

Cellula

A photograph of four students walking away from the camera on a paved path. From left to right: a boy in a black jacket and brown pants carrying a basketball; a girl in a black jacket with a fur collar and a backpack carrying two basketballs; a girl in a black jacket with a fur collar carrying a large red bag; and a girl in a blue jacket with a fur collar and a backpack carrying a basketball. The background shows trees and a building.

Riešime 70-ročný problém

Zdravotník vojakom- môžeš byť ním aj ty

Svet je väčší než Slovensko



TAKTO VYZERALA TŠV NA ZDRAVOTKE KEDYSI. AKO JE TO DNES, DOČÍTATE SA NA S. 18.



V učebni 208 sme boli svedkami „Statkov-zmätkov“. Postarali sa o to žiaci II. ZL. Na foto zľava: Sabína Šidlová, Betka Urbánková, Daša Piterková, naše ZL-ácke herečky.



Naši druháci FI-áci majú momentálne vyučovanie v labákoch. Medzi nimi nájdete aj novú vyučujúcu odborných predmetov. PharmDr. Alena Múdra posilnila od septembra kolektív pedagógov v odbore FL. Ako sa jej učí, prezradila našej redaktorky Dominke v rozhovore na s. 30. Veríme, že sa vám ju na fotografii podarilo nájsť. Usmieva sa na vás ako štvrtá sprava.

22



Skontaktovali sme sa s absolventkou našej školy Ivanou Ščepkovou. Prezradila nám, aké je to pôsobiť v najväčšej nemocnici na svete a čo robila, kým začala pracovať vo Švedsku. Veríme, že to bude pre vás inšpiratívne čítanie.

40



Stužková slávnosť je o krásnych emóciách...

EDITORIÁL

4 PAPARAZZI

INFO

5 BOLO TO OBDOBIE VEĽKÝCH ZMIEN

KALENDÁRIUM

6 PRESKÚMALI ZÁKUTIA KNIŽNICE

POMÁHALI NEVIDIACIM

FYZIKA ZÁŽITKOM

ZA RUSKOU KLASIKOU DO SND

MÁME PRIDANÚ HODNOTU

7 ZACHRAŇUJEME POMOCOU AED

SLOVÁ MAJÚ SILU

UCITILI SME SI PADLÝCH VOJAKOV

DALI SME O SEBE VEDIEŤ

8 DEŇ PURPUROVÝCH STUŽIEK

ZMERALI SI JAZYKOVÉ ZRUČNOSTI

LITERÁRNY TALENT MEDZI NAMI

PRIJALI SME NOVÁČIKOV

9 PROJEKTUJEME V PLNOM PRÚDE

ŽIVOT OKOLO NÁS

10 AKO BY SME VOLILI

11 NEVOLIŤ NIE JE CESTA

ŽIVOT NÁŠ ŠTUDENTSKÝ

12 SVET ZÁVISLOSTÍ PRICESTOVAL VLAKOM

13 NA VIANOČNÝCH TRHOCH NEZAVÁHALI A POMÁHALI

VZDALA SA SVOJEJ KORUNY KRÁSY, ABY POMOHLA

ROZHOVOR

14 ZDRAVOTNÍK VOJAKOM - AJ TY NÍM MÔŽEŠ BYŤ

TÉMA

18 RIEŠIME 70-ROČNÝ PROBLÉM

ZAUJALO NÁS

22 SVET JE VÄČŠÍ NEŽ SLOVENSKO

25 DETIČKY SÚ ANJELÍCI, DOBÍJAJÚ MA

OBSAH

PRAXUJEME

26 VEDOMOSTI DETÍ RODIČOV ČASTO PREKVAPIA

ŽIVOT NÁŠ ŠTUDENTSKÝ

27 KREHKÁ JE DUŠA ČLOVEKA

28 KEĎ ŠTRNGALI KEŤČMI...

29 V ÚLOHE ZUZKY

BOLI NA ZÁSAHU

30 ÍŠŤ VYUČOVAŤ BOLA PRE MŇA VÝZVA

31 KULTÚRA ZA KULTÚROU

32 TRAJA KRÁLI SÚČASNEJ SLOVENSKEJ LITERATÚRY

RADA NAD ZLATO

34 POUŽÍVAM ŤA ZNOVA A ZNOVA

VOX POPULI

35 STOP EXTRÉMIZMU

ŠPORTUJEME

36 KOŽAZ PREVERIL AJ IMPROVIZAČNÉ SCHOPNOSTI

ŠTUDENTSKÁ MOZAIKA

38 ZÁPISKY INTROVERTA

TÁ NAŠA STUŽKOVÁ

40 ZO ZÁKULISIA STUŽKOVEJ

4. ZA a 4. FL

PAUZA

42 FILMOTÉKA

ZO SVETA KNÍH

43 DIVADLO A MY

KEĎ MOBILY PAUZUJÚ

Redakčná rada

Šéfredaktorka:

Kamila Súkeníková, III. FL

Redaktori:

Soňa Cholevová, IV. FL

Marián Seidl, IV. FL

Simona Solomanová, III. FL

Helena Nošková, II. MAS

Kristína Vyletelková, III. ZUA

Veronika Petrechová, III. ZUA

Vanessa Srnecová, III. FL

Foto:

žiaci školy

archív školy - Zuzana Petrechová

Magdaléna Běžová, II. FL

Grafická úprava:

Jakub Michnica, IV. FL

Mgr. Marcela Matusová

Jazyková korektúra:

Mgr. Jana Melošová

Ilustrácie:

žiaci školy

Veronika Petrechová, III. ZUA

Tlačiareň:

Roman Dužík - BS Slovakia

Trenčín

Radi privítame vaše postrehy, námety a príspevky do časopisu. V prípade záujmu kontaktujte našu šéfredaktorku alebo redaktorov.



Ahojte!

Napísala som už zopár editoriálov a musím sa priznať, že je to čím ďalej ťažšie. Zas a znova začínať slovami: „A je to tu zas,“ alebo „opäť tu máme Cellulu“ už nie je originálne. Originálny však je náš obsah. Začiatok školského roka priniesol určité zmeny, s ktorými sa musíme

popasovať. Viac vám prezradí napríklad článok Riešime 70-ročný problém. Aj naši štvrtáci sa musia pomaly rozhodnúť, akým smerom sa vybrať, čo ďalej po škole. Možno ich inšpirujú rozhovory so zaujímavými ľuďmi – absolventmi, vojakmi, vyučujúcimi... Voliť alebo nevoliť? Áno, prinášame aj zopár informácií k aktuálnej téme volieb. Nevynechávame ani úspechy našej školy a žiakov v športových, jazykových, literárnych a odborných súťažiach a mnoho iného. Veríme, že si pri listovaní každý nájde to svoje.

Vaša Kamila

PAPARAZZI

Je hrdou maminou Tomáška



28. august 2019 priniesol veľkú radosť p. prof. Lucke Kučerovej Gabriškovej a jej manželovi. Stali sa rodičmi vytúženého Tomáška a školské povinnosti tak vystrie-

dali tie oveľa príjemnejšie. Celej rodine prajeme veľa zdravia a krásnych spoločných chvíľ! (rr), foto: z archívu L. Kučerovej Gabriškovej



Začiatkom mája sa uskutočnilo výberové konanie na riaditeľa našej školy a my už vieme, že do kresla riaditeľky školy zasadne PhDr. Eva Červeňanová, PhD. Má za sebou jedno funkčné obdobie. Ako ho hodnotíte? Splnilo jej očakávania? Čo pozitívne jej prinieslo? To všetko prezradila v nasledujúcom rozhovore.

Bolo to obdobie veľkých zmien

Máte za sebou jedno funkčné obdobie. Ako by ste ho zhodnotili?

Bolo to obdobie zaujímavé, náročné a malo svoje čaro. Bolo to obdobie veľkých zmien nielen v živote školy, ale aj mojom pracovnom. Hneď po nástupe do funkcie som musela riešiť problematiku nadbytočnosti budovy školského internátu, potom nasledovalo riešenie prestavby budovy súčasnej školy, kde som svojimi pripomienkami a usmerňovaním zasahovala aj do stavebných úprav a zmien tak, aby sa dodržovali podmienky pre budovanie odborných učební, laboratórií, učební a ostatných miestností. Potom nasledovalo sťahovanie školy z budovy na Braneckého do zrekonštruovanej budovy na Veľkomoravskej ulici. Museli sme sa presťahovať počas letných prázdnin, čo bol naozaj ľudský výkon našich zamestnancov. Ale zase spoločnými silami, dokonca pomohli aj

žiaci a rodičia, sme to zvládli. Prvý rok bol veľmi náročný, skúšobný. Postupne sme sa zabývali, navrhovali zmeny, v priestoroch, v učebniach, budovali kabinety pre vyučujúcich a zborovňu. Riešili sme elektronizáciu výchovno-vzdelávacieho systému, dochádzkový systém, EDUPAGE. Nebolo to jednoduché, neustále sme narážali na problémy, ktoré sme museli prekonávať.

Podarilo sa naplniť ciele, splnilo sa vaše očakávanie?

Verím, že áno. Naša škola mala vždy vysokú úroveň. Mojou prioritou bolo ju udržať a napredovať. Hodnotenia INEKO sú toho dôkazom. Naša škola je dlhodobo v TOP desiatke medzi strednými odbornými školami na Slovensku, medzi tromi najlepšími školami TSK a pravidelne sa delíme o prvé a druhé miesto medzi SZŠ na Slovensku. V roku 2019 sme získali prestížne ohodnotenie „škola s pridanou hodnotou zo slo-

venského jazyka“ ako jediná škola v riadiacej pôsobnosti TSK. Som hrdá na to, že pri príležitosti 70. výročia založenia našej školy sme získali čestný názov školy Celestíny Šimurkovej, osobnosti, ktorá bola dlhoročnou riaditeľkou školy a priekopníčkou vo vzdelávaní sestier v bývalom Československu. Hoci máme vysoké nároky, patríme medzi výberovú školu, o čom svedčí veľký záujem žiakov ZŠ o štúdium a tiež úspešné pokračovanie našich absolventov v štúdiu na VŠ či ich uplatnenie v pracovnom živote.

Čo pozitívne vám prinieslo?

V prvom rade som spoznala, veľa zaujímavých, šikovných a progresívnych ľudí, či už zamestnancov, ale i žiakov. Mala som možnosť porovnať výchovno-vzdelávací systém, ktorý bol počas môjho pôsobenia na škole ešte v rokoch 1986 až 2003, s výchovno-vzdelávacím systémom od

roku 2014. Za tých 11 rokov, keď som pôsobila na vysokej škole, stredné školy prešli veľkými zmenami, nehovoriac o manažmente školy a náročnosti plnenia úloh.

Čo je na povolaní riaditeľa školy najťažšie?

Byť neustále pripravená zvládnuť všetky legislatívne zmeny, riešiť aktuálne problémy, príp. konflikty, byť diplomat a nenechať sa vyprovokovať mnohokrát malichernosťami, promptne reagovať na rôzne situácie či už príjemné alebo nepríjemné, hľadať riešenia pri plnení náročných úloh. Ale všetko sa dá zvládnuť, ak mám okolo seba kvalitný manažment, výborných spolupracovníkov, zodpovedných a pracovitých zamestnancov a v nemalej miere aj našich žiakov, ktorí sú veľkou hybnou silou našej školy.

(pozn. red. v budúcom čísle sa spýtame na vízie p. riaditeľky)

Vanessa Srncová, III. FL

Preskúmali zákutia knižnice

Stalo sa už tradíciou, že žiaci 1. ročníka v úvode štúdia absolvujú odbornú exkurziu vo Verejnej knižnici M. Rešetku v Trenčíne. S vyučujúcimi slovenského jazyka a literatúry tam zavítali na prelome mesiacov

september a október a vďaka pracovníckam knižnice sa dozvedeli základné informácie o jej histórii a činnosti, o dokumentoch a knihách, ktoré uchováva, ako aj o službách, ktoré poskytuje.



Pomáhame nevidiacim

V rámci zbierky Biela pastelka môže každý z nás každoročne prispieť na pomoc slabozrakým a nevidiacim. 23. 9. 2019 sme sa zapojili do verejnej zbierky i my a vďaka

tomu dobrovoľníčky z III. MAS Karolína a Stanka spolu s príspevkami od všetkých žiakov, učiteľov a nepedagogických pracovníkov vyzbierali sumu 101,22 eur.

Za ruskou klasikou do SND

24. septembra žiaci III. ZL a IV. ZUA spolu s vyučujúcimi v skorých ranných hodinách nastúpili do rýchlika smer Bratislava, aby sa zoznámili s ruskou klasikou. Ako bolo? Z reakcií žiakov môžeme skonštatovať, že sa im predstavenie veľmi páčilo, oceňujú skvelé herecké obsadenie a hlavne ne-

tradičné spracovanie Tolstého diela Vojna a mier. „Prepojenie klasického divadla s filmovou technikou nás držalo po celý čas v strehu, bola to naozaj skvelá voľba,“ tvrdia dievčatá a dodávajú, „výkon rozprávača Roba Rotha (alias Tolstého) bol naozaj nezapomenuteľný.“

Fyzika zážitkom

Hodiny fyziky nemusia byť len nuda! Presvedčili sa o tom 18. októbra žiaci z II. ZUA a II. ZA v Centre popularizácie fyziky pri Gymnáziu Viliama Paulínyho-Tótha v Martine. Dve vyučovacie hodiny zážitkovej fyziky pod vedením dr-

žiteľa Ceny za vedu a techniku v kategórii Popularizátor vedy doktora Jozefa Beňušku im umožnili vyskúšať si zaujímavé fyzikálne pokusy a vôbec im neprekážalo, že hodina fyziky presiahla 45 minút.



Máme pridanú hodnotu

Akú pridanú hodnotu ponúkajú svojim žiakom slovenské stredné školy? To sa okrem výsledkov externej Maturity 2019 dozvedeli ich riaditelia vďaka externému hodnoteniu, ktorým je príspevok školy k vzdelávaniu ich žiakov z maturitného predmetu slovenský jazyk a literatúra.

Za hodnotené obdobie rokov 2017, 2018, 2019 patrí naša zdravotka medzi školy s pridanou hodnotou vo vyučovaní predmetu slovenský jazyk a literatúra a v celkovom hodnotení je v dvadsiatke dlhodobodpriemerných stredných škôl.



Zachraňujeme pomocou AED

Pri náhlej zástave srdca ide o minúty a počas čakania na pracovníkov záchrannnej zdravotnej služby môžete pacientovi pomôcť zvýšiť jeho šance na prežitie. 22. októbra 2019 naši žiaci absolvovali inštruktáž s Mgr. Jánom Vidom z Krajského operačného

strediska záchrannnej zdravotnej služby Trenčín, ktorý im predviedol, ako použiť externý defibrilátor (AED), ktorý je nenahraditeľným pomocníkom na letiskách, školách, v hoteloch, nákupných centrách, ale aj v športových halách.



