

## Výlet do Regensburgu

V sobotu 17. října se někteří zaměstnanci naší školy se svými rodinnými příslušníky zúčastnili zájezdu do Regensburgu, který pro své kolegy zorganizoval PhDr. František Slováček. Přestože počasí bylo toho dne podzimně nevlídné, město Regensburg je přivítalo neopakovatelnou atmosférou, která je dána jeho téměř dvoutisíciletou historií.

Nejdříve navštívili monumentální mramorový chrám nad Dunajem - Wallhallu. Wallhalla, jinak řečeno také síň mrtvých, je místem, které má symbolický význam – sjednocuje totiž mimořádné německé historické osobnosti. Antický vyhlížející chrám je zaplněn sochami těchto osobností a pamětními deskami s mnoha zajímavými informacemi z německy mluvících oblastí. Sochy zde mají např. i Albert Einstein, Konrad Adenauer nebo Johannes Brahms.

Poté následovala procházka historickým centrem města, které je od roku 2006 na seznamu památek UNESCO.

Co naše cestovatele zaujalo na první pohled, je celistvost historického jádra. Prohlédli si i další památky, jako jsou proslulý Kamenný most, klenoucí se nad řekou Dunaj, dóm sv. Petra, historická lékárna nebo Porta Pretoria – jediná římská brána dochovaná na sever od Alp.

Ve zbývajícím čase se věnovali nákupům ve zdejších krámcích, buticích a nákupních centrech nebo se jen tak procházeli městem a obdivovali sochy, náměstíčka, parky a zahrady.

Regensburg všechny nadchl svou pohostinnou atmosférou a jedinečným kouzlem.

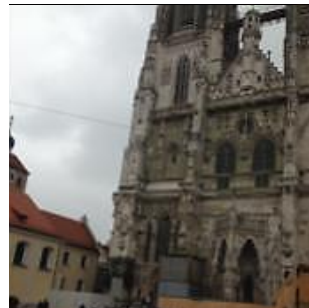
Podle vyprávění Libušky a Michala Mertlových sepsala Slávka Michálková



▲ Majestátní sloupové v průčelí Wallhally



▲ V centru Regensburgu



► Dóm sv. Petra

Foto. Ing. Michal Mertl

## Divadelní představení Loupežník

Čas v každém školním roce učitelé i žáci odpočítávají od jednoho prázdninového termínu k druhému. Velké letní volno uteče vždy nejrychleji, a tak již koncem srpna všichni, co mají se školou co do činění, loví v kalendářích a pátrají po nejbližších státních svátcích a malých zaslužených prázdninách.

Tak tomu bylo i o letošním podzimu, kdy někteří z nás si mohli jeden z volných dní užít bez školních, ba i rodinných povinností.

O kouzelnou a melancholickou atmosféru se postarala sama naše matička Praha, kam jsme zavítali 30. října 2015.

Naše kroky doprovázené teplými barvami padajícího listí směřovaly od královských zahrad přes Nerudovu ulici na Karlův most, kde jsme se spíše cítili jako cizinci, obdivující monumenty stověžatého města.

Ušlapané a unavené nohy nám rázně oznamovaly, že touží po chvíli odpočinku, a proto nás samy zavedly do nejbližší restaurace. Po příjemném občerstvení jsme mohli strávit ještě celé odpoledne procházkami v malebných uličkách našeho hlavního města Tma se pomalu vkrádala do ulic, nás ale čekal zlatý hřeb dne – zhlédnutí divadelní hry Loupežník v Divadle na Vinohradech. Tuto komedii napsal ve 20. letech minulého století Karel Čapek. Hra pojednává o zamilovanosti a první lásce, ale i o nepochopení ze strany dospělých. Na scéně jsme byli svědky mistrovských výkonů Hany Maciuchové, Sabině Rojkové, Marka Holého a dalších vynikajících herců, kteří tuto hru nastudovali pod vedením ředitele Tomáše Töfera.

O cestu, program dne i zajištění vstupenek se postaral jako obvykle náš obětavý kolega Mgr. Jaroslav Smazal, jemuž patří ještě jednu velké poděkování za krásné zážitky.



