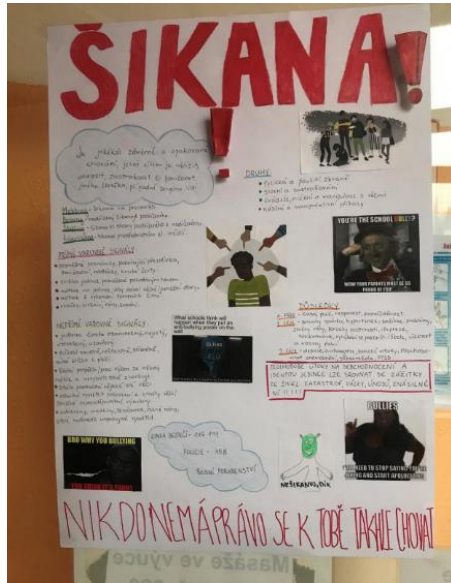
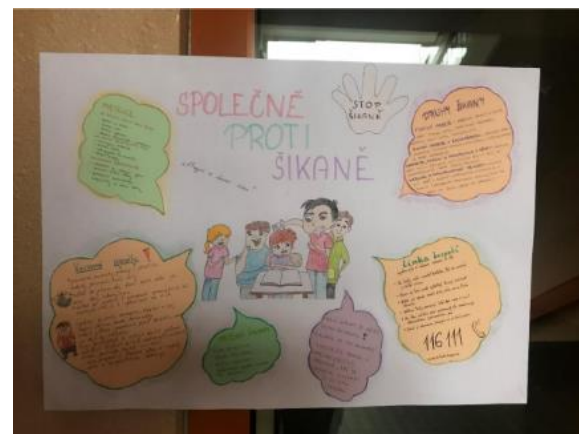
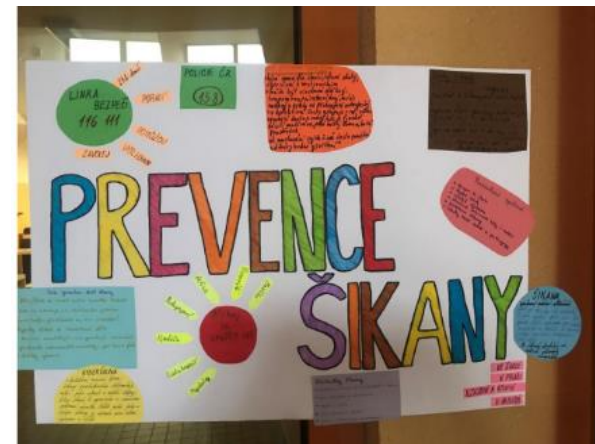
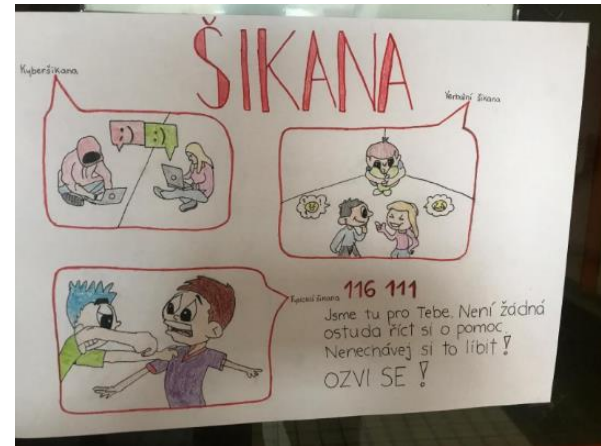


Boj proti šikaně



O tom, že šikana a v poslední době i kyberšikana jsou jedny z nejzávažnějších společenských jevů, víme snad všichni. Často ovšem bývá problematické s nimi bojovat... Stop šikaně vyhlásili žáci třídy 3A PS, kteří svými plakáty apelovali na všechny žáky i učitele školy. Žáci rovněž natočili k dně problematice video, které si můžete prohlédnout na webu školy.