Slová majú silu

Tento odkaz v sebe niesla dokumentárna divadelná inscenácia November 1989, ktorú mali možnosť vidieť žiaci druhých ročníkov päť dní pred 30. výročím Nežnej revolúcie. Prostredníctvom príbehov troch mladých ľudí, ktoré sa skutočne stali, poukázala na to-

talitné praktiky bývalého režimu, objasnila jeho pád v roku 1989 a nedokonalú snahu o nastolenie demokracie. Jej dej sa nezastavil v roku 1989, poukázal aj na udalosť spred roka, kedy sme začali volať po slušnosti a tolerancii...



Uctili sme si padlých vojakov

11. november je vyhlásený za Deň vojnových veteránov. Jeho symbolom je vlčí mak. Tento rok sme si pripomenuli hrdinstvo padlých vojakov z prvej svetovej vojny i my. Naši žiaci pomáhali pri organizácii verejnej

zbierky, vďaka ktorej bude možné zdokumentovať príbehy veteránov, povstaleckých vojakov a odbojárov, aby sa nezabudlo na ich statočnosť, obetavosť a nasadenie.



Dali sme o sebe vedieť

Piaty žiaci našej školy sa 17. novembra 2019 pod vedením p. p. Žanety Gallovej zúčastnili prezentačného dňa stredných škôl, ktorý sa konal v Bánovciach nad Bebravou. Prezentačnú otvorila

primátorka mesta a novinkou tohto ročníka bolo pozvanie, ktoré dostali aj rodičia žiakov končiacich ročníkov. V množstve stredných škôl bol o náš prezentačný stánok veľký záujem.



Deň purpurových stužiek

Svetový deň predčasne narodených detí si pripomíname už ôsmykrát v rámci Týždňa výchovy k manželstvu a rodičovstvu. Starostlivosť o takéto bábätká patrí k najnáročnejším úlohám novorodeneckých oddelení. Na odbornej konferencii zameranej na proble-

matiku predčasných pôrodov a starostlivosť o nedonosených novorodencov sa opäť zúčastnili aj mamičky so svojimi predčasne narodenými deťmi. Predstavili svoje ratolesti a podelili sa so svojimi skúsenosťami pri ich náročnej opatere a výchove.



Zmerali si jazykové zručnosti

Žiaci našej školy si v mesiaci november zmerali svoje jazykové zručnosti v školskom kole olympiád z anglického jazyka a slovenského jazyka a literatúry. 19. novembra sa uskutočnilo školské kolo olympiády z anglického jazyka, kde si svoje sily zmeralo 18 žiakov a o týždeň neskôr 17 žiakov súťažilo v olympiáde zo slovenského jazyka

a literatúry. Najúspešnejším riešiteľom v anglickom jazyku sa stal Dominik Spaček zo IV. ZA s postupom do obvodného kola. V slovenskom jazyku sa súťažilo v dvoch kategóriách a na prvom mieste sa ocitli Kristína Murgašová zo IV. ZL a Alicia Najdeková z II. ZL, obe tak postúpili do krajského kola.



Literárny talent medzi nami

Reč je o Karolíne Papalovej z II. ZL, ktorá si po minuloročnom úspechu v literárnej súťaži Vnímame prítomnosť, aby sme ovplyvnili budúcnosť 29. novembra 2019 pripísala ďalší. Na slávnostnom vy-

hodnotení 27. ročníka celoslovenskej literárnej súťaže Studňa sa tajne s dažďom zhovára v kategórii próza získala 2. miesto. Len tak ďalej, múza totiž klope na dvere, za ktorými má prestreté...



Prijali sme nováčikov

Gaudeamus, vystúpenie folkloristiek z Věny, zábavný program v podaní prvákov, imatrikulácia nováčikov z radu žiakov i pedagógov, plnenie úloh z dielne žiakov druhákov, úsmevy, stres, diskotéka

a skvelá zábava. Taká bola imatrikulačná slávnosť, na ktorej žiacka školská rada 21. novembra 2019 prijala medzi žiakov našej školy svojich nových členov.

prpravila: (rr)



foto: archív školy

Projektujeme v plnom prúde



INTERREG V-A
SLOVENSKÁ REPUBLIKA
ČESKÁ REPUBLIKA



EURÓPSKA ÚNIA
EURÓPSKY FOND
REGIONÁLNEHO ROZVOJA

SPOLOČNE BEZ HRANÍC



Projekt Úcta, hrdosť, odbornosť je v plnom prúde. 11. až 14. júna 2019 absolvovalo 10 žiakov zo IV. ZA triedy s p. prof. M. Rybánskou a prof. M. Mišinovou výmennú odbornú stáž v nemocnici vo Vsetíne.



V čase od 30. 9. do 4. 10. 2019 absolvovali naši tretiaci športovo-kultúrny pobyt vo Veľkých Karlovicih s p. prof. M. Hemanovou a prof. M. Margorínovou.

Začiatkom mája sme sa s veľkým úspechom zapojili do súťaže Festival ošetrovateľských kazuistík (pozn. red. o akcii sme informovali v rubrike Kalendárium v predchádzajúcom čísle Celluly).

Zakúpili sme dron s termokamerou na „lokalizáciu zranených osôb v teréne.“ Prezradíme, že 30. marca 2020 sa na pôde našej školy uskutoční odborná konferencia na tému Inovácie v zdravotníctve, ktorú si ako hodnotiacu

aktivitu zorganizujú účastníci projektu z obidvoch partnerských škôl. Súčasťou konferencie bude zhodnotenie aktivít projektu, súbor odborných prednášok pozvaných odborníkov aj žiakov, ako aj praktická ukážka využitia dronu v záchranárskej praxi. Okrem akcií, ktoré v rámci projektu absolvujeme či pripravujeme na území Slovenska a Čiech, paralelne vzniká dvojjazyčný (slovensko-český) výukový e-learningový portál s učebnými materiálmi pre odbor zdravotnícky asistent/praktická sestra.

žiačky III. ZA, foto: archív A. Julény



Od 17. do 21. júna 2019 absolvovali žiaci partnerskej školy zo Vsetína svoju časť výmennej odbornej praxe vo Fakultnej nemocnici v Trenčíne“



AKO BY SME VOLILI?



Blížia sa voľby a niektorí z vás študentov budú prvýkrát stáť pred volebnou urnou. Ale koho vlastne voliť? Určite vám nikto nemôže odpoveď nadiktovať či prikázať. Táto voľba je len na vás. Iba chceme upozorniť na to, že za vašu voľbu nesiete aj zodpovednosť, preto nehlasujte bezhlavo, iba na základe sympatií, toho, čo politici povedia, sľubujú. Nekopírujte názory druhých, pristúpte k tejto udalosti poctivo a hlavne spravte si svoj vlastný názor.

Vo februárových parlamentných voľbách kandiduje 25 politických strán. Vďaka kontroverznosti niektorých z nich stúpol záujem o politiku u mladých ľudí. A preto sme sa rozhodli urobiť prieskum a zistiť, ktorá politická strana je medzi študentmi najpopulárnejšia. Našej ankety sa zúčastnilo 100 respondentov vo veku od 18 – 19 rokov. Anketa bola anonymná a zúčastnili sa jej žiaci z trenčianskych stredných škôl. Zistili sme, že navyše podporovaná strana medzi opýtanými bola Koalícia Progresívne Slovensko a SPOLU. Taktiež sme zistili, že mladí nie sú oboznámení so stranami, ktoré kandidujú, a mnohí z nich ani voliť nemajú záujem.

AKO DOPADLA NAŠA ANKETA?

1. Koalícia Progresívne Slovensko a SPOLU(23%)

2. SMER – sociálna demokracia (13%)
3. SME RODINA (12%)
4. Kotlebovci- LSNS a VLASTĽ (9%)
5. Obyčajní ľudia a MÁME TOHO DOŠŤ! (8%)
6. SNS, Za Ľudí (7%)
7. Kresťanskodemokratické hnutie (4%)

O ČOM VYPOVEDÁ?

Čo na výsledky nášho prieskumu hovorí Mgr. Helena Janíčková, s ktorou sme problematiku volieb a našich práv na hodinách občianskej výchovy, ale aj dejepisu rozoberali? „Mrzí ma, že sa nám do politiky dostáva politická strana, ktorá sympatizuje s nacizmom a extrémizmom. Všimla som si, že mnohí sympatizanti tejto strany si nevedomky tieto ich tendencie nechcú všimnúť, dokonca sa s mnohými názormi stotožňujú. Mrzí ma, že sa slovenská politická scéna dopracovala

k tomu, že ľudia sú ochotní počúvať práve takúto skupinu a ako milovníčka dejín v tom vidím opakujúci sa scenár z minulého storočia, z ktorého sa nevedia mnohí poučiť. Je očividné, že väčšina Slovákov chce zmenu, ale ako túto zmenu dosiahnuť, koho voliť?“

AKO NENALETIEŤ NA PREDVOLEBNÉ SĽUBY?

Odpoveď sme opäť hľadali u p. prof. Janíčkovvej. „Odpoveď vám tu nedám, každý sa rozhoduje sám. Môžeme sa však poučiť z príbehu zakladateľa gréckej filozofie Sokrata, ktorí upozorňoval na skutočnosť, že neinformovaní a nevzdelaní ľudia sú ľahšie manipulovateľní tými, ktorí nemajú dobrý zámer. Sám to vysvetľoval svojim študentom na nasledovnom príklade: Predstavte si predvolebnú debatu dvoch kandidátov, jedným je lekár

a druhým predavač sladkostí. Obaja sa uchádzajú o podporu ľudí. Predavač argumentuje, že lekár dáva iba sirupy, spôsobuje bolesti a nikdy ich nepohostí cukríkmi tak ako on. Myslíte si, že doktor bude schopní efektívne reagovať na tieto výčitky? Sokrates upozorňuje na to, že ľudia nemajú vo všeobecnosti radi lekárov, a väčšina by teda dala prednosť predavačovi sladkostí. Samozrejme, voľba predavača so sladkosťami nesie v sebe aj potencionálne zubné kazy, čo si mnohí neuvedomujú. Verím, že nebudete slepo voliť obchodníkov so sladkosťami na základe sympatií a ich ponuky, ale pristúpite k voľbe, či už teraz, alebo aj v iných voľbách, čo najzodpovednejšie.“

Soňa Cholevová, Monika Tomašiková, IV, FL
foto: (mm)

NEVOLIŤ NIE JE CESTA



V novembri som mala osemnásť. Takže k urne pristúpim po prvýkrát. Chcem sa zachovať čo najzodpovednejšie, preto strany, ktoré sa uchádzajú o môj hlas, pozorne sledujem, hlavne ich volebný program. Uvedomujem si zodpovednosť môjho rozhodnutia a voliť určite pôjdem. Nevoliť totiž nie je cesta. Menšie zlo je lepšie. Je jasné, že žiadna z politických strán nie je dokonalá, ale niekedy je

menšie zlo lepšia voľba. Ak totižto svoj hlas neodovzdáte, rozpočíta sa medzi kandidátov, a to v takom pomere, v akom voľby dopadli. To znamená, že ak aj nepôjdete voliť, stále ovplyvňujete priebeh a výsledok volieb. Možno aj smerom, ktorým nechcete... Preto 29. február neignorujte, využite svoje právo, budúcnosť je totiž v našich rukách.

text a foto: Kamila Sukeňiková

NEMRHAJ SVOJÍM PRÁVOM, AJ TVOJ HLAS JE DÔLEŽITÝ



Natália, 19 rokov

Určite voliť pôjdem. Myslím, že hlas každého človeka je dôležitý a mali by ísť voliť všetci. Na voľby sa nijako špeciálne nepripravujem, no viem, koho voliť budem. Nechám si to pre seba.



Tímea, 19 rokov

Áno, voliť pôjdem, pretože ma hnevá nastavený politický systém na Slovensku. Na voľby som sa pripravovala pomocou dotazníka dostupného na internete.



Barbora, 19 rokov

Áno, ale stále sa rozhodujem medzi dvoma stranami. Pri posledných voľbách som to takto tiež cítila a rozhodla som sa až v deň volieb (zaujímavé je, že môj favorit aj vyhral).



Kristína, 19 rokov

Taktiež pôjdem voliť. Chcem, aby konečne nastala pozitívna zmena v tomto štáte.



Kika, 19 rokov

Ešte premýšľam, či pôjdem voliť. Nie som úplne rozhodnutá, koho by som mala voliť. Žiadna zo strán ma neoslovila svojím programom. Všetky informácie, ktoré o stranách mám, pochádzajú z televízie alebo z internetu.



Majo, 19 rokov

Voliť určite pôjdem. Je to občianska povinnosť. Nevedel som sa rozhodnúť medzi dvoma politickými stranami, ale už v tom mám jasno. V blízkej dobe si plánujem ešte vybrať vhodných kandidátov, aby som bol na voľby maximálne pripravený.

ŽIVOT NÁŠ ŠTUDENTSKÝ

Svet závislostí pricestoval vlakom



Bola to bežná cesta vlakom. Až kým som nevystúpil v Trenčíne, kde ma zaujal pohľad na prvé nástupište. Stál tam netradičný vlak so šiestimi šedými vagónmi s prelepenými oknami a z jednej strany ho lemoval nápis Revolution Train. Sledujem, čo sa deje. Jedna partia študentov vystupuje zo zadného vagóna, druhá v prvom nastupuje. Pridávam sa. Som zvedavý, čo ma v Proti-drogovom vlaku čaká. Aj keď ma zaujal svojím výzorom, nemal som žiadne očakávania, no čosi ma lákalo doň vstúpiť. Sprievodkyňu robila naša bývala spolužiачka z odboru farmaceutický laborant Broňa Šubíková, ktorá mi, redaktorovi Celluly, umožnila prehliadku absolvovať.



Štyri kinosály, osem interaktívnych miestností a nielen to sa ukrýva za dverami tohto zaujímavého projektu. Pri vstupe sa dozvedám, že nosnou myšlienkou je drogová závislosť a jej dôsledky na ľudský organizmus. „Opäť raz nezáživná prednáška o drogách!“ pomyslel som si. No zmýlil som sa... Proti-drogový vlak mi interaktívne ukázal, akým spôsobom dokážu drogy zmeniť život každého človeka. Vlaková súprava ma previedla reálnym príbehom, emotívnymi situáciami a moderným prístupom, ktorý poskytol priestor na premýšľanie o nebezpečenstve užívania legálnych a nelegálnych drog. Počas

prehliadky som sa ocitol vo svete drogozo závislých. Mrazilo ma nielen pri pohľade na autonehodu, väzenskú celu, vyšetrovaciu miestnosť, lekársku ambulanciu alebo drogový brloh, ale aj na tele, lebo vo vagónoch bola zima. Úmyselný krok organizátorov projektu, lebo o zime, samote a smútku je život závisláka. Normálne som bol rád, keď som vyšiel von. Aj keď bol november, jeseň v plnom prúde, na nástupišti mi bolo hneď teplejšie. Tento projekt hodnotím na 100% a dúfam, že sa dostane, k čo najväčšiemu množstvu ľudí.

Marián Seidl, IV. FL
foto: Simona Solomanová



Na fotografii Teodor Kudlej a Daša Piterková z II. ZL. Sedia vo vyšetrovacej miestnosti. A aké je to ocitnúť vo väzenskej cele, si vyskúšali dievčatá z III. FL.

