

# KYSLÍK



ŠKOLSKÝ ČASOPIS

Strednej zdravotníckej školy  
na Strečnianskej ul. 20  
v Bratislave



STREČNIANSKA OLYMPIÁDA



DEŇ DEKUBITOV NÚSCH



STUŽKOVÁ IV. A PS



EXPERT GENIALITY SHOW



MATURITNÝ OVOCNÝ SAD

ROČNÍK XXIV., ČÍSLO 1  
ŠKOLSKÝ ROK 2023/2024





## Slávnostné otvorenie školského roka 2023/2024 pre žiakov denného štúdia

**S**eptembrom končí leto, čas prázdnin, dovoleniek – sladkého nič nerobenia. Začína opäť školský rok plný nových povinností. Po dvojmesačnej prestávke sa oddýchnutí žiaci vracajú naspäť do školských lavíc. Slávnostné otvorenie školského roka 2023/2024 sa konalo pre žiakov denného štúdia v Dome kultúry Zrkadlový háj.

Riaditeľka školy PhDr. Janka Gabaľová, PhD. vo svojom príhovore privítala žiakov i učiteľov a zaželala im veľa úspechov na prahu nového školského roka. K umocneniu slávnostnej atmosféry prispeli svojou účasťou aj zamestnanci zriaďovateľa BSK z Odboru školstva, ktorí vo svojom príhovore oslovili žiakov a učiteľov našej školy a súčasne vyzdvihli úsilie riaditeľky v smerovaní školy k jej pretransformovaniu sa na školu nového tisícročia.

### Milí žiaci, milé kolegyně, kolegovia, vážení zástupcovia zriaďovateľa

Prihováram sa vám v úvode nového školského roka 2023/2024 trochu netradične – nielen čo sa týka miesta, ale aj organizácie tohto podujatia.

Skutočnosť, že prvý deň školského roka 2023/2024 otvárame v tejto sále vyplynula z faktu, že **690** študentov (taký je aktuálny stav) by sme len veľmi ťažko privítali – tak ako to bývalo zvykom – vo vestibule školy. No to bol iba jeden z dôvodov – druhým dôvodom je to, že by sme boli radi, ak by sa vstup do každého ďalšieho školského roka stal tradíciou a spájal sa nielen s povinnosťami, ale bol príjemnou spomienkou spojenou s kultúrnym zážitkom.

Som veľmi rada, že počet študentov, ktorí sa rozhodli študovať na našej škole, z roka na rok

rastie. Teším ma (samozrejme nielen mňa), že napriek zložitosti doby, si také množstvo mladých ľudí vyberá povolanie spoločensky viac ako dôležité (a žiaľ nedocenené), no zároveň nesmierne náročné, či už ide o študijné odbory v dennej forme štúdia (asistent výživy, masér, praktická sestra,) alebo o odbory v externej forme štúdia (praktická sestra, zdravotnícky záchranár a učebný odbor sanitár). V súčasnej dobe digitalizácie sú mnohé povolania ohrozené umelou inteligenciou. Moderné technológie sú samozrejme nevyhnutnou súčasťou aj nášho zdravotníctva. Mnohé prístroje už teraz uľahčujú prácu zdravotníkom všetkých kategórií. No žiadna z nich nenahradí ľudský rozmer – tak typický pre toto povolanie - schopnosť spolupráce, dotyku, pohľadania... preto vás aj z tohto miesta prosím – nezabudnite byť ľudskí.

Jedno staré príslovie hovorí: „Vždy keď si večer ľahnete spať, zamyslíte sa nad tým, či ste sa za ten deň niečo nové naučili. Ak áno bol to úspešný deň. Škola by mala Vás študentov nielen učiť vedomostiam, ale aj ako získavať nové informácie, ako sa učiť novým veciam a tiež poukázať na dôvody, prečo je vzdelanie dôležité. Tiež je potrebné naučiť Vás kritickému mysleniu a vedieť si odpovedať na otázku prečo, poprípade či je údaj pravdivý, pretože sme zahŕnutí množstvom informácií, ktoré nie vždy sú pravdivé. Tak isto hľadať tú správnu motiváciu a podnietiť Vás študentov k aktivite. Práve toto bude od Vás žiadať realita až raz opustíte školské lavice. Učiteľ by nemal byť ten čo prikazuje a zakazuje. Učiteľ by mal byť Váš partner a sprievodca, ktorý Vám pomáha odhaľovať možnosti, akým smerom sa môžete vydať. Tak ako Vaši rodičia tak aj naši učitelia a škola sú do určitej miery zodpovední aj za vstúpanie morálnych hodnôt.

**Milí naši prváci** dovolte, aby som sa v úvode prihovarila najmä vám. Opustili ste brány základných škôl a uzavreli tak tú kapitolu svojho života, v ktorej ste dostali základy všeobecného vzdelania. Dnes vstupujete do novej životnej etapy – v ktorej sa budete na pôde našej školy pripravovať na výkon povolania zdravotníckeho pracovníka. Pamätajte, že aj vo vašich rukách bude raz chorý človek, a aj od vašich vedomostí a praktických zručností bude záležať proces jeho uzdravovania. Štúdiom vo všetkých študijných odboroch bude náročné, rovnako ako celý proces adaptácie – teda prispôsobenia sa novým podmienkam. Z toho miesta vám však môžem sľúbiť, že s prípadnými ťažkosťami vám budem pomáhať nielen ja, ale predovšetkým vaše triedne učiteľky, a tiež naša výchovná poradkyňa a školská psychologička. Verím, že adaptačné obdobie bude pre väčšinu z vás iba novou výzvou, ako sa popasovať s realitou života. Na druhej strane to bude zároveň obdobím, v ktorom spoznáte novým spolužiakov, možno nových priateľov, či životné lásky.

**Milí štvrtáci**, vás oslovujem v období, v ktorom sa etapa vášho stredoškolského života končí. Čaká vás skúška dospelosti v pravom slova zmysle. Maturita preverí nielen vaše teoretické vedomosti a praktické zručnosti, ale aj schopnosť zúročiť napokon všetko pri výkone povolania, na ktoré ste sa počas štúdia pripravovali. Štvrtý – teda maturitný ročník bude pre vás v mnohých smeroch náročný. Niekedy sa vám celkom iste bude zdať, že je toho na vás priveľa, ale

ak ste štyri roky venovali štúdiu patričnú systematickosť, tak maturitná skúška bude pre vás iba skúškou, v ktorej overíte svoju schopnosť zvládať stres.

**Milí naši druháci a tretiaci**, vám sa prihovám ako k posledným, ale na poradi vašej dôležitosti v živote školy to neuberá. Vy ste tí, ktorí budú niest' záväzok prezentácie školy na verejnosti. Vy budete oslovení, aby ste sa zúčastňovali rôznych súťaží, olympiád, či iných akcií súvisiacich so životom v škole (už teraz môžete začať s prípravou imatrikulácií). Tretiaci – vy začnete prezentovať školu najmä v zdravotníckych zariadeniach – počas praktického vyučovania – no nielen tam. Aj na vás sa spoliehame, že budete v rôznych športových, kultúrnych, odborných súťažiach a aktivitách dôstojne prezentovať našu školu.

**Milé kolegyně, kolegovia** – vám sa prihovám úplne na záver – ako na tých, ktorých poslaním je sprevádzať našich žiakov na ceste za vzdelaním, na ceste za prípravou kvalitných, zodpovedných a empatických zdravotníkov. Niekedy sa vám táto cesta bude zdať „zarúbaná“, ale ja väčšinu z vás poznám a viem o vašom pedagogickom majstrovstve. Týmto by som sa zároveň chcela prihovoriť aj novým kolegom a uistiť ich, že tak ako žiaci – aj vy máte moju plnú podporu a podporu celého manažmentu školy, v prípade, že ju budete potrebovať. V tejto náročnej práci, resp. v tomto poslaní vám želim predovšetkým pevné zdravie, veľa trpezlivosti a ja - spolu s mojimi zástupcami a celým kolektívom, sa budeme usilovať o vytvorenie príjemnej pracovnej atmosféry.

**Vážení zástupcovia zriaďovateľa (BSK)** – napokon je môj príhovor venovaný aj vám. Z tohto miesta sa za seba, aj kolegov, chcem poďakovať za doterajšiu ústretovosť z vašej strany, za pomoc a prípadnú konštruktívnu kritiku v budúcnosti. Veľmi vysoko oceňujem váš záujem o život našej školy, ktorý dávate najavo či už pri organizovaní Župných škôl, ale aj vašou účasťou na takých podujatiach akou bola naša koncoročná Akadémia, alebo tiež dnešné otvorenie školského roka 2023/2024. Ešte raz ďakujem a verím, že naša vzájomná spolupráca bude pokračovať aj v ďalších projektoch.

Na úplný záver vám všetkým želim príjemný kultúrny zážitok a ešte pekný deň.

PhDr. Janka Gabaľová, PhD.  
riaditeľka školy





**OBSAH**

Slávnostné otvorenie školského roka 2023/2024	2
EDITORIÁL	4
Florence roka 2023	5
Čo nám dala prázdninová prax ...	8
Praktické vyučovanie	9
DEŇ DEKUBITOV V NÚSCH	11
Športové okienko TSV	12
Expert geniality show	14
Opýtali sme sa našich žiakov	14
Tá naša stužková	21
Z každého rožka troška	22
Výchova k manželstvu a rodičovstvu na škole	27
„ ... ešte to vydrž, nájdí pomoc ...“	28
Nové tváre medzi nami	29
Mikulášske Vianoce	30
Kto nám nosí darčeky ?	32
Želanie príjemného prežitia vianočných sviatkov	34

**EDITORIÁL**

Vážení pedagógovia, zamestnanci školy, milí žiaci a všetci čitatelia časopisu Kyslík!

Aj v tomto školskom roku 2023/2024 sa prvé vydanie tohto časopisu nesie v duchu vianočnej atmosféry. Téma Vianoc však ani zďaleka nie je jedinou, na ktorú sa môžete v tomto vydaní tešiť. Čakajú tu na vás udalosti zo sveta našej školy od začiatku školského roka no nájdete aj spomienku na letné prázdniny od žiakov III. DVS triedy, ktorí počas leta absolvovali povinnú prázdninovú prax, príspevky od žiakov i učiteľov na mnoho rôznych tém a odpovede na otázky, ktoré dostali žiaci našej školy v krátkej ankete a preto sa možno v niektorých článkoch nájdete aj vy.

My - štvrtáci sme zažili veľkú udalosť roka a dovoľujem si povedať, že aj života a to je stužková. Vstupujeme do finále, maturity sa blížia a začali sme sa na ne svedomito pripravovať a dlhé zimné večery trávim nad učebnicami a poznámkami z nich.

Vo svete to vrie udalosťami príjemnými aj nepríjemnými a tie nepríjemné sú spojené dokonca s krviprelieváním. Profesia zdravotníka na ktorú sa v našej škole pripravujeme je predurčená predovšetkým na to aby sme boli pripravení pomáhať ľuďom na pomoc odkázaným. Veríme, že náš život bude v znamení mieru a príjemných udalostí a budeme si vychutnávať len také príjemné udalosti ako je oslava sviatkov.

Pohodlne sa usad'te a prajeme vám príjemné zážitky pri čítaní decembrového čísla školského časopisu Kyslík.

Redakčná rada





Žiačky 3. ročníka študijného odboru diplomovaná všeobecná sestra sa zaregistrovali do súťaže „Florence roka 2023“. Viete, kto bola Florence Nightingale? Ak odpovedáte nie, tak je to zlá správa, nakoľko ste žiaci strednej zdravotníckej školy.

Florence Nightingale bola na svoju dobu, kedy žila (1820 – 1910) veľmi pokroková a vzdelaná, napriek tomu, že bola žena. Pochádzala z bohatej a vzdelanej šľachtickej rodiny. Rodičia ju chceli „dobro“ vydat'. Ona však nedbala na zaužívané spoločenské a iné zvyklosti. Vybrala sa vlastnou cestou – študovala ošetrovateľstvo v Nemecku, starala sa o chorých v Nemecku a vo Francúzsku, chodila po bojiskách, okrem iného aj v Krymskej vojne sa starala o ranených vojakov (poznáme ju ako „dámu s lampou“). Zriadila ženskú poľnú zdravotnú službu, v lazaretách presadzovala hygienu, vybudovala pracovňu a toalety, vysvetľovala význam vetrania, výmeny posteľnej bielizne, osvetlenia, zdravšej stravy a mnoho iného. Nezabudnite, že to bolo v 19. storočí! V roku 1860 založila v Londýne pri nemocnici sv. Tomáša I. necirkevnú ošetrovateľskú školu.

A tak, vďaka nej začalo profesionálne vzdelávanie ošetrovateľstva vo svete, o niekoľko desaťročí aj u nás a jeho súčasťou sme aj my, všetci - žiaci aj učitelia.

Na počesť Florence Nightingale nezisková organizácia Svet zdravia – Akadémia vo Svidníku každý rok vyhlasuje a organizuje súťaž v oblasti teoretickej aj praktickej prípravy pre študentov denného štúdia

3.ročníka v študijnom odbore ošetrovateľstvo na vysokých školách a univerzitách a študentov 3. ročníka denného vyššieho odborného štúdia v študijnom odbore diplomovaná všeobecná sestra na stredných zdravotníckych školách.

Aj naši žiaci DVS sa do tejto súťaže zaregistrovali. Po vyplnení a vyhodnotení testov do finále postúpilo 12 najlepších žiakov z celého Slovenska, ktorí si overili svoje schopnosti získavané prípravou na svoje budúce povolanie. Z našej školy postúpili do finále 3 žiaci študijného odboru DVS - Lucia Darášová, Jaroslav Lošonský, Nina Ševcová. Celoslovenské finále sa uskutočnilo od 10.11. do 12.11.2023 v Nemocnici PENTA HOSPITALS Topoľčany. Po registrácii a slávnostnom otvorení súťaže prebiehali dva dni workshopy. Do nich boli zaradené individuálne aj tímové úlohy. Naši žiaci čestne obstáli, výborne reprezentovali nielen seba, ale aj našu školu. Lucia Darášová sa umiestnila najlepšie v individuálnej úlohe – cievkovanie ženy. Po sčítaní bodov, v celkovom hodnotení Nina Ševcová obsadila 2.miesto, Jaro Lošonský 3.miesto. Za to im patrí POĎAKOVANIE. Predpokladáme, že skúsenosti, ktoré získali, využijú aj vo svojom budúcom profesionálnom živote. Určite týmto dali do povedomia verejnosti, že kvalitné vzdelanie získava budúca sestra nielen na vysokých školách v rámci bakalárskeho štúdia, ale aj na SZŠ v rámci študijného odboru diplomovaná všeobecná sestra. Ešte raz – ďakujeme.

