

Ročenka 2021/2022



STŘEDNÍ ZDRAVOTNICKÁ ŠKOLA

Praha 10, Ruská 2200/91, 100 00, tel: 246 090 805

e-mail: sekretariat@szs-ruska.cz



Úvodní slovo ředitelky školy PhDr. et Mgr. Ivanky Kohoutové, PhD.



K začátku tohoto školního roku jsme vzhlíželi nejen s radostným očekáváním, ale i s obavami, zda se nám povede učit celý rok „tradičním“ způsobem, nebo zda bude opět narušen koronavirovým a škole nepřátelským děním.

Naštěstí se naše obavy nenaplnily, ale předchozí dva roky výuku přesto poznamenaly – učili jsme, doučovali a doháněli „o sto šest“. Pomalu jsme začali věřit tomu, že si budeme moci celý rok užívat nejen prezenční výuku, ale vrátit se i k mimoškolním akcím přinášejícím poučení, zábavu a celoživotní vzpomínky na čas strávený ve škole.

Těmto akcím, úspěchům žáků a učitelů budou věnovány následující stránky této ročenky. Jsou svědkem příjemně a užitečně strávených chvil, mohou pomoci zájemcům o studium rozhodnout se, která škola odpovídá jejich představám o letech věnovaných středoškolskému studiu, a snad je i možností pro bývalé absolventy se s troškou nostalgie ohlédnout za jejich školou, zjistit, kam se za ta léta posunula.

My věříme tomu, že „posun“ je vždy k lepšímu. Stačí se podívat na vzhled školy, vybavení učeben, hledání a realizaci nových cest propojení školy a praxe, snahu učitelů učit stále lepšími modernějšími metodami a s tím související jejich celoživotní vzdělávání. Nebo

spočítat úspěchy jednotlivců i celých tříd v soutěžích, sportovních, odborných, zaměřených na přírodní či humanitní vědy.

Ale pojďme již listovat následujícími stránkami a vzpomínat ...

Září

Adaptační dny 1. O

Září 2021 bylo prvním měsícem, kdy jsme se mohli společně sejít ve škole po dlouhé covidové době.

Prvního září byla středa a já jsem na půdě školy přivítala své nové žáky z oboru ošetřovatel. Po úvodním představení a po základních vstupních informacích jsme se si naplánovali adaptační dny. Adaptační dny na škole jsou organizovány již řadu let a probíhají různou formou. Cílem je seznámení se s třídou, dovědět se informace o žácích o jejich zálibách, motivaci k oboru, který si vybrali, ale také odpovědět na dotazy spojené s třídnictvím a povinnostmi ke škole. Já se svou třídou jsme adaptační dny strávili v Praze. Společně jsme se zvolili krásný a všem známý park Stromovka a jeho část Královskou oborou. Zářijové dny vysloveně lákaly vyrazit do přírody. První ročník na nové škole je předělové období od základní školy ke střední je obdobím náročným nejen po stránce výuky, ale i pro stránce seznámení se s novými prostředím. Žákům je nutné přečíst školní řád, aby věděli, jaká jsou s jejich práva a povinnostmi. Seznámit je se způsobem výuky, rozvrhem, předměty, s organizací školního roku. Žáci se musí naučit kooperovat mezi sebou, hledají první kamarády. Abychom vše optimálně zvládli, hledáme prostor pro vzájemnou komunikaci a pomoc neformálním posezením, prostřednictvím adaptační dní.

Park Stromovka je krásný a zářijové dny lákaly svým sluníčkem k posezení v trávě, ke sportovním aktivitám a společnému pikniku. Nejprve jsme museli najít místo, seděli jsme blízko rybníčku s výhledem na stromy, zeleň a krásnou Šlechtovou restauraci. Každý,

kdo chtěl, řekl něco o sobě, jaké má koníčky, záliby, zda se věnuje nějakému sportu. Žáci vzpomínali na svoji devátou třídu na kamarády a na dobu výuky online. Dopoledne nám rychle uteklo a já si zapamatovala většinu jmen svých žáků a vybavila jsem si i některá sdělení, která o sobě chtěli říci. Rozcházeli jsme se s tím, že se budeme těšit na druhý den. Následující den jsme rovnou zamířili k Vltavě, kde jsou malebná zákoutí, a najít vhodné místo na piknik nebyl problém. Každý si rozbalil své pochutiny a rád nabídl ostatním. Místo bylo příjemné, seděli jsme v kruhu a mohli tak vzájemně hovořit nejen zálibách, ale i o tom, co každý očekává od školy, proč si zvolil vybraný obor. Já jsem odpovídala na dotazy spojené s výukou, odbornými a všeobecně vzdělávacími předměty. Hodně dotazů předbíhala dobu, neboť se žáci ptali na odbornou praxi, která nás čeká až za rok. Postupně mizel ostych, nedůvěra a napětí. Každý se začal chovat spontánně, bezprostředně, navazoval kontakty s novými spolužáky. Hráli jsme společnou hru, která nás velice zabavila, tak, že jsme ani nehlídali čas a brzy bylo odpoledne.



I přesto, že adaptační dny pro nás trvaly jen dva dny, myslím, že se začátek vydařil a my se těšili na další dny, které už ale budou plné

povinností a úkolů. Všichni víme, že po splněných povinnostech přijde i zábava a my se sejdeme na další společné a milé akci.

Mgr. Taťána Janíková, třídní učitelka 1. O

Cyklovodácký kurz

Ve dnech 13. - 16. září 2021 absolvovali naši studenti třetího ročníku oboru bezpečnostně právní činnost sportovní kurz zaměřený na cyklistiku a vodáctví.



Exkurze ve VFN

Dne 15. září 2021 jsme se účastnily se třídou 4. B zajímavé exkurze ve VFN na II. Chirurgické klinice Kardiovaskulární chirurgie.

II. chirurgická klinika se zabývá onemocněním srdce a cév. Můžete zde vidět pacienty s ICHDK (ischemická choroba dolních končetin), u kterých dochází k nedostatečnému prokrvování nohou. Patří do skupiny chorob, jejichž hlavní příčinou je ateroskleróza. Uvnitř tepny se vytváří tukové pláty, které omezují přirozený tok krve. Nedokrvení (ischémie) končetin vzniká v případě, kdy se zásobující tepny zúží nebo dokonce uzavrou. Další skupina pacientů, u kterých se řeší ischemická choroba srdeční, čekající na Koronární bypass. Cílem je zajistit dostatečný přísun krve pro srdeční sval, zlepšit jeho funkci,

snížit riziko náhlé smrti. Krev se přivádí přemostěním zúženého místa na koronární tepně bypassem, dále pacienti s opravou nebo náhradou srdeční chlopně.

Vrchní sestrou jsme byly rozděleny do třech skupin na tři operační sály. Na každém sále se prováděl jiný chirurgický výkon a my se po hodinách prošťidaly. Před vstupem na jednotlivý operační sál jsme byly informovány, jaký výkon se na tomto sále provádí.

Na prvním sále jsme viděly pacienta s otevřenou hrudní dutinou a nebijícím srdcem. Pacient byl napojen na mimotělní oběh. Srdce mu bylo zastaveno, kvůli obtížnosti zákroku na tlukoucím srdci. CPB (mimotělní oběh) umožňuje po určitou dobu zcela nahradit činnost srdce a plic, krevní oběh, výměnu krevních plynů, udržení acidobazické rovnováhy vnitřního prostředí, regulace teploty.

Na druhém sále byl voperován cévní přístup – shunt pro dialyzovaného nemocného. Měly jsme štěstí, protože operovala prof. Slavičková, která nás poučila a vše podrobně ukázala.

Na třetím sále byla prováděna angioplastika – rekonstrukce krevní cévy. Perkutánní transluminální (balonková) PTA se provádí zavedením balonkového katétru, kterým se dilatuje zúžená céva. Používá se k léčbě stenóz a uzávěrů tepen. Operatér nám ukazoval, jak se přímo zavádí tento katétr.

Práce na operačních sálech je velice náročná, ale polovina žákyň řekla, že do budoucna by se chtěla stát sálovou instrumentářkou.

Po této vyčerpávající exkurzi jsme byly odvedeny školící koordinátorkou na vedení nemocnice, kde nám bylo prezentováno, jakými obory se VFN nemocnice zabývá a na co se specializuje. Upoutala nás neonatologie a genetika, tak jsme zaměřili na další zajímavou exkurzi.

Mgr. Jana Hromádková

Český den proti rakovině

Jako každý rok i letos se naše škola účastnila sbírky v rámci Českého dne proti rakovině. Naším žákům se povedlo vybrat úctyhodnou částku.

Všem moc děkujeme. ☺

PODĚKOVÁNÍ ZA SPOLUPRÁCI A PODPORU

25. ROČNÍK

SZŠ Ruská
PŘI SBÍRKOVÉ PREVENTIVNÍ AKCI ČESKÝ DEN PROTI RAKOVINĚ
VE STŘEDU 29. ZÁŘÍ 2021 BYLA PRODEJEM KYTIČEK ZÍSKÁNA ČÁSTKA:

81 829 Kč

Český den proti rakovině 2021

VYBRANÉ PROSTŘEDKY BUDOU UŽITY NA DLOUHODOBÉ PROGRAMY LIGY PROTI RAKOVINĚ PRAHA - NÁDOROVOU PREVENCI, ZLEPŠENÍ KVALITY ŽIVOTA ONKOLOGICKY NEMOCNÝCH, PODPORU VÝZKUMU A PŘÍSTROJOVÉ VYBAVENOSTI ONKOLOGICKÝCH PRACOVÍŠŤ.

DĚKUJEME!

www.cdpr.cz • www.lpr.cz

Za pořadatele sbírky:
MUDr. Michaela Filíčková

Za organizátore sbírky:
Mgr. Jana Meullová

Říjen

Minifotbal

Žáci SZŠ Vinohrady se 1. října 2021 zúčastnili krajského kola v minifotbale. V základní skupině tým jedno utkání vyhrála a jedno prohrál. Tzn. Konečně druhé místo ve skupině a souboj o finále s ČAO Dr. E. Beneše. Po těsné porážce 3:2 na penalty jsme skončili na děleném 3. místě.



Atletika

Naši žáci se 8. října 2021 zúčastnili středočeského atletického poháru. Na závod bylo přihlášeno 13 mužských a 11 ženských družstev z pražských středních škol.

Chlapci (8. místo), dívky (5. místo)



Přespolní běh

Žáci SZŠ Vinohrady se 13. října 2021 zúčastnili závodů v přespolním běhu. Mezi dívkami jsme se umístili na krásném 6. místě

z 21. škol. Vynikající umístění dosáhla Tereza Balamisová, která mezi dívkami skončila na 1. místě. Chlapci skončili na 19. místě z 25. škol.



Florbal

Chlapci i dívky naší školy se i tento školní rok zúčastnili turnajů ve florbale. Letos se nám příliš nevedlo ani v jedné kategorii, ale co nevyšlo letos, může vyjít příští rok. Chlapci obsadili 6. místo v základní skupině, dívky 3. místo v základní skupině. Zkušenosti získané na turnajích se ale určitě v budoucnu neztratí.



Účast naší školy na Workshopu „Staňte se jedním z nás“

Dne 13. října 2021 se jako každý rok (kromě roku 2020 – pandemie covidu 19) konal Workshop „Staňte se jedním z nás“, pořádaný Krajským ředitelstvím policie hl. m. Prahy, a to v prostorách Muzea PČR Praha

Akce byla pořádána pro střední školy se zaměřením na bezpečnostně právní činnost. Za naši školu se účastnili žáci 3 BP.

Prostor Muzea PČR byl rozdělen do jednotlivých stanovišť, a to jak pořádkové, dopravní, kriminalisticko-technické, tak i cizinecké policie.

Žáci následně prošli všemi stanovišti, kde si například vyzkouší:

- výstroj a výzbroj Pohotovostní motorizované jednotky a Speciální pořádkové jednotky,
- činnost skupiny potápěčů a jejich výstroj
- činnost dopravní policie
- služební zákrok a zadržení pachatele,
- kriminalisticko-technickou práci, ohledání místa činu a zajišťování stop, kdy účastníci si vyzkouší vyhledávání, zviditelňování, dokumentování a zajišťování daktyloskopických stop, základy trasologie a ohledání místa činu
- odhalování falešných dokladů pomocí nejnovější přístrojové techniky - Schengenbus,
- dokumentaci dopravní nehody, práci s radarem na měření rychlosti,
- přímo se zúčastní výcviku služebních psů.



Cílem zážitkového programu bylo přiblížit zábavnou formou žákům maturitních ročníků práci policie a umožnit jim tak v případě rozhodování o budoucím povolání lepší orientaci v možnostech, které nabízí Policie ČR, konkrétně Krajské ředitelství policie hl. m. Prahy.

Ze strany žáků byl pozorován zájem o práci u policie, o čemž svědčí řada kladených otázek z jejich strany, jednotlivých příslušníkům předváděných služeb Policie ČR.

JUDr. Zdeněk Budina



Den Zdraví

Dne 13. 10. jsme se zúčastnili Dne Zdraví, který byl pořádán městskou částí Praha 10.

Den byl zaměřen především na prevenci civilizačních onemocnění a jeho širším cílem bylo informovat širokou veřejnost o novinkách v oblasti zdraví a zdravotní prevence na Praze 10. Před nákupním

centrem Eden bylo rozmístěné 12 stánků, z nichž každý byl zaměřen na jinou preventivně-informativní činnost.

Byli zde pracovníci v oblasti canisterapie, jejich stánek byl velmi interaktivní a hodně navštěvovaný nejen kvůli odborně cvičným psům. Canisterapeuté a cvičitelé také v odpoledních hodinách předváděli ukázkou jejich výcviku.



V dalším stánku byla organizace ILCO zaměřená na prevenci karcinomu tlustého střeva. Výjimečné bylo hlavně to, že prevence se účastnily pacientky již po prodělaném onemocnění. Tato choroba má v ČR stále vysokou incidenci, a přestože se

mortalita klientů snižuje, je stále mnoho osob, kteří již po prodělané terapii využívají stomické pomůcky. Tyto odbornice z patientské organizace ukazovaly novinky z oblasti kolostomií a velmi věrohodně komunikovaly o prevenci tohoto onemocnění.

V dalším stánku byla skupina lékařů a sester z Centra Proti Rakovině Prsu, kteří předávali informace o prevenci a screeningu karcinomu u žen v produktivním věku a předávali brožury týkající se četnosti tohoto onemocnění v ČR. Zdůrazňovali nutnost provádění samovyšetření prsu a představovali typy a způsoby vyšetřování prsu u žen, které je v ČR hrazeno pojišťovnou.

