uniformy, přísně jsou kontrolovány účesy, ale i život mimo školu. A jak vypadá taková denní rutina školáka v Koreji?

Jako u nás výuka začíná v 8 hodin a trvá 6 hodin. Jedna vyučovací hodina trvá 45 min. Běžné jsou i nulté hodiny, začínající v 7:00, a odpolední, tedy sedmé hodiny. Téměř všichni se po skončení vyučování odeberou do škol „**hagwon**“. Jedná se o doučovací školy, kde studují do pozdních večerních hodin, aby měli šanci dostat se na vysokou školu, a to nejlépe jednu ze tří nejprestižnějších univerzit v zemi – **Seoul National University, Korean University** nebo **Yeonsei University**, kolektivně se jim přezdívá „**SKY**“. Rodiče těmto hagwon školám často přikládají větší váhu než těm normálním a neváhají za ně zaplatit nemalé částky.



Studenti School of Performing Arts Seoul

Každý správný školák pak ještě sebere zbytky sil a odebere se studovat do knihovny. Domů pak zpravidla dorazí po 10. hodině večer. Průběžné výsledky testů nemají velkou váhu pro přijetí na střední školy, nicméně každý student v nich chce dopadnout co nejlépe. Školy totiž po každém zkouškovém období vyvěsí seznam žáků – od nejlepšího po nejhoršího. Protože ani tady se šikaně nevyhnete, dokážete si představit, jak se každý snaží spodních příček pořadníku vyvarovat jako čert kříže.

Důležitost se přikládá až výsledkům testů z posledního roku, které hrají velkou roli v přijetí na vyšší střední školu. Avšak tady již veškerá sranda končí. Výuka je klasicky zahájena v 8 hodin. Vyučovací hodina trvá 50 minut. Učebnu sdílíte s 50 – 60 spolužáky a prostor pro otázky nebo dodatečné vysvětlení látky opravdu nečekejte. Oficiálně končí školní den ve 4 hodiny odpoledne, to však ani zdaleka neznamená, že od této chvíle mají studenti volno pro sebe. Další dvě hodiny zůstávají ve škole, kterou musí uklidit – vynášejí koše, vytírají podlahu, myjí koupelny. Poté následuje nám už známá škola hagwon a návrat domů nastane dříve než o půlnoci. Některé internátní školy mají dokonce kamery na všech pokojích – když se neučíte do dvanácti večer, jak byste správně měli, začnou vás budit všemi možnými způsoby.

Hned po USA Jižní Korea produkuje nejvíce vysokoškoláků na světě. Ale kam s nimi? Většina se musí smířit s nižším postem. Důsledkem je i nízká porodnost, protože mnozí raději pokračují ve vzdělávání, než by se věnovali založení rodiny.



Studentka mířící na zkoušku Suneung

Základem pro přijetí na vysokou školu je splnění testu „Suneung“ nazývaného také

„zkouškou života a smrti“. Píše se po celé Koreji a to pouze jeden den v roce, konkrétně druhý čtvrtek v listopadu. Zaspát tedy v tento den se opravdu nevyplácí. Skládá se z 5 částí – z korejštiny (45 otázek), matematiky (30 otázek), angličtiny (45 otázek), z druhého cizího jazyka či čínských znaků a z humanitních/přírodovědných/profesionálních předmětů. Kolem této devítihodinové zkoušky je tolik tlaku a stresu, že se mladí lidé uchylují až k sebevraždám. Jižní Korea má v tomto ohledu největší míru sebevražd ze zemí OECD. Nejvíce si berou život právě studenti ve věku 15–24 let.

Tímto dnem žije celá Korea. Taxikáři mají zákaz troubit, odboráři nesmí stávkovat, korejské letectvo ruší veškeré své akce a nadřízení svým lidem přikazují přijít do práce pozdě, aby neblokovali již tak dost přetíženou dopravu. Během dopoledne jsou na silnicích umístěny speciální policejní eskorty připravené za zvuku sirén dopravit opozdilce na patřičné místo zkoušek. Rodiče tak zoufale potřebují úspěch dítěte v testu, aby oni sami obstáli ve své společenské třídě, že se neváhají v dešti i zimě venku na zemi během testování hodiny a hodiny modlit



Po odevzdání práce zbývá jen čekat na výsledky a jak je i studentským zvykem, doufat v zázrak, že se dostanete do prvního procenta nejúspěšnějších žáků. Pokud student neuspěje tak, jak očekával, často odchod na vysokou školu odloží a zkusí to příště. Šťastlivci, přijatí na univerzitu, si mohou do jisté míry oddechnout. Studenti berou přijímací řízení jako čáru za hromadou tvrdých nelítostných let a začínají svůj život naplňovat také „socializací“, tj. mimo jiné randěním a pitím.

