

Podzimní blues v listopadovém tónu

Listopad. To slovo samo o sobě vydává jakýsi melancholický zvuk, který rezonuje v šedých odstínech podzimního nebe. Je to doba, kdy příroda přebarvuje své pláště do odstínů hnědé a zlaté, ale lidé? Ti se často mění ve stíny sevřené chladem a brzkým stmíváním.

Listopad je smutnou baladou mezi hřejivým létem a křiklavým zimním rájem. Jeho dny se krátí, jako by někdo postavil stíny do cesty slunci, a noci se protahují do nekonečna. V tuto dobu roku se příroda odívá do vrstev šumu a ticha, ať už jsou to listy, které šustí pod nohama, nebo déšť, který tiše klepe na střechu.

Večery v listopadu jsou jako staré pohádky, které se stávají realitou ve chvíli, kdy usedneme u krbu a sledujeme tanec plamenů bojujících proti chladu venku. Vzduch je prosycen vůní vlhké země a dřeva, které v krbu plápolá. Pohodlné zahalení v dekách a s hrnkem teplého nápoje v ruce se poddáváme melodickým kapel, které si listopad vybírá k doprovodu naší duševní symfonie.

Ale jakmile zmizí poslední odvážlivec – lístek na stromě, který odolává chladu – listopad ukazuje svou temnější tvář. Mlhavá okna, déšť, který promlouvá do okapů, a šedivé nebe, jež se zdá být nekonečným.

Listopad je takovým filozofem mezi měsíci, který nás nutí přemýšlet o smyslu a významu věcí kolem nás.

Ačkoliv se zdá, že listopad nám vnucuje těžkost, nezapomínejme, že právě v těchto okamžicích najdeme krásu. Tento měsíc nám dává prostor pro reflexi a klidnější tempo. Je to čas, kdy si můžeme uvědomit krásu v jednoduchosti, kdy můžeme ocenit teplo domova a vůni čerstvě upečeného pečiva.

A i v listopadu můžeme najít poezii. Můžeme naslouchat jeho tónům a uslyšet v nich harmonii s našimi myšlenkami. Listopad nám může být časem, v němž nacházíme klid uprostřed bouře či světlo v temnotě. Možná právě v listopadu objevíme sílu pro přijetí změny, a věříme, že za každým deštivým dnem se skrývá slunečnější zítřek.

A tak, listopade, ať tvoje tóny zůstanou hudbou pro naše duše, i když se tváříš ponuře v odstínech šedi a hnědi...



Listopadový písni naslouchala
Slávka Michálková

Na co se máme těšit v příštím čísle

Držte si klobouky, jedeme z kopce! Vánoce jsou před námi a s nimi i mnoho adventních a vánočních (ale i „běžných“) aktivit:

- Charitativní sbírka „Krabice od bot“
- Strom splněných přání FN
- Zdravík dárce krve
- Další akce v měsících listopad a prosinec ...
- ... a ještě: Vánoční příloha!

vydání

6

LISTOPAD
2023

Minialmanach

Slovo úvodem

Je nevládné podzimní ráno. Sice už sedím v kuchyni u stolu, ale nechce se mi probudit se, nechce se mi vstát, nechce se mi nic.

Naštěstí mám svůj malý ranní rituál, který mi pomáhá začít den. Podobně jako miliony dalších miluju kávu. Silnou černou horkou kávu ve svém prasklém a otlučeném cibulákovém hrníčku (který kdysi dávno – jsa klasifikován jako druhá jakost – stál v prodejné partiového zboží celé 3 Kčs). Teprve pak může začít den.

Ráda bych do svých ranních rituálů přidala svižnou procházku parkem, pozdrav slunci, naučení se deseti anglickým slovíčkům a rozdávaní úsměvů svým bližním, ale...

Jestli ráno dělá den, mně dělá to ráno (a tím pádem i den) káva. Cítíte, jak voní? A jak chutná? Teplo se rozlévá z úst po celém těle a koutky se zvedají o pár milimetrů výš. Úsměv to ještě není, ale ranní škleb je zažehnán.

I když se můj život může zdít monotematický, nic není vzdálenější pravdě. To ranní srovnání myšlenek u kávy je rozvíčkou pro hlavu. Úprk po bytě, překonávání schodů (výtah ráno nepoužívám), cesta k tramvaji a cesta tramvají, a pak další nekonečné schody vzhůru do kabinetu. To je zas rozvíčka pro tělo. Jsem ráda, že si pak zase sednu na chvíli ke stolu a otevřu počítač. A uvařím si kávu.