PhDr. Veronika Bebjaková,  
triedna učiteľka III. DVS

**Ch**ceme Vám predstaviť žiakov III. DVS triedy študijného odboru diplomovaná všeobecná sestra, ktorí úspešne reprezentovali našu školu v celoslovenskej súťaži FLORENCE ROKA 2023. Odpovedali nám na nasledujúce otázky:

### **Kedy, na akej škole a v akom študijnom odbore ste maturovali?**

**Lucia:** Od roku 2017 do 2021 som študovala na Strednej zdravotníckej škole na Strečnianskej 20 v Bratislave, v študijnom odbore zdravotnícky asistent.

**Nina:** Maturovala som počas prvého “pandemického školského roka”, teda v máji 2020. Študovala som na Strednej odbornej škole chemickej v Bratislave, konkrétne študijný odbor biotechnológia a



farmakológia.

**Jaro:** Pre moju lenivosť a pohodlnosť som maturoval v septembri v roku 2019 na SPŠE K. Adlera v odbore počítačové systémy.

### **Čo Vás inšpirovalo k štúdiu na našej škole?**

**Lucia:** Mám veľmi rada prácu a komunikáciu s ľuďmi a prišlo mi logické pokračovať v tomto štúdiu, ktoré mi bolo odporúčané učiteľkami na strednej škole.

**Nina:** Po neúspešných prijímačkách na “vysnívaný” odbor na vysokej škole som sa v podstate náhodou a zo zvedavosti prihlásila na večerné externé štúdium odboru praktická sestra, keďže ma to začalo baviť a mala som možnosť a priestor na denné štúdium a

akurát sa plánovala otvoriť trieda DVS, tak som po ukončenom prvom roku neváhala a „dala sa“ na toto štúdium.

**Jaro:** K štúdiu na SZŠ ma inšpirovalo viacero vecí ako napr. moja neschopnosť dokončenia vyššieho vzdelávania sa v odbore, ktorý som vyštudoval, zmena odborného prostredia, dobré referencie od predchádzajúcich žiakov, možnosť získania vzdelanie v stabilnom odvetví, naplnenie sna člena rodiny a možnosť vykonávať zmysluplnú a naplňujúcu prácu.

### **Čo Vám štúdium na našej škole dalo? (čo sa Vám páči, nepáči, príp. najlepšie, najhoršie predmety)**

**Lucia:** Štúdium na tejto škole mi dalo do života veľa, ukázalo mi, ako to naozaj funguje v nemocniciach a medzi personálom v nej. Na škole sa mi najviac páčili hodiny odbornej praxe, ošetrovateľské techniky v škole, kde sme si precvičovali výkony, ktoré budeme vykonávať v nemocnici. A najmenej sa mi páčil predmet mikrobiológia. Pani doktorka nás tento predmet učila ako laborantov, podľa môjho názoru zbytočne veľa a príliš odborne na náš študijný odbor.



**Nina:** Štúdium na našej škole mi dalo veľa. Dalo mi pevné základy a vedomosti, na ktorých budem vedieť kvalitne stavať počas môjho ďalšieho profesijného života. Myslím, že ako trieda, máme veľké šťastie na našu pani učiteľku triednu PhDr. Veroniku Bebjakovú, ktorá nás učí veľké množstvo odborných ošetrovateľských predmetov, do ktorých vkladá veľa svojich vedomostí a skúseností, a snaží sa z nás urobiť dobré sestry. Boli samozrejme aj predmety, ktoré ma nebavili, ale vždy boli len okrajové a





netrvali dlho, takže všetko sa vždy dalo zvládnuť.

**Jaro:** Štúdium mi dalo hlavne skúsenosti a vedomosti, ktoré budem využívať celý život. Na štúdiu sa mi najviac páči odborná prax a najmenej nové zvonenie. A najlepšie predmety boli s našou triednou učiteľkou PhDr. Veronikou Bebjakovou a najhorší predmet bol pravdepodobne mikrobiológia.

**Kde plánujete po úspešnom ukončení štúdia začať pracovať?**

**Lucia:** Veľmi ma zaujal koncept ADOS, je to zaujímavá práca. Alebo možno na nejakej ambulancii, ešte neviem, na čo sa budem špecializovať.

**Nina:** Konkrétne a na 100 % som sa ešte



nerozhodla, zvažujem všetky ponuky, pozerám si

zaujímavé pracoviská. Čo viem, je, že nechcem pracovať na klasickom oddelení, ale ani na klasickej ambulancii, hľadám prácu, ktorá nebude úplne "tuctová" a tradičná. Momentálne medzi favoritov radím anestéziu alebo detskú onkológiu.

**Jaro:** Plánujem zostať na Slovensku v štátnej sfére ako zdravotnícky pracovník.

**Čomu sa radi venujete vo voľnom čase?**

**Lucia:** Veľmi rada aktívne odpočívam a relaxujem, aby som mala dostatok síl na náročné štúdium



v poslednom ročníku.

**Nina:** Vo voľnom čase sa venujem hudbe, hrám na viacero hudobných nástrojov a spievam. Je to pre mňa hobby, ale aj forma psychohygieny.

**Jaro:** Medzi moje záľuby patria manuálne a tvorivé práce, teda čokoľvek, čo môžem robiť rukami: od stavebných prác, po prácu so softwarom. Taktiež veľmi rád čítam, hrám automaty, pečiem, varím a trávim čas v prírode.

**Aký máte odkaz/odporúčanie pre Vašich mladších spolužiakov?**

**Lucia:** Učte sa a nebuďte leniví.

**Nina:** Nikdy nie je tak zle, aby nemohlo byť horšie. A škola a vzdelanie sú dôležité, preto si majú ten študentský život užívať, kým sa dá.

**Jaro:** Skúšajte nové veci a vystavujte sa pre vás nepríjemným situáciám.

**Akým citátom, mottom, výrokom sa v živote riadíte?**

**Lucia:** „Osemdesiat percent úspechu je doraziť tam, kam máte.“

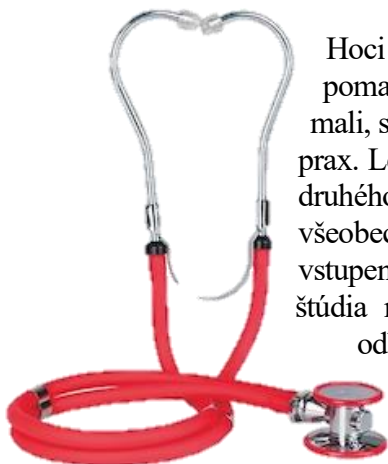
**Nina:** „Dobre vidíme iba srdcom, to hlavné je očiam neviditeľné.“

**Jaro:** „Žiaden človek nedokáže dať toľko lásky človeku, ako dokáže dať len človek človeku.“

### Poznámka Redakčnej rady

Naši žiaci čestne obstáli, výborne reprezentovali nielen seba, ale aj našu školu, za čo im patrí POĎAKOVANIE. Sme hrdí, že žiaci študijného odboru diplomovaná všeobecná sestra pokračujú v tradícii, reprezentujú sami seba aj školu na národnej úrovni v odborných súťažiach. Teší NÁS, že meno našej školy žiaci tohto študijného odboru kvalitne od prezentovali a získali tak popredné ocenenia v odbornosti. Z histórie súťaže chceme poukázať na školský rok 2018/2019, v ktorom bola naša žiačka Darina Poláková vyznamenaná ocenením „Sestra s najväčším srdcom“. Jej odkaz pre spolužiakov znel „Všetkým vám odporúčam súťažiť v akejkoľvek aktivite, nie pre víťazstvo ale pre skúsenosť, sebadôveru, nové priateľstvá aj prezentáciu školy“.

### Čo nám dala prázdninová prax ...



Hoci sa už kalendárny rok blíži ku koncu, a my sme pomaly aj zabudli, že sme nejaké letné prázdniny mali, stále sa v spomienkach vraciame na našu letnú prax. Letnú prax sme absolvovali ako poslednú časť druhého ročníka v študijnom odbore diplomovaná všeobecná sestra a zároveň nám jej absolvovanie bolo vstupenkou do tretieho, posledného ročníka nášho štúdia na tejto škole. Absolvovali sme 80 hodín odbornej praxe na vybranom lôžkovom oddelení. Z výberu oddelení bolo jasné, že máme záujmy spoločné. V zozname oddelení nájdeme tri novorodenecké

kliniky, tri onkologické pracoviská a tri domovy sociálnych služieb. Naše tri zvyšné spolužiačky svoju prax absolvovali na štandardnom internom oddelení, na oddelení arytmií a na oddelení dlhodobých chorých.

Niekoľkých vybraných spolužiakov som sa opýtala aká bola ich prax, čo im dala, a toto sú ich odpovede.

Mirka, klinika klinickej onkológie: „Onkológia je veľmi zaujímavý odbor. Je to odbor, v ktorom sa sestra nikdy nenudí a je nútená sa sústavne vzdelávať. Počas mojej praxe som sa zdokonaľovala v komunikácii s onkologickým pacientom a jeho rodinou. Práca na tomto oddelení sa mi páčila, plánujem sem nastúpiť po skončení školy. „

Viky, oddelenie fyziologických novorodencov: „Na tomto oddelení pracujem už vyše roka, práca s deťmi ma veľmi baví, rada komunikujem aj s ich mamičkami. Práca na oddelení fyziologických novorodencov je veľmi zameraná na edukáciu matiek, každej mamičke sa snažím všetko vysvetliť na mieru tak, aby mi porozumela. V tejto práci chcem určite pokračovať aj po skončení školy. „

Dianka, domov sociálnych služieb: „Na práci so seniormi sa mi páči ich vďačnosť za každý úsmev či dotyk. Je to práca komplexná, starostlivosť o telo ale aj dušu človeka, starostlivosť po internej stránke, ale aj ošetrovanie a preväzy chronických rán.“

Mária, interné oddelenie: „Vybrala som si interné oddelenie v menšej nemocnici, chcela som vidieť rozdiel medzi internými oddeleniami, ktoré som videla v Bratislave s oddelením v menšom meste. Páčilo sa mi, že na tomto oddelení efektívne uplatňovali metódu ošetrovateľského procesu.“

Nina, klinika detskej hematológie a onkológie: „Práca na oddelení sa mi veľmi páčila, dozvedela som sa mnoho informácií o diagnózach, ich liečbe, zo sesterského hľadiska o rôznych cievnych prístupoch, ich ošetrovaní. Čo chcem na tomto oddelení vyzdvihnúť, je prísne dodržiavanie sterility a aseptických podmienok. Tiež som získala nové poznatky v komunikácii s detským pacientom a jeho rodičom.“

Nina Ševcová, III. DVS

### Odborná prax z pohľadu odborného učiteľa...

V septembri sa žiaci tretích ročníkov nevedia dočkať, kedy pôjdu na odbornú klinickú prax. Mnohí prežívajú zmiešané pocity, pretože sa tešia, ale na druhej strane si uvedomujú aj veľký pocit



zodpovednosti. Odbornú klinickú prax vykonávajú žiaci v študijnom odbore praktická sestra od 3. ročníka v rôznych zdravotníckych zariadeniach v Bratislave.

Pacienti, ktorí sú dlhšie hospitalizovaní v nemocnici, majú veľmi podrobne zmapovanú situáciu na každom oddelení. Takýto pacient často pozná všetkých zdravotníckych pracovníkov oddelenia, vie presne identifikovať aj ich vlastnosti a citlivo vníma prístup personálu. Prostredie nemocnice aj so zdravotníckym personálom sa stáva na kratší, alebo dlhší čas jeho domovom a pracovníci jeho rodinou.

Čas strávený na izbe s pacientom počas odbornej praxe je pre nás všetkých zúčastnených jedinečným zážitkom. Pri ošetrovaní chorých často ani nevieme ako pri komunikácii s pacientami prechádzame z jednej témy do druhej, tretej....

Učiteľky odborných predmetov na praxi sú pre žiakov oporou i podporou, aj keď apelujeme na profesionálny, ale aj obyčajný ľudský prístup človeka k človeku, zdravotníckeho pracovníka k pacientovi, učiteľa a žiaka navzájom. Pacienti si nás a našu prácu veľmi pozorne všímajú.

Mňa osobne veľmi teší, ak má žiak záujem o prácu, zaujíma sa o zdravotnícku problematiku, má chuť sa stále vzdelávať a rozvíjať, má záujem o pacienta. To, čo všetko robíme pre druhých obohacuje nielen tých druhých, ale aj nás samotných. V podstate nás to nič nestojí, iba chuť, ochotu, vôľu, čas a nezabudnuteľná chvíľa je na svete, a prínos pre človeka, pacienta je neraz nenahraditeľný. Urobiť niečo pekné, dobré a prospešné pre druhého človeka, venovať niekomu milý úsmev nás nič nestojí.

Každý deň sa na praxi stretávame s pochvalou našich žiakov za ich prístup, ochotu a pomoc pacientom v ich náročnej životnej situácii. Nie sú to iba správne zrealizované odborné výkony, ale hlavne empatia, cit, ochota aktívne počúvať a vypočuť, čas, ktorý pacientom venujeme.

Ako triedna III.C PS a zároveň učiteľka odborných predmetov som veľmi hrdá na svojich žiakov, ktorí sa vydali na cestu pomáhania iným. Od 1. ročníka,

som ich na prácu dobrého zdravotníckeho pracovníka pripravovala a neustále zdôrazňovala ako sú pre nich potrebné vedomosti, praktické zručnosti a záujem o chorého.

Pochvala a ocenenie od pacienta je naozaj skvelý pocit a aj nová príjemná skúsenosť, ktorá určite poteší každého žiaka.

Pochvala od externých učiteľov a odborných pracovníkov NÚSCH v Bratislave je zase merítkom hodnotenia našej práce a dôkazom našej profesionality....