Stánek SZÚ byl zaměřen na prevenci rizikového chování v dnešní společnosti, které je zdrojem nejčastějších civilizačních chorob, tedy kouření a alkoholismus. Dalším bodem programu byla prevence zaměřená na obezitu dětských i dospělých osob, kterou zde zaštiťovala organizace STOB. V jejich stánku probíhala praktická demonstrace nutrietů v některých potravinách. Byla zaměřena

především na obsah polysacharidů a jednoduchých cukrů, která způsobuje onemocnění Diabetes mellitus II. typu.

Do této akce byli také zapojeni žáci SZŠ Ruská, nejen pro demografickou blízkost MČ Praha 10, ale hlavně pro zdravotnické zaměření naší školy. I z tohoto důvodu jsme měli k dispozici dva stánky. Dne Zdraví se účastnili žákyně 4. B, oboru zdravotnický asistent, které již nabyly potřebné vědomosti, mají zkušenosti z praxe a zvládají komunikaci s lidmi. První stánek byl určen k nácviku resuscitace u dospělých a dětí a také naší účastí na resuscitačním maratonu. Studenti zde spolupracovali se Zdravotnickou záchranou službou hlavního města Prahy. Záchranáři měli přistavený vůz k prohlídce a prováděli zájemce technikami ABCD resuscitace. Ukazovali základní vybavení sanitního vozu, přesun nemocného a instruovali zájemce z řad veřejnosti o nejčastějších situacích, které

vyžadují záchranu lidských životů v reálných situacích. Naši studenti předváděli zájemcům resuscitaci dospělého, předávali informace jak zprůchodnit dýchací cesty u dospělých a u malých dětí, pomocí základních manévrů.



Demonstrovali jak provádět správně masáž srdce a upozorňovali na nejčastější chyby v této technice. V druhém stánku jsme se se studenty zaměřili na měření některých fyziologických funkcí, hlavně monitoraci krevního tlaku a pulsu a saturace krve kyslíkem. Prováděli jsme také měření a hodnocení BMI. O toto měření byl velký zájem. Jak ze strany mužů i žen. Většina lidí se zajímala hlavně o podíl tělesného tuku a svaloviny a jejich hodnocení.

Další aktivitou byla demonstrace vyšetření prsní žlázy včetně lymfatických uzlin, kterou prováděly odvážné studentky naší školy přímo mezi lidmi. Po opadnutí počátečního studu se řada zájemců zapojila i do vyšetření modelu prsů pohmatem. Studentky také poskytovaly cenné informace k problematice karcinomu prsu, screeningu a způsobu provádění samovyšetření.

Cílem této akce bylo upozornit veřejnost na nutnost zdravého životního stylu a pocitu zodpovědnosti za své zdraví. Žákyně mohly zúročit své znalosti a dovednosti přímo v terénu. Věříme, že se tato akce bude pravidelně opakovat a naši žáci budou mít možnost se do ní zapojit.

Mgr. Tereza Johnová

Bílá pastelka 2021



Mezinárodní den bílé hole (15. říjen 2021) je dnem, který nás upozorňuje na život nevidomých lidí. Zároveň se různé organizace prostřednictvím připravených akcí snaží zvýšit podvědomí o problémech, se kterými se denně potýkají zrakově postižení lidé.

Týká se to i charitativní akce Bílá pastelka. Tento ročník byl v pořadí již dvaadvacátý. Veřejná sbírka proběhla u příležitosti „Mezinárodního dne bílé hole“ v termínech 11. – 13. října 2021 v době od 8 do 19 hodin na celém území naší republiky, ve 153 městech a obcích. Naší školy se týkal pouze první den – 11. října 2021. Cílem celé akce bylo získat finanční prostředky pro uskutečnění různých projektů a speciálních výukových programů pro nevidomé.

Z naší školy se prodeje pastelek zúčastnili žáci tříd 3. LA a 3. LB, letos vytvořili dokonce 20 dvojic (v dřívějších ročnících 15 dvojic), které prodávaly pastelky na přesně určených stanovištích po celé Praze. Každý ze studentů si oblékl přes osobní věci bílé tričko s logem sbírky, všechny skupiny měly u sebe plnou moc od SONS (Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých), kasičku označenou číslem, QR kód pro bezkontaktní platby, dále potom pastelky a též malé kalendáře jako upomínku pro osoby, které do sbírky přispěly. Po skončení prodeje dvojice odevzdaly pokladničky do pražské organizace Tyfloservis. Výsledek celé akce, množství peněz vybraných našimi studenty, byl po celorepublikovém sečtení oznámen na naší školu kontaktní osobě. Výsledná částka byla poměrně vysoká – 47 519,- Kč, studenti do Tyflocentra přinesli 46779,- Kč v kasičkách, dále dali podnět k platbám přes QR kód (tato suma činila 740,- Kč).

Stanoviště studentů prodávajících pastelky byla přesně dána, mohli si předem vybrat z určených dvaceti pražských lokalit: Náměstí Míru, I. P. Pavlova, Florenc, Kačerov, Kobylisy, Národní třída, Skalka, Strašnická, Želivského, DEPO Hostivař, Flora, Jiřího z Poděbrad, Pankrác, Budějovická, Chodov, Roztyly, Opatov, Háje, Vysočany a Černý Most.

Studenti hodnotili akci pozitivně, některým skupinám se dokonce podařily prodat všechny pastelky. Za pomoc při sbírce studentům obou tříd děkujeme.



Mgr. Dana Ramešová

Exkurze do Židovského muzea v Praze



Ve středu dne 20. října 2021 se třída 3. LA účastnila plánované školní akce – exkurze do Židovského muzea v Praze.

Program byl rozdělen na dvě části – workshop a komentovanou prohlídku vybraných objektů Židovského muzea v Praze. Workshop byl zahájen v 9.00 hodin v Přednáškovém sále Oddělení pro vzdělávání

a kulturu Židovského muzea v Praze v Maiselově ulici. Workshop probíhal pod vedením lektorky Mgr. Marty Kutkové. Po celou dobu trvání tohoto workshopu panovala velmi příjemná pracovní atmosféra, žáci naší školy se hned od samého začátku aktivně zapojili jak do diskuze, tak do plnění drobných úkolů. Diskuze probíhala na různá témata. Za zmínku stojí pojem „antisemitismus“, jeho definice, projevy. Podstatná část diskuze byla věnována tématu „právo“. A to jak v reálném, tak virtuálním světě. Značný prostor byl rovněž věnován tématům „internet a bezpečí na internetu, sociální sítě“. Hovořilo se také o stereotypech v současné společnosti. V průběhu celé diskuze mohli žáci sledovat velmi hezkou a názornou prezentaci, která nejenže danou problematiku vysvětlovala, objasňovala, ale uváděla i konkrétní příklady. Při plnění drobných úkolů pracovali žáci v malých skupinkách. Tyto úkoly byly velmi rozmanité i různě složité. K těm náročnějším bezpochyby patřila aktivita, kdy měli žáci různé historické události přiřadit k časové ose. V kontextu této aktivity se dokonce někteří žáci poprvé setkali s pojmem „hilsneriáda“. Tato první část plánovaného programu trvala cca 1,5 hodiny. Poté následovala krátká přestávka. Po ní se program naší exkurze překlopil do druhé poloviny. Čekala nás tedy komentovaná prohlídka vybraných objektů Židovského muzea v Praze. Tu jsme zahájili velmi

krátkou, přesto (s ohledem na krásné počasí) příjemnou procházkou po pražském Josefově. V rámci komentované prohlídky jsme měli možnost navštívit Pinkasovu synagogu. Také jsme zhlédli expozici na téma dětských kreseb z ghetta Terezín, která je v objektu Pinkasovy synagogy umístěna. Naše kroky dále vedly na Starý židovský hřbitov. Zde jsme se přirozeně dozvěděli mnoho nového, a to nejen o různých rituálech, ale také o způsobu pohřbívání typickém pro židovskou komunitu. Posledním objektem, který jsme mohli v rámci naší exkurze navštívit, byla Staronová synagoga. Žáci se opět mohli dozvědět mnoho nového. Například to, že tato synagoga je považována za jednu z nejstarších v Evropě. Zajímavý je rovněž fakt, že tento objekt je i v dnešní době židovskou obcí využíván k náboženským obřadům. Nebyli jsme ani ochuzeni o podrobný popis interiéru této synagogy. Lektorka nás také upozornila na fakt, že ženy nemohou tento prostor sdílet s muži. Pokud se také chtějí účastnit náboženských obřadů, mohou, nicméně pouze v prostoru, který je jim ve Staronové synagoze určen.

Klítosti nás všech byla kolem 12.00 hodin tato školní akce ukončena a následoval návrat do školy. Na závěr je třeba říct, že tuto školní akci lze považovat za vydařenou, neboť u žáků vyvolala velký ohlas.

Mgr. Eva Šimečková



Listopad

Lekce muzikoterapie v Českém muzeu hudby

Dne 1. listopadu 2021 se žáci **třetího ročníku oboru sociální činnost** zúčastnili ukázkové lekce muzikoterapie, kterou České muzeum hudby nabízí i pro žáky středních škol. Seznámili jsme se se základními technikami muzikoterapie, která se jakožto expresivní umělecká terapie, zaměřuje především na práci s emocemi klientů. Vyzkoušeli jsme si činnosti, které měly za cíl emoce jednak ventilovat, ale také vyladovat náladu a uvolňovat tělo i mysl. Bubnovali a improvizovali jsme na barely, na šamanské bubny a vyzkoušeli si práci s různými orffovými nástroji (*obr. – zvonkohra Koshi*). Při dotekové terapii jsme si vzájemně namasírovali záda a na závěr jsme se uvolnili při celkové relaxaci. Žáci pochopili, že muzikoterapie není jen nahodilý sled činností spojených s hudbou, ale že každá lekce má svá pravidla, strukturu a sleduje nějaký cíl. Nejde v ní o technické dovednosti hry na nástroje nebo zpěvu, ale záleží hlavně na přirozeném intuitivním vnímání a produkci hudby, čímž se dosahuje jejích léčebných účinků. Žákům se velice líbil přístup lektorky, která dokázala velice pěkně přizpůsobit aktivity i způsob podání teorie jejich věku a oboru, který studují. Rozšířili si znalosti o možnostech aktivizace klientů v sociálních službách.



Mgr. Barbora Hanusová

Den válečných veteránů

Dne 11. listopadu je každoročně v různých částech světa připomínán Den válečných veteránů. Vzhledem k tomu, že se jedná o významný den i v anglicky mluvících zemích, rozhodli jsme se se třídou 3. LA využít možností naší nové jazykové učebny a ve čtvrtek 11. listopadu 2021 se společně tomuto tématu věnovat ve výuce anglického jazyka. Shodou okolností naším hlavním tématem v měsíci listopadu byla literatura v anglicky mluvících zemích a její hlavní představitelé. Z anglické literatury jsme se přirozeně seznámili se životem a dílem nejvýznamnějšího spisovatele – Williama Shakespeara. Americkou literaturu v rámci naší výuky reprezentoval především nositel Nobelovy ceny za literaturu z roku 1954 – Ernest Hemingway. Tento významný den v anglicky mluvících zemích – Den válečných veteránů – se nám tedy hodil i tematicky, neboť Ernest Hemingway žil v letech 1899 a 1961. Prožil tedy obě světové války. Rovněž se jedná o téma, se kterým se žáci v průběhu studia setkávají i v jiných předmětech, například v hodinách dějepisu, světové i české literatury, občanské nauky a cizích jazycích. Získané znalosti mohou tedy uplatnit nejen u maturitní zkoušky, ale již během studia, a to napříč předměty.

Vzhledem k tomu, že naše nová jazyková učebna (3J1) je vybavena počítači, rozhodli jsme se je pro náš miniprojekt využít. Zadáním bylo pět základních otázek, které všechny souvisely s naším tématem – Dnem válečných veteránů. Úkolem žáků bylo v jistém časovém limitu najít správné odpovědi na všechny otázky. Žáci tedy pracovali online. Zároveň si k tomuto tématu tvořili svůj základní studijní materiál. Část žáků se rozhodla vytvořit si krátkou prezentaci, druhá část žáků dala přednost práci v textovém dokumentu. Při této činnosti byl



samozřejmě kladen důraz na schopnost najít a použít správné zdroje, následně schopnost vyhledávání a zpracování informací. Rovněž byl kladen důraz na individuální práci a tvůrčí činnost. To vše přirozeně pod stálým dohledem vyučující. Zpětná vazba (=správné odpovědi na výše uvedených pět otázek) proběhla formou poslechu anglické nahrávky, kdy k žákům na toto téma promlouval rodilý mluvčí. Každý si tak mohl své odpovědi průběžně zkontrolovat, případně doplnit. Následně probíhala společná kontrola správných odpovědí. Hlavním výstupem tohoto školního miniprojektu byly samozřejmě získané znalosti k této problematice. Ty zahrnují také různá označení tohoto významného dne – Veterans Day ve Spojených státech amerických a Remembrance Sunday ve Spojeném království Velké Británie a Severního Irsku. Stejně tak znalost odlišností v tom, kdy se tento den připomíná v USA a UK. V neposlední řadě také způsob, jakým se tento den připomíná. Co všechno se stalo jeho symbolem a proč.



Městská část Praha 2 již několikátým rokem tento významný den připomíná, a to akcí, která je určena nejen školám, ale i široké veřejnosti. Tato událost se vždy koná na náměstí Míru a k vidění jsou například ukázky výbavy Armády ČR, stejně tak prezentace historické i moderní techniky a vojenského zdravotnictví. Vzhledem k tomu, že se tento školní miniprojekt setkal s velkým ohlasem ze strany žáků, rádi bychom se v příštím školním roce této akci také zúčastnili. Jistě by byla hezkou připomínkou tohoto školního miniprojektu a zároveň zopakováním základních znalostí z této problematiky.