Zdravotní aspekty pití kávy jsou popsány ve vědeckých statích velmi důkladně. Najdete v nich každý názor, který byste mohli nebo měli mít. Od naprostého zatracení kávy po její blahodárné účinky proti rakovině, Alzheimerovi a na mozkovou aktivitu. Asi záleží na tom, jestli badatelé zkoumající účinky kávy měli zrovna kofeinový absták či nikoliv.

My, milovníci silné černé kávy, víme své. Bez kávy není radosti na světě. A záleží nejen na tom, jakou kávu pijeme, ale i z čeho ji pijeme. Proto má každý z nás někde na světě svůj hrníček, z kterého chutná nejlépe. Chutná jako doma. Když chci s někým zajít na kávu, není to jen terminus technicus. Je to vytváření ideálních podmínek pro všechny zprávy, které mne čekají. S kávou se ten život prostě snáší o mnoho lépe a radostněji.

Jestli teď nevstanete a nepůjdete si jednu uvařit, můj dnešní fejeton nejspíš nestál za nic!

P. S. Věděli jste, že káva je ovoce? Skutečně, kávovník patří mezi ovocné stromy (respektive keře). Má podobně květy jako jasmín a kávové třešně (jak se říká plodům) zrají 7 až 12 měsíců – podle podnebí. Dají se jíst – chutnají téměř stejně jako naše třešně, jen s mírným nádechem exotiky. Jejich pecky jsou právě ta kávová zrnka.

Příjemný podzim a dobrou kávičku Vám přeje
Slávka Michálková

toto vydání

Naši žáci zlatí a stříbrní...	Str. 1
Prezentace naší školy	
O čem nám přednášeli studenti LF	Str. 2
Jak to chodí u hasičů?	
Volejbalový turnaj dívek	Str. 3
Podzimní blues...	Str. 4

Naši žáci zlatí a stříbrní na soutěži StudentLab

Dne 1. 11. 2023 proběhla soutěž laboratorních asistentů a zdravotnických laborantů Studentlab, kterou tradičně na podzim pořádá SZŠ a VOŠZ v Ústí nad Labem.

Se svými přednáškami zde vystoupilo 14 týmů ze zdravotnických škol napříč republikou a také ze Slovenska.

Plzeňskou zdravotní reprezentovaly dvě dvojice z řad našich „malých“ laborantů, a to Jakub Stejskal a Eva Chovancová s přednáškou 50 odstínů šunky, a Kristýna Hrdonková a Nella Krkošková s prezentací na téma Identifikace krevních stop luminiscenčními roztoky.

V letošním roce se nám skutečně zadařilo – vybrali jsme ty nejčestnější kovy: Eva s Jakubem byli první, Kristýna a Nella obsadily 2. místo.

Jsmo na ně hodně pyšní!

Blahopřejeme a děkujeme za vzornou reprezentaci školy!

Připravily: RNDr. Taťána Drechslerová a Ing. Jaroslava Michálková



O čem nám přednášeli studenti lékařské fakulty

V říjnu a v listopadu školního roku 2023/24 realizovali lektori z řad studentů Lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Plzni semináře na téma Sexuální výchova na SZŠ.

V každé z 10 tříd prvních ročníků proběhla výchova ve dvou vyučovacích hodinách. Při semináři se lektori dostali více tématům constant (souhlas), antikoncepční metody, správné nasazení kondomu, rychlá prezentace ohledně STDs (sexuálně přenosných chorob) a jejich prevence, základy anatomie ženské a mužské pohlavní soustavy a menstruačního cyklu.

K většině témat měli připraveny aktivity, aby školení nebylo jen formou nudné přednášky, ale aby se všichni zapojili a mohli na různá témata diskutovat.

Mgr. Martina Lisková



Prezentace naší školy

16. ročník Akademie řemesel v Rokycanech

Dne 12. 10. 2023 jsme se zúčastnily 16. ročníku výstavy škol Akademie řemesel v Rokycanech, která probíhá pod záštitou Úřadu práce České republiky – kontaktní pracoviště Rokycany a města Rokycany. Akce se uskutečnila v sále restaurace Na Střelnici. Stánky s nabídkou studia, byly rozmístěny ve vnitřních prostorách a také ve venkovní části restaurace. Účast na této akci byla velká, dle pořadatele cca. 500-600 žáků 8. a 9. tříd a hlavním cílem bylo seznámit žáky s možnostmi jejich další studia.

O prezentaci naší školy se postaraly žákyně třídy 3CPS, které se zapojily do představení naší školy – Klára Šebestová a Leona Houšková a za pedagogický sbor Mgr. Jana Bednářová a Mgr. Jitka Burešová.

