

Cellula



Časopis Strednej odbornej školy zdravotnickej v Trenčíne, č. 3-4, roč. V., šk. r. 2008/2009



ČAS, KEĎ STUŽKY MAJÚ ZELENÚ

**OCENENIE UČITEĽOV A ŽIAKOV
NA ZDRAVOTNÍCKEJ ŠKOLE V TREŇČÍNE TIEKLA KRV
AKADÉMIOU SME VZDALI HOLD
AKO SA Z CISÁROV(N)EJ STALA MODERÁTORKA...
TATRANSKÁ POMSTA OŽILA**

OBSAH

5



6

8



13



12



16



INFO

KALENDÁRIUM

ŽIVOT OKOLO NAŠEJ ŠKOLY ŽIVOT NÁŠ

5 Slová pochvaly, vďaky a uznania z úst pani riaditeľky RNDr. J. Gugovej

6 OCENENIE UČITEĽOV A ŽIAKOV

Pri príležitosti Dňa učiteľov sa oceňovalo. Medzi ocenenými boli aj naši traja pedagógovia a jeden študent. (viac na s. 6)

8 NA ZDRAVOTNÍCKEJ ŠKOLE V TRENČÍNE TIEKLA KRV

Naša škola odštartovala Valentínsku kvapku krvi v Trenčíne

12 POSVIETILI SME SI NA BANSKÚ BYSTRICU

Tentokrát sme predstavili nášho veľkého konkurenta - Banskú Bystricu...

13 AKADÉMIOU SME VZDALI HOLD

všetkým ženám a učiteľom... Že si to zaslúžia, o tom niet pochyb. Veríme, že sme ich príjemne prekvapili.

16 ČAS, KEĎ MÁ STUŽKA ZELENÚ

.... Navždy sa zachová v pamäti stužková... zaspomínali sme na čas stužkových slávností našich štvrtákov.

OBSAH



ČAS Š ŠTUDENTSKÝ

TÉMA ROZHOVOR

PAUZA

19 NESEPARUJTE SA - SEPARUJTE

Už aj my máme možnosť v škole separovať odpad. Tak to využívajte a nevyhovárajte sa! Chráňte prírodu.

20 AKO SA Z CISÁROV(N)EJ STALA MODERÁTORKA...

Každý druhý týždeň nám prináša aktuálne spravodajstvo po boku Dodo Dúbravského v Správach ŠTV. Natália Žembová. Vedeli ste, že je absolventkou našej školy? Že nie? Na s. 20 sa dočítate viac.

23 "DIEVČA ČIERNYCH VLASOV", HUDBA, AUTÁ, TO SOM JA

...toto o sebe tvrdí vynikajúci študent Trenčianskeho samosprávneho kraja Richard Režný

25 BERTE, BERTE, BERTE...

...odkazuje p. prof. PhDr. Marcela Červená svojim študentom

26 NAŠE PRVÁČENCE ZL-ÁCI V AKCII

... fotky hovoria za všetko

28 TATRANSKÁ POMSTA OŽILA

... alebo, čo priniesol lyžiarský výcvik na Smrekovici

32 TO MUSÍTE VIDIEŤ

...naši chalani netrápia svoje telo, ale posilňujú ducha

Redakčná rada

Šéfredaktorka:

Lucia Magdolenová, 4. ZAA

Zástupca:

Dominika Orsághová, 1. FL

Redaktori:

Soňa Michalcová, 4. ZAA

Veronika Fabová, 4. ZAA

Veronika Salicová, 4.ZA.A

Monika Gregušová, 1. ZL

Miroslava Strapeková, 1. ZL

Matúš Bulejko, 1. FL

Michaela Ondrejíčková, 1. ZL

Mária Čačíková, 2. MAS

Foto:

Andrej Mikoláško, 4. ZAA

Dominika Orsághová, 1. FL

Grafická úprava:

Dominika Orsághová, 1. FL

Mgr. Marcela Matusová

Jazyková korektúra:

Mgr. Marcela Matusová

Ilustrácie:

Michaela Ondrejíčková, 1. ZL

Tlačiareň:

Merkantil Trenčín

Radi privítame vaše postrehy, námety a príspevky do časopisu. V prípade záujmu kontaktujte našu šéfredaktorku alebo redaktorov.



Ahojte,

tento úvodník sa bude niesť v trochu nostalgickom duchu, teda aspoň pre mňa určite. Tento rok som začala chodiť do štvrtého ročníka, znamená to, že tento rok končím. A z toho logicky vyplýva, že už viac nebudem šéfredaktorkou nášho časopisu, čo je mi veľmi ľúto. Ale nemrzí ma to až tak veľmi, keďže viem, že môj náhradník bude pokračovať v tom, čo už začala Zuzka predtým mnou a v čom som ja pokračovala. Niet pochyb, že náš časopis je na veľmi dobrej úrovni a ja dúfam, že vykročí ešte vyššie po schodíkoch úspechu.

Ale dosť už bolo spomienok a prianí.

Nastáva hektické obdobie. Všetko nám oživa ... Ožili i štvrtáci (medzi nich patrím aj ja), ktorí absolvovali externú časť maturít, a to monitor a slohovú prácu zo slovenského jazyka a z cudzieho jazyka. Aby trochu zabudli na tieto rušné časy, pripravili sme im vo forme fotomontáže malú spomienku na obdobie stužkovej slávnosti.

Ani tento rok sme nezabudli na ženské pokolenie a na ich sviatok MDŽ. Oslávili sme ho Slávnostnou akadémiou a my sme boli pri tom. Nebude chýbať ani zmienka o akcii Valentínska kvapka krvi, zaspomíname si na nášho básnika ticha Milana Rúfusa a na lyžiarak, bude toho naozaj neúrekom.

Nemôžeme zabudnúť ani na našich milovaných profesorov. Tí tiež oslavovali svoj sviatok, a to Deň učiteľov. Ja vám prezradím, že ani tento rok neostali naši profesori bez povšimnutia a tí najlepší dostali aj ocenenie. Máme pre vás tiež jedno malé prekvapenie... Že neuhádnete, kto je absolventom našej školy? Ani ja som to nevedela.

Ak sa teda chcete dozvedieť veľa zaujímavých informácií, ste na správnom mieste.

A na záver prajem všetkým štvrtákom veľa šťastia a hlavne množstvo vedomostí pri tom zelenom stole.

Vaša šéfredaktorka Lucia



Duša mladého človeka je ako notová osnova, ktorej melódiu píše sám pedagóg s obetavosťou, láskou a námahou. Taký je jeho údel. Sám si ho zvolil, veriac, že aj on bude patriť medzi tých, o ktorých J. A. Komenský povedal, že "vyučovanie je prácou pováh vznešených".

Milí čitatelia!

Veľmi sa teším, že ďalšie číslo Celluly uzrelo svetlo sveta. Cellula sa už sa tie roky stala samozrejmov súčasťou našej školy. Je jej kronikou. Pri znám sa, že netrpezlivo očakávam každé jej číslo a ešte "horúce" si ho s nadšením čítam.

No nielen ja som jej verným čitateľom, obdivu sa jej dostáva aj za bránami našej školy. O tom svedčí aj ďakovný list. Napísal ho pán, ktorý sa v našej škole stravuje.

(časť listu p. Hanáka v pôvodnom znení, sme radi, že časopis Cellula sa páči...)

Zabudol som sa predstavit. Volan sa Milan Hanák Smidlského 5. Juh som na invalidnom dôchodku. Pomoham tam kde sa a som vo farskej kostole miništrand. sa ak môže dajte túto pohľadku do Vašho šaropisu ďakujem pekne. a teším sa na Vašu viz aj moju školu každý deň. Spozdravom Milan Hanák Smidlského 5. Rozdzaryje aj Riaditeľku... a celý učiteľský kolektív.

Teším sa nielen z Celluly... Pri príležitosti osláv Dňa učiteľov boli naši traja pedagógovia ocenení - morálne ocenenie minis-

trom školstva SR - Malú medailu sv. Gorazda - získala PhDr. Soňa Bučková, PhDr. Dagmar Mikušová, MPH a PharmDr. Miroslav Peciar získali Ocenenie predsedu TSK a ĎAKOVNÝ LIST za obetavú a tvorivú pedagogickú prácu, ktorou prispievajú k všestrannému rozvoju osobnosti mladých ľudí. Ocenení boli aj úspešní študenti Trenčianskeho samosprávneho kraja - medzi nimi aj náš študent Richard Režný za významnú reprezentáciu školy. Tieto ocenenia sú tou najlepšou vizitkou nielen pre ocenených, ale aj pre našu školu. Srdečne gratulujem a úprimne sa s nimi teším.

Nemôžem zabudnúť ani na Slávnostnú akadémiu pri príležitosti osláv MDŽ a Dňa učiteľov, ktorá sa niesla v atmosfére príchodu jari. Práve tu som mala možnosť spoznať študentov z úplnej inej strany - milo ma prekvapilo, akých mimoriadne talentovaných žiakov máme. Ešte stále mi v ušiach znie melódia, ktorú vylúdil svojou hrou na klavíri Jakub Králik či slová piesne v podaní Kláry Michalíkovej, Emy Dragoňovej a Lucie Pikovej. A pri vystúpení Věny som mala chuť výjsť na javisko a zatancovať si

s nimi. Sledovať ich bolo niečo nádherné a v kútiku srdca som bola na nich hrdá.



Naši študenti sú ako táto kytica, rôznofarební, niektorí viac, iní menej výrazní. Podaktorí už rozkvitli a naplno odhalili svoju krásu, iní sú zatiaľ v puku, hľadajú sa, ešte len príde ich čas, aby naplno odhalili to, čo skrývajú a my im v tom môžeme pomôcť, vlastne pomáhamo ...

A takto by som mohla uviesť ďalšie akcie, ktorými potvrdzujeme fakt, že vychovávame budúcich zdravotníkov, ktorých životným poslaním je pomáhať a tiež mnoho významných úspechov a ocenení našich študentov či ich pedagógov. Na všetky som nesmierne hrdá. Šíria dobre meno školy.

Verím, že sa o nich dočítate viac aj na stránkach našej Celluly. A teraz už prajem príjemné čítanie.

RNDr. Janka Gugová

OCENENIE UČITEĽOV A ŽIAKOV

Deň učiteľov patrí medzi významné sviatky, ktorými si každoročne pripomíname výnimočnosť, obetavosť a tvorivosť našich učiteľov, vychovávateľov. Práca každého pedagogického zamestnanca školy a školského zariadenia je veľmi náročná a mnohokrát nedocenená i širokou verejnosťou. Už sa stalo pravidlom, že práve pri príležitosti Dňa učiteľov ocení predse- da Trenčianskeho samosprávneho kraja MUDr. Pavol Sedláček, MPH vynikajúcich pedagógov a žiakov nášho kraja. Tento rok sa tohto významného ocenenia za vynikajúcu prácu dostalo dvom našim pedagógom - PhDr. Dagmar Mikušovej, MPH a PharmDr. Miroslavovi Peciarovi. Oboja sú veľmi húževnatí, odborne erudovaní a sú veľkým prínosom pre našu školu. Tre- tím oceneným pedagógom je PhDr. Soňa Bučková. Práve ona si prevzala z rúk ministra školstva SR Jána Mikolaja Malú medailu sv. Gorazda za dl- horočnú prácu školstvu a oddanú prácu s nadanými, talentovanými, ako aj zdravotne postihnutými žiakmi a žiakmi so špeciálnymi výchovno-vzde- ľavacími problémami. Oceňovaní boli nielen učitelia, ale aj ich študenti. Nás teší, že sa tento rok dostali pocty aj študentovi našej školy za vzornú a úspešnú reprezentáciu školy a nášho kraja Richardovi Režnému z 3. FL. Srdečne všetkým gratulujeme.

Krédom PharmDr. Miroslava Peciara je poznanie, že učiteľ- ské povolanie je poslanie, má veľa pozitívnych stránok, ktoré sa nedajú nahradiť žiadnym materiálnym bohatstvom. "Disponuje veľkou dávkou tvorivosti, je húževnatý, vytrvalý, cieľavedomý, veľmi aktívny a ambiciózny pedagogický zamestnanec, ktorý pre svoj zod- povedný ľudský prístup k žiakom a ostatným zamestnancom školy, empatiu, nekonfliktnosť a morálne vlastnosti je hodný uznania." (ci- tované z návrhu na Ocenenie za prácu pedagogického zamestnan- ca školy v zriaďovateľskej pôsobnosti Trenčianskeho samosprávne- ho kraja)



PharmDr. Miroslav Peciar sa úprimne teší z ocene- nia



PhDr. Soni Bučkovej nadšene tleska aj minister školstva SR Ján Mikolaj

PhDr. Soňa Bučková - práve jej zásluhou sa škola zviditeľnila aj v oblasti mimoškolských aktivít (SOČ a krúžkovej činnosti). Veľký dôraz kladie na prácu s talentovanou mládežou. Vďaka nej sme mali možnosť spoznať Prof. MUDr. Vladimíra Krčméryho, DrSC., keď zorganizovala besedu na tému Humanitárna po- moc v rámci Dňa Európy v roku 2007. Ochotne po- máha, pracuje dôsledne, precízne. Je empatická, čo sa prejavuje i pri práci a riešení problémov žiakov so zdravotným postihnutím a so špeciálnymi výchovno- vzdelávacími problémami. Jej pracovný čas nie je vy- medzený hodinami ani dňami. **Je vďačná životu, že jej dal šancu pomáhať mladým ľuďom odbornou radou a dobrým slovom.**

PhDr. Dagmar Mikušová, MPH len tak nič neprekvapí, je odborne erudovaná, sčítaná a náročná - na iných, ale predo- všetkým na seba. Neznáša pretváрку, prázdne reči, vysoko si cení úprimnosť, zodpovedný prístup k plneniu povinností, zá- sadovosť a dôslednosť. K svojej práci pristupuje seriózne, zod- povedne, s empatiou a pochopením. Nikdy neodmietne pomoc druhým. Je iniciátorkou mnohých úspešných projektov, jed- ným z najúspešnejších je projekt Zdravý úsmev.

Ocenení boli aj študenti - medzi nimi aj Richard Režný z 3. FL za mimoriadne úspešnú mimoškolskú činnosť (SOČ), prí- stup k štúdiu a mimoškolským aktivitám, ochotou obetovať sa, postojom k životu a k budúcemu povolaniu. Viac sa o ňom dočítate na str. 23)



R. Režný, PhDr. D. Mikušová, MUDr. Pavol Sedlá- ček, RNDr. J. Gugová

text: Lucia Magdolenová, 4. ZAA

Nie je jazyk ako jazyk

Čo nám napadne, keď vyslovíme slovo „jazyk“ ?

Mnohí študenti si pomyslia na svoj vlastný jazyk, ktorí by mali vtedy, keď učiteľ vysvetľuje, radšej držať za zubami. A v čase, keď stoja pred tabuľou a odpovedajú, by si ho mali naprogramovať na vyššiu frekvenciu.

A čo jazyk v našich botaskách, ktorý sa na nás škodoradosťne škerí, keď si náhodou zabudneme prezúvky a dozor to zbaďá ?