Mgr. Eva Šimečková

Spolupráce s fakultní nemocnicí Motol SVĚTOVÝ DEN STOP DEKUBITŮM



Dne 18. listopadu 2021 FNM pořádala preventivní kampaň s názvem **STOP dekubitům**. Této akci se účastnili kromě zaměstnanců FNM i naši žáci ze třídy 3. A, budoucí praktické sestry. Evropský poradní panel pro otázky dekubitů (European Pressure Ulcers Advisory Panel – EPUAP), který se zaměřuje na prevenci a léčbu dekubitů v zemích Evropy, organizuje tuto osvětovou kampaň, která si klade za cíl edukovat zdravotníky v moderních přístupech k prevenci a léčbě dekubitů a zároveň zvýšit povědomí laické veřejnosti o tomto problému. Děvčata rozdávala **laické** veřejnosti brožury o této problematice a zároveň informovala o možnosti získat nové poznatky na portálu www.dekubity.eu. Jedná se o portál k prevenci proleženin/dekubitů podporovaný Odborem ošetřovatelství a nelékařských zdravotnických oborů MZ ČR.

Výskyt dekubitů u hospitalizovaných pacientů je jednou z nejčastějších nežádoucích událostí. Jedná se o poškození celistvosti kůže a hlubších tkání. Mohou být i velmi bolestivé. Za nejefektivnější způsob řešení problematiky proleženin je považována jejich včasná identifikace a hlavně prevence, která vede ke zvyšování kvality péče o pacienty a snižování nákladů na poskytovanou péči.



Prevence není náročná, zato velmi účinná:

1. Dbejte na prevenci dekubitů i v domácím prostředí
2. Buďte aktivní – snažte se měnit polohu každých 20 minut
3. Na lůžku nebo vozíku cvičte v rámci svých možností
4. Zajistěte dostatečnou hygienu kůže – udržujte kůži a lůžkoviny čisté a suché
5. Dbejte na vyváženou stravu a pitný režim. Pokud se necítíte dobře a váš příjem tekutin je minimální, poradte se se svým ošetřujícím lékařem či sestrou o možnosti doplňků stravy
6. Pokud si všimnete, že máte při pohybu bolestivé místo, informujte sestru nebo svého ošetřujícího lékaře
7. Včasný zásah pak může snížit riziko dalších závažných komplikací

Pacienti dále měli možnost se seznámit i s některými moderními materiály, doplňky výživy, které se používají k hojení problematických ran.

Mgr. Gabriela Anisová

Basketbal

Každý rok se naše škola účastní turnaje v basketbalu. Děvčata se v základní skupině umístila na 3. místě s bilancí jedné výhry a dvou porážek, což na postup do finále nestačilo. Chlapci skončili v základní skupině na 5. místě.



Návštěva Židovského muzea

V listopadu jsme měli možnost navštívit židovské muzeum v Praze. Akce v židovském muzeu patří mezi aktivity, kterými muzeum seznamuje veřejnost s antisemitismem.

Workshop byl rozdělen na část teoretickou a praktickou, která byla spojenou s prohlídkou Pinkasovy synagogy a židovského hřbitova. Pracovní seminář s tematikou antisemitismu využíval znalostí a zkušeností žáků nejen ze školy ale i z běžného života. Přednášející nás zaujala svým milým přístupem, vysvětlila žákům pojmy holokaust, antisemitismus, lidská práva, svoboda projevu. V časovém sledu popsala historii židovského národa a jeho zvyky. Víte, co je to stereotyp? Zazněla otázka a víte, jak se liší stereotyp od předsudku? K čemu může jednání na základě stereotypů vést? Na příkladech myšlenkových stereotypů nám průvodkyně objasnila, co je fenoménem současného moderního antisemitismu. Viděli jsme fotografie graffitů, webové stránky, příspěvky na internetu vykazující projevy antisemitismu. V historickém bloku

přiřazovali žáci známé židovské stavby k vybraným letopočtům zachycující významná období židovského národa.



Po této teoretické části jsme se pak všichni přesunuli do Pinkasovy synagogy, kde program pokračoval. Pinkasova synagoga je druhá nejstarší dochovaná synagoga, kterou postavil Aron Mešulma Horovic. Název získala podle vnuka Pinkase. Synagoga sloužila jako modlitebna. V letech 1955-1960 byla přeměněna na Památník českých a moravských Židů. Tento památník byl plně zrekonstruován a zpřístupněn až v roce 1995 a je věnován obětem šoa. Šoa hebrejsky znamená zlo, v překladu

holokaust, což je úplné zničení či katastrofa. Památník v Pinkasově synagoze je věnován obětem šoa, jejichž jména připomínají ručně zhotovené nápisy pokrývající zdi hlavní lodi synagogy a přilehlých prostor. Jména obětí holokaustu jsou rozdělena podle bydliště před deportací do koncentračního tábora a jsou napsána abecedně podle příjmení. Kromě jmen jsou na zdech také uvedena i data jejich narození

a smrti. V prvním patře synagogy je výstava kreseb židovských dětí vězněných za druhé světové války v Terezíně. V expozici je celkem čtyři a půl tisíce dětských kreseb, které vypovídají o prožitcích, přáních, pocitech a snech dětí o návratu domů. Přibližují příběhy židovských dětí deportovaných během druhé světové války do terezínského ghetta. Kresby byly vytvořeny v letech 1942-1944 pod vedením malířky Dicker-Brandeisové a jsou rozděleny do 19 ti oddílů výstavy. Jsou jednou z nejucelenějších dokladů o tragickém osudu českých a moravských židů během druhé světové války.

Oblast starobylého pražského Josefova nás pohladila svoji kontinuálně existující architekturou uprostřed moderní Prahy a zároveň nás překvapila rozsahem nejzachovalejších sbírek. Společná školní akce se nám moc líbila.

Za třídu 1. O třídní učitelka Mgr. Taťána Janíková

Exkurze do Poslanecké sněmovny Parlamentu České republiky

V rámci výuky politologie navštívila třída 3. B dne 30. listopadu 2021 Poslaneckou sněmovnu. Navzdory covidu nám pracovníci Infocentra návštěvu umožnili. Museli jsme, samozřejmě, splnit všechna proticovidová opatření.

V úvodu návštěvy jsme zhlédli film o historii a problematice parlamentarismu, o volebních systémech. Poté, co jsme prošli bezpečnostní kontrolou, nám pracovnice infocentra poskytla informace o činnosti a funkcích PS, seznámili jsme se s významem Parlamentu v českém politickém systému a s historií sídla Poslanecké sněmovny. Mohli jsme si s průvodkyní prohlédnout rozsáhlé prostory, kde naši poslanci pracují. Viděli jsme i místo práce zástupců tisku.



Stejnou exkurzi s jiným pracovníkem Infocentra absolvovala třída 3. LB i s Mgr. Čumpelíkem a Mgr. Lonkovou.

Naši studenti byli velmi aktivní, byli pochváleni nejen za vzorné chování, ale i za vědomosti, které se projevily ve znalostní soutěži. Nejaktivnější student si odnesl za odměnu knihu a další materiály. Všem se návštěva PS líbila.

Mgr. Eva Lonková

Návštěva Muzea komunismu

V průběhu listopadu a prosince 2021 navštívily čtyři třídy (2. S, 2. T, 3. LA a 3. LB) pražské Muzeum komunismu jako připomínku událostí Sametové revoluce.

Revoluce, která nám, po dlouhých desetiletích, vrátila svobodu a demokracii, jejíž výsledky je třeba ochraňovat a která by pro současné žáky neměla být jen pouhým historickým údajem v učebnicích dějepisu. Současné události jsou ovšem také živelné, o čemž svědčí fakt, že studenti, neočkovaní proti Covidu 19, se nemohli výstavy zúčastnit a místo toho psali ve škole esej o Miladě Horákové.

Hned u pokladny muzea se žáci rozdělili na malé skupinky. Každá z nich obdržela velmi propracovaný a vhodně strukturovaný soubor pracovních listů, se kterými pak pracovaly v průběhu celé prohlídky.

Atraktivní expozice otevřela mnohým žákům oči a umožnila jim pochopit historické souvislosti, účinnou propagandu i reálnou



zrůdnost komunistického totalitního systému. Mnozí studenti netušili, že se v Praze na Letné nacházelo obří sousoší v čele se Stalinem a nikdo z nich neznal pojem *kádrování*.

Po necelých dvou hodinách, strávených v muzeu, odcházeli studenti plni nových dojmů a vědomostí. Měli možnost pocítit tíhu komunistického režimu na vlastní kůži a vyjasnily se jim mnohé souvislosti.

Mgr. Karel Markvart

Přednáška „Demence – Alzheimerova choroba“

Dne 26. listopadu 2021 se zúčastnila třída 4. B a 4. A zajímavé přednášky na téma Alzheimerova choroba. Přednášela MUDr. Kateřina Veverová, která pracuje na diagnostickém oddělení neurodegenerativních onemocnění – hlavně mozku ve FN Motol.

Velice nás překvapilo, že Alzheimerova choroba se dá již diagnostikovat v prodromálním stádiu, kdy samozřejmě ještě nejsou žádné příznaky. Tato choroba se vyvíjí přibližně 30 let, a když si vezmeme, že nejčastěji se toto onemocnění vyskytuje a začíná okolo 65 až 70 roku života, tak vlastně 35letí lidé již mají popisované onemocnění bez příznaků. Alzheimerova choroba se diagnostikuje až s prvními příznaky, i když dle krevního vyšetření, magnetické resonance by se dalo identifikovat daleko dříve. Nedělá se to proto, že bohužel doposud žádná léčba neexistuje, až s prvními symptomy se podává farmaceutická léčba na zpomalení. Dle všech předešlých studií, s kterými začal MUDr. Alzheimer a další generace diagnostických pracovníků, se zjistilo, že onemocnění způsobuje poruchy metabolismu amyloidu a jeho usazování, zvýšené množství volných kyslíkových radikálů ve spánkovém laloku – centrum paměti a dále se rozšiřuje do dalších center v mozku.

Příznaky:

1. u nemocného musí být přítomná porucha paměti
2. vyskytuje se jeden příznak z vyjmenovaných:
 - porucha abstraktního myšlení – pacient není chopen definovat pojmy
 - porucha úsudku a schopnosti plánování činnosti
 - porucha řeči, schopnosti vykonávat činnosti, orientace v prostoru
3. kognitivní poruchy a narušení denních aktivit nemocného
4. pokles rozsahu schopností vzhledem k minulým dovednostem
 - **Změna nálady k horšímu** (mrzutost, pláč, depresivní stavy i projevy hněvu)
 - **Změna osobnosti** (pacient se stává podezřivým, zmateným, ustrašeným, agresivním)
 - **Neschopnost spojování si samozřejmých věcí dohromady** (nemocný dá telefon do ledničky, prsten odloží do plné slánky)
 - **Ztráta motivace a iniciativy** (člověk propadne pasivitě, nic jej nebaví)

Vzhledem k těmto příznakům nám byla odborníci přednesena ošetrovatelská péče o tyto pacienty. Jak jim pomáhat, aby u nich nenarůstala agresivita, aby se i v těžkém stádiu nemoci cítili, co nejlépe.

Byly to velice poučně strávené dvě vyučovací hodiny, kdy jsme si uvědomili, že výzkum nemocí jde rychle dopředu, ale bohužel na všechny, i které umíme diagnostikovat úplně, v počátku neexistuje léčba.

Mgr. Hromádková Jana

Srdíčkové dny – podzim

Žáci naší školy pravidelně spolupracují s organizací Život dětem a svou účastí na sbírce pomáhají dětem, které nemají v životě tolik štěstí, a jejich zdraví není stoprocentní.

Děkujeme všem, kteří se sbírky účastnili.



Prosinec

Napříč obory

Dne 13. prosince 2021 jsme se společně s Mgr. Kateřinou Lyon rozhodly, že žákům trochu zpestříme výuku před koncem kalendářního roku a uspořádáme společně vyučování žáků. Výuky se zúčastnili žáci ORT 4. ročníku a také žáci oboru Praktická sestra

2. ročníku. Cílem setkání bylo seznámit žáky s učivem jednotlivých oborů, výměna zkušeností a demonstrace praktických dovedností.



Žáci 2. A představili odbornou učebnu pro praktickou výuku, ukázali některé z pomůcek a způsob jejich využití v praxi. K nácviku odborných výkonů nám byli figuranty žáci 4. ročníku ORT a tak studenti PS mohli předvést, co se za uplynulý půlrok naučili. Studentky PS představily EKG přístroj, vysvětlili jeho praktické použití, způsob aplikace hrudních a končetinových svodů na klienta, základy popisu EKG křivky a tisk elektokardiogramu. Další dvě žákyně demonstrovaly permanentní cévkování ženy a asistenci při zavádění PMK. Upozornily na nejčastější chyby a úskalí výkonu. Především na důležitost zachování sterility a znalost anatomie ženy. Také vysvětlily způsob techniky jednorázové katetrizace a odběr sterilní moče na mikrobiologické vyšetření. Žáci oboru PS dále ukázali a pojmenovaly druhy katetrů vhodné jak pro cévkování ženy, tak i pro muže. Zaměřili se i na vysvětlení způsobu fixace Foleyova katetru v močovém měchýři. Dále předvedli praktickou ukázkou aplikace stomického sáčku, vhodný způsob ošetřování stomie a zopakovali důvody, které vedou k nutnosti aplikace kolostomie. Představili také některé druhy alternativních způsobů výživy u klientů, kteří nemohou přijímat stravu perorálně. Další skupina studentek demonstrovala otevřený a uzavřený systém pro způsob kanylace periferního žilního systému. Techniku venózního odběru krve a její nácvik na umělé horní končetině, jejíž kapilární řečiště je napuštěno umělou krví a je tak dokonalou pomůckou pro nácvik odběrů krve včetně kanylace.

Studentky předvedly, že se dobře orientují v dané problematice, že je práce sestry baví a zajímá. Setkání bylo velice smysluplné nejen

pro pochopení práce jednotlivých oborů, ale i pro mezioborovou spolupráci v pozdější praxi.

Žáci 4. T představili studentkám oboru praktická sestra vybavení své odborné učebny, ukázali 3D tiskárnu a 3D frézu, vyhotovené protézy, ortézy, negativy a pozitivy na kterých dříve pracovali. Vybrali dvě figurantky ze studentek druhého ročníku praktických sester a ukázali, jak se snímají měrné podklady k výrobě AFO ortézy dolní končetiny v poloze 90 stupňů dorsální flexe a poté měrné podklady k výrobě ortézy hodní končetiny ve fyziologické poloze. Snímání měrných podkladů probíhalo metodou sádrování.

