



ŠKOLA
PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ



Jaselský kurýr

ŠKOLNÍ
časopis ROKU

1. místo
v kategorii - střední školy v Jihomoravském kraji 2018
časopisu
Jaselský kurýr

3/2019 - 23. vydání



Obsah



Zajímavé kulturní akce v Brně na měsíc březen	3
Přehled nadcházejících školních akcí na měsíce březen a duben	4
Tvůrčí psaní studentů	6
Tipy, zajímavosti a rady při cestování	14
Cesta za vysněným titulem MDDr!	18
Zajímavý koníček – Já a box	20
Úvaha I – Síla okamžiku	21
Úvaha II – Sport v mém životě	25
Halliwickova metoda plavání	27
Zamyšlení nad nejlepší kamarádkou	29
Poznej svého učitele	30
Investigativní reportáž – Výstava TITANIC se blíží do finále	31
Vyslechni svého učitele... Tentokrát s Jitkou Vyhňákovou	33
Na slovíčko se Zdeňkem Vráblíkem	36
Školní kolekce oblečení	39
Pozvánka do divadla na měsíc březen	41
Tajemný předmět	42
Rébus	43
Kronika školy aneb co se událo ve škole za měsíc únor	45
Kde nás najdete?	59



S&M Metallica - Scream inc. & Kolínská filharmonie

V brněnském SONO Centru se 15. 3. 2019 uskuteční zajímavý koncert kyjevské hudební skupiny Scream Inc., která je oficiální tribute kapelou skupiny Metallica. Na tomto koncertě vystoupí spolu s Kolínskou filharmonií a budou navazovat na slavný koncert kapely Metallica v San Francisku se symfonickým orchestrem z roku 1999. Ceny vstupenek začínají na 390 Kč a další informace naleznete na stránkách akce <https://www.sonomusicclub.cz/event/sm-metallica-scream-inc-kolinska-filharmonie-live/>.

Peru - nej treky a incké památky

V rámci festivalu DO HOR! proběhne beseda v Klubovně Alpenverein na téma cestování po Peru - jedné z nejrozmantějších zemí Jižní Ameriky. Návštěvníci si budou moci prohlédnout fotografie a poslechnout příběhy, například o incké citadele Machu Picchu, o pláních Nasca nebo slavném městě Cusco a samozřejmě o mnoha dalších zajímavých místech v Peru. Celou přednášku povede cestovatel Dalibor Mahel a další informace naleznete na stránkách akce – <https://festivaldohor.cz/>.

Šplh na laně v Olympii 2019

Dne 30. 3. 2019 proběhne již 10. ročník tzv. Velké ceny jižní Moravy ve šplhu na laně, který se koná v nákupním centru Olympia Brno. Závodu se zúčastní česká i světová špička ve šplhu na laně. Samozřejmě se tohoto závodu může zúčastnit i kdokoliv z návštěvníků. Celý závod pořádá TJ Sokol Brno I. Více informací, včetně časového harmonogramu, naleznete na stránkách akce – <https://www.svetsplhu.cz/akce/splh-na-lane-v-olympii-2019>.

**Jarní
SRDÍČKOVÉ
DNY** pomáhají vážně
nemocným dětem
v celé ČR

**Jak můžete Adámkovi a dalším
vážně nemocným dětem pomoci?**
Kupte si oblíbenou magnetku nebo
magnetický kolíček na ledničku. Přispějete
tím na nezbytné rehabilitace, zdravotní
pomůcky nebo ozdravné pobyty.

Srdečně Vám děkujeme
za pomoc.

Příběh Adámka
Malý Adámek vypadal tři měsíce jako úplně
zdravé miminko, ale najednou se přestal vyvíjet.
Nepásl koníčky, neotáčel se, ani nezvedal nožky.
Po dlouhých vyšetřeních se rodiče dozvěděli, že
jejich syn trpí spinální muskulární atrofií typu I.
Jde o progresivní svalové onemocnění výrazně
zkracující život, při kterém dochází k úbytku
svalové hmoty. Takto nemocné děti potřebují
mnoho různých pomůcek, které jim
pomáhají v pohybu. Mnohé z nich
však zdravotní pojišťovny hradí
jen částečně.

magnetka
30,-

kolíčky
30,-

ŽIVOT DĚTEM

Pořadatel: Život dětem, o.p.s.,
Lindnerova 6, 180 00 Praha, IČO: 70105031,
tel.: 284 840 516, e-mail: zivotdetem@zivotdetem.cz
číslo účtu: 83 29 73 39/0800
www.zivotdetem.cz
Sledujte na Twitteru, kde Vaše příspěvky pomáhají
[www.twitter.com/ZivotDetem](https://twitter.com/ZivotDetem)
Veřejná sbírka povolena Magistrátem hlavního města Praha č.j. S-MHMP/988162/2014. Mediální spolupráce: WWW.RAWEN.NET

Březnová sbírka se koná ve dnech 25. – 29.3.2019

Děkujeme všem laskavým dárcům za pomoc a podporu vážně nemocných dětí.

organizátorka akce: Mgr. Dana Hauserová

VELIKONOČNÍ TVOŘENÍ

Zveme Vás na výtvarnou dílnu,
která se bude konat

4. 4. 2019 v učebně č. 26
od 14:10 těší se na Vás

Mgr. Eva Matějková, Ph.D
a Mgr. Veronika Bartošková





Na začátek upozorňuji, že tato povídka má v některých částech erotický podtext. Pokud Vás to pohoršuje, nemusíte povídku číst.

„Ahoj zlato, jsem doma,“ zavolám ode dveří. Pověsím si kabát na věšák a boty uklidím do botníku. Z kuchyně se line vůně pečeného masa a něčeho čokoládového.

„Ahoj,“ zazní odpověď mé přítelkyně a hlavou vykoukne z kuchyně.

„Co to bude dobrého?“ zeptám se a políbím ji na přivítanou.

„Nech se překvapit,“ vystrčí mě z kuchyně. „Pusť si nějaký hezký film a počkej si, dokud tě nezavolám.“

Sednu si tedy v obýváku na gauč a pustím si televizi. Běží tam můj oblíbený sitcom Průměrnáková. Chvilí pozoruji díly, které už jsem viděla, ale přesto jsou stále vtipné.

„Klári, už můžeš,“ ozve se z kuchyně, tak se zvednu a vydám se tam. Zastavím se ale hned mezi dveřmi, protože tato scénérie je jako vystřižená z romantického filmu. Na stole jsou talířky s naservírovaným masem a hranolky. Vedle stojí skleničky naplněné šampaňským a po jídelně jsou rozmístěné svíčky. „Jani, to-to je nádhera,“ usměju se na ni a při objetí ji políbím na tvář. Odsune mi židli a nechá mě sednout. Sama obejde stůl a sedne si.

„Tak dobrou chuť,“ usměju se a dám se do jídla. Můj bože, to je tak dobré. „Zlato, to je fakt vynikající.“ Nešetřím chválou, protože to maso je fakt skvělé.

„Už nemůžu,“ opřu se o opěradlo židle a neubráním se úsměvu.

„Ale ještě bude dezert,“ zvedne se Janča a položí přede mě něco v mističce.

„A copak to je?“ zeptám se a prohlížím si to ze všech možných úhlů.

„Čokoládovo-karamelové soufflé,“ uculí se a posadí se zpět.

„Ty jsi fakt láska,“ pošlu jí úsměv a kousek ochutnám. „Tohle by mělo být protizákonný.“

„Co přesně?“ neubrání se úsměvu a svůdně si dá kousek dezertu do pusy.

„Ty celá. Prefektně vaříš, pečeš a všechno. Všechno.“

„Ale jdi ty,“ zčervená a pokračuje v jídle.

Po jídle a spoustě lichotek jak z mé, tak její strany jsem vytáhla obálku.

„Krásný výročí,“ podám jí tu obálku a čekám na reakci.

„Co to je?“ zeptá se a zkouší zablédnout obsah přes plamen svíčky. Musím se usmát, protože jsem tam schválně dala papír, aby to nebylo vidět skrz světlo. Když vyndala dva lístky, na moment ustala v pohybu. „To ne, ne!“ koukne na mě a já jen přikývnu. „Hezký výročí.“

Zvedne se, dojde ke mně a sedne mi na klín. „A pak že já jsem úžasná,“ vlepi mi polibek a obejmě mě. „Co jít do ložnice?“ usměje se a zaplete mi prsty do vlasů.

„Tam taky bude nějaký překvapení?“ usměju se, ale bez dalšího komentáře se tam nechám zatáhnout.

„Klári, taxík stojí před domem,“ zavolá na mě Jana z chodby.

„Už běžím,“ odpovím. Vezmu si ještě pár věcí do kabelky a vycházím na chodbu, kde si obouvám balerínky, a vybíhám z domu. Nasednu do taxíku a připoutám se pásy.

„Na letiště?“ zeptá se řidič. Vyprsknu smíchy stejně jako Janča. Nebylo by špatné říct řidiči taxíku, kam chcete jet.

„Tohle je snad ráj na zemi,“ řekne Jana a natáhne se na ručník. Jedeme k moři a ona se bude opalovat. To mohla u našich na zahradě. Zasměju se své myšlence a vběhnu do moře. Ze začátku je voda studená, ale po pár tempech se stane příjemně chladivou.

Plavu ve vodě ještě dalších patnáct minut, ale potom vylezu a přidám se k mé drahé polovičce. Ovšem nebyla bych to já, abych jí něco neprovedla. Vezmu culík a vyždímám jí ho ...na břicho. Za tu sirénu, co se ozve, se nemusí stydět ani hasičská siréna. Se smíchem si lehnu vedle ní a snažím se ji udobřit polibky.

„To byla jen sranda,“ obhajuju své konání mezi tím, co ji pusinkuju na břicho.

„Pěkně pitomá sranda,“ zkrříží ruce na prsou. „Vždyť jsem mohla dostat infarkt.“

„V pětadvaceti letech? Nepovídej.“ Opět neudržím smích a odměnou mi je uštědřený políček.

„Vždyť jsi zdravotní sestra, tohle bys měla vědět,“ nedá mi to a stále ji provokuju. Ona je tak roztomilá, když se vzteká.

Uraženě se otočí tváří ode mě a na jakékoliv oslovení nereaguje. Zvednu se a odcházím na záchod.

„Kam jdeš?“ volá za mnou.

„Na záchod, neboj,“ zavolám na ni zpátky. To jí to moc dlouho nevydrželo. Směju se pro sebe. Cestou ze záchodu se ještě stavím pro zmrzlinu a vyrážím na deku. Ovšem výjev, který se tou dobou odehrával na dece, se mi ani trochu nelíbí. Janča se baví s nějakou blondýnkou v našich letech.

Dojdu k nim a podám Janě zmrzlinu se slovy: „Koupila jsem ti zmrzlinu, zlato.“

Sednu si za ni a políbím ji na rameno. Ta ženská se mi nelíbí.

„Klári, tohle je Lucka,“ ukáže na tu holku. „Luci, tohle je Klárka,“ ukáže pro změnu na mě.

„Její přítelkyně, vid?“ ozvu se. A přijmu Lucčinu podanou ruku.

„Samozřejmě,“ zasměje se Janča a vtiskne mi polibek na rty. „Představ si, že Lucka je tu taky na dovolené se svým přítelem. A taky ji dostala k výročí,“ oznámila mi nadšeně.

„To je super náhoda, ne?“ usměju se a v duchu si napůl oddechnu.

„Jo,“ promluví poprvé od mého příchodu Lucie.

„A kde je?“ zeptám se. Mohl by si ji totiž odvést.

„Šel plavat,“ ukáže do moře a vrátí se k nějakému rozhovoru s Jančou.

Lížu svou zmrzlinu a snažím se přemýšlet nad vším možným, jen ne nad Lucií. Tok myšlenek se mi ovšem zastaví, když uvidím jednu určitou osobu, o které jsem doufala, že už ji v životě neuvidím.

„Ahoj zlato,“ řekne příchozí a pohladí Lucku po vlasech. „Seznámíš nás?“ Přejede nás pohledem a při pohledu na mě ztuhne, jako kdyby viděl ducha.

„Jasně,“ usměje se. „Tohle je Janča a její přítelkyně Klára.“

Automaticky jsem natáhla ruku. Doufám, že nebude proti, když budeme dělat, že se neznáme, ale budeme si muset promluvit.

„Ahoj, jsem Dan,“ přijme jak moji, tak Jančinu ruku. Super, alespoň tohle chápe.

„Nepůjdeme si zaplavat?“ navrhně moje rudovláška, ale já pořád nemůžu odlepit oči od Daniela.

„Jo,“ odpoví okamžitě blondátá Lucka.

„Vlastně, p-proč ne, že?“ Přejedu obě pohledem, a na Dana už se nepodívám.

Abyste pochopili, Dan je můj bývalý manžel. Jo, bylo to manželství z lásky a kdoví z čeho, no, ale vzali jsme se a mně bylo dvacet a jemu dvacet tři. Po čtyřech letech, kdy všechno normálně fungovalo, jsem ho podvedla s holkou. Ne s Jančou, byla to nějaká náhodná holka na jedné párty, ale on si to nechtěl nechat vysvětlit. Odstěhoval se ode mě a za týden mi přišla žádost o rozvod. Zkoušela jsem ho kontaktovat, ale on mě úplně ignoroval. Neodpovídal na esemesky, hovory nechával padat do schránky a tak podobně. Viděli jsme se až u soudu. Byla jsem ráda, že mě naši donutili do předmanželské smlouvy, protože já jakožto studující člověk jsem do manželství nic moc nepřinesla a beze smlouvy bych byla na mizině. Zůstal mi hezký byt v centru Brna.