Tak vidíte, náš materinský jazyk je bohatý i na takéto homonymá. Je dobré, že je taký zaujímavý, ľubozvučný, ohybný... Nemali by sme však zabúdať ani na cudzí jazyk, respektíve jazyky. Takisto nás priťahujú. Keď sa ich učíme, porovnáваме ich aj s materinským jazykom, snažíme sa ich pochopiť, učíme sa ich mať radi... A tak, ako komunikujeme v rodnom jazyku, chceme rozprávať aj v angličtine, nemčine, ...

I na našej škole postupne vytvárame podmienky, ako tieto jazyky zvládnuť lepšie a efektívnejšie. Dôkazom toho je nové jazykové laboratórium. Mnohí naši študenti sú vo výuke cudzích jazykov naozaj veľmi šikovní, chcú súťažiť a prezentovať svoje vedomosti.

Kde ? No predsa v „školskej olympiáde“. Víťazi potom postupujú do okresného kola a reprezentujú našu školu.

A ako to bolo v tomto školskom roku?

Z devätnástich angličtinárov a z pätnástich nemčinárov sa na stupňoch víťazov umiestnili títo študenti :

ANJ

1. Ema Drgoňová	2. MAS
2. Veronika Fabová	4. ZAA
3. Gabriela Baránková	4. ZAB
4. Martina Kozlovská	3. FL

NEJ

1. Michaela Novotová	2. FL
2. Ema Drgoňová	2. MAS
3. Simona Rakovičová	1. FL
Zuzana Benková	4. ZAA

Ema Drgoňová aj Michaela Novotová prišli domov „strieborné medaily“ z okresného kola olympiád v cudzích jazykoch.

Srdečne im blahoželáme a všetkým prajeme veľa chuti a húževnatosti v cudzojazyčnom štúdiu.

Odkaz: **Pozor ! Nepolámte si jazyky !**

Mgr. Anita Zongorová



MILÉ DIEVČATÁ, SKORO DOSPELÁČKY!

V rámci Výchovy k materstvu, rodičovstvu som ja, Váš pedagóg a koordinátor výchovy PhDr. LABORECKÁ, „vlastníkom“ e-mailovej schránky sferydoverne@centrum.sk

V priebehu nasledujúcich mesiacov absolvujete prednášky na tému :

- Prírodné plánovanie rodičovstva – Billingsova ovulačná metóda, tu sa viac dozviete o týchto témach: formy vyjadrenia lásky, sexualita, partnerské vzťahy, význam zdravej sebakoncepcie v prežívaní a chápaní ľudskej sexuality, druhú lásky, rozhodnutie stať sa rodičom, vznik života, embryogenéza, neplánované tehotenstvo, spontánne potraty, umelé prerušenie tehotenstva

- Billingsova ovulačná metóda nie ako metóda, ale ako životný štýl

Taktiež budete zapojení do II. etapy lokálneho projektu – Zisťovanie vedomostí o rakovine krčka maternice (viac sa dočítate na stránkach tohto čísla Celluly).

Tak na moju e-mailovú schránku napíšte, či máte záujem aj o iné témy, poprípade sa môžete zdôveriť s problémami, ktoré vás trápia, nie je problém nakontaktovať vás na odborníčku.

Takisto sa môžete vyjadriť aj k jednotlivým témam, ktoré boli odprednášané.

Spolieham sa na Váš záujem a serióznosť!



OPÄŤ SME POMOHLI

... pri realizácii verejnej zbierky na dovybavenie pracoviska hyperbarickej oxygenoterapie Fakultnej nemocnice v Trenčíne. Aj vďaka profesionálnemu prístupu našich študentov sa podarilo sa vyzbierať sumu 664 EUR (20 000 Sk).

"Vďaka za to patrí študentom, hlavne PhDr. Dagmar Mikušovej, za výborné organizačné zvládnutie akcie" citujeme z ďakovného listu Ivana Zábrežného (zastúpca Agentúry Izart).

Teší nás, že sme pomohli pri tejto humánnej akcii.

študenti 3. ZAA

NA ZDRAVOTNÍCKEJ ŠKOLE V TRENČÍNE TIEKLA KRV



Takto uviedli 9.2. 2009 príspevok v Prvých televíznych novinách na Markíze reportáž z ušľachtilej akcie, ktorou naša škola odštartovala Valentínsku kvapku krvi v Trenčíne. Zúčastnilo sa jej 49 žiakov z SOŠ zdravotníckej a GEŠ Trenčín. Je nám ľúto, že krv bola odobraná iba 21 žiakom. Hlavnou prekážkou bola nízka hladina hemoglobínu u darcov. Nízka hladina hemoglobínu môže byť dôsledkom, napr. nesprávnej životosprávy.

Vďaka patrí Mgr. Márii Vargovej, ktorá akciu zorganizovala a sama išla príkladom – otvorila akciu tým, že sama darovala krv. Študentom odkazuje: „Dúfam, že budúci rok sa s vami na takejto akcii uvidím.“ Nezabudla dodať: „Moja vďaka patrí všetkým študentom 3. ZL, ktorí mi v tento deň pomáhali.“



Maťa najprv vyplní s laborantkou dotazník, p. doktorka zmeria tlak, odoberie krv, ktorú vyšetria, aby zistili, či môže vôbec pristúpiť k samotnému odberu.



A už je to tu, picháme do žily, už je jasné, že Maťa spĺňa všetky podmienky a môže darovať krv. Odoberú jej až 450 ml, hádam to zvládne, krv daruje prvýkrát.

Mnohých študentov, ktorí sa rozhodnú darovať krv, trápia najčastejšie tieto otázky. Odpoveď na ne sme hľadali u Mgr. Márii Vargovej a ona nám ich ochotne poskytla.

Kto môže byť darcom krvi?

Každý zdravý človek vo veku od 18 do 60 rokov (pri opakovanom darovaní do 65 rokov), ktorý má viac ako 50 kg.

text a foto: Simona Ochodnická, 3. ZAA



Kto nemôže darovať krv?

- kto prekonal infekčnú žltáčku typu B a C a bol v styku s chorými na toto ochorenie za posledný rok (v prípade infekčnej žltáčky typu A, napríklad v detskom veku, môže byť darcom krvi človek až po určitom časovom odstupe)

- kto prekonal iné vážne infekčné choroby (informovať sa treba na ne u lekára transfuziologického oddelenia)

- kto bol posledný mesiac chorý

- kto dlhodobo užíva lieky (s výnimkou hormonálnej antikoncepcie)

- kto bol posledný rok operovaný, tetovaný, liečený akupunktúrou,

- kto si dal urobiť "piercing" - t. j. prepichnúť uši, nos, peru, obočie alebo kožu na iných častiach tela

- kto dostal transfúziu krvi alebo plazmy

- kto je nosičom vírusu HIV spôsobujúceho AIDS

- kto mal v poslednom roku HIV- pozitívneho sexuálneho partnera a patrí k skupinám rizikovým na prenos HIV (ako napríklad vnútrožiloví narkomani, prostitúti a prostitútky, homosexuálne sa správajúci muži, jednotlivci používajúci neobvyklé sexuálne praktiky, sexuálni partneri pacientov dostávajúcich transfúziu krvi a plazmy)

- kto podstúpil operáciu mozgových obalov, transplantáciu rohovky

- kto sa liečil pomocou hormónov hypofýzy a u koho sa v rodine vyskytla familiárna forma tohto ochorenia

- v súvislosti s Creutzfeldt- Jacobovou chorobou (CJCH) sa Nariadením Ministerstva zdravotníctva SR z júla 2005 z darcovstva krvi vylučujú osoby, ktoré žili v rokoch 1980 - 1996 viac ako 6 mesiacov vo Veľkej Británii a v Írsku. Toto opatrenie je preventívne, pretože prenos CJCH transfúziou krvi nebol dokázaný

- z darcovstva krvi sa vylučujú ženy počas menštruácie a počas ťarchavosti (žena môže darovať krv až 1 rok po pôrode, ak nedojčí).

Ako často možno darovať krv?

Muži môžu darovať krv maximálne 4x do roka, ženy maximálne 3x do roka.

Ako prebieha odber krvi?

Na odber krvi má darca prísť oddychnutý, nemal by sa nachádzať v časovom strese. Pred darovaním by mal prijať dostatok tekutín (vodu, ovocné šťavy, minerálku, čaj alebo kávu). Nemal by prísť hladný (treba sa však vyhnúť potravinám s obsahom tuku, fajčeniu a pitiu alkoholických nápojov).

Pred odberom krvi sa darca musí zaregistrovať, vyplníť dotazník s otázkami, podľa ktorých už môže posúdiť,

či je vhodný ako darca krvi a zároveň ako budúci darca krvi vyplníť evidenčnú kartu Červeného kríža. Musí sa podrobiť vyšetreniu hladiny krvného farbiva alebo vyšetreniu krvného obrazu, teploty, tlaku krvi a vyšetreniu lekárom. Dôraz sa kladie aj na zhodnotenie dotazníka a doplnenie potrebných údajov získaných pri rozhovore s lekárom. Darca sa musí pri registrácii preukázať občianskym preukazom či pasom, legítimáciou poistenca zdravotnej poisťovne a viacnásobný darca preukazom darcu krvi.

Po vyšetrení sa darca presunie do odberového boxu, kde daruje krv za asistencie zdravotného personálu. Pri každom odbere krvi sa odoberie obvyčajne 400 až 450 ml krvi. Odber trvá 5 - 10 minút.

Celý proces odberu krvi, ako aj občerstvenia po ňom trvá max. 2 hodiny.

Kde môžem darovať krv?

Milí darcovia krvi, najbližším miestom, kde môžete darovať krv, je pracovisko NTS SR Trenčín.

Pondelok	od 7:00	do 12:00
Utorok	od 7:00	do 12:00
Streda	od 7:00	do 12:00
Štvrtok	od 7:00	do 12:00
Piatok	od 7:00	do 12:00

Mám pred odberom dodržiavať špeciálnu diétu, resp. musím prísť na odber nalačno?

Už dávno neplatí, že darca krvi má prísť na odber nalačno, hladný. Darca musí prispôsobiť stravovanie odberu krvi. Musí si uvedomiť si, že len zdravá a kvalitná krv je zároveň pre príjemcu bezpečná. Svojím spôsobom života a nesprávnu výživou môže totiž negatívne ovplyvniť zloženie krvi tak, že ju nie je možné použiť na liečebné účely.

Pred odberom krvi nejedzte: tučné jedlá (maslo, smotanu, syry, vajcia, mlieko, mäso a mäsové výrobky – hlavne masť, vyprázané jedlá, orechy...)

Pred odberom krvi jedzte: sladké pečivo, rožky, celozrnné potraviny, med, džem, ovocie- banány, hrušky, jablká...

Deň pred odberom vypite aspoň 2 litre tekutín – vodu, minerálku, čaj, ovocné šťavy, ráno pol litra čaju.

Pred odberom krvi nepite alkohol a nefajčite (aspoň 12 – 14 hodín) – zhoršujete tým kvalitu krvi (a svoje zdravie)!

Darca krvi svojím podpisom na dotazníku darcov (ktorý je povinnou súčasťou vyšetrenia darcu pred odberom) potvrdzuje správnosť všetkých údajov, aj to, že si prečítal poučenie a odporúčania.

Vaša prof. M. Vargová



ROK 2009

Tradične k nám zavítal 1.januára a rozlúči sa s nami 31.decembra. Zdrží sa len 12 mesiacov, no verte či nie, prinesie nám toho viac než dosť. . . rok 2009

V numerológii som nikdy nevynikala, ale určite by podľa číselného rozboru tohto roku postačili 2 mesiace prázdnin, tie 2 nuly by mohli symbolizovať rok bez slz, starostí, trápení a chorôb. No a napokon by nám čísla mohli ušetriť 9 mesiacov pohody, lásky a spokojnosti. Trocha nereálneho optimizmu nezaškodí . . .

Už hneď v januári začali vystresovaní Slováci štrngotať v obchodoch s euromincami. A pozrime sa, už sa na našu starú korunu sa pomaly zabúda.



Slovenskí psychológovia sa určite nudiť nebudú, práve naopak. Pocítia prílev nových pacientov. Okrem stresu z eura nám najprv spôsobili vrásky aj obavy z plynovej krízy. Touto cestou zdravíme bratov Rusov, aj kamarátov na Ukrajine a vrúcne ďakujeme za spoluprácu. Veď si len predstavte, koľko nádeje vliali do našich duší, že budú plynové prázdniny! To by sme určite usporiadali Deň národného smútku. Ešteže sa spamätali a plyn včas pustili.

Hroziaca expanzia hospodárskej krízy priniesie so sebou ďalšie psychotraumy. Na letecké dovolenky nebude dosť eur a autom sa k moru dostaneme len ťažko, keďže takmer všetky automobilky pozastavili svoju výrobu. Jáj, ale zrodilo sa šrotovné, aby ľudia kupovali a nie len pozerali. A šrotujú, a kupujú. Čakám, že budeme aj topánky môcť zošrotovať: "Staré za nové!" To bude paráda!

Čínsky trh ohrozuje naše domáce textilky, takže v čakárni u psychológa možno stretnete aj svoju mamu. Slovenské krajčírky a tkáčky asi nie



sú také šikovné ako Číňanky... alebo žeby tých Ázijčaniek bolo viac???

Padnú textilky, padnú automobilky, padne zamestnanosť.

A celú túto "hrúzu" máme zapíť literami mlieka, aby sme boli zdraví a krásni, ako nám to už od začiatku tohto roka radí jedna reklama. V rámci zachovávanía slovenských zvykov to však budú litre alkoholu. Takže zamestnaní budú nielen psychológovia, ale aj pracovníci na Prednej Hore.

No ale nebudeme vešať hlavy. Veď určite nastane aj množstvo príjemných momentov. S istotou prehlasujem, že štvrtákov neminie maturita. No štvrtáci, len povedzte, že sa netešíte?! Dúfam za všetkých maturantov, že zlé otázky sa nám vyhnú ako čert krížu a že sa nám podarí dostať maturitnú komisiu do kolien z našich bezchybných odpovedí.

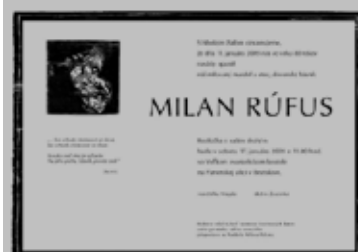
Takže suma sumarum. Ťažké euro mince nám aspoň pripomínajú, že stále máme plnú peňaženku, Rusi vedia, aká vie byť zima zlá, takže tie plynové kohútiky určite nechajú otvorené. Na tú dovolenku do Chorvátska nás odvezie aj staré auto a naši rodičia vyjdú v Makyta kabátoch a Kara kostýmoch do ulíc ako v 89-tom a budú štrajkovať za fungovanie slovenskej textilnej výroby. Namiesto tej pálenky sa bude piť mlieko, ako nám to odporúča Ministerstvo zdravotníctva a nepochybne všetko dobre dopadne!

A keby to aj v tom novom roku nebolo všetko práve také ružové, ešte vždy môžeme spomínať na tie úspešné roky pre ním . . .