Nejprve si separovali figurantovu končetinu vazelínou. Následně ukázali veškeré pomůcky, které jsou potřebné k sádrování – sádrová obinadla, vazelína, nůžky s kulatou špičkou, vlašná voda, vědro, inkoustová tužka. Pak použili namočené sádrové longety, konkrétně 4 vrstvy a umístili na místo, kde bude ortéza aplikována. Poté si zvolili správnou velikost sádrového obinadla a cirkulárně obmotávali končetinu i s umístěnou longetou. Celý negativ žáci rozstříhli pomocí nůžek s kulatou špičkou, aby nedošlo k poranění figuranta. Sádrový odlitek sejmuli a slepili pomocí dalších sádrové longety, tím vznikl pozitiv neboli věrná kopie figurantovi horní a dolní končetiny v žádoucím postavení.



Studenti převedli své skoro čtyřleté praktické znalosti v oboru Ortotik - protetik velice jistě a odborně. Myslím, že mezioborová spolupráce byla velice přínosná a zajímavá pro všechny zúčastněné včetně pedagogů. 😊

Bc. Kateřina Lyon, Mgr. Tereza Johnová

Dotkni se Vánoce

(TŘÍDNÍ PROJEKT: *Pomoz mi poznat Tvůj svět*)

Stejně jako před rokem jsme se zhostili předvánočního úkolu, vymyslet aktivitu nebo věc, kterou bychom potěšili žáčky ZŠ speciální Starostrašnická. Opět jsme byli nuceni zvolit distanční formu projektu, což není ideální, ale nechtěli jsme přerušit již třetím rokem probíhající tradici. Akci jsme tentokrát nazvali: „Dotkni se Vánoce“. Podíleli se na ní žáci 3. ročníku oboru sociální činnost.

Naším žákům byla zadána školní práce, jejímž cílem byla výroba senzomotorického vánočního stroměčku. Jednalo se o maketu vánočního stroměčku, který žáci namalovali na pevnou desku, vybarvili a vyzdobili podle své fantazie ozdobami vyrobenými

z rozličných druhů materiálů a rozličných tvarů. Prvotním cílem nebylo vyrobit jen vizuálně krásný stroměček, ale důležitější bylo, aby dokázal stimulovat i jiné smysly, jako například hmat nebo i sluch. Vánoční stroměček jsme nazvali jako senzomotorický, protože jsme chtěli, aby sloužil jako pomůcka smyslové aktivizace dětí se zdravotním handicapem a vábil děti

k tomu, aby si stroměček osahali a pohráli si s jeho ozdobami. Rozvíjel by tak zároveň i jejich jemnou motoriku. Při výrobě ozdob na stroměček jsme použili materiály s různou texturou a tvrdostí pro odlišný haptický dojem. Zrak jsme upoutali volbou výrazných kontrastních barev, vzorů a třpytivých efektů. Použili jsme i třásně, provázky nebo jiné pomůcky, které by děti motivovaly manipulovat



s některými součástmi stroměčku. Zavěsili jsme i zvoneček nebo šustivé materiály stimulující sluchové vnímání. Důležité bylo, aby měli děti na stromku stále co objevovat a poznávat z čeho jsou jednotlivé ozdoby vyrobeny.

Pro upřesnění přidávám pár slov o smyslové aktivizaci:

Smyslová aktivizace je koncept, který prostřednictvím stimulace smyslů (všech nebo těch zbývajících) přispívá k rozvoji kognitivních nebo motorických schopností a dovedností lidí se zdravotním postižením a vede ke zlepšování jejich soběstačnosti. Používá se především u dětí se smyslovým nebo mentálním handicapem jako součást jejich výchovy a vzdělávání, ale také u seniorů, kde se propojuje s kognitivní aktivizací, reminiscencí či jinou terapií. Uplatňuje se často u těžších zdravotních postižení.

Naši žáci si při výrobě stroměčku rozvíjeli své profesní kompetence jako je představitost, kreativita a zručnost. Mohli své teoretické poznatky týkající se aktivizace klientů přetavit i do hmatatelné podoby s praktickým využitím. Výrobek jsme i s vánočním přáním předali 7. prosince 2021 žákům ZŠ speciální s příslibem, že bude využitý jako didaktická hračka nebo pomůcka ve výuce nebo jako dekorace ve společných prostorách ZŠ.

Závěrem chci poděkovat všem, kdo se na projektu podíleli a také děkuji za malé vánoční pozornosti, které jsme od dětí obdrželi. Těšíme se opět na příští školní rok a doufáme, že se všichni setkáme při nějaké zajímavé a zábavné společné činnosti.



Mgr. Barbora Hanusová

Výuka první pomoci na ŽS Pod Marjánkou

Na konci prosince se skupinka našich žáků, oboru zdravotnického lycea, vydala na ŽS Pod Marjánkou na Praze 6. Dobrovolné akce se zúčastnili žáci ze třídy 4. LB a 4. LA.

V souvislosti s předmětem výchova ke zdraví měli malí školáci ze třídy 6. A možnost formou hry a spolupráce si předávat základní znalosti v nejdůležitějších úkonech zachraňujících život a dovednosti při ošetřování některých úrazových stavů.

Lyceisté se předem rozdělili do pěti hlavních skupin a naplánovali si společně program. Pro lepší komunikaci si děti napsaly na barevné lístečky svá jména a připevnily si je na oděv. V úvodu jsem děti seznámila s dvouhodinovým programem a každý lyceista pracoval s menší skupinkou dětí, postupně se u nich vystřídala celá třída. Co bylo obsahem našeho programu? Děti z druhého stupně už menší znalosti z této problematiky měly, nicméně si mohly prakticky vyzkoušet základy první pomoci a získaly informace o jejím významu, vyzkoušely si volání na tísňové linky, polohování raněných a neodkladnou resuscitaci u dětí a dospělých. Naučily se jak správně ošetřit poranění, jak zastavit kamarádovi krvácení. Akce sklidila velký úspěch, jak u dětí ze základní školy, tak u našich žáků: Martina, Matouše, Michala, Lian, Sára, Markéty a Aničky.

Na konci akce měly možnost děti vyplnit pracovní list s krátkým testíkem, za který potom obdržely diplom a malou sladkost. I když covidová situace nám nepřeje v našich akcích, jsme rádi, že tato proběhla bez problémů.

První pomoc by měli zvládnout nejen dospělí, ale i děti. Nikdy totiž nevíme, kdy tyto znalosti a dovednosti využijeme. Doufáme, že jsme zahájili novou tradici předávání znalostí první pomoci laické veřejnosti.



Mgr. Gabriela Anisová

Muzeum komunismu

Při příležitosti připomenutí listopadových událostí roku 1989 v Československu navštívila třída 3. LB Muzeum komunismu, které se trochu ukryté nachází v Praze na náměstí Republiky.

Muzeum nabízí rozsáhlou a velmi různorodou expozici, která přibližuje návštěvníkům éru komunismu se zaměřením především na Československo. Jednotlivé sekce jsou řazeny chronologicky, nejprve tedy navštívíme blok informující o poválečné situaci, následuje pro komunismus v Československu významný rok 1948, 50. léta, Pražské jaro, invaze vojsk Varšavské smlouvy, normalizace a v závěrečné části je pak blok věnovaný Sametové revoluci a pádu komunismu.



Polytematická expozice nabízí každému, aby si v ní našel, co ho zajímá. Žáci se tak mohli udivovat např. Stalinovu pomníku na Letné nebo organizaci spartakiády, běhal jim mráz po zádech při poslechu autentických rozhovorů s politickými vězni, kteří sugestivně líčili výslechové metody tehdejších vyšetřovatelů, úsměv na tváři jim mohla vykouzlit kopie pokoje teenagera, smíšeného zboží nebo třeba školní třídy. Výstava pracuje s originálními materiály: filmy, fotografie, malby, historické dokumenty ukazují každodenní život v komunistickém Československu a pomáhá zažít autentickou atmosféru doby.



Období komunismu patří do moderních dějin a považujeme za důležité, aby se mladí lidé s touto nedávnou historií různými formami seznámili. Žáci hodnotili návštěvu muzea velice pozitivně, nechme proto v závěru promluvit některé z nich:

- *Prohlídka předčila mé očekávání nejen tím, že zde byla ukázána spousta rekvizit ale také tím, jak pěkně a srozumitelně byly články napsány. E.*
- *Zaujala mě projekce příběhů jednotlivých lidí, kteří prožili komunistickou dobu. Například příběhy spisovatelů, učitelek, emigrantů, novinářů a mimo jiné i příběh spisovatele Jiřího Stránského. M.*
- *Dozvěděla jsem se například, že v rámci tělocviku se vyučovala pochodová a pořadová cvičení nebo že brannou výchovou učitelé strašili děti třetí světovou válkou s jadernými zbraněmi. E.*
- *Člověka to donutí přemýšlet o svém životě a uvědomit si, že my mladší, kteří jsme to nezažili, si nedokážeme představit žít za tohoto režimu. N.*

- *Vše bylo vysvětleno dopodrobna, a navíc na místě byly skvělé ukázky. Vždy jsem měla ráda Václava Havla, a proto jsem byla nadšená, že měl v muzeu svou stěnu. V.*
- *Nejvtipnější bylo, že na zdi byly vystavené lední brusle a byly úplně stejné jako ty, které mám doma po mámě. T.*
- *Nejvíce mě asi zasáhl film o Sametové revoluci. Je to něco málo přes 30 let, kdy byli hlavně studenti, jen o málo straší než my, nejsilnějšími hlasy. L.*
- *Odcházela jsem se smíšenými pocity a s určitou spokojeností z toho, že žiju v jiné době. B.*



Mgr. Karel Čumpelík

Přejeme všem v novém roce hodně zdraví a pohody



Leden

Plavání

Vůbec poprvé jsme se zúčastnili závodů v plavání v rámci soutěží Poprasku. Postavili jsme družstvo dívek, které nás reprezentovalo znamenitě. Ve všech disciplínách jsme se umístili na předních příčkách a v celkovém pořadí jsme závody vyhráli. Školu reprezentovali: Clara Najmanová, Tereza Hurychová, Tereza Tóthová, Bára Karnetová.



Únor

Lyžařský kurz

Tak jako každoročně se pro žáky naší školy konal i letos lyžařský kurz v rakouských Dolomitech ve středisku Zetttersfeld poblíž městečka Lienz. Odtud vždy po noční jízdě autobusem studenty vyveze nahoru do mraků do velké nadmořské výšky kabinová lanovka. Najednou se vždy ocitnete v jiném světě, odloučení od civilizace, ve světě čestvě napadaného sněhu, vrcholů hor, nádherně modré oblohy, romantického výhledu na město, lanovek a lyžařů. Svět naplněný pouze užíváním si bílého sportu. Letos na nás ovšem

denně na sjezdovkách číhala mlha neprostupná, jako mléko, a i velká sněhová bouře.

Specifikací lyžařského zájezdu naší školy je, že kromě sportovně nadaných žáků se lyžařského kurzu mohou účastnit i začátečníci. A ti se zde neuvěřitelně zlepšují! Z nulových anebo malých sportovních zkušeností a z malého tréninkového kopečku žáci v posledních dnech akcelerují do sjíždění i těžkých sjezdovek. Družstva jsou rozdělena dle úrovní, instruktoři se denně střídají a je obvyklé i družstvo snowboardistů.

Studenti tento sportovní kurz milují. Romanticky a zábavně působí i docházení na snídaně, obědy a večere do krásné horské vedlejší chalupy na typicky rakouské jídlo. Ubytování s krásným výhledem je také oblíbené. Ve velké společenské místnosti večer obvykle probíhají přednášky pod vedením Mgr. Svobody anebo hry. Součástí bývá také pravidelný výlet do městečka Lienz.

Těšíme se opět na další kurz!



Mgr. Jana Beranová

Psychologická olympiáda

Ve čtvrtek 24. února 2022 se uskutečnilo školní kolo Psychologické olympiády. Soutěže se zúčastnili 21 studentů. Celková úroveň prací byla vysoká. Moc bych chtěla pochválit žáky 1. ročníků za odvahu a velice pěknou rétoriku.

Zde jsou výsledky.

1. místo - Aneta R., 1. B
2. místo - Kateřina K., 2. B
3. místo - Barbora D., 3. S
4. místo - Kristýna D., 3. A

První tři studentky postupují do regionálního kola, které se uskuteční 22. března 2022 na SZŠ Ječná. Studentka ze čtvrtého místa s námi pojede také, ale pouze jako náhradník.

Dále byly uděleny tři speciální ceny:

Emě S. (3. B) - za osobní přístup k tématu

Sabině Ž. (3. B) - za populárně naučné pojetí tématu

Daniele F. (2. S) - za poetickou atmosféru



Moc děkuji porotě a organizačnímu týmu. Odvedly velký kus práce, která možná nebyla vidět, ale vše klapalo na sto procent. Ještě jednou velký dík všem. Dále děkuji všem soutěžícím za kultivovanost při prezentování, připravenost a osobní nasazení. Všichni odvedli kus práce a někteří soutěžící překonali i sebe sami.

Držte nám palce v regionálním kole.

Mgr. Jana Horáková

Březen

Ošetrovatelská soutěž – 7. ročník školní kolo

V letošním roce proběhl tradičně již 7. ročník ošetrovatelské soutěže. „Díky“ pandemii nebylo možné tuto úspěšnou akci minulý rok uskutečnit.



Hlavní téma letošního ročníku bylo **Fyziologické funkce a jejich sledování.**

Školní kolo se konalo 4. března 2022 a účastnilo se ho 11 žáků z oboru praktická sestra a zdravotnický asistent. Soutěž byla koncipována jako teoreticko-praktická, kdy soutěžící zpracoval vybrané téma ve formě prezentace, kterou přednesl porotě s přihlédnutím k moderním trendům.

Okruhy k teoretickému zpracování:

1. Tělesná teplota
2. Puls
3. Krevní tlak
4. Dýchání
5. Vědomí



6. Tělesná hmotnost
7. Tělesná výška a objemové změny
8. Sledování vyprazdňování moči
9. Sledování vyprazdňování stolice

V praktické části žáci řešili kazuistiky se zaměřením na hlavní téma soutěže. V porotě hodnotilo výkony soutěžících devět odborných učitelů, z toho šest v odborných učebnách. Každý žák soutěžil celkově 45 minut, což není vždy pro soutěžící jednoduché.

1. místo obsadila Denisa D. (4. A)
2. místo obsadila Nikola Š. (4. B)
3. místo obsadila Kateřina M. (2. B)

Všem účastníkům soutěže děkujeme za pěkné výkony. Denisa D. nás bude reprezentovat na celostátní soutěži 25. března 2022 na naší SZŠ. Držíme ji palce.