Tak, to je ve zkratce, odkud znám Daniela.

„Jdem,“ zvedne se Dan a podá ruku nejprve Lucce, potom pomůže i Janči. Jeho ruka se objeví i přede mnou. Na moment se zamyslím, ale děláme, že se neznáme, tak co. Přijmu jeho ruku a nechám ho pomoci mi se zvednout.

Všichni čtyři vyrazíme k vodě. Já s Danem tam skočíme hned, ale holky se nejprve otuží, než skočí za námi.

Když jsou holky dostatečně utahané, vylezou z vody s tím, že se jdou zase opalovat.

„Zaplaveme si k bojkám?“ zeptá se mě Daniel. Upřímně, vůbec nevím. „Prosím.“ Koukne na mě s prosbou v očích, tak jsem souhlasila.

Plavali jsme mlčky. U bojk jsme si dali přestávku a zapředli jsme konverzaci.

„Jak se ti vede?“ zeptá se mě.

„Jo, celkem dobře. V bytě jsme s Jančou vymalovaly...“ odpovím neutrálně.

„Klári, já...já bych se ti chtěl omluvit,“ spojí naše pohledy.

„Dobře, omluva se přijímá,“ kývnu a začnu plavat zpátky.

„Ne, počkej. Prosím.“ Zastavím se tedy a otočím se na něj. „Co chceš víc slyšet?“

„Já asi ani nevím, ale tohle mi přijde jako nějaký znamení. Jak jsme se mohli sejít na stejném místě ve stejném čase?“

„Tak to doopravdy nevím, ale už je to dlouho, Dane. Už to nech být,“ začnu znovu plavat ke břehu a ignoruju jeho volání. Za moment se ale objeví vedle mě a znovu se pokouší o navázání konverzace.

„Tehdy jsem byl v šoku. Nikdy v životě by mě nic takovýho nenapadlo, že se to může stát zrovna mně. Hned jsem smazal tvoje číslo a tvoje zprávy jsem si nečetl a záznamník neposlouchal. Hned ten den jsem šel do bordelu, což mi potom vůči tobě přišlo nefér, tak jsem požádal o rozvod. Vpodstatě jsem pak byl naštvanej víc na sebe než na tebe.“ Na moment se odmlčí a koukne na mě. Potopím si hlavu pod vodu, protože mi po tváři začne stékat slza. Když se vynořím, on pokračuje v monologu.

„Chtěl bych, teda chtěl bych tě poprosit... Jestli bychom nemohli být alespoň kamarádi. Lucka s Jančou si celkem rozumí a byl bych nerad, aby mezi námi byly rozbroje.“

Vylezu na pláž, kde se mi písek lepí na nohy. Dojdu k Janči a vtisknu jí ihned polibek. Potřebuju nějakou psychickou podporu.

V polovině odpoledne se sbalíme a jdeme na hotel. Lucka s Danem nemají jen společnou cestu, ale i stejný hotel.

Na recepci jsme se rozloučili a rozešli se do svých pokojů.

„Ten Dan, neznáte se odněkud?“ zeptá se mě Janča cestou na pokoj.

„Ne,“ odpovím okamžitě.

„Aha, jen mi to tak přišlo,“ zamumlá a otevře dveře.

„A co si tu dovolenou trochu víc užít?“ zeptám se a zamknu dveře.

„Co přesně tím myslíš?“ objeví se jí v očích malé otazníčky, které ovšem hned zmizí, jakmile se setkají s mým pohledem.

„Už chápu.“ Dojdu k ní a začneme se zuřivě a agresivně líbat a svlékat.

.....
Večer vynecháváme večeri, kterou si necháme zanést nahoru do pokoje, z něhož vycházíme až v devět večer. Janča se totiž tady chtěla podívat na jednu párty.

Dojdeme tam, no a co byste čekali, vypadá to jako normální párty u nás, jen se tu hrají známější písničky, protože jde o mezinárodní hotel.

Od někoho okamžitě dostáváme welcome drink, asi mojito, a rozdělujeme se. Já jdu najít volný stůl a Janča jde hned do víru tance. Proplétám se hromadou lidí a hledám stůl. Bohužel jsme dorazily pozdě a žádný nezbyl. Rozhlédnu se masou lidí a hledám dlouhé rudé vlasy své přítelkyně. Nakonec ji spatřím uprostřed tanečního parketu. Probojuju se masou těl až k ní. Okamžitě se mi vrhla kolem krku a začala mě vášnivě líbat. Copak bych mohla odolat něčemu tak roztomilému a úžasnému, jako je ona? Chvilí se tam po sobě plazíme uprostřed parketu, potom jí oznámím, že jsem žádný stůl nenašla. Chytne mě za ruku a táhne ke stolům. Znovu jsme se rozhlédly, tentokrát obě. Za moment Janča nadšeně vypískla a ukazuje někam. Když

se tam kouknu, uvidím Dana s Luckou. Zatvářím se nadšeně, ale, upřímně, moc se mi tam nechce.

„Ahoj, co vy tady?“ zeptá se Janča, když dojdeme k jejich stolu.

„Ahoj,“ odpoví pohotově Lucka a obejmě Janču. Moc se mi to nelíbí, ale nemůžu nic říct, taky se objímám s kamarádkami. „Přišli jsme se pobavit,“ dopoví při objetí a sedne si zpátky k Danovi, který jen mávne na pozdrav. Oplatím mu mávnutí.

„Nemáte tu volno?“ zeptám se, když se nikdo k ničemu nemá.

„Jasně,“ odpoví Lucie a ukáže na volná místa naproti nim.

S Jančou si sedneme a začneme si nenuceně povídat.

Po půl hodině se Janča s Luckou rozhodnou, že si půjdou zatancovat, a přemlouvají mě, abych šla s nimi. Vymluvím se na to, že je tu moc velký hluk, a jdu se projít ven.

Procházím se po pobřeží a přemýšlím nad tím, kdo mi asi zajistil takový osud. Bůh, Alláh, Ódin, Zeus nebo kdo? Protože ten někdo fakt musel mít smysl pro humor.

Z myšlenek mě vytrhne hlas, který znenadání zazní vedle mě: „Věděl jsem, že tady budeš.“

To je Dan, oddechnu si a uklidním se z počátečního leknutí.

„Jak jsi to věděl?“ zeptám se, a aniž bych k němu otočila hlavu, jdu dál.

„Nikdy jsi nebyla na hlasitou hudbu a hromadu lidí,“ odpoví. „Vzpomínáš si na narozeniny mé babičky?“

To mě rozesměje. Tenkrát tam hrála nějaká kapela, která měla špatně nastavené ozvučení, a řvalo to na celý sál. Nedalo se tam být a hudbě ani nebylo rozumět.

„Ale to tam nechtěl být nikdo,“ podám se smíchem svou obhajobu.

„Jo, ale ty jsi bábí popřála, snědla jsi večeři, a když začali hrát, tak jsi zmizela a nikdo tě za celý večer neviděl. Nemohli jsme tě najít.“

Smějeme se na celé kolo a vytahujeme hezké vzpomínky z našeho vztahu a později manželství. To, jak jsem před hlasitou hudbou utekla na svatbě, ani jeden z nás nezmínil.

„Budme přátelé,“ začne najednou znovu o tématu, které se řešilo při odpoledním plavání.

„Přemýšlela jsem o tom,“ přiznám, „a myslím si, že bychom mohli být.“ Usměju se na něj a on mi pošle svůj úsměv. Díky tomuhle jsem si vzpomněla, čím mě okouznil na prvním rande. Ten úsměv byl tak sladký a ty jeho uhrančivé modré oči mě chytily a nepustily. Podobně jako teď. Probudil mě jeho letmý dotek na rameni. Obejmeme se a pokračujeme v cestě jako staří přátelé. Povídáme si o všem možném, co se nám stalo během těch pěti let, co jsme se neviděli, a podobně. Hrozně jsme se nasmáli, když jsme navzájem povídali o našich všemožných úletech.

Když nás naše cesta dovede zpět do hotelu, vracím se na párty. Janča už je v mírně podnapilém stavu. O Lucce se však to stejné říct nedá.

„Pojď na panáka,“ ozve se Dan. Chvilí protestuji, ale když se mi Lucie zaručí, že to moje rudovlasý třeštidlo pohlídá, tak souhlasím.

Nevím, co to tu mají za alkohol, ale po pár panáčích už se mi motá hlava. Nejdřív byl jeden usmiřovací, pak na náhodu, že jsme se tu potkali, další na znovuoobnovené přátelství a takhle můžu jmenovat dál a dál. Danny si vždy našel nějakou záminku. Jo, vrátila jsem mu starou přezdívku, kterou měl v našem vztahu.

Najednou mám šílenou chuť jít tancovat. Chytnu Dannyho za ruku a táhnu ho na střed parketu. Všemožně se tam kroutím, jak okolo svého tanečníka, tak všech dalších lidí okolo, bez ohledu na pohlaví.

„Klári, Klári,“ slyším, jak mě někdo volá. Najednou mě chytne za ruku a táhne k baru.

Je to Dan, kdo jinej taky, že jo.

„Kde je Janča?“ zeptám se a mám problém, abych neuhlala jak nějaký ožrala.

„Už byla unavená, tak ji Lucka doprovodila na pokoj,“ odpoví mi. Jen přikývnu a sednu si na barovou židli. Danny sedí hned vedle mě a něco mi říká.

„Daníku, já už jsem taky unavená,“ řeknu a položím si hlavu na bar.

„To už chceš jít spinkat?“ zeptá se mě šišlavě Dan. Přikývnu, ale ležím dál.

„Tak to ale budeš muset dojít k výtahu,“ oznámí mi a stoupne si. Protestuju všemi možnými způsoby. Navrhla jsem, že by mě mohl i odnést, ale všechno je marné. Tak se tedy zvednu a vydám se k výtahu. Vejdeme dovnitř a Dan zmáčkne nějaký čudlík, který se následně rozsvítí. Najednou mi hlavou bleskne nápad, který se jeví jako naprosto geniální a nemůže dopadnout špatně.

Pověsím se Danovi kolem krku a začnu ho líbat. On nejprve protestuje, něco ve smyslu, že bychom neměli a tak, ale nakonec se nechá strhnout a zuřivě se líbáme ve výtahu.

Když výtah cinkne a oznámí moje patro, jen zavrčí a mačká něco jiného. Celou tu dobu, co mě líbá, si jeho ruce znovu mapují moje tělo od krku po stehna. Když se ozve druhé cinknutí, vylezeme z výtahu a doslova utíkáme k jeho pokoji, kde mě povalí na postel a rozvede do detailů předchozí činnost z výtahu.

Po probuzení mi ani není blbě, ale vybavuju si, co se včera (možná i dneska) dělo. Byla to nádherná noc a upřímně jí nelituju. Víím, že to není vůči Janě fér, ale tohle byl fakt hodně dobrej sex. A navíc po dlouhý době, s jiným pohlavím.

Chvilí pozoruju Dana, jak oddechuje, a vzpomínám na to, jak jsme spolu usínali a probouzeli se v objetí.

Když se probudí i on, dostane polibek na dobré ráno a moje hlava spočine na jeho hrudníku.

„Dobrý ráno,“ zamumlá ochraptěle a pohladí mě po vlasech.

„Dobré,“ odpovím a maluju si všemožné obrazce na jeho břicho.

„Dnešní noc byla ...“ Nestihne dopovědět, neboť mu na rty položím prst, a když jej oddělám, vlepím mu další polibek.

Bez dalších řečí se oblékneme a jdeme do mého pokoje. Tam na nás ale čeká překvapení.

V mé posteli leží nahá Lucka, která drží v objetí Janču, a peřinu mají přehozenou pouze přes intimní partie.

„Tak tohle jsem nečekal,“ prolomí vzniklé ticho Dan a koukne na mě.

„Tomuhle se říká nevěra v kubánském stylu,“ uchechtnu se a vyjdu na chodbu.

Sedíme tam, dokud se oblečená Lucka nevyplíží ze dveří.

„Jdeš někam?“ zeptám se. Ne nijak jízlivě, jen ze zvědavosti.

MLčí a její pohled kmitá z Dana na mě a zpátky.

„Janča je vzhůru?“ položím další otázku.

Přikývne a stojí na místě.

„Tak to si jdeme promluvit,“ řekne Dan a zvedne se z křesílka. „Všichni.“

Obě jej následujeme do našeho pokoje, přičemž já vstupuji první a nakonec vstoupila Lucka.

„Dobré ráno,“ pozdravila jsem Janču, která seděla na posteli a konsternovaně na nás hleděla.

„Klári, já-já...“ začne vzlykat rudovláska. Okamžitě se vedle ní posadím, obejmu ji kolem ramen a začnu ji utěšovat: „Ššš, neplač. My ti s Danem taky musíme něco vysvětlit.“

„Vám oběma,“ doplní Danny a koukne na Lucku.