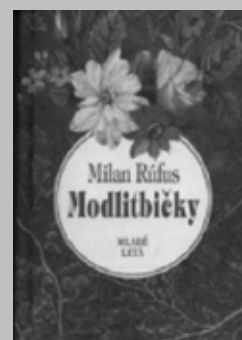
text: Soňa Michalcová, 4. ZAA

perokresba: Michaela Ondrejčková, 1. ZL

koláž: Dominika Orsághová, 1. FL



Lebo aj keď ste Vy už tam hore, spomedzi oblakov vidíte, v koľkých rodinách pred spaním čítajú deťom Vaše Modlitbičky, koľkí dospelí si pripomínajú detstvo pri Vašich rozprávkach a pýtajú sa rovnako naliehavo, ako Vy, či jesto pravda ešte na svete.



Kto je človek?

V januári tohto roku dohorela svieca jeho života, o mesiac neskôr vyšla jeho posledná zbierka *Ako stopy v snehu*, po prečítaní ktorej sa opäť básnik vkráda do našich srdiec, myšlienok. Jeho verše sú naše. A že nás nútia rozmýšľať o sebe, o tom niet pochýb... Milan Rúfus – básnik ticha, básnik bolesti. Nikdy nerobil okolo seba rozruch, a predsa o ňom vedeli až v Číne.

Kto chce pochopiť základný zmysel poézie Milana Rúfusa, musí si spolu s básnikom položiť otázku a odpovedať na ňu: Kto je človek? Milan Rúfus analyzuje človeka. O žiadnej z jeho básní nemožno povedať, že je najlepšia. Všetky totiž v sebe nesú hlboké myšlienky a odrážajú sa v nich tie najhlbšie ľudské hodnoty, každý verš nás núti ponoriť sa do ticha svojich myšlienok a prežívať bolesť s básnikom. Smútiť nad spoločnosťou a jej hodnotami. Nadovšetko si cení lásku, dobro, pokoru.

A v takom duchu sa nesie aj básnická zbierka *Zvony*, ktorú napísal ako mladý básnik. Očakávali by sme, že bude bezstarostná, je však vážna...

Z v o n y ako symbol nejakého konca či začiatku, ako apel, výkrik, aj tak sa dá vnímať aj báseň ktorú sme rozoberali na hodine literatúry. *Zvony* zvoní, nástojčivo, oznamujú koniec detstva, ale básnik sa

neteší. Nemôže tento fakt zmeniť, je to nezvratný proces. A tak prekračujeme hranice detstva, dospievame a „špina čas razí falšované mince a kupuje, čo z detí ešte zostalo“. Škoda. . .

Fenomenálnosť Rúfusa spočíva v tom, že na malej ploche dokáže podať veľkú výpoveď, čoho dôkazom je práve táto báseň. Po prečítaní štyroch strof máme pred sebou dokonale obraz zrodu dospelého, „zod-

povedného“, no zároveň už nie tak bezprostredného a hravého človeka. Avšak človeka s pokrivenými hodnotami. To je autorov poznatok, ktorý nám prináša prostredníctvom originálneho podobenstva.

Nenásilne naznačí, že povestná detská nevinnosť a úprimnosť sa už v dospelosti nenosí! Človek už netuší poznávať svet, chce ho ovládať, vlastniť, v ľudskom srdci zavládne chlad... Motívom kľučky snáď vyjadruje túžbu vrátiť sa späť do detstva, otvoriť svoje srdce a stať sa opäť človekom. A čo motív psíka? Žeby nás básnik chcel upozorniť na to, čo je dôležité vo vzťahoch? Bolo

by smutné, keby sme ostali odsúdení na samotu vo svete plnom ľudí, nemyslíte?

Zvony detstva

Vždy príde deň, keď deti zjedia kľúč od dverí tajomstva. Už ho nevrátia.

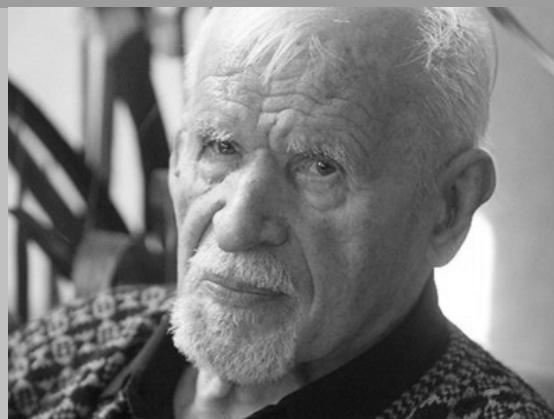
Už ho nevydajú, už v nich zapadá čo deň to hlbšie a neprekročia prah zavretých dverí už nikdy viac. Tú čiaru, za ktorou jedenie sa stáva vedením.

Už nikdy viac. A z ukradnutých zvonov špina čas razí falšované mince a kupuje, čo z detí ostalo.

Tak umierame všetci pred tou bránou. Tak na Hromnice občas mrznú psyky: v mrazivej noci na prah kladú hlavu a oči stále na kľučke ...

Nedajme si vziať to ľudské, čo je v nás! Staňme človekom podľa Rúfusovho vzoru - človekom práce aj ducha, človekom minulosti aj prítomnosti, človekom bolesti a utrpenia, ale aj radosťou, človekom zdravej spoločnosti.

Soňa Michalcová, 4. ZAA



Milan Rúfus (10.12.1928 - 11.1.2009 - básnik, prekladateľ a esejista

Etymológia rodinného mena: predpokladá sa, že základom mena je nemecká morféma „ruf“: „výzva, výkrik, volanie, apel, poveseť“. Ak je to tak, potom akoby to bolo predurčilo básnikovo poslanie v jeho pozemnom živote.

Rodisko: Závažná Poruba

Tvorba:

básnické zbierky: Až dozrieme - debut, Chlapec, Zvony, Triptych (Až dozrieme, Chlapec, V zemi nikoho), Ľudia v horách, Hľadanie obrazu (dielo s fotografiami M. Martinčeka), Stôl chudobných, Kolíska, Chlapec maľuje dúhu, Kolíska spieva deťom, Hudba tvarov, Prísný chlieb, Báseň a čas, Vernosť, Ako stopy v snehu (vyšla po smrti)

• **pre deti a mládež:** Kniha rozprávok, Sobotné večery, Rozprávočka veselá, zostaň ešte s nami, Studnička, Tiché papradie, Modlitbičky, Mechúrik Koščúrik s kamarátmi, Pamätníček, Nové modlitbičky

• **eseje:** Človek, čas a tvorba, Štyri epištoly k ľuďom, O literatúre, A čo je báseň, Rozhovory so sebou a s tebou

• **preklady**

Inšpirácia: symbolizmus, náboženstvo, ľudová slovesnosť

Ocenenia

Štátna cena za literatúru, Medzinárodná cena Zlatý kľúč, Rad Tomáša Garrigua Masaryka III. triedy

Od r. 1991 bol trikrát navrhovaný na Nobelovu cenu za literatúru

Rad Ľudovíta Štúra 1. triedy, cena Jozefa Čigera Hronského za literatúru, Čestný doktorát literatúry, udelený Svetovou akadémiou umení a kultúry, Cena na festivale v Struge, Macedónia

2005 - Cenu ministra kultúry za zbierku básní *Báseň a čas*

2006 - Cena Literárneho fondu za najlepšiu pôvodnú slovenskú tvorbu v roku 2005 za zbierku *Báseň a čas*

2008 - Cena za poéziu Crane Summit 2008

2009 - Pribinov kríž I. triedy - vysoké štátne vyznamenanie, za mimoriadne zásluhy a kultúrny rozvoj krajiny

zdroj: www. wikipedia. sk

POSVIETILI SME SI NA BANSKÚ BYSTRICU

V článku z prechádzajúceho čísla Celluly sme vám predstavili Strednú zdravotnícku školu v Považskej Bystrici, pokračujeme... Tentokrát sa zmienime o zdravotníckej škole, ktorá leží priamo v srdci Slovenska.



História Strednej zdravotníckej školy v Banskej Bystrici je veľmi bohatá. Jej predchodkyňou bola Verejná odborná škola pre ženské povolania, ktorá vznikla počas prvej Československej republiky v roku 1920. Škola bola dvojročná, navštevovali ju dievčatá 14 až 15 ročné po skončení meštianskej školy.

V roku 1952 bola škola premenovaná na Zdravotnícku školu.

V súčasnosti je veľmi dobre vybavená. Naozaj môžeme bansko-bystrickým študentom mnohé iba ťižko závidieť.

Hneď pri vstupe do budovy vás ohúri bufet, ktorý je na našej škole tak túžobne očakávaný už niekoľko rokov.



Škola však nedisponuje iba slušnou „skládkou jedla“. Má tiež školské ihrisko, vlastnú telocvič-

ňu, plážové ihrisko, saunu, posilňovňu, čítareň, lekárňu pre praktickú výučbu študentov v odbore farmaceutický laborant, odbornú učebňu galeniky a mnohé iné. Radšej už nepokračujem, aby sme príliš nezávideli. . .

Za zmienku stoja i študijné odbory. Tie sa momentálne nelíšia od tých, ktoré ponúka i naša škola – sú to zdravotnícky asistent, zdravotnícky laborant, farmaceutický laborant a masér. V poslednom spomínanom odbore škola umožňuje výchovu a vzdelávanie zrakovo handicapovaných študentov. Vzdelávanie sa uskutočňuje formou individuálnej integrácie, pri ktorej sú študenti zaraďovaní do bežných tried s ostatnými žiakmi školy a sú vzdelávaní podľa individuálneho výchovno-vzdelávacieho programu, pričom učebné osnovy a výchovné postupy sú prispôbené ich potrebám.

Škola tiež ponúka dvojročné pomaturitné štúdium v odbore zdravotnícky záchranár.

Na „zdravotke“ vydávali aj školský časopis Endorfin, no v súčasnosti nie je redakčná rada aktívna, takže o ďalšieho konkurenta menej.

A čo na štúdium hovoria študenti tejto školy? Podarilo sa mi získať dva názory. Tak nech sa páči:

„mno naša škola je super pretože aj kolektív v našej triede je super ale aj tí starší žiaci sú super sa nad teba nopovyšujú a profesori sú tiež super ale tak sú aj dáke výnimky ale dá sa to zvládnuť "no ono to je dosť zložitá páči sa mi tam skoro všetko učebne profáci len nechápem načo máme napríklad matiku (alebo dejepis) :)"

Soňa Michalcová, 4. ZAA



ŽIVOT NÁŠ ŠTUDENTSKÝ



AKADÉMIOU SME VZDALI HOLD



20.3.2009 sa uskutočnila SLÁVNOSTNÁ AKADÉMIA pri príležitosti osláv MDŽ a Dňa učiteľov. Celá táto slávnosť sa niesla v atmosfére prichádzajúcej jari (za to patrí vďaka aj Mgr. M. Chrenovej, ktorá sa postarala o naozaj nádhernú výzdobu). Oslavovali sme slovom, hudbou, tancom, spevom, divadelnými scénkami. Program bol pestrý ako rozkvitnutá lúka. Mali sme možnosť spoznať spolužiakov v inom svetle - milo prekvapil klavírny virtuóz Jakub Králik z 3. FL. Ohúrili aj chalani z 3. ZL svojím hudobným vystúpením, Ema Drgoňová z 2. MAS a Klára Michalíková zo 4. ZAA nás potešili spevom. Na scénu sa dostali aj naši nováčikovia z 1. ZL s tromi scénkami (a veľmi vydarenými) a tiež členovia divadelného krúžku pod vedením Mgr. Viesa. Doslova krv v žilách rozprúdila Věna, ktorá nám predstavila aj nový tanec Horehron. Ich vystúpenie bolo nádherné.

Zazneli slová chvály a vďaka na adresu žien a nezabudli sme ani na našich profesorov. "Je všeobecne známe, že práca učiteľa je pomalá, ale isto odsúvaná na okraj spoločnosti, učiteľia sa stávajú nedocenení, hoci sa na ich prácu kladú stále vyššie a vyššie nároky. Mnohým však aj napriek týmto nepriaznivým podmienkam, záleží na tom, aby pripravili do života schopných, vzdelaných mladých ľudí. Často obetujú svoj voľný čas pre nás. Málokto si však uvedomí, že tento čas ukradli práve svojim rodinám, deťom. Do svojej práce každý z nich vkladá kúsok seba. V našom školstve je veľa žien, takže sa fakt nečudujem, že J.A.K bol macher na ženy. Pretože tak ako on, aj ony sú presvedčené, že dobrá škola robí človeka lepším. A vy muži- páni učiteľia a profesori nezúfajte, veď vy ste oživením nielen ženských učiteľských kolektívov, ale aj vy nám pomáhate odomykať zámky poznania. Za to všetko ďakujeme."

text: Nikola Švecová, 3. FL, foto: Simona Vítková, 3. FL a Terézia Veselá, 3. ZAA

„Navždy sa zachová v pamäti stužková...“

Niekoľko si možno povie, že otrepané slová starej pesničky... Ale keď sa nad tým zamyslíme, tak majú čosi „do seba“. Skúste si spomenúť, nasvojich rodičia a ich zážitky spojené so stužkovou.

Stužková slávnosť, ako sa nazýva „plným menom“, je čas najkrajšieho obdobia nášho študentského života, ale asi aj najťažšieho. Musíme sa rozhodnúť, či ísť na vysokú školu alebo nie, hádame, či nájdeme nejakú prácu a hlavne ako to všetko dopadne...Rozlúčime sa z priateľmi, ktorých sme si za tie štyri roky našli, ale musíme to zvládnuť, aby sme do dospelosti mohli vykročiť tou správnou nohou.

Keď si spomeniem na našu stužkovú, nevybaví sa mi len jedna noc, ale obdobie, kedy sme všetci usilovne plánovali, zariaďovali, zjednávali, nacvičovali....aby ten náš „deň D“ bol, čo najlepší. Aj keď sme sa snažili čo najviac, nie vždy všetko vyšlo tak, ako sme chceli, ale práve tie maličkosti, a najmä tie, ktoré sa nepodarila sa, stávajú najkrajšími spomienkami...

A preto naozaj platí:

„Navždy sa zachová v pamäti stužková...“

Lucia Magdolenová, 4.ZAA

Počiatky stužkových slávností

Študentská tradícia stužkových slávností sa na Slovensku začala v Banskej a lesníckej akadémii v Banskej Štiavnici už v 19. storočí. Neskôr sa rozšírila na gymnáziá a postupne na všetky druhy stredných škôl s maturitou.

Stužková bola najskôr výlučne záležitosťou študentov a niekoľkých pedagógov. Postupne na ňu začali pozývať aj rodičov či priateľov. Je spojená s odovzdávaním maturitných stužiek a spevom starej študentskej latinkej piesne – Gaudeamus igitur – ako symbol nového života a nádeje.

V 19. storočí mládenci nosili na stužkovej frak a v tomto oblečení sa pohybovali aj v týždni pred stužkovou, keď vyberali peniaze do klobúka.