Děkujeme všem žákům, kteří se podíleli na organizaci a pěknou fotodokumentaci.

Mgr. Gabriela Anisová, předseda PK OSE, SČ

Lyžařský kurz II.

Druhý snowboardingový a lyžařský kurz, který se konal ve dnech 7. – 10. března 2022 poblíž rakouského Lienzu, proběhl za nádherného počasí a ve skvělých lyžařských podmínkách.



Kurz byl povinný pro třídu 1. BP a doplněn dalšími žáky školy. Všichni účastníci zlepšili své lyžařské dovednosti a všechny výkonnostní družstva poslední dny sjeli všechny dostupné sjezdovky, což je krásné zlepšení. Během kurzu nedošlo k žádným závažným zraněním, pouze drobná poranění řešil zdravotník.

Závody ve šplhu

Ve čtvrtek 23. března 2022 se dívčí a chlapecké družstvo žáků oboru bezpečnostně právní činnost zúčastnilo závodů ve šplhu. Dívky získaly 3. místo, chlapci soutěž vyhráli.



Celostátní ošetrovatelská soutěž – 6. ročník

Ke zdravotnické škole patří zejména soutěž v ošetrovatelství, a proto jsme rádi, že naše SZŠ opět po pandemii, mohla pořádat republikové kolo. Tato soutěž se stala u nás již tradicí. Navazuje na školní kolo, které proběhlo v polovině března.

Hlavní téma bylo **Fyziologické funkce a jejich sledování**. Republikového kola se zúčastnilo 12 škol z celé ČR, kolo se konalo v pátek 25. března 2022. Soutěž zahájila ředitelka školy PhDr. et Mgr. Ivanka Kohoutová, Ph.D., a její průběh byl podobný jako při školním kole. Soutěžící z mimopražských SZŠ byli doprovázeni našimi studenty.



V první, teoretické části, soutěžící přednesli připravenou prezentaci z oblasti okruhů určených k teoretickému zpracování v rámci hlavního tématu. Kritérii hodnocení byl nejen obsah a forma, ale i kvalita prezentace, kreativita jejího zpracování i celkový dojem. Dále následovala část praktická: soutěžící si vylosoval/a jednu kazuistiku, po krátké přípravě shrnul/a ošetrovatelské problémy, navrhl/a jejich řešení a podle úkolů obsažených v kazuistice provedl/a prakticky ošetrovatelské činnosti. "Modelky" pro jednotlivé kazuistiky zajišťovaly žákyně ze třídy 3. A, 4. LB a 4. B. V komisích byly kromě odborných učitelek také hosté, odborníci z praxe, výhradně z pražských nemocnic: Mgr. Veličková Veronika (FNKV), Mgr. Vlachová Marie (FNM) a Mgr. Miková Hana (FNM).

Praktická část soutěže probíhala ve dvou odborných učebnách (A, B) dle vylosovaného čísla na začátku soutěže. Komise výsledky

ohodnotila body, které se z teoretické a praktické části sčítala. Soutěžící s nejvyšším počtem bodů se stal vítězem.

Soutěž ukončila PhDr. et Mgr. Ivanka Kohoutová, Ph.D., ředitelka školy.

Okruhy k teoretickému zpracování:

1. Tělesná teplota
2. Puls
3. Krevní tlak
4. Dýchání
5. Vědomí
6. Tělesná hmotnost
7. Tělesná výška a objemové změny
8. Sledování vyprazdňování moči
9. Sledování vyprazdňování stolice

Výsledky soutěže:

1. místo - Blanka O. z Havlíčkova Brodu
2. místo - Denisa D. ze SZŠ Praha 10
3. místo - Adéla H. z Blanska



Další školy, které u nás soutěžily:

SZŠ a VOŠZ **Plzeň**, SZŠ a VOŠZ **Ostrava**, SZŠ, VOŠZ a OU **Trutnov**, VOŠZ a SZŠ **Jihlava**, Gymnázium a SOŠ **Vyškov**, SZŠ **Kroměříž**, SZŠ a VOŠZ **Praha 4**, SZŠ **Brno**, SZŠ **Karlovy Vary**.

Gratulujeme i naší žákyni za pěkné umístění.

Soutěž poskytla všem zúčastněným řadu inspirujících postřehů, zkušeností a příjemných setkání. Budeme se opět těšit na účast v příštím roce. Děkujeme všem žákům a učitelům za úžasnou spolupráci.

Mgr. Gabriela Anisová, předseda předmětové komise OSE, SČ

Dentální hygiena

V pondělí 28. března 2022 proběhla na naší škole výuková přednáška **NOVÉ TRENDY V ČIŠTĚNÍ ZUBŮ**. Tohoto preventivního programu se zúčastnily všechny první ročníky.

Přednáška vzbudila u studentů velký ohlas a zájem. Navíc byla tato akce zakončena soutěžním kvízem. Studenti bojovali s velkým nasazením o věcné ceny. Ve třídě 1. BP zvítězila, jak patrně z fotografie, studentka Lucka J..



Mgr. Pavla Hřebíková

Návštěva centrální sterilizace ve fakultní nemocnici Bulovka

Dne 31. března 2022 jsme navštívili oddělení centrální sterilizace ve fakultní nemocnici Bulovka. Byla to naše první společná exkurze.

Sešli jsme se před fakultní nemocnicí a připomněli si historii této nemocnice, která sahá až do doby Karla IV. Novodobé dějiny nemocnice začínají rokem 1925, kdy byla zahájena stavba nemocnice, která trvala 6 let. Nemocnice byla předána veřejnosti v roce 1931. Tehdy bylo postaveno jen šest nemocničních pavilonů. My jsme si nejprve ukázali chirurgický pavilon, který je pojmenován po MUDr. Bohumilu Budínovi. Do tohoto chirurgického pavilonu byl 27. května 1942 převezen Reinhard Heydrich z místa atentátu. Smutné období návštěvníkům připomíná nejen pavilon, ale i pamětní deska na hlavní budově, nesoucí jméno MUDr. B. Budína, který byl umučen gestapem. Kromě chirurgického pavilonu jsme si ukázali i významné pavilony pneumologické a infekční kliniky. Ukázali jsme si moderní ortopedickou kliniku, kde byl hospitalizován Bohumil Hrabal.



Na centrální sterilizaci nás přivítala vrchní sestra Mgr. Irena Chládková. Nejprve nás seznámila se strukturou oddělení a jeho významem pro chod nemocnice. Na oddělení pracují kromě všeobecných sester ještě sanitáři, a to ve 24hodinové směně. Po úvodních informacích jsme vstoupili do vyhrátých, čistotou voňavých prostorných místností, kde se leskly nerezové stoly a vozíky. Všichni jsme si vzali ochranné pláště, návleky a čapku na vlasy. Oblékání ochranného oděvu nám zabralo pár minut, a když už jsme byli oblečeni, bylo nutné se společně s vrchní sestrou vyfotit. Následovalo hygienické mytí rukou a hygienická dezinfekce. Vrchní sestra pečlivě kontrolovala postupy žáků při mytí, ochotně jim připomínala nutnost správného vtírání dezinfekce do suchých rukou. Ve fakultní nemocnici

Bulovka se sterilizuje horkou parou pod tlakem, parou + formaldehydem a plazmou. Ve vstupní místnosti nám vrchní sestra vysvětlila, jak funguje hygienická smyčka. Vše začíná přijetím dekontaminovaného materiálu z oddělení, který zajišťuje vozový svoz. Materiál je vkládán do myčky na straně jedné a na straně druhé v jiné místnosti se z myčky vyndává. Je to proto, aby nedošlo ke vzájemnému kontaktu. V myčce se dekontaminuje za teploty 93 stupňů Celsia demineralizovanou vodou. Demineralizovaná voda v myčce je opakovaně kontrolována testy a to tak, že se zjišťuje její vodivost. Čím méně minerálů ve vodě tím má voda menší vodivost. Pokud je voda vodivá, nelze ji jako demineralizovanou použít. Z myčky je materiál vyndán a vložen v obalu do sterilizátoru. Materiál určený ke sterilizaci parou pod tlakem se vkládá do obalů Steriking, nebo do upravených beden, které mají otvory určené pro průnik páry. Na víku, kromě otvorů pro páru je mikrostop ve tvaru šneka. Systém ve tvaru šneka brání průniku bakterií. Pára ve sterilizátoru se vyrábí z demineralizované vody a je každý den testován její na průnik tzv. Bowie dick testem. Sterilizace plazmou patří mezi nákladné způsoby sterilizace. Princip sterilizace je založený na účinnosti cca 60 % peroxidu vodíku, který je prekurzorem plazmy. Plazma je čtvrté skupenství. Cílem sterilizace v plazmě je především degradace bílkoviny prionu. Vzhledem k tomu, že sterilizace probíhá při nízké teplotě do 50 stupňů Celsia a v hlubokém vakuu, sterilizují zejména termolabilní materiály, kabely, optika či staplery. Plazmový sterilizátor umí detekovat vlhkost materiálu, a proto každý materiál musí být vkládán do sterilizační komory suchý. Materiál určený do plazmy se vkládá do obalu Steriking tyvek. Plazmové sterilizátory mají ještě výhodu v tom, že jsou netoxické, bezpečné a chrání životní prostředí.

Návštěva na centrální sterilizaci se nám líbila z několika důvodů, především jsme viděli sterilizační přístroje v reálném prostředí, viděli

jsme také jednotlivé etapy přípravy pomůcek a vlastní sterilizaci. Rozšířili jsme si znalosti a poprvé jsme nahlédli do nemocniční praxe. Exkurze se nám vydařila.

Mgr. Taťána Janíková

Badminton

Dne 31. 3. 2022 se naše škola zúčastnila Badmintonového turnaje v areálu Hamr Štěrboholy. Družstvo bylo tvořeno třemi dívkami a dvěma chlapci. V konkurenci 11. týmů jsme ve skupině po 2 prohrách a 1 výhře skončili na 3. místě. Následovalo play-off, a to jsme prohráli s pozdějšími vítězi. Pro nás to znamenalo konečné dělené 5. místo.



Duben

Přednáška na téma „Transsexualita“

Dne 1. dubna 2022 byla uskutečněná přednáška „Transsexualita“, které se zúčastnily čtyři třídy, 2. O, 4. B, 4. A, 2. A. S transsexualitou se

setkáváme čím dál častěji. Transsexualita vyjadřuje rozpor mezi vrozeným pohlavím dotyčné osoby a pohlavím, jakou se daná osoba cítí být. Není úchylnou, zvráceností ani nemocí. Jde o poruchu pohlavní identity, která je vrozená. Proto před dvěma lety nastal zlom a není považována za psychickou poruchu.

Přednáška byla zajímavá tím, že přednášející KK si částečnou přeměnou již prošel a popisoval vlastní zkušenosti. Udával, že již v 11 letech si začal uvědomovat jinou pohlavní identitu, než jakým směrem se rozvíjely tělesné znaky jeho těla. Uváděl začátky skrývání sekundárních pohlavních znaků, nepříjemné reakce blízkého okolí, ale i třeba těžkou školní šikanu. Tělesná přeměna na druhé pohlaví vyžaduje velkou trpělivost, řadu let i hodně financí. Člověk, který se cítí žít v jiném těle s jinými pohlavními znaky, musí zpočátku navštěvovat alespoň 1 rok psychologa a sexuologa, aby k přeměně vůbec mohlo dojít. Následuje podrobné vyšetření na endokrinologii a všechny dostupné krevní testy. Po schválení od endokrinologa nastupuje hormonální terapie – nejdříve blokátory (blokující produkci hormonů odpovídajícího pohlaví, které abnormálně zatěžují játra). Následuje alternativní dočasná pomoc, která doporučuje jedince k odborné komisi (psycholog, endokrinolog, plastický chirurg), která odsouhlasí další přeměnu na druhé pohlaví, ale je v tom další háček, dotyčný musí mít za sebou 1 rok potlačování hormonů + 1 rok žití v pohlaví opačném. Pak teprve jsou schváleny operace – z ženy na muže – mastektomie, sterilizace, faloplastika, z muže na ženu – augmentace, sterilizace, vytvoření vagíny, stydkých pysků, možnost i panenské blány.

Náš přednášející KK podstoupil mastektomii a za měsíc od dnešního dne ho čeká sterilizace, po které může na matrice zažádat o trvalou změnu jména na mužské (nyní ze středního rodu) a změnu všech dosavadních dokladů. Do budoucna by chtěl, aby u něj byla provedena faloplastika, až si našetří peníze nebo mu bude schválená

hypotéka (v Německu faloplastika stojí 1,5 miliónu). V Čechách sice hradí faloplastiku zdravotní pojišťovna, ale operace moc vyvedené nejsou a bylo zapomenuto na další mužský orgán varlata ve skrotu. Má již zjištěno, že v Thajsku tato operace vyjde levněji a dosahují velké úspěšnosti i v dalším sexuálním životě daného jedince.

Touto otázkou se v Čechách zabývá na sociálních sítích skupina Transparent, která uvádí transsexuály na vědomí široké veřejnosti. Přednáška nadále byla obohacena fotkami a příběhy, které dotyčný prožil, jako třeba maskování a skrývání velkého dívčího poprsí a další. Pro úspěšnost této přednášky se bude opakovat pro další třídy.

Mgr. Jana Hromádková

Juniorský půlmaraton

Dne 26. dubna 2022 se naše škola vůbec poprvé účastnila juniorského maratonu. Školu reprezentovalo 10 žáků, z toho šest chlapců a čtyři dívky. Každý z družstva musel zaběhnout vzdálenost 4, 2 km. V konkurenci 58 škol jsme skončili na 19. místě, což považujeme za krásný výsledek. Všem žákům děkujeme za vzornou reprezentaci školy. Příští rok bude našim cílem dostat se do 10. místa.



Srdíčkové dny – jaro

I na jaře 2022 se žáci naší školy účastnili ve spolupráci s organizací Život dětem jarních Srdíčkových dnů.

Děkujeme všem, kteří se sbírky účastnili.



Házená

Ve stejný den 26. dubna 2022 jsme se účastnili také středoškolského turnaje v házené dívek. V konkurenci šesti škole jsme po dvou výhrách, jedné prohře a jedné remíze skončili na krásném 3. místě. Dívkám děkujeme za vzornou reprezentaci školy.



Akademie

<https://m.youtube.com/watch?v=7bITjrbzx14>

Květen

Maraton

Dne 8. května 2022 se naše škola účastnila běžeckých závodů Pražský maraton 2022. Žáci školy zde zajišťují podél celé tratě zdravotnickou podporu. Vše zajišťuje a organizuje Mgr. Taichman. Zpětná vazba od organizátorů je vždy velmi pozitivní.