„Takže vy jste byli manželé?“ zeptá se Lucka už asi potřetí.

„Jo,“ přikývneme a čekáme na další reakci.

„A vyspali jste se spolu,“ pronese další fakt Janča.

Opět souhlasné přikývnutí.

„No, ty vole,“ koukne Janča na Lucku a ta jen přikývne.

Netroufám si říct, že to chápu, ale musí to být celkem šok. Pro obě.

„Přemýšleli jsme o tom,“ začal mluvit Dan, „a pochopíme, když už s náma nebudete chtít být.“

Bylo ticho. Ale ne trapné, spíš takové tíživé a otravné. Nikdo se ho neopovážil přerušit.

Všichni čtyři jsme mlčky sešli na snídani a stejně mlčky se i najedli. Nakonec mi to nedalo a musela jsem ze sebe ventilovat pocity.

„Jani, není to, už bych tě nemilovala, ale ty víš, že nejsem lesba, a tohle už jsem upřímně potřebovala. Pořád tě miluju a chtěla bych s tebou trávit všechn svůj čas,“ zakončím a dál se věnuju snídani.

„Co kdybychom uzavřeli takovou dohodu?“ ozve se znenadání Dan.

Všechny na něj pohlédneme s otazníky v očích.

„No, upřímně, taky nejsem zrovna dvakrát věrný chlap, ale vás dvě,“ ukáže na mě a na Lucku,

„jsem doteď nepodvedl, protože jste pro mě výjimečný. Myslím, že by nebyl špatný nápad, kdybychom na tohle ne úplně zapomněli, ale pozapomněli a využili to v náš prospěch.“

„To nedává smysl,“ kouknu na něj.

„Ale jo, dává,“ odmlčí se a pokračuje v myšlence. „Když ty jsi bi a Lucka je očividně taky bi, tak každá potřebujete obě pohlaví. Já nehodlám žít s tím pocitem, že moje přítelkyně někde ojíždí

nějakou holku, kterou ani neznám, a Jani, nevím, jak ty, ale myslím si, že tobě by to bylo asi stejně nepříjemné.” Oslovená přikývne.

„No, a proto mě napadlo, že když by na vás přišla ta chuť na jiné pohlaví, tak Klára by zašla za mnou a Lucka za Jančou.”

U stolu se opět rozhostí ticho, ale pro změnu zahloubané.

„Já si myslím, že to není špatný nápad,” ozve se Lucka a já jí musím dát za pravdu. Pro nás obě je to výhodnější.

„Já nevím,” váhá Janča.

„Nikdo tě do toho nebude nutit,” řeknu a obejmu ji kolem ramen.

„I když, ona občas změna neuškodí,” usměje se nakonec.

A tak se smíchem dojíme a z nás všech jsou teď nejlepší přátelé... s výhodami.



4 nejkrásnější přírodní zázraky ČR

Naše malá země ukrývá řadu přírodních krás a ponouká nás k průzkumnickým výletům. Dnes bychom Vám rády představily ty, které rozhodně stojí za navštívení.

STEPNÍ KRAJINA NA VYSOČINĚ

Nemusíte jezdit do Afriky, malé safari se totiž nachází i u nás na Vysočině v okrese Třebíč. Mohelenská hadcová step je národní přírodní rezervace tyčící se nad meandrem řeky Jihlavy nazývaným „Čertův ocas“. V národní přírodní rezervaci se daří teplomilným trávníkům a hadcovým borům. Hadec neboli serpentinit je silně bazická tmavozelená či černozeleňá hornina dobře akumulující teplo. Hadcové půdy jsou bohaté na hořčík, ale velmi

chudé na živiny. V kombinaci s nedostatkem srážek má tento substrát nepříznivé účinky na mnoho druhů rostlin a způsobuje například nanismus. Na území stepi se nachází kriticky ohrožená podmrška hadcová, sleziník nepravý a ze živočichů kudlanka nábožná, ploskoroh pestrý a ještěrka zelená. Bylo zde také zjištěno 91 ze 107 střeoevropských druhů mravenců.



NEJVYŠŠÍ VODOPÁD

Pančavský vodopád se nachází v obci Špindlerův Mlýn v Královéhradeckém kraji. Jedná se o nejvyšší vodopád v Česku. Vodopád vytváří potok Pančava (pravostranný přítok Labe). Celé kaskády měří asi 250 metrů. Pokud se půjdete podívat na prameny Labe po červené turistické značce z Bedřichova přes Labskou boudu, dojdete k vodopádu z vrchu a podíváte se také i z Ambrožovy

vyhlídky na Labský důl, Kozí hřbety a Lysou horu. Přístup k vodopádu je omezený, neboť se nachází v I. zóně KRNAP. Nejvydatnější je při jarním tání sněhu, což je obvykle konec dubna až začátek května. Z hlediska morfologie se jedná o vodopád nepravý, víceúťňový a víceraenný a z hlediska genetiky je charakterizován jako přírodní, konsekvěnní a karový. Geologickým podloží je žula.



BAHENNÍ MOFETY (Malý český Yellowstone)

V Kamenných vrších poblíž Františkových Lázní je zajímavá národní přírodní rezervace (vyhlášená v roce 1964) nazvaná poněkud neobvykle - SOOS. Na ploše 221 hektarů můžete obdivovat rozsáhlá rašeliniště a minerální slatiniště. Dříve se tu těžil i jíl a vozil se na vagóncích úzkorozchodné železnice.

Nejzajímavější atrakcí jsou však bublající bahenní sopky, tzv. mofety. Kdysi se zde rozkládalo velké slané jezero. Na jeho dně se usadila téměř sedmimetrová

vrstva křemeliny, tzv. křemelinový štít - jsou to pozůstatky řas a rozsivek, které tu žily v minulosti. Nyní je zde pozůstatek vulkanické činnosti v podobě unikátních tzv. mofet, ze kterých vybublává kysličník uhličitý. Po dně vyschlého jezera, právě kolem zmíněných mofet, vede téměř kilometr a půl dlouhá naučná stezka, která připomíná geologickou minulost a aktivitu této oblasti. Zvláště za deštivého počasí se naskýtá pěkný pohled na bublající bahenní sopky.



LEDOVCOVÁ JEZERA NA ŠUMAVĚ

Četné ledovce, pokrývající na konci třetihor šumavská úbočí, před sebou hrnuly do údolí kámen a štěrky. Tím se vytvořily tzv. morény, hráze, které zadržely vodu z tajícího ledu, čímž vznikla šumavská ledovcová jezera.

Černé jezero – největší a nejhlubší šumavské jezero. Zřejmě vzhledem ke své černé barvě vody, vznikající odrazem okolních hustých lesů, dostalo i svůj název. Voda z jezera pohání turbínu hydroelektrárny v Hamrech. Kvůli provozu elektrárny, vybudované v roce 1929, byla hráz jezera uměle zvýšena a zpevněna. K jezeru se dostanete od Špičáckého sedla u Železné Rudy.

Čertovo jezero – dvojče již zmiňovaného jezera a také druhé největší na Šumavě. Zajímavostí je, že mezi Čertovým a nedalekým Černým jezerem probíhá po hřebeni Jezerní hory hranice hlavního evropského rozvodí.

Jezero Laka – nejvýše položené a zároveň nejmenší jezero na české

straně Šumavy. Maximální hloubka je 3 m. Na hladině jsou k vidění plovoucí rašelinové ostrůvky. Přístup od Nové Hůrky.

Prášilské jezero – nadm. výška 1 080 m, plocha 3,91 ha, maximální hloubka dosahuje 15 m. Hráz jezera byla v minulosti zvýšena kvůli plavení dřeva a později v roce 1927 zde byl vybudován pomník Ottokara Kareise - studenta, který se zde utopil. Prášilské jezero spadá do povodí Otavy (Prášilský potok - Křemelná - Otava). Pod jezerem se nachází tzv. Stará jímka, bažinatá kotlina, pozůstatky dnes již zarostlého jezera..

Rohlské jezero (Rachelsee) – jezero v NP Bavorský les. Přístup je možný eko-autobusem z bavorského Spiegelau.

Velké Javorské jezero (Großer Arbersee) velmi frekventovaný turistický cíl, a to půjčovna loděk a přímo na břehu velkokapacitní restaurace. Přístup ze silnice Bayerische Eisenstein – Zwiesel.





Krásný den všem! Měsíc utekl jako voda a já jsem tady s druhým dílem CESTA ZA VYSNĚNÝM TITULEM MDDr. :) V tomto díle si povíme hlavně o tom, jak si po domácku zuby NEBĚLIT, a rozhodla jsem se, že udělám speciál ohledně slibované fyziky až v příštím díle.

Ptáte se, co mám tím nebělením na mysli? Hned Vám to povím... Vždycky jsem chtěla mít takový ten krásný, zdravý úsměv, zkrátka zuby jako perličky, jeden vedle druhého, ale...! Vyzkoušela jsem toho už hodně, jak po domácku, tak od dentálních hygienistek anebo také z milovaných drogerií.

Takže vezmeme to popořadě. :)

1. JEDLOU SODOU

Nevím, jestli to znáte, ale je to to nejhorší, co můžete udělat, protože jedlá soda obsahuje hydrogenuhličitan vápenatý, který je velmi abrazivní = brusný, takže obrušuje zubní sklovinu. Co si pamatovat: soda nebělí, ale POŠKOZUJE !!!!

2. KOKOSOVÝM OLEJEM

Asi spousta z nás má doma tento olej, který lze použít snad úplně na všechno. :D Ale věřte mi, NEFUNGUJE TO... :(Radši si ho dávejte na vlasy než na zuby, protože nebělí, způsobí Vám možná žaludeční problémy, když to hodně přezene.

3. BĚLICÍMI PASTAMI

Tento bod bude asi nejvíce sporný... Vyzkoušela jsem pasty od těch nejlevnějších po nejdražší a závěr? Zase nic. :(Pasty většinou nebělí vůbec a některé jen málokdy, ale rozhodně nebělí o několik odstínů, jak je na obalech uvedeno. Jediná pasta, kterou bych „pochválila“, je od značky Colgate= Max White One. Musím říct, že dlouhodobé používání pasty opravdu něco „dělá“, ale samozřejmě to nejsou nějaké velké skoky... Vidět to určitě je, ale ne tak, jak od zubní hygienistky.



4. ZUBNÍ HYGIENISTKA, LÉKAŘ

Samozřejmě pokud někdo chce krásné bílé zuby, jako má například paní Borhyová, tak se bez pomoci zdravotníků neobejde. Musíme si přiznat, že jakýkoli zásah, tím v tuto chvíli myslím bělení, zubům prostě škodí. Lékař nebo hygienistka Vám doporučí DOMÁCÍ BĚLENÍ (takové ty pásky, co si nalepíte na zuby) anebo bělení přímo v ordinaci. Obě varianty nejsou levnou záležitostí, kdybyste se rozhodli, tak musíte rozbít prasátko a nachystat si minimálně 5000 Kč. Tyto metody ovšem stojí za to! :)

5. DROGERIE

V drogeriích najdeme jak bělicí pudry, pasty nebo takové ty olejčky a pásky, nebo také bělicí pera. Hned na všechno, co jsem vyjmenovala, rychle zapomeneme. Já tomu říkám předražená sranda, věřte mi....

Takže závěrem Vám musím říct a nabádat Vás, pokud chcete zuby jako tady na fotce, určitě se svěřte do rukou zkušených lékařů a hygienistek! :)

PS: V příštím díle bude samá fyzika a rady, jak fyziku na přijímačkách zvládnout. :)

Mějte se krásně, Vaše zatím nadšená V.!





Do boxu jsem začala chodit na konci roku 2015 se svým kamarádem a spolužákem ze základní školy. Ten už dělal box dřív, a tak mě donutil to zkusit.

Zprvu se mi tam vůbec nechtělo. Myslela jsem si, že se mi budou smát, protože jsem byla malá a baculatá holka. Nakonec jsem se nechala přemluvit a šla tam. Musím říct, že to bylo jedno z mých nejlepších rozhodnutí.

Chodilo nás tam deset. Ze začátku jsem tam byla jediná holka, ale potom už jsme tam byly tři. Byli tam s námi i kluci, kteří jezdili na soutěže s naším trenérem. Já osobně jsem nikdy na soutěži nebyla, vždy jsem se bála.

Boxeři se normálně rozdělují podle věku a váhy, my jsme ale trénovali všichni dohromady. Jediné, co jsem si musela opatřit, byl chránič na zuby a bandáže. Švihadlo a rukavice mi půjčil náš trenér Šimon.

Trénink byl rozdělen na čtyři části: rozcvička, posilování, sparing a techniky úderů a meditace. Rozcvička byla většinou formou protahování a skoků přes švihadlo. Jak bylo zmíněno, tak další část byla posilovací. Byla složena z různých

posilovacích cviků (nečekaně), jako jsou kliky, sedy-lehy, shyby a tak podobně.

Následoval sparing, při kterém jsme si procvičovali už naučené techniky a samozřejmě přidávali i nové. Trénink jsme zakončili klasickým protažením a meditací. Ta trvala asi 15 minut a spočívala v uvolnění. Náš trenér nám do toho občas řekl něco o tom uvolnění, ale většinou bylo ticho.