Na vianočných trhoch nezaváhali a pomáhali



Marián Seidl, Jakub Michnica (zo IV. FL) a Maroš Petráš (zo IV. MAS) si 5. decembra vychutnávali pohodu na trencianskych vianočných trhoch, ktoré v ten deň o 17.00 hod. oficiálne otvorili rozsvietením vianočného stromčeka. Práve pri ňom o dve hodiny neskôr poskytli

prvú pomoc neznámemu mužovi, ktorý dostal epileptický záchvat. V piatok podvečer sme sa dozvedeli, že zachránenému mužovi sa darí. Teší nás, že sa naši žiaci zachovali duchapritomne, profesionálne a ukázali svoju ľudskú tvár.

(rr), foto: A. Surovčíková

Viedenský vianočný sen

Tak sa dá preložiť známy Wiener Christkindlmarkt pred Radnicou a je to skutočne výstižné. Práve tam strávili štvrtý decembrový deň žiaci I. ZL a III. FL, aby si užili neopakovateľnú atmosféru najväčšieho a najznámejšieho vianočného trhu vo Viedni. Veľkolepý vianočný stromček, výzdo-

ba a dekorácie, živá hudba, remeselné výrobky, vôňa punču a typických jedál ich dokonale naladili na príchod najkrajších sviatkov roka. Predtým si však vychutnali historické centrum Viedne a prehliadku Prírodovedného múzea.

(rr), foto: archív 3. FL



Vzdala sa svojej koruny krásy, aby pomohla



Keďže moja spolužiačka nemá rada zbytočnú pozornosť, jej meno neuvediem, hoci jej čin je hodný obdivu. Na začiatku druhého ročníka urobila niečo, čo pre mnohé dievčatá jednoduché vôbec nie je. Vzдалa sa svojej koruny krásy. Dobrovoľne. „Túžila som spraviť niečo viac pre tých, čo to potrebujú,“ znela jej odpoveď na moju otázku, prečo to urobila. Ako prvej sa so svojim úmyslom zdôverila mame,

ktorá ju podporila. Práve s ňou sa radila, kam a ako by mohla vlasy darovať. Výber padol na Onkologickú kliniku v Bratislave, kde sú veľmi nároční, čo sa týka výroby parochní. Aj keď nemá istotu, že jej vlasy na parochňu použili, svoj čin neľutuje a tvrdí, že by to absolvovala ešte raz. No povedzte, koľkí z vás by toto podstúpili?

Alžbeta Urbánková, II. ZL
foto: (mm)

Zdravotník vojakom – aj ty ním môžeš byť



Zistili sme, že niektorí žiaci našej školy by chceli zasvätiť svoj profesijný život armáde. Chcú však ostať v zdravotníctve. Kontaktovali sme preto Regrutačnú skupinu v Trenčíne a spýtali sa za vás.

Kam by mali viesť prvé kroky záujemcu o povolanie profesionálneho vojaka?

V každom sídle samosprávneho kraja je dislokovaná regrutačná skupina ako súčasť Personálneho úradu Ozbrojených síl SR, ktorá prijíma žiadosti a poskytuje poradenstvo a informácie záujemcom o kariéru profesionálneho vojaka, ďalej o možnostiach vojaka dobrovoľnej vojenskej prípravy (DVP) alebo o aktívnych zálohách.

Aké sú podmienky pre vstup do armády?

V prvom rade je potrebné uviesť, že SR nemá „armádu“, ale Ozbrojené sily Slovenskej republiky (ďalej len „OS SR“). Podmienky pre vstup do OS SR sú dané zákonom č. 281/2015 Z. z. o štátnej službe profesionálnych vojakov. V prvom rade ide o splnenie podmienok štátneho občianstva, trvalého bydliska, vzdelania (aspoň výučný list), ovládanie štátneho jazyka, bezúhonnosť, spoľahlivosť atď. V druhom rade je to splnenie podmienok zdravotnej spôsobilosti, psychickej spôsobilosti a fyzickej zdatnosti.

Čo všetko teda absolvuje záujemca, kým sa stane profesionálnym vojakom?

Na začiatku je určite návšteva príslušnej regrutačnej skupiny – podľa miesta trvalého bydliska občana. Na regrutačnej skupine sa zhromažďujú a vyhodnocujú všetky doklady, ktoré

je občan pri podaní žiadosti povinný odovzdať. Ďalej sa na regrutačnej skupine občan podrobuje prieskumu zdravotného stavu. V rámci neho predkladá kompletnú zdravotnú dokumentáciu (zdravotnú kartu) predpísané aktuálne laboratorné výsledky zisťované z krvi, moču, aktuálne RTG srdca, pľúc s popisom a potvrdenie o stave chrupu. Zdravotná dokumentácia a aktuálne výsledky sú vyhodnotené posudkovým lekárom regrutačnej skupiny a následne je stanovená zdravotná klasifikácia spôsobilý/nespoľsobilý pre prijatie do štátnej služby profesionálneho vojaka OS SR. Po zdravotnej prehliadke (v prípade, že je občan spôsobilý na prijatie) nasleduje psychodiagnostické vyšetrenie (psychotesty) a preskúšanie z fyzickej zdatnosti. Toto všetko prebehne v rámci jedného dňa v priestoroch Personálneho úradu OS SR v Liptovskom Mikuláši. Najskôr sú občania podrobení psychotestom, ktoré sú hneď vyhodnotené. Ten, kto splní požadované normy, pokračuje v preskúšaní z fyzickej zdatnosti. Preskúšanie pozostáva z troch disciplín: 12-minútový beh, jedna z disciplín: zhyby na hrazde alebo ľah-sed (brušáky), a jedna z disciplín šprint 60 m – člnkový beh 10 x 10m; ženy majú namiesto zhybov na hrazde disciplínu skok do diaľky z miesta – ostatné pre ženy je také isté ako u mužov.

Pre koho sú dvere armády SR zatvorené?

Posudzovanie zdravotnej spôsobilosti je výlučne v pôsobnosti posudkových lekárov regrutačných skupín a je vykonávané podľa vyhlášky Ministerstva obrany SR č. 426/2015 Z. z. Citovaná vyhláška upravuje posudzovanie zdravotnej spôsobilosti, psychickej spôsobilosti ako aj fyzickej zdatnosti. Z hľadiska zdravotného stavu príloha č. II citovanej vyhlášky na vyše 140 stranách A4 presne špecifikuje rôzne zdravotné diagnózy, ktoré nevyhovujú prijatiu za profesionálneho vojaka OS SR a z tohto hľadiska nie je priestor v rámci tohto článku na presné uvádzanie jednotlivých diagnóz. Navyše je to otázka nanajvýš odborná, patriaca do

armádu? Nájdu uplatnenie všetci?

Každý z uvedených odborov je uplatniteľný v OS SR. Je potrebné zdôrazniť, že miesta profesionálnych vojakov OS SR sa obsadzujú na základe výberového konania v závislosti na voľných miestach. Inak povedané, na miesta zdravotníckeho personálu sa prijímajú občania v prípade, že takéto miesto OS SR uvoľnilo a nie je oň záujem z radov profesionálnych vojakov. Nie je však vylúčené, aby sa absolvent vašej školy uchádzal aj o iné voľné miesto v rámci funkcií v OS SR, na ktoré je požadované všeobecné stredoškolské vzdelanie.

Čo má urobiť úspešný absolvent našej školy, aby



pôsobnosti lekárov. Radi by sme uviedli, že občan pred podaním žiadosti môže konzultovať svoj zdravotný stav s lekárom regrutačnej skupiny, na konzultáciu je potrebné sa vopred objednať, priniesť k nahliadnutiu kompletnú zdravotnú dokumentáciu, za konzultáciu sa nepožaduje žiadna úhrada.

Na našej škole študujú zdravotníci v piatich odboroch – zdravotnícky asistent, zdravotnícky laborant, masér, farmaceutický laborant a zubný asistent. Ktoré z týchto odborov sú atraktívne aj pre

text sa stal vojakom a zároveň zostal aj zdravotníkom?

Predovšetkým musí byť voľná funkcia „zdravotníka“, potom už len splniť podmienky pre prijatie do štátnej služby profesionálneho vojaka OS SR. Vždy zostáva možnosť uchádzať sa aj o inú funkciu, vstúpiť do OS SR a počas služby v OS SR využiť možnosť a „prejsť“ k vojenskému zdravotníctvu.

Aké benefity ponúka profesionálnemu vojakovi armáda?

Pravidelný príjem vrátane rôznych príplatkov, ná-



stupný plat profesionálneho vojaka v dočasnej štátnej službe v prvej vojenskej hodnosti „vojak 2. stupňa“ je v čistom (na účet) cca 1 100 € v závislosti na príplatkoch, ktoré závisia od konkrétnej funkcie a zaradenia. Príjem sa pravidelne každoročne zvyšuje. Taktiež zvýšenie príjmu závisí aj od dosiahnutia vojenskej hodnosti. Medzi ďalšie benefity možno zaradiť možnosti prehlbovania a zvyšovania kvalifikácie, stáže, intenzívna (spravidla 4-mesačná) jazyková príprava vo viacerých úrovniach ovládania a pod. Tieto benefity absolvuje profesionálny vojak v rámci výkonu štátnej služby – bez krátenia služobného príjmu. Ďalšími benefitmi sú 6 týždňov dovolenky (dočasná štátna služba), resp. 7 týždňov dovolenky (stála štátna služba), ako aj možnosť byť vyslaný do zahraničia (misie, diplomatické zastúpenia a pod.). Takisto rôzne sociálne benefity.

Spomínate sociálne výhody, mohli by ste ich konkretizovať?

Do sociálnych benefitov zaraďujeme rekreačnú starostlivosť vo vlastných rekreačných zariadeniach (Piešťany, Tatranské Zruby), preventívne rehabilitácie, zdravotná starostlivosť (každoročná bezplatná preventívna prehliadka – v civilnom sektore je to 1x za dva

roky), vlastná nemocnica (ústredná vojenská nemocnica Ružomberok), 100% náhrada príjmu pri práceneschopnosti počas prvých 30 dní potom 75%, výsluhové zabezpečenie (výsluhový dôchodok alebo výsluhový príspevok), zabezpečenie pre prípad invalidity a pod. Sociálne zabezpečenie vojakov je riešené zákonom č. 328/2002 Z. z. o sociálnom zabezpečení policajtov a vojakov.

Stávalo sa, že profesionálnemu vojakovi sľúbili, že bude slúžiť v mieste svojho bydliska, resp. sa dohodli na konkrétnom mieste, no po absolvovaní výcviku dostali personálny rozkaz slúžiť na opačnej strane republiky. Môže sa to stať aj dnes? Čo potom?

Tak ako je položená otázka, musíme zdôrazniť, že profesionálnemu vojakovi sa nikdy nesľúbilo, že bude slúžiť v mieste svojho bydliska. Prax je taká, že každý z hľadiska dochádzania a súvisiacich nákladov na dochádzanie resp. bývanie by chcel slúžiť čo najbližšie k miestu bydliska. Realita je však iná. Výkon štátnej služby profesionálneho vojaka bol v minulosti (aj pred rokom 1989) a aj teraz nastavený tak, že profesionálny vojak slúži podľa potrieb služobného úradu, t. j. kdekoľvek na území SR alebo aj mimo územia

SR. Je možné, že ak niekto býva v Trenčíne alebo okolí, nebude po prijatí slúžiť v okolí Trenčína, a to z jednoduchého dôvodu – nie je tu miesto. Zásada, že vojak slúži podľa potrieb služobného úradu, znamená však aj to, že počas výkonu štátnej služby, ak sa v Trenčíne uvoľní miesto, môže byť daný vojak do Trenčína premiestnený. Premiestňovanie profesionálnych vojakov – zmena miesta výkonu štátnej služby sa dejú aj v súčasnosti, avšak veľmi zriedkavo. Pre objektivnosť je potrebné uviesť, že premiestnenie môže byť aj na žiadosť profesionálneho vojaka, ale aj proti jeho vôli. Profesionálny vojak má na tento účel poskytovaný k platu tzv. paušálny stabilizačný príplatok, ktorý sa v predchádzajúcej právnej úprave volal aj „príspevok na bývanie“, po 1. 2. 2020 je jeho výška cca 325 eur. Z tohto príspevku si profesionálny vojak uhrádza ubytovanie a možno ho považovať za „benefit“ spojený s možnosťou preloženia na iné miesto.

Na našej škole študujú predovšetkým dievčatá. Aké uplatnenia ponúka vojsko im? Majú možnosť kariérneho postupu?

V OS SR sa prísne uplatňujú zákazy diskriminácie. Z tohto pohľadu nie je medzi mužmi a ženami žiadny rozdiel. Každý profesionálny vojak má právo na rovnaké podmienky výkonu štátnej služby, na rovnaké zaobchádzanie, a teda aj rovnaký kariérny postup.

V dnešnej dobe sú v obľube tetovania, tunely, dredy. Sú v armáde povolené?

V OS SR existuje služobný predpis o úprave zvonjšku profesionálneho vojaka. Podľa tohto predpisu nesmie mať profesionálny vojak viditeľné tetovania na tvári a krku. Ak má profesionálny vojak tetovanie mimo tváre a krku, jeho znázornenie nesmie obsahovať hanlivé nápisy, obrazové, znakové, runové alebo číselné zobrazenie propagujúce politické strany, hnutia, združenia, organizácie a skupiny, ktorých činnosť je v rozpore s

Ústavou SR a so všeobecne záväznými právnymi predpismi SR.

Kde na Slovensku by pravdepodobne dostali žiaci miesto ako profesionálni vojenský zdravotníci?

Funkcia zdravotníka je takmer na každom vojenskom útvere.

Čo ak po polroku v profesionálnej službe zistia, že ich práca nenadchla. Stačí napísať výpoveď a odísť z armády? A čo ak má za sebou aj štúdium vysokej školy? Bude musieť vrátiť peniaze, lebo vieme, že štúdium je bezplatné. Resp. aký čas musí odslužiť, aby nemusel platiť?

Občan po prijatí do štátnej služby absolvuje cca 2 až 3 mesačný výcvik (v závislosti na funkcii, na akú sa pripravuje) v rámci prípravnej štátnej služby. Tento výcvik každý absoluuje v Martine. Ak počas tohto výcviku občan zistí, že kariéra v OS SR nie je pre neho vhodná, dá sa povedať, že môže odísť kedykoľvek v priebehu tejto prípravnej štátnej služby. Po

prijatí do dočasnej štátnej služby, v prípade skončenia služobného pomeru na žiadosť občana je potrebné povedať, že občan pri prijatí do dočasnej štátnej služby podpisuje záväzok služby na tri roky (stredoškolské vzdelanie, vysokoškolskák 9 rokov). Z hľadiska nastavenia zákona môže, ale aj nemusí byť žiadosť o prepustenie vyhovená. V prípade prepustenia je vojak povinný uhradiť náklady spojené s výcvikom. Tieto náklady sú presne vyčíslené podľa služobného predpisu, u každého je táto výška individuálna a podmienená nákladmi na jeho prípravu, iné náklady sú u pilota, iné u obsluhy špeciálneho stroja, iné u strelca či guľometníka. Obdobný je postup aj v prípade absolventa Vojenskej akadémie OS SR, kde sa neplatí za štúdium, ako už bolo aj naznačené v otázke, ale platí sa za náklady spojené s ubytovaním, stravovaním, oblečením (uniforma). Úhradu nákladov je potrebné vnímať objektivne, mám na mysli, že ak občan študuje na civilnej vysokej škole, obvykle jeho rodičia



Fotografie k rozhovoru pochádzajú z OŽAZ-u žiakov druhého ročníka. Tento sa našim žiakom mimoriadne páčil, organizovala ho Regrutačná skupina z Trenčína. Na foto aj rtn. Juraj Lipták, jeden z tých, ktorí trpezlivo odpovedali na naše zvedavé otázky.

v pravidelných mesačných splátkach platia za internát, za stravu, dávajú mu vreckové a ak takýto študent z rôznych príčin neskončí vysokú školu, tieto náklady nik rodičom študenta nerefunduje – boli vyhodnené takpovediac nadarmo. Štúdium na vojen-

skej akadémii je bezplatné (ubytovanie, stravovanie, výstrojná náležitosť), z tohto dôvodu, ak sa študent neučí a rozhodne sa školu opustiť, je povinný náklady uhradiť. Vysokoškolák podpisuje záväzok na deväť rokov služby.