GAUDEAMUS IGITUR

Názov, ktorý vo väčšine študentov evokuje znechutené spomienky na hromadné školské akcie. Možno práve preto si väčšina ľudí myslí, že Gaudeamus je študentská hymna s vážnou a starobylou históriou. Práve opak je pravdou. Autor pôvodného podkladu piesne z 13. storočia síce nie je známy, ale známejší je už nemecký študent Christian Wilhelm Kindleben, ktorý v roku 1781 pôvodný text (dnes 2. a 3. sloha) upravil a doplnil so svojimi kamarátmi v krčme. Gaudeamus igitur bol teda pôvodne pijackou piesňou bohémnych študentov v 18. storočí, ktorá bola akosi manifestáciou ich mladosti a sily. Kindleben pre svoju pieseň použil melódiu z piesne skladateľa J.G. Gunthera z roku 1717. Vážnosť tejto rebelantskej pesničky dal až Johannes Brahms, ktorý ju hral na jednom zo svojich akademických festivalov v poslednej štvrtine 19. storočia. Odvtedy sa uchytila aj medzi distingvovanou spoločnosťou a ako študentská hymna a oslava školy a mladosti sa spieva až dodnes.

Zdroj: Múzeum školstva a pedagogiky, Bratislava

GAUDEAMUS IGITUR

*Gaudeamus igitur
iuvenes dum sumus:
post iucundam iuventutem,
post molestam senectutem
nos habebit humus.*

*Vita nostra brevis est,
brevis finietur;
venit mors velociter
rapit nos atrociter,
nemini parceretur.*

*Ubi sunt, qui ante nos
in mundo fuere?
Vadite ad superos,
transite ad inferos.
Ubi iam? - Fuere.*

*Vivat academia,
vivant professores,
vivant membrum quodlibet,
vivat membra quaelibet,
semper sint in flore!*

*Radujme sa teda
pokiaľ sme mladí:
po príjemnej mladosti,
po obťažnej starobe
staneme sa súčasťou zeme.*

*Život náš je krátky,
čas rýchlo končí,
rýchlo príde smrť,
kruto nás uchopí,
nikto nebude ušetrený.*

*Kde sú, tí ktorí pred nami
na svete žili?
Kráčajte na nebesia,
prejdite do pekiel.
Kde už? - Žili.*

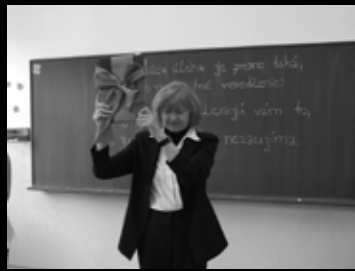
*Nech žije akadémia,
nech žijú profesori,
nech žije každý člen,
nech žijú všetci z nás,
navždy nech kvitnú!*

ŽIVOT NÁŠ ŠTUDENTSKÝ ČAS, KEŽ STUŽKY MAJÚ ZELENÚ

4.ZAA



ŽIVOT NÁŠ ŠTUDENTSKÝ



4.ZAB



ŽIVOT NÁŠ ŠTUDENTSKÝ



ZELENÉ, ŽLTÉ, MODRÉ, PRE PRÍRODU DOBRÉ

Na človeka kedysi číhalo nebezpečenstvo v prírode, či to už boli vrtochy počasia, alebo divé zvieratá. Dnes je situácia úplne iná. Človek si podrobil prírodu tak, že prispel k zániku mnohých druhov rastlín a zvierat, ničí prirodzenú klímu zeme, čistú vodu atď. Ďalším našim výdobytkom civilizácie je odpad. Je ho naozaj na odpadnutie.

A všimni si aj, či ne-nájdeš doma niektorú z týchto značiek:



- výrobok alebo obal môže byť recyklovaný,



- výrobok alebo obal môže byť recyklovaný a je čiastočne alebo úplne vyrobený z recyklovaných materiálov,



- sklené nádoby môžu byť recyklované,



- výrobok alebo obal je čiastočne vyrobený z recyklovaných materiálov,



- obal je vyrobený z recyklovaných výrobkov a spoločnosť, ktorá predáva výrobok, finančne prispieva na recyklovanie.

Zasypú nás odpady?

V EÚ vyhodíme každý rok 1,3 miliardy ton odpadu. A to už je pekná kôpka. Odpad je možno užitočným zdrojom materiálov a energie, ale kvôli veľkému priestoru, ktorý je potrebný na jeho „skladovanie“ je to zdroj veľmi nákladný. No a keď ho nebudeme mať kam dať, zasype civilizáciu, ktorá ho vytvorila.

Preto tu máme pre vás pár prikázaní, ako sa nezasypať:

1. Recykluj, renovuj... Recyklovať nejde všetko - čokoládu či zmrzlinu nezrecyklujete, je veľa iných vecí, s ktorými to sa dá. Napríklad papier, kartón, hliníkové plechovky, sklené aj plastové fľaše a nádoby, elektrické spotrebiče, počítačový hardvér aj baterky. Niečo z toho určite nájde každý z nás doma.

2. Tried' odpad! Túto možnosť máme aj na našej škole. Prečo myslíte, že boli zakúpené do našej školy tie krásne trojfarebné koše? Určite nie na spestrenie triedy. Preto sa snažte triediť odpad, aby to nemuseli za nás robiť pani upratovačky! :-)



3. Šetri papier, šetriš lesy! Teda nie spôsobom: "Zabi bobra – zachrániš strom." Papier sa dá šetriť tak, že naň nečmáraš nezmysly, ktoré aj tak zahodíš do koša. A listy sa už aj tak dávno nepíšu, namiesto listu napíš radšej SMS, možno zachrániš strom. ☺

4. Postav dom, zasaď strom, splod' syna! Ty sa riad zatiaľ iba tým výrazom uprostred spojenia, čiže zasaď strom. Dom ešte počká a deti tiež majú dosť času. Takže bež ihneď do záhrady a vieš čo máš urobiť! ☺

Dominka Orsághová, 1. FL



NESEPARUJTE SA

SEPARUJTE



Aj my máme od januára možnosť separovať. Každú triedu, ale i chodbu zdobia nové odpadkové koše, vďaka ktorým je separovať ľahké. Papier do červeného koša, plasty do žltého a ostatné do zeleného. Ak to nevieme, máme tam aj ťahák (všetko pekne napísané). Samozrejme, musíme vedieť čítať! No buď čítať nevieme, alebo nechceme (takýto ťahák je nezaujímavý, nezabezpečí nám lepšiu známku, aj keď nič nevieme, však? Tak načo ho vôbec použiť!) Svedčia o tom aj tieto fotografie. Odkedy je plastová fľaša papier? A čo medzi papiermi hľadá banánová šupka? Nie je ľahšie hodiť písomku medzi papiere a fľašu medzi plasty, keď už škola zainvestovala, ako zbytočne chaosiť, čo myslíte? A nemusíte sa vyhovárať ani na panie upratovačky. Im totiž nerobí problém zosypať odpad do troch vriec a vláčiť ho za sebou po celej škole, ale to by ste najprv museli začať zodpovedne separovať! Takže sa nevyhovárajte, ale radšej čítajte a separujte!

Vaši ekologicky zameraní spolužiaci
foto: Simona Ochodnická, 3. ZAA



AKO SA Z CISÁROV(N)EJ

Je to už šesťnásť rokov, čo sa jednej šikovnej študentke trémou triasol hlas za zeleným stolom. Milé dievča a dnes už absolventka našej školy sa po dvoch materských dovolenkách rozhodla zmeniť svoje profesijné zameranie. A tak sa zo sestričky Nataše Cisárovej stala Natália Žembová, v súčasnosti úspešná moderátorka večerného spravodajstva STV. Prostredníctvom mailového spojenia sa nám podarilo získať rozhovor, v ktorom si Natália zaspomínala na časy, keď ešte dýchala vôňu školy i nemocničných oddelení, ale aj na profesorov, ktorých stále stretávame na chodbách školy. Nechajte sa teda unášať riadkami tohto „exkluzívneho interview“...

1. V ktorom školskom roku ste maturovali a ako si spomínate na študentské časy na zdravotníckej škole?

Maturovala som v roku 1992. Bola to moja prvá veľká skúška dospelosti. Vtedy sa mi začali otvárať dvere do sveta a myslela som si, že iba mne patrí celý svet. Realita však bola iná. Prvá práca rovno na psychiatrii... A študentské časy? Boli to asi najkrajšie roky... hoci sme sa museli drviť učivo a nie všetky predmety boli moje najobľúbenejšie, i tak sme sa so spolužiačkami nasmiali a navyádzali hlúpostí. Mali sme jedného spolužiaka, Erika. Bol pri nás chudák, hoci veľmi inteligentný a šikovný. Dokonca bol múdrejší, ako hociktorá z nás. A tak si to počas prestávky riadne „schyťal“. Dali sme mu ručne – stručne najavo, že nemá byť na hodinách taký „aktívny“. Ale inak bola "srandá". Krásne časy...

2. Patril nejaký vyučovací predmet k vašim najobľúbenejším?

Asi ako každá z nás, mala som aj ja obľúbené predmety. Tým naj bola chirurgia. Učil ma pán doktor Markech. Veľmi som obľubovala aj psychiatriu, ošetrovateľstvo a patológiu.

3. K najzaujímavejšej časti štúdiá na našej škole patrí odborná prax. Spomeniete si na nejakú úsmevnú príhodu z praxe v nemocnici?

Tých úsmevných príhod bolo neúrekom. Zvláštne, spomínam si často práve na tie nie príliš veselé. Väčšinou si spomeniem na

choré detičky, na pacientov na chirurgii. Ale pri jednej spomienke sa predsa len usmejem. Mala som mladého imobilného pacienta z chirurgie odvieť na RTG. Naložila som ho na vozík a šla. Po chvíli čakania na vyšetrenie som si súrne potrebovala „odskočiť“ na toaletu. A tak som ho poprosila, aby mal chvíľu strpenia a počkal na mňa. Vrátila som sa po asi 5-minútach a pacienta nebolo. Vozík zostal prázdny, boli na ňom položené len papieře a župan. Pomyslela som si, že toto je môj koniec. Začala som ho hľadať po celej nemocnici. Keď som po hodine už zruštená sedela pred RTG, mladý muž sa vynoril spoza rohu chodby a s úsmevom mi oznámil, že si potreboval „pofajčiť“ tak, aby ho nikto ne našiel, nuž zašiel do suterénu. A po „svojich“. Najskôr som mala v sebe zlosť, že by som ho tam nechala samého, ale sestričkovská zodpovednosť vo mne zvíťazila. Neskôr sme sa na tom zabávali, ako „nechodiaceho som uzdravila.“

4. Využívate vedomosti získané počas štúdiá na „zdravotke“ doteraz?

Áno, ale našťastie len minimálne. Aj to najmä pri deťoch. Už zopárkrát som správne určila „diagnózu“ a lekár mi to len potvrdil. Takže si myslím, že moje deti sú v správnych rukách.

5. Naši pedagógovia si na Vás spomínajú ako na mladé, veľmi energické dievča. Na obrazovke však pôsobíte veľmi vážne...



•Rodinný stav: vydatá, dve deti - Martinka a Jakubko

•Vzdelanie: Stredná zdravotnícka škola v Trenčíne, Súkromná moderátorská škola BA

•Vrchol TV kariéry – doterajší: moderovanie Správ STV (od októbra 2007)

•Hobby, záľuby: moja rodina, knihy, akýkoľvek šport

•Relax: dobrá kniha, belgická čokoláda a šálka voňavej kávy

•Na ľuďoch si cení: otvorenosť, úprimnosť a ľudské teplo

•Životné motto: Všetko je po minúteľné. Nikdy sa nevzdávaj.





Od októbra 2007 moderuje spolu s Dodom Dúbravským hlavnú spravodajskú reláciu Správy STV

To je mimicry:o) Ale nie, trochu som sa usadila, i keď vo mne

7. Bežný laik nemá ani tušenie, čo všetko sa skrýva za prácou moderátora večerného spravodajstva. Dokonca je presvedčený, že je len akýmsi „čítačom“ správ z čítačky. Môžete nám priblížiť, v čom spočíva vaša príprava pred spustením zvuky televíznych novín?

Neviem, ako pracujú kolegovia v iných televíziách a odkiaľ sa tento mýtus šíri. Ja som v newsroome /miestnosť pre moderátorov a redaktorov spravodajstva, pozn. autora/ od 12,00. Prečítam si internetové správy na takmer všetkých weboch, pozriem si agentúry, kto-

ho povolania?

Áno, bola by som svadobná agentka alebo bytová architektka.

10. Vyrastali ste v dedinke Hornej Srnie, pár kilometrov od Trenčína. Chýba vám život na dedine, kde je pokoj a každý každého pozná?

Nechýba, veď ja žijem na dedine:o) Bývame s rodinkou v Rohožníku pri Malackách. Je to obec, kde naozaj každý každého pozná a mne to vyhovuje:o) Je fajn, keď sa máte na koho obrátiť s prosbou o pomoc. Som tu šťastná. Máme rodinný dom, dve zdravé, krásne

STALA MODERÁTORKA ...

tá vášeň a tvrdohlavosť barana zostala. Je to moja povaha a tú si zlomiť nenechám. Veľmi sa tomu tešia kolegovia, ktorí ma berú ako také slniečko a skôr takú bláznivú ako vážnu. Lenže spravodajstvo na obraze nie je o bláznení a srande. Tam sa preberajú aj vážne tragédie a tiež politika.

6. Ako sa absolventka zdravotníckej školy dostala k médiám? Pre mnohé naše spolužiačky by to bolo splnenie jedného veľkého sna. Aké to bolo vo vašom prípade?

Ja som nikdy nechcela pracovať v médiách. Pre mňa to bola skôr náhoda a úžasné šťastie. Do materskej dovolenky som pracovala ako sestrička na detskej JIS a dialýze. No po druhom dieťati som našla v novinách inzerát, kde hľadali moderátora pre prvú Superstar. A ja som sa prihlásila len tak, z mamičkovskej rebélie. Hoci ma nevzali /veď pri slovnej zásobe asi 200 slov, kto by ma chcel?:o)/ veľkú šancu mi dal Peter Šesták, scenárista Superstar. Videl vo mne viac a pozval ma na kamerové skúšky do jednej miestnej televízie. A uspela som... na moje veľké prekvapenie ma to začalo baviť, potom nasledovala moderátorská škola, rádio Expres a STV.

ré vydávajú najnovšie správy z celého sveta. O 14.00 máme pravidelnú výrobnú poradu. Tam sa dohodneme, čo sa bude vysielat a v akom poradí. Potom si už píšeme a redigujeme texty, ktoré čítame, píšeme headliny, atď. Musím si napísať a vyrobiť upútavku na večerné spravodajstvo, idem do maskérne, kde ma upravia a večer o 19,00 smerujú moje kroky do štúdia. Tam si najskôr si prejdeme celú čítačku, či je tam všetko, ako má byť. Vyskúšame headline /krátke jednovetové upútavky na začiatku správ/, či sedia s obrázkami. Ak máme „živý“ vstup s nejakým redaktorom, tak sa s ním musíme spojiť a dohodnúť, o čom sa budeme rozprávať a koľko máme na to času. A je toho oveľa viac...takže „čítačka správ“?