Návštěva DS HÁJE

Dne 19. května 2022 jsme navštívili s třídou 2. O. DS Háje, konkrétně dvě oddělení pro klienty s Parkinsonem. Provázela nás paní Bc. Iva Lhotská.

V úvodu nás seznámila s počtem klientů a rozdělením DS, který kromě pobytové části nabízí i odlehčovací služby pro pečující rodiny a jejich děti dětská skupina Paleček. Průměrný věk klientů je 86 let. O klienty se starají tři úseky - zdravotnický, ošetrovatelský a aktivizační. Nejprve jsme procházeli kaplí domova, knihovnou a útulnými odpočívárnami. Navštívili jsme obě oddělení pro klienty s Parkinsonem, kde jsou dvoulůžkové a jednolůžkové pokoje se sociálním zařízením, multisenzorickou místnost, skleník, místní retro kavárnu a na závěr galerii a zoo koutek.

Druhá část byla věnovaná aktivizaci. DS nabízí pravidelně aktivizační programy a kluby např. filmový, hudební a cestovatelský klub. Klienti se mohou zapojit do kondičního cvičení, využívat multisenzorickou místnost s podporou psychologa, chodí na procházky, mohou pěstovat květiny ve vyvýšených truhlících nebo si odpočinout v zoo koutku, kde jsou voliéry s drobným ptactvem

a akvárium. V rámci ergoterapie funguje kulinářský klub a klub šikovné ruce. Do domova také dochází Cirkus senior, kde si mohou senioři vyzkoušet např. žonglování. DS vydává i knihy, kde vychází



literární tvorba seniorů. Naši žáci měli možnost sledovat ve velkém sále práci aktivizačních pracovníků s klienty, kteří využívali nově zakoupené elektronické hry. Jednalo se o VR technologie, která klientovi umožňuje např. procházku v přírodě. Klientka pracovala s robotickou rukou (Smart Glove) v rámci procvičení jemné motoriky, kdy za pomoci robotické ruky se snažila zachytit a pouštět motýla na obrazovce PC. Poslední novinkou v DS je elektronický Peg Board Game – tabule s výměnnými plochami na zasouvání geometrických předmětů pro nácvik motoriky a krátkodobé paměti seniorů. Žáci si mohli program vyzkoušet. Na závěr jsme navštívili zrekonstruovanou zahradu.

Žáci byli s exkurzí a spokojeni a DS na ně udělal dobrý dojem.



Mgr. Hana Ulíková, Mgr. Dana Vávrová

Exkurze do Domova pro zrakově postižené Palata s 2. S



Pěkné květnové počasí nás v pondělí 30. května 2022 doprovázelo na exkurzi do pobytového zařízení pro osoby s těžkým zrakovým postižením Palata, které má bohatou historii již od roku 1888.

Zařízení je situováno do klidné pražské čtvrti a hluk a hukot velkoměsta zde opravdu nebyl slyšet. Pro klienty – seniory je to ideální prostředí a dobrý základ pro poskytování kvalitních sociálních služeb. S tím, jakým způsobem zajišťují klientům důstojné stáří a kvalitní péči, nás seznámila vedoucí zařízení Mgr. Průchová, která nám udělala pěknou a obsáhlou videoprezentaci a následně nás provedla budovou. Zodpověděla nám ochotně všechny dotazy. Žáci si porovnali znalosti z teoretické výuky ve škole s tím, co viděli a slyšeli během exkurze a ujistili se o tom, že je teoretická výuka ve škole dostatečně připravuje pro výkon praxe v tomto zařízení.

Filosofií péče v tomto zařízení je vedle holistického přístupu i práce s životním příběhem klienta. Pomocí reminiscenčních metod se snaží provést klienta celým jeho životním příběhem a pomocí vzpomínek posilovat jeho paměť a myšlení. Žáci viděli, že i zařízení je koncipováno v tomto duchu. Je vybaveno dobovým nábytkem a doplněno o mnoho věcí, na které jsou klienti zvyklí ze svého původního domova.

Žáky také zaujala možnost široké nabídky aktivit pro klienty, a to i mimo areál zařízení. Za tímto účelem disponuje zařízení vlastním automobilem, který je upraven pro převoz handicapovaných klientů.

Exkurzi jsme zakončili prohlídkou krásného parku, který klienti hojně využívají k procházkám, relaxaci a dalším aktivizačním činnostem. Můžeme v něm nalézt jezírko s lávkou, včelí úly, voliéra s papoušky nebo chov oveček. Vzrostlé stromy, záhony květin a zvířata lze využívat ke smyslové aktivizaci klientů. Není to však jediný kontakt klientů s přírodou. Přímou v zařízení je slyšet zpěv ptáčků z klecí na chodbách a občas narazíte i na terapeutického psa s terapeutkou, kteří jdou za klienty na canisterapii. Na každém oddělení se klienti starají o malého domácího králíčka.

Mnozí žáci projeví zájem o dobrovolnickou činnost v tomto zařízení během prázdnin.

<https://palata.cz>

Mgr. Barbora Hanusová, Mgr. Jitka Stejskalová

Nohejbal

Naše škola se zúčastnila 31. května 2022 turnaje středních škol v nohejbalu. Čekalo nás 5 zápasů. Po třech vítězných zápasech a dvou porážkách jsme získali 6 bodů, stejně jako Gymnázium M. Horákové. Na konečné 3. místo nás odsunulo horší skóre.

I tak jsme s umístěním na bedně spokojeni a děkujeme našim žákům za reprezentaci školy.



Červen

Exkurze - Kriminalistický ústav Policie České republiky Praha

Dne 2. června 2022 se žáci 1. BP účastnili exkurze v Kriminalistickém ústavu PČR Praha.

Žáky naší školy přivítal vedoucí Oddělení kriminalistické balistiky plk. Ing. Valenta. V úvodu seznámil žáky s krátkou historií Kriminalistického ústavu, který již existuje osmdesát let. Dále se věnoval kriminalistické balistice. Uvedl, že balistika jako interdisciplinární věda se zabývá mechanismem výstřelu, pohybem střely v hlavní zbraň, dráhou střely při letu na cíl a účinky střely v cíli. Vychází ze

zákona o zbraních a střelivu. Objekty zkoumání kriminalistické balistiky jsou střelné zbraně, jejichž pomocí lze dopravit střelu na cíl. Proběhla ukázka způsobu znaleckého zkoumání, co vše je možné zjistit ze střelné zbraně. Jak se provádí pomocí značek na zbraní jejich druhová identifikace, tedy výrobce zbraně a rok výroby. Dále které části zbraně jsou vhodné k individuální identifikaci. Žáci měli možnost si prohlédnout zbraně, které byly zkoumány, a to zbraně různého typu, vyrobené jak v továrnách, tak i po domácku vyrobené, upravené historické zbraně, upravené znehodnocené zbraně a další

Druhou skupinou, kterou se zabývá balistika, je střelivo (náboje) všech druhů a jeho jednotlivé části, především vystřelené střely a nábojnice. Zde byla ukázka, kde lze hledat stopy shodnosti, zda střela byla vystřelena z konkrétní zbraně, se kterou byl spáchán konkrétní trestný čin. Žáci dále byli seznámeni s některými trestnými činy spáchanými pomocí zbraní a postup znaleckého zkoumání.



Třetí skupinou, se kterou jsme byli seznámeni, tvoří předměty zasažené střelou a povýstřelové zplodiny. Na videozáznamech byla ukázka zajišťování povýstřelových zplodin, ukázka předmětů, na kterých je možné zkoumat povýstřelové zplodiny a další zajímavosti z oboru balistiky.

Na závěr položili žáci několik dotazů Ing. Valentovi, týkajících zbraní. Měli jsme možnost prohlédnout si kabinet Kriminalistického ústavu Praha. Exkurze byla žáky hodnocena velmi dobře a projevovali zájem.



JUDr. Zdeněk Budina

Memoriál Rosti Čtvrtlíka

(recitační soutěž pro žáky středních škol)

Dne 7. června 2022 se v Děčíně konalo celostátní kolo recitační soutěže Čtvrtlístek. Po úspěchu v regionálním pražském kole se ho zúčastnily dvě naše žákyně Daniela S. a Viktorie J.. Obě dvě nadějně recitátorky předvedly naprosto skvělé výkony. Daniele vynesla její dramatizace úryvků z děl Květy slunce a Oněgin byl Rusák krásné třetí místo. Gratulujeme.



Mgr. Karel Čumpelík

Návštěva podzemní nemocnice

Dne 10. června 2022 se v rámci odborné praxe účastnila třída 3. BP exkurze do podzemní nemocnice v areálu Fakultní Thomayerova nemocnice v Praze.

Objekt s označením K70 vznikl v padesátých a šedesátých letech minulého století a podléhal přísnému utajení. Teprve po roce 1989 došlo k odtažení tohoto objektu. Jedná se o objekt s třemi patry podzemí, určený pro ošetřování osob, v případě jaderného napadení. Lůžková kapacita podzemní nemocnice byla 70 lůžek pro intenzivní péči a nemocnice mohla ošetřit přes 400 osob. Sdělil náš průvodce pan Jan Křížek. Objekt je opatřen dvěma operačními sály, které i v současné době jsou vybaveny zařízením pocházejících z minulého století, ale musí být stále funkční. Proto jsou zařízení podzemní nemocnice kontrolovány. I naši studenti se zajímali



o zařízení nemocnice. Podzemní nemocnice je dále vybavena vlastním zdrojem pro výrobu elektrické energie v případě výpadku.

Dalším významným zařízením podzemní nemocnice je filtrační zařízení na vzduchu, v případě zamoření venkovních prostor. V objektu podzemní nemocnice se nachází vlastní studna, hluboká 70 metrů a nádrž na pitnou vodu o obsahu 34 000 litrů vody.



V objektu je mnoho místností sloužících, jak pro lékaře a zdravotnický personál, tak i pokoje pro pacienty a další technické místnosti a specializovaná pracoviště. Nebylo možné vidět všechny pokoje pro pacienty, a to z tohoto důvodu, že lůžka podzemní nemocnice byly zapůjčeny pro potřeby ubytování uprchlíků z Ukrajiny.

Další zajímavostí objektu je to, že tloušťka zdiva je dva a půl metru. Je zde funkční nákladový výtah. Jedná se o rozsáhlý objekt a v jejich chodbách není problémem zabloudit.

Na závěr položili žáci několik dotazů k provozu podzemní nemocnice panu Křížkovi. Exkurze byla žáky hodnocena velmi dobře a projevovali zájem o toto zařízení.



JUDr. Zdeněk Budina

Dračí lodě

Dne 15. června 2022 jsme se zúčastnili závodů dračích lodí, které se konaly u Hostivařské nádrže. Počasí bylo krásné, a tak jsme byli plni očekávání, jak se popereme se soupeři, kterých bylo nakonec osm.

Družstvo bylo převážně tvořeno žáky 1. BP, kteří ještě na podobné akci nebyli. První rozjíždka jsme vyhráli, ale s časem jsme příliš spokojeni nebyli. Druhá rozjíždka byla o poznání lepší, dokonce nejrychlejší za celý den. Bohužel součet časů nás nakonec odsunul do bojů o konečné 4. místo, které jsme nakonec získali. Žákům děkujeme za vzornou reprezentaci školy.



Slovinsko - Julské Alpy - Bovec

Po dvouleté pauze jsme se vrátili k povinnému kurzu v Bovci. Velmi náročný sportovní kurz pro obor bezpečnostně právní činnost se konal ve vysokohorském prostředí. Nejen krásné scenérie přírody, ale i sportovní zážitky dodali pobytu tu správnou atmosféru.



Posuďte sami, jaký náš pobyt byl ve fotografiích.



Mgr. Pavla Hřebíková

Návštěva Pankrácké věznice

Díky vstřícnosti vedení Vazební věznice Pankrác se mohla uskutečnit exkurze do tohoto objektu. Dne 22. června 2022 se této exkurze zúčastnila třída 2. BP.

Na vrátnici se nás ujal pracovník věznice Mgr. J.D., který nás následně provázel vybranými částmi vězeňského zařízení. Do objektu věznice jsme vstoupili za přísných bezpečnostních podmínek, u sebe jsme mohli nechat pouze občanský průkaz.

Návštěva začala v autoparku, kde nám jeden ze zaměstnanců ukázal speciální autobusy pro přepravu jak vězňů samotných, tak justičního personálu a vysvětlil nám důvody častých převozů

vězňů i úskalí a komplikace takových akcí, a to na konkrétních případech. Dále nás tento pracovník informoval o možnosti zaměstnání u vězeňské služby, pracovních a finančních podmínkách.

Následovala návštěva vazební věznice. Prošli jsme si cestou, kterou musí absolvovat každý nově příchozí vězeň. V první cele odevzdá nový vězeň osobní věci, v další místnosti je podroben osobní prohlídce, a to pomocí speciálního zařízení, které zkontroluje obsah žaludku a pomocí speciálních cviků odhalí případné pašované předměty v jiných částech těla.

Po této prohlídce jsou vězni odvedeni do cel, které jsme si mohli prohlédnout. Byli jsme seznámeni s denním řádem vazebně trestaných a samotné trestané jsme mohli vidět za jednotlivými klatry na chodbách i na vězeňském dvoře. Následovala komentovaná prohlídka muzea. Od historických popravčích a mučičích metod, přes vězeňský systém rakousko-uherský/věznice byla otevřena v roce 1889/, období prvorepublikové a protektorátní, krvavé období let padesátých až po současnou podobu vězeňského systému u nás. Jeden z našich studentů se mohl posadit na speciální otočné křeslo, kde byli odsouzení fotografováni z různých stran, na křeslo, na kterém mimo jiné seděl Václav Havel či JUDr. Emil Hácha.



Nejemotivnější byla pochopitelně ta část expozice, kde se za místností, kde zasedal stanný soud oznamující pouze rozsudek smrti pro obviněné, objevila za závěsem tzv. sekýrárna s původní gilotinou a původními oprátkami na věšení odsouzených.

Při odchodu jsme zaslechli vtipnou glosu dvou bachařů na vězeňském dvoře: “Učte se pořádně, ať se tady nikdy neuvídíme!”.

Exkurze se setkala u studentů s velkým zájmem a ohlasem a dá se předpokládat, že i další studenti naší školy budou mít v budoucnu příležitost Vazební věznici Pankrác navštívit.