Môže vojak počas svojej služby podnikáť alebo sa angažovať v politike?

Už zo samotnej Ústavy SR vyplýva, že niektoré práva sú obmedzené vojakom a policajtom. Medzi toto právo patrí aj právo sa angažovať v politike či v pod-

nikaní.

Otázky pripravila Helena Nošková (II. MAS), za Regrutačnú skupinu Trenčín odpovedal rtn. Milan Adamčík, rtn. Juraj Lipták, kpt. JUDr. Peter Toma, PhD.

foto: archív školy

Chcem byť vojenským lekárom

A máme tu informácie aj pre „štúdiu chytivých“. Existuje aj študijný program Vojenské všeobecné lekárstvo. Zaujalo vás to? Čítajte ďalej.

Študijný program Vojenské všeobecné lekárstvo je určený pre profesionálnych vojakov – praktických lekárov. Najprv musí študent dosiahnuť titul Bc. (3 roky štúdia) v odbore zdravotný záchranár. Až potom môže ísť študovať magisterský odbor vojenské všeobecné lekárstvo a po šesťročnom štúdiu získať titul „medicinae universae doctor“ – MUDr.

AKO A KAM ÍSŤ ŠTUDOVAŤ?

U nás na Slovensku takáto škola nie je a najbližšia je až v Českej republike. Škola

sa volá Fakulta vojenského zdravotníctva Univerzity obrany/Lekárska fakulta Univerzity Karlovy a nachádza sa v Hradci Králové. Študovať ju môžu ženy aj muži.

AKO SA TAM DOSTAŤ?

Najskôr musí študent spraviť previerku psychickej spôsobilosti a previerku z fyzickej zdatnosti, kde musia: muži za 12 min prebehnúť 3 km, 52 sed-ľahov za 1 min, ženy za 12 min prebehnúť 2,5 km, 50 sed-ľahov za 1 min, maximálny počet bodov je 50 a minimálny sú 2 body. Prijímacie

pohovory sa robia z anglického jazyka úrovne B2 a všetko, čo býva na testoch, sa učí na stredných školách (ako časy, modálne slovesá...). Maximálny počet bodov je 50 a minimálny sú opäť dva body. Zo somatológie musíte vedieť napr. definovať jednotlivé časti mozgu, krvný obeh, preložiť latinské názvy a pod. Maximálny počet je 100 bodov a minimálny je 30 bodov.

AKO SA STAŤ VOJENSKÝM DOKTOROM MEDICÍNY?

Po absolvovaní odboru zdra-

votný záchranár má bakalár možnosť ísť študovať vojenské všeobecné lekárstvo. Ak sa tam chce dostať, musí znovu absolvovať prijímacie pohovory – nejde do magisterského ročníka automaticky ako u nás na Slovensku. Pohovory opätovne pozostávajú z anglického jazyka (píše sa to, čo sa naučili na univerzite) a telesnej zdatnosti (rovnako ako pri bakalárskom štúdiu).

Helena Nošková, II. MAS
foto: <https://www.webnoviny.sk/vzdravotnictve/slovenski-vojenski-lekari-mozu-opat-studovat-hradci-kralove/>



Riešime 70-ročný problém

V školskom roku 2019/2020 na našej škole došlo k viacerým zmenám. Najväčším prekvapením však bolo nariadenie TSK, že hodiny telesnej výchovy pre našich žiakov už viac nebudú prebiehať v budove Sokolovne, ale na Strednej športovej škole a okolitých stredných školách. Po rokovaní medzi riaditeľmi okolitých stredných škôl telocvičňu mohla poskytnúť len jediná stredná škola - Stredná priemyselná škola stavebná Emila Belluša. Bohužiaľ, to na pokrytie vyučovania telesnej a športovej výchovy našich žiakov nestačilo, a tak riaditeľka školy našla pomoc ešte pre dve triedy (4 vyučovacie hodiny TŠV) na Špeciálnej základnej škole internátnej Vladimíra Predmeského. Preto máme hneď tri telocvične – no ani jedna nie je naša.

Problém je pritom dlhodobý, keďže zdravotka počas svojej viac než 70-ročnej existencie vlastnú telocvičňu nikdy nemala. Po presťahovaní sa do novej budovy nám na chvíľu svitla nádej a naskytla sa i príležitosť získať nielen

vlastný areál školy, ale aj vlastnú telocvičňu. Práve nádej na vlastnú telocvičňu sa aspoň na chvíľu zrealizovala po dvoch rokoch od presťahovania sa školy do nových priestorov na Veľkomoravskej ulici aj vďaka Ing. N. Tanoczkému, ktorý

z vlastnej iniciatívy prišiel v priebehu minulého školského roka do školy a navrhol riaditeľke školy riešenie. Riaditeľka školy je len správcom majetku Trenčianskeho samosprávneho kraja (ďalej TSK), a tak požiadala TSK ako

majiteľa objektu školy o rokovanie s konateľom firmy 2xN, spol. s r. o. Ing. Tanoczkým a zároveň riešenie daného problému. Táto firma je vlastníkom budov a priestorov v okolí našej školy. Pán Ing. Tanoczky bol ochotný ich prerobiť na

vlastné náklady blízku budovu „Bianka“ na telocvičňu a dokonca zhotoviť oplotenie, čím by sa vyhradil školský areál.

Trenčiansky samosprávny kraj ocenil spomínaný záujem školy o skvalitnenie výučby, no zároveň vo svojom stanovisku uviedol: „Trenčiansky samosprávny kraj si uvedomuje, že Stredná zdravotnícka škola Celestíny Šimurkovej v Trenčíne nemá doteraz svoju vlastnú telocvičňu v blízkosti školy. V súčasnej dobe však uvedená záležitosť nie je prioritou Trenčianskeho samosprávneho kraja a jej riešenie závisí od zdrojových možností Trenčianskeho samosprávneho kraja. Zároveň Vám dávam do pozornosti, že Trenčiansky samosprávny kraj aktívne pracuje na dobudo-

vaní stredoškolského campusu v blízkosti Vašej školy, vrátane športovísk, ktoré môžu využívať aj žiaci Strednej zdravotníckej školy Celestíny Šimurkovej v Trenčíne.“

SME JEDINOU STREDNOU ŠKOLOU V TRENČÍNE BEZ TELOCVIČNE

Otázkou zostáva, prečo momentálne nie sme prioritou, keď ako jediná stredná škola v Trenčíne nemáme vlastnú telocvičňu? Súčasný stav totiž nie je náročný len pre žiakov, ale aj učiteľov. Nejde len o presuny, ale ako prenos učebných pomôcok, ktoré v spomínaných priestoroch nie je možné trvalo uskladiť. „My telocvikári si teraz skúsime kočovný spôsob vyučovania. Všade, kde učíme, si náčinie

musíme nosiť so sebou (pomáha nám aj školník, ktorý nám vozi na služobnom aute športové pomôcky). Až na „Stavebnú“, kde nám poskytl malý kumbálík, ktorý poskytuje aké-také zázemie, nemáme žiadnu svoju vlastnú miestnosť. V hale na SŠS máme k dispozícii jednu šatňu, ale tú musíme po docvičení uvoľniť, takže si tam nemôžeme nič nechať.“ Objasňuje situáciu pán profesor Líška.

Súčasný systém príliš nevyhovuje ani p. prof. Rolníkovej: „Rozhodnutie TSK o spôsobe výučby telesnej a športovej výchovy v školskom roku 2019/2020 považujem za veľmi nešťastné, z pohľadu nás vyučujúcich je to neustály zhon, presuny, „vláčenie“ vecí, či už osobných, alebo materiálu na výučbu. Pod-

mienky počas prestávok v športovej hale, patriacej Strednej športovej škole, sú nedostojné. Čas trávieme v šatni, v ktorej sa občas prezliekajú volejbaloví reprezentanti. V športovej hale väčšinou učíme naraz 2 triedy, čo tiež nie je jednoduché. Ja osobne som z tejto situácie veľmi unavená a demotivovaná, každý týždeň strácam na presunoch čas a energiu, nakoľko doobeda učím v budove na Veľkomoravskej, poobede učím buď v športovej hale, alebo na bazéne. Myslím si, že tento spôsob je úplne nevyhovujúci.“ Ostatní vyučujúci vnímajú situáciu podobne. „Pre mňa ako učiteľa, ktorý sa vrátil po rokoch do školstva plný elánu a nápadov, je to veľmi smutné,“ reagoval p. profesor Baláž. Prof. Blanára zase mrzí, že



foto: archív školy

Na fotografii v pozadí je budova „Bianky“, ktorá je v blízkosti susedstva našej školy (fotografia fotená na chodníku pred našou školou), o ktorej je reč v príspevku.



foto: archív školy

A tak niektorí naši žiaci trávia hodiny TŠV v telocvični Strednej športovej školy, kde sú naozaj ideálne podmienky na športovanie, ale hlavne pre domácich.



O podmienkach našich telocvikárov počas prestávok ani nehovoríme.

foto: archív školy



Keď sa pozrieme na staré fotografie v Kronike školy, tajne závidíme. Mali možnosť cvičiť na školskom dvore, kde si vybudovali aj volejbalové ihrisko. My môžeme len tak cestou do našej „externej telocvične“ šantíť s loptou ako práve Maťa, lebo ani ten školský dvor nemáme.

nikde nie sú doma. Tak ako pre žiakov iných škôl aj pre nás je dôležité stráviť hodiny telesnej výchovy efektívne. V súvislosti s TSK tu sa naskytá otázka, či je prenájom troch priestorov na TŠV pre jednu školu efektívny aj z hľadiska hospodárenia s financiami.

CAMPUS NIE JE PRE NÁS RIEŠENÍM

Riešením problému by mohol byť vyššie spomínaný projekt vybudovania školského campusu. Stredoškolský campus je súbor budov, športovísk a vonkajších priestorov na trávenie voľného času. Do nášho trenčianskeho patrí zrekonštruovaný internát na Strednej športovej škole, ihrisko s atletickou tartanovou dráhou, nová športová hala a novovybudovaný zimný štadión (bude vybudovaný medzi telocvičňou a bazénom Strednej odbornej školy stavebnej a novej telocvične Školy umeleckého priemyslu). Okolo týchto budov sa má revitalizovať vonkajší priestor, vytvoria sa tu parkové priestory. Keď sa to zrealizuje, tak to bude určite pekné.

Ale... Toto všetko nijako nerieši situáciu našej školy. Podľa slov vedenia školy: „Na škole máme 21 tried, každá má týždenne 2 hodiny telesnej a športovej výchovy, to je spolu 42 hodín. Keďže 2. ročníky vykonávajú v rámci hodín

TŠV aj plavecký kurz v trvaní 1 polroka, tak 3 triedy vykonávajú namiesto telocviku v telocvični plávanie v bazéne 2 hodiny týždenne, to znamená, že máme o 6 hodín telovýchovy v telocvični menej. Takže máme naplnenosť telocvične týždenne 36 hodín. Keď to vydelíme 5 dňami pracovného týždňa, tak nám to vychádza presne 7,2 hodín denne, to znamená 7-8 hodín telocviku každý deň! Z tejto krátkej lekcie matematiky vyplýva, že potrebujeme telocvičňu každý deň a celý deň.“ A takú nám žiadna iná škola nemôže poskytnúť (ibaže by oni vôbec necvičili). A tým sa opäť vraciame k jedinému možnému riešeniu – my potrebujeme svoju telocvičňu a k takejto príležitosti sme teraz najbližšie za „posledných“ 70 rokov.

Napriek všetkému vedenie školy dokázalo vytvoriť podmienky na vyučovanie TŠV a zosúladiť všetky požiadavky rozvrhu, čo muselo byť veľmi náročné. Preto dúfame, že sa táto situácia nikdy nezopakuje a zriaďovateľ nájde pre našu školu riešenie v podobe vlastnej telocvične.

Kamila Súkeníková 3.FL,
Sebastián Murtin 3.MAS,
Simona Solomanová 3.FL

foto: žiaci II. FL, archív školy

ČASTO SOM SI MYSLELA...

že telocvikárom je sveta žiť, veď celý deň sa hýbu, sú pohodlne oblečení, nemusia pripravovať ani opravovať testy, no po dni strávenom s našimi telocvikármi v telocvični Strednej športovej školy som o tom mojom pohľade na ich prácu začala pochybovať. Zdalo by sa, že učiť v novo zrekonštruovaných priestoroch Strednej špor-

tovej školy je radosť, ale pre nich, nájomníkov priestorov, to tak nie je. Áno, volejbal sa tu učí priam ukážkovo, ale čo iné športy? Neprinesieš si vlastné pomôcky, neurobiš nič! A tak si ich nosia učitelia sami, niekedy pomôžu žiaci, resp. školník. My žiaci si odcvičíme dve hodiny TŠV, možno sa aj niekedy tešíme, že to máme

do školy bližšie ako zo Sokolovne, kde sme kedysi cvičili, a bežíme do školy, ale čo naši telocvikári? Čakáte, že majú vlastný kabinet? Omyl! Prestávky trávia v šatni, kde nemajú ani stôl, iba lavičky... Možno si poviete, že to nie je až také zlé. Jeden týždeň, mesiac možno, ale celý školský rok? Nečudujem sa, že ich to demotivuje

je a hnevá... Ja osobne si myslím, že vlastná telocvičňa v blízkosti našej školy by bola ideálnym riešením, ale... Čo tak opätovný návrat do Sokolovne, vďaka čomu by sa hodiny telesnej učili na jednom mieste a kde by mali naši telocvikári pocit akéhosi „domova“.