Keďže nastal adventný čas, prajem všetkým učiteľom, pracovníkom školy, žiakom a rodičom predovšetkým veľa zdravia a prežitie nádherných vianočných sviatkov.

S láskou a úctou

PhDr. Ivana Mráziková, tr. učiteľka III. C PS

## Praktické vyučovanie

Žiaci III. C PS triedy absolvujú odbornú prax v Národnom ústave srdcových a cievnych chorôb, (NÚSCH) Pod Krásnou Hôrkou v Bratislave.

Pod vedením interných učiteľov a externých učiteľov, pracovníkov tohoto zariadenia realizujú ošetrovateľské výkony v rámci svojich kompetencií na týchto



oddeleniach:

kardiokirurgická klinika, oddelenie všeobecnej kardiológie (OVK), v Detskom kardiocentre (DKC) a na transplantáčnom oddelení (OZaT).

Edukačné sestry, pani Júlia Horvátová a Mgr. Monika Molnárová pre Detské kardiocentrum (DKC), sú zároveň našimi externými učiteľkami. Kolektív učiteľov dopĺňa pán Mgr. Andrej Slivka,

MPH, ktorý pôsobí v pozícii staničnej sestry na oddelení zlyhávania a transplantácií, kde žiaci



chodia veľmi radi na prax. V tomto zdravotníckom zariadení majú aj špeciálnu výučbovú miestnosť, kde si žiaci majú možnosť vyskúšať špeciálne ošetrovateľské výkony na trenažéroch a figurínach v podobe detských i dospelých pacientov.

Štandardnú prax sme preto v uplynulých dňoch obohatili aj o odborný seminár a prednášku pani PhDr. Šuttovej Gabriely, ktorá je v NÚSCHU námestníčkou pre ošetrovateľskú starostlivosť. Jej odborné vedomosti, dlhoročné skúsenosti a zručnosti obohatili našich študentov o nové poznatky.

Žiaci pristupujú k praxi veľmi zodpovedne a s rešpektom. Dôležitý je aj ich prístup k pacientovi, pracujú v tíme pod drobnohlľadom svojich učiteľ'ov. Ich záujem, empatia a pomoc pacientom je takmer každodenne ocenená zo strany pacientov i personálu.

PhDr. Ivana Mráziková  
učiteľ'ka odborných predmetov

### **Klinika popálenín a rekonštrukčnej chirurgie**

Každá odborná exkurzia je niečím obohacujúca a rozširuje naše vedomosti, dáva nám nové skúsenosti a napokon nám pomáha aj pri výbere našej práce pretože exkurzie sa realizujú predovšetkým na pracoviskách ktoré nie sú našimi školiacimi. 24.októbra 2023 sa žiaci III. DVS triedy zúčastnili exkurzie na Klinike popálenín a rekonštrukčnej chirurgie

v Univerzitetnej nemocnici v Bratislave – Ružinov. Pani vrchná a pani staničná nás zoznámili s históriou vzniku pracoviska, dozvedeli sme sa, že na Slovensku okrem tohto pracoviska, je takto špecializované len jedno ďalšie pracovisko a to je v Košiciach.

Zameriavajú sa na liečbu popálenín, poranení a defektov kože a mäkkých tkanív, či už vrodených alebo získaných, akútnych alebo chronických. Súčasťou kliniky je aj jednotka intenzívnej a resuscitačnej starostlivosti. Videli sme jej špeciálne vybavenie a špeciálnu



„pieskovú“ posteľ pre pacienta, ktorá má osobitnú obsluhu a vybavenie.

Tiež je súčasťou kliniky centrálna tkanivová banka, ktorá zabezpečuje odbery, spracovanie, uchovávanie a distribúciu tkanív a buniek pre účely transplantácie. Pripravujú transplantáty ľudskej aj zvieracej kože, kostí, šliach, ciev a srdcových chlopní.

Naši žiaci získali informácie o činnosti ďalšieho špecializovaného pracoviska.

PhDr. Veronika Bebjaková,  
učiteľ'ka odborných predmetov





## Ľudské telo

je názov výstavy, ktorú poznajú zdravotníci aj nezdravotníci takmer v celej Európe pretože výstava je putovná. Jej inštalácia trvá vždy niekoľko dní

a prevoz exponátov si vyžaduje špeciálnu starostlivosť nakoľko exponáty sú krehké a ich finančná cena sa dá sotva vyčíslieť. Dňa 13.11. 2023 sa triedy II. A PS a I. MAS s spolu s našimi odbornými učiteľkami PhDr. Ivetou Valentovou, Ph.D., PaedDr. Máriou Miháľechovou, Ph.D. a Mgr. Katarínou Šprlákovou - Zmorovou zúčastnili na výstave ľudských tiel - Body Worlds – Nivy . Výstava prichádza po návšteve v Nemecku do Bratislavy a ponúka jedinečný zážitok z detailného spoznávania tajomstiev ľudského organizmu. Výstava nám priniesla edukatívny priestor nielen na spoznanie anatómie ľudského tela, ale najmä uvedomenie si súvislostí medzi našim životným štýlom a jeho dopadom na náš organizmus a samotný život.



Na výstave sme videli ako fungujú ľudské orgány, ako reagujú na bežné choroby, videli sme následky chronických chorôb a chorôb zo závislostí ako je fajčenie alebo konzumácia alkoholu, spoznali sme mechanizmus umelých kolenných a bedrových kĺbov či umiestnenie implantátov. Mali sme možnosť porovnať zdravé pľúca s pľúcami fajčiarov. Táto výstava nám spríjemnila nielen dlhý školský deň, ale aj priniesla jedinečný zážitok a možnosť spoznať detailnejšie tajomstvo ľudských tiel.  
ĎAKUJEME

## DEŇ DEKUBITOV V NÚSCH

Svetový deň prevencie preležanín, odborne dekubitov, každoročne pripadá na tretí novembrový štvrtok. Aj v tomto roku upozorňuje iniciatíva EPUAP (European Pressure Ulcer Advisory Panel) na potrebu lepšej prevencie preležanín u ležiacich pacientov so sprievodným sloganom: „Stop dekubitom.“ (Stop Pressure Ulcers Day) Výskyt preležanín v komunite imobilných pacientov je až 33 percent.

Dňa 16. novembra 2023 sa pri príležitosti tohto dňa v priestoroch NÚSCH, a. s. Bratislava, konalo edukačné dopoludnie zamerané na tematiku - dekubity. Tohto podujatia sa zúčastnil výber tried zo študijného odboru praktická sestra a diplomovaná všeobecná sestra v sprievode odborných učiteľiek. Na tomto mieste sa žiaci o dekubitoch dozvedeli o faktoroch vzniku a prevencii dekubitov. Mali možnosť vidieť zdravotnícke pomôcky ich praktické ukážky a použitia na



figurínach. Ukážky polohovania a fyzioterapeutických techník v rámci ich predchádzania. Sme veľmi radi, že sa po dvoch rokoch pandémie sa táto akcia opäť obnovila. Svoje vedomosti si žiaci aj učitelia obohatili vďaka zástupcom rôznych firiem z domova aj zo sveta, ktoré vyrábajú pomôcky na prevenciu vzniku preležanín, zabráňujú ich rozširovaniu a podporujú ich



úspešnú liečbu. Vďaka nim sme si do školy odniesli aj edukačné materiály, ktoré nám pomôžu v štúdiu a poskytnú informácie aj na našu vlastnú

edukačnú činnosť pri pacientoch. Tento deň určite priniesol žiakom veľa nových užitočných vedomostí a zručností a táto skúsenosť im prinesie úžitok do budúceho povolania.

Manažment školy, ktorý sa tiež zúčastnil, chce poďakovať organizátorom a prezentujúcim za ich odborné prednášky a prezentácie, ktoré zdravotníkov i našich žiakov posúvajú v oblasti ošetrovania dekubitov na vyššiu úroveň.

PhDr. Veronika Bebjaková, učiteľka odborných predmetov a Tamara Šišoláková žiačka IV. A PS

## Stručný prehľad TSV a športových akcií na našej škole Vám prináša učiteľka TSV Mgr. Anna Repková

- ✧ Účelové cvičenie pre 2. ročníky 12. a 13.9. 2023 bolo charakteristické kondičnou vychádzkou po hrádzi smerom do Rusoviec, okolo Rusoveckého jazera ku kaštieľu. V príjemnom slnečnom počasí sme si osviežili ponamáhané nohy v jazere a užili sme si pohodu okolitej prírody. Pár fotografií je toho svedectvom.
- ✧ Súťaž jednotlivcov a družstiev na „Župnom športovom dni BSK“ 21.9. Súťažili sme vo futbale dievčat a v silnej konkurencii sme získali krásne 3.miesto. V atletike: v skoku do diaľky získala 14.m. zo 40 účastníčok Lucia Masarovičová z III.C PS, v plážovom volejbale a vedomostnej súťaži o OH sme sa žiaľ tento rok neumiestnili na žiadnom výraznom mieste. Veríme, že na budúci rok budeme úspešnejší. Fotky z tejto super akcie sú dôkazom toho, že je to v silnej konkurencii a počte zúčastnených naozaj ťažké.



- ✧ „1. Strečnianska olympiáda“ pre prvé ročníky spojená aj s účelovým cvičením bola 11.10. 2023 za mierne sychravého rána, ale postupne lepšieho počasia. Nechýbala dobrá nálada a odhodlanie podať čo najlepší výkon, a tak reprezentovať svoju triedu. To sa ukázalo v množstve medailí jednotlivcov a víťaznej triede I. MAS. Fotografie zachytávajúce tieto okamihy, nám pripomínajú tento zaujímavý deň.
- ✧ Trojdňový KOŽaZ pre 3. ročníky. Celý kurz bol zameraný hlavne na nezmyselnosť



akejkoľvek vojny, pripomenutie si histórie z 1. a 2. svetovej vojny, vzdanie úcty padlým vojakom z tých období a za mier vo svete. Prvý deň sme absolvovali turistickú vychádzku po hrádzi cez Pečniansky les smer rakúsky Berg k MPO bunker B-S4 Lány, kde sme si vypočuli zaujímavú prednášku o obrannom vale v Petržalke, o 2. svetovej vojne na tomto území, všedný deň a fungovanie v bunkri. Množstvo autentických historických predmetov a zbraní navodzovali atmosféru rozhodujúcich historických čias a života v tomto bunkri. Všetci sme cítili, aké hrdinstvo vykonali mladí aj starší ľudia v období, keď bránili mier nielen pre seba, ale hlavne pre budúce generácie. Vzdávame im veľkú vďaku. Druhý deň nám hradná stráž prezidentky SR predviedla na pôde SZŠ Strečnianska na jednotlivých stanovištiach svoju prácu, základy sebaobrany, záchrana a vynášanie zranených z nebezpečného prostredia

a ukážky z topografie a orientácie v neznámom prostredí a priestore. Tretí deň sme išli smerom k Petržalskému vojenskému cintorínu a bunkru Hřbitov. Prednáška z obdobia 2. svetovej vojny a fotografie z toho obdobia, nás opäť stíšili a navodili v našich srdciach nesmiernu vďaku a úctu ku všetkým, ktorí položili svoje mladé životy za slobodu, ktorú prežívame aj vďaka ich obetiam.

- ✧ Športové súťaže BSK vo futsale, v basketbale dievčat a chlapcov, vo volejbale mix, kde sa nám podarilo 3. miesto v skupine a prvýkrát v šachu. Dôležitá je samotná účasť na takýchto súťažiach, lebo získavame skúsenosti, prehľad, istotu a odolnosť.
- ✧ Najbližšie nás čaká florbal chlapcov a dievčat a lyžiarsky kurz a kurz pohybových aktivít zameraných na zimné športy pre 1. ročníky.



**Kultúrne – historický krúžok** vedie od minulého školského roka PhDr. Ivana Mráziková. Ako človek, ktorý má veľmi blízko ku kultúre a umeniu, sa snaží o priblíženie tejto oblasti ľudskej činnosti aj svojim žiakom. V minulom školskom roku tesne pred Vianocami navštívili SND v Bratislave a balet Luskáčik, ďalej navštívili Trenčiansky hrad, jeho historické múzeum a Bratislavský hrad aj s jeho stálymi

expozitúrami a aktuálnymi výstavami – Stredovek na hrade, Betlehémy na Slovensku, výstava z obdobia Keltov. V tomto školskom roku už stihli navštíviť opäť SND, ale teraz mali možnosť zažiť svetoznámu operu La Traviata, pred tohtoročnými Vianocami navštívia novo zrekonštruovanú Slovenskú národnú galériu v Bratislave. Už teraz majú zakúpené lístky na balet Labutie jazero, a veríme, že ešte niečo má vedúca krúžku v talóne...

Žiaci, ktorí ju dobre poznajú, hovoria, že je: „kultúrna a umelecká duša,, hoci je učiteľka ošetrovateľstva a mnohých ďalších odborných predmetov.

„Umenie povznáša, prináša oddych, relax, rozširuje obzory, identifikuje názory, prináša nové pohľady a názory na život, inšpiruje, obohacuje... „

Hovorí naša triedna a zároveň vedúca krúžku PhDr. Ivana Mráziková

žiaci III.C PS



„Od Dunaja k Tatram“ bola súťažná téma celoslovenskej súťaže „Expert geniality show“, ktorá sa konala na našej škole 28. novembra 2023. Škola sa po minuloročnom úspešnom kole už po druhýkrát zúčastnila tejto súťaže. Súťažili sme v dvoch kategóriách. 1. a 2. ročníky v kategórii O12 s počtom 33

a v kategórii O34 žiaci 3. a 4. ročníkov s počtom žiakov 30. Dúfame, že aj tento ročník súťaže bude pre našich žiakov úspešný. Ich úlohou bolo odpovedať na otázky z dvoch tém. Vybrať si mohli z týchto tém: Od Dunaja k Tatram; Mozgolamy; Svetobežník; Tajomstva prírody; Do you speak English?; Góly, body, sekundy. Odpovedali na 50 otázok (25 z každej témy). Na prácu mali 60 minút. 3% najlepších súťažiacich v každom rebríčku bude odmenených vecnými cenami. Všetci z prvej štvrtiny tematického rebríčka získajú diplom s titulom EXPERT (na tému) a prvá štvrtina súťažiacich v celkovom poradí získa diplom s titulom TOPP Expert. Ostatní dostanú diplom za účasť v súťaži. Kto, a aký diplom z našej školy dostane sa dozvie 25. 01. 2024 kedy budú zverejnené výsledky. Jednotliví zvedavci sa môžu dozvedieť na ktoré otázky odpovedali správne 21. decembra 2023 na [www.sutazexpert.sk](http://www.sutazexpert.sk).