Zalíbil se vám studentský život Korejců, nebo jste naopak rádi za ten náš?

Simona Volková (LAA 3.)

METODY UČENÍ

Kolikrát si říkáte, jak by bylo super, kdybyste se na učení vykašlali, a přesto měli všechno naučené.

A proto tady pro vás máme pár typů...

Nejdříve vědecky...

Podle výzkumů se člověku nejlépe učí, když má potřebné množství výživných látek (nejlépe cukru) Ale ne, že sní 4 tabulky čokolády, ale před učením si dá třeba dvě mandarinky, které mu dodají energii a dostatečné množství tekutin. Jejich nedostatek totiž v těle snižuje schopnost vstřebávat a zpracovávat informace, tudíž rozšiřovat znalosti.

Dalším faktorem, který hraje zásadní roli při učení, je teplota. Pro nejlepší zapamatování si informací by mělo být v místnosti okolo 19 °C.

A teď nějaké naše osobní rady...

- 1) Najdi si pohodlné klidné místo.
 - 2) Barevně podtrhávej a poznámky si piš tak, aby se ti z nich dobře učilo.
 - 3) Naplánuj si čas (poříd' si diář a zaznamenávej si do něj vše, co se potřebuješ učit).
 - 4) Dávej si přestávky.
 - 5) Dodržuj spánek, tvé tělo bude schopné zpracovat informace lépe, než kdyby bylo bez energie.
 - 6) Opisuji si text třeba 10x, pomáhá to.
 - 7) Opakuj si danou látku, je to jedna z cest k lepšímu zapamatování si.
- + čím více smyslů při učení zapojíš, tím více si zapamatuješ.

MALÝ ROZHOVOR...

Rozhodli jsme se udělat rozhovor s p. učitelem Z. Váchou, p. učitelkou Kletečkovou a Štixovou o tom, jak se učili, a předat Vám pár rad od zkušených pedagogů.

1. Jak jste se připravoval na testy, když jste byl/a na střední škole?

p. uč. Vácha: Na střední škole jsem byl pěkný lempl a moc jsem se neučil. Znamky jsem měl i přesto celkem solidní. Dokázal jsem se učit jen pod tlakem na poslední chvíli. To jsem pak byl schopen předvádět nadlidské výkony. Dobře se mi učilo brzo ráno, když ještě hlava nebyla unavená.

p. uč. Kletečková: Na střední škole jsem nad učením strávila spoustu času. Nutno ale dodat, že jsem měla velmi časté a velmi dlouhé odpočinkové fáze, kdy jsem se zotavovala z učení četbou detektivek. Knížku jsem měla schovanou pod polštářem.

p. uč. Štixová: První dva roky na střední škole jsem studium brala opravdu vážně, pravidelně a svědomitě jsem se připravovala na každý test. Ale od třetího mě život šprtky nějak přestal bavit. Blížící se maturita mě pak sice donutila zabrat, ale byla jsem ráda, že střední škola netrvá déle.

2. Měl/a jste nějaké speciální metody učení? (například obětní rituál před testem)

p. uč. Vácha: Speciální metody učení jsem snad nikdy ani neměl. Jen jsem potřeboval na učení úplné ticho. Nedokázal jsem se soustředit při puštěné muzice či televizi. Občas jsem tak vyhledával klid a učil se v přírodě.

p. uč. Kletečková: Speciální metody učení? V mém případě spíš speciální podmínky, tj. gauč, kafičko, sušenky a detektivka.

p. uč. Štixová: Speciální metody jsem neměla, ani jsem je snad nepotřebovala. Stačila mi moje postel (u stolu jsem se nikdy neučila), čokoládka nebo jiná dobrůtka po ruce a hned to šlo lépe.

3. Na které předměty jste se nemusel/a učit a u kterých jste nemohl/a do hlavy dostat vůbec nic? (např. já a fyzika)

p. uč. Vácha: Pokud pomínu předměty jako tělocvik či výtvarnou výchovu, tak jsem se nikdy nemusel učit zeměpis. To byl předmět, který mě od dětství hrozně bavil. Měl jsem všude po pokoji rozvěšené mapy a vlajky států světa. Zeměpis jsem pak vystudoval společně s biologii i na vysoké škole. Oblíbenost zeměpisu souvisí s jedním z mých koníčků, a to s cestováním. Za poslední roky jsem projel Kubu, Gruzii, Izrael, Kyrgyzstán, Kambodžu, Thajsko atd. Mezi předměty, které mi vůbec nešly, patřily jazyky (cizí i samotná čeština). Přesto jsem se těmito předměty probojoval a v současnosti se anglicky domluvíme celkem bez problémů.

