

## Tak mě to taky popadlo...

...takové zvláštní, nepopsatelné vábení jara. Projevilo se (jako každoročně) tak, že okouzleně zírám někam do dáli, nasávám vůni syrové hlíny, jarních kytek a první pokosené trávy a je mi tak nějak sladkobolno, protože vím, že zítra už bude všechno jináč. Že ta nádherně rozkvetlá planá višně se už bude zelenat a pod ní bude nasněženo bílých okvětních plátků, ze světlozelených pupenů se přes noc vyklubají sytě zelené listy, a kde bude konec všem těm narciskám, tulipánům, petrklíčům? A tak v touze zachytit kouzlo okamžiku jsem popadla fotoaparát a vyrazila „na lov“ těch nejkrásnějších jarních zázraků. Tohle všechno roste a kvete u nás ve Škvřňanech, vlastně skoro uprostřed města. Nádherná, že?

Slávka Michálková

## Trikolóra jara – zelená, bílá, žlutá



Jabloň a třešeň v květu



„Zlatý déšť“ se správně jmenuje zlatice převislá



Když je na jaře bílo...



◀◀ Žlutá a žlutá



◀ Nevěsta

▶ Tisíc odstínů zeleně



Tulipány u nás na zahradě kvetou všude, dokonce i mezi rebarborou a cibulí



Takhle nám vykvetl mahon – škoda, že nemůžete přivonět



Na jaře bílá, na podzim modrá – mladá švestka



Rozkvetlý záhon



▲ Tak tohle nám „vykvetlo“ u kompostu  
◀ Tři jarní krasavice – petrklíče, modřeneček a narciska



Mezi smrčky



Když rozkvetne stará hrušeň...



Stráž za tratí

# Májová příloha

## Zamyšlení májové (mírně rozverně) o jarních cestách

Květen – a po něm i červen – to jsou dokořán otevřená vrata jara. To kvetení a červenání v jejich názvech hovoří samo za sebe.

Přesto se každý dívá na květen svými očima:

Tak například pro prodavačku květin je květen měsíc ztrátový. Který chlap by ty „odpouštěcí“ kytky kupoval, když je může vyžebrot u kamaráda–zahradkáře, popřípadě ukrást v parku!

Květen si vyloženě vychutnávají zamilovaní – je tu prostě jaro a nikdo z kolemjdoucích se příliš nepohoršuje nad jejich láskyplnými výlevy.

Trampové už začínají mít v očích dálky a to je vždy nebezpečné. Jaro vysouší cesty a cesty jsou od toho, aby se prozkoumaly, kam vedou. Zvláštní na tom je, že všechny trampské cesty bez výjimky nevedou do Říma (tam vede úplně jiná dálnice), ale do hospody.

Ano, slyšíte dobře, do hospody! Já vím, že jste si mysleli něco o modravých dálkách, přímhouřených očích starých traperů, bílých prašných cestách, vedoucích za obzor (a ještě o kus dál), rozechvělém srdci starého tuláka, který na jaře zkrátka neudrží svoje toulavé boty na uzdě ... Ale ano, to všechno je v cestách obsaženo.

Právě proto, že je trampung tolik lidský, nikdy nezastíral svou pravou podstatu – družnost a kamarádství. A proto vám každý správný tramp poví, že žádná cesta není úplně bílá, ani úplně prašná a hlavně, že žádná cesta nevede za obzor, ale každá – říkám každá! – vede do hospody!

Slávka Michálková



## KRAJSKÁ PŘEHLÍDKA STŘEDOŠKOLSKÉ ODBORNÉ ČINNOSTI

Dne 27.4. 2016 se uskutečnila v budově Gymnázia Luďka Píky v Plzni Krajská přehlídka soutěže talentovaných středoškoláků, známá pod zkratkou SOČ.

Za naši školu bojovali Barbora Šimková a Jan Vavřina ze třídy 3 ZDL. Konzultantkou jejich práce na téma „Problematika bolestí zad v období dospívání (8. třída ZŠ a 3. ročník SŠ)“ byla Mgr. Ilona Jančová.

Tito žáci získali 1. místo v soutěžním oboru Zdravotnictví. Postupují do celostátního kola, které se bude konat v Hradci Králové od 17. do 19. června 2016.

Druhý tým tvořily žákyně 3ZDL Klára Michalová a Kateřina Doan Thu Phuong, konzultantkou práce byla Mgr. Dagmar Nováková. Děvčata si vybrala stále aktuální téma „Sebepojetí žen v moderní společnosti“ a umístila se na 3. místě v kategorii Psychologie.

Všem gratulujeme, děkujeme za vzornou reprezentaci naší školy a Báře a Honzovi držíme palce v kole celostátním!