V tomto duchu probíhal trénink dvakrát týdně v úterý a ve čtvrtek od pěti do osmi hodin. Ze začátku to bylo hodně fyzicky náročné, teda aspoň pro mě, ale postupně to bylo lepší a lepší a měla jsem ze sebe dobrý pocit.

Mými největšími vzory jsou Lucie Pudilová a Conor McGregor.

Lucie je česká bojovnice smíšených bojových umění a je jí 24 let. Je to šampionka organizace GCF v bantamové váze (56-61 kg). Od roku 2017 bojuje jako první Češka v nejprestižnější organizaci UFC.

Conor je také bojovník smíšených bojových umění. Je mu 30 let a pochází z Irska. Je to, nyní už bývalý, šampion UFC v lehké (65-70 kg) a pérové váze (61-65 kg).



Jak se říká: „Sportem k trvalé invaliditě“. Já jsem toho bohužel příkladem. Už od malička jsem byla sportovně nadaná a ráda jsem tancovala. Ve třetí třídě jsem začala chodit do sportovního neboli závodního aerobiku. Na konci závodní sezony jsem vyzkoušela soutěž jednotlivců a vyhrála jsem 2. místo. Bylo to neuvěřitelné. Neskutečně mě to nakoplo a já věděla, že v tom chci pokračovat dál. Každý rok jsme vytvářeli nové choreografie, se kterými jsme objeli spoustu soutěží. Velmi mě to bavilo, byla to moje druhá „rodina“. Byla to krásná kapitola mého života, kterou jsem musela ukončit zhruba po 6 letech kvůli stěhování. Ovšem doufám, že se k tomu jednou vrátím.

Během toho jsem také posilovala. Chodila jsem na tabatu a cardio, což je posilování všech svalů těla a zlepšení fyziky. Ve škole jsem hrála vybíjenou, florbal a běhala jsem. Běhala jsem i rekreačně, pomáhalo mi to vyčistit si hlavu a odreagovat se. Neustále miluji hudbu, tanec a pohyb. Je to něco, co mě naplňuje, a nedokázala bych bez toho žít.

Vždy, když se mi něco stalo, ať už to bylo ze sportu, či z vlastní nešikovnosti, tak jsem to převážně vždycky oplakala. Věděla jsem, že rekonvalescence bude opět nekonečná, že potrvá, než se vrátím do svého režimu, že budu zase pozadu, že nepojedu na některé závody, a velmi mě to mrzelo. I přes to, že jsem měla několik úrazů,

postavila jsem se k tomu čelem jako k nějaké výzvě a pokračovala dál. Ted' vidím, že to byly překážky, které jsem překonala, ale nikdy jsem se nedívala na to, proč mi je tam osud staví.

Mimo jiné jsem dělala i zimní sporty. Bruslila jsem, uměla jsem na lyžích, ale po roce lyžování jsem se chtěla naučit na snowboardu. A to je sport, o kterém bych vám chtěla říct více. První rok, kdy jsem se učila jezdit na snowboardu, jsem při páté jízdě ošklivě upadla, uklouzlo mi to na náledí, sekla se mi hrana a já už byla na zemi. Moje první sezona skončila zlomeným zápěstím a pohmožděnou hrční páteří. To mě ovšem nenechalo „sedět doma na zadku“ a já další rok vyrazila s prknem na hory. Jak už jsem říkala, mě nic nezastaví! A nemohla jsem dopustit to, že jsem se to pořádně nenaučila. Říká se „Kdo nepadá, jezdí pod své možnosti“, s tím já naprosto souhlasím. Pádů byla spousta, potlučená jsem byla, jako by mě někdo zmlátil, ale vyšla jsem z toho bez vážnějších úrazů.

Minulý rok jsem nemohla vynechat sezonu. S kamarády jsme skoro každý víkend vyrazili na prkna. Moc to ještě neuměli, a tak jsem se je to snažila naučit. Užili jsme si spolu spoustu srandy. Jeden den jsme chtěli vyrazit na večerní lyžování, protože tam bývá méně lidí.

Tenhle den se mi stal osudným. Bylo to super, jezdili jsme pořád dokola, jelikož tam nebyly žádné fronty.

Po chvíli jsem si začala říkat, že bych chtěla posunout svoje dovednosti na vyšší úroveň. V areálu měli připravené různé freestylové překážky. Vybrala jsem si takovou lavici, na kterou jste pouze rovně najeli a sjeli z ní, nic těžkého. Občas mi to dost klouzalo, když jsem na ni najela hranou, ale několikrát se mi také povedlo ji přejet jako profesionál. Jednou mi to ale nevyšlo. Prkno mi z ničeho nic vyjelo do vzduchu. V tu chvíli nepřemýšlíte nad tím, kam dát ruce, jak chcete spadnout, jak nejlépe a bezpečně spadnout, ale máte černo před očima a vůbec nevnímáte okolí, prostě jen letíte a padáte. Já bohužel spadla hodně špatně na ruku, šíleně to bolelo, měla jsem ji oteklou, a tak jsem si myslela, že ji mám zlomenou. Okamžitě jsme jeli na pohotovost, kde jsem narazila na lékaře, který mě svým chováním velice překvapil, a myslím si, že takoví lidé by ve zdravotnictví neměli vůbec pracovat. Koukal na mě a nechápal, proč tam vůbec jsem, když to mám jen naražené. Řekl mi něco ve smyslu, že simuluji, ale že mě za odměnu pošle na rentgen. Tohle jednání se mi vůbec nelíbilo. Na rentgen jsem samozřejmě šla, ale nic na něm nebylo, tak mě pan doktor poslal domů. Jelikož mě to opravdu moc bolelo, nemohla jsem s tím hýbat a měla jsem to oteklé, vyrazila jsem druhý den k jiné paní doktorce – k chirurgce. Ta mi udělala pro kontrolu nový rentgenový snímek, na kterém nic nebylo. Doporučila mi ruku

mazat, obvazovat a mít ji týden v závěsu. Během toho týdne jsem se snažila zjistit, kde je problém a proč mě to tak bolí. Přišla jsem na to, že mi na zápěstí přeskakuje šlacha. Když jsem přišla po týdnu na kontrolu, řekla jsem paní doktorce, co jsem zjistila. Napsala mi elektroléčbu, kterou jsem absolvovala, ale bez jakýchkoli změn. Paní doktorka si už nevěděla rady a řekla mi, že už mi více pomoci nedokáže, a odkázala mě na ortopedii. Tam se na mě pan doktor podíval a pověděl: „Slečno, vy jste zvláštní a tak zajímavá, vůbec nechápu, jak se Vám to mohlo stát. Tohle zranění je neobvyklé a ještě jsem to v životě neviděl.“ Nejistota pana doktora mě velmi znervózňovala. Musel se podívat do googlu, aby se ujistil alespoň o tom, kterou šlachu mám uvolněnou. Říkala jsem si, že se jen potřebuje ujistit, ale dost mě to znepokojilo. Zmínil se i o operaci, že je to jedna z možností, ale nechce to řešit hned chirurgicky, ale nejdříve konzervativně, a s tím jsem v té době souhlasila. Ovšem teď to vidím úplně jinak. Ruku jsem měla tři týdny v ortéze, potom jsem ji tři týdny tejpovala a během toho jsem chodila na magnetické rehabilitace. Bylo fajn, když jsem ruku měla zpevněnou, magnet mi ulevoval od bolesti, ale nic se nelepšilo. Na začátku června jsem šla na kontrolu a pan doktor mi řekl, ať přijdu v září.

Celé léto jsem ruku plně zatěžovala, i přes to, že mě to v mnoha činnostech omezovalo. Bolesti se zhoršovaly. V září jsem se dostavila na ortopedii a dostala jsem doporučení na magnetickou

rezonanci. V den vyšetření mi bylo sděleno, že se jim ráno porouchala jehla, kterou mi měli vpravit kontrastní látku do zápěstí. Říkala jsem si, jaká je to smůla a že teď budu dlouho čekat na další termín. Ale překvapili mě, vyšetření mi provedli i bez tohoto výkonu. Asi o dva týdny později jsem přišla k panu doktorovi a ten se začal šíleně rozčilovat, když zjistil, že vyšetření bylo provedeno bez kontrastní látky. Nechápal, proč mě neobjednali na jindy, protože na záznamu nic neviděl, a tak mě chtěl přeposlat do Bohunic. Jenže já byla rozhodnutá, že chci jít k doc. Čižmářovi, který mi byl doporučen, jelikož má specializaci na chirurgii ruky.

Když jsem přišla v listopadu k panu docentovi, byla jsem překvapená. V životě se mnou nikdo nemluvil tak odborně jako on. Konečně jsem zjistila, co mám s rukou. Stačilo mu říct, při čem mě to bolí, jak mě to bolí a co mi to dělá. Přišel na to, že mi při pádu prasklo poutko, které má držet šlachy, a zároveň, že mám uvolněnou kost. Řekl mi, že operace je nevyhnutelná, ale ještě chtěl, abych si zašla na nový rentgen a po Vánocích přišla na kontrolu, na které jsme řešili postup operace. Zeptal se mě, co studuji. Když jsem odpověděla, že studuji zdravotnickou školu, jeho úsměv zmizel. Bylo mi řečeno, že ruka už nikdy nebude jako dřív a nebudu moci mít velkou zátěž. Řekl mi: „Na tahání s pacientama to nebude, ale jako kancelářská myška byste byla perfektní.“ Tahle věta mě dorazila. Po těchto návštěvách jsem odcházela s pláčem. Nedokázala jsem se smířit s tím, že je to tak

vážné a také že jsem se v osmnácti letech dozvěděla, že nebudu moci vykonávat profesi, kterou studuji. Samozřejmě v tom pokračovat budu, ale někde tam, kde na mě nebude kladena velká zátěž. Byla to pro mě velká rána, protože jsem velmi aktivní člověk a pořád musím něco dělat.

Dostala jsem skvělou možnost jet na hory, ale i přes to, že mě o měsíc později čekala operace, jsem se rozhodla, že pojedu. Měla jsem obrovský strach, že spadnu a ještě se více zraním. První den, co jsme byli na svahu, jsem měla ruku mírně oteklou. Další dny se neobešly bez pádů, ale ruka z toho naštěstí vyvázla. Byla jsem šťastná, že se mi nic nestalo a mohla jsem si letošní sezonu užít.

Sice termín operace byl až na konci ledna, ale nervózní jsem byla od doby, co jsem se to dozvěděla. Musela jsem si vyřídit veškerá předoperační vyšetření. Naneštěstí se mi na ruce udělal ekzém, se kterým jsem musela na kožní, a modlila jsem se, aby mi mastičky, které jsem dostala, zabraly. Vždy, když jsem byla nervózní, tak jsem vůbec nejedla, ale teď to bylo úplně naopak a měla jsem pocit, že neustále potřebuji něco sladkého. Den před operací jsem zůstala doma, abych byla v klidu a zbytečně se nerozrušovala. Nemohla jsem vůbec usnout, protože jsem neustále myslela na to, jak to bude probíhat a jestli to dobře dopadne. V den zákroku jsem se musela dostavit už v sedm hodin ráno na kliniku. Odevzdala jsem sestře dokumenty, uhradila poplatek a byla jsem odvedena na oddělení. Bylo to tam moc pěkné a útulné. Musela

jsem si obléct toho příšerného andělíčka. Když jsem ho dávala pacientům na praxi, říkala jsem si, že tohle na sebe v životě neobleču. Ovšem opak se stal pravdou. Také jsem na sobě musela mít naprosto otřesné kalhotky, které byly ze stejného materiálu jako čepice na operačních sálech. Sestřička mi udělala bandáže dolních končetin a každou půlhodinu měřila tlak. Naštěstí jsem na pokoji nebyla sama. Slečna, která tam byla se mnou, byla super a rozuměly jsme si. Byla jsem velmi ráda, že jsem tam neležela sama a měla si s kým povídat, protože bych se z toho čekání jinak zbláznila.

Během dopoledne za mnou přišla lékařka, aby mi změřila ohebnost a sílu ruky, a vyplnila jsem dva dotazníky. Později jsme si pustily televizi, protože jsme nevěděly, co dělat, a byly jsme akorát nervózní z toho čekání. Po chvíli za námi přišel anesteziolog, aby nám vysvětlil postup anestezie. V jedenáct hodin jsem dostala první "oblbovák" a o půl dvanácté jsem jela na sál. Pamatuji si, jak jsem tam přijela, dali mi čepičku, napíchli kanylu, vzali si pravou ruku a cítila jsem, jak mi teče dezinfekce od ramene dolů. Pak si vzpomínám, jak jsem se probudila a plakala. Všichni se mě ptali, proč pláču. Chtěla jsem jim odpovědět, ale nešlo to. Řekli mi, že operace je hotová, ale ruku mi ještě musí zasádrovat. Cestu na pokoj si nepamatuji, ale až to, jak jsem si lehla do postele, dali mi kapačku a já usnula. Když jsem se probudila, opět jsem plakala a nevěděla proč. Usínala jsem a probouzela se pořád dokola do té doby, než přijela kamarádka ze sálu.