8. Čo teda považujete na práci v médiách za najťažšie?

Možno sledovať prehľad udalostí, neustále vzdelávanie sa...a, samozrejme, práca s ľuďmi...napokon, som sestrička, tak aspoň tento problém dokážem /aspoň tam, kde sa to dá/ odstrániť a nemám strach z konkurencie. Svoju prácu vnímam realisticky. Teraz som tu, na tomto mieste, zajtra môžem stáť pri lôžku pacienta a pichať injekcie:o)

9. Keby ste sa nedostali na zdravotnícku školu a vietor by vás nezavial ani do médií, vedeli by ste sa predstaviť pri výkone iné-

deti a v neposlednom rade, mám manžela, s ktorým som šťastná.

11., Ako ste si zvykli na zvýšený záujem o vašu osobu a na fakt, že zaplňate stránky časopisov?



Rodinu miluje nadovšetko - dve krásne, zdravé deti a manžel, s ktorým je šťastná.

No, nie je to až také strašné:o) Nezaplňam stránky bulvárnymi informáciami, pretože ma nikto nevidel opitú alebo nahú:o) Takže ak o mne niekto píše pekne, o mojej rodine, tak je skôr príjemné. A dá si na to ľahko zvyknúť...nie je to obeta:o)

12. Ako zvyknete tráviť voľný čas?

Väčšinou s deťmi, prispôbujem im všetok svoj čas /nie je ho veľa, ale predsa pár dní v mesiaci mám pre rodinu/. Inak mám rada knihy, belgickú čokoládu a letné

prechádzky v lese. Športujem asi na všetkom, na čom sa dá. Korčuľe, lyže, sánky, boby, bicykel:o)

13. Ste starostlivou maminou 2 malých detí. Myslíte, že sa budú uberať vo vašich šľapajach?

Radšej nie! :o) Médiá nie sú zdravým prostredím :o) Skôr zdraviu škodlivým :o) Martinka má našťastie sklony k veterine, miluje kone a zvieratá všeobecne, takže to je fajn. Jakubko je technický typ, zatiaľ sa mi profiluje ako rytier či Batman...ale neviem, čo z neho vyrasie:o)

14. 28. marca mali naši pedagógovia sviatok – Deň učiteľov. Na ktorých učiteľov si spomínate s láskou a prečo?

V prvom rade je to určite moja triedna profesorka Alenka Laborecká. Tá nás držala „nad vodou“ 4 roky počas štúdia a veľmi sme si rozumeli. Spomínam si aj na profesorku Ivanku Mrázikovú, ktorá s nami absolvovala prax v nemocnici a prvé injekcie. Profesorka Bohoová nám odpustila sem – tam nejaké drepy. Spomínam si na profesorky Šimurkovú, Emíliu Mrázikovú (slovenčinárku), J. Gugovú, prof. Juráska /milovali sme ho pre jeho pokoj a duševnú pohodu/, Dr. Markecha /ktorý ma naučil milovať chirurgiu/, Dr. Kvasničku – psychiatra, s ktorým som neskôr bola kolegyňa na psychiatrii, Dr. Drobnú, tá nás učila vnútorné lekárstvo...mohla by som menovať ďalších a ďalších...bolo s nimi fajn, i keď občas ťažko:o)

15. Je niečo čo by ste im chceli odkázať?

Áno...ďakujem všetkým, ktorí nás formovali a ktorí ešte stále zasahujú do života mladým dievčatám a chlapcom. V prvom rade ste nás chceli naučiť byť ľuďmi, až potom sestričkami. A to je devíza, ktorú nezískame na každej škole. Lebo byť sestričkou je poslanie a povolanie. Sme povolané žiť život ťažký, plný pohľadov na bolesť a utrpenie. Vy, panie a páni profesori, nás učíte žiť, pracovať a byť úprimní k sebe aj ostatným. Ďakujem vám za to, čo ste mi do života dali. Hoci ako pubertiačka som to veľmi prijať nechcela. Teraz

viem, že aj vďaka vám sme také, aké sme:o)

16. Na záver by ste ešte mohli poskytnúť nám študentom zo pár rád, ako sa nezbláznit zo školy a stať sa takým úspešným absolventom ako ste vy.

Jedno si dievčatá zapamätajte...pri lôžku pacienta je jedno, či sa učíte na samé jednotky alebo trojky. V živote je jedno, či ste famózna v pediatrii alebo chirurgii. Nezabudnite byť v prvom rade sami sebou. A po druhé byť človekom a láskavou osobou, ktorá tiší uplakané dieťa, ktorá je sestrou pre mladého trpiaceho človeka a ktorej nezáleží na tom, koľkokrát ide kŕmiť starého, nevládneho deduška. Odmenou vám bude fajn pocit z toho, že ste pomohli a úsmev bezzubého dieťaťa či starrenky. To bola pre mňa vždy najväčšia radosť...vyliečený pacient a bláznivé spolusestry:o)

Za poskytnutý rozhovor vyslovuje úprimné ďakujem Soňa Michalcová, 4. ZAA



„Začínala som ako tridsaťročná, čo v tejto branži nie je práve ideálny vek na štart. Pre mňa je veľkým šťastím, že môžem robiť prácu, ktorú naozaj milujem a popri nej sa starať o svoju rodinu. Nevieť, ako dlho to bude trvať - či rok, dva, alebo desať. No aj potom by som rada zostala pracovať v televízii.“

(foto: internet, zdroj: www.ozene.sk)

Ā AKO SI NA BÝVALÚ ŠTUDENTKU SPOMÍŇA

PhDr. Alena Laborecká, ktorá bola triednou učiteľkou Natálie Žembovej, teda Nataše Cisarovej, si na ňu takto spomína: "Jáj, tak to bolo dievča samá ruka, samá noha. Neustále švitorila, také šidlo. Som, rada, že sa jej darí a že sa našla v práci, ktorú robí. Držím jej päsťe. "



Podobne si na ňu spomína aj Mgr. Danica Vychopeňová, ktoré ju učila cudzí jazyk: "Mladá, bezstarostná, čiperná, energická a to k tomu veku stredoškolačka patrí. Hľadala si svoje miesto v živote a som rada, že ho aj našla. Verím, že je šťastná a držím jej päsťe!"

„Dievča Čiernych Vlasov“, autá, hudba, to som ja



Meriam 185 centimetrov a občas na to doplácam (keď si niekde tresknem hlavu v autobuse alebo keď na mňa nedočiahne moja frajerka). Chceli ma zobrať na brigádu do Tesca, vraj potrebujú vysokozdvížny vozík a niekoho na vykladanie tovaru z kamiónov. V Tescu robiť nechcem, radšej budem študovať.

Základná škola, pohoda. Deviaty ročník rozhodol - pretože ma bavila chémia, ktorá ma teraz už až tak nebaví (viac ma baví iné odborné predmety ako napríklad farmakológia a príprava liekov a tento rok prax v lekární. A, samozrejme, rád skúmam rastlinky, a s tým sú spojené moje úspechy v mimoškolskej činnosti), dal som si prihlášku na zdravotníku, odbor farmaceutický laborant.

Po strednej škole by som chcel ísť na Farmaceutickú fakultu UK v Bratislave. Potom by som sa chcel špecializovať na kontrolu a manažment farmaceutických výrobných liniek na výrobu liekov, že vraj takých ľudí je málo. Nevieť no, uvidím, ako to celé pôjde. U nás sa hovorí, že „môžeš byť sprostý, len si musíš vedieť poradiť“.

Tí, čo ma poznajú, vedia, aký som, akú mám povahu. Som škorpión ako vyšitý. Raz vymýšľam, inokedy som tak nejako mrzutý, ani sám neviem prečo. Môj momentálny a dlhodobý fyzicko-psychický stav je „zadaný“.

určite ju poznáte aspoň z videnia, volá sa „Dievča Čiernych Vlasov“.



Moje záľuby sú rôzne. Okrem jednej čiernovlásky, venujem sa aj hudbe. Keby som mal písať o hudbe, nestačil by ani celý balík toaletného papiera. Počúvam asi všetko, od Laca Lučeniča, cez poľské SKA a Čechomor až po State of Trance Armina Van Burena, teda techno. Hudbu aj mixujem, tvorím rôzne hudobné sety, najčastejšie z tanečnej hudby. Občas hrávam na mini oslavách, ako sú narodeniny, Silvester a iné chatové akcie. Nedávno som získal licenciu od spoločnosti Slovgram na uskutočňovanie verejných hudobných podujatí, jednoducho povedané, na DJa. Keď už by mi mali všetko zobrať, chcem aspoň notebook a slúchadlá, poprípade ešte ten zosilňovač a reproboxy.

Ďalšou mojou veľkou a drahou záľubou je motošport. Jazdím na vutuningovanej Škode 100 - upravenej na rally, teda jazdu po blate, tráve a horských cestách. Všetko na tom aute robím sám. Narodil som sa z volantom v ruke a slúchadlami na ušiach.

Odmala ma otec s dedkom učili opravovať autá a jazdiť na nich. Zostalo mi to dodnes. Radosť a adrenalín. Veľmi ma to baví, no nechcel by som vlastniť autodieliňu ako môj a živiť sa tým ako môj otec, je to ťažká a špinavá práca. Mám Škodovku, no v poslednom čase ju viac opravujem, ako sa na nej vozím. Raz to hodím do zeliny a kúpime niečo lepšie. Mojm vzorom bol Colin McRae, bol veľký pretekár, škoda, že zomrel vo vrtuľníku.

Richard Režný, 3. FL

Meno: Richard Režný

Prezývka: Rodrigez

Vek: 18 rokov, made in 1990

Výška: 185 cm

Znamenie vo zve-rokruhu, bohužiaľ, škorpión.

Stav: nový lak, málo jazdený, nehavarovaný, vymenená spojka, v interiéru zaľúbený...

Štúdium: SOŠz TN, možno potom Farmaceutická fakulta UK v Bratislave.

Obľúbená farba: čierna, biela, červená

Obľúbené jedlo: pizza, syr, hranolky a akurátka - akurát upečené kurátko

Obľúbený nápoj: Coca Cola, Kofola, Topvar Kofa, Šofola, Šofocola, Freeway Cola...

Obľúbené filmy: Matrix, I Robot, Rýchlo a zbesilo, Taxi, 60 sekúnd, Tomb Rider, Policajt z LA, Man in Black, Borat, M.A.S.H, Alf, Star Wars, Hviezdna brána, U.I. umelá inteligencia

Obľúbení herci: Will Smith, V. Diesel, Nicollas Cage, Angelina Jolie, Steaven Segal, Sandra Bullock, Michael Rodriguez, G. Paltrow, Jackie Chan

Obľúbené športy: aktívne len rally, pasívne WRC Rally, F1, Red Bull X Fighters, Moto GP

Obľúbený druh hudby a interpreti: Techno trance - Armin van Buuren, Paul van Dyke, DJ Tiesto, Drum'n'Bass - High Contrast, Electropunk - Prodigy, DJ Milan Lieskovský, DJ Mauro Piccoto, Shaun Baker, Benny Benassi, Polemic, Baracuda, Chemical Brothers

Obľúbené autá: Mitsubishi - EVO 8, Subaru - Impreza, Mercedes McLaren - McLaren F1, Porsche - Cayman, Audi - A8, Škoda 100 alebo škoda 105 ale môže byť aj Favorit

Záľuby: jazda rally, opravovanie áut a tuning. Strih filmov a hudby. DJing a mixovanie, tvorba setov, skôr trance sety (nedávno som získal licenciu od spoločnosti Slovgram na uskutočňovanie verejných hudobných podujatí, jednoducho povedané, na DJa), práca v laboratóriu, prax v lekární



ČO CHCEM A ČO MUSÍM

Ráno by som rada vyskočila z posteľe a pila kávu na terase. No nemôžem to urobiť, treba ísť do školy zase.

Cez obed by som chcela letieť balónom nad mestom. No nemôžem, v škole nás otravujú s výchovným koncertom.

A potom by som chcela ležať s priateľom v tráve. No nemôžem, musím ísť pre mladšieho brata práve.

Túžim večer pozorovať hviezdy a rozmýšľať o tej dialave. No nemôžem, zajtrajšia písomka mi vrta v hlave.

Chcem sa pred telkou rehoť na tej novej komédii, no musím čeliť ďalšej tragédii.

Rada by som sa odstrelila na megiac a bola tam chvíľu sama, no práve chce niečo mama.

A zrazu by som možno dostala chuť počúvať obľúbenú skupinu. Miesto toho treba spraviť zaužívanú rutinu.

Všetko je o tom, čo musím, nie čo chcem, V lete miesto opaľovania treba variť džem.

Rada by som mala v byte teplo, no musím sa zmieriť s tým, že plynová kríza môj nápad zmietla rýchlo.

Chcem mať plný mešec eurových bankoviek, no za tých pár centov mi vyjde akurát balík vreckoviek.

Mali by sme aj povinnosti robiť s radosťou a pokúsiť sa všetky starosti zvládať s hravosťou.

Veď aj to čo v živote spraviť musíme môže byť zábava, povinnosti sa síce tvária nudne, ale to sa len kamoš život s nami zahráva.

Soňa Michalcová, 4. ZAA



berte, be

Znamenie: Lev

Bydlisko: Lednické Rovne, čerstvá majiteľka bytu na Juhu v Trečine

Rodinný stav: slobodná (pozor: ale inteligentná)

Poznávacie znamenie: milý a srdečný úsmev, zvonivý smiech, šibalská iskra v očiach

Záľuby: lyžovanie, slnko, dobré jedlo (aj keď to nevidieť), cestovanie, štúdium jazykov (momentálne sa učí anglický a francúzsky jazyk)

Obľúbená farba: všetky, okrem červenej (háďajte, prečo?)

Zbožňuje: čokoládu Margot, študentskú pečat' a broskyňový kompót, jahody

Obľúbený nápoj: bylinkový čaj

Obľúbená činnosť: pomoc druhým

Nenávidí: ľudskú závišť a hlúposť, ohováranie, intrigy

Značka: učenlivá (momentálne preniká do tajov nárečia z okolia Breznice, kde žijú jej rodičia a už sa aj naučila časovať sloveso byť v budúcom čase: (ja) bem, (ty) beš, (on) be, (my) beme, (vy) bete, (oni) bū - občas to pripomína reč zvierat, čo povieť?) a pracovitá (na poli s motykou v ruke sa veru zahanbíť nedá a aj drevo narúbať dokáže) - nuž žena do koča i do voza

Relax: spánok, slnko, sauna, šampanské, študentská pečat', no a 5-krát s..

TELENOVELA

Človek by si myslel, že starší ľudia na dôchodku majú už dosť životných skúseností na to, aby svoj voľný čas vedeli rozumne využiť. Mali by ľúštiť krížovky, vypekať vnúcatám hory koláčov, pomáhať im s úlohami, pracovať v záhrade, s radosťou ohovárať susedov, občas si pozrieť niečo v telke, napríklad nejaký dokumentárny film...