Mgr. Ivan Krejčí

Návštěva Dětského centra s komplexní péčí a podpůrnou rodinnou terapií

Ke konci školního roku, kdy je již uzavřena klasifikace a veškeré znalosti a dovednosti žákům předány a následně prověřeny, začíná období, kdy se třídní učitelé ptají svých žáků, jakou společnou akci si ještě před prázdninami uijeme. Třída 1. O projevila zájem navštívit kojenecký domov v Sulické ulici. Mě nápad velice potěšil, neboť do tohoto kojeneckého domova jsem jako žákyně zdravotnické školy chodila na praxi. Kojenecký ústav se nyní nazývá Dětské centrum s komplexní péčí a podpůrnou rodinnou terapií. Objekt se nachází v krásném zalesněném areálu v blízkosti Thomayerovy nemocnice, pod kterou i patří. Centrum poskytuje komplexní péči dětem ohroženým ve svém vývoji, včetně pomoci jejich rodinám. Personál zajišťuje péči lůžkovou, ambulantní a také terénní služby. Tým tvoří všeobecné sestry, dětské sestry, psycholog, fyzioterapeut, speciální pedagog, sociální pracovníce a lékař. Zařízení má bohatou historii, která se datuje do roku 1893, kdy Emil Pavlíkovský nechal postavit lázně na kraji lesa v tzv. Dolní Krči a objekty nazval „Radost“

a „Rozkoš“. Později byly postaveny další budovy „Orient“ a „Inka“. Všechny secesní vily, rozmístěné v parku patří v současnosti mezi chráněné objekty. Roku 1901 odkoupil, dr. Jan Šimsa psychiatr, který se zabýval fyzikální terapií, hypnózou a bojem proti alkoholismu areál i s přílehlými pozemky a zřídil zde nervové sanatorium. Od roku 1916 do roku 1918 byl celý objekt uzavřen a teprve v roce 1920 ho získal spolek Československé ochrany matek a dětí pro zřízení kojeneckého ústavu. Svoji činnost zahájil až v roce 1922. Tehdy bylo v ústavu 60 míst pro děti, každé oddělení mělo 20 lůžek. Byly zde bezplatná lůžka pro opuštěné kojící matky. K ústavu také patřila Škola péče o matku a dítě, která zahájila svou činnost v roce 1923. Zpočátku byla jednorozhodná, později se dvakrát do roka konaly šestiměsíční kurzy pro 18leté až 45leté ženy, které absolvovaly měšťanskou školu. Za 30 let svého působení vyškolili 2000 sester pro potřeby ústavní a soukromé. V této podobě fungoval ústav ještě po skončení 2. světové války. Kolem roku 1950 zařízení získalo název Kojenecký ústav. Náplň kojeneckého ústavu se rozšířila o péči o děti s postižením.

Nyní slouží pro děti od novorozeneckého období. Do centra jsou přijímány i nezletilé gravidní a kojící matky, které nemají stabilní rodinné zázemí, matky z dětských domovů, diagnostických ústavů, nebo matky, které se nemohou z různých důvodů vrátit do vlastní rodiny. Rovněž jsou do zařízení přijímány děti z komplikovaných sociálních prostředí, děti psychicky i fyzicky týrané, děti, jejichž rodiče jsou ve výkonu trestu. Jsou zde matky, které se rozhodly dát své dítě do osvojení a celou situaci utajit před rodinou, stejně tak jako matky s dětmi v akutním ohrožení. Dětské centrum s komplexní péčí a podpůrnou rodinnou terapií zajišťuje výchovné pobyty, pro nezkušené či simplexní matky v péči o dítě. Nabízí zácvik matky nebo otce o dítě s postižením, zácvik adoptivních rodičů nebo pěstounů v péči o dítě, zajišťují též diagnostické pobyty matek s psychiatrickou zátěží, abusem návykových látek v osobní nebo rodinné anamnéze,

nebo s podezřením či důkazem, že dítě matka zanedbávala či týrala. Jsou zde děti bezdomovců, běženců, děti nalezené nebo děti s drogovou anamnézou rodičů. Většina dětí je přijímána na základě usnesení soudu o předběžném opatření a o dalším osudu dětí rozhoduje příslušný soud. Pobyt je vždy přechodný a krátkodobý. Zařízení úzce spolupracuje s nestátním zařízením Střep, Sananim a s občanským sdružením Malíček.

Díky vrchní sestře jsme se nejen dověděli vše o činnosti ústavu, ale viděli jsme celý areál plným vzrostlých stromů, secesních budov areál, který je lákavým prostředím také i pro filmaře. Například se zde natáčel film Saturnin, Dým bramborové natě či jeden s dílů seriálu Hříšní lidé města pražského, Případ lichého střevíce.

Exkurze byla krásným společným zážitkem.



Mgr. Taťána Janíková

Školní kolo soutěže v První pomoci

Po dvouleté covidové odmlce jsme v závěru školního roku mohli vidět zásah soutěžních družstev u případů života ohrožujících stavů. Soutěže se účastnily družstva prvních a druhých ročníků. Žáci si ověřili svoje praktické dovednosti a znalosti, které se v průběhu roku učili



v první pomoci. Celkem jsme připravili 6 modelových situací. Žáci museli provést neodkladnou resuscitaci, ošetřit poleptání, pomoci ženě v hypoglykemickém kómatu, zastavit krvácení z břicha, ošetřit vyhrězlé střevní kličky, ochladit popáleniny či ošetřit amputovaný pahýl.

Nedílnou součástí soutěže je také příprava figurantů. Letos se této role zhostili žáci oboru zdravotnické lyceum a praktická sestra pod vedením Mgr. Ledera. Figuranti

simulující poranění byli dokonale namaskováni a přesvědčivě zahráli svoji roli zraněného. Svými hereckými výkony přilákali diváky nejen z řad žáků, ale i učitelů.

Soutěž zahájila paní ředitelka, která všem účastníkům popřála hodně štěstí a úspěchů. Následně si velitelé vylosovali pořadí soutěže a tím i modelovou situaci. Tříčlenná komise hodnotila praktické dovednosti, znalosti a schopnost se orientovat v situacích vyžadujících laickou první pomoc s cílem předejít rozvoji komplikací. Součástí celkového hodnocení bylo také kontaktovat zdravotnickou záchrannou službu a polici ČR.

První tři místa jsme ocenili diplomy a věcnými dary, ostatní žáci dostali trička s logem školy. Samozřejmostí pro všechny je drobná sladkost. Všichni soutěžící obdrželi potvrzení o účasti.

Na třetím místě skončili žáci třídy 1. B oboru praktická sestra, Nela K., Aneta R., Amálie Ř., Alena L., druzí byli žáci z oboru bezpečnostně právní činnosti Markéta P., Lucie M., Štěpánka K., Tomáš Č. Zvítězili žáci z oboru zdravotnické lyceum Tereza J., Šárka V., Viktorie P., Adam B.

Výhercům gratulujeme a všem účastníkům děkujeme za aktivní a příjemné prožití dopoledne.



Za PKLO Mgr. Taťána Janíková Taťána

Exkurze do IQLANDIE v Liberci – fyzika, chemie a biologie v praxi.

Ve čtvrtek 23. červen 2022 se uskutečnila pod vedením třídní učitelky Mgr. Stegbauerové a učitele fyziky Mgr. Luksche exkurze třídy 1. LA do IQLANDIE v Liberci.

Začátek a konec exkurze byl na autobusovém terminálu metra Černý Most, pohodlnou dopravu do Liberce a zpět do Prahy zajistil žlutý autobus Student Agency.

Program prohlídky IQLANDIE byl rozdělen do tří částí. V čase 9.30 - 11 hodin se žáci po



malých skupinkách seznámili s jednotlivými expozicemi. Nejvíce zaujala prohlídka zaměřená na člověka - seznámení s lidským tělem, na přírodní živly - ukázky ničivé síly přírody, na lidské smysly - otestování sluchu, zraku, hmatu a čichu.

Druhá část od 11 do 12 hodin byla vyplněna vzdělávací programem, který vedla lektorka IQLANDIE. Byl to soubor zábavných experimentů z fyziky a chemie Velká science show byla zaměřena na



chemické reakce, jejichž průběh byl doprovázen zvukovými a světelnými efekty.

V třetí části od 12 do 12.30 hodin zbyl čas na prohlídku expozic, kterou žáci nestihli v úvodním čase.

V závěru prohlídky jsme společně vyhodnotili přínos exkurze pro vyučované předměty a nejzajímavější exponáty, například se žákům třídy podařilo před IQLANDIÍ zvednout vystavenou Škodu Rapid o hmotnosti 1105 kg.

Mgr. P. Luksch

Klub mladého diváka

V loňské sezóně 2021–2022 na SZŠ Vinohrady opět po roční covidové přestávce působil Klub mladého diváka (KMD). 46 jeho členů z řad studentů naší školy mohlo navštívit tři inscenace na pražských scénách za 350 Kč, přičemž si žáci mohli na daný měsíc vybrat ze tří možných divadelních her uvedených v různých typech divadel. Autoři a díla byla volena jednak s ohledem na maturitní klasiku (Král Oidipús, Višňový sad, Nora, Utrpení mladého Werthera), zároveň se podařilo zajistit lístky i na žádané oddechové tituly (Oddací list v divadle Rokoko, Revizor, Sňatky z rozumu), nebo mohli naši žáci okusit silný umělecký zážitek náročného diváka (jedinečná

adaptace Spalovače mrtvol v Divadle D21 nebo zdařilé provedení Českého románu o Karlu Čapkovi v Divadle na Vinohradech). Zajímavý nádech získala skvělá adaptace protiválečného románu Vojna a mír v Divadle Komédie, tu totiž naši žáci navštívili večer před začátkem válečného konfliktu.

Členství v KMD přináší i možnost poznat různé typy divadelních scén od klasických velkých kamenných divadel (Národní divadlo, Divadlo na Vinohradech), přes zavedené menší scény (Rokoko, Divadlo Na Palmovce, Divadlo v Dlouhé), až po alternativní dramatické formy (Divadlo v Celetné, Divadlo D21).

Situaci v sezóně 2021–2022 poněkud ztěžoval COVID, protože žáci, ale i herci, odcházeli do nařízených karantén někdy i dvě hodiny před začátkem daného představení. Naštěstí se v naprosté většině případů podařilo zajistit náhradní lístky.

V letošním školním roce Vás zveme na čtyři představení za 500 Kč. Informace o přihláškách a podmínkách fungování členství v KMD můžete získat na nástěnce v prvním patře nebo u vyučující ČJL, jež má KMD na starosti (PhDr. Jarmila Veselá, kabinet ČJL ve třetím patře). Po odevzdání přihlášky do konce září a zaplacení členského poplatku se stanete členy týmu Klub mladého diváka 2022–2023 na Teamsech, kde pak budete průběžně informováni o inscenacích, které si můžete volit, či o představeních náhradních a provozních záležitostech klubu.

Žáci navštěvují běžná večerní představení samostatně.

PhDr. Jarmila veselá

Ústav patologie FNKV

V letošním školním roce se nám podařilo navázat spolupráci s patologickým ústavem FNKV. Žáci 4. ročníků zdravotnického lycea tak mají možnost účastnit se anatomické pitvy. Účast na exkurzi je zcela dobrovolná. Ročně proběhne na klinice cca 450 pitev. I když

počet pitev klesl, jejich význam se nijak nesnížil. I v dnešní době technických pokroků a moderních vyšetřovacích a zobrazovacích metod, klinickopatologická analýza úmrtí přispívá k rozšíření diferenciální diagnostiky. Jediný problém spočívá v tom, že není možné naplánovat exkurzi na přesně stanovené datum, jelikož exkurze je odvislá od těla, které je, nebo není k dispozici. Velmi zde oceňuji vstřícnost vedení kliniky. V době, kdy plánujeme účast žáků na pitvě, mi každý den paní vrchní laborantka v 7:00 posílá zprávu, zda pitva bude, či nikoli.

Žáci 4. LA i 4. LB projevili mimořádný zájem o exkurzi, která proběhla v březnu. Velmi vstřícně se žáků ujala vrchní laborantka paní



Mgr. Vadinská. Vysvětlila žákům, jak pitvy probíhají a poskytla jim ochranný oděv. V průběhu pitvy žáci projevili vysokou profesionalitu a se zájmem si prohlíželi pitvané orgány. Lékař, konající pitvu jim ukázal i patologické změny na orgánech. Většinu žáků překvapila velikost a váha jednotlivých orgánů.

Po pitvě nás paní vrchní laborantka provedla celou klinikou. Žáci měli možnost vidět zpracování biologického materiálu pro bioptické vyšetření od příjmu materiálu, přes fixaci, plátkování a barvení preparátů. Počet vyšetřených bioptických excisí dosahuje cca 60 000 preparátů ročně. Kromě běžných bioptických vyšetření, prováděných převážně pro pracoviště FNKV, slouží ústav jako superkonsiliární

pracoviště s celorepublikovým záběrem především v oblasti patologie zažívacího traktu, patologie mléčné žlázy, neuroendokrinních nádorů, nefropatie a dermatopatie.

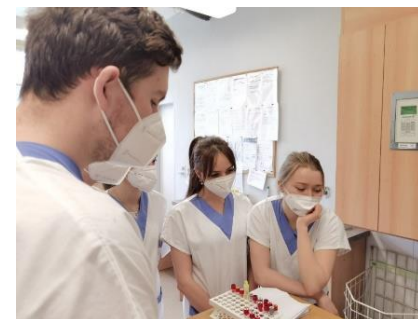
Myslím si, že se žákům na této exkurzi líbilo. Žáci získali vizuální představu o anatomickém uspořádání lidského těla a měli možnost prakticky aplikovat získané poznatky z předmětu somatologie. Dozvěděli se mnoho dalších zajímavých a užitečných informací, které dále mohou využít ve svém vzdělávání.