Text: Ing. Jaroslava Michálková
Foto: Mgr. Martina Lísková



Na co se máme těšit v příštím měsíci:

- Projektový den „Výzvy ošetřovatelské péče v době covidové“
- Další aktivity v rámci projektu Erasmus+
- Lyžařský výcvikový kurz v Alpách
- Film Naděje až do konce (ALSA)
- ... a další akce a aktivity v měsících lednu a únoru



Minialmanach Ročník XI Vydání 1 Leden 2023



SZŠ a VOŠZ Plzeň
Karlovarská 99
323 00 Plzeň
www.zdravka-plzen.cz
zdravka@zdravka-plzen.cz

Redakce:

Mgr. Ladislava Mutinská
Ing. Jaroslava Michálková

mutinska@zdravka-plzen.cz
michalkova@zdravka-plzen.cz

☎ 378 015 121

VYDÁNÍ

1

LEDEN
2023

STŘEDNÍ ZDRAVOTNICKÁ ŠKOLA
A VYŠŠÍ ODBORNÁ ŠKOLA
ZDRAVOTNICKÁ PLZEŇ

Minialmanach

toto vydání

Den otevřených dveří SŠ	Str. 1
Střípky ze zdravky	
Ústecký DenT	Str. 2
Vánoční strom splněných přání	
Lyžařský výcvikový kurz na Špičáku	Str. 3
Boj proti šikaně	Str. 4

Slovo úvodem

Už osmnáct let existuje termín Blue Monday, do češtiny překládán jako Smolné nebo také Nešťastné pondělí. Začalo to 24. ledna 2005 jako součást marketingové kampaně americké cestovní kanceláře Sky Travel. Ta chtěla zvýšit zisky mimo klasickou dovolenkovou sezonu, a tak si najala psychologa a kouče Cliffa Arnalla, jenž pak přišel s teorií, že nejdepresivnějším obdobím roku je leden. A úplně nejhorší den určil pomocí rovnice, která zahrnovala počet dní od Vánoc, počet dní do jara, ale třeba i počasí nebo chuť vůbec něco dělat. Že se jednalo o pondělí, je nabitelné – pondělí považujeme za nejhorší den v týdnu. Cestovka Sky Travel Arnallovu myšlenku zpracovala a s prohlášením, že tak smutné období je lepší přečkat někde v tropech, se snažila prodat více exotických zájezdů. I když šlo primárně o reklamu a Arnall posléze čelil značné kritice z řad odborníků, pojem Blue Monday se uchytil a existuje dodnes.

Ono na tom totiž něco je. Venku je nevlídno, podle oboru je práce buď hodně, nebo málo... Leden je šedý a únor ještě horší. Kolísavá nálada, úzkost, smutek, deprese, špatné spaní a únava, stres – k tomu všemu jsme v zimě tak nějak náchylnější a dva roky pandemie to rozhodně nevytěpšily. Takže dle páně Arnallových rovnic (od níž se jeho zaměstnavatel – univerzita v Cardiffu – brzy distancoval) je nejdepresivnějším dnem v roce třetí lednové pondělí, které letos připadlo na 16. ledna.

Když se ovšem zamyslíte nad termínem „Blue Monday“, jeho doslovný překlad do češtiny není ani „Smolné“ ani „Nešťastné“, ale „Modré pondělí“.

A Modré pondělí – to přece má u nás úplně jiný význam. Za prvé: Velikonoční Modré pondělí je druhým dnem Svatého týdne, následuje po Květné neděli, a v tento rok připadá na 3. dubna. Modrému pondělí se někdy říká také Velké. Pravděpodobně jste toho o tomto dni moc neslyšeli. Moc toho ani nevypátráte, podle Bible se tento den nic výjimečného nestalo. Název je snad odvozen od modré látky, která se právě na Modré pondělí věší v kostelích. A druhý význam modrého pondělí? To známe asi všichni – a všichni bychom si ho občas rádi dopřáli...

Modré pondělí kdysi drživali ševci, kteří pracovali i v neděli „po kostele“, a postupem času se stalo synonymem pro ty, kteří vyspávali po „příliš náročném“ nedělním zábavě.

A kde vzalo toto „modré pondělí“ svůj název? Předpokládá se, že pochází z němčiny, z nejednotného významu přídavného jména „blau“. To totiž může znamenat jak modrou barvu, tak i výraz pro neschopnost práce či podnapilost. Takže: držte se – ať zvládnete s úsměvem modré pondělky všeho druhu. Nezapomínejte na optimismus, vždyť čas tak rychle ubíhá – a za chvíli už tu bude Modré pondělí velikonoční a s ním i jaro!

Mnoho dobré nálady Vám přeje Slávka Michálková

Den otevřených dveří střední školy

Dne 16. ledna 2023 se na střední škole uskutečnil Den otevřených dveří.