Mgr. Ladislava Mutinská

## Na co se máme těšit v příštím čísle

Všimli jste si, jak ten čas letí? Že už příští číslo bude adventní? Objeví se v něm nejen listopadové akce, ale i ty, které se vztahují k blížícím se Vánocům, zejména:

- Mikulášský bazar,
- Mikuláš, čerti a andělé nadělují,
- Další adventní akce,
- Listopadové akce, které zatím nebyly publikovány,
- Sportovní akce,
- ...a možná bude i Adventní příloha

vydání

10

LISTOPAD  
2015

# Minialmanach

## toto vydání

Evropský den záchrany života	Str. 1
Veletrh perspektivy řemesel 2015	
Dvě velmi zdařilé akce na „vošče“	Str. 2
Edukační nutriční centrum žije	
Akademie řemesel	Str. 3
Výlet do Regensburgu	
Divadelní představení Loupežník	Str. 4

## Slovo úvodem

### Listopadový písň

Málo jím a málo spím a málokdy tě vídám,  
málokdy si nechám něco zdát.

Doma nemám stání. Už od jarního tání  
cítím, že se blíží listopad...

Listopadový písň od léta již slýchám,  
vítr ledový přinesl je k nám.

Tak mě nečekej, dneska nikam

nepospíchám,

listopadový písni naslouchám...

Pro většinu lidí není listopad nic moc. Něco mezi psem a vlkem. Mlhy, deště, chladno, sychravo. Melancholie ze svátku Dušiček, deprese z blížících se Vánoc (budou tu za chvíli, jak jen to všechno stihnu? ).

Já jsem na tom podobně jako autor písničky – listopadový písň slýchám skutečně už od léta, jakmile začne foukat ze strniště, sotva v horkém srpnovém počasí spadne první lístek – většinou jsou to brýzy, které při delším suchu kolem sebe začnou marnotratně rozhazovat zlaté penízky...

Já vím, listopad ve městě... Ale představte si listopad v přírodě. Brouzdáte se nádherně vybarveným listím, v mlze jste téměř neviditelní. Sem tam se dá ještě najít nějaká houba či zapomenutá ostružina. Když náhodou vysvitne sluníčko, mění se les v úžasně nasvícené jeviště – podzimní představení může začít... A bude jedinečné, listopad je mistr převleků a kouzel.

Tak si jdete tou snovou krajinou a potichu, abyste nerušili, si broukáte píseň, kterou všechny romantické duše učil listopad prostřednictvím Wabiho Daňka. Kterou snad každý zná – to jsem si myslela donedávna. Až o letošních maturitách jsem byla vyvedena z omylu. V jednom z pracovních listů z českého jazyka je jako neumelecký text uveden úryvek jiné Daňkovy písničky. Při rozboru tohoto textu všichni maturanti vrtěli hlavou – žádného Daňka neznají. No jo, jsou už jinde. Nebo stárnu. Prostě „Léta jdou a já jen bloumám, bůhví odkud a bůhví kam...“ (další z textů Wabiho Daňka), k tomu si prozpěvuji své milované písničky, které mnohým už vůbec nic neříkají... A že nejsem úplně „in“? ... Nevadí.

Slávka Michálková



## Účast na Evropském dni záchrany života s podtitulem „Vaše ruce mohou zachránit život vašich blízkých“

Dne 16. 10. 2015 se účastnila třída 1ZDL v rámci výuky předmětu První pomoc pod dohledem Mgr. Renaty Jonášové a Mgr. Petry Jindřichové velmi významné edukační akce na plzeňském náměstí Republiky – Evropského dne záchrany života. Akci pořádala Zdravotnická záchranná služba Plzeňského kraje pod vedením vzdělávacího a výcvikového střediska a ve spolupráci s Českou resuscitační radou a Plzeňským krajem.

Cílem této vzdělávací akce byla edukace jednotlivých kroků nezbytných pro záchranu lidského života: včasné rozpoznání příznaků onemocnění, přivolání záchranné služby prostřednictvím tísňové linky 155, zahájení nepřímé srdeční masáže. Zvýšení informovanosti laické veřejnosti bylo zaměřeno i na správné použití automatizovaného externího defibrilátoru (AED), jehož význam je zdůrazňován i v nových doporučených postupech pro resuscitaci 2015 vydaných Evropskou resuscitační radou.

Moderovaná výuka žáků probíhala současně na 25 resuscitačních modelech, zahrnovala nekomentovanou i komentovanou ukázkou základní neodkladné resuscitace v podání referentů VVS. Následně byli žáci vedeni jednotlivými kroky základní neodkladné resuscitace na simulačním modelu SimMan. Prostřednictvím simulátoru byly žákům prezentovány i příznaky a diagnostika zástavy oběhu.