Garantom súťaže je už druhý rok RNDr. Alica Kubošková, ktorá aktívne usmerňuje žiakov denného štúdia v matematickej gramotnosti a podnecuje ich k súťaživosti.

Uvedenú vedomostnú súťaž podporila riaditeľka školy PhDr. Janka Gabaľová, PhD., ktorá prišla žiakov podporiť v ich prezentačných aktivitách a teší sa na výsledky, kedy bude môcť podať ruku TOPP Expertovi.

Uvedenú vedomostnú súťaž podporila riaditeľka školy PhDr. Janka Gabaľová, PhD., ktorá prišla žiakov podporiť v ich prezentačných aktivitách a teší sa na výsledky, kedy bude môcť podať ruku TOPP Expertovi.

## Opýtali sme sa našich žiakov

Opýtali sme sa našich žiakov Časopis Kyslík, podobne ako na konci minulého školského roka, tak aj teraz urobil anketu o tom, ako vnímajú našu školu a výber svojej profesie naši žiaci. **Ich odpovede sme nechali v pôvodnom znení teda aj**





**s pravopisnými chybami aby mohli pred maturitou posúdiť či sa vo svojom rodnom (možno nie je ich rodný a práve preto tie chyby?) jazyku zlepšili alebo nie.**

Spomedzi 265 prvákov denného aj večerného štúdia nám odpovedalo 77 žiakov, našu školu navštevuje 192 druhákov a odpovedalo 38 z nich, zo 121 tretiakov sa ankety zúčastnilo 25 žiakov a v končiacich ročníkoch štúdia máme 137 žiakov a ankety sa zúčastnilo 25 žiakov.

### **Tu je vyhodnotenie**

V každom ročníku sme položili rovnakú otázku:

**Som rád/a, že som si vybrala pre svoje štúdium práve našu školu z možností a) úplne súhlasím b) čiastočne súhlasím a c) vôbec nesúhlasím žiaci odpovedali takto:**

Prváci

- a) 63,6%
- b) 33,8%
- c) 2,6%

Druháci

- a) 42,1%
- b) 57,9%
- c) 0%

Tretiaci

- a) 60,0%
- b) 32,0%
- c) 8,0%

Končiace ročníky

- a) 40,0%
- b) 48,0%
- c) 12,0%

Najzaujímavejšie výsledky sú v končiacich ročníkoch no napriek tomu, že nie sú si istí s tým či si vybrali správnu školu na otázku či sa po skončení školy chcú zamestnať v zdravotníctve (aj ak sa rozhodli pre štúdiu na vysokej škole) odpovedalo až 92,0% opýtaných, že určite áno.

Vráťme sa k prvákovi.

V škole sa im najviac páčia odborné učebne a uvítali by keby si mohli zašportovať v telocvični aj okrem hodín telesnej a športovej výchovy. Hovorí sa, že s akou energiou žiak začne školský rok, taký ho bude mať po celý rok. Úspech patrí pripraveným, a preto, je dobré si

uvedomiť, čo prispieva k celkovej pripravenosti a pohode žiaka.

**Postrehy našich prvákov nás vedú k zisteniu, že táto škola vytvorila pre žiakov podporujúce, stimulujuce prostredie, v ktorom sa dá učiť efektívne.**

Prinášame vám niekoľko milých postrehov:

- keď prídem do školy uzímený, je tu vždy dobrý čaj,
- v škole obľubujem naše obedy, najradšej som však, keď nám k polievke alebo omáčke dajú chlieb!
- často mávame písomky elektronickou formou,
- je tu veľa učiva, ktoré ma zaujíma, ale väčšinou sa nestíham učiť!
- veľmi sa mi páči náš vestibul a možnosť zahrať si bedminton,
- sú tu učebne s dobrým technickým vybavením,
- sú tu v pohode učitelia!
- som veľmi rada za spolužiakov, cením si, že spolu super fungujeme!
- akcie školy sú super!
- učebňa OTY je super!
- páči sa mi, že sa tu problémy riešia hneď!
- v tejto škole ma prekvapili milé učiteľky,
- v škole ma prekvapil náš kolektív, ktorý je veľmi milý, láskavý a nápomocný,
- nájde sa tu pár milých a vtipných učiteľov,
- páči sa mi tu učebňa anatómie, modely, čaj, vedenie, spolužiačky, rozvrh, vestibul, poskytované hry na vrátnici...
- pohodlné lavičky, milé učiteľky, teplý čaj,
- parádna triedna učiteľka,
- automaty s jedlom a pitím,
- super nové zvonenie.

**Ktoré sú obľúbené predmety našich prvákov a prečo???**

- ZKC - veľmi dobrá učiteľka, vie vysvetliť učivo,
- ošetrovateľské techniky kvôli pani profesorky (NAJlepsia profesorka!!!!!!!!!!)

- ZKC, baví ma,
- Ošetrovateľstvo, baví ma to,
- OTY - milá profesorka, zaujímavé učivo,
- ANF - profesorka ktorá vie krásne prednášať,
- Oty pretože tam robíme praktické veci,
- Anatómia - učiteľka ju robí zábavnejšou,
- Oty - praktické narábanie mam radšej než teóriu,
- Anatómia a fyziológia. Veľmi ma baví učiť sa o ľudskom tele.
- Ošetrovateľské techniky - výborná profesorka, príjemná atmosféra počas hodín, podrobne vysvetlene učivo a hodiny vždy rýchlo ubehnú,
- ZKC - zaujímavé témy a hodiny mi dávajú veľa poznatkov,
- Najviac som si obľúbila OTY lebo tam nesedíme celú hodinu za lavicou ale máme tam aj to praktické vyučovanie,
- základy výživy - máme veľmi radi pani učiteľku a hodiny sú fajn anatómia - zaujímavé hodiny a taktiež super pani učiteľka,
- ošetrovateľské techniky, baví ma to,
- Ošetrovateľské techniky. Vďaka skvelej pani učiteľke,
- Ošetrovateľské techniky
- Ošetrovateľské techniky a to kvôli tomu, že zakaždým odchádzam z hodiny s tým, že viem niečo nové. Vyučujúca je úplne super a celkovo ma ten predmet baví.
- Ošetrovateľské hodiny - sloboda v praktickom v učení,
- ANF je celkom ťažký ale zas celkom zaujímavý. a máme dobrú učiteľku,
- Anatómia- zaujímavé je skúmanie tela a veľmi dobrá pani profesorka
- Ošetrovateľské techniky- pretože tam robíme aj praktické veci a veľmi ma to zaujíma,
- Oty lebo je to zaujímavé,
- Ošetrovateľské techniky, lebo si môžeme cvičiť to, čo sme prebrali,
- Anatómiu, kvôli super profesorke,
- Ošetrovateľstvo, anatómia, ZKC lebo ma to zaujíma a baví,
- Anatómia - predmet som si obľúbila preto lebo ma baví skúmať ľudské telo
- OTY
- Anatómia, pretože je ťažká ale baví ma to,
- Anatómiu, lebo pani profesorka je veľmi milá a profesionálna.
- Tešila som sa na školu a odborne predmety, ale žiaľ keď musím sama doma po škole ešte robiť aj poznámky, odrádza ma to od štúdia na tejto škole
- ZKC, lebo sa tam učíme zaujímavé veci
- Ošetrovateľská technika
- Anestéziológiu a Urgentnú medicínu je to niečo nové a zaujímavé
- Oše
- Anatómia - lebo ma baví a je zaujímavá,
- Anatómia, prednášajúca ju ma v krvi!
- EPP-pani učiteľka je super
- anatómia , zkc - predmety ma zaujímajú a pani profesorky sú výborne a veľa nás vždy naučia .
- Oty pretože ma veľmi bavi skôr ta praktická časť ako teoretická
- Epp, anatómia
- ZKC. Dobrá učiteľka, vie naučiť.
- Anatómiu lebo ma baví spoznávať ľudské telo viac
- Anatómia... vynikajúca pani profesorka 😊
- anatómia a oty
- Anatómia a fyziológia kvôli vyučujúcej a učivu
- anf
- Ošetrovateľské techniky - lebo máme úžasnú Pani učiteľku ktorá hovorí aj zo svojich skúseností a to na tom najlepšie 😊
- Anatómia a fyziológia, zaujíma ma ľudské telo
- anatómia- vyučujúca profesorka
- Ošetrovateľstvo - veľa informácii, dobre podane, logicky usporiadane, zmysluplne



- Všetky co mam lebo ma to baví
- Ošetrovateľstvo lebo náš pán profesor je najlepší
- anatómia
- Ošetrovateľské techniky, pretože sa na nich naučím ako správne pomáhať ľuďom.
- anatómia
- Oty, oše. Strašne milú učiteľku máme.
- Anatómia, fyzikálna terapia = odborne predmety
- Anatómiu a Fyziológiu - Vďaka pani učiteľke Valentovej
- Anatómia - naučím sa všetko u ľudskom tele
- Anatómia a ošetrovateľstvo techniku kvôli učiteľkám ktorý mňa podporujú keď mi nejde vyučovanie
- ZKC nakoľko je to veľmi zaujímavý predmet a pani profesorka vie dobre vysvetliť témy týmto nechcem uraziť ostatné profesorky ktoré sú tiež vo svojich odborných predmetoch dokonale.
- Matematika - milá učiteľka, ktorá sa snaží, aby každý pochopil všetko čo sa učíme
- dejepis, občiansku, chemiu lebo nás učia skveli učitelia
- ANJ
- Angličtina
- SJL - zaujímavé učivo
- SJL- profesorka ktorá je veľmi empatická a vie veľmi pekne robiť so študentmi
- Angličtinu lebo máme dobrú novú učiteľku
- Neviem
- neviem
- MAT aj FYZ jedna z mála hodín na ktorých nestresujem a aj keď ma matika nezaujíma tak je na hodinách vždy sranda
- Matematika a fyzika je to jedna z mála hodín na ktorých nie som v strese a nebojím sa
- Slovenský jazyk a literatúra. Profesorka, ktorú mám veľmi dobre učiť.
- Slovenčinu lebo máme skvelú učiteľku
- Slovenský jazyk, výborná profesorka.
- Hmmm 😞
- obn-hodiny su fajn a p. uc ma dobrý výklad
- Asi telesnú
- slovenčina - pani učiteľka je super!!
- slovenský jazyk
- Anatómiu a prvú pomoc. Veľká vďaka pani učiteľkám za perfektný edukačný prístup.
- Dejepis, máme veľmi milého učiteľa.
- Anglický jazyk. Asi najviac kvôli profesorky. Je úplne úžasná, vtipná a tým prispieva k takej tej dobrej a uvoľnenej nálade v triede, kde sa nikto nebojí prihlásiť sa, keď niečomu nerozumie.
- Ziadny
- Mat a Fyz - dobrá učiteľka
- asi nič...ale možno TSV lebo tam hrame aj volleyball
- angličtina
- Slovenský jazyk preto lebo mám dobrú učiteľku
- Biológie no dobrý učiteľ
- Anglický jazyk, lebo ten mi vždy ide najlepšie
- žiadny
- Slovencina nemusim si pisat poznamky
- Slovenský jazyk, lebo máme dobrú učiteľku
- žiaden
- OBN A DEJ
- Chémia, kvôli dobrému učiteľovi.
- Latinsky jazyk-chcela by som posilnit moje vedomosti
- Chémia, Dejepis a Občianska náuka a Slovenský jazyk, Informatika perfektný prístup. Najlepší učitelia.
- Latinský jazyk
- Anglický jazyk
- Oše
- Sjl

- slovenčina- máme iba literatúru a p. profesorka je super tiež
  - ..
  - slovenčina lebo pani učiteľka dobre vysvetľuje a úplne si viem na tej hodine si oddychnúť
  - SJ - pani učiteľka je veľmi príjemná a vždy na hodine nám dokáže skvelo opísať literárne diela tak aby nás zaujali .
  - Biológia kvôli páňovi učiteľovi vädkertimu
  - Slovenčina
  - ANJ, SJL, DEJ. Skvelé učiteľky.
  - Slovenčinu lebo máme dobrú učiteľku slovenčiny ktorá nám to vie vysvetliť
  - Slovenčina... vynikajúca pani profesorka 😊
  - matika
  - Dejepis kvôli účivu a vyučujúcemu
  - anj
  - Dejepis - dobrý pán učiteľ
  - Slovenčina a literatúra, výborná učiteľka
  - matematika- vyučujúca
  - Ošetrovateľské techniky - pretože máme skvelú profesorku
  - Chémia lebo pán profesor vie skvelo vysvetliť učivo
  - slovenský jazyk
  - Slovenčina, pretože sa tam naučíme zábavnejšou formou nové veci
  - slovenský jazyk
  - Anglický jazyk, dobrá učiteľka.
  - Fyzika
  - Fyziku - vďaka pani učiteľke
  - Matematika - zaujímavé vysvetľovanie
  - Ošetrovateľstvo a anatómia
- Až 65,8% druhákov plánuje po maturite zostať v zdravotníctve. Ktoré vyučovacie predmety sú ich obľúbené?**
- ZYV lebo tento predmet vyučuje úžasná profesorka a veľa sa z toho predmetu dozviem a pomôže mi v živote aj keby nezostanem v zdravotníctve a tak tiež aj PKL
  - UZS, cvičenia ZZS a prax. Je to asi najbližšie k tomu čo potrebujem v práci.
  - Mám rada anatómiu aj napriek tomu že nemám z nej dobré známky, popri čom mám pocit že jej chápem ale. Pani profesorka učí veľmi nadšene a mám z jej hodín dobrý pocit.
  - Zdravie a klinika choroba pretože som sa dozvedela veľa nových vecí z nich
  - Patológia, veľa príkladov z reálneho života
  - prvá pomoc- pretože tam je super učiteľ a baví ma to
  - Anatómiu. Už je nemáme v druhom ročníku ale bavila ma.
  - asi oty, viac sa naučím prakticky ako teoreticky
  - Asi moj najobľúbenejší predmet je patológia, pretože tam máme skveleho učiteľa
  - Prvú pomoc
  - mám len odborné predmety mám rada všetky
  - Masáže pretože nás pani profesorka naučí a vie nás aj zabaviť a vypočuť
  - Anatómiu a patológiu, pretože už od mala ma fascinovalo ľudské telo.
  - Zkc a patológiu, pretože hoci je to ťažké, tak ma zaujíma ten vznik ochorenia a fascinuje ma to, ako je naše telo usporiadané a všetko spolu funguje
  - základy výživy pretože je to zaujímavé
  - Základy výživy je to zaujímavé
  - Patológia, vždy sa dozviem niečo nové a zaujímavé
  - oty lebo je to "náhrada" akoby praxe aspoň nejak čiastočne
  - Masáže, lebo sa tam učíme masírovať.
  - Oty
  - Masáže
  - ZKC, OŠE, PP baví ma to
  - Prvá pomoc (pretože nás naučí ako správne zareagovať v situáciách ohrozujúcich život)