Tato akce má na naší škole dlouholetou tradici a patří mezi ty velmi úspěšné.

Poslední „klasický“ Den otevřených dveří proběhl v roce 2020, poté se z důvodu epidemie covidu-19 konal pouze on-line.

Vždycky s napětím odhadujeme, zda tento Den otevřených dveří bude úspěšnější než ty předchozí – což se týká nejen organizačního zajištění, ale především počtu našich návštěvníků.

Nutno říci, že letošní Den otevřených dveří předčil všechna očekávání. Škola doslova „praskala ve švech“.

Aby se dostalo na všechny zájemce, byly přednášky vedení školy z učebny 219 vysílány on-line přenosem do učebny 118. A ani kapacita této velké místnosti nestačila! Rovněž učebny, zejména odborné, byly neustále zaplněné.

V letošním roce jsme ocenili i přítomnost žáků, kteří velmi pomohli nejen s ukázkami v odborných učebnách, ale také při orientaci v prostorách školy a zejména s překladem do ukrajinštiny pro zájemce, a hlavně jejich rodiče, kteří ještě úplně nezvládají češtinu.

Všem žákům patří velký dík.

S radostí musíme konstatovat, že Den otevřených dveří byl úspěšnou akcí. Obrovský zájem veřejnosti nás velice těší, neboť dokazuje, jak dobré má naše škola jméno.

A my budeme doufat, že v září se její dveře otevrou novým nadšeným žákům, z nichž vychováme výborné zdravotnické pracovníky.

Text: Ing. Jaroslava Michálková

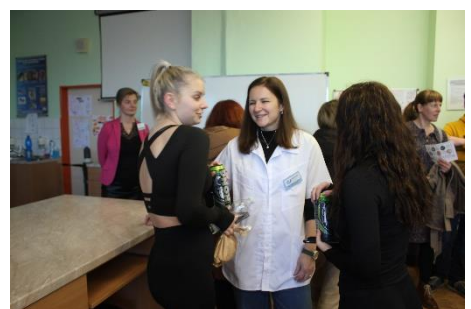
Foto: Mgr. Ladislava Mutinská



Krátce před druhou odpolední... Ještě než se škola otevřela pro návštěvníky, vytvořila se předlouhá fronta...



Zcela zaplněná učebna 219. Podobná situace byla i ve 118. kde probíhal on-line přenos



Kolegyně Mgr. Věra Zapletalová zvládla přiliv zájemců v odborné učebně s úsměvem ve tváři



Ústecký DenT

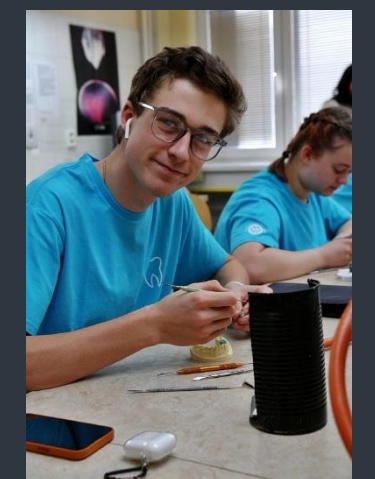
I v letošním roce se naši žáci účastnili mezinárodní soutěže v modelovacích technikách Ústecký denT v Ústí nad Labem. Soutěž se konala 16. až 18. 1. 2023 mezi žáky ze zdravotnických škol z celé ČR, a v letošním roce se poprvé zúčastnili i žáci z Maďarska.

Za naši školu se zúčastnili soutěže žáci Lenka Nosková a Lukáš Krýsl ze třídy 3.AZT.

Hodnotila se kresba okluzní plochy moláru a modelace z vosku dolního laterálního úseku.

Po celkovém sečtení bodů v obou disciplínách se naše škola umístila na krásném 11.–12. místě v pořadí všech škol.

První místo získala VOŠZ a SŠZ Ústí nad Labem.



Text a foto: MgA. Anna Arnetová

Střípky ze zdrávky

Beseda pro žáky čtvrtých ročníků



Dne 20. prosince 2022 navštívil naši školu nrtm. D. Linhart z Rekrutačního pracoviště Plzeň, který seznámil žáky čtvrtých ročníků s možnostmi studia na vojenské vysoké škole.