Kamila Súkeníková, III. FL

A takto to cvičilo v roku 1964



Zisťovali sme, ako sa cvičilo na zdravotke v časoch minulých. Žiaci najskôr cvičili v telocvični v neďalekej cirkevnej škole a na školskom dvore, kde im v roku 1964 vybudovali volejbalové ihrisko. „Aj vďaka tomu sa začala aj krúžková činnosť v rámci telesnej výchovy,“ píše sa v Kronike školy. Neskôr, pravdepodobne to súvisí s narastajúcim počtom žiakov na škole a s otváraním nových študijných odborov, sa cvičilo aj v najväčšej učebni školy. V osemdesiatych rokoch 20. storočia sa začala telesná výchova učiť v priestoroch známych ako „Sokolovňa“, trvalo to celých 40 rokov. Vyučovanie telesnej výchovy na našej škole nebolo nikdy ideálne, ale teraz sú tie podmienky najhoršie... Veď posúďte sami!

TIETO NÁHRADNÉ PRIESTORY NA CVIČENIE POSKYTLA NOVÁ BUDOVA ŠKOLY V ROKU 2016...



Svet je väčší než Slovensko



foto: Stanley Hladky

V časoch, keď som drela lavice Strednej zdravotníckej školy v Trenčíne, ešte v starých priestoroch na Braneckého ulici, netušila som, kam ma moje túlavé topánky zavedú. Cesta do Švédska však nebola tak celkom priama. Viedla totiž cez Írsko, kde som strávila jeden rok. Tomu všetkému predchádzalo moje štúdium na SZŠ v odbore zdravotnícky asistent. Práve počas tohto štúdia som zažila svoj prvý kontakt s rôznymi zdravotníckymi zariadeniami, na ktorých som pracova-

Netušila som, kam ma moje túlavé topánky zavedú

la. Vždy som viac inklinovala k oddeleniam ako chirurgia a traumatológia než napríklad k detskému oddeleniu. Práca v nemocnici ma bavila, ale po čase som cítila, že byť zatvorená medzi štyrmi stenami nebolo optimálne. Bolo to práve v tejto dobe, keď som sa ocitla na festivale Pohoda uprostred stanu, ktorý sa zrútil na návštevníkov a zabil niekoľko ľudí. Tento moment bol pre mňa prelomový – uvedomila som si, že chcem byť ako prvá pri tých, ktorí potrebujú akútnu zdravotnú starostlivosť. Vďaka pani doktorke Stele Chudej som získala veľmi cenné vedomosti, ktoré využívam v praxi dodnes. Myslím si, že práve práca pedagógov

„Je päť pätnásť ráno a mne sa opäť zdá, že táto noc bola ešte kratšia než tá predchádzajúca. Vonku je tma ako v najhlbšej pivnici, zima ako v pokazenom ruskom vagóne a môj deň sa začína. Posledné, čo sa mi v tejto chvíli chce robiť, je opustiť moju teplú posteľ a ísť do práce. Čo keby si však všetci moji kolegovia dnes povedali, že ostanú doma? Pre niektorých pacientov je naša práca otázkou života a smrti. A práve táto predstava ma každé ráno motivuje vstať z postele. Všetko prebieha podľa klasického scenára – chôdza na zastávku, autobus na stanicu, vlak do mesta a opäť autobus. Konečná zastávka? Najmodernejšia univerzitná nemocnica v Európe – Karolinska Universitetssjukhuset. Celé mi to trvá takmer hodinu. Pred niekoľkými rokmi by bolo pre mňa nepredstaviteľné, aby som do práce dochádzala takú dlhú dobu. Dnes mi to príde úplne normálne. Život v najväčšom meste Škandinávie – Štokholme, len máločím pripomína moje rodné mesto Trenčín,“ začína svoje rozprávanie absolventka našej školy Ivana Ščepková, mimochodom, aj bývalá redaktorka Celluly. Kam viedli jej prvé kroky po zdravotke, darí sa jej plniť sny a čo si po rokoch uvedomila?

je veľmi dôležitá a často aj rozhodujúca v tom, kam naše kroky povedú v budúcnosti. A tak súhra okolností nakoniec viedla k tomu, že som si podala prihlášky na univerzitu iba v študijnom programe zdravotnícky záchranár. Cesta za snom nebola taká

Chcem byť ako prvá pri tých, ktorí potrebujú pomoc.

jednoduchá, ako sa na prvý pohľad môže zdať. Aj napriek tomu, že som bola prijatá na obidve univerzity, kde som veľmi chcela ísť, pre zdravotné problémy s kolenom som, bohu-

žiaľ, nemohla nastúpiť. Nešťastná náhoda spôsobila, že som sa musela rozhodnúť pre náhradné riešenie. Chcela som sa naučiť niečo nové a zároveň sa zdokonaľiť v angličtine. A tak som sa ocitla na rok v Írsku.

Vrátila som sa ako iný človek. Človek, ktorý objavil nové kultúry, človek, ktorý si uvedomil, že svet je väčší než Slovensko. S novými skúsenosťami a zážitkami som sa vrátila po roku späť na Slovensko a začala študovať na Slovenskej zdravotníckej univerzite v Bratislave. Vrátiť sa bolo ťažké, ale sen stať sa záchranárkou ma poháňal dopredu. Štúdium nenaplnilo všetky moje očakávania. Hoci som zís-

kala neoceniteľné skúsenosti na záchranke, úroveň pedagógov ma sklamlala. Základy zo Strednej zdravotníckej školy však dokázali vykompenzovať nezáujem vysokoškolských pedagógov o svojich študentov.

Úroveň pedagógov ma sklamlala.

Mrzela ma predovšetkým jedna vec. V dnešnej dobe otvorených hraníc a rôznych možností štúdia v zahraničí na iných univerzitách mi SZU túto možnosť odoprela. Považujem za samozrejmé, že mladí ľudia majú rôzne možnosti rozvíjať svoje vedomosti na univerzitách v zahraničí, kam ma to vždy ťahalo. Hoci mi štúdium v zahraničí nebolo dopriate, neznamenalo to, že som sedela v Bratislave na zadku. Práve naopak, precestovala som veľké množ-

stvo krajín a stretla veľa inšpiratívnych ľudí, ktorí ma poháňali dopredu. Prelomovým sa mi však stala cesta do Štokholmu v lete roku 2014. V tomto čase sa začala výstavba nemocnice, ktorá mala byť v čase dokončenia jednou z najmodernejších na svete. To som ešte nevedela, že o rok neskôr budem stáť na viedenskom letisku s jednosmernou letenkou do Švédska.

Predo mnou boli roky tvrdej práce a štúdia švédčiny. Čakali ma krásne švédske letá a dlhé, tmavé a studené zimy. Hoci som strávila veľa času nad knižkami, nikdy predtým som neprecestovala toľko krajín, ako v tomto období. Dokonca aj tento článok píšem na severe Poľska, v Gdaňsku. Doteraz som precestovala 38 krajín sveta a som presvedčená o tom, že práve moje intenzívne cestovanie ma utvrdilo v tom, že ľudia by sa nemali deliť na bielych,

čiernych alebo žltých, ale na dobrých alebo zlých. Dennodenne sa v práci stretávam s ľuďmi z rôznych kultúr, čo robí moju prácu zaujímavejšou. V práci sa často stretávam s pacientmi zo zahraničia, ktorí neovládajú švédčinu, a práve vtedy sa ukazuje, aké dôležité je štúdium angličtiny. Angličtina je vo Švédsku absolútnou samozrejmosťou a bez jej znalosti sa vo švédskom zdravotníctve ani nedá uplatniť. Preto si myslím, že je dôležité nepodceňovať štúdium cudzích jazykov. Dnes pracujem v nemocnici Karolinska Universitetssjukhuset. Jedným z najväčších rozdielov oproti organizácii nemocníc na

Ľudia by sa nemali deliť na bielych, čiernych alebo žltých, ale na dobrých alebo zlých.

Slovensku je rozdelenie zdravotnej starostlivosti na tzv. „témy“. Vždy ma fascinovalo, ako funguje srdce, a preto som sa rozhodla uchádzať sa o prácu práve na oddelení, ktoré sa venuje liečbe srdcových ochorení. Uspela som a šéfka oddelenia si spomedzi 75 uchádzačov vybrala práve mňa. Takto som sa dostala na oddelenie Srdce a cievy. Medzi ostatné témy patria napríklad Trauma a reparatívna medicína, Rakovina či Infekcia a zápal. Zdravotná úroveň je skutočne na svetovej úrovni. Nemocnica usporadúva množstvo konferencií s účasťou tých najlepších odborníkov v oblasti medicíny a neoddeliteľnou súčasťou je aj vedecký inštitút Karolinska Institutet, ktorý je priamo prepojený s nemocnicou prostredníctvom mosta. Zaujali ma však rôzne iné detaily. Švédsko je krajinou rovnosti medzi pohlaviami a je to naozaj



ZAÚJALO NÁS

viditeľné aj v praxi. Na streche nemocnice máme dva heliporty, ktoré sú v neustálej prevádzke a veľa pacientov prichádza k nám práve leteckým transportom. Často sa stáva, že celú posádku helikoptéry tvoria tri ženy – pilotka, doktorka a záchranárka. To, že sa medzi pohlaviami nerobia rozdiely, ma ako ženu veľmi teší.

Švédsko je krajinou rovnosti medzi pohlaviami.

O živote vo Švédsku a práci vo švédskom zdravotníctve by som mohla písať ešte mnoho strán. Mohla by som písať o tom, aké samozrejmé je predstaviť sa pacientovi pri prvom kon-

takte, podať mu ruku a najprv vysvetliť, aký úkon idem urobiť, aké samozrejmé je, že pacienti majú izby sami pre seba, aby bolo zachované ich súkromie, a množstvo iných detailov. Mohla by som rozoberať, aké je dôležité, že mám maximálne štyroch pacientov počas jednej služby, aby pacient dostal najlepšiu zdravotnú sta-

rostlivosť, aká je len možná. Mohla by som písať o robotoch, ktorí neúnavne jazdia v suteréne a starajú sa o logistiku nemocnice. Ak by som však mala vybrať to, čo považujem z tohto za najdôležitejšie, tak je to práve štúdium cudzích jazykov, ktoré otvára dvere do sveta.

Ivana Ščepková, (rr)

Mám maximálne štyroch pacientov počas jednej služby, aby pacient dostal najlepšiu zdravotnú starostlivosť.

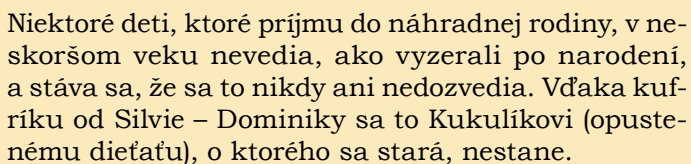
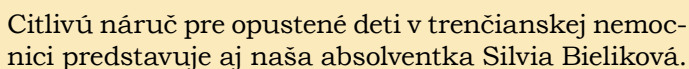
Keďže Ivana rada pomáha a vie, aké ťažké je byť v cudzom svete sám, rozhodla sa, že nám nechá na seba kontakt. Nájdete ju na Instagrame ako [anavia.traveler](#). V prípade otázok jej môžete napísať. Vraj sa doteraz v nemocnici s nikým zo Slovenska nestretla. Možno to bude niekto z vás.



foto: archív I. Ščepková



Kam sa naša cestovateľka Ivana najbližšie vyberie? V tom má úplne jasno. Bude to najsevernejšie obývané súostrovie sveta. Špicbergy. Žije tam 3000 ľadových medveďov a 2600 ľudí.



Silvia sa k projektu Domínika pre Kukulíka dostala vďaka práci zdravotnej

Soňa Cholevová, IV. FL
foto: z archívu S. Bieliko-
vej



VEDOMOSTI DETÍ RODIČOV ČASTO PREKVAPIA

Prevenca má dôležitú úlohu pri presadzovaní zásad zdravého životného štýlu človeka počas celého jeho života. Vkladá mu do rúk rozhodovanie sa za seba samého a tým aj zodpovednosť za svoje zdravie. V tomto prípade za svoj chrup.

Projekt Zdravý úsmev sa realizuje vo Švajčiarsku už viac než 50 rokov a dosahuje vynikajúce výsledky. Kazivosť zubov sa u obyvateľstva znížila o 70 % a u 12-ročného dieťaťa sa v priemere objavuje 1 pokazený zub. Na Slovensku je tento stav oveľa horší – naše 12-ročné deti majú pokazených asi 4 až 6 zubov.

Žiaci odboru zubný asistent aktívne realizujú skupinovú prevenciu prostredníctvom daného projektu v Trenčíne, ale aj v blízkom okolí. Chodíme nielen do MŠ a ZŠ, ale aj do za-

riadení pre deti so špeciálnymi poruchami (autistické centrum). Teší nás neustály záujem školských zariadení a samotných rodičov, ktorí oň majú veľký záujem a opakovane nás pozývajú a zaraďujú do svojich tematických plánov alebo diskusií počas stretnutí rodičov.

Cieľom je odovzdať základné informácie o starostlivosti o zuby všetkým deťom a odbúrať v nich strach z návštevy zubnej ambulancie. Počas týchto hodín deti dostávajú základne informácie o tom, ako sa správne starať o

svoje zuby, ďasná, dozvedia sa, ako a prečo vzniká zubný kaz, zápal ďasna, učia sa rozoznávať, čo majú jesť, aby ich zuby boli zdravé, ako si ich majú správne čistiť, aké pomôcky pri tom používať a prečo je dôležité pravidelne navštevovať zubného lekára. Samotní rodičia sú neraz veľmi prekvapení z vedomostí svojich detí a sami sa priznali k tomu, že po každom stretnutí s nami museli poctivo umývať zúbky nielen deťom, ale pod „odborným dohľadom vlastných detí“ aj sami sebe. Rodičia oceňujú

nápad návštevy zubných ambulancií (našich odborných učební) a hravý spôsob učenia sa.

V minulosti si mnohé deti na základe našej opakovanej návštevy samy vyžiadali objednanie sa v zubnej ambulancii. Mnohí rodičia nám poďakovali za pomoc pri príprave detí na samotné ošetrenie, ktoré bolo v niektorých prípadoch potrebné a rodičmi podceňované, keďže išlo o mliečny chrup.

Veronika Petrechová, III. ZUA

foto: archív školy



Ovplyvňovaní médiami, ktoré nemajú veľmi kladný dopad na naše zmýšľanie. Obklopení pochmúrnymi správami o nepokojoch vo svete. O úmrtiach celebrit, lúpežiach či napadnutiach alebo teroristických útokoch. Premýšľajúc nad nepríjemnými vecami, ktoré počúvame, čítame a vidíme na každom rohu, zabúdame šíriť lásku a dobro po svete.

Krehká je duša človeka



Naša ľahostajnosť voči iným prináša na tento svet veľké zlo. Ignorujeme pocity druhých ľudí. Smutné tváre detí, sklamanie v očiach rodičov, prázdne pohľady a chvejúce sa hlasy nikomu neprídu ničím zvláštne. Bodaj by aj, keď ich nevnímame. Sme zaslepení samými sebou, zaujímajú nás iba naše problémy

a starosti a ani nám nenapadne, že by sa niekto v našom okolí mohol trápiť. Roky plynú a ľudskosť sa vytráca. Budíme sa s myšlienkou na to, ako konečne prideme domov zo školy či z práce a počas celého dňa nevnímame to krásne, čo sa okolo nás deje. Vzácnosti, ktoré sa postupne vytrácajú spolu s našimi emóciami. Deti hrajúce sa na detskom ihrisku, 80-

roční páni, ktorí po ceste do kostola držia svoju drahú polovičku za ruku, a mnoho ďalších vecí, ktoré nikomu neprídu ničím zaujímavé. A tak ako nás nezaujíma krása, ktorá nás obklopuje, nezaujíma nás ani to, či niekto z našich blízkych nepotrebuje pomoc. Povzbudenie. Radu, ako ďalej. Alebo len našu prítomnosť, aby vedel, že nehrá trápnu hru

o prežitie v tomto prázdnom svete sám. Trápime sa a často sami nevieme prečo. Média nám doslova zakazujú pozerieť sa na život pozitívne. Svetu chýba láska a k jej doplneniu stačí tak málo. No my už nie sme schopní s tým čokoľvek urobiť. Na to už začína byť príliš neskoro.