- prvú pomoc, veľmi veľa sa naučíme či už do praxe v zdravotníctve ale aj v normálnom živote
- Všetky, pretože nás učia kvalitní pedagógovia, akurát jedna pani MUDr. je veľmi prísna a manželmi kritickú stupnicu hodnotenia 🙄
- Oty lebo je to podľa mňa najbližšie praxi
- Anf lebo mne sa páči anatómia
- Prvá pomoc, sa chcem stať záchranárom aj keď som si musel vybrať odbor praktickej sestry.
- zdravie a kliniku chorob pretože ma zaujímajú choroby
- všeobecne všetky odborné predmety sú ťažké ale dajú sa zvládnuť no najviac sa mi páci praktická časť prvej pomoci
- masáže lebo ma to baví a asi som sa v tom fakt našla
- anatómiu pretože pani učiteľka vie skvele vysvetliť a naučiť (je zlatíčko) a tak isto zkc pretože pani učiteľka mihalechova je proste naj z naj
- Patológia pretože ma baví počúvať učiteľa ako prednáša učivo.
- zkc pretože má zatiaľ naučil najviac
- Masáže
- OTY
- SV pretože ma to baví len by sme mohli mať o to väčší záujem
- Nevie
- Angličtina. Mám pocit že všetci učelia angličtiny sú veľmi v pohode
- Slovenský jazyk pretože pri ňom si viem oddýchnuť a naučiť sa veľa nových učí vďaka skvelej učiteľke
- Občianska náuka, konverzujeme na zaujímavé témy
- Nemam
- Fyzika. Pani profesorka vie hodinu sformulovať tak že nás fyzika baví.
- slovincinu, baví ma to a myslím že mi to ide
- Dejepis, taktiež tam máme skveleho učiteľa
- Máme len odborné predmety
- OSE -veľa sa tam naučím
- Slovenčina z podstate toho istého dôvodu ako masáže
- dejepis, pretože ma to zaujíma.
- Slovenčinu, pretože máme úžasnú učiteľku, ktorá vie diela podať zaujímavým spôsobom, ktorým sa aj ti najväčší lajdáci niečo naučia
- Slovenský jazyk, naša úžasná pani profesorka ❤️
- Nevie, ale asi dejepis, lebo ma baví história.
- Dejepis lebo pani učiteľka ho vie zaujímavou predniesť
- Matematika lebo je podľa mňa veľmi ľahká
- Dejepis, ma zaujímal od detstva.
- angličtinu lebo ma baví jazyk
- Telesná ,slovenčina,prvá pomoc ...učitelia do nás dávajú dobrú energiu a snažia sa
- angličtinu a slovincinu milujem tých učiteľov z celeho srdiečka a ich hodiny sú vždy uzastnetaktiež este chcem spomenúť pani profesorku matematiky, ktorá fakt uzastne učí. naozaj všetko vie najlepšie vysvetliť. na základnej škole som mala z matematiky a fyziky 3,4 a 5. teraz pri najhorsom dostanem 3. fakt jej dakujem za všetko čo pre nás robí.
- slovenčinu pretože ju máme s pani učiteľkou triednou
- telesnú pretože ma baví šport
- anj pretože ma baví
- Telesnu
- TSV

### Čo by v škole zmenili keby to bolo v ich moci?

Nič takého

- Zmenila by som to, aby mala každá trieda vlastnú triedu, a aby sa žiaci nemuseli presúvať inam na každú hodinu
- Nemám žiadne výhrady ☐
- Nič
- Asi nič zatiaľ mi vyhovuje všetko

- Nič mi nenapada, čo by mohla škola ovplyvniť
- Ja by som asi nič nemenil.
- Lepšie WiFi
- Zatiaľ som so školou v pohode. Takže nič.
- aby si žiaci uvedomili či chcú naozaj ľuďom pomáhať a zachraňovať zdravie keď to zdravie v prvom rade ničia sami sebe (alkohol ,cigarety ,tráva )
- správanie žiakov

### **Čo sa našim tretiakom najviac páči na praxi, ktorá im tento školský rok začala v prirodzených podmienkach?**

- Ze sa nemusím sedieť v škole ale robím niečo produktívne a spoznávam veľa ľudí
- Najviac sa mi páči že dostávame lepšie podané informácie než keby sme sa mali učiť iba v laviciach ale najviac sa mi páči že pomáhame ľuďom ktorí to potrebujú
- Najviac sa mi páči možnosť vyskúšania rôznych výkonov, či už od úplne základných alebo po zložitejšie výkony.
- Viac skúseností
- Je veľmi zaujímavé sledovať/ skúšať veci čo sme sa dva roky učili teoreticky v škole na život.
- Skúsenosť
- Osamostatnenie, všetko je už skutočne, a nesedím v škole
- že som konečne uvidela tú realitu ako je v nemocnici.
- Pacienti- sú veľmi milí
- nie som v škole na vyučovaní, vidím ako funguje nemocnica a vidím rôznych pacientov a diagnózy
- Interakcia s pacientami, nové pracovné prostredie. Všetko sa mi páči. Na všetky oddelenia sa teším, musím si vyskúšať všetko lebo potom sa mi bude lepšie vyberať smer kam by som chcel ísť
- Praktické precvičovanie napríklad EKG je to oveľa iné reálnejšie ako v učebnici ošetrovateľských technik

- Osamostatnenie, výsledok za našou prácou
- Že nie sme v škole a je to zaujímavejšia forma výučby
- celkovo je to omnoho zaujímavejšie ako v škole .stretáme sa tam z mnohými prípadmi
- kontakt s pacientmi Pretože viem že im môžem pomôcť aj s minimom, dobrou náladou, rozhovorom a úsmevom.
- Nové veci, prístup ZP k nám, pacienti sú veľmi milí. Sledovať pacientov ako sa im zlepšuje zdravotný stav aj napriek komplikáciám.
- Najviac sa mi páči prostredie a to že vidíme svoje povolanie z iného uhla a máme možnosť ľuďom pomáhať.
- Že sestričky sú úplne super. Na niektorých oddeleniach nás naučia aj to čo sme sa ešte neučili a aspoň vieme viac
- Spolupráca
- Konečne vidíme a robíme veci, ktoré sa učia v škole
- Prístup a trpezlivosť sestričiek a praktických učiteľov.
- Konečne robím to čo som sa učil, a chcel som a fakt ma to baví. Je to aj adrenalín niekedy ale inak pohoda

### **Čo sa im na praxi nepáči?**

- To že nás skúšajú a musíme robiť domáce úlohy a poznámky
- Najmenej sa mi páči teoretické skúšanie;)
- Vstávanie a cestovanie
- Páči sa mi všetko .
- Nemám problém s praktickým vyučovaním
- Nie vždy je to ľahké.
- Vstávanie o 4:50
- To že musíme chodiť po praktickom vyučovaní naspäť do školy.
- Vstávanie
- páči sa mi všetko



### Čo v našich budúcich absolventoch zanechá spomienky na celý život?

- naša triedna -je clovek uprimny a naucila ma vela veci aj z praxe a aj v škole
- moja trieda, spolužiaci a triedna učiteľka
- Naše hodiny patológie z pánom učiteľom. Jeho prednášky boli nezabudnuteľné.
- prax - rôzne zážitky pri práci s ľuďmi
- Prax v nemocnici s pacientami
- Mnoho časté učenie sa na nekončiace testy či skúšky a následné nedospaté dni v škole
- Skvelý kolektív v triede. Prečo: pretože sme sa našli ako je jedna skvelá trieda
- Mesačná prax-naučila ma že komunikácia s pacientami je dôležitá.
- Stučková, spoločné aktivity
- Stučková
- Prvé momenty na praxi
- odborná prax.. veľa ma naučila a zažila som rôzne pocity o ktorých nám síce hovorili profesorky, ale pripraviť nás na ne nedokázali. Zažívala som veľa smútku pri smrti pacientov a pohľadoch na choré nevinné detičky, krásne pocity ako aj veľké šťastie a radosť - hlavne keď som videla prvýkrát pôrod, alebo keď mi pani pri prepúšťaní dala čokoládu a s úsmevom a jemným dotykom mi poďakovala - nato nikdy nezabudnem.
- Učenie sa nemeckeho jazyka, pretože ma to veľmi bavilo
- Nové skúsenosti a noví priatelia
- Prax v kuchynke

### Za čo sú našej škole najviac vďační?

- že škola umožňuje študovať aj v vyššom veku som zato vďačná
- spolužiakov, ľudí v mojom ročníku kamarátov/ky čo som si tu našla za nové skúsenosti a za pani triednu učiteľku
- Že som si našla kamarátov a viem ľuďom poradiť ohľadom zdravia.

- Za podporu od učiteľov. Že má neodpisovali od ostatných. Za moju úžasnú Triednu učiteľku ❤️
- za snahu niektorých učiteľov
- Trpezlivosť učiteľov
- Za príležitosť stať sa niekým koho povinnosťou a radosťou je pomáhať ostatným ľuďom
- Za profesorky ktoré ma učia
- Zošit na prax
- za nasu triednu
- Za dobrý rozvrh hodín a chutné obedy.
- existenciu praxového zošita
- Edukáciu v oblasti zdravotnícka
- Zmeny ktoré sa dejú
- Mojich spolužiakov
- za mojich odborných profesorov. Profesorkám ktoré ma učili odborné predmety budem navždy vďačná za všetko, čo mi odovzdali za tieto 4 roky a za ich vytrvalosť a najmä zato, že mne (aj celej triede ) verili.
- STUŽKOVÁ 😊
- Vďačná som za učiteľov, že to s nami nevzdávajú a nenechávajú nás v stychu
- Vedomosti
- milé a dobre učiteľky

## TÁ NAŠA STUŽKOVÁ

Stučková slávnosť je pre každého, kto ju už absolvoval určite nezabudnuteľným zážitkom, a tí, ktorých ešte len čaká, sa na ňu istotne veľmi tešia.



Takáto udalosť príde len raz za život a aj preto je taká úžasná a výnimočná. Je pre každého maturanta prvým veľkým krokom do sveta dospelých. Žiaci IV. A PS mali možnosť takúto slávnosť zažiť 13.10.2023 v Maranello ristorante, vo Vlčom hrdle. Predchádzala jej veľká príprava, milióny vybavovačiek, nekonečné hodiny nacvičovania programu a prepočítavanie rozpočtu do posledného centa. Napokon aj napriek občasným nezhodám a hádkam o farbu výzdoby či príchut' omáčky musíme skonštatovať, že sa táto stužková podarila. Za úspešný a plynulý priebeh vďačíme moderátorom stužkovej Vanese Wengovej a Lukášovi Rybárovi. A za povzbudivé slová

a potešili nás svojou prítomnosťou v tomto veľkom okamihu našich životov. A nie len za tento deň, ale aj za štyri roky počas ktorých ste vkladali do nás

## Z každého rožka troška

vaše vedomosti a boli (a stále ste) našou veľkou inšpiráciou a prínosom do nášho budúceho života. Za toto vám všetkým patrí od nás jedno veľké **ĎAKUJEME**.

Tamara Šišoláková, žiačka IV. A PS triedy

## Biela pastelka

Aj vďaka vám, ktorí ste sa zapojili do verejnej zbierky Biela pastelka, ktorá sa tento rok konala na Slovensku už 22-krát, sa mnohým ľuďom otvorila nová kapitola samostatného a radostnejšieho života.

Dňa 22. septembra 2023 mohli návštevníci

a obyvatelia Bratislavy stretnúť v uliciach aj našich žiakov, ktorí rozdávali verejnosti – bielu pastelku alebo spinku v tvare bielej pastelky – ako symbol sveta neviditeľných línií, symbol sveta nevidiacich a prejav ľudskej solidarity a dobrej vôle. Žiaci verejnosti prispeli s úsmevom a dobrou náladou na podporu tejto vysoko humánnej aktivity.

Veľké **ĎAKUJEM**, patrí všetkým, ktorí sa do zbierky zapojili, prispeli do nej a tiež tým, ktorí ju organizovali a realizujú každý rok.

## Vedomostí a skúseností z oblasti zdravej výživy

Nežijeme preto, aby sme jedli, ale jeme preto, aby sme žili. Často si však neuvedomujeme, že nesprávne stravovacie návyky nám môžu ublížiť. Presvedčil nás o tom Doc. MUDr. Ladislav Kužel, PhD., ktorý mal na našej škole odbornú prednášku pre žiakov študijného odboru asistent výživy. Veríme, že žiaci si z nej odniesli mnoho užitočných informácií, ktoré využijú v príprave na svoje budúce povolanie. Chceme sa Doc. MUDr. Kuželovi, PhD. poďakovať za to, že si našiel čas a prišiel sa s nami podeliť o množstvo svojich



v príhovoroch ďakujeme našej pani riaditeľke PhDr. Janke Gabaľovej PhD., triednej učiteľke PhDr. Anne Faborovej a krstnej mame PaedDr. Márii Miháľchovej PhD.

Okrem bežných zvykov, ktoré už z mnohých stužkových poznáme ako napríklad spievanie Gaudeamusu, šerpovanie, či program pozostávajúci z vtipných scénok a tanečných vystúpení, nechýbali aj tematické vsuvky zo sveta zdravotníkov.