V mnohých prípadoch je to však úplne inak. Akonáhle ručička na hodinách ukáže päť, polovica dôchodcov - vrátane mojich starkých - zapína telku, pridáva zvuk a netrpezlivo čaká. Samé reklamy...Zasa mešká program! A je to tu! Z obývačky sa, ako vždy, ozve silný hlas mojej starkej, býva-

lej učiteľky: „Dodkó, už to idé!“ Starký trieli do obývačky tak rýchlo, ako mu reuma dovoľuje. Obaja sa započúvajú do monotónnej španielskej melódie, ktorá signalizuje začiatok dvo-stopiatej časti telenovely. Ticho naruší starká: „No, som zvedavá, čo teraz spraví Fernando...sviňa.“ Starký nesúhlasne pokrúti hlavou: „Ale veď Rosamunda mu to mala dávno povedať.“ Začnú sa hádať, diskutovať, polemizovať... až nakoniec nevedia, ako sa hrdina Fernando zachoval k dokonalej Rosamunde. To už má starká nervy: „Vidiš? Nič som nepočula! Musíš zapárať?“ Starký už len pokorne dodá: „Vyrieši to Rodrigéz.“ Potom ďalej pozerajú na uplakané, uvrieskané, bezchybné herečky a ich charizmatických hrdinov či nepriateľov. Keď sa opäť ozve tá otrasná španielska zvučka, starká s povzdychom vypne telku. Okamžite sa spustí lavína otázok, narážok, ufrflaných poznámok... Jednoducho - program na celý večer.

A takto vyzerá každý deň. Niekedy mám pocit, že starkí ešte aj v noci rozmýšľajú, čo nato Fernando...

Michaela Novotová, 2. FL



Útla, milá, usmievavá a trochu neprístupne pôsobiaci profesorka, ktorú si na chodbách našej školy mýlia so študentkami. Tak to je reč o PhDr. Marcelle Červenej, vyučujúcej odborné predmety v odbore zdravotnícky asistent. Neučí u nás síce dlho, ale už stihla pochopiť, že nielen od učiteľa závisí, čo a koľko toho študent vie a preto odkazuje študentom...

Berte, berte...

Okrem toho si zaspomínala na časy študentskej stáží a zhodnotila úroveň nášho zdravotníctva.

1. Ako si spomínate na svoje študentské časy?

Ako každý študent, boli to krásne časy...SZŠ som absolvovala v Liptovskom Mikuláši, takže spomienky na strednú mám spojené so všetkým, čo patrí k internátnemu životu. Mesiac po maturite som začala pracovať v nemocnici, tým sa moje zlaté študentské obdobie skončilo. Vysokú školu som vyštudovala externe - popri zamestnaní, takže to už do študentských čias nerátam.

2. Študenti mávajú obľúbené, menj obľúbené, ale i neobľúbené predmety. Ako to bolo s vami?

Odmalička ma lákala práca v zdravotníctve, takže všetky odborné predmety na strednej som mala rada. Keďže som študovala odbor detská sestra, nemohol chýbať predmet pediatria, ten bol najzaujímavejší. S matematikou mám dodnes problémy...chichichich

3. Vediete ADOS v Ilave. Čím je táto práca pre vás zaujímavá?

Asi by som mala najskôr vysvetliť tú skratku, nie všetci sú z odboru ZA a nie všetkým je preto jasná. ADOS - agentúra domácej ošetrovateľskej starostlivosti je zdravotnícke zariadenie poskytujúce ošetrovateľskú /nie opatrovateľskú/ starostlivosť pacientom v domácom prostredí, teda tým, ktorí sa nemôžu dostať na ošetrovanie do zdravotníckeho zariadenia. Je to veľmi zaujímavá, ale náročná práca. Pre mňa predstavuje spojenie skúseností v oblasti podnikania s odbornou prácou v zdravotníctve.

4. Mnohí o vás nevedia, že ste boli na stáži v Slovinsku. Čo hovoríte na úroveň zdravotníctva v tejto krajine?



Slovinsko je nádherná krajina a Slováci sú nám Slovákom veľmi blízki. Do nemocnice v Ljublane som sa zaľúbila od prvej chvíle. Milí, usmiati lekári a sestry, veľké množstvo personálu, každý deň čistý pracovný odev, ktorý vám po skončení služby zobrali do pracovne a v ďalšej službe ste si vyfasovali nový a čistý, dostatok zdravotníckeho materiálu na oddeleniach, fungujúci

ci systém rozdelenia kompetencií jednotlivých zdravotníckych pracovníkov....To je len pár vecí, ktoré mi napadnú, keď si spomeniem na ten pobyt. Úroveň zdravotníctva je tam na vysokej úrovni. Bola som na stáži aj v zdravotníckych zariadeniach v Čechách a vo Viedni. Sú to naši susedia, ale úroveň poskytovaných služieb a vybavenia zdravotníckych zariadení svedčí o tom, ako je Slovensko od nich vzdialené...



5. Po skončení vysokej školy ste pracovali v nemocnici v Ilave. Na akých oddeleniach ste pôsobili a ktoré sa vám najviac páčili?

V nemocnici v Ilave som začala pracovať po maturite, nemala som ešte ani 18. Začala som na detskom oddelení, prešla som oddelením pre dojčatá, veľké deti a nakoniec detskou JIS-kou. Popri tom som študovala vysokú školu a po skončení som od detských pacientov prešla k starším do agentúry ADOS.

6. Ak by ste mali čarovnú paličku, čo by ste zmenili na zdravotníctve v SR?

Hm. Keby som mala tú možnosť, tak asi všetko. Celý systém zdravotníctva je u nás nastavený nesprávne. Už dobrých 10 rokov sa točíme v jednom kole-toči a očakávame, kedy sa situácia v zdravotníctve zlepši, lepšie povedané zmení. Prečo to v iných krajinách ide a u nás nie? Len malé porovnanie úrovne slovenského a českého zdravotníctva (a to sme obe krajiny vyšli po rozdelení republiky vlastne z rovnakej základne) - pri prepočte finančných prostriedkov, vynakladaných v súčasnosti na zdravotnú starostlivosť, ČR vynakladá na zdravotnú starostlivosť ročne na osobu dvakrát viac ako SR....a to hovorí za všetko...

7. Marec je mesiacom knihy. Akú knihu ste naposledy prečítali?

Naposledy sa mi dostali do rúk knihy od Evy Urbaníkovej Všetko alebo nič a pokračovanie Stalo sa mi všetko...To prečítate jedným dychom...Odporúčam všetkým ženám...

Inak medzi moje obľúbené knihy patria knihy od Paula Coelho. Tiež odporúčam, najmä knihu Alchymista.

8. Nachádza sa v našej škole trieda, ktorá vám akýmsi spôsobom prirástla k srdci?

No jasne, že mám... Predsa tá moja - 2.ZA. Aj keď mám niekedy zmiešané pocity a pripadám si ako krotiteľ divjej zveri, nevymenila by som ich....Oni už vedia, čo mi majú nosiť, ak skončím v Pezinku na psychiatrii...

9. Čo by ste chceli odkázať nám študentom?

Čo by som odkázala študentom? Keď som začala učiť, mala som pocit, že zo seba musím dať všetko, čo sa len dá, aby sa študenti niečo naučili. Ale pochopila som, že je to trochu inak. Učiteľ nemôže dať študentovi nič, ak to ten študent aktívne neprijme, ak si to nevezme a nechce vziať sám.

A preto by som študentom odkázala: Berte, berte, berte... A ešte: Carpe diem! (prekladať nemusím, základny latinčiny predsa ovládajte :-)

Ďakujeme za rozhovor!

Soňa Michalcová, 4. ZAA, foto: kolektív 2. ZAA

ŽIVOT NÁŠ ŠTUDENTSKÝ



Tá naša Evička, usilovne píše



Najprv zápis do zošita, potom pokusy. Nuž, má to svoju logiku.



Aha, ako sa náš Tomáš vytešuje. Pozor na tú skúmavku!



A takto to vyzerá, keď sa na intráku v noci nespí...



Tomáš usilovne pipetuje, aj ústa si zabudol zatvoriť :-)



Čože? Žeby rozbite sklo alebo prejavujeme úctu p. prof.?

NAŠE PRVÁČENCE ZL-ÁCI V AKCII



Tak sa zdá, že Dominika sa už unavila, ešteže je tu Veronika a usilovne všetko zapisuje...




Ale to tým našim babám v tom labáku svedčí :-)




Baby, dávajte pozor, nech nevybuchne škola...


ŽIVOT NÁŠ ŠTUDENTSKÝ



Tak a bude tu čisto, o to sa postarám! Určite mi pomôže aj Ľubo. Už napína plachtu na posteli:-)



Čauko, tak toto je 3. ZAA v akcii! Ale nám to ide? Veď nám šéfuje naša triedna :-)



Tá Anička je nielen pekná, ale aj šikovná! Musím o nej povedať svojmu vnukovi...



ŽIVOT NÁŠ ŠTUDENTSKÝ

Ako tri čučoriedky



Začíname...



Prvá jazda

Celý deň sme strávili na lyžiach v nádhernom prostredí Tatier pod vedením inštruktorov prof. Dregubiaka, p. riad. Janky Gugovej a Dr. Prekopa a inštruktora Michala, až kým neožila "TATRANSKÁ POMSTA" a na svahu nás bolo čoraz menej. Chvalabohu, nič vážne to nebolo a záverečné preteky odlyžovali všetci. Aj tí, ktorí mali na začiatku problém stáť na lyžiach.

TATRANSKÁ POMSTA OŽILA

Dňa 7.3.2009 sa uskutočnil lyžiarsky výcvik žiakov našej školy v Tatrách - na Smrekovici. Všetci sme sa veľmi tešili na sneh, nové zážitky a kamarátov. Prvý deň bol zoznamovací a hneď nás aj zaradili do skupín na základe našej lyžiarskej „zdatnosti“. Žiakov prvej a zároveň najlepšej skupiny viedla inštruktorka - pani riaditeľka, druhú skupinu menej zdatných lyžiarov mal na starosti inštruktore Michal, no a začiatočníkov, teda i nelyžiarov, viedol pán profesor Dregubiak. Večer sme sa všetci stretávali

v spoločenskej miestnosti, kde sa súťažilo a zabávalo pod vedením pani profesorky Márie Vargovej. Po prvých dňoch pobytu na Smrekovici sa začalo rozrastať aj „družstvo“ pána doktora Prekopa. Ožila **TATRANSKÁ POMSTA - enteroviróza (brušná chripka)** - (pre tých, ktorí netušia, o čom je reč, vysvetlenie: tento názov vymysleli študenti už minulý a je spojený s ich koncoročným výletom v Tatrách a s podobnými zdravotnými problémami). Každým dňom nás na svahu ubúdalo, ale nakoniec sme tatranskú

pomstu porazili. Týždeň prešiel ako voda a nastal čas odchodu. Tí najlepší si so sebou odniesli aj diplomy a ostatní dobrý pocit z lyžovania. A môžem povedať aj za skupinu nelyžiarov, že lyžovanie sa už nespájame so strachom zo svahov a z pádov. Odnášame si odtiaľ už len radosť a dobrý pocit, že sme sa zase niečo nové naučili. No a pre tých, čo sa nášho výcviku nezúčastnili prinášame aspoň pár fotiek. ☺

Dominika Orsághová, 1. FL



Unavená klapka



Účesy, účesy, ach, tie účesy...

Potom sme sa ocitli v rukách prof. M. Vargovej (prvá foto zľava) a vôbec sme sa nenudili - zistili sme, že nielen v ruke udržime písacie potreby a že chlapi sú vynikajúcimi kaderníkmi...

A AKO DR. PREKOP SKORO O LYŽE PRIŠIEL



Ako sa to zomlelo... Keď sme sa chceli dostať na Smrekovicu, museli sme my aj naše lyže absolvovať adrenalínovú jazdu nákladným autom. Povieť vám, super jazda! Na Smrekovici sme celí netešení z auta povyskakovali, zobrali batohy a hor sa na svah. Len jeden osamelý lyžiar ostal stáť pri aute. Dr. Prekop. Jeho lyže zmizli. Márne sme ich hľadali (aj do kaplnky sme zašli), až esemeska NAJ-VYŠŠIEMU učinila zázrak. Lyže sa našli.

SOM ODBORNE ČINNÝ



O výsledkoch školského kola SOČ rozhodovala nekompromisná porota v zložení: (zľava) PhDr. Anna Litvínová, RNDr. Blažena Berecová, Mgr. Stanislava Sadovská a prítomná bola aj pani riaditeľka RNDr. Jana Gugová a PhDr. Soňa Bučková, ktorá mala danú akciu pod palcom. Ako vždy, bola perfek-

ne zorganizovaná.

Nakoniec všetko dobre dopadlo a všetci sme postúpili do regionálneho kola. Odtiaľ do krajského kola SOČ postúpili študenti Soňa Gračková, Lucia Forrová, Michaela Novotová, Zuzana Chudá, Alžbeta Balajová a Marianna Karneková. Najúspešnejšou riešiteľkou SOČ v tomto školskom roku sa napokon stala Michaela Novotová z 2. FL, ktorá v celoštátnom kole SOČ získala nádherné 4. miesto. Srdečne gratulujeme!

Dňa 25.2.2009 sa uskutočnilo školské kolo SOČ v slávnej triede č. 13 (veď je tu sklad učebníc, materiál na výučbu prvej pomoci, uskutočnila sa tu aj Valentínska kvapka krvi). Prítomných bolo 10 študentov s deviatimi prácami SOČ. Skúsila som si to na vlastnej koži (ako jedna zo súťažiacich) a môžem vám povedať, že nervozita a napätie sa tu dali krájať. Ešteže tu bola pani zástupkyňa PhDr. Soňa Bučková, tá nás svojimi úvodnými slovami upokojila.