Jelikož mi anestezii dělali v bloku, necítila jsem celou ruku. Bylo to opravdu divné. První pití jsme dostaly ve čtyři hodiny odpoledne a první jídlo v šest. Když jsem ležela, neměla

jsem zavěšenou ruku, a když jsem si sedla, něco mi spadlo, jenže já netušila co. Chvilí mi trvalo, než mi došlo, že to byla moje ruka. Jelikož mi nebylo dobře a moje ruka byla stále mrtvá, tak jsem se necítila na odchod domů. Domluvila jsem se s panem docentem, že mě propustí až ráno. Poté, co kamarádka odjela, přijeli za mnou kamarádi, aby mě podpořili. Nemohla jsem vůbec usnout, protože bylo velmi nepříjemné, jak jsem necítila vlastní ruku.

Ráno se začaly pomalu probouzet prsty a rameno. Později však k sobě přicházel i zbytek. Čekala jsem, než pro mě přijede kamarád, aby mě odvezl domů. Doma jsem ruku ledovala a elevovala, ale bolest neustupovala. Analgetika nezabírala a já bolest těžce nezvládala, nemohla jsem spát, a tak jsem druhý den jela na převaz. Sestra mi celý obvaz rozstříhla a vydezinfikovala operační ránu. Když jsem viděla svou ruku, nedocházelo mi, že ta hrůza je moje. Ruku mi opět obvázála a já šla domů. Bolest byla den ode dne mírnější a já už jen čekala, než půjdu na kontrolu a vytáhnutí stehů.

Vytahování stehů bylo šílené, strašně to štípalo, bylo to nepříjemné a já jsem se na to i přes to, že mám silný žaludek, nemohla dívat. Mezitím se mi začala rozjíždět bolest. Když mi sestra sádroula ruku, musela jsem ji držet v nesnesitelné poloze. Myslela jsem si, že mi tu sádru udělá kratší, než byla, ale opět ji mám až za loket, abych s ní nemohla rotovat. Dostala jsem rozpis rehabilitací, které mi začnou v březnu. Po třech měsících od operace půjdu na kontrolu, aby mi pan doktor řekl, že je vše v pořádku a můžu mít opět plnou zátěž. Rehabilitace budou opravdu náročné, ale budu se co nejvíc snažit, abych ruku dostala do původní kondice. Už se těším, až tohle všechno bude za mnou.



Snad každý z nás se alespoň jednou zamyslel nad tím, co pro něj v jeho životě znamená sport. Sport je můj život.

Od narození mě vychovávali moji prarodiče, protože moji rodiče byli tehdy příliš mladí. Moje babička a dědeček jsou nejúžasnější lidé na světě, věřím, že díky nim jsem vyrostla v člověka, který se nebojí obtíží a věří v sebe. Oba pracují jako atletičtí trenéři a ve večerních hodinách učí studenty historii atletiky a kultury. Proto není těžké odhadnout, že mým oblíbeným sportem je atletika. Proč se mi nejvíc líbí? Protože se při ní můžete pohybovat rychle. Líbí se mi dělat všechny druhy joggingu a absolvovat různé atletické disciplíny. V atletice také mezi mé oblíbené disciplíny patří skok daleký, hody atd. Dále je atletika a všechno s ní spojené velmi užitečná věc pro zdraví a udržení figury.

Začněme tedy od samého začátku. Od narození jsem trénovala atletiku a postupně jsem vyzkoušela všechny disciplíny, které tam byly. Ve věku 3 let jsem věděla všechno o tomto sportu a snila o

tom, že se jednou stanu olympijským vítězem. V atletice se o mě staral atletický reprezentant Ruska v desetiboji Artem Lužyanenko a olympijská tyčkařská legenda Jelena Isinbajevová.

V dvanácti letech jsem měla možnost trénovat v mladší skupině. První měsíce neustálého tréninku byly pekelné, protože tělo nebylo připraveno na takové zatížení. Chtěla jsem přestat a zůstat doma, ale není v mých zásadách se vzdávat, obzvláště když všichni kolem vás ví, čím vnučka jste. Kromě vytrvalosti mně atletické disciplíny umožnily získat mnoho zajímavých přátel, s nimiž jsem se setkala během tréninků a na soutěžích, a nyní s nimi často komunikuji. Je velmi důležité, abyste měli kolem sebe stejně zaměřené lidi a ty, kteří sdílejí vaše zážitky, s nimiž můžete mluvit a sdílet své dojmy.

A sportování vám také obecně dává pocit radosti ze svých vlastních úspěchů. Když se vám něco nepodaří, není třeba zoufat, příště budete vyhrávat. Díky tomu pochopíte, že úsilí a práce na sobě má

obrovskou cenu. A kromě toho si uvědomujete, že vytrvalost pomáhá při dosahování jakýchkoli cílů. Spolu se sportem se ale v mém životě objevilo omezení. Atletika příliš zatěžovala mé srdce a musela jsem na nějakou dobu skončit, což znamenalo omezení mnoha způsobů. Nejtěžší bylo udržet dietu díky sníženému počtu tréninků. Časem se však vše vrátilo do normálu. V 17 letech jsem skončila celkově druhá na atletické soutěži v Rostově na Donu.

Poté jsem se však rozhodla ukončit svou atletickou kariéru kvůli potížím se zdravím. Skončila jsem z více důvodů. Atletika mě hrozně bavila a měla jsem tam skvělou partu kamarádů, proto mi i bylo líto, když jsem odcházela. Na druhou stranu to bylo ve věku, kdy konkurence začala být agresivnější. Ale zdravotní problémy byly hlavní příčinou mého konce v atletice.

Nejprve jsem si na měsíc zranila nohu a nemohla sportovat a cítila jsem se špatně. O rok později mi řekli, že mám Gravesovu-Basedowovu chorobu, což je autoimunitní choroba štítné žlázy, kterou nemohli vyléčit, protože jsem měla alergie na všechny léky. Žádný lékař nevěděl, jak mě léčit. Nikdy jsem se necítila tak špatně, ale v mé rodině není obvyklé ukázat svou slabost. Po třech měsících jsem našla doktora, který by mi mohl pomoci. Prošla jsem léčbou a rozhodla se změnit svůj život. V průběhu léčení jsem byla schopna znovu získat smysl života. Ano, už nebudu olympijským vítězem, ale tento sen byl nahrazen snem novým: stát se doktorem a zachraňovat životy. Když jste na pokraji života a smrti, okamžitě si uvědomíte, co je pro vás nejdůležitější věc. Zdravotní potíže mě poučily, ale byl to sport, který mě naučil, že se nikdy nemáte vzdávat.



Když začal nový školní rok, přišlo s ním i plno novinek, mezi které patřila i Halliwickova metoda plavání. Můj prvotní pocit byl zděšení. Zděšení a nic jiného. Mám se tu vysvlékat přede všemi do plavek?! Přeci jen žijeme v době, kdy každý kouká na vzhled a jediný nedostatek může být pro někoho problém.

Před první dvouhodinovou mě zastihly zdravotní potíže, kvůli kterým jsem se na plavání minimálně měsíc nemohla dostavit. Veliká chyba byla, že jsem to brala jako velkou výhru. No, teď toho lituji. Když mé zdravotní potíže pominuly, nastal čas jít se podívat, jak takové plavání probíhá. Jelikož mě to vůbec nelákalo, tak jsem si ani nevyhledávala žádné informace o Halliwickovi. Večer před mou velkou premiérou jsem si nachystala věci, abych ráno neběhala zbytečně po bytě a nenervovala se.

Úterý 11:25

Společně s ostatními spolužačkami a spolužáky se zvedáme ze školních lavic a přemísťujeme se na Kraví horu do plaveckého areálu. Při přesunu jsem si začala uvědomovat, jak moc nervózní jsem. Čekala jsem jen to nejhorší – posměchy nebo hloupé nářázky, ale ani jedno z toho se nestalo. Celá hodina se nesla v příjemné atmosféře. Na úvod si vždy zahrajeme nějakou hru na zahřátí, poté následuje

rozcvička a pak už se učíme pracovat s klienty. Abyste byli v obraze, klienty si hrajeme navzájem se spolužáky, neboť ještě vše neumíme perfektně, tak, abychom někomu neublížili. Po několika úkonech hrajeme opět nějakou hru na zahřátí. Přeci jen jsme v bazénu, kde je nanejvýš metr vody, takže když jste mokří a máte půl těla venku z vody, tak je jasné, že vám bude za chvíli zima.

Na konci hodiny si nás vždy pan profesor svolá do kroužku, kde všichni zhodnotíme hodinu – co se nám líbilo a co naopak vůbec. Líbí se mi, že se nás pan profesor ptá, protože jde vidět, že si to bere k srdci a snaží se s naším hodnocením pracovat tak, aby každá hodina byla lepší a lepší pro obě strany.

Závěrem bych se s vámi chtěla podělit o to, co mi plavání dalo. Upřímně, čekala jsem, že získám určitý vhled do toho, jak to mají handicapovaní těžké, když se chtějí jít bavit do bazénu atp. Také jsem čekala, že poznám pocit naplnění, že můžu někomu pomoci a doprovodit ho do bazénu, když sám nemůže. Ale co jsem opravdu nečekala, je to, že po zvládnutí tohoto plaveckého výcviku (Halliwickově metodě plavání) můžete mít výhodu při hledání práce. Protože jestli chcete jít do zaměstnání, kde se budete starat o handicapované, budou rádi za tuto zkušenost. Plavání mi také zvětšilo

důvěru v naši třídu, protože několik cvičení je i o důvěře mezi klientem a asistentem, kde teprve zjistíte, jak si navzájem věříte. Když tak přemýšlím, tak mi plavání dalo ještě jednu důležitou věc – sebevědomí. (Alespoň trochu z něj.) A co mi plavání naopak vzalo? To je jednoduché, vzalo mi můj strach z odhalení se před lidmi.

Kdybych měla zhodnotit tento předmět, rozhodně je pro náš obor sociální činnost dobrý a užitečný. Jsem ráda, že náš obor má tento předmět. Přeci jen nakonec není vůbec špatný a zažili jsme zde spoustu legrace. Jsem si jistá, že máme několik okamžiků, na které si vzpomeneme ještě za

dvacet let, a stále se jim budeme smát stejně.

Na závěr jedna rada pro vás pro všechny: překonávejte své strachy, protože nikdy nevíte, co se z toho může doopravdy vyklubat. Nakonec to může být i váš koníček. ☺

A pro všechny budoucí prváky oboru sociální činnost, protože víme, kolik se jich vyhýbá tomuto předmětu, nebojte se, každý jsme nějaký a ze svých chyb zkuste udělat přednost, občas to není tak těžké, jak to vypadá. Stačí jen chtít.

Tak hodně štěstí! ☺



Má nejlepší kamarádka jménem Aneta je mou nejlepší přítelkyní od té doby, co k nám přestoupila do třídy. Aneta je o rok starší než já, tudíž jí je 17 let. Narodila se roku 2001. V současné době bydlí v malé vesnici za Brnem se svou maminkou a o pět let mladším bratrem. Studuje se mnou na střední zdravotnické škole.

Aneta má hubenou postavu a měří okolo 165 centimetrů. Má dlouhé, velice husté blondáté vlasy, které mají až zlatý odlesk. Velice ráda se maluje a vyhrává si s očními stíny, celkově o sebe hodně ráda pečuje.

Aneta je velice optimistický člověk, velice ráda si užívá života a nenechá si ho jen tak někým nebo něčím zkazit. Je velice

společenská a ráda se baví. Nikdy nezkaží náladu a nikdy nikoho nenechá ve štychu. Vždy ráda pomůže a ráda poradí. Miluje své přátele a dala by za ně ruku i do ohně.

Někdy je ale taky náladová a výbušná, ale vždy ji to rychle přejde. Taky je někdy až moc líná. Mezi její koníčky patří sport, hlavně běh. Někdy si chodí jen tak zaběhat do přírody a od všeho se odreagovat. Také miluje filmy a velice ráda si zajde do společnosti mezi lidmi pořádně se pobavit.

V mém životě toho opravdu hodně změnila i ovlivnila a já ji mám opravdu ráda. Za to všechno jí děkuji a doufám, že naše kamarádství bude trvat navěky a my si toho společně ještě hodně užijeme.





V této rubrice našeho časopisu máte možnost hádat, kdo z učitelů se skrývá za mladistvým vzhledem na fotce. V minulém čísle jsme Vám představili Mgr. Janu Urbánkovou ☺.