Pani učiteľka Miháľchová, ako krstná mama, napríklad za pomoci infúznej súpravy pokrстила stužky maturantov fyziologickým roztokom. Celý program sa niesol v duchu dní na praxi a zážitkov z nich a program zakončila chutná torta na ktorej nechýbali marcipánové striekačky, stetoskop, či lieky.

Pekné a vtipné chvíle si všetci pozvaní mohli vychutnať aj vďaka spomienkovej prezentácii, ktorú pre triedu vytvorila jej žiačka Lucia Dudadíková.

V mene celej našej triedy IV. A PS sa chcem poďakovať všetkým, čo prijali naše pozvanie



odborných vedomostí a skúseností z oblasti zdravej výživy.

### **Kniha priateľ človeka**

Žiačky študijného odboru diplomovaná všeobecná sestra s triednou učiteľkou PhDr. Veronikou Bebjakovou navštívili pedagogickú knižnicu na Hálovej ul. v Bratislave. Knižnica je jedným z oddelení Národného Inštitútu vzdelávania a mládeže SR (NIVAM). Mali možnosť vypočuť si čo je rešerš, aké knihy a časopisy je možné si v knižnici požičať, ale aj ako funguje výpožičný systém vrámci knižnice a medzi knižnicami. Návšteva pedagogickej knižnice bola užitočná a súčasne bola prvým krokom a pomôckou na cestu, ktorá žiakov III. DVS čaká pri písaní absolventských prác. Témy absolventských prác majú žiačky k absolventskej skúške schválené riaditeľkou školy a postupne začínajú na nich pracovať pod odbornou gesciou svojich konzultantov. Absolventské práce budú prezentovať na absolventskej skúške, ktorá sa bude konať 3. júna 2024.

### **Župný športový deň**

Žiaci stredných škôl Bratislavského kraja vrátane výberu našich žiakov zažili počas Župného športového dňa veľa adrenalínu, športového nasadenia a skvelej atmosféry. Bratislavský samosprávny kraj v spolupráci so športovými zväzmi a klubmi pripravili pre stredoškôľakov Župný športový deň BSK, ktorý sa konal 21. septembra 2023 v Športovom areáli Mladá Garda na Račianskej ul. v Bratislave. Našu školu reprezentoval výber žiakov v atletike, chlapi v plážovom volejbale a dievčatá vo futbale.

V silnej konkurencii vo futbale dievčat *sme získali 2. miesto*. Ženský futbal je rovnaký ako mužský. Záujem oň každoročne stúpa. Našu školu reprezentoval výber žiačok zo všetkých študijných odborov a ročníkov I. AV - Csicsayová Cyara, Manáková Viktória, I. D PS - Kollárová Sabína, Riečická Lenka, II. C PS - Ševčíková Eva, III. MAS - Šemeláková Sofia, IV. AV/MAS - Ambrová Lea, Bednárová Daniela, Jurášová Laura. Veríme, že všetci účastníci prežili pekný športový deň.

Motiváciou žiakov pre športové aktivity je naša pani riaditeľka školy PhDr. Janka Gabaľová, PhD., ktorá ich intenzívne podporuje nielen v oblasti športu a

kultúry, ale aj v odbornosti, ktorá je smerovaním k ich budúcej profesii.



### **Európsky deň jazykov**

Dňa 26. 9. 2023 žiaci prvých ročníkov denného štúdia pod vedením učiteľov všeobecnovzdelávacích predmetov spoločne oslavovali Európsky deň jazykov. Počas dvoch hodín im bola v skratke priblížená história jazykov vo vybraných európskych krajinách, pôvod jednotlivých jazykov a ich používanie či už v rámci bežnej komunikácie, alebo na medzinárodnej politickej úrovni. Okrem využívania jazyka sa diskutovalo aj o kultúre jednotlivých národov, o ich zvykoch a histórii. Dozvedeli sme sa množstvo zaujímavostí o osobnostiach, národných jedlách, hospodárstve či štátnych zariadeniach. Žiaci sa mali možnosť pomocou zvukových nahrávok zoznámiť a foneticky rozlíšiť jednotlivé hovorené dialógy bežných prirodzených používateľov jazyka. Svoje vedomosti zúročili v kvízoch, kde prideli ovali k jednotlivým národom pozdravy v im prislúchajúcom jazyku.





Nakoniec spoločne vytvorili jazykový strom s jazykovými rodinami. Myšlienku zrealizovať uvedenú aktivitu podporila aj riaditeľka školy PhDr. Janka Gabaľová, PhD., ktorej záleží na prezentácii školy, žiakov a učiteľov nielen na pôde školy, ale aj vo verejnom sektore.

Každá udalosť k Európskemu dňu jazykov organizovaná akoukoľvek vzdelávacou alebo výchovnou inštitúciou v ktorejkoľvek krajine je evidovaná na mape udalostí na webe Rady Európy v centre moderných jazykov.

**Olympiáda Strečnianska** sa konala po prvýkrát na našej škole dňa 11. októbra 2023. Úspešnú myšlienku ako rozvíjať mladých ľudí a navzájom sa spoznať na novej škole preniesli do života riaditeľka školy PhDr. Janka Gabaľová, PhD. a zástupca riaditeľky školy Ing. Daniel Vadkerti. Spoločne pripravili celodenný program pre žiakov prvých ročníkov, ktorí športovali, súťažili a boli odmeňovaní v rôznych športových disciplínach. Olympiáda Strečnianska bola úspešnou

aktivitou, do ktorej sa zapojilo aj veľa učiteľov, ktorí so svojimi žiakmi umocňovali atmosféru a napomáhali k vytvoreniu pozitívnych vzťahov medzi žiakmi prvých ročníkov. Počasie tento deň neprialo, ale napriek tomu žiaci boli pripravení nielen fyzicky, ale aj duševne. Každá trieda si tvorivo urobila vlajky svojej triedy a obliekla sa vo farbách olympijských kruhov, ktoré na záver na školskom dvore vytvorili. Prvý olympijský oheň zapálil učiteľ TŠV Mgr. Norbert Jochman. Veríme, že tento oheň na našom školskom dvore bude horieť pravidelne.



**Literatúra s Lukášom Latinákom veselo i vážne**

Dňa 26.10.2023 prišiel do priestorov našej školy zasiať semienko motivácie i sprostredkovať



krásu a múdrosť klasickej slovenskej poézie Lukáš Latinák, slovenský herec a glosátor. V dvoch samostatných vystúpeniach, pre žiakov prvého a štvrtého ročníka denného štúdia, priblížil čarovný svet poézie. Originálnym spôsobom interpretoval mnohé diela klasických slovenských básnikov. Počas jednej hodiny priblížil mladým divákovi diela, ktoré ani pre dnešný digitálny svet nemusia byť nudné a fádne, nezrozumiteľné. Nenásilným spôsobom prepojil minulosť s prítomnosťou a poukázal na poslanstvo, ktoré literatúra v sebe ukrýva. Nechýbal ani humor jemu vlastný.

Užiť si hereckého majstra mohli žiaci aj po skončení programu. O autogramiádu a selfie s umelcom bol veľký záujem. Netradičná návšteva umelca i štvrtkové vyučovanie zostane tak v spomienkach našich žiakov a učiteľov určite dlho.

Dňa 9.11.2023 sa na našej škole 98 žiakov



1. a 2. ročníkov zapojilo do informatickej súťaže iBOBOR. Hlavným cieľom súťaže bolo podporiť záujem žiakov o informačné a komunikačné technológie (IKT). Zadané úlohy boli pomerne náročné, orientované na logické myslenie žiakov. Napriek tomu sa našim žiakom

pomerne darilo. Najúspešnejším vyhodnoteným riešiteľom je Adriana Krčmová z II.B PS, ktorá správne vyriešila 82,27% zadaných úloh. Gratulujeme!

### Super masér 2023

Naši žiaci zo študijného odboru masér sa zúčastnili 1. ročníka Celoslovenskej súťaže žiakov stredných zdravotníckych škôl – Super masér 2023, ktorá sa konala 15. novembra 2023 v SZŠ Štefana Kluberta v Levoči. Školu reprezentovali žiaci III. MAS triedy Sarah Jurovtová, Sofia Šemeláková a Vilim Lampart v sprievode s triednou učiteľkou Mgr. Natáliou Hutánovou.

### „Diabetes z pohľadu viacerých študijných odborov a pre viaceré generácie“

Cukrovka je jedno z najčastejších metabolických ochorení dnešnej uponáhľanej doby. Po prvýkrát sa touto problematikou v histórii školy zaoberali všetky študijné odbory dennej formy štúdia. Žiaci pod vedením učiteľov odborných zdravotníckych predmetov prezentovali svoje vedomosti a zručnosti na spoločnom seminári, ktorý sa konal 22.



novembra 2023 a mal za cieľ edukovať žiakov tretích ročníkov a seniorov z denných klubov v Petržalke o problematike predmetnej choroby. Odbornosť seminára podporili prizvaní hostia so svojimi prezentáciami k tejto odbornej problematike. Seminár otvorila riaditeľka školy PhDr. Janka Gabal'ová, PhD. ktorá svojím vstupom umocnila pozitívnu klímu a atmosféru seminára.

**Maturitný ovocný sad** V poobedňajších hodinách vo štvrtok 23. 11. 2023 sadili žiaci maturitných ročníkov v areáli školy svoje ovocné stromy a založili tak tradíciu

Maturitného ovocného sadu. Pod každý strom bude umiestnená pamätná tehlička s označením triedy, ktorá strom sadila a školský rok.

Projekt uviedla do života riaditeľka školy PhDr. Janka Gabal'ová, PhD., ako jeden z mála projektov podporujúcich

environmentálne osvieženie

okolia. Budúci maturanti si budú môcť priniesť plody maturitných stromov na maturitný stôl. Sadiť im pomáhali ich triedne učiteľky, ktoré danú aktivitu úspešne podporili. Projekt prispeje k očiste nášho ovzdušia a súčasne poteší unavenú myseľ našich maturantov kráčajúcich k zelenému stolu.



### Svetový deň boja proti AIDS

Každoročne si 1. decembra pripomínáme Svetový deň boja proti AIDS. V tento deň tak urobili aj žiaci a učitelia našej školy a cieľom bolo upozorniť na problém AIDS, ktorý pretrváva a zvýšiť vedomosti o danej chorobe, jej šírení a prevencii. Pokiaľ chceli žiaci získať viac informácií o HIV, AIDS mohli si preštudovať prezenčné materiály „Prevencia infekcie HIV/AIDS“, ktoré boli na stoloch vo vestibule školy. Zároveň si mohli zahrať sexeso - edukačné pexeso, venované danej problematike. Vo vestibule školy je vytvorená výstava prác našich žiakov zapojených do súťaže na tému: Svetový deň boja proti AIDS.

Červenú stužku si v tento deň mohol





pripnúť každý, kto sa zapojil do kampane boja proti AIDS.

## Starému zvoneniu definitívne

### „odzvonilo“

Škola je miestom, kde sa zdržiavame viac ako polovicu dňa. Školské prostredie, popri tom, že sa v ňom vzdelávame, by malo byť príjemné a motivujúce.

K úprave školského prostredia aktívne prispieva naša pani riaditeľka školy PhDr. Janka Gabal'ová, PhD., ktorá dala v minulom týždni nainštalovať nový školský rozhlas a tóny zvonenia. Starému zvoneniu definitívne „odzvonilo“. Veríme, že nové zvonenie spríjemní školskú atmosféru žiakom, učiteľom aj návštevam a známe melódie im budú oznamovať začiatok a koniec vyučovacej hodiny.

## „Kol'ko lásky sa zmestí do krabice od topánok“

Tento rok sa naša škola zapojila do celoslovenského projektu „Kol'ko lásky sa zmestí do krabice od topánok“, vďaka ktorému máme možnosť spoločne spájať generácie ľudí a vychovávať uvedomelú mládež – žiakov našej školy. Garantom projektu za školu sa stala PhDr. Gabriela Pénzesová.

Veľká vďaka patrí všetkým rodičom a žiakom tried denného štúdia I. A PS, I. D PS i večerného štúdia I. SA, I. PS 2r. a jednotlivcom z ostatných tried, ktorí spoločne naplnili krabičky plné lásky pre

neznámeho seniora. Okrem rodičov a žiakov sa zapojila do projektu aj pani riaditeľka PhDr. Janka Gabal'ová, PhD. Škola zakúpila krabice, baliaci papier a rôzne darčeky pre seniorov. Ďakujeme aj koordinátorke celoslovenského projektu Ol'ge Čelinskej, ktorá krabičky prevzala a poteší tieto Vianoce seniorov darčekom za našu školu, ktorý zahreje pri srdci nás aj ich.