p. uč. Kletečková: Nemusela jsem se učit na češtinu a dějepis. Zvláště dějepis byl bez problémů. Pan profesor Blažek byl svérázný pedagog a látku dokázal geniálně vysvětlovat pomocí jakýchsi malůvek, které si pamatuji dodnes. Do hlavy mi absolutně nelezla matematika, tu jsem musela „vydřít“ a fyzika. Motivaci jsem měla minimální, některé úlohy mi připadaly nesmyslné. Zvláště ty o pohybu. Znáte to...“Z města A vyjede.....z města B vyjede.....Kde se setkají?“ Bylo mi to úplně fuk. Podobně úkoly typu “Kdy se naplní bazén, přítéká-li rourou č.1.....?“ Prostě až se naplní, tak to bude. Jen člověk lehkomyšlný nebo úplný blbec odejde z domova, když se napouští bazén, myslela jsem si.

p. uč. Štixová: Snadno a rychle jsem se učila jazyky, naprosto ztracená jsem byla v matematice a fyzice. Jsem prostě ukázková „humanitní chudoba“, jak nám říkali spolužáci matematici na vysoké škole.

4. Změnil se časem Váš postup?

p. uč. Vácha: Postupem času jsem se uklidnil, některé věci si v hlavě urovnal. Aktuálně pracuji o hodně svědomitěji než v dobách střední školy a nejsem tak flegmatický. Daleko více se stresuji a chci všechno udělat tak, aby to mělo hlavu a patu.

p. uč. Kletečková: Můj postup se změnil. Bohužel nedostatek času mě přinutil odstranit zpod polštáře detektivku a snažit se učit bez přestávek. Škoda.

p. uč. Štixová: Postupem času měním různé postupy :-). Ale když se mám něco učit, používám stále stejné stereotypy a to bych asi měla změnit, protože mi to jde čím dál tím hůř.

5. Co podle Vás nejlépe pomáhá k lepšímu zapamatování si textu?

p. u. Vácha: Z vlastní zkušenosti si myslím, že pro zapamatování textu je nejlepší, když si ho člověk napíše sám vlastním písmem. Při učení (když už jsem se k němu vůbec dokopal) mi pomáhalo zvýraznění klíčových pojmů jinou barvou. Pak jsem si stránku pohledem vyfotil a v inkriminovaný okamžik se mi všechno lépe vybavilo.

p. uč. Kletečková: Mám lepší vizuální paměť, takže mi pomáhalo si klíčová slova čmárat na kus papíru, tím dochází k propojení motoriky a vizuální stránky, osvojení látky je rychlejší a trvalejší. Je dobré látku, kterou jste se naučili dopoledne, večer zopakovat a totéž udělat orientačně den před zkoušením nebo testem.

p. uč. Štixová: Důležité je pořádně se při učení **soustředit** (nepsat při tom SMS, nelakovat si nehty, nesledovat zároveň film...). Text je nutné přečíst několikrát (třeba 5x), podtrhat, zvýraznit si důležité informace, napsat si „kosturu“. Pomoci může, když si látku nahlas zopakujete, jako byste ji někomu vysvětlovali. A hlavně zkuste nepřistupovat k učení s odpozem. Každá činnost jde lépe, když ji člověk dělá s chutí.

Tímto moc děkujeme za rozhovor a doufáme, že nás žáky bude motivovat k lepším výsledkům. :-)

nové redaktorky
Karolína Vrzáková a Antonie Staňková

PERLY Z MATURITNÍCH PÍSEMEK

Hitem maturitních prací v roce 2015 bylo téma JAK JSEM POZNAL VAŠI MATKU.

Moc jsme se nasmáli a došlo i na TIKÁNÍ
(*Zřejmě šlo o rande dvou budíků*)

V noci se mého těla zmocnila horečka
(*Hned po ní mor, cholera a svrab*)

Položila mi otázku: „Nechtěl bys zítra do-
razit ke mně domů?“ (*Romantičky právě
vymřely, děvče jde tvrdě na věc*)

Já pod jejími nohy rozprostřel stře-
py (*Pro ty, kteří nejsou dostatečně romantičtí –
rozbil hrneček s čajem*)

V tu chvíli, co jsem se na ni dlouze zadíval,
upadl jsem a ležel jí před nohama. Podala
mi ruku a řekla: „Zvedněte se!“ (*To je ale
ženská!*)

**V roce 2016 to byl Erik, který se probu-
dil v nemocnici a nic si nepamatoval.
Co se mu stalo, vymýšlelo asi našich
100 maturantů. Někdy hodně drama-
ticky.**

Rodiče děkovali Evženie, že Erikovi po-
mohla vrátit paměť i myšlenky, které zapo-
mněl, i když neví, jak tomu pomohla (*Erik
v tom měl zkrátka pěkný binec!*)

Podnapilý Erik kývl hlavou, že ne (*Překva-
pivé zjištění – Erik byl Bulhar!*)

Další Erikova dobrodružství

Nastoupili do metra a Erik upadl na hlavu.