SOČ sa zúčastnili títo študenti v týchto odboroch: Odbor 02 – Matematika, fyzika:

Alžbeta Balajová, Marianna Karneková: Globálne otepľovanie, 2. FL /Konzultant: RNDr. Anton Micolášek/

Simona Ochodnická: Ľudstvo a energia, 3. ZAA /Konzultant: RNDr. Anton Micolášek/

Odbor 03 – Chémia, potravinárstvo:

Lucia Forrová: Porovnanie množstva vyextrahovaných obsahových látok tymiánu u rôznych výrobcov vo vodnom a citrónovom roztoku, 3. FL /Konzultant: PharmDr. Miroslav Peciar/

Odbor 04 – Biológia:

Zuzana Chudá: Vyhodnotenie zberov repíka lekárskeho v lokalite Krasína, porovnanie výrobcov čajovín a liekových foriem, 3. FL / Konzultant: PharmDr. Miroslav Peciar/

Michaela Novotová: Thymus serpyllum, 2. FL /Konzultant: PharmDr. Miroslav Peciar/

Odbor 06 – Zdravotníctvo:

Lenka Bratinová: Psychofyzická záťaž sestry pri poskytovaní ošetrovateľskej starostlivosti geriatrickým pacientom, 4. ZAA, / Konzultant: PhDr. Ivana Mráziková/

Soňa Gračková: Uplatnenie očianky rostkovovej /euphrasia rostkoviana/ v oblasti oftalmológie, 3. FL / Konzultant PharmDr. Miroslav Peciar/

Odbor 07 – Poľnohospodárstvo, lesné a vodné hospodárstvo:

Michal Navrkal: Pestovanie šalvie lekárskej s hodnotením kvality jednotlivých listových zberov počas vegetačného obdobia, 2. FL /Konzultant: PharmDr. Miroslav Peciar/



Tomáš Smreček: Variabilita obsahu extraktívnych látok máty piepornej počas vegetačného obdobia 2008, 2. FL /Konzultant: PharmDr. Miroslav Peciar/



Na obr. Simona ochodnická, Alžbeta Balajová, RNDr. Anton Micolášek, Marianna Karneková



Na obr. Tomáš Smreček, Zuzana Chudá, Lucia Forrová, Michaela Novotová, Soňa Gračková, Michal Navrkal

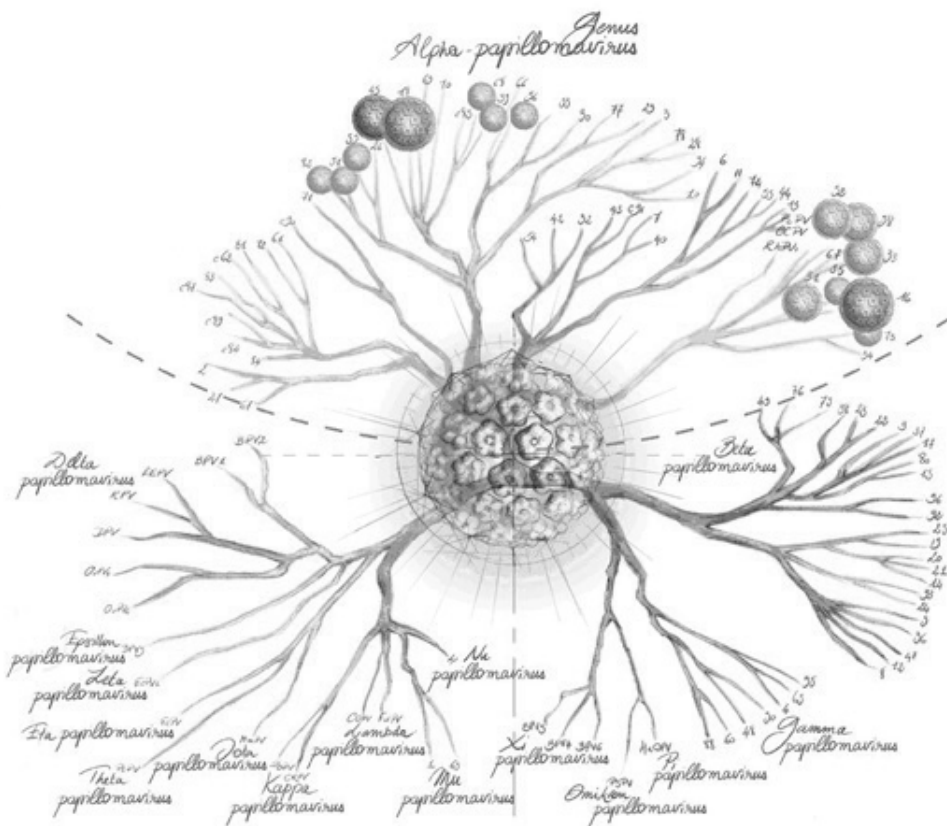
text a foto: Simona Ochodnická, 3. ZAA

RAKOVINE KRČKA MATERNICE MÔŽEME PREDCHÁDZAŤ

Rakovina krčka maternice patrí medzi najčastejšie nádorové ochorenia a postihuje najmä ženy medzi 45. až 55. rokom života. Ročne je na svete diagnostikovaných 500 tisíc nových prípadov rakoviny krčka maternice a ochorenie v poslednom období postihuje čoraz častejšie mladé ženy do 35 rokov. V EÚ na ňu ochoreje za rok asi 33 500 žien. Na Slovensku ročne ochoreje asi 600 žien a zomrie približne 200.

ČO JE PRÍČINOU OCHORENIA?

Hlavnou príčinou ochorenia je podľa výsledkov klinických štúdií ľudský papilomavírus (označovaný ako HPV), ktorý sa najčastejšie prenáša pohlavným stykom, ale aj kontaktom kože a slizníc v oblasti konečníka a vonkajších pohlavných orgánov. Preto je infekcia pohlavných orgánov týmto vírusom označovaná za sexuálne prenosné ochorenie. Poznáme asi 100 typov papilomavírusov, z toho asi 30 typov je príčinou infekcií pohlavných orgánov žien a mužov. Za vznik rakoviny krčka maternice sú najčastejšie zodpovedné typy 16 a 18 - označované ako vysokorizikové. Takmer v 99 % prípadov rakoviny krčka maternice bola v rakovinových bunkách dokázaná infekcia HPV. Papilomavírusová infekcia je v populácii dosť rozšírená, v strednej Európe sa



vyskytuje u 15 - 25 % žien a najčastejšie postihuje ženy medzi 30. - 35. rokom života.

Rizikové faktory vzniku ochorenia:

- promiskuita - časté striedanie sexuálnych partnerov
- začiatok sexuálneho života pred dovŕšením veku 17 rokov
- opakované prekorenie sexuálne prenosných ochorení
- pridružujúce faktory: užívanie liekov, ktoré tlmia imunitný systém, fajčenie, alkoholizmus, nedostatok vitamínu C a betakaroténu

AKO OCHORENIE PREBIEHA?

Rakovine krčka maternice predchádzajú tzv. prekancerózne „predrakovinové“ zmeny v bunkách na povrchu krčku. Začiatkové štádiá zvyčajne nespôsobujú nijaké zdravotné ťažkosti. Neskôr dochádza ku krvácaniu mimo menštruácie, silnému menštruálnemu krvácaniu, bolestiam pri pohlavnom styku, výtoku, v pokročilých štádiách sa pridružuje pocit plnosti alebo masy v podbruší, bolesti panvy a podbrušia. V tomto období sa už objavujú aj celkové telesné príznaky, nechutenstvo, chudnutie, celková slabosť, bleďosť a únava.

AKO SA DÁ OCHORENIE ZISTIŤ?

Krček maternice je dobre prístupný a zmeny na ňom sú dobre pozorovateľné aj pri bežnom gynekologickom vyšetrení. Pri preventívnych gynekologických prehliadkach sa používajú skrínigové „vyhľadávajúce“ vyšetrovacie metódy, ktorými sa dá odhaliť aj začiatkové predrakovinové štádium zmien sliznice krčka. Ide najmä o cytologické vyšetrenie - je to mikroskopické vyšetrenie buniek sliznice získaných štetcom z povrchu sliznice.

AKÁ JE PREVENCIA RAKOVINY KRČKA MATERNICE?

Včasné štádium rakoviny krčka maternice je dobre liečiteľné, preto **najdôležitejšou súčasťou prevencie sú pravidelné preventívne prehliadky u gynekológa, na ktoré by ženy mali chodiť od začiatku pohlavného života alebo po dovŕšení 18. rokov v priemere raz za rok.** Pri nepravidelnom krvácaní, bolestiach pri pohlavnom styku, krvácaní po menopauze alebo pri iných ťažkostiach je potrebné vždy navštíviť lekára!

V dnešnej dobe nie je účinný liek na liečbu papilomavírusovej infekcie, avšak novú možnosť prevencie voči HPV poskytuje vakcína, ktorá zabráni najčastejším a najrizikovejším HPV infekciám.

Očkovať je potrebné diev-

čatá ešte pred začiatkom pohlavného života, ktoré sa s papilomavírusovou infekciou ešte nestretli - najlepšie medzi 9. - 12. rokom života.

Na trhu sú dve vakcíny proti HPV: SILGARD a CERVARIX, pričom obe vakcíny umožňujú tvorbu protilátok proti vysokorizikovým typom HPV 16 a 18. Základná očkovacia schéma pozostáva z troch samostatných dávok.

Regionálny úrad verejného zdravotníctva so sídlom v Trenčíne v spolupráci so SZŠ v Trenčíne (teda s vašou školou) uskutočnil v školskom roku 2007/2008 I. fázu lokálneho projektu, ktorý je zameraný na zvyšovanie povedomia študentov stredných škôl v prevencii rakoviny krčka maternice a uskutočnil sa v piatich etapách :

I. etapa: vypracovanie dotazníka na zistenie vedomostí o rakovine krčka maternice a možnostiach prevencie,

II. etapa: spracovanie údajov získaných dotazníkom

III. etapa: edukácia študentov o rakovine krčka maternice a možnostiach prevencie - prednášky vo forme prezentácie, ktorá zahŕňala základné údaje o etiológii, epidemiológii, rizikových faktoroch, klinickom obraze a štádiách ochorenia, diagnostike, liečbe a najmä prevencii tohto ochorenia

IV. etapa: vypracovanie dotazníka na zistenie vedomostí o rakovine krčka maternice a možnostiach prevencie po edukácii.

V. etapa: spracovanie dotazníkov a porovnanie výsledkov z *I. etapy* a výsledkov zo *IV. etapy* projektu a vypracovanie záverov.

Na projekte sa zúčastnilo 114 študentov, ktorí sa zapojili do oboch etáp dotazníkového prieskumu. V priemere pred edukáciou na otázky správne odpovedalo 65,5 % študentov, nesprávne 16,4 % a nevedelo odpovedať 18,1 % študentov. Po edukácii správne odpovedalo 82,3 % študentov, nesprávne 14,5 % a nevedelo odpovedať 3,2 % opýtaných. Z výsledkov prieskumu dotazníkom vyplýva, že študenti mali aj pred edukáciou prehľad o problematike rakoviny krčka maternice, čo pravdepodobne vyplýva z ich zdravotníckeho vzdelania. Najmä otázky týkajúce sa prevencie ochorenia sú pre mladé dievčatá a ženy rozhodujúce, preto informovanosť počas projektu mala svoje opodstatnenie.

PhDr. Slávka Litvová



foto: zdroj internet

Pútavý obal, zopár strán vo vnútri. Na každej strane písmenká, slová, riadky. Zaujímavý príbeh, hrdinovia, s ktorými sa dokážeme stotožniť, hodiny strávené obracáním strán. Tak aj také sú knihy, ktoré čítame. Ten zväzok papiera dokáže v sebe skrývať reálne príbehy zo života, romantické lásky, detektívne zápletky, rozprávkové bytosti, fantastické cesty do vesmíru. Každý si v knihe nájde do svojej.

PRIATEĽKA DO POHODY

Keď zažíval internet svoj veľký boom, od čítania sa upustilo. Najmä študenti svoj čitateľský rozhľad zminimalizovali na povinnú literatúru a pár „zakázaných strán“ v Eve.

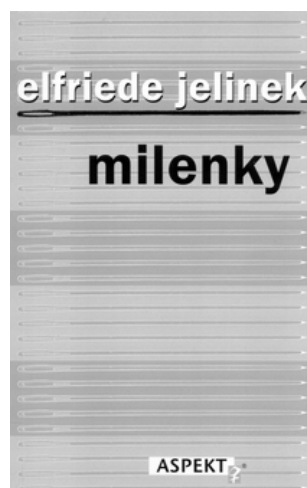
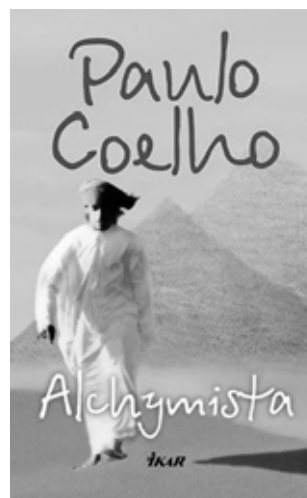
Momentálne mám však pocit, že heslo „knihy – najlepší priateľ človeka“ opäť oživa.

Urobila som si krátky prieskum a zistila som, že teraz „letia“ najmä mladá slovenská autorky, ako Evieta Urbaníková (Všetko alebo nič, Stalo sa mi všetko) a knihy vydané s podporou jej vydavateľstva, napr. Timea Keresztényiová (Bez dcéry som neodišla) alebo Gabina Weissová (Diagnóza F50), Petra Nagyová-Džerengová (Za to mi zaplatíš, Nepýtaj sa kde som) - slovenksá D. Steelová, Ursula Kovalyk (Žena zo sekáča), E. Matkin (Miluj ma ironicky). Obľúbený je aj Paolo Coelho (Alchymista, Veronika sa rozhodla zomrieť), ale aj knihy Cooka z lekárskeho prostredia s detektívnou zápletkou, Slovenský Dominik Dán a jeho príbehy, u prvákov je to aj Harry Potter. Tretiaciky čítajú o upiroch - knihu Súmрак od Stefani Majer.

A čo vy? Ktorú knihu máte práve rozčítanú?

Soňa Michalcová, 4. ZAA

foto: zdroj internet



„INTRÁK“ NIE JE VÄZENSKÁ CELA

Pod slovom internát som si vždy predstavila (vlastne ani neviem prečo) prázdnu celu s malou stoličkou, umývadlom a železnou posteľou. Keď som sa však dostala na územie tohto záhadného miesta, bola som naozaj prekvapená.

Náš „nový druhý domov“ v žiadnom prípade nepripomínal väzenskú celu, ale starší rodinný dom. Išla s neho akási zvláštna aura. Koľko dievčat už prichýlil tento internát, koľko sklamaní, lások, radostí, maturitných skúšok už zažil? A teraz som tu ja, bývam tu druhý rok a stala som sa neodmysliteľnou časťou jeho histórie. Som tu spokojná.

Už žiadna cela, jedna malá stolička, železná posteľ, ale milé a starostlivé (občas i prísne) vychovateľky, dievčenský kolektív, malá, ale útulná izba, moja posteľ, moja polička, tiež fitko, študovňa, spoločenská miestnosť, nástenky, schody, zrkadlá, kúpeľne, toalety, izby, chodby.... To je náš „domov“.

Barbora Horvathová 3.FL

A TAKTO SI PAUZUJEME NA INTRÁKU



Tak takto si my žijeme v tom našom intráku. A je nám tu fajn, učíme sa, športujeme, súťažime, chatujeme (pardon, to nie, ale veríme, že aj to niekedy bude). Ani chalani nám nechýbajú...

TO MUSÍTE VIDIEŤ

Tak toto je foto čísla. **Náš Libor** (pre tých, čo ho zatiaľ nepoznajú, študent 1. ZL) a **kniha**. Musel mať naozaj vážny dôvod vziať ju do ruky. Musíte uznať, že mu to pristane.

Z tajného zdroja sme sa dozvedeli, že vraj študoval anatómiu. Dr. Biela by sa potešila :-)

Libor, nebudeme ťa vyrušovať, len tak ďalej, vzdelávať sa treba....

foto: Roman Ježík, 1. FL



Tak takto trávajú naši chlapi čas v intráku "Za mostami." Netrápia telo, posilňujú ducha :-)

CENA ZA KOŽUCH

Ročne sú v Číne 2 000 000 psov a mačiek sadisticky zažíva stiahnutých z kože kvôli kožuchu. Potom ich nechajú zomrieť pomaly v šoku a neznesiteľnej bolesti.

Prečo?