## Výchova k manželstvu a rodičovstvu na našej škole

Výchova k manželstvu a rodičovstvu umožňuje našim učiteľom a žiakom diskutovať o jednom z kľúčových aspektov ľudskej osobnosti. Naši žiaci tak dostávajú presné informácie, aby porozumeli svojmu telu a rozhodovali sa uvážene a uvedomele. Snažíme sa im vysvetliť ako zapadá sexualita do ich celkového zdravotného stavu. Je potrebné, aby chápali, že sexualita je zdravá, normálna súčasť každého človeka a sprevádza ho po celý život. Učíme ich, selektovať nezdravé sexuálne predstavy od tých prirodzených. Sme toho názoru, že sexualita je významnou zložkou každého jednotlivca. Učíme ich, že sexualita sa nerovná sexu a ani sex láske. Sami žiaci zistili, že ak sú informovaní a schopní informácie využiť, lepšie sa v živote vedia rozhodnúť v oblasti sexuality. Nezabúdajme, že zdravé rodinné vzťahy podnecujú, aby sexuálna výchova pokračovala aj doma, pretože rodičia sú prvým dôležitým formovateľom hodnôt svojich detí, a to predovšetkým na základe dôvery a vzájomného pochopenia. Každý človek sa rodí s osobnými mravnými zásadami, ktoré určujú jeho správanie. Naším žiakom na predmete anatómie a na predmete zdravie a klinika chorôb umožňujeme pochopiť sexuálnu anatómiu, čo ich posúva byť zodpovednejšími za vlastné sexuálne zdravie, ako aj za predchádzanie chorobám a nežiadúcemu tehotenstvu. Naša škola sa tak stáva dôležitým formálnym aj neformálnym zdrojom informácií o sexualite. Ved' sexuálne zdravie je životne dôležité pre celkové zdravie. A je potrebné pochopiť ako zásady, dôvera a viera vplývajú na voľbu našich žiakov a na ich správanie. Žiakov učíme, že je veľa spôsobov ako dať najavo lásku, dôveru a náklonnosť. Tiež ich vedieme k rešpektu mravným zásadám iných ľudí a k ich sexuálnej orientácii. Naším žiakom tiež pomáhame pochopiť ako ich sexualita zapadá do ich života. Dávame im príležitosť rozprávať o dôležitých veciach a o ich sexuálnych pocitoch, ktoré sú normálne. Ak sa nám zdôveria, pomáhame im vysporiadať sa s ich emóciami. Poskytujeme im čo najviac informácií o drogách, alkohole, sexuálnom správaní, a to čo

najrozumiteľnejšie, aby ich mohli chápať. Pomáhame im rozvíjať pozitívne sebavedomie, aby sa mohli rozhodovať podľa morálnych zásad. Učíme ich byť dôraznými a rozhodnými v angažovaní sa na zdravom a konštruktívnom správaní. Naša škola je miestom, kde sa vedú citlivé diskusie. V jednotlivých triedach tak žiaci získavajú podstatné informácie a poznatky, ktoré môžu využiť na upevnenie sexuálneho zdravia. Získavanie vedomostí v oblasti sexuálnej výchovy si osvojujú naši žiaci každý mesiac rôznymi aktivitami. Najčastejšie sú to interaktívne prednášky, diskusie, besedy, kvízy, rôzne riešenie úloh, modelové situácie, workshopy a iné edukatívne prostriedky. Ale myslím si, že v prvom rade získavajú dôležité informácie práve od našich učiteľov, ktorí tu učia na škole a denno-denne pôsobia na žiakov. Ved' sexuálna výchova sa prelína v každom predmete. Už v septembri sa na praxi naši žiaci učili v rámci ošetrovateľskej starostlivosti o ženu na pôrodníckom oddelení, na oddelení šestonedelia a na detskom oddelení, ako sa postarať o ženu a dieťa. A tak si v priamom prenose mohli uvedomiť nenahraditeľnosť rodiny pre zdravý vývoj dieťaťa po narodení i počas prenatálneho vývinu. V októbri sme zabezpečili prednášku v rámci prevencie rakoviny prsníka a prostaty s podpredsedom Ligy proti rakovine a s medikom, kde zaujímavou prezentáciou vysvetlili rozdiel medzi benigným a malígnym nádorom, a ktorú časť prsníka najčastejšie postihuje. Štatisticky zdôraznili, že je to každá ôsma žena, a rakovina prsníka je zdiagnostikovaná každých 19 sekúnd. Tiež upozornili, že postihuje aj mužov, a v 60-ke jej podľahne každý piaty. Zaujímavé boli ich edukatívne vsuvky počas prezentácie v podobe kvízu cez mobilnú aplikáciu. Naši žiaci sa takto mohli zúčastňovať kvízov a súčasne si overiť svoje vedomosti. Vtedy sme si uvedomili, že by bolo vhodné objednať pre našu školu aj model na monitorovanie patologických procesov na prsníku. Koncom novembra sa usporiadali na našej škole prednášky o Fetálnom alkoholovom syndróme. Prednášky spojené s diskusiou viedli pracovníčky organizácie Fascinujúce deti. Prostredníctvom prezentácií a videí nás oboznámili s charakteristikou FASD/Fetal Alcohol Spectrum Disorders/, čo predstavuje poruchy fetálneho alkoholového spektra vývinových porúch

u ľudí, ktorých matky konzumovali v tehotenstve alkohol. Apelovali na hrozivé následky konzumácie alkoholu v tehotenstve, ktoré môžu spôsobiť široké spektrum porúch, a to najmä vo fyzickom vývine/malý vzrast, dysmorfické črty tváre, čo znamená tenšia horná pera, nevýrazná naso- labiálna ryha/, problémy so zmyslovým vnímaním, problémy s rovnováhou, koordináciou, s jemnou a hrubou motorikou, problémy so správaním/strata sebakontroly, záchvaty zlosti, agresivita/ a mnohé ďalšie, ako znížené alebo nerovnomerné IQ, poruchy učenia, ťažkosti s porozumením a zo zdravotného hľadiska sa vyskytujú alergie a intolerancie potravín. Zážitkovou formou si žiaci vyskúšali ako vnímajú realitu ľudí s FASD, tak že im lektorky po inštrukcii zaviazali si oči šatkou a na ruky navliekli ponožky a pomocou zvukových, svetelných a dotykových podnetov im sprostredkovali ako sa deti s FASD cítia v škole. Prednášku ukončili tým, že najdôležitejšia je prevencia vzniku FASD, teda nekonzumovať žiaden alkohol v tehotenstve.

1.decembra sme si na našej škole pripomenuli Svetový deň boja proti AIDS/HIV, ktorého symbolom je červená stužka. Žiakom sme objasnili vznik a podstatu nevyliciteľnej choroby AIDS a iných pohlavných ochorení a spôsoby prevencie. Upozornili sme na následky pohlavnej promiskuity a s tým súvisiaci častý výskyt pohlavných chorôb. Oboznámili sme ich aj s dostupnými prostriedkami a metódami antikoncepcie a ich vplyvom na zdravotný stav. Apelovali sme na prirodzené metódy regulácie počatia. Žiaci svojimi projektami a prezentáciami vyjadrovali svoje názory a presvedčenia. Červenou stužkou pripnutou na odev sa symbolicky zapojili a vyjadrili podporu ľuďom žijúcim s AIDS/HIV.

December je aj čas Vianoc. Ako každý rok aj tento v posledný týždeň školského vyučovania sme realizovali vianočné posedenia s jednotlivými triedami a viedli rozhovor o vzťahoch vo svojej rodine, o prežívaní Vianoc a o hodnotách v rodine. Zdôrazňovali sme podstatu Vianoc ako sviatku stráveného v kruhu rodiny a zaujímali sme sa o vianočné zvyky žiakov v ich rodinách. Materialistickej predstavy Vianoc sme spoločne odbúravalí a zhodli sme sa, že na svete ešte existuje láska, ktorá nám pomáha milovať a byť milovanými...

**Prajem všetkým nám, aby v našich rodinách prevládalo porozumenie, tolerancia a vzájomné odpúšťanie...**

**Krásne Vianočné sviatky Vám i Vaším rodinám plné lásky, radosti a pokoja želá**

Mgr. Monika Gelenecková  
Metodik Výchovy k manželstvu a rodičovstvu

**„ ... ešte to vydrž, nájdi pomoc ...“**

Ja, neviem čo mám na tieto riadky napísať aby som sa necítila chorá, no aj tak viem, že tieto moje myšlienky budú prichádzať znova a znova. Myslela som, že táto moja skúsenosť táto „vôľa božia“, bude pre mňa ako znovuzrodenie, no ja si to prehrávam stále dookola a dookola a zdá sa mi to, že to bude horšie a horšie.

Chcela som to vzdať,  
bolo toho na mňa  
veľa no nedokázala  
som to dokončiť,  
vedela som sa  
k tomu len  
odhodlať, bola  
som zlomená.

V tej chvíli som si nepredstavovala ako to bude ďalej, mala som chuť povedať tej dievčine malej, „ešte to vydrž, nájdi pomoc“, no už nebolo cesty späť. Sedela som na moste, výhľad mi smeroval niekoľko desiatok metrov podu mnou, no skôr ako som sa rozhodla ukončiť svoj život, anjel strážny stál nado mnou. Zrazu ma niečo zozadu zachytilo, vytrhlo z mojich myšlienok, ako keď ťa niekto vyruší pri čítaní knihy, do ktorej príbehu si sa vcítila. Zrazu som sedela na zemi, fyzicky v napätí no psychicky pripútaná na zemi s pocitom nulovej slobody. S vedomím že ma zoberú preč, na miesto o ktorom často nebýva reč, slzy sa mi liali po tvári ako rieka plná zlosti, mala som chuť rozbehnúť sa a utiecť tam, kde by som bola sama, no nepustili ma svaly ani kosti. O pár minút prišla polícia a záchranka, všetci prišli kvôli mne, no ja som sa bála len toho, kam ma pripútajú po tomto incidente. V ten večer som sa cítila tak na dne, ako keď kvet nemá dostatok svetla a zvädne. Vraj sa



hovorí že čas rany hojí, no nie je to už čerstvá rana a zostala mi po nej len veľká jazva.

Pre vás čo ste to dočítali až sem, vám chcem povedať, že toto je môj skutočný príbeh. Obyčajnej žiačky na strednej škole, ktorá si prechádzala ťažkým obdobím a ťažkými stavmi. Ako som už písala, nehládala som pomoc, postupne sa to nabaľovalo, a vyústilo to až do pokusu

### Hovory pri čaji...

„...Intenzita skúsenosti!“

**Na čaji je dobrých veľa vecí – zahreje, upokojí myseľ, vôňou poteší noštek, .... a kým si ho nalejeme a osladíme, poskytneme nám moment na krátky „pokec.“**

Dosť často sa ma pýtate, alebo sa ponosujete, že musíte v škole robiť niektoré veci, ktoré vás nebavia, nepáčia sa vám.

Čo s tým? Veci a situácie sa dejú nezávisle od nás – nie sú zlé ani dobré. Je len na nás, ako ich vnímame – či používame pohľad DOBRÉ - ZLÉ, PÁČI SAMI TO-NEPÁČI SA MI TO.

Treba si uvedomiť, že žiadna vec ani situácia netrvá večne – všetko prichádza a odchádza. Jediné čo zostáva sú naše pocity – toto sa mi

o samovraždu. Preto by som vám chcela týmto príspevkom povedať, nebojte sa vyhľadať pomoc, nie je to hanba a ani neviete koľko trápenia si ušetríte. Aj ja som si hovorila, „ale prosím ťa ja sa nikdy o niečo také nepokúsím“, no a stalo sa...

Anonym

nepáčilo, toto nemám rád/rada. .... a s tým sa „užierame“ niekedy až do konca života. Skúsme iný prístup – nech k nám príde akákoľvek úloha, situácia, pustíme sa do nej s maximálnou intenzitou – urobme čo sa od nás žiada, vyriešme to a pustíme z hlavy. Či už je to prezentácia na hodinu, písomka z anatómie alebo naučenie sa základov volejbalu. Niekedy zistíme, že nás určitá aktivita dokonca baví! A ak nie, vesmír nám na hlavu nespadne!? Buďte Cool, Zen, Namasté.... čo len chcete... . Skúsite to? **Jeden kamarát pristupuje ku všetkému so životnou filozofiou: „Nie je dôležité, či je zážitok zlý alebo dobrý, hlavne, že je intenzívny!“**

B.T.

### Nové tváre medzi nami

stretávame na chodbách našej školy a jednou z nich je aj študijná referentka, ktorá vám ponúka pár slov o sebe.

Dovoľte mi, predstaviť sa Vám pár riadkami o mne.

Volám sa Barbora Žilová a na našej škole pôsobím od septembra 2022 ako študijná referentka. Vydávam potvrdenia o návšteve školy, pomáham s vydávaním učebníc, mám na starosti krúžkovú činnosť na škole, vybavujem prihlášky na denné a externé štúdium, pomáham s organizáciou prijímacích pohovorov a zápisom na štúdium našich budúcich študentov, a v neposlednom rade pomáham na sekretariáte našej pani riaditeľke a tajomníčke Hanke. Pochádzam z mesta Levice, ktoré sa nachádza na juhu Slovenska v Nitrianskom kraji, kde som vyrastala s mojimi milujúcimi rodičmi a s tromi sestrami. Proste babinec. :) Do Bratislavy som sa presťahovala pred dvomi rokmi. Predtým som žila sama v Trenčíne s mojou mačičkou Bee, ale túžba byť spolu s rodinou bola silnejšia. Bolo to aj potrebné, kvôli pomoci mojej mamke s našou postihnutou sestrou, nakoľko sme pred dvomi rokmi prišli o ocka. Tu som spoznala svoju životnú lásku a v máji tohto roka som sa vydala a teraz bývame v Rajke. Mám veľmi rada čas strávený v kruhu rodiny, prechádzky v prírode a tiež často a rada pomáham ľuďom. Mojou záľubou je skladanie puzzle - čím zložitejšie a väčšie, tým lepšie. Na záver sa chcem ešte podeliť o takú krátku myšienku: “Viac šťastia je v dávaní ako v prijímaní.”

Barbora Žilová





## Olympiáda ľudských práv

Dňa 05.12.2022 sa uskutočnilo školské kolo Olympiády ľudských práv, ktorého sa zúčastnili



traja žiaci študijného odboru praktická sestra. Školské kolo bolo na základe možnosti výberu zorganizované formou testu pod vedením Mgr. Štefana Víga a Mgr. Filipa Tkáčika. Hlavným cieľom olympiády bolo vzbudiť záujem u žiakov

o oblasť presadzovania a ochrany ľudských práv a demokracie. Ďalšími témami boli aj Európska únia a jej inštitúcie, NR SR, OSN a v neposlednom rade aj na Ústava SR. Žiaci mohli preukázať aj svoj všeobecný prehľad a záujem o aktuálne dianie v SR. Medzi najlepšími riešiteľmi Olympiády ľudských práv sa umiestnili na 1. mieste Sofia Kinská III. B PS na 2. mieste Natália Veszprémiová III. B PS a 3. mieste Linda Piseneková II. A PS. Chceme sa poďakovať všetkým, ktorí sa zapojili do aktivity a prajeme im veľa ďalších úspechov. Víťazom blahoželáme a povzbudzujeme ich do ďalšej reprezentácii našej školy.

Mgr. Štefan Víg

**MIKULÁŠSKE VIANOCE** na našej škole navštívili dvaja Mikuláši, ktorí rozdávali sladkosti a radosť žiakom denného a večerného štúdia i všetkým zamestnancom školy.