Karolína Papalová, II. ZL
foto: Monika Tomašíková, IV. FL

STARÁTE SA O SVOJU PSYCHICKÚ POHODU ČI PSYCHICKÚ POHODU BLÍZKYCH?



Duševné zdravie je pre mňa veľmi dôležité. Stres je pre mňa veľkou prekážkou pri práci a štúdiu, a preto sa snažím byť vyrovnaným a spokojným človekom. Keďže som študentka a zároveň aj pracujem, veľa voľného času

si nenájdem. I ja si však občas potrebujem vydýchnuť. Prechádzka v prírode alebo večer v meste, to sú spôsoby, ako sa zbaviť stresu a pridem na iné myšlienky. Myslím si, že problémy by sme nemali uzatvárať do svojho

vnútra. Problémy sú na to, aby sa riešili, a keď si s tým neviem poradiť sama, mám svoje bábätkové vrby, ktorým môžem povedať všetko, čo má trápi.

Veronika Cholevová (sestra našej redaktorky)

Ked' štrngali kľúčmi...

17. novembra 2019 sme si pripomenuli 30. výročie udalosti, keď naši rodičia, starí rodičia, tety, ujovia, susedia a známi vyšli do ulíc, aby zaštrngali zväzkom kľúčov. Ale prečo niečo také spravili?

Do ulíc a na námestia sa večer 17. novembra 1989 vybrali tisícky študentov na Slovensku aj v Čechách. Spravili tak, aby ukázali svoj odpor k režimu. Túžili po spoločnosti bez násilia, bez výsluchov, špionáže, únosov a tajomstiev. S heslom „Máme holé ruce“ na perách a kľúčmi v rukách

chceli ukázať, že k zmene môže dôjsť aj bez násilia. Aj keď totalitný režim prinášal pár výhod, ako napríklad to, že každý mal prácu a boli menšie sociálne rozdiely, mal i mnoho nedostatkov. Okrem toho, že ľudia strávili v rade pred obchodom celé hodiny, aby si domov mohli odniesť zväzok banánov

a dva pomaranče, tým najhorším bol fakt, že štát chcel ľuďom diktovať, v čo majú veriť. Mnohí pokrstení sa nedostali ani na strednú školu a niečo ešte na vysokú. Ľudia, ktorí neboli v komunistickej strane, mohli pracovať iba na podradných pracovných miestach a nehovoriac o tom, že keď sa chcel niekto po-

staviť proti týmto smiešnym pravidlám, tak sa vlastne staval proti štátu. Preto sa naši rodičia odhodlali verejne prejavíť svoj nesúhlas nahlas a kľúče tak symbolicky odzvoniť jednej ére v dejinách našej krajiny. Ďakujeme vám za to.

Rebeca Macová, II. ZA
foto: archív III. ZL





V úlohe Zuzky

V úlohe Zuzky Kamenskej sa ocitla Betka Urbánková z II. ZL na hodine literatúry pri preberaní diela Statky-zmätky, a to vďaka iniciatívnej a pre divadlo zapálenej Sabíne Šidlovej.

Sabína Šidlová, Betka Urbánková a Daša Pitřeková neváhali a po návrhu učiteľky slovenčiny zinscenovali ľubovoľnú časť diela Statky-zmätky, dali hlavy dokopy a tvorili. Voľba padla na scénu pred Pálčikovými domom, ktorá utvrdí Zuzku Kamenskú v rozhodnutí odísť od Ďura. Nič neponechali na náhodu. Sami si pripravili rekvizity, naučili sa

texty, priniesli prvky oblečenia, ktorými sa snažili navodiť atmosféru slovenskej dediny z minulého storočia. A podarilo sa! Naši „herci“ mali na hodine úspech a už sa tešia na ďalšie výzvy. Prezradíme, že najbližšie sa Sabína ocitne v úlohe Harpagona, ktorému ukradnú jeho milovanú truhličku.

(vz), foto: archív II. ZL



Na foto Betka Urbánková ako Zuzka a Daša Pitřeková ako Ďuro.

Boli na zásahu

Aj tentokrát v hlavnej úlohe žiačky z II. ZL. V čase osobného voľna urobili niečo, čo sa len tak nevidí. Svojím činom dokázali, že im nie je ľahostajné, v akom prostredí žijú. Nerozprávali, konali.

Karolína Papalová, Daša Pitřeková, Radka Bodzиковá a Lucia Kozumplíková z II. ZL sa po vyučovaní vracali na intrák, ktorý je počas týždňa ich druhým domovom. Každý deň prechádzajú okolo paneláka, pri ktorom sú kontajnery. Nemohli si nevšimnúť „voľne pohodené“ odpadky v ich okolí. Boli prevapené, že ľuďom z okolitých panelákov to neprekáža. Veď sa na tú odpadkovú hrôzu dívajú priamo zo svojich okien! „Asi si to pri tom rýchlym spôsobe života nestihajú všimnúť, asi by to aj chceli upratať, ale...“ rozmýšľali dievčatá nahlas. Ale dosť bolo rozjímajania nad biednym stavom okolia, ide sa konať! Prišli teda na intrák, odložili tašky, niečo

zjedli, prezliekli sa a hybaj naspäť za odpadkami, aby ich dali tam, kam patria. Naša zásahová štvorka z II. ZL to za necelú hodinku zvládla. Ten pohľad na čistú trávnatú plochu bol na nezaplatenie! A čo ich pri „zásahu“ prekvapilo? „Asi štyri tety, ktoré okolo prechádzali, sa nás spýtali, či to robíme za trest,“ hovorí Kaja. Dievčatá sa vraj nad tým pousmiali, no zároveň ich to zarazilo. Odkazujú všetkým: „Aj nám mladým predsa záleží na tom, kde a ako žijeme..Hovorí za nás činy. Keď chceme žiť v súlade s prírodou, musíme sa o ňu starať. Z začať treba od seba. My sme začali...“

(vz), foto: Kaja Papalová, II. ZL

PRED A PO ZÁSAHU NAŠICH DIEVČAT





ÍŠŤ VYUČOVAŤ BOLA PRE MŇA VÝZVA

Kedysi sa nevedela dočkať, kedy svoje štúdium skončí a dnes je v škole znova. Tentoraz však na opačnej strane – za katedrou. K tomu rodina a práca v lekární. Ako to naša nová odborná vyučujúca Pharm-Dr. Alena Múdra zvláda? Je náročnejšia práca v lekární alebo s nami – žiakmi odboru farmaceutický laborant?

Čo vás priviedlo k tomu íšť učiť?

Rada odovzdávam svoje vedomosti. Mamina bola pedagógom, takže aj gény tam sú. Sústavné vzdelávanie máme zo zákona povinné, no ja to robím rada. Aj keď je to časovo veľmi náročné popri rodinke s dvoma deťmi. Dobré si pamätám, keď som bola študentkou, nie vždy sa mi chcelo učiť. Nevedela som sa dočkať, kedy to štúdium konečne skončí a ja odložím knihy, skriptá, zošity! No zrazu, keď sa vám to splní, tak chcete íšť ďalej. Rok po štátniciach som obhájila rigoróznú skúšku (PharmDr.). Atestáciu,

ktorú, dá sa zjednodušiť povedať, bohužiaľ, nahradila podľa zákona prax, som si dobrovoľne tiež spravila. No a v júni minulého roka som sa dozvedela o možnosti íšť vyučovať – tak to bola pre mňa výzva. Vyskúšať úlohu pedagóga, posunúť svoje vedomosti ďalej.

Vedeli by ste si predstaviť vyučovať na plný úväzok?

Na plný úväzok si to momentálne úplne predstaviť neviem. Mám svoju prácu a povolanie veľmi rada. Samozrejme by som tu ale rada zostala a videla vaše pokroky vpred. Ste veľmi šikovní.

Učíte prvý rok, ako si myslíte, že zvládete rolu vyučujúceho?

Hlavne ďakujem mojej polovičke, že má so mnou toľko trpezlivosti. Ja predsa nemám študentskú izbu! Knihy, skriptá, odborné brožúry, z ktorých sa pripravujem na vyučovanie, sú voľne pohodené. A keď ešte prinesiem domov písomky na opravovanie... Práca so žiakmi ma naozaj baví, veľmi dobre sa tu cítim. V lekární pracujem väčšinou so staršími, chorými ľuďmi. No a tu na škole, tak to je predsa niečo úplne iné! Vy síce veľa energie vezmete, no ale aj dáte.

Okrem našej školy pracujete aj ako magistra v lekární, ktorá z prác je podľa vás náročnejšia?

Tak toto sa úplne presne určiť nedá. Vzdelávať sa treba všade. Pacientom vysvetľujem tiež, niektorí radu príjmu, niektorí nie. No to je vlastne ako aj s vami! Mať vedomosti je jedna vec a podať ich laikovi alebo vám študentom zase iná. Ako vravím, vám aj svojim deťom, učiť sa treba stále, do hlavy sa to samo nenaleje a prax bez teórie neexistuje. Všetko do všetkého zapadá.

Stalo sa vám niekedy, že pacient opätovne vyžadoval liek, aj keď ste ho

upozornili, že preňho nie je vhodný?

Och, tak toto je dennodenná rutina. Pacienti vedia veľmi dobre presvedčať a sú neodbytní. Doktor „Gügl“ a „Modrý koník“ sa občas zastavia tiež.

Čo vtedy urobíte?

A to je ten čas, keď treba pretaviť svoje odborné poznatky do laickej reči. A vtedy uvidíte to ovocie svojej práce, keď pacient bude dôverovať vám, lebo ste mu dokázali, že ste zdravotnícky pracovník za tarou a nie predavač za pultom.

Ako vnímate to, že sú na trhu lieky, ktoré môžu spôsobiť závislosť?

Ak si vezmeme ako príklad nosové kvapky, tak pacienta treba upozorniť o dobe a spôsobe užívania. Je dôležité poskytnúť pacientovi dispenzačné minimum,

pretože lekáreň je zdravotnícke zariadenie a nie obchod. Ako pacient s informáciami naloží, to už neovplyvníme. Možno sa to zide ďalšiemu pacientovi v poradí, ktorý tam čaká a rozhovor počuje. Ak nás pacient počúvne a naozaj bude kvapky s vazokonstrikčnou látkou používať maximálne sedem dní, je to zdraviu neškodné. Ak táto doba nestačí, treba vyhľadať lekára, ktorý stanoví diagnózu. Osobne si však poznámky o správnosti užívania neodpustím nikdy, aj keď v tejto uponáhľanej dobe si často ľudia chcú len „nakúpiť“.

Mnoho ľudí už skôr vyhľadáva alternatívnu medicínu, než tú klasickú (alopatiu), ako si to vysvetľujete?

Mám skúsenosti, že pacient berie klasickú liečbu

i alternatívnu. Zrejme majú pocit, že pomocou alternatívnej medicíny pre seba robia niečo viac. Ako sa hovorí „topiaci sa aj slamky chytá“, nikomu to nezazlievam. Keď prídu po radu, tak im poradím, aby vyskúšali, ale neprestali užívať lieky, ktoré im doktor predpísal. On je odborník, ktorý vie, čo robí, a pozná ich zdravotný stav najlepšie. Samozrejme, aj pri výživových doplnkoch treba byť obozretný, niektoré kombinácie s liekmi by mohli pacientovi uškodiť. V reklame vám to nikto nepovie. A preto treba mať vzdelaný odborný personál v lekárni – farmaceutov aj farmaceutických laborantov. Ako študenti sa pýtate: „Načo sú nám tie mechanizmy účinkov?“ No presne na toto.

Lekárnik sa tiež niekedy stáva pacientom. Ako sa

vnímate v takýchto situáciách?

Často vám to poviem aj na hodine, keď sa pýtate, načo sa to máte učiť: „Učte sa, keď pre nič iné, tak pre to, aby ste vedeli pomôcť sebe, svojim blízkym a tým, ktorí o to stoja!“ Zdravie je ozaj to najcennejšie v živote. Nedávno som bola pre dcérku vybrať lieky na recept. Veľmi ma mrzel prístup magistry, ktorá si vypýtala kartičku poistenca, napísala na škatuľku dávkovanie a na záver si vypýtala peniaze. Ako v obchode, smutné. Nikdy som neľutovala môj výber povolania!

Nejaká rada na záver?

Nepýtaj sa: „Prečo sa to mám učiť?“ Opýtaj sa: „Dokedy?“

Dominika Sedlárová, II. FL
foto: archív II. FL

KULTÚRA ZA KULTÚROU



V mesiaci december sme sa my, žiaci odboru ZL, rozhodli obohatiť svoje utrúpené „životíky“, a tak sme nahovorili pani profesorky a šťastne sa vydali ďaleko za hranice Trenčína. Náš cieľ – divadlo SND, Bratislava. Viktor Vincze (veľký propagátor eko životného štýlu, pozn. red.) by bol nesmierne potešený, pretože sme do nášho výletu zahrnuli aj dopravu vlakom. Povedali sme si, že je to predsa lacnejšie a pohodlnejšie. Jój, aký omyl!

Pár hodín pred jedenás-

tou večer stojíme výškere- ní pred budovou SND a vo veľkom debatujeme, či sme si predsa len nemali zakúpiť miestenky na cestu späť. Ale načooo? To, že sme ráno celú cestu prestáli v uličke vlaku, je pochopiteľné, veď ráno sa každý niekam ponáhľa. No ale kto by cestoval v noci! Len blázni ako my! Tsss...

Facku od reality sme nemilosrdne schytali, keď sme prechádzali vagónmi, ktoré priam praskali vo švikoch. Zabúdajúc na morálku sa ryjeme pomedzi ľudí, kašleme na ich

protestné pohľady. Asi si nevšimli, že sa cítime dosť trápne už aj bez toho.

Tým šťastnejším z nás sa ušlo zopár miest na sedenie a ten zvyšok si užíval bezkonkurenčné pohodlie špinavého priestoru medzi vagónmi. Ako tak o tom teraz píšem, začína sa mi asi cnieť.

Po asi trištvrte hodine sme sa vybrali hľadať si niečo lukratívnejšie. Podarilo sa! Máme štyri miesta! Škoda, že nás je sedem. Nevadí, sme skupinka zúfalcov s dobrými srdiečkami, my sa vieme podeliť.