"Pretože", hovoria čínski sťahovači kože: "Je lacnejšie a jednoduchšie si tiahnuť z kože ešte živé teplé zviera v krčovitých bolestiach než mŕtve telo. Celá koža vďaka tomu z nich zide ľahko a vcelku."

Kto nakupuje produkty vyrobené z kožušiny týchto zvierat?

Práve my. Ľudia si kupujú odevy, doplnky, hračky a suveníry upravované kožou alebo vyrobené priamo z nej. Myslíte si, že na nich nájdete označenie "vyrobené z kože labradora" alebo "vyrobené z kože siamskej mačky"? Samozrejme, že nie. Koža nie je označená, alebo je to ozančenie zastreté.

Takto to vyzerá v skutočnosti:

<http://animalsaviors.org/furfarm.html>

Tu sa môžete zapísať do online petície:

<http://www.animalsaviors.org/petition.html>

Ale to je to minimum. Čo viac, - je na Vás, či máte na to žalúdok a srdce naďalej tieto produkty kupovať a bežne používať a tým takého zaobchádzanie podporovať.

pre viac informácii (v angličtine):

<http://www.animalsaviors.org/>

No nezober ho...

P.S. To nie je žokej, ale hola skutočnosť!!!

Vazeny pan veduci/riaditel

chcel by som sa na vas obratit na ziadosť o prijatie do pracovneho pomeru.

Vasa firma sa nachadza v internete v rubrike pocitace/pocitacove systemi, preto som si vas vybral, lebo sa odmalicka zujmam pocitacom a stale sa im casto venujem. Moje meno je Jozef Olajosa a 5.12.2002 budem mat 20 rokov

Mam ukoncenu: 9.rokov zakladnej skoly a 3.roky SOU stavebneho v Bratislave a mam tiez vycucny list. Medzi moje zaluby patria hlavne pocitace a hry a internet. okrem toho viem aj montovat jednoduchsie pocitacove casti (video karta, klavesnica, mis, monitor, tlaclaren, dzvojstyk.....) Dobre poznam programy windows, word a internet ďalej ovladam programy: windows word internet email netscape tlacliarne prietomnik kalkulacka poznajkovy blok prehravac cd skicar wordpad translator trochu viem aj excel t602, quatro, photoshop ďalej ovladam písanie mailou a roznych textov, viem vselijako opravit aj vselijako poradit. Mam preto zaujem u vas pracovat. Ak nieco neviem alebo neovladam mam dobru schopnost sa vsetko naučit za krat- ky cas. Viem pracovat v time aj samostatne a som aj zviknuty na tazku pracu ak mate o zna zaujem sozte mi zasmailovat na email reata.olajosa@post.sk a poslite mi aj aký by som mal u vas plat, a napiste aj či hrubeho alebo cisteho a odkedy dokedy sa robi a kedy by som mohol nastupit aj kde a co by som robil. Je to email sesternice z ktoreho vam aj teraz pisem a ona mi da potom vediet.

Mozem vam dat aj cislo na orange prima 0907142676 ale momentalne je zablockovane lebo nemam dobytý kredit. Mozte ale zavolat aj na cislo 4481325 a pytajte si Jozefa Olajosa alebo napisat na adresu Jozef Olajosa, Cypriřchova 14 Bratislava

Na koniec chcem este dodat ze mam aj vodičak na motorku.

A tiez nie som alkoholik ani necestny clovek a mam dobru zdravotny stav a som slobodny.

Jozef Olajosa - urcite sa dohodneme.

TAK NA TOMTO NÁZVE SI POLÁMATE JAZYK

V americkom štáte Michigan sa nachádza jazero s nadsilším názvom na svete. Ak ho chce clovek prečítať súvisle, poriadne si na ňom poláme jazyk.

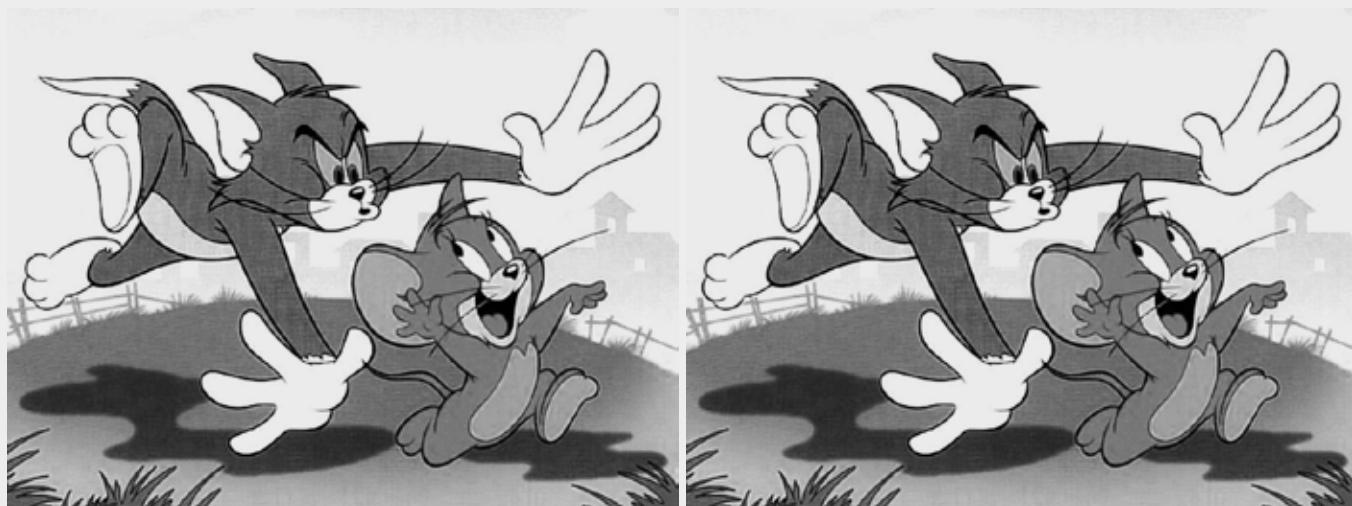
Názov Chargoggagoggmanchauggagoggchaubunagungamaugg pozostáva zo 45 písmen, vôbec sa teda nemožno čudovať, že ho mnohí vselijako poprekrúcajú. Inak nedopadli ani kompetentní úradníci.

Po dlhých rokoch však uznali svoj omyl a tak sa názov indiánskeho jazera zmenil. Z pôvodného Chargoggagoggmanchaoggagoggchaubunaguhgamaugg je teraz správny výraz Chargoggagoggmanchauggagoggchaubunagungamaugg a všetci, vrátane novín Worcester Telegram & Gazette, ktoré na chybu upozornili už v roku 2003, sú určite spokojní.

Šlo vlastne o dve chybné písmená. Na dvadsiatej pozícii bolo po náprave nahradené písmeno "u" písmenom "o" a na tridsiatej ôsmej pozícii bolo nahradené písmeno "n" za písmeno "h". Miestni obyvatelia si však z tohto názvu nerobia ťažkú hlavu, označujú ho totiž neoficiálne - websterské jazero. Niet sa čomu čudovať.

pripravila: Simona Ochodnická, 3. ZAA

zdroj : Aktuality.sk



Nájdí 6 chýb....

ZASMEJME SA

Programátor hovorí kamarátovi:

"Bol som na prehliadke u lekára,
cítíl som sa stále veľmi slabý, prišiel
na to že mám oslabenú imunitu,
tak mi predpísal BETA KAROTÉN.
Ale asi si počkám na plnú verziu..."

Kedy bude možné prehlásiť, že Windows pracuje spoľahlivo? Keď sa za štandard prehlásia chyby počítačového softvéru.

Jak se jmenuje doktor, který opravuje nemocné weby? URLog.

Víte, jak softwerově zničit klávesnici? Napišete crash a odentrujete kladivem.

Jeden mladý muž hovoril:

- Chcem byť veľkým spisovateľom.

Pýtali sa ho:

- A čo pre teba znamená veľký?

Odpovedal:

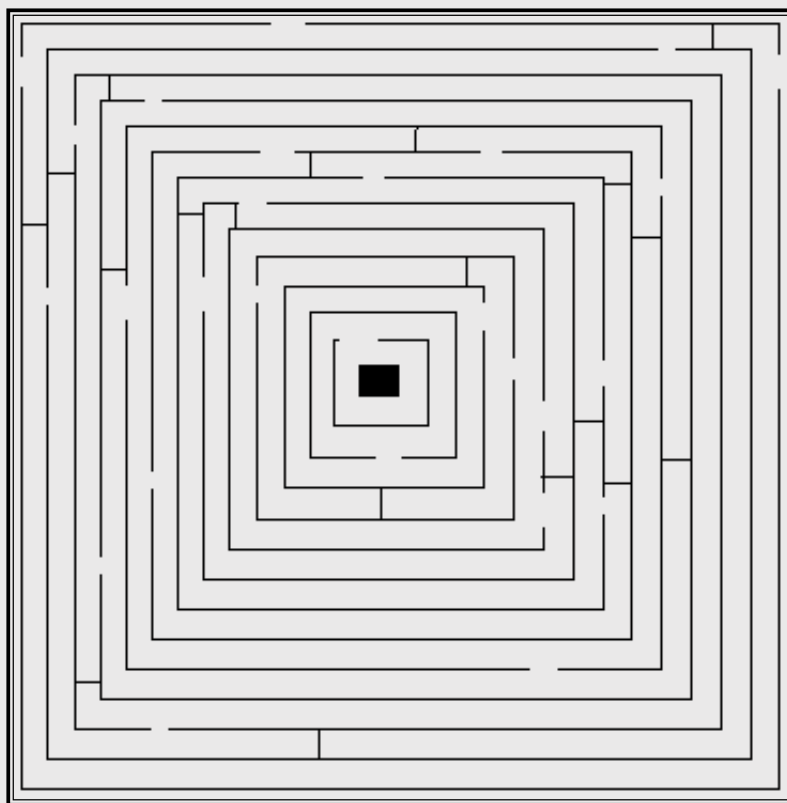
- To znamená, že chcem písať niečo, čo bude čítať celý svet, niečo, čo prinúti ľudí jednať emocionálne, niečo, čo ich prinúti jačať, kričať, šalieť a revať od zlosti, zúfalstva a bolesti!

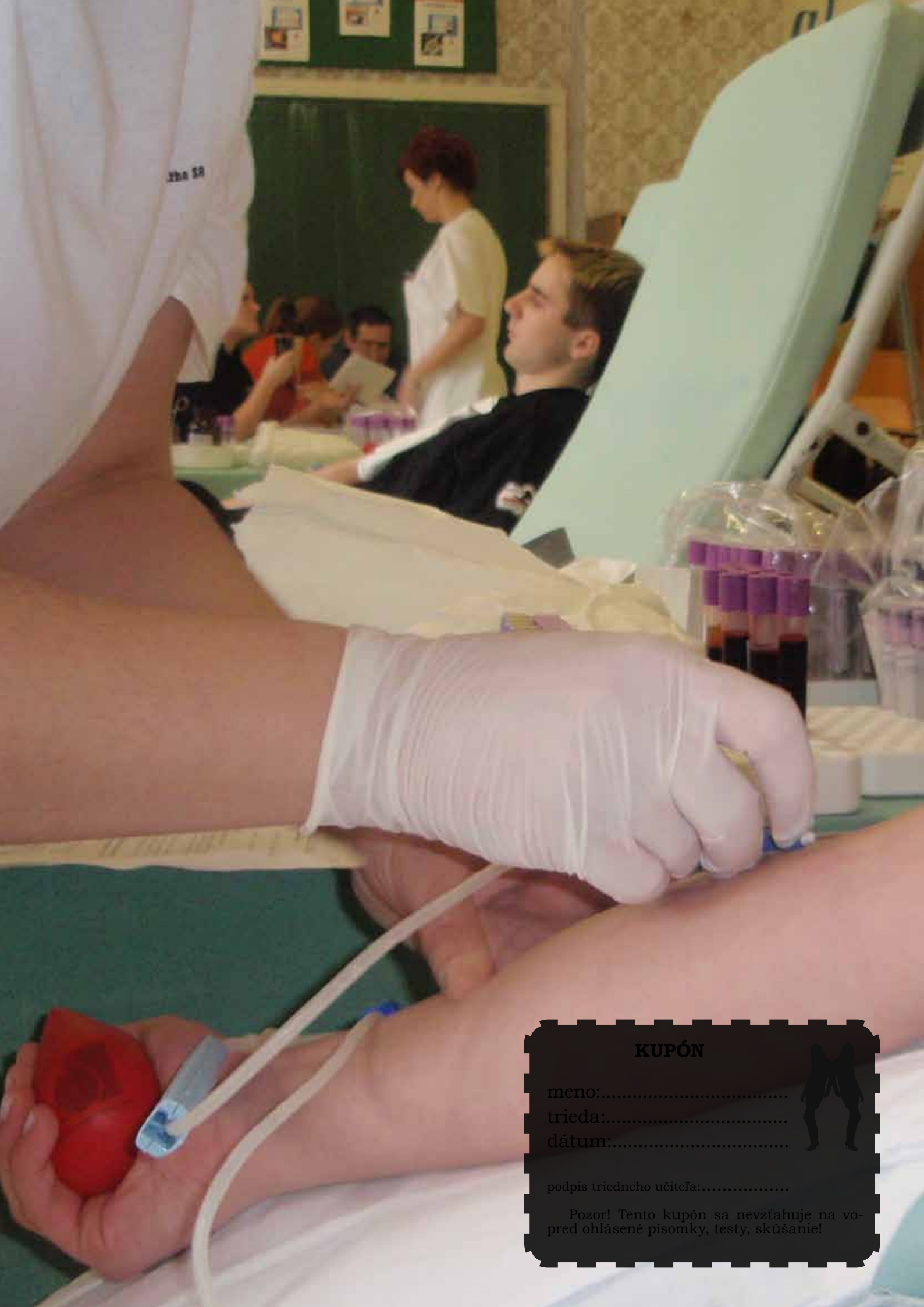
Čiže pracovať pre Microsoft a písať chybové hlášky?:D

Reditel SIS (Slovenska informacna sluzba) odpovida on-line: Anonym poslal otazku: "Pan riaditel, nezda sa vam to blbe odpovedat na anonymne otazky z internetu?" Odpoved: Odpovedam zadavatelovi anonymnej otazky, majitelovi IP 92.8.116.15, host.auto.sk, Martinovi Jakubcovi, bytom v Bratislave, Moskovska ul. c. 43/a, rodne cislo 551012/1001, cislo konta 1-259-35-36: "NIE NEZDA!"

Technik, obchodník a programátor spolu jedou autem, když autu náhle přestane běžet motor a zastaví. Technik navrhuje: "Co kdybychom zkusili otevřít kapotu a podívali se na to, kde je závada?" Obchodník navrhuje: "Co kdybychom zkusili jít každý jiným směrem najít telefon a zavolat autoservis" Programátor navrhuje: "Co kdybychom zkusili vystoupit a nastoupit?"

BLUDISKO





KUPÓN

meno:.....

trieda:.....

dátum:.....

podpis triedneho uciteľa:.....

Pozor! Tento kupón sa nevzťahuje na vo-
pred ohlásené písomky, testy, skúšanie!