Titanic bude na brněnském výstavišti kotvit až do půlky května! Světovou výstavu o Titanicu, která je umístěna v prostorách pavilonu C na brněnském výstavišti a která měla být původně přístupná jen do konce března, můžete nyní nově navštívit až do 19. května. A my jsme se usadili do kavárny první třídy, abychom si popovídali s kurátorkou výstavy Květou Havelkovou. Například o tom, že kromě příběhu Titanicu se návštěvníci dozvědí hodně i o tehdejší době jako takové.

i v první galerii, která je velice obsáhlá," řekla kurátorka výstavy Titanic Květa Havelková

A co vás na Titanicu čeká? Kromě zajímavých exponátů doprovázených textovými tabulemi i audioprůvodcem budete mít možnost osobně prožít příběh některého z cestujících. A jak dodala kurátorka Květa Havelková, *„i třeba díky boarding pasu, který na začátku výstavy všichni dostanou, ti návštěvníci tu výstavu prožívají mnohem osobněji. Není to jenom sbírka vitrín s celými exponáty, ale je to opravdu osobní příběh těch jednotlivých*



„V té době jste na ulici třeba mohli potkat parní lokomotivu, vedle toho elektromobil a vedle toho již automobil, který jezdil na benzín. My jsme se tuto překotnou dobu těch vynálezů, ale také moderních uměleckých směrů snažili návštěvníkům nějakým způsobem ukázat

cestujících. Také tady máme cestu za pokladem, což je taková hrací karta, na které si návštěvníci na poslední straně razítkují v každé galerii, v každé mají možnost si orazítkovat jedno písmeno, které se složí v záhadnou tajenku."

Tyto příběhy však v případě Titanicu nekončí vždy happyendem a pro děti může být atmosféra výstavy náročná. Proto je pro ně připraveno odlehčenější a veselé dobrodružství. To je potom dovede za pokladem. Pro dospělé jsou pokladem výstavy především osobní věci cestujících, vylovené ze dna oceánu, na které když se podíváte, můžete si představovat, komu asi patřily a jaký byl jejich příběh.

Po prohlídce plné emocí je dobré připomenout, že celá tragédie měla také pozitivní dopady. Vedla například k zásadním změnám v bezpečnostních opatřeních nejen v lodní dopravě.

Pokud chcete i vy navštívit svět Titanicu, doporučujeme využít všední den, kdy nejsou kajuty přeplněné, a mít také dostatek času, protože projít celou lodí může poctivým návštěvníkům zabrat i čtyři hodiny.



Redaktor: „Kde jste se narodila a kde momentálně žijete?“

Narodila jsem se kousek od Brna, ale protože od svých 16 let jsem v Brně, považuji se za „Brňáka“. V současné době žiji v městské části Obřany, kousek od řeky, a moc se mi tady líbí.

Redaktor: „Jak dlouho působíte tady u nás na škole? Kde jste působila předtím?“

Ve škole jsem s krátkými epizodami celý svůj profesní život, a protože jsem absolventka naší školy, tak cestu na Jaselskou chodím od roku 1976, kdy jsem se poprvé seznámila s naší školou.

Redaktor: „Jakou vysokou školu a jaký obor máte vystudované?“

Ošetřovatelství.

Redaktor: „Jaké učíte předměty a jaké jsou vaše další funkce na škole?“

Učím odborné předměty, pracuji v odborové organizaci a snažím se být aktivní v životě školy.

Redaktor: „Co máte na naší škole ráda?“

Studenty, ráda se setkávám s lidmi a mládí je inspirativní.

Redaktor: „Co byste na škole naopak změnila?“

Výtah, ale protože máme historickou budovu, tak je to nespílitelné přání.

Redaktor: „Vzpomenete si, jaká jste byla studentka? Měla jste někdy nějakou důtku nebo sníženou známku z chování? Jestli ano, tak za co?“

Aktivní, odborné předměty, které nám přednášeli lékaři, jsem milovala, byla a jsem hubatá, ale vždy slušně. Znamku z chování mi nemuseli snižovat.

Redaktor: „Co vy a tělesné tresty? Jste pro, nebo proti? Zavést, či nezavést?“

Ve škole, ne určitě ne, ať si vás tlučou vlastní rodiče. Vážně, myslím, že všeho s mírou.

Redaktor: „Jak se Vám komunikuje s rodiči? Zažila jste už nějakého rozzlobeného rodiče?“

Nemám problém, snažím se být spravedlivá a objektivní, ale samozřejmě to rodič může vnímat jinak než já. Zatím jsem se s každým domluvila.

Redaktor: „Kdo nebo co v životě byl váš nejlepší učitel?“

Asi lidé kolem mě, jednotlivce nemohu určit.

Redaktor: „Co Vás nejvíce baví a na druhou stranu štve na této profesi?“

Baví mě práce se studenty, praxe a být při přerodu studenta v sestru /zdrav. asistenta/. To člověk cítí, že nepracoval nadarmo. Štve mě velká administrativa ve školství.

Redaktor: „Jaká akce, kterou pořádala naše škola, byla pro Vás nejzajímavější?“

Konkrétní akci nemohu určit, protože každá školní akce je v nějakém ohledu zajímavá. Plakáty ke 100. výročí, které dělal kolega Hrabal s dětmi, se mi moc líbily a byly moc pěkné.

Redaktor: „Máte nějakého oblíbeného žáka? Jaká je Vaše oblíbená třída?“

No samozřejmě, ta moje třída je nejoblíbenější, tedy 3.A, studenty jako „matka třídní“ mám všechny stejně ráda.

Redaktor: „S jakým zaměstnancem školy či pedagogickým kolegou nejvíce kamarádíte? S kým se Vám nejlépe spolupracuje?“

Myslím, že se snažím dobře vycházet s každým kolegou, ale kolegyně z kabinetu jsou mi nejbližší.

Redaktor: „Chtěla jste být učitelkou už od dětství? Pokud ne, proč jste se stala učitelem?“

Ne, když jsem pracovala jako sestra, chtěla jsem se odborně posunout a nabízela se dráha učitelky odborných předmětů. A bylo to ono.

Redaktor: „Máte nějaký životní vzor?“

To je těžké. Máme vzory profesní, životní, lidské, nějaké bych našla.

Redaktor: „Jaké máte ráda seriály a filmy?“

Jedním slovem dobré.

Redaktor: „Jakou posloucháte hudbu a máte oblíbeného interpreta?“

Střední proud, líbí se mi, jak zpívá Adele.

Redaktor: „Jaké čtete knihy?“

Ve školním roce odborné a prázdniny věnuji detektivkám.

Redaktor: „Jaké máte koníčky? Provozujete nějaký sport?“

Pletu, vyšívám, šiju a za sport mohu považovat chůzi a největším koníčkem je pes. I když, to by se Eliška urazila, ona není koníček, ale člen rodiny.

Redaktor: „Jaké je Vaše nejoblíbenější jídlo a jaké naopak nemusíte?“

Ráda zkouším nové věci a asi moc pálivé, slané jídlo.

Redaktor: „Co dělá taková učitelka, když má dva měsíce prázdnin?“

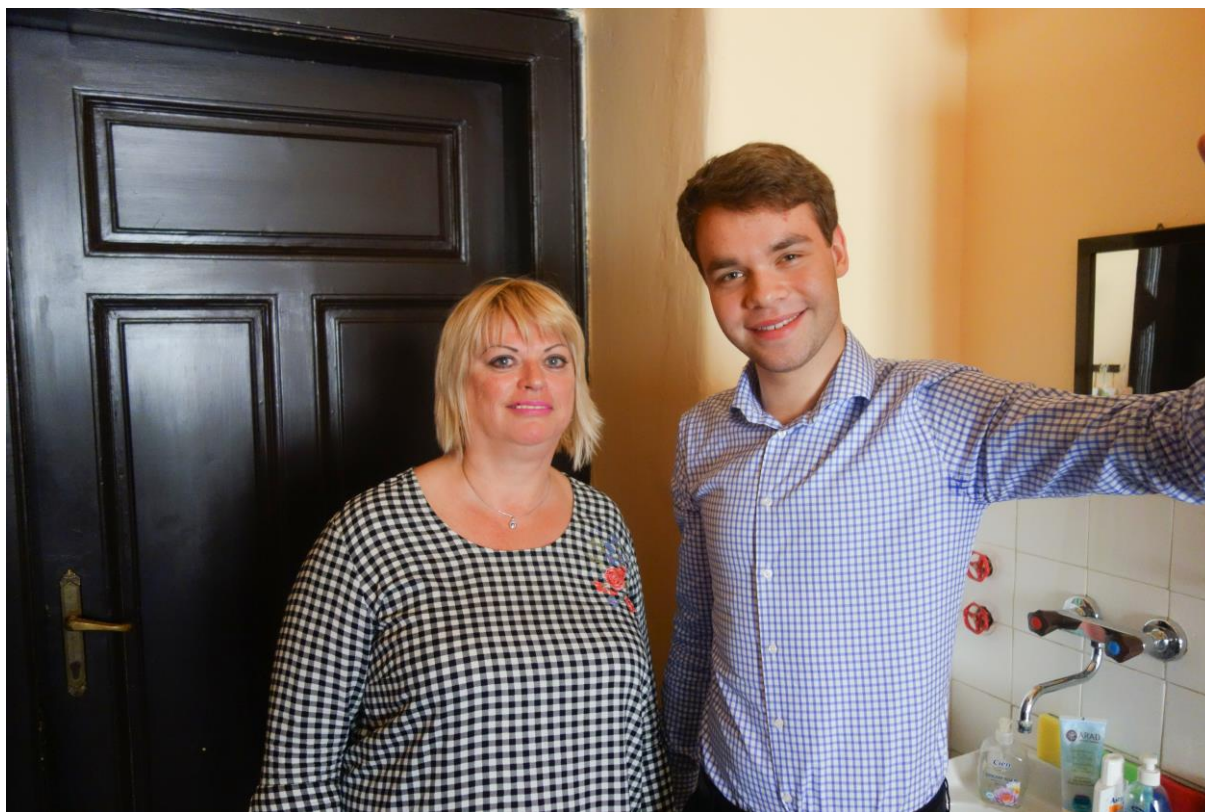
Odpočívá, pracuje na zahrádce a tak podobně.

Redaktor: „Jaké máte plány do budoucna? (5 až 10 let)“

Dožít důchodu ve zdraví.

Redaktor: „A máme tady poslední otázku. Máte nějakou zajímavou nebo vtipnou historku z pedagogické praxe?“

Na žádnou si momentálně nevzpomenu.





Zdravím vás, milí čtenáři. Je tady opět nová rubrika „Rozhovor se žákem“. Pro dnešní vydání jsem si vybral svého dobrého kamaráda Zdeňka Vráblíka.

Redaktor: „Odkud pocházíš?

„Já pocházím z menšího města kousek od Brna. Konkrétně pocházím z Židlochovic.“

Redaktor: Do jaké třídy chodíš? A kam jsi chodil na základní školu?

„Jak už jsem říkal, pocházím z Židlochovic a taky jsem tam chodil na základní školu. Momentálně chodím sem na školu a jsem ve třídě 2. B.“



Redaktor: „Proč ses rozhodl jít na naši školu? Jakou jsi měl představu o oboru, který studuješ, když jsi šel sem studovat?“

„Mým snem je stát se záchranářem. To je asi hlavní důvod, proč jsem šel na tuto školu. Chtěl jsem si přičichnout k tomu zdravotnictví již na střední škole. Ten obor zdravotnický asistent je takový, jak jsem si ho tenkrát představoval, když jsem se sem hlásil.“

Redaktor: „Jaký předmět máš nejraději a jaký naopak nemusíš?“

„Já mám nejraději odborné předměty. Nejradši mám asi první pomoc, klinickou propedeutiku a praxe v nemocnici. Naopak nemám moc rád jazyky.“

Redaktor: „Jaký jsi podle tebe student?“

„Já jsem průměrný student. Někdy se mi v předmětech zadaří a jindy zase ne. Rozhodně nejsem problémový student.“

Redaktor: „Chodíš na brigády? Jakou nejzajímavější jsi absolvoval?“

„Momentálně na žádnou brigádu nechodím. Naplno se věnuji škole. Taky jsem začal dělat autoškolou, takže na brigádu není vůbec čas. Rozhodně si ji ale hodlám časem najít.“

Redaktor: „Jaké sleduješ filmy a seriály?“

„Co se týká seriálů, ty já moc nesleduju. Ale takový můj oblíbený seriál byl Sanitka 2. Co se týká filmů, mám rád hodně komedie, u kterých se zasměju.“



Redaktor: „Jakou hudbu nejraději posloucháš? Jaký je tvůj oblíbený interpret?“

„Hudbu mám hodně rád. Já asi nemám svého oblíbeného interpreta. Poslouchám, co se zrovna naskytne. Ale takový můj hudební idol je například Lukáš Graham.“

Redaktor: „Čteš knihy?“

„Tak samozřejmě že čtu. Musím, protože je potřeba přečíst minimálně dvacet knížek k maturitní zkoušce z češtiny. Takže čtu povinnou literaturu. Jinak občas si přečtu nějaký odborný článek.“

Redaktor: „Co děláš ve svém volném čase? Jaké máš koníčky?“

„Ve volném čase chodím běhat nebo dělám i jiné sporty. Sport teda nepěstuju nijak profesionálně, ale sportuju rád. Potom se hodně věnuju svým kamarádům a hlavně své přítelkyni, se kterou trávím hodně času.“

Redaktor: „Jaké máš plány do budoucna? Čím by ses chtěl živit? Plánuješ jít na vysokou školu? Případně jakou?“

„Rád bych se stal, jak už jsem říkal na začátku, zdravotnickým záchranářem. Na vysokou školu se však moc nehrnu. Rád bych studoval na vyšší odborné škole. Jinak žádné další plány do budoucna momentálně nemám.“

Já děkuji Zdeňkovi, že si našel čas na tento rozhovor. Na vás, milí čtenáři, se budu těšit zase v příštím čísle.