Mgr. Ilona Jančová



## Návštěva žáků 2A ZA v dětském domově Trnová

Dne 11. 4. 2016 žáci 2A ZA navštívili již podruhé dětský domov v Trnové. Jedná se o jejich vlastní akci, sami si tyto návštěvy domlouvají.

Tentokrát pro děti předškolního věku přichystali sportovní olympiádu – připravili jednotlivá stanoviště, kde děti plnily zadané úkoly, za úspěšné splnění získaly sladkou odměnu.

Sportovní půlden se velmi vydařil, nadšení byli jak předškoláčky, tak i naši žáci.



Připravila: Ing. Jaroslava Michálková

## Žáci ze základních škol v Edukačním nutričním centru

V rámci projektu ROP NUTS II Jihozápad (název projektu „Edukační centrum zaměřené na zdravý životní styl a sociální oblast, pod registračním číslem projektu CZ.1.14/2.4.00/34.03200) školu navštívili žáci z plzeňských základních škol.

- Dne 6.4.2016 se projektu zúčastnila 26.ZŠ ze žáků z 8.A a 8.B o celkovém počtu 54.
- Dne 8.4.2016 se projektu zúčastnila 2.ZŠ ze žáků z 8.A a 8.B o celkovém počtu 50.

Naším zásadním cílem bylo se zaměřit na dosažení pozitivních změn ve stravovacích zvyklostech, potažmo zlepšení přístupu žáků k vlastnímu zdraví formou prevence. Veškerá edukace probíhala ve spolupráci se studenty VOŠZ druhého ročníku oboru Diplomovaný nutriční terapeut.

Na připravených stanovištích se žáci mohli během dvou hodin seznámit s těmito tématy:

- Víte, jak by měla vypadat výživová pyramida?
- Jak si složit správný jídelníček?
- Kolik cukru, tuků a soli skrývají oblíbené potraviny?
- Objev exotiku – hádání exotického ovoce.
- Propočty jídelniček pomocí profesionálního programu NutriPro. (NutriPro je špičkový nutriční program, který dokáže sledovat detailně velkou řadu nutričních.)
- Proměření na InBody, aneb váha pod kontrolou. (Inbody je přístroj při zjišťování efektivity a dodržování redukčního režimu či jen úpravy stravování a zvýšení pohybové aktivity. Zjistí se na něm, zda člověk jí pravidelně, zda mu neubývá svalová hmota a naopak, zda redukuje tuky a poměr svalové hmoty se zvyšuje.)



Text a foto: Mgr. Petra Křížová, DiS.

## Setkání s bývalými zaměstnanci školy



Rok se s rokem sešel – a naši milou povinností bylo opět přivítat ve škole bývalé zaměstnance



Úvodní slovo patřilo paní ředitelce PhDr. Ivaně Křížové



Paní Tupá z firmy Colgate představila několik žhavých novinek



V edukačním centru Zdravé zuby přivítala všechny zájemce o dentální hygienu Marta Kurdiovská, DiS.



Technické vybavení edukačního centra je nejen velmi moderní, ale také zajímavé pro všechny



V učebně 217 bylo připraveno výborné pohoštění



A teď již nastal čas na dobré kafičko a pěkné popovídání, na které se všichni těšili nejvíce. Vždyť s mnohými bývalými kolegy a přáteli se neviděli celý dlouhý rok...



„Koukám, jak ten čas letí, nechám ho letět a zpívám si dál...“ Je to už zase rok, co jsme se setkali s našimi milými bývalými zaměstnanci.

Přátelské posezení se uskutečnilo 18. 4. 2016 v prostorách naší školy.

Po přivítání paní ředitelkou si všichni vyslechli krátkou a zajímavou prezentaci firmy Colgate, při níž hosty lektorka paní Tupá seznámila s novými produkty této společnosti a věnovala všem i několik vzorků na vyzkoušení, jednalo se především o zubní pasty a kartáčky. V připravených balíčkách byly i další drobné praktické dárky od našich ostatních sponzorů.

Kdo měl pak zájem, mohl navštívit nově vybudované edukační centrum pro dentální hygienu.

A pak už následovalo chutné pohoštění, na které se všichni velmi těšili hlavně proto, že si mohli opět po roce v klidu příjemně popovídat.

My s kolegyněmi jsme jen tiše konstatovaly, že léta na našich milých bývalých nejsou vůbec znát a jen si přejeme, abychom v tomto věku vypadaly také tak skvostně jako oni.

Text: Mgr. Ladislava Mutinská  
Foto a komentáře k fotografiím: Ing. Jaroslava Michálková