Žáci se dozvěděli mnoho zajímavých informací o škole, která dosud nebyla v popředí jejich zájmu. Mimo jiné zjistili, že Univerzita obrany je jediná vojenská vysoká škola v ČR. Vzdělává vojenské profesionály pro Armádu ČR a civilní odborníky pro bezpečnostní systém státu a obranný průmysl. Na brněnské Fakultě vojenských technologií a Fakultě vojenského leadershipu lze získat titul Bc., Ing. a Ph.D.

Třetí fakultou Univerzity obrany je Fakulta vojenského zdravotnictví sídlící v Hradci Králové. O tu se naši žáci zajímali nejvíce. Byli i trochu zděšeni náročností přijímacích zkoušek, jejichž součástí je i přísný test fyzické zdatnosti.

Velmi je překvapilo, že všichni vojenští studenti, včetně mediků, jsou zároveň vojáci z povolání s řadou benefitů. Kromě pravidelného měsíčního platu mají vojenští studenti např. ubytování zdarma a nadstandartní sportovní zázemí. Studenti během studia získají teoretické znalosti a současně rozsáhlé praktické dovednosti využitelné nejen v budoucí profesi důstojníka Armády ČR, ale i specialisty v civilní sféře. Absolventi mají jistotu zaměstnání ihned po škole s nástupním vysokým platem.

O besedu byl značný zájem i ve druhém termínu dne 30. ledna 2023.

Text a foto: Ing. Jaroslava Michálková

Poděkování za akci „Krabice od bot“

V prosinci 2022 se žáci, studenti i učitelé naší školy zapojili do akce „Krabice od bot“, kterou pořádá tradičně Diakonie Českobratrské církve evangelické. Každoročně pomáhá sbírka dáreků Krabice od bot dětem po celé republice. Děti ohrožených chudobou od loňského roku přibýlo. Diakonie ČCE, jeden z nejvýznamnějších poskytovatelů sociálních služeb v ČR, tak opět svou sbírkou dáreků pomohla dětem, pro něž vánoční dárek není samozřejmostí. U mnohých z obdarovaných byla Krabice od bot i jediným dárkem, který dostali.

Z Diakonie přišlo poděkování naší škole. Věříme, že našich 65 krabic od bot přineslo mnoho radosti všem obdarovaným...

Ing. Jaroslava Michálková



Projekt Crop up

Dne 9. 1. 2023 proběhl na naší škole v učebně 118 v rámci projektu Crop up workshop na téma prezentační dovednosti. Partnerem projektu Crop up je největší mezinárodní studentská organizace na světě – AIESEC. Workshopu rozvíjejícího mladé lidi v oblasti osobního růstu se zúčastnili žáci 2. a 3. ročníku oboru zdravotnické lyceum.

Více informací o projektu Crop up a studentské organizaci AIESEC najdete na následujícím odkaze <https://www.aiesec.cz/>

Zpráva převzata z webu školy

VÁNOČNÍ STROM SPLNĚNÝCH PŘÁNÍ

V prosinci se naše škola zúčastnila charitativní sbírky Vánoční strom splněných přání, která probíhá již 10 let ve FN Plzeň.

Mnoho dětí a seniorů tráví nejkrásnější svátky v roce na nemocničním lůžku a cílem sbírky je toto období zpříjemnit a přivést do nemocnice Ježíška.

Třídy 2BPS, 2CPS, 2ZDL, 3APS, 3CPS, 4APS, 4BPS, 4CPS, 4LAA a 4ZDL koupily a zabalily dárky pro Oddělení pro seniory, GERI A, B a kliniky urologickou, chirurgickou, stomatologickou, psychiatrickou a neurologickou.

Mgr. Jana Vodáková



Foto: vyučující a žáci jednotlivých tříd

NAŠE ZDRÁVKA

Lyžařský výcvikový kurz na Špičáku

Jako každoročně se v lednu uskutečnil lyžařský kurz SZŠ na Špičáku, tentokrát v termínu 8. až 13. 1. 2023. Bohužel, sněhové podmínky nám nepřály. Kromě jednoho dne lyžování na velmi malém množství sněhu jsme provozovali pěší turistiku a poznávali krásy Šumavy. Navštívili jsme environmentální centrum v Železně Rudě a plavecký bazén s wellness vyžitím v Klatovech. Pobyt jsme si zpestřili i herním odpolednem ve sportovní hale. Program byl velmi pestrý, ale k lyžařskému kurzu patří sníh. Tak snad budeme v příštích letech mít více štěstí!



Text: Mgr. Martina Valachová
Foto: Mgr. Martina Valachová a zúčastnění žáci