Vytúžený happy end? V podstate áno. A ako bonus jeden ukrajinský „terorista“, útoiaci na ľudské hlavy svojim kufrom, pár nie príliš hanblivých východniarov s pálenkou v ruke, ujo bezdo-

movec so sviežim zápachom a aby som nezabudla, jeden mimoriadne príťažlivý, reťazami ovešaný pán, ktorý nám uštedril tú najlepšiu prednášku o čistej nehynúcej láske medzi mužom a ženou v anatomických rozmeroch. V Piešťanoch, našťastie, vystupoval.

Na záver konštatujem, že lepšiu kultúrnu vložku sme nezažili ani v samotnom SND. Tam sa pred vás postavia tí najlepší z najlepších, snažiac sa o čo najdokonalejší výkon, za ktorý si zaslúžia naozaj obrovskú poklonu. A tu? Možnosť sledovať skutočné „rodinné prípady“ z Markízy na vlastné oči v podaní nefalšovaných slovenských hercov-nehercov. Čo je viac?

Erika Burgerová, III. ZL



„TRAJA KRÁLI“

SÚČASNEJ SLOVENSKEJ LITERATÚRY

MAXIM M. MATKIN

Musím priznať, že on je moja veľká „srdcovka“. Je to jeden z mojich prvých autorov, ktorých som čítala na jeden dych. Získal si ma rýchlo, ešte svojou internetovou tvorbou v časopise inZine. Mám ho naozaj prečítaného „celého“, celú jeho tvorbu. Napísal zatiaľ 11 úžasných kníh.

Nie je známa jeho skutočná totožnosť, čo mu dodáva závoj tajomnosti. Špekuluje sa, že je to žena, ale ja by som stavila na muža.

Jeho tvorba prezentuje vzťahy z rôznych uhlov. Vzťahy jednoduché i komplikované, ktoré ovplyvňujú obyčajné i neobyčajné náhody, známi i neznámi ľudia, všedné i nevšedné udalosti, aféry, túžby, city... Píše vždy o láske, ktorá má rôznu formu v jedinečných životoch každého hrdinu. Samozrejme, k láske a vzťahom patrí sex, ktorého začlenenie a vykreslenie je Matkinovým hlavným ťahákom.

Má jedinečný autorský rukopis. Píše priamo, ľahko a veľmi zrozumiteľne. Keď si prečítate jeho myšlienky, musíte s nimi len súhlasiť. Uvedomíte si, že svet a ľudia v ňom naozaj takto fungujú.

Moja top kniha od autora: Mužské interiéry

DOMINIK DÁN

Je až neuveriteľné, že tohto autora som začala čítať len asi pred pol rokom. Zatiaľ som stihla iba tri jeho diela, ale už ho naozaj milujem. Určite sa jeho tvorbe budem v budúcnosti venovať. Je to autor kriminálnych prípadov. Atraktivitu im pridáva, že je to bývalý vyšetrovateľ, ktorý čerpá zo svojich vlastných skúseností. I keď táto informácia môže byť nepravdivá, pretože píše pod pseudonymom.

Do svojich diel pridáva aj fakty z kriminalistickej histórie. Prípady prezentuje ako skutočné, ich reálnosť zosilňuje konkrétnymi mestami a časovými údajmi. Predstavuje rôzne vedecké metódy kriminalistiky (v každej knihe inú), ich začiatky v praxi slovenskej kriminalistiky. Ide teda o literatúru faktu.

Jeho knihy sú jedinečné vďaka osobitým príbehom, Dán im však dáva spoločnú črtu, a to rovnaký policajný kolektív. I keď je ich práca náročná, nechýba im humor, ktorý je v tvorbe Dominika Dána veľmi svojský a skvelý. Výborne dopĺňa celkový dojem z čítania.

Jeho knihy sú „ťažšie“ (zločiny, vraždy, násilie, brutalita, ubližovanie), ale

komu vyhovuje takýto žáner, tak určite nič lepšie na slovenskom trhu nenájde. Ja ich musím striedať s niečím „ľahším“ (napr. s Matkinom M. Maximom). Moja top kniha od autora: Mucha (zatiaľ)

JOZEF KARIKA

Jediný autor z trojice, ktorý sa prezentuje verejne a jeho totožnosť je známa. Pôsobí ako historik, publicista, televízny redaktor. Je uznávaný aj na medzinárodnej pôde. Dovolím si tvrdiť, že svojou tvorbou a celým svojím pôsobením raz bude zapísaný do slovenských literárnych dejín.

Jeho tvorbu by som rozdelila na tvorbu z politického sveta a mafiánskych a zločineckých skupín (tá je bohatšia) a tvorbu zo spektra mysteriózneho hororu. Politika a jej zákutia nie je mojím vyhľadávaným knižným námetom, preto sa ospravedlňujem, že vás pri predstavovaní jeho tvorby trochu ochudobním. Za svoje knihy Karika dostal veľa ocenení, preto určite stoja za vašu pozornosť. Dávam vám tým aj priestor na vlastný názor. Hodnotiť z vlastnej skúsenosti teda môžem len druhú skupinu. Hororový štýl v jeho podaní je veľmi

vydarený až neskutočne reálny. Z tejto oblasti som doposiaľ nič lepšie nečítala. Je to naozaj majster na vyvolanie napätia, strachu, hrôzy a hlavne tajomna, ktoré dokáže nastoliť tak, že čitateľ začne veriť, že je to skutočné, že sa to naozaj niekedy niekomu mohlo stať, že sa to mohlo v nejakej dimenzii diať (ja zvažujem vždy). Jeho literárne majstrovstvo drží čitateľa v strachu a obavách počas celého strhujúceho deja. Keď čítate, naozaj sa niekedy až desíte otočiť, alebo ísť len na WC.

Moja top kniha od autora: Trhlina



Kamila Súkeníková, III. FL
foto: Veronika Masárová

Už iba dva roky a
budem minulosťou...

Čo tak depresívne, veď
kým sa rozložíš,
ubehne aj 200 rokov...



Jedným z najväčších problémov v plastovom svete sú slamky. Dávajú vám ich v každej kaviarni – do limonád, koktejlů, ľadovej kávy a iných nápojov. Po celom svete sa ich tak denne minie obrovské množstvo. Nemusi to tak však byť. Stačí si zakúpiť eko slamku. Tá môže byť bambusová, nerezová či sklenená. Zakúpiť ich môžete v každom eko obchode. Ani ceny nie sú vysoké, slamka stojí okolo 3 eur spolu s čistiacou kefkou. Môžete s ňou piť, čo len chcete. Teplé, studené, miešané, alko, nealko. Stačí len v kaviarni povedať, že si plastovú slamku neprosíte. Takto zmenšíte počet použitých slamiiek a tým aj plastov. A nebojte sa, takáto slamka je aj pre zábudlivcov. Ak si myslíte, že si ju budete zabúdať prekladať z tašky do tašky, nebojte sa, je to len sila zvyku. Pri odchode si treba vždy povedať – mobil, kľúče, peňaženka a slamka.

Kamila Súkeníková
foto: (rr)

Používam ňu znova a znova



EXTREMIZMU

So slovom extrémizmus sa v poslednej dobe stretávame pomerne často. Dá sa tvrdiť, že denne. V tituloch mediálnych správ, na sociálnych sieťach a neraz aj pri rodinných stoloch. Tiež v kontexte s blížiacimi sa parlamentnými voľbami. Paradoxom je, že väčšina populácie ani nevie, čo toto slovo znamená a akou hrozbou môže do budúcnosti byť.



Najmä mnoho mladých ľudí sa snaží zbaviť pojem extrémizmus negatívneho obsahu: „Neviem, čo také zlé robia extrémisti. Majú iné názory, hodnoty. Bránia si svoju národnosť, kultúru, tradície – tých považujete za extrémistov?“ Aj toto sú názory ľudí na tému: „Ako verejnosť chápe extrémizmus?“ uskutočňované formou prieskumu agentúry Focus. Slovo extrémizmus pochádza z latinského výrazu pre krajnosť, výstrednosť, hraničnú hodnotu. Extrémistov by sme mohli definovať ako ľudí, ktorých presvedčenia, aktivity, postoje, ale aj pocity sú veľmi ďaleko od bežného myslenia spoločnosti,

čiže všeobecne uznávaných a v aktuálnej dobe akceptovaných noriem. Extrémizmus je väčšinou produktom skupinovej dynamiky a pracuje s kategóriami my verzus oni. Fungovanie si môžeme predstaviť na takomto princípe. My, čo máme rovnaké nápady, myslíme podobne a oni, ktorí sú inakší. My máme pravdu, oni sa mýlia. My sme čistí, oni sú nečistí. Extrémisti vždy rozdeľujú svet ako celok na dobrý a zlý. Biely a čierny. Ich zmýšľanie nepozná stupnicu šedej. Prečo sú nebezpeční? Najväčšou hrozbou extrémistov je násilie, teror a radikálne riešenia, ktoré vyplývajú z tvrdenia, že ich

vlastná skupina nemôže uspieť alebo prežiť, pokiaľ je neustále prítomný opozičný rad. Extrémizmus nie je len novodobým trendom, ale stretávame sa s ním už v starovekom Ríme – zničenie Kartága Rimanmi. A zdanie, že história je učiteľkou života, nie je tak úplne pravdivé. V našej spoločnosti súvisí nárast extrémizmu najmä s nespokojnosťou so stavom demokracie. Extrémistické politické strany ponúkajú radikálne (avšak často nezmyselné a nerealizovateľné) riešenia aktuálnych problémov, týkajúcich sa napríklad riešenia migrácie alebo rómskej komunity. Mnohí z nás považujeme podpo-

ru extrémistických strán za akýsi pokus, „bude sranda“. Avšak hranica tolerance sa posúva ďalej. Bohužiaľ, je veľmi zložitý v právnom systéme rozlíšiť slobodu prejavu a extrémizmus. A tak len nátlak spoločnosti ju môže zastaviť. Aj váš hlas v parlamentných voľbách môže rozhodnúť o budúcnosti Slovenska. Preto voľte zodpovedne a nedovoľte ďalšiemu vzostupu „nevinného“ extrémizmu, aby nedošlo k tomu, čo vyhlásil A. Hitler: „Demokraciu som porazil jej vlastnou slabosťou.“

text a foto: Marián Seidl

KOŽAZ preveril aj improvizačné schopnosti



Nadšenie, že strávime tri dni v prírode, nás neopúšťa i napriek tomu, že prší.

Prší, prší len sa leje... Slová tejto piesne sme si mohli spievať v prvý deň nášho Kurzu ochrany života a zdravia. Ten sme absolvovali hneď druhý týždeň školského roka v rezorte Oliwa pri Trenčianskych Tepliciach.

Naobliekaní a s ťažkými taškami vystupujeme z autobusu. Všetko vokolo nás je mokré a studené. Zuby nám počas čakania na izby drkocú a pery stihli sfialovieť. S kľúčmi od izieb s nadšením očakávame teplo... To nás tam, žiaľ, nečaká. A tak sa nám premrznutým a v takom

zlom počasí, samozrejme, nechce nič robiť. No plán kurzu nepustí a my ho musíme dodržať. Preto si niektoré aktivity vyžadujú vytiahnuť záložný plán. Orientácia v teréne tak prebieha v triede, stany rozkladáme v jedálni. Môžeme však s istotou povedať, že hoci to nebolo

také, ako keby sme cvičili vonku, zanechalo to v nás zážitok na celý život. Tak ako i táborák, kde nám pán profesor Baláž pekne vyhrával na gitare a kde sa vytvorila úžasná atmosféra. Alebo keď sme akože zachraňovali život triednym profesorkám. Museli sme prekonať ťažký pies-

kový terén a popasovať sa s váhou na nosidlách. A aj napriek daždivému prvému dňu sme napokon radi, že sme prežili krásne tri dni v prírode so spolužiakmi, bez signálu a internetu.

Kamila Súkeníková, III. FL
foto: archív školy



Vytrvalo prší a my vytrvalo športujeme. ZL-áci vytiahnu pršíplášte a súboj medzi triedami v nohejbale sa môže začať. O zábavu nie je núdza.



Prof. Líška zase vytiahol „zbrane“ a ide sa strieľať. Ako správneho vojaka ho počasie neprekvapí. Hneď nájde priestor, a tak strieľame do terča ako diví.



Konečne vykuklo slnko, sťahujeme sa na terasu, aby sme sa mohli naučiť orientovať v teréne. Mapa, buzoly, zdá sa, že to je srdcová záležitosť nášho prof. Baláža.



V altánku sa venujeme prvej pomoci. Nadšená záchranárka prof. K. Moravíková nás oduševnene učí základom prvej pomoci. Veronika už zvláda KPR.



Ako sa správať v prírode? Že neviete? Na to tu máme odborníčku prof. Rolníkovú, s ktorou stihnete pripraviť aj drevo na večerný táborák.



Pri táboráku nám bolo sveta žiť! Opekali sme, dosýta sa najedli, zaspievali, dokonca sme si i zatancovali.



Na podnet našej zdravotníčky a lektorky prvej pomoci prof. K. Moravíkovej sa na záver súťažilo. Úlohou žiakov oboch tried bolo zachrániť svoju triednu učiteľku (p. prof. Šedovú a Matusovú). Obe prežili, to je základ.



Zápisky introverta

19. OKTÓBER 2017

„Jej prirodzenosť bola krásna. Pohľady, ktoré vrhala na ľudí, boli prázdne a prezrádzali strach z kontaktu s okolitým svetom. Párkrát sa snažila pripojiť k nejakej skupinke ľudí zo školy, no títo ľudia žijú rýchlo a nemajú čas premýšľať nad skutočným životom. Trápi ich len to, kto sa s kým cez víkend vyspal alebo kto bol na

šrot na piatkovej party u nejakého machra zo snobskej rodiny. Ona chcela viac. Túžila spoznať pravý význam existencie na tejto planéte.“ Prestala som čítať svoj sloh, keď som si všimla, že som mojim spolužiakom opäť na smiech. Profesorka ich utišila, no ja som nemienila pokračovať v čítaní. Sloh som roztrhala a zahodila do koša. Aj keď, možno som ho

mala spáliť. Určite teraz koluje medzi študentmi ako terč posmechu. Stavím sa, že skončí vycapený v školskom časopise s nadpisom: „Mladá ufnukaná druháčka kritizuje život na strednej škole.“ Sadla som si do lavice a snažila sa ignorovať úškrny na tvárach tých zaostalých zadubencov. Deti v mojom veku vedia byť naozaj hnusné.

22. OKTÓBER 2017

Včera po hodine matematiky som mala pocit, že sa na mňa pozrel Charlie, ktorý sedí o dve lavice predom mnou. Páči sa mi už od tretej triedy základnej školy. Nikdy ma neponižoval ako väčšina mojich spolužiakov. Vždy ma totiž ignoroval. Akoby som bola neviditeľná... V autobuse som ho oslovila a chvíľu sme sa rozprávali. Koneč-

ne som sa cítila ako žijúca bytosť. Keď sa ma spýtal, kam chodím do školy, moje nadšenie opadlo. „Chodíme spolu na matiku,“ povedala som potichu, s gučou v hrdle, dúfajúc, že sa nestihnem rozrevať, kým nevystúpim. „Aha, prepáč. Nikdy som si ťa nevšimol. Si tu nová, však?“ snažil sa byť milý, no tvárila som sa, že som ho prepočula a vystúpila som o dve zastávky skôr. Ďalšie tri kilometre som išla domov po vlastných. Zmokla som. Doma mi otec povedal, že vyzerám ako zmoknuté kura, ale aspoň si nevšimol, že som plakala. Je to iba ilúzia. Iba prianie. Nikto sa na teba nepozrie, veď nemá dôvod.