Posviť si na budoucnost 2023

Ve dnech 13. a 14. 10. 2023 se konala jako každým rokem akce „Posviť si na budoucnost“ a opět v prostorách Deppa Plzeň. Oba dva dny, zde byla velmi vysoká účast, a to nejen v pátek, kdy návštěvy měly zamluvené školy v určitých časových intervalech, což bylo velmi dobře zorganizované, ale i následující den v sobotu, kdy byla akce pro děti a rodiče. O naši školu a jednotlivé obory byl velký zájem, jen určité zklamání vyjadřovali Ti, kteří měli zájem o obor Asistent zubního technika. Mnoho dětí a rodičů projevilo zájem o přípravné kurzy k přijímacím zkouškám, které naše škola pořádá.

I zde nesmíme zapomenout poděkovat našim žákům, kteří se účastnili oba dny – žáci 3APS a 3CPS – Jakub Pohl, Marie Molnářová, Lucie Vildová, Taťána Synáčková, Mikuláš Procházka, Natálie Patočková.

Za pedagogický sbor se zúčastnily Mgr. Jana Bednářová a Mgr. Jitka Burešová.

15. ročník Veletrhu perspektivy řemesel 2023 ve Stodě

Dne 24. 10. 2023 se konal 15. ročník veřejné prezentace studijních nabídek a pracovních příležitostí pro budoucí učně a středoškolské studenty pod názvem „Veletrh perspektivy řemesel 2023“, který organizuje Okresní hospodářská komora Domažlice a každoročním hostitelem je kulturní dům Stod. Cílem bylo pomoci žákům 9. ročníků s výběrem dalšího studia. I zde se akce účastnili i žáci 8. ročníků, které rozhodování bude čekat, ale již nyní se seznamovali s možnostmi dalšího studia. Žáci měli možnost se seznámit s výukovým materiálem naší školy – odborné učebnice, pomůcky pro odborné výkony.

O prezentaci naší školy se postarala žákyně 3A PS Veronika Bezděková a za pedagogický sbor Mgr. Dagmar Nováková a Mgr. Jitka Burešová.

Připravily: Mgr. Jitka Burešová, Mgr. Dagmar Nováková a Mgr. Jana Bednářová



JAK TO CHODÍ U HASIČŮ?

Dne 25. 10. 2023 jsme se s třídou 2A PS (praktická sestra) a 3. 11. 2023 s třídou 2Z DL (zdravotnické lyceum) měli možnost podívat k hasičům. Navštívili jsme hasičskou stanici Plzeň střed.

Tam se nás ujali páni hasiči Jiří Vokračka a Matěj Černý, kteří byli právě ve službě. Velice mile nás seznámili s pracovním režimem hasičů a prozradili, co kdy musí podle rozpisu provádět, když zrovna nejsou na zásahu. Udrží v pořádku pracovní vozový park, čistí auta, starají se o pořádek na své stanici, udržují si fyzickou kondici, vzdělávají se a mají mnoho dalších úkolů.

Měli jsme možnost vidět různá hasičská auta, která jsou vybavena přístroji, technikou a nádržemi s vodou. Také jsme si prohlédli hasičské obleky, které chrání hasiče před horkem a kouřem. Některé nářadí na vyprošťování raněných jsme měli možnost i potěžkat, abychom si lépe uvědomili, jak náročná práce hasičů je.

Dále jsme se zabývali problematikou ochrany člověka za mimořádných událostí, metodami vyprošťování a transportu raněných u dopravních nehod. Kromě mnoha užitečných informací, které jsme se dozvěděli, byli také samotní hasiči pro žáky vzorem zdravého životního stylu.

Za možnost návštěvy velice děkujeme.

Mgr. Kamila Blovká, Mgr. Jana Vodáková, Bc. Eliška Bláhová, odborné učitelky



NAŠE ZDRÁVKA

Volejbalový turnaj dívek

Dne 25. 11. 2023 se v hale Lokomotivy Plzeň konalo okresní kolo středních škol ve volejbalu dívek.

V letošním roce se v týmu SZŠ objevily nové posily, které začaly sbírat turnajové zkušenosti.

Celkem se turnaje zúčastnilo 11 družstev z plzeňských středních škol. Naše děvčata obsadila 9. místo.

Naši školu reprezentovaly: Klára Pacholíčková (3 ZDL), Nikola Podskalská, Markéta Lenártová (obě 2D PS), Eliška Ptáková, Pavlína Bučková, Aneta Malařová, Aneta Chmelřová a Karolína Schwarzová (všechny 3 ZDL), Ema Kučerová (2B PS), Nicoleta Shiman a Aneta Žáčková (obě 1B ZL).

Všem zúčastněným dívkám děkujeme za vzornou reprezentaci školy.

Text článku: Mgr. Martina Valachová
Foto: Mgr. Martina Valachová a zúčastněné dívky