Děkujeme ZZSPK, hlavně Mgr. Ivaně Krsové za umožnění účasti na této akci

Mgr. Petra Jindřichová



Žáci před červeným stanem na náměstí Republiky



Návuk základní neodkladné resuscitace

## Veletrh perspektivy řemesel 2015

Okresní hospodářská komora Plzeň – jih pořádala 21. října 2015 v KD Stod již 7. ročník prezentace studijních nabídek a pracovních příležitostí pro budoucí učně a středoškolské studenty pod názvem Veletrh perspektivy řemesel 2015.

Tým naší školy ve složení PhDr. Radka Felzmannová, Mgr. Ilona Jančová a Mgr. Radka Polívková poskytoval informace o nabízených oborech ve školním roce 2016/17 žákům 8. a 9. tříd, pedagogům, rodičům, ale i veřejnosti. Nedílnou součástí týmu byly i žákyně 3 BZA Alice Kopřivová a Barbora Pěchoučková.

K častým dotazům patřily informace o otevíracích oborech a způsobu přijímacího řízení. Vystavené rollery a odborné pomůcky přilákaly k návštěvě našeho stánku velký počet účastníků. Tradičně velký zájem byl o měření krevního tlaku.

Prezentace se letos opět vydařila, můžete se sami přesvědčit z fotografií. Poděkování za bezchybnou dopravu a organizační pomoc patří i panu školníku Roudovi.



Text a foto: Mgr. Radka Polívková

## Dvě velmi zdařilé akce na „vošce“

### Predator race



Ve dnech 3.a 4 .října 2015 se 23 studentů a studentek VOŠZ oboru DZZ a DVS podílelo na zdravotnickém zajištění akce Predator Race v Oboře u Kaznějova. V sobotu proběhl závod Predator Dril, který je dlouhý 5 km, má nejméně dvacet překážek a bylo na něj přihlášeno přibližně 1000 závodníků. V neděli se konal náročnější závod Predator Masakr, který měří 15 km, obsahuje nejméně třicet překážek a účastnilo se ho přibližně 300 běžců. Soutěžící byli různých národností i věku, nejmladšímu bylo 16 let.

Naši studenti byli rozděleni do dvojic a na stanovištích rozmístěných po celé trati zajišťovali poskytování první pomoci závodníkům. Mezi nejčastější úrazy patřily křeče, natažení vazů i svalů, výrony kotníků a podchlazení. Nejzávažnějším zraněním byl pád z výšky na záda. Počasí bylo nepříznivé a právě proto několik zúčastněných závodů vzdalo.

Organizátoři byli s prací našich studentů velmi spokojeni a počítají s nimi při zajištění dalších závodů. Také studenti hodnotili akci velice pozitivně, získali nové zkušenosti a příští rok dokonce někteří chtějí zkusit sami běh absolvovat.

Mgr. Ivana Černá



### Natáčení filmu

V pátek 25. září 2015 se vybraní studenti a studentky prvního ročníku oboru Diplomovaný zdravotnický záchranář zúčastnili v areálu Fakultní nemocnice na Borech natáčení nového českého filmového muzikálu Decibely lásky režiséra Miloslava Halíka. Tento film volně navazuje na oba díly Discopříběhu, které se rovněž natáčely v Plzni a výrazně pomohly zpopularizovat západočeskou metropoli v očích veřejnosti i filmových štábů.

Ve filmu hrají, zpívají a tančí nejen známí herci jako Rudolf Hrušínský nejmladší a Lucie Vondráčková, ale například i populární plzeňský fotbalista Pavel Horváth. Produkce vyžadovala pro některé záběry z prostředí nemocnice kompars v podobě lékařů a sestřiček, které zahráli naši studenti spolu s opravdovým nemocničním personálem. Představovali tak oživující element scén, když v pozadí prováděli vizitu pacienta na lůžku, starali se o nemocné či vypisovali dokumentaci.

Ačkoliv studenti v souladu s dvanáctihodinovou pracovní dobou jednoho natáčecího dne strávili filmováním téměř celý náročný den, s chutí se zhostili svých rolí a tento netradiční zážitek si jaksepatří užili. Produkce byla s jejich výkony spokojena a studenti se nejen pobavili, ale i seznámili s tím, co obnáší práce filmařů.