Záchranka odvezla Erika do nemocnice,
kde se přišlo na to, že upadl do bezvě-
domí. (*Že by si toho MUDr. Mraček ne-
všiml?*)

**A opět Erik lehce erotický na raftu na
Vltavě:**

Hormony začaly proudit krví. Erik nastavil
své radary a čekal. ...Měla dokonale
hnědé a pramenité vlasy, které ho oslnily.
.....Alex zavola: „Holky, máte co pít?“ Bez
jakýchkoli ohledů se spojili. „Chcete soulo-
dit?“ zeptal se Alex.Erik jí podal rum,
jejich ruce se spojily na ještě orosené
fľašce rumu.....Večer spali v jednom stanu
a všichni vědí, jak to asi skončilo.....

**Poetické líčení malého nádraží z obrazu
rovněž vypadalo všelijak.**

V úplném pozadí tohoto obrazu je jehlič-
natý les, který vyprovází strojvedoucího
z malého nádražička (*a zamává*)

Ze střechy občas padají tašky vyblité čer-
vené barvy (*Blinkající střechy jsou fakt
problém*)

Nad dveřmi vás praští do očí hodiny (*Ag-
resivita v dnešním světě zkrátka roste*)

Kůlnička sloužila jako úschovna lokomotiv
a jiných přístrojů... (*Lokomotivy v policích,
přístroje v šuplatech, pořádek musí být!*)

Nádraží je prorostlé přírodou (*V Keni
možná*)

Je to kvůli „půdu“ sebezáchovy, který
dříme v každém z nás... (*a cítíme ho
zvláště na půdách*)

HLÁŠKY ZE ŠKOLNÍCH LAVIC

Po vysazení hormonální antikoncepce může u ženy prudce klesnout LIBIDLO.

Nejsem z tablety, ale moje mamka brala tablety.

Pacient dostal injekci místo do ramene do HÝŽDĚTE.

Raději půjdu za pacientkou, která mi říká kočička, než za pacientkou, která mi říká krávo.

Doktor Galén byl velmi laskavý a šlechtěný (skoro jako rajčata)

Jaký je rozdíl mezi monologem a dialogem? Dialog je ten, co mluví k monologovi, monolog poslouchá.

Funkce knihoven: Mají službu pro nevědomé (už je bezpodmínečně nutné tam zajít!).

Sudety = listina občanských práv a svobod

Proč se lumírovci označovali za křídlo kosmopolitní? Protože psali do časopisu Cosmopolitan.

Medikamentní pozice (místo meditativní)

Pražské jaro – demokrati chtěli, aby komunisti byli demokraty a komunisti chtěli, aby demokrati byli komunisty (zcela přehledné vysvětlení)

Miloš Hrma si podřezal žíly, protože mu zvadlo lilium! (na to, pánové, bacha)

Dekameron napsal Bon Jovi.

Máme různé druhy map. Například kastrovní nebo katastrofální.

STŘEDOŠKOLSKÁ FUTSALOVÁ LIGA

Výsledky:

SZŠ a VOŠZ Č. Budějovice – COP Hluboká nad Vltavou 4 : 5

SZŠ a VOŠZ Č. Budějovice – SPŠs Resslerova Č. Budějovice 2 : 0

SZŠ a VOŠZ Č. Budějovice – SOŠse Velešín 3 : 1

Sestava:

Roman VOSEJPKA	ZLY 4.
Jan PAŘHA	ZLY 4.
Dominik DOLEŽAL	MSR 4.
Petr KOHOUT	MSR 4.
Matěj POLANSKÝ	ZDA 2.A
Lukáš ČÁP	MSR 2.
Jakub MIKLAS	MSR 2.
Adam VOBORSKÝ	MSR 2.
Michal HUČÍK	MSR 2.
Lukáš HOFMANN	MSR 2.
Matyáš ŠTĚDRÝ	ZLY 1.



Chlapci postoupili do dalšího kola z 1. místa – **gratulujeme!!!**

NA TOMTO ČÍSLE SE PODÍLELI

Simona Volková

Kristýna Bartáčková

Markéta Stašková

Vendula Kefurtová

Tereza Kekerťová

Barbora Sedláčková

Iva Kadlecová

Aneta Frnková

Blanka Vlková

Karolína Vrzáková

Antonie Staňková

Vendulka Kletečková

Iva Štixová

Šárka Marešová

Jan Kovář

Pavel Chalupa

Podlavičník

školní časopis SZŠ a VOŠZ České Budějovice

2016/17– číslo 1

prosinec 2016