Školní parlament nabízí možnost objednání školního oblečení pro žáky. Více informací poskytne Ing., Bc. Kristina Hartmanová (řabinet 24).



KOLEKCE 2019

— BUĎME HRDÍ —



MIKINA..... 450 Kč
TRIČKO..... 250 Kč
TAŠKA..... 250 Kč

OBJEDNEJ SI SVOU ŠKOLNÍ KOLEKCI

KDE: _____ KDY: _____

KOLEKCE 2019

— BUĎME HRDÍ —



OBJEDNEJ SI SVOU ŠKOLNÍ KOLEKCI

KDE: _____ KDY: _____

MIKINA.....	450 Kč
TRIČKO.....	250 Kč
TAŠKA.....	250 Kč



program na měsíc
03/2019

Březen, do Polárky vlezem.

02 so	Škola Malého stromu	věk 5+	MALÁ SCÉNA	10.30
	Náš třída	věk 15+		19.00
07 čt	Malá čarodějnice	věk 5+	MALÁ SCÉNA	17.30
09 so	Alenka za zrcadlem	věk 5+		15.30
10 ne	Tančírna	věk 2+	MALÁ SCÉNA GALAPOLÁRKA	14.30 & 16.00
12 út	Pohádky 1000+1 noci	věk 3+	MALÁ SCÉNA	17.30
14 čt	František z kaštanu, Anežka ze slunečnic	věk 3+	MALÁ SCÉNA	17.30
16 so	Enšpígl! Našreddin!	věk 7+		10.30
19 út	Siddhártha	věk 9+		17.30
21 čt	Homo zabijens: Konec lovců mamutů	věk 9+		17.30
23 so	Co šeptají stromy?	věk 0+	MALÁ SCÉNA PREMIÉRA	14.00 & 15.30
25 po	Co šeptají stromy?	věk 0+	MALÁ SCÉNA	14.00 & 15.30
26 út	Homo zabijens: Konec lovců mamutů	věk 9+		17.30
	Co šeptají stromy?	věk 0+	MALÁ SCÉNA	14.00
28 čt	Tamtadarova dobrodružství	věk 5+	MALÁ SCÉNA	17.30
30 so	Vinnetou	věk 6+		10.30 & 15.30

→ V dopoledních hodinách hrajeme pro školy a školky.
Celý program najdete na našem webu. Změna programu vyhrazena.

Divadlo pro děti a mládež; Tučkova 34, Brno
www.divadlopolarka.cz, rezervace vstupenek +420 770 142 638



Více informací a celý program najdete na – <https://divadlopolarka.cz/program>



Vážení čtenáři, máme pro Vás další nelehký úkol! Kdo ví, jaký předmět je na obrázku a k čemu slouží? Vítěz tipovací soutěže získá opět sladké ceny ☺

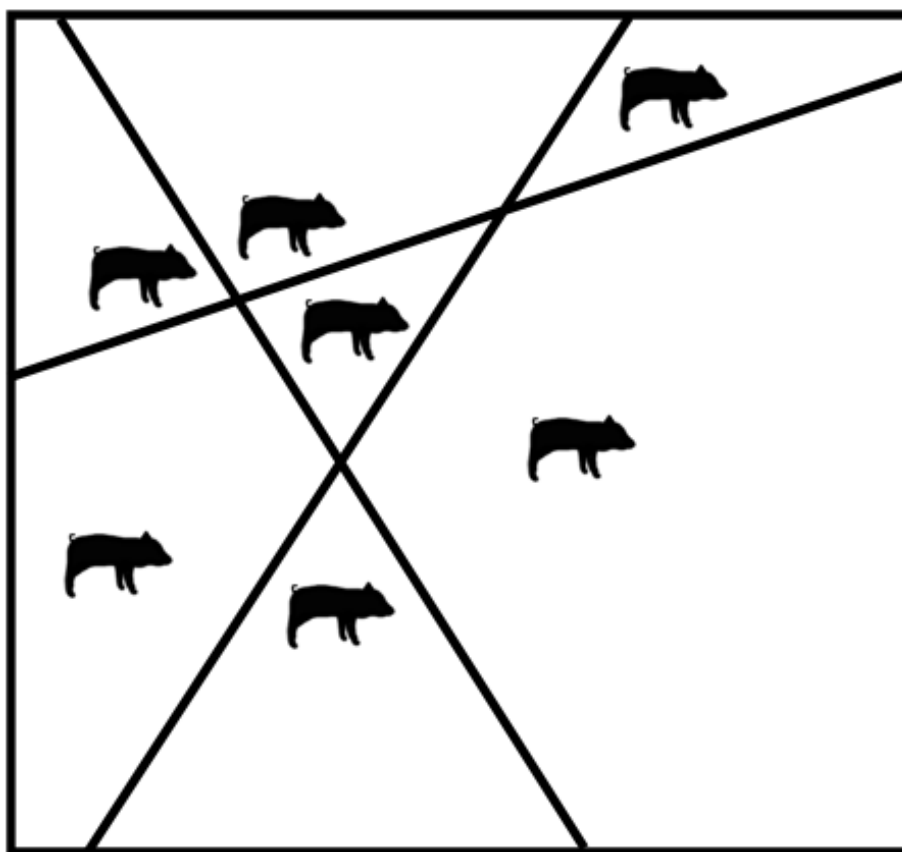




Řešení rébusu č. 1 z minulého čísla:

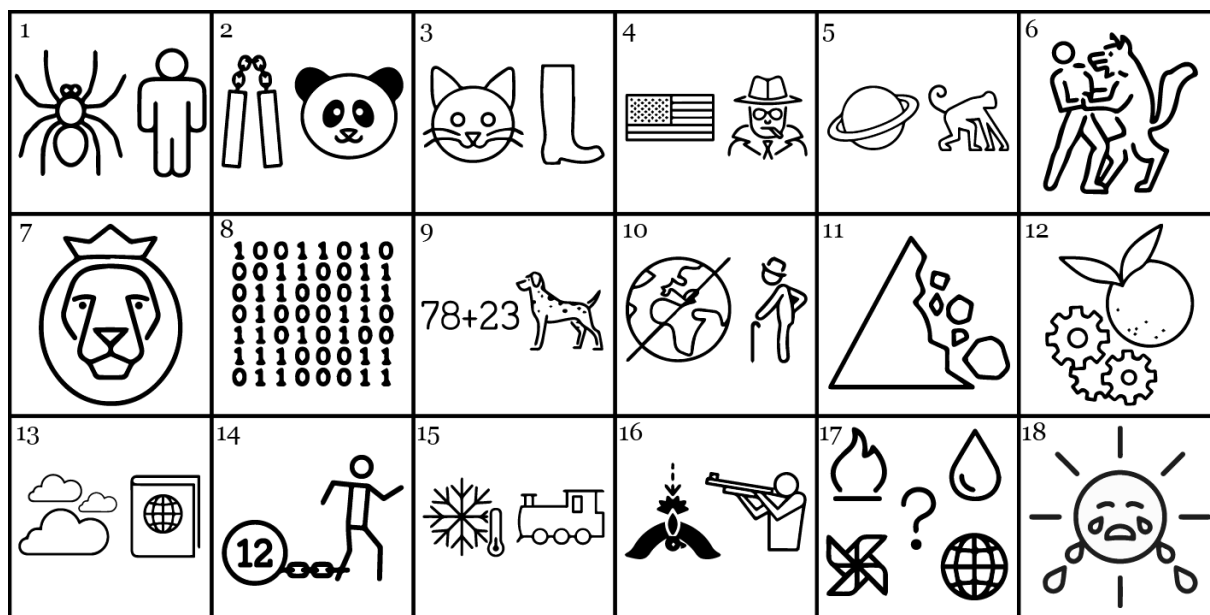


Řešení rébusu č. 2 z minulého čísla:



Zadání č. 1:

Poznáte filmy na obrázcích?



Zadání č. 2:

3 březnové hádanky

Tři kamarádi šnorchlují v jezeře, ale poté, co se vynoří, mají pouze dva mokré vlasy, jak to?

Co je to? V každé minutě je to jednou a v momentě dvakrát?

Představte si situaci, že máte otce se synem, které musíte rozestavit tak, aby syn stál za otcem, ale zároveň před synem aby nikdo nestál. Jak otce a syna postavíte?



Dne 6. února 2019 se uskutečnila celostátní odborná konference ošetřovatelství na téma „Pneumologie.“ Pořadatelem konference byla Střední zdravotnická škola Brno, Jaselská, příspěvková organizace. Konference se zúčastnily odborné vyučující naší školy, SZŠ VOŠZ Znojmo, CSŽŠ Grohova, SZŠ Jihlava a zdravotnický personál z FN USA,

Úrazové nemocnice a třídy 4C, 4V, 5V oboru zdravotnický asistent, 3L oboru zdravotnické lyceum. Závěr konference byl věnován workshopu na téma Diagnostika a léčba závislosti na tabáku. Celá konference přinesla velké množství nových odborných poznatků z oblasti onemocnění plic, v diagnostice a léčbě.

Pozvání přijali následující odborníci:

MUDr. Rastislav Šimek, plicní oddělení KNTB a.s. Zlín

Ivana Bobovská - vedoucí sestra endoskopického sálu a centra pro závislé na tabáku, plicní oddělení KNTB a.s. Zlín

Andrea Šrámková - všeobecná sestra endoskopického sálu a centra pro závislé na tabáku, plicní oddělení KNTB a.s. Zlín

Mgr. Jaroslava Vargová, Úrazová nemocnice Brno, ARO





(Mgr. Martina Cahová)

Valentýnský den

Dne 7. února 2019 proběhl u nás na Střední zdravotnické škole Jaselské „Valentýnský den“. Žáci měli možnost dojít v oblečení červené nebo růžové barvy, což jim zajistilo imunitu vůči zkoušení a testům ten den. Navíc žáci měli možnost dát do

schránky valentýnské přáníčko pro kohokoliv ze školy. Valentýnky byly doručeny svým majitelům příští den a přinesly s sebou spoustu radosti. Dokonce i paní a pání učitelé nějaké dostali. Akce se vydařila a v příštím roce se těšíme na krásná přáníčka.





(Zástupci školního parlamentu)

Soutěž DEN PSYCHOLOGIE

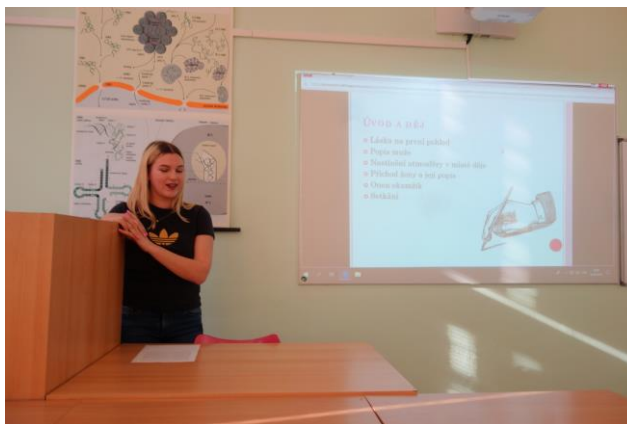
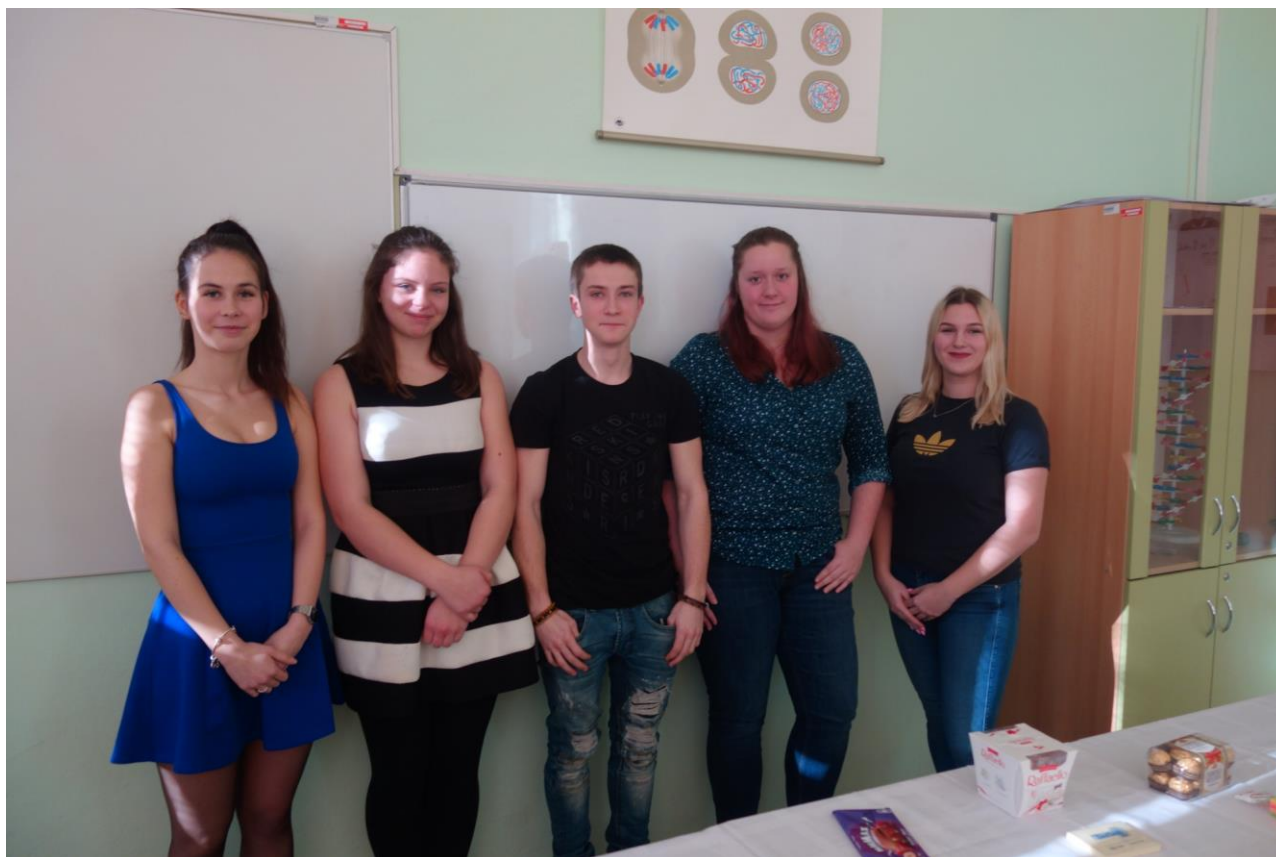
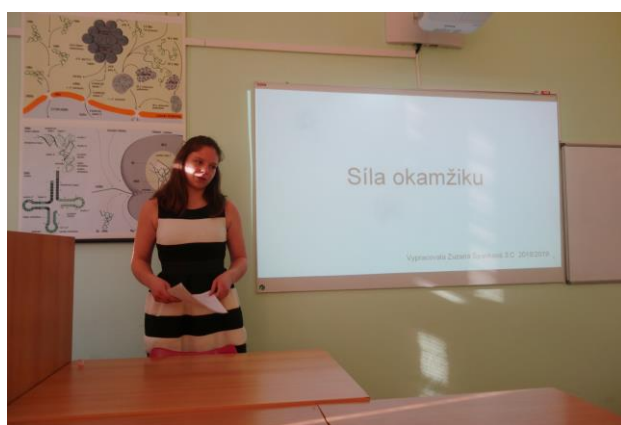
Dne 18.2. 2019 proběhlo školní kolo 14. ročníku psychologické olympiády DEN PSYCHOLOGIE, soutěže vyhlášené MŠMT č. 8/2011 č. j. C 17 na téma: „Síla okamžiku.“ Školního kola se zúčastnilo 6 žáků z třetích