25. OKTÓBER 2017

„Márnosť nad márnosť! Márnosť, všetko je márne,“ vraví Kohelet. Biblia nie je práve moja šálka kávy, starká má však vo veciach jasno. „Kto nečíta Bibliu, bude zatratený,“ hovorí vždy pri nedeľnom obede. Príde mi to trochu pritiahnuté za vlasy, ale keďže mám od detstva povestí dobrej vnučky, každý večer s ňou túto knihu kníh čítam. Všetky moje sester-nice a bratranci starkú neberú vážne. Podľa mňa je osobnosť. A osobnosti by mali byť vnímané vážne, aj keď nie sú úplne psychicky v poriadku. Toto som napísala hlúpo. Mala by som tú vetu začmárať, ale chcem mať peknú úpravu, takže budem dúfať, že to nikdy nebude čítať nikto z mojej rodiny. Nemyslím si, že starká nie je v poriadku, iba rozmýšľala inak ako ostatní ľudia, a preto ju obdivujem. Poznámka: Netuším, kto bol ten Kohelet zač, ale ser-vítku pred ústa si rozhodne nedával.

2. NOVEMBER 2017

Dnes som si kúpila ďalšiu knihu od Bukowskeho.

Mama si myslí, že tento geniálny človek má na mňa zlý vplyv. Ja si myslím, že práve vďaka jeho knihám som stále nažive.

7. november 2017

Dnes mi dal otec facku. Tento mesiac už tretiu. Túžim to povedať mamine, ale bojím sa, že ho opustí. A to nechcem. Veľmi ho ľúbi a ja zase ľúbim ju. Chcem, aby bola šťastná.

8. NOVEMBER 2017

Dočítala som Faktótum od Bukowskeho. Prisahám, že keby ešte žil, požiadala by som ho o ruku. A keby sme spolu neboli šťastní a bol by na mňa zlý, ako je na mňa zlý otec, aspoň by som ho obrala o peniaze a postavila by som mne a mamine malý domček v Toskánsku.

14. november 2017

Zadanie domácej úlohy z psychológie znie: „Keby si bol zviera, jedlo, miesto, slávna osobnosť, vec, čo by si chcel byť a prečo?“ Strašne detinská úloha pre sedemnášťročných. Ale dobre, tu je môj zoznam. Zviera – vážka, pretože vážky sú krásne a plaché, no ľudia sa ich aj tak boja. Jedlo – pizza (každý ju má rád).

Miesto – to miesto na Aljaške, kde sa spája Tichý oceán s Atlantickým. Asi preto, lebo už na pohľad je jasné, že sú to dva oceány, a predsa sú oba stále iba slaná voda. (Dúfam, že profesor pochopí, ako som to myslela.)

Slávna osobnosť – Charles Bukowski, bezpochyby.

Vec – nejaká hračka, s ktorou sa každý hrá a má ju rád, až kým na ňu v ten správny čas nezabudne.

16. NOVEMBER 2017

Z domácej som dostala B -. Vedela som, že tú vec s Aljaškou ten starec nepochopí.

21. NOVEMBER 2017

Myšlienky, ktoré sa nám motajú v hlavách a nenechajú nás spať. Pocity, ktoré sa v nás miešajú s úmyslom vybuchnúť ako sopka. Tie, ktoré nás zožierajú zvnútra. Slová, ktoré nedokážeme povedať a plnia sa nimi naše ústa. Naplnia ich tak, že nebudeme schopní vysloviť jediné slovo. No a čo. Papier znesie veľa.

Poznámka: Smútok nie je dočasný.

30. NOVEMBER 2017

„Márnosť! Len márnosť, všetko je iba márne!“ kričala som z plných pľúc na mamu, keď mi oznámila, že ma objednala k terapeutke. Prišlo mi vhodné použiť ako obrannú vetu práve túto, aj keď doteraz neviem, čo vlastne znamená. „Carly, všimla som si, že s tebou niečo nie je v poriadku,“ hovorila pomaly a potichu, „myslela som to dobre. Si vychudnutá a bledá, už sa ani neusmeješ. Chcem, aby ti pomohla.“ Podišla ku mne bližšie a priložila mi ruku na líce. Odtrhla som sa od nej a pustila sa do hysterického plaču: „Prečo mi nemôžeš pomôcť ty?“ Videla som, ako sa jej hrnú slzy do očí. Nedokázala som sa na to pozerieť. Nedokázala som sledovať, ako z nej robím smutného človeka. Večer za mnou prišla a ospravedlnila sa mi. Spravili sme si papučový večer ako kedysi, keď som bola menšia, a konečne som sa cítila dobre.

5. DECEMBER 2017

Ľudstvo je zvláštna odroda. A ja nemôžem čakať od ľudí, že ma budú milovať, keď sa sama nenávidím.

8. DECEMBER 2017

Pieseň: Johnny Cash – Hurt

Poznámka: Pravdepodobne sem už nikdy nič nenapíšem.

S láskou

Karla

Slzy mi prúdom tečú po tvári. Je ôsmeho decembra 2018 a od Karlinej smrti prešiel rok. Nemôžem uveriť, že som jej denník našla až dnes. Pri jeho čítaní som si uvedomila, že ako matka som zlyhala. S manželom som sa rozviedla v deň, keď som môjho anjelika našla ležať na podlahe v kúpeľni. V kaluži krvi... A jej sloh visí na školskej nástenke dodnes.

„Jej prirodzenosť bola krásna. Pohľady, ktoré vrhala na ľudí boli prázdne a prezrádzali strach z kontaktu s okolitým svetom. Párkrát sa snažila pripojiť k nejakej skupinke ľudí zo školy, no títo ľudia žijú rýchlo a nemajú čas premýšľať nad skutočným životom. Trápi ich len to, kto sa s kým cez víkend vyspal alebo kto bol na šrot na piatkovej party u nejakého machra zo snobskej rodiny. Ona chcela viac. Túžila spoznať pravý význam existencie na tejto planéte. Svet vnímala ako niečo záhadné a zároveň úžasné. Nebála sa smrti, ale umierania. Videla krásu aj v tom, čo iní považovali za hrôzu. A videla dobro tam, kde druhí videli zlo. Bola taká dobrá, že uprednostnila šťastie ostatných ľudí pred svojím vlastným. A mne je ľúto, že nie som ako ona. Ako moja mama.“

Karolína Papalová, II. ZL

Táto literárna práca na súťaži Studňa sa tajne s daždom zhovára zaujala odbornú porotu. Jej autorke priniesla 2. miesto.

ilustrácia: Veronika Petrechová, III. ZUA

Čriečky zo stužkovej 4. ZA



foto: archív 4. ZA

A takto sa zabávala 4. FL



foto: archív 4. FL

Filmotéka



<https://www.fandimefilmu.cz/>

TO: KAPITOLA 2, HOROR

Do mesta Derry sa vracia zlo a členovia Klubu núl budú musieť opäť spojiť svoje sily na mieste, kde to všetko začalo. Od hrôzostrašných udalostí ubehlo 27 rokov. Všetci sú poznamenaní hrôzostrašnými zážitkami z minulosti, každý z nich bude musieť preto opäť prekonať svoj najsilnejší strach a čeliť klaunovi, ktorý je teraz nebezpečnejší ako kedykoľ-

vek predtým. Myslím si, že druhý diel je strašidelnejší ako prvý, no takmer trojhodinová stopáž je už trochu cez čiaru. Herci sú skvelo zohratí, presne ako aj v prvom diele a vo filme tvoria vynikajúcu kombináciu humoru a hororovej atmosféry. Humor však niekedy naruša a zbytočne rozbíja dramatické scény vo filme. Páčilo sa mi, že tvorcovia opätovne uvádzali mladých hrdinov vo forme flashbackov, a tak

sa lepšie oboznámime s charaktéri hlavných hrdinov. Podľa môjho názoru bolo v jednotke viac nečakaných a strašidelných momentov ako v dvojke, kde sa skôr prelievala krv. It 2 hodnotím skôr za dobré pokračovanie, ale nie za skvelé. Ale návštevu kina odporúčam, pretože režisér je vcelku zručný, takže sa nudiť nebudete.

Veronika Petrechová,
III. ZUA

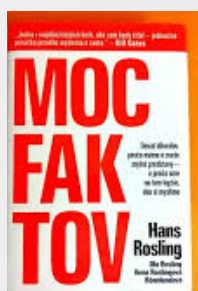
Zo sveta kníh



Láska ma mnoho podob. Nech jej dáte akékoľvek meno. Túto myšlienku prezentoval autor **André Aciman** v knihe **Daj mi tvoje meno**. Ja osobne nie som fanúšik romantickej literatúry, no tejto knihe som však aj napriek všet-

kému úplne podľahla. Nezná, vášnivá, jednoduchá a navždy pretrvávajúca. Aj takto by sa dala opísať láska medzi hlavnými postavami. Dokonale opísaný každý dotyk, pohľad, cit. Autor vás pri-núti prežiť každú chvíľku

do najmenších detailov. Máte pocit, že ste súčasťou situácie, príbehu lásky, straty a smútku. Odporúčam túto knihu každému, kto chce zistiť, čo je to pravá podstata milovania a túžby.

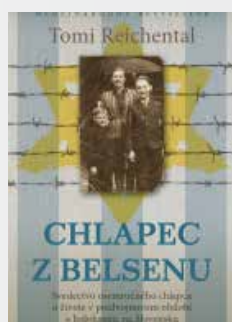


Hans Rosling: Moc faktov

Podľa verejne dostupných údajov, bol Hans Rosling švédsky lekár, akademik a aj fanúšik drastických faktov. Náročky som napísala bol, pretože v roku 2017 zomrel na rakovinu.

Knihu, ktorú som prečítala, však ešte stihol dopísať. Jej hlavnou myšlienkou je, aby sa ľudia vo svojom živote sústredili hlavne na fakty, tie štatistické. Na začiatku knihy otestujete a následne vniknete do sveta základných inštinktov,

napríklad negativita či strach. Myslím, že s niektorými údajmi v knihe by sa dalo polemizovať, avšak knihu hodnotím ako poučnú, kontroverznú, no rozhodne nie ako oddychovú literatúru. Napriek tomu stojí za prečítanie.



Tomi Reichental: Chlapec z Belsenu

Táto kniha sa stala medzinárodným bestsellerom. Je svedectvom o krutej realite 2. svetovej vojny zachytenej slovami malého chlapca, ktorý sa v koncentračných táboroch stal mužom. Prišiel o 35 členov

svojej rodiny, zažil si veľa zla, ale aj obnovu krajín spustošených vojnou. Autorom knihy je historik. Je to zjavné aj v údajoch, všeobecne časových liniách knižky, ale zároveň si kladie otázku, či toľko informácií človeka nezahltí. Mne sa to však osobne

veľmi páčilo. V knihe sa dozvedáme, ako sa vyvíjal príbeh chlapca z Belsenu po vojne a popisuje život jeho detí. K nedeľnému koláčiku určite nie je, ale rozhodne stojí za prečítanie. História je predsa učiteľkou národa...

pripravila: (vm)

Divadlo a my

GERHART HAUPTMANN: PRED ZÁPADOM SLNKA



Takmer trojhodinová inscenácia, ktorá prináša príbeh starnúceho otca, ktorý od života chce azda niečo úplne iné ako to, čo mu ponúkajú jeho štyri deti prahnúce po majetku a dedičstve. Ovdovený 70-ročný hrdina Matthias Clausen stvárnený hercom Martinom Hubom nachádza novú chuť do života v mladej 20-ročnej Inken, ktorú stvárnila Mária Schumerová. Tomuto nezvyčajnému vzťahu, ktorý sa začína medzi hlavnými postavami vyvíjať, skoro nikto nefandí, ale ako to už býva zvykom, keď sme zamilovaní, dívame sa na svet cez ružové okuliare a neberieme na vedomie názory iných. Hrdosť už dospelých detí a ich part-

nerov, ich zatrpknutosť a predsudky voči slečne Inken – novej známosti ich otca, strach z možnej straty dedičstva či naviazanosť na zosnulú matku ich nenechávajú v nečinnosti a začnú konať. Snaha vziať svojmu vlastnému otcovi svojprávnosť, Matthiasovi zlomí srdce, a tak zomiera s nenaplnenou túžbou vziať si Inken za manželku, vyčerpaný z ľudskej nevraživosti. Paradoxom je, že i napriek tejto nesplnenej túžbe tesne pred svojim skonáním ochutná nový impulz života, zažije rodinnú drámu, lásku a život starca sa končí naplnený horko-sladkosťou takou, ako je život sám. Inscenáciu hodnotím pozitívne, pretože prináša

hlbšiu myšlienku, rieši aktuálne témy, ako sú predsudky spojené s vekom, túžba po majetku a ovládanie cudzích životov. Zaujímavá je rôznorodosť charakterov všetkých Matthiasových detí, ktoré spája aj rozdeľuje túžba po majetku, ale aj snaha doopatrovať svojho otca dôstojne. Chválim aj skvelé herecké výkony všetkých obsadených hercov, najmä Martina Hubu, predstaviteľa hlavnej postavy, ktorý si za svoj herecký výkon v roku 2018 vyslúžil ocenenie Dosky za najlepší mužský herecký výkon.

Klára Pitrová, II. FL

foto: <https://kultura.pravda.sk/divadlo/>

Keď mobily pauzujú



V 3. ZL si mobily takto krásne celé vyučovanie (okrem prestávok) na parapete pauzujú. Aj keď sa zdá, že majiteľ jedného z nich, náš Mišo Ruisl, má s tým problém, opak je pravdou. Vlastne už si skoro zvykol. Faktom je,

že keď dané „nariadenie“ vyšlo, málokomu sa to páčilo, poniektorí sa báli, že sa nedostanú do vyššieho ročníka. No ukázalo sa, že to až také tragické predsa len nie je. Ďalší level bude - mobil pauzuje v taške. (rr)

Takto víkenduje Matúš



Matúš Nákačka z 1. MAS má jasno v tom, ako tráviť víkendy doma na Orave. Zabehne ku dedkovi, ktorý má doma pštrosa. Ako sa k nemu dostal? Keď si myslíte, že si ho kúpil len-tak z dlhej chvíle, mylíte sa! Vraj to

bol darček od kamarátov k šesťdesiatke. Najprv ho to prekvapilo, rozmýšľal, čo s ním. Teraz je domácim miláčikom všetkých členov rodiny, no predovšetkým Matúšov. Veď sa pozrite, akí sú obaja spokojní. foto: M. Nákačka

AKO VTÁCI ŠTAHOVAVÍ, TÍ
NAŠI TELOCVIKÁRI. SÚ
VŠADE A NIKDE NIE
DOMA...



KUPÓN

meno:

trieda:

dátum:

podpis triedneho učiteľa:

Pozor! Tento kupón sa nevzťahuje na vopred ohlásené písomky,
testy, skúšanie!