Mgr. Ivana Černá

Foto k oběma článkům: Mgr. Ivana Černá a studenti VOŠZ

## Edukační nutriční centrum žije

V rámci projektu Edukační centrum zaměřené na zdravý životní styl a sociální oblast, registrační číslo projektu: CZ.1.14/2.4.00/34.03200, podpořeného operačním programem ROP NUTS II Jihozápad bylo na naší škole vybudováno též edukační nutriční centrum, které mohou žáci a studenti využívat již od září 2015.

V současné době jsou problémy s výživou a nezdravým životním stylem běžnou součástí moderní doby. U velké části široké veřejnosti se prozatím nepodařilo vytvořit představu o tom, že zdravé stravování je zásadním krokem pro pozitivní vývoj každého z nás.

Studenti druhého ročníku oboru Diplomovaný nutriční terapeut ví, jak moc těžké je změnit stravovací zásady a rozhodli se netradičním způsobem přiblížit tento problém žákům z naší SZŠ.

V pondělí 19. 10. 2015 uspořádali pro třídu 3BZA výukovou hodinu s názvem „Odhal, co jíš“. Ve třídě 2BZA byli žáci edukováni ve středu 21. 10. 2015 a nutriční blok byl nazván „Hravě, zdravě“.

Cílem obou nutričních projektů bylo se zaměřit na dlouhodobé dosažení pozitivních změn ve stravovacích zvyklostech, potažmo zlepšení přístupu žáků SZŠ k vlastním zdravím formou prevence.

Žáci byli seznámeni s tématy:

- Víte, jak by měla vypadat výživová pyramida?
- Jak si složit správný jídelníček?
- Kolik cukru, tuků a soli skrývají oblíbené potraviny?
- Poznáváčka a ochutnávka netradičních potravin.
- Výroba želé, aneb gumové medvídky.
- Propočty jídelniček pomocí profesionálního programu NutriPro. (NutriPro je špičkový nutriční program, který dokáže sledovat detailně velkou řadu nutrietů.)
- 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.)



## Mikulášský bazar

Navazujeme na tradici předchozích dvou ročníků úspěšného Vánočního bazaru. V letošním školním roce bude uspořádán z organizačních důvodů o něco dříve – proto nese název **BAZAR MIKULÁŠSKÝ**.



**Termín konání:** pátek 4. prosince 2015 od 8.45 do 12.00 hodin

**Místo konání:** sborovna a přilehlé prostory

**Jak můžete přispět:**

- darovat hračky, funkční předměty, svíčky, peněžní obnos... předměty darované do prodeje budou přijímány v knihovně školy od 2. 11. 2015
- zakoupit si pohoštění, dárečky ...

Obdobně jako v předchozích letech bude výtěžek bazaru věnován konkrétní organizaci – v nejbližší době o ní budete informováni

**Děkujeme, že pomáháte...**

Za organizátory akce: Ing. Kateřina Sosnová

## NAŠE ZDRÁVKA

### Přírodovědný klokan

Ve středu 14. 10. 2015 proběhla na naší škole soutěž Přírodovědný klokan. V kategorii Junior soutěžilo 37 žáků 1. a 2. ročníků. Na prvním místě se umístila Jana Kaisrová z 2 LAA, druhé místo obsadil Ondřej Kos z 1 LAA a o třetí se podělili Lenka Dvořáková z 2 LAA a Michaela Novotná z 1 LAA.

Mgr. Jaroslava Opatrná

### Akademie řemesel

Budova TJ Sokol Rokycany se stala dějištěm již 10. ročníku „Akademie řemesel“, který se konal 22. 10. 2015 pod záštitou Úřadu práce ČR. Akce zaměřená na prezentaci středních škol a zaměstnavatelů čelila v tento den obrovskému zájmu uchazečů ze škol základních a byla obohacena zajímavým doprovodným programem. Soutěžilo se o hodnotné ceny v nelehkém kvízu, zhlédnout jsme mohli módní přehlídku nebo adrenalinové vystoupení jedné z vystavujících škol. Velmi nás těšil zájem o naše obory, které se v příštím školním roce budou na naší škole otevírat. Věříme, že díky takto vydařeným prezentačním akademiím bude mít naše škola i v budoucnu dostatek uchazečů.

Naši školu zde zastupovaly učitelky odborných předmětů Mgr. Alena Štroblová a Mgr. Ilona Jančová a žákyně ze 4B ZA Eliška Pousková, Tereza Šubrtoová, Bára Tománková a Natálie Janovská.



Text: Mgr. Ilona Jančová  
Foto: Eliška Pousková