ročníků oborů zdravotnický asistent a zdravotnické lyceum. Žákyně, které obsadily 1. a 2. místo, budou školu reprezentovat v krajském kole 12. března 2019. Děkujeme soutěžícím a jejich učitelům předmětu psychologie.

Výsledky:

1. místo: Zuzana Španková (ZA 3.C)
2. místo: Patricie Jandová (ZA 3.C)
3. místo: Pavel Bistrý (ZA 3.B)





(Mgr. Dagmar Procházková, předsedkyně MS PSL)

Školní kolo soutěže v ošetrovatelství

Dne 28. 2. 2019 proběhlo školní kolo soutěže v ošetrovatelství. Celostátní soutěž vyhlásila SZŠ Ruská, Praha, v letošním školním roce proběhne již 5. ročník. Tato soutěž je koncipována jako teoreticko-praktická, soutěží žáci oboru Zdravotnický asistent. Školního kola se zúčastnili žáci třetích ročníků - ZA 3A, ZA 3B a ZA 3C. Velkou oporou a pomocí byly žákům odborné konzultantky – Mgr. Vyhňáková, Mgr. Hanušová, Mgr. Lambová, Mgr. Živná. Soutěž byla

rozdělena na dvě části. V první části žáci prezentovali zpracované powerpointové prezentace na téma: „Rehabilitační ošetrovatelství“. Ve druhé části soutěže prováděli praktické odborné výkony, které si vylosovali dle zpracovaných kasuistik k dané problematice. Výkony žáků hodnotila odborná porota složená z odborných vyučujících a porota z řad žáků, zástupců jednotlivých tříd. Soutěž zahájila a ceny předala paní ředitelka PhDr. Zuzana Číková.



Výkony a znalosti soutěžících hodnotila odborná porota:

Mgr. Martina Cahová

Mgr. Dagmar Procházková

Mgr. Jana Soudková

Výsledky:

1. místo – Pavel Bistrý – ZA 3B
2. místo – Klára Hintenausová – ZA 3C
3. místo – Andrea Šrámková – ZA 3A

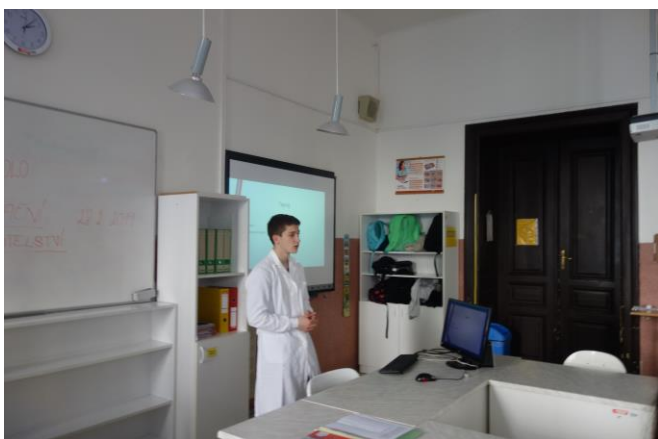
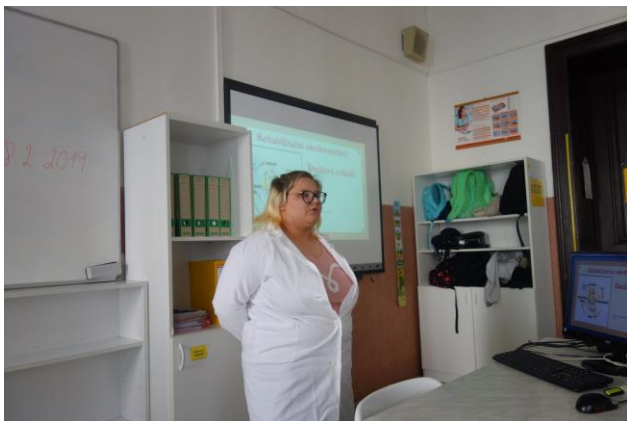
Gratulujeme a děkujeme!!



Vítěz školního kola Pavel Bistrý, bude reprezentovat naši školu v Praze na SZŠ Ruská, kde proběhne 21. března 2019, 5. ročník soutěže v ošetrovatelství.

Děkuji všem soutěžícím, odborným vyučujícím, které se podílely na přípravě žáků i celé soutěže.

Mgr. Martina Cahová (předsedkyně MS OSE)





Literární soutěž 2018 – 2019

Literární soutěž, pořádaná ředitelstvem školy, se v tomto roce konala již podevatenácté. Žáci, kteří se do soutěže zapojili, si vybírali ze 3 témat. Letos se zúčastnilo celkem 7 autorů z oboru ZL.

Literární příspěvky hodnotila dvoučlenná komise ve složení: *Mgr. Winklerová a Mgr. Opravilová*. Na soutěžních příspěvcích oceňovala především stylistické dovednosti, osobní vklad autora, myšlenkovou obsažnost a originalitu zpracování.

Nejatraktivnějším tématem se ukázalo být téma č. 3 „*Moje vysněné povolání*“ (*úvaha*

nad klady a zápory budoucí profese), které si vybralo 5 studentek.

Z příspěvků k tomuto tématu porotu zaujaly zejména práce studentek 3.L. **Aneta Šestáková** by se v budoucnu chtěla stát lékařkou. **Elenka Krédlová** zase touží stát se pracovnící organizace Člověk v tísni nebo Lékařů bez hranic. **Valentina Horáková** si zamilovala zuby a přála by si stát se zubařkou.

Tereza Macků (studentka 1.L.) zase zpracovala vypravování „*Byla to chvíle, na kterou se nezapomíná,*“ kde velmi emotivně zachycuje těžké chvíle hrdinky Tess po rozchodu s přítelem, který je jejím spolužákem.

Ocenění za literární dílo:

1. místo: Tereza MACKŮ (1.L.) – 2 poukázky na lístky do kina na film dle vlastního výběru
2. místo: Elena KRÉDLOVÁ a Aneta ŠESTÁKOVÁ (3.L.) – knižní poukázky v hodnotě 400,- Kč
3. místo: Valentina HORÁKOVÁ (3.L.) – knižní poukázka v hodnotě 200,- Kč





(Mgr. Lada Opravilová)

Středoškolské kolo ve šplhu na tyči - dívky (městské a krajské kolo)

Dne 27. 2. 2019 se družstvo dívek SZŠ Jaselská, p.o., pod vedením Mgr. Ivety Vilímové zúčastnilo městského a krajského kola ve šplhu na tyči. V náročné čtyřkolové soutěži děvčata podala výborné výkony a s rozdílem pouhé jedné setiny sekundy skončila na čtvrtém místě.

Před naším družstvem se umístila družstva z těchto škol:

1. Bezpečnostně právní akademie Brno
2. Gymnázium Brno, Křenová
3. Gymnázium Brno, třída Kapitána Jaroše

Děvčata se nemusí za své výkony ve šplhu vůbec stydět, v silné konkurenci se neztratila. Děkujeme za vzornou reprezentaci školy a blahopřejeme k výbornému výsledku!

Družstvo SZŠ Jaselská:

Petra Krobotová (4L), Barbora Studená (4L), Lucie Čermáková (1D), Michaela Hasoňová (3C) a Gabriela Sedláčková (2A).

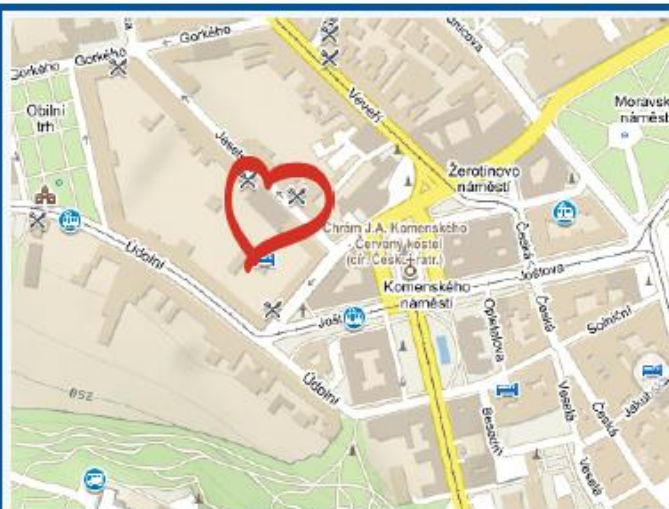




(Mgr. Iveta Vilímová)



Kde nás najdete?



Kontakty:

Střední zdravotnická škola Brno, Jaselská, příspěvková organizace

Jaselská 7/9, Brno 602 00

Tel.: 541 247 125

E-mail: zhkusakova@szs-jaselska.cz

www.szs-jaselska.cz

www.facebook.com/SZS-Jaselská-Brno



Redakce

Šéfredaktor – Mgr. Jaroslav Mikšina

Asistent šéfredaktora – Jakub Kříž (3L)

Asistent šéfredaktora – Eva Vranovská (4A)

Jazyková korektura – Mgr. Markéta Chalupníková

Webmaster – Mgr. Jaroslav Mikšina

Přispěvatelé jednotlivých rubrik

Tvůrčí psaní studentů – Soňa Dohnalová (2L)

Tipy, zajímavosti a rady při cestování – Simona Hrabovská a Denisa Valíková (3L)

Zajímavý koníček – Monika Pisková (2L)

Úvaha – Klára Hájková (3B)

Úvaha II – Ksenie Sretenseva (1D)

Cesta za vysněným titulem MDDr! – Valentina Horáková (3L)

Halliwicova metoda plavání – Studentka třetího ročníku

Investigativní reportáž – Jakub Kříž (3L)

Vyslechni svého učitele... – Jakub Kříž (3L)

Na slovíčko s ... – Jakub Kříž (3L)

Zajímavé akce a události v Brně... – Mgr. Jaroslav Mikšina

Přehled nadcházejících školních akcí... – Mgr. Jaroslav Mikšina

Kronika školy aneb co se událo ve škole... – Mgr. Jana Urbánková a Mgr. Jaroslav Mikšina

Rébus – Mgr. Tomáš Novotný

Umístění časopisu na stránkách školy

http://www.szs-jaselska.cz/aktivity_skoly/kuryr.php



1. místo
v kategorii - střední školy v Jihomoravském kraji 2018
časopisu
Jaselský kurýr



3. místo
v kategoriích - střední školy v Jihomoravském kraji 2017
časopisu
Jaselský kurýr

Finalista soutěže

O nejinspirativnější středoškolský časopis roku 2017

Odborový svaz novinářů a pracovníků medií České Republiky



**Střední zdravotnická škola, Brno,
Jaselská, příspěvková organizace
Jaselská 7/9, 602 00 Brno**