Škola sa vo štvrtok 7. decembra 2023 rozozvučala vianočnými koledami. Žiaci v príjemnej atmosfére vyrábali adventné vence, piekli koláčiky a cigánske pečienky, varili kapustnicu a vianočný punč. Spoločne spievali koledy, tancovali a rozprávali sa o témach, na ktoré doteraz nemali čas. Dobrotami ponúkali učiteľov a zamestnancov školy, adventnými vencami zdobili interiér školy a odmenili učiteľov. Súťažili o najkrajší adventný veniec. Prvenstvo získali dve triedy I. B PS a za kreativitu aj IV. A PS. Na záver dopoludnia si

zahrali žiaci verzus učiteľia volejbalový turnaj, ktorý vyznel jednoznačne v prospech učiteľov. Zamestnanci



školy boli v poobedňajších hodinách pozvaní manažmentom na spoločné predvianočné posedenie pri kapustnici a iných kulinárskych produktoch. Prítomných privítala riaditeľka školy PhDr. Janka Gabaľová, PhD., ktorá umocnila atmosféru svojim d'akovným príhovorom a symbolickými darčekom pre všetkých – kalendárom, medom a orieškami. Následne sa všetci zamestnanci školy navzájom obdarovali darčekom, ktoré vytvorili anonymne pre svojho kolegu. Krásny štvrtok je za nami, spomienok z príjemných zážitkov je veľa a čas do najkrajších

sviatkov roka sa pomaly kráti. Tešme sa z toho, že sme si spríjmnili predvianočné obdobie a načerpali nové sily do dní nadchádzajúcich.



## Mali možnosť komunikovať v nemeckom a anglickom jazyku

Viedeň – hlavné mesto Rakúska, významná metropola v strednej Európe, lákajúca množstvo turistov z celého sveta, ktorí radi navštevujú aj tradičné vianočné trhy - Christkindlmärkte, patriace medzi najväčšie, najkrajšie, ale i najdrahšie v Európe.

Vychutnať si predvianočnú atmosféru Viedne si bolo 38 žiakov z našej školy



s učiteľmi všeobecno-vzdelávacími predmetmi Mgr. Štefanom Vígom, Mgr. Filipom Tkáčikom a Mgr. Luciou Smažákovou Karabínošovou. Mali možnosť komunikovať v nemeckom jazyku, v obchodoch a na vianočných trhoch komunikovali v nemčine, ktorú sa učia v škole.

Samozrejme mnohí komunikovali aj v angličtine, takže opäť sa potvrdilo, že ovládať cudzie jazyky je dôležité. Hoci dňa 11. decembra 2023 bolo veľmi chladno, odniesli si z Viedne pekné zážitky.

Mgr. Štefan Víg

## Kto nám nosí darčeky?

### Kde vznikol Santa Claus a kedy ho nahradil Ježiško?

Rozdávanie darčiekov a obdarovanie našich blízkych sa stalo neodmysliteľnou súčasťou našich Vianoc. Tradícia malého Ježiška, ktorý nosí poslušným deťom darčeky však nie je až takým tradičným zvykom. Kde sa tento trend vzal a kedy malý Ježiško nahradil uja Mikuláša?

Príbeh svätého Mikuláša dnes pozná už takmer každý. Malý Mikuláš sa už v rannom veku rozhodol, že sa stane duchovným. Rodičia mu zomreli na mor už počas detstva a zostal mu po nich značný majetok. Mladý muž sa však usiloval vstúpiť do rádu a stať sa biskupom. Aj história si ho pamätá ako mladého biskupa. So svätým Mikulášom sa spája veľa príbehov o láske a vrúcnosti, pretože verne nasledoval učenie Ježiša Krista. Najznámejší príbeh je o troch sestrách, ktoré pre chudobu a dlhy svojho otca, mali začať zarábať peniaze svojím telom. Mikuláš sa o tom dozvedel a nechával sestram, niekoľko dní po sebe, značnú časť peňazí, aby sa mohli dobre vydať.

Príbeh o svätom Mikulášovi sa stal nesmierne populárny. V Holandsku sa Svätý Mikuláš začal označovať ako Sinterklaas a z prísneho katolíckeho muža sa stal milý priateľ detí. V deň úmrtia svätého Mikuláša- 6. decembra- sa stal symbolom obdarovania detí. Tento zvyk sa v priebehu 12. Storočia rozšíril z Holandska do širšej Európy a nakoniec sa stal veľmi obľúbenou tradíciou. Postupne sa vyvíjal aj zjav Mikuláša. Ako píše Brian Handwerk v National Geographic: „*Prísny svätec prevzal niektoré aspekty skorších európskych božstiev, ako bol rímsky Saturn alebo nórsky Odin, ktorí sa objavovali ako muži s bielou bradou a mali magické schopnosti, napríklad lietanie.*” A teda z mladého biskupa sa nám stal milý starší pán s dlhou bielou bradou.

Tento fenomén prešiel, spolu s prisťahovalcami, aj do novej zeme- Severnej Ameriky, kde už chýbalo len málo k vytvoreniu, dnes už kultového, Santa Clausa. Ten sa začal vyvíjať vďaka dielam

niektorých spisovateľov, ktorí sa inšpirovali príbehmi o Sinterklaasovi. V knihe Dejiny New Yorku od Washingtona Irvinga sa o Sinterklaasovi hovorí, že jazdí po oblohe na lietajúcom voze a vchádza do domov cez komín. Postupne mu spisovatelia menili farbu oblečenia a začal sa zobrazovať ako muž v zelenom oblečení. Vďaka anonimnej básni z roku 1821 sa v niektorých častiach USA, posunul dátum zo 6.12 na podvečer 24. Decembra. Veľmi populárna básneň od Clementa Clarka Moora bola potom publikovaná v roku 1823 a pomohla všetky tieto predstavy pevne včleniť do amerického folklóru. Básneň s názvom Návšteva svätého Mikuláša, ale bežnejšie známa ako Bola to noc pred Vianocami, je stále Veľmi obľúbená. Napokon karikaturista Thomas Nast v 19. Storočí zaviedol do Santovho príbehu koncept základne a dielne na severnom póle.

Napriek tomu, že dnes sa veľmi podobajú, Santa Claus v Spojenom kráľovstve mal o niečo inú históriu. U Britov možno počuť historiku o Otcovi Vianoc, ktorá sa začala ako jedinečný anglický fenomén. Ako píše Emily Staniforth: „*Na rozdiel od mnohých iných miest v Európe nebol Deň svätého Mikuláša v Spojenom kráľovstve nikdy dňom, ktorý by si zaslúžil pozornosť. Hlavné oslavy bývali na Štedrý deň a nasledujúcich 12 dní Vianoc.*” Otec Vianoc sa objavoval od 15. Storočia a vystupoval ako veselá postavička a nie ako svätec. Existovali rôzne verzie Otca Vianoc, ktoré sa spojili až v 17. Storočí, kedy vyšla dráma Vianoce od Ben Jonsona, hraná v roku 1616, ktorej fyzický vzhľad zahŕňal aj ikonickú bradu. K úplnej zmene Otca Vianoc došlo až vo viktoriánskej ére, kedy si spoločnosť začala vážiť rodinnú jednotu. V rovnakom období dochádza aj k prieniku americkej kultúry do britského prostredia a podobnosť Otca Vianoc a Santa Clausa zapríčinila prepojenie týchto dvoch osobností.

Inú podobu má ruská verzia Ded Moroz. Ded Moroz je magický, čarodejnicky muž s dlhou bielou bradou a pestrofarebným rúchom, ktorý prináša darčeky dobrým deťom na Silvestra. Táto tradícia má korene v starých slovanských tradíciách. Ded Moroz žije v



ruskom meste a má sane ťahané koňmi. Spolu s ním prichádza aj jeho vnučka Sneguročka.

Vo Švédsku došlo k prepojeniu Santu s folklórnym príbehom o Tomtaroch. Tomtari boli vianoční škriatkovia. Zrodili sa ako duchovia bývalých farmárov a obdarovávali poslušné a pracovité deti. Verilo sa, že chránia domov, deti a zvieratá a keď zvykli byť aj zákerní a vedeli pokaziť ne jeden večer. Postupne sa do príbehov o vianočných škriatkoch pridávali prvky o Santovi čím prišlo k prepojeniu týchto dvoch postáv.

Ako k nám však prišla legenda o Ježiškovi? Nie všetky krajiny zostali verné príbehom o starom mužovi s bielou bradou. Príbehy o Ježiškovi a Troch kráľoch majú svoj biblický základ. Podobne ako Santa, majú silný kresťanský pôvod, keďže vychádzajú z biblického príbehu Narodenia. Reformátor Martin Luther bol presvedčený, že Ježiško je oveľa vhodnejšou postavou na nosenie darčiekov v germánskych krajinách. Tiež rozhodol, že Ježiško by mal priniesť darčeky 25. Decembra, aby sa kládol väčší dôraz na deň Ježišovho narodenia. Takže od začiatku 16. Storočia mal deti v nemecky hovoriacich krajinách obdarovávať Ježiško. Postupom času sa z Ježiša stala ikona malého anjelika, ktorý bol prijateľnejším obrazom pre deti. Spolu s germánskou kolonizáciou prešla tradícia Ježiška aj do našich končín a ukotvila sa u nás začiatkom 20. Storočia.

Príbeh o Troch kráľoch získal svojich fanúšikov v Latinskej Amerike a Španielsku. Pri oslavách Zjavenia Pána 6. januára deťom darujú peniaze a sladkosti a deti v týchto krajinách píšu list pre Reyes Magos.

Aj Fíni majú svoju vlastnú verziu nositeľa darčiekov. Volá sa Joulupukki, čo v preklade znamená Vianočný cap. Vznikol na začiatku 19. Storočia, keď sa v

regióne osvedčila legenda o svätom Mikulášovi. Táto legenda splynula s folklórnou tradíciou pohanského sviatku Yule.. Na deň svätého Knuta-13. Januára- posledný deň vianočného obdobia, zlí duchovia v podobe nuuttipukki navštevovali každý dom, kde požadovali jedlo a strašili deti.

V Taliansku nosí deťom darčeky La Befana. Legenda o nej rozpráva príbeh o starene, ktorú mudrci pozvali, aby ich sprevádzala na ich ceste učiť si Ježiška. Befana odmietla, ale neskôr si to rozmyslela a bežala za mudrcmi so sladkými dobrotami. Avšak, nevedela ich nájsť a preto hádzala sladkosti pri dverách každého dieťaťa. Tak vznikla tradícia La Befana, ktorá nosí darčeky, sladkosti a peniaze.

Santa Claus sa dnes objavuje vo viacerých reklamách, článkoch a knihách. Asi najznámejšie zobrazenie je s ikonickou reklamou od Coca-Cola. A práve táto spoločnosť má za následok zmenu zelenej farby Santa Clausa na dnes neodmysliteľnú červenú.

A čo Rudolf. Soby sa objavili v legendách o Santovi už v roku 1821, keď báseň z Priateľa detí: Novoročný darček pre najmenších od piatich do dvanástich opisovala lietajúce soby, ktoré viezli Santu ponad vrcholy komínov. Až o viac než sto rokov sa na scéne objavil najslávnejší sob. Rudolf je dielom reklamného pracovníka Roberta L. Maya z roku 1939, ktorého jeho zamestnávateľia v obchodnom dome Montgomery Ward požiadali, aby vytvoril zábavný vianočný príbeh, ktorý by mohli predstaviť svojim zákazníkom. Príbeh Rudolfa a jeho jasne červeného nosa, ktorý vedie Santove sane cez hmlistú noc.

Či už Vám darčeky prinesie Santa. Ded Moroz či Ježiško, veríme, že si ich rozbalíte v kruhu svojich najbližších a oslávite tak najkrajšie sviatky v roku.

Krásne Vianoce  
Zuzana Szeberényiová



## Vážení čitatelia, milí naši žiaci, ctení rodičia a kolegovia

Zvuk školského zvonenia čoskoro

vystriedajú tóny vianočných evergreenov. Priestory našej školy na krásne dva týždne vymeníme za domáce prostredie v kruhu najbližších – členov našich rodín. Neklamný znak toho, že prichádzajú Vianoce – najkrajšie sviatky v roku a s nimi späť vianočné prázdniny. Vianoce nás oslovujú stále. Sú fascinujúco – úchvatné svojou atmosférou, náladou i rozpoložením. Ich okúzľujúca výnimočnosť nás naplnia pocitmi šťastia, radostného očakávania. Tešíme sa na chvíle krásnej a zvláštnej polahody, niekedy ťažko definovateľnej, no zato jedinečnej.

Kým však príde tých pár okúzľujúcich chvíľ a dní, keď sa roztápame od dobra, radosti a šťastia, zvykneme v tento predvianočný čas zhodnotiť, aký bol ten odchádzajúci rok. Čo dobré i čo zlé sme urobili, komu sme pomohli či nepomohli, čo sme mohli urobiť inak. Bilancujeme. Som presvedčená, že v našej bilancii prevažujú pozitíva. Ku každému žiakovi sme sa snažili pristupovať s pokojom v srdci a s láskou

v skutkoch. Naším žiakom sme odovzdávali zo seba to najlepšie. Po celý uplynulý rok sme sa usilovali o to, aby učenie nebrali ako nepríjemnosť, ale ako možnosť stať sa „NIEKYM“ - a môcť byť na seba hrdí. Aj keď v pozdravoch a želaniach vyzdvihujeme ako prvé zdravie a duchovné hodnoty, okolnosti a špecifiká dnešnej doby nás často zvädzajú k tomu, aby sme uprednostnili tie, ktoré majú svoju životnosť ohraničenú časom alebo modernými trendami. Pamätajme, že bohatstvo Vianoc nespočíva v počte darčiekov pod stromčekom, ale v počte blízkych ľudí okolo neho.

Želám vám príjemné prežitie vianočných sviatkov. Nech sú u vás plné štedrosti, láskavosti, porozumenia a spokojnosti. Nech ich sviatočná nálada vás neustále sprevádza počas nadchádzajúcich dní.



*... ďalší rok uplynul a ďalší príde,  
želám Vám, aby ste sa s každým rokom  
dotkli svojich snov ...*

PhDr. Janka Gabařová, PhD.  
riaditeľka školy



... sviatočný Kyslík  
želá všetkým čitateľom príjemný vánok  
do nadchádzajúcich dní,  
aby bol osviežením mysle, srdca  
a nálady pre všetkých ...



Školský časopis Kyslík ročník XXIV., číslo 1  
pre verných čitateľov pripravili