Mgr. Jitka Janíková

Exkurze v rámci praktické výuky ve FN Motol – třída 3. A

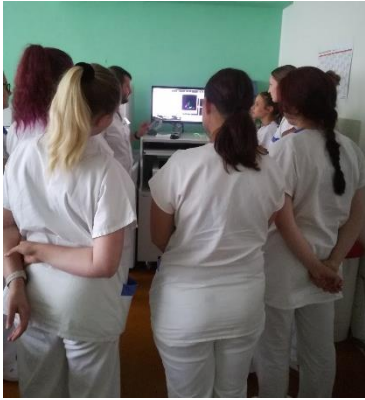
JIP – metabolická jednotka

Jednotka intenzivní péče na interní klinice – metabolická jednotka má 12 lůžek, z nichž na 4 je možné provádět umělou plicní ventilaci. Lékařský a ošetrovatelský tým zde pečuje o pacienty v těžkých stavech při interních onemocněních, akutních intoxikacích apod. Na metabolické jednotce se rovněž provádí široké spektrum eliminačních metod – kontinuálních i intermitentních. Žáci mají představu o intenzivní péči, která je poskytována pacientům, kteří byli přeloženi z tohoto oddělení na stanici, kde žáci během roku vykonávají praktickou výuku.



Oddělení krevní banky

Na tomto oddělení nás provázela Mgr. Hermine-Ecaterina Oswald, která nás seznámila s nejnovějšími poznatky v oblasti transfuzního lékařství. Toto oddělení zajišťuje nákup transfuzních přípravků pro



pacienty FN Motol, provádí nejen rutinní imuno hematologické vyšetření, ale i specializované (identifikace antierytrocytárních protilátek, typování antigenů aj.), dále zajišťuje prenatální vyšetření těhotných žen, ozařování transfuzních přípravků, autologní odběry plné krve před plánovanými operacemi, podílí se i na školení

mediků a laborantů. Léčba transfuzními přípravky je součástí léčby některých pacientů lůžkových oddělení nemocnic ale i součástí léčby v ambulantní péči. V mnoha případech transfuze zachrání pacientům to nejvzácnější – život. Podání transfuzních přípravků je potřebné u pacientů s těžkými úrazy, popáleninami, při mnoha operacích (ortopedických, kardiochirurgických, po transplantacích apod.), při léčbě zhoubných onemocnění, některých typů anémie, při výměnné transfuzi krve u novorozence, výjimečně i při intrauterinní transfuzi plodu, při léčbě poruch krevní srážlivosti, hemodialýze a u celé řady dalších onemocnění. Exkurze se nám všem moc líbila.

Biochemická a hematologická laboratoř ve FN Motol

V březnu navštívila další skupinka v rámci praxe Ústav chemie a klinické biochemie 2. LF UK ve FN Motole. Toto oddělení provádí široké spektrum laboratorních vyšetření z oblasti klinické biochemie, farmakologie, toxikologie, imunologie, endokrinologie aj. pro ambulantní a lůžková pracoviště FN Motol, ale i pro další pracoviště v rámci ČR i mimo ní.

V rámci červnové odborné praxe ve FN Motol se žáci ze tříd 3. A a 3. B dozvěděli zajímavé informace z oblasti hematologie. Oddělení

klinické hematologie je součástí komplementu FN Motol. Má dvě části: laboratorní a klinickou. Laboratoř provádí rutinní a speciální hematologická vyšetření pro FN, konziliárně i s nadregionální působností. Morfologická laboratoř je referenčním pracovištěm pro všechny hematologické malignity dětského věku v ČR. Oddělení poskytuje diagnostickou i léčebnou péči dospělým pacientům s hematologickými chorobami. Žáci se dozvěděli, jak je odpovědná jejich práce, protože pokud je odběr krve chybný, může ohrozit i správnou diagnostiku pacienta.

Mgr. Gabriela Anisová

Exkurze 2. ročníku oboru Praktická sestra

Transfuzní oddělení Fakultní nemocnice Královské Vinohrady

Transfuzní oddělení poskytuje doplňkové specializované služby především pro potřeby oddělení FNKV. Zajišťuje služby i pro jiné části Prahy a Středočeského kraje. Přichází sem dárce krve



nebo jejich složek. Oddělení provádí odběry krve a jejich složek formou aferézy (přístrojový odběr) nebo autologní odběry (pro autotransfuzi) před plánovanými operačními výkony.

Žáci na exkurzi viděli komplexní zpracování a vyšetření transfuzních přípravků, dále výrobu standardních transfuzních přípravků, jejich skladování a distribuci. Pracovištěm nás provázela vedoucí laborantka. Nejprve nám ukázala cestu dárce. Poté zpracování krve nebo jejich složek z pohledu laboranta. V rámci

předtransfúzního vyšetření nám ukázala základní a speciální imunohematologická vyšetření včetně testů kompatibility před výdejem transfúzních přípravků pro pacienty.

Pracoviště je náborovým centrem pro Český registr dárců krvinek – Praha IKEM a je součástí Národního registru dárců pro vzácné krevní skupiny. Žáci měli možnost vidět tyto transfúzní přípravky: červené krvinky, krevní destičky a plazmu. Přínos exkurze byl v tom, že si sestra pracující na oddělení dovede představit celý průběh transfúze – od ordinace lékaře po podání, včetně činnosti transfúzního oddělení. Zajímavé bylo seznámení s oceněním dárců krve – Krupěj krve, různé medaile prof. MUDr. Jana Jánského, Zlatý kříž Českého červeného kříže a Plaketa Dar krve.

Ústav lékařské chemie a klinické biochemie 2. LF UK a FN

Motol

Laboratoř provádí široké spektrum laboratorních vyšetření – biochemické, farmakologické, toxikologické, imunologické a endokrinologické. Vzorky zpracovává pro dospělé i dětskou část FN Motol, přijímá vzorky i z celé ČR i mimo ni. Provoz je nepřetržitý. Pracovištěm nás provázela vedoucí laborantka.

Žáci viděli příjem a kontrolu vzorků krve a moče k biochemickému vyšetření. Líbila se nám potrubní pošta, kterou přichází zabezpečené vzorky z celé FN Motol. Zajímavé byly přístroje propojené s počítačovou technikou, které zpracovávají vzorky různého biologického materiálu. Vedoucí laborantka vyzdvihla důležitost preanalytické fáze při odběru biologického materiálu a důsledky při zpracování doručeného vzorku.

Centrální laboratoře FNKV

Laboratoře provádí rutinní i speciální biochemickou, hematologickou, mikrobiologickou diagnostiku, diagnostiku alergických a jiných imunopatologických stavů.

Pracovištěm nás provázela vedoucí laborantka. Nejprve nás seznámila s příjmem a logistikou vzorků biologického materiálu. Zdůraznila pravidla BOZP a ochranu personálu proti infekci. První jsme navštívily **laboratoř klinické biochemie**, kde se provádí základní a specializovaná biochemická vyšetření ze zasláního biologického materiálu (např. krev, moč, stolice). Dále jsme viděly **hematologickou laboratoř**, kde se vyšetřuje krevní obraz a vyšetření hemostázy. Třetí laboratoří byla **imunologická a alergologická**, kde provádí imunologická a alergologická vyšetření krve. Dále **laboratoř genomické medicíny**, kde provádí genetická vyšetření. Poslední byla **mikrobiologická laboratoř**, která provádí bakteriologické kulturační a mikroskopické vyšetření, mykologické kulturační a mikroskopické vyšetření a parazitologické vyšetření z běžně získaných biologických materiálů. Důležitou součástí mikrobiologické laboratoře je stanovení citlivosti mikroba na antibiotika, antimykotika. Laboratoř spolupracuje s antibiotickým střediskem.

Exkurze žáků v laboratoři navazuje na učivo Odběry biologického materiálu. Pro žáky je přínosné vidět činnost laboratoří, mají poté ucelený pohled na práci s biologickým materiálem za účelem jeho vyšetření. Uvědomí si, jak je důležitá preanalytická, analytická i postanalytická část. Žáci si lépe představí náplň práce laboranta a jak je důležitá vzájemná spolupráce.



Klinika rehabilitační medicíny FNKV

Exkurze navazuje na poslední téma ve 2. ročníku Rehabilitační ošetrovatelství a Metody balneologie. Cílem exkurze je seznámit žáky s náplní činnosti rehabilitačních pracovníků a získání uceleného pohledu na léčbu různě nemocných, včetně léčby rehabilitační. Na klinice je lůžkové oddělení a dochází sem k rehabilitaci i ambulantní pacienti. Léčí se zde dospělí pacienti s vertebrogenními poruchami, neurologickými chorobami, pacienti po ortopedických operacích, úrazech pohybového aparátu a operacích páteře. V týmu pracují rehabilitační lékaři, fyzioterapeuté, ergoterapeuté, logopedi, psychologové a sociální pracovníci. Vedoucí fyzioterapeutka nás provedla různými ambulancemi, kde se provádí rehabilitační cvičení, např. elektroléčba, vodoléčba a masáže.

Centrum Paraple

Exkurze navazuje na téma Rehabilitační ošetrovatelství. Centrum Paraple bylo založené v roce 1994 Zdeňkem Svěrákem. Pomáhá lidem po náhle vzniklém poškození míchy ve věku od 15 let, aby mohli vést co nejplnohodnotnější života. Častou příčinou poškození míchy je autonehoda nebo sportovní aktivity. Hlavní službou centra je sociální rehabilitace postiženého, patří sem především pobytová sociální rehabilitace – poskytují 24hodinovou asistenční a zdravotnickou péči. Při pobytové sociální rehabilitaci pomáhají klientům se zvládnutím nové situace, se získáním nových nezbytných schopností a dovedností, tak aby mohly žít plnohodnotný život doma i v práci. V průběhu života, tak jak přicházejí nové životní výzvy, se sem mohou klienti vracet k opakovaným pobytům. Další službou je sociální poradenství, kdy klienti získají kontakty na různé služby. Dále centrum nabízí služby ergoterapeutické poradny. Pomáhají klientům s výběrem vhodné kompenzační pomůcky (např. elektrického či mechanického vozíku) a nácvikem běžných denních činností (např. přesun, polohování). Jako poslední nabízejí tematické či víkendové programy. Týdenní programy jsou zaměřené na vyzkoušení různých druhů pohybových aktivit po celé ČR, např. cyklistika, lyžování,

splouvání vody. Cílem je zvýšit soběstačnost a umožnit sportování, i když má klient hendikep. Víkendové programy jsou určeny pro rodiny, partnery. Zaměřují se na plánování rodičovství, partnerství, výchovu dětí rodičů na vozíku.

Žákům se líbilo zázemí centra (původně zázemí mateřské školy). Viděly, co vše může být bezbariérové. Velmi pěkné byly prostory rehabilitace a tělocvična, kde byly posilovací stroje uzpůsobeny různým postižením. Exkurzí nás prováděl rehabilitační pracovník, který byl sám na invalidním vozíku. Na závěr nám ukázal svoje auto uzpůsobené pro řízení pouze horními končetinami.

Exkurze – předmět První pomoc

Klinika anesteziologie a resuscitace (KAR) FNKV

Třídy 2. LA a 2. LB navštívily KAR v rámci výuky předmětu První pomoc – První pomoc při bezvědomí, hodnocení životních funkcí a postu při hodnocení stavu vědomí. KAR je rozděleno na tři úseky: první úsek – **anesteziologická péče** zajišťuje anesteziologickou péči na operačních sálech FNKV. Druhý úsek – **intenzivní péče** je provozovaný na dvou odděleních (celkem 21 lůžek). Nemocní zde potřebují částečnou nebo úplnou náhradu životních funkcí. Poslední úsek – **ambulance pro léčbu chronické bolesti** se věnuje léčbě pacientů s chronickou neztížitelnou bolestí nádorového i nenádorového původu.

Exkurzí nás provázely staniční sestry z anesteziologické a intenzivní péče. Anesteziologická staniční sestra žáky seznámila se základy anestezie. Zajímavá byla ukázka pomůcek pro zajištění dýchacích cest během operace. Ukázala nám přístroj ECMO, který se používá v době covidu a dialyzační přístroj. Staniční sestry z intenzivní péče nás provedly po obou odděleních, zaměřily se na přístroje monitorující základní životní funkce. Nahlédli jsme i na operační sál KAR.

Klinika popáleninové medicíny FNKV

Žáci 2. LA a 2. LB navštívili popáleninovou kliniku v rámci výuky předmětu První pomoc – Poškození teplem, chladem a chemickými látkami. Klinika je jedna z nejstarších specializovaných popáleninových pracovišť v ČR. Spolupracuje s 3. LF UK. Poskytují zde komplexní a kontinuální péči o nemocné s různými typy popáleninového traumatu. Poskytují péči všem věkovým kategoriím. Spádovou oblastí je celá ČR. Součástí exkurze byla i přednáška.

Exkurzí nás provázela vrchní sestra kliniky. Ukázala nám ambulantní trakt a oddělení dospělých. Žákům se líbilo pískové lůžko. Součástí exkurze byla přednáška zaměřená na úrazy způsobené teplem, chladem a chemickými látkami. Zmínila laickou i profesionální první pomoc, léčbu a dlouhodobou (často celoživotní) poutřazovou dispenzarizaci.

Chráněný kryt KO-17 FTN

Žáci třídy 2. LA a 2. LB navštívili podzemní kryt FTN v rámci výuky První pomoci – IZS, základní složky, jejich kompetence, způsoby aktivace, historie a současnost. Kryt slouží jako záložní zdravotnické pracoviště při nenadálých a krizových situacích, např. chemické nebezpečí. Kryt se začal stavět v 50. letech minulého století, jednalo se o veřejnosti utajený objekt. Až počátkem 90. let byl otevřen veřejnosti. Kryt byl aktivně využit pro seniory z Karlína při povodních v r. 2002, dále zde bylo v letech 1999/2000 provizorní detoxifikační pracoviště. Časté je využití při různých záchranných cvičeních hasičů, příslušníků PČR a pro natáčení filmů. Kryt má tři patra, kapacitu 170 lidí, úplné zprovoznění krytu je do 60 minut, poskytuje úplnou ochranu při plné izolaci od okolí po dobu 26 hodin.

Během exkurze jsme prošli všechny tři patra, zaujala nás atmosféra prostředí a kvalita vybavení. Zajímavé byly i operační sály a technické zabezpečení krytu.

Psychiatrická léčebna Bohnice

Léčebna je jedním z největších psychiatrických zařízení v ČR. Léčí se zde dětští i dospělí klienti s různými psychiatrickými diagnózami. Žáci třídy 2. LA a 2. LB ji navštívili v rámci výuky První pomoci – Akutní otravy, druhy a příčiny otrav a otravy návykovými látkami. Exkurze proběhla na pavilonu 18 – oddělení následné režimové péče pro muže léčící se ze závislosti na návykových látkách. Pracoviště má 40 lůžek. Staniční sestra nás seznámila s režimovou léčbou na oddělení, např. průběh skupinové vizity, denní režim klientů. Druhá část exkurze proběhla na pavilonu CT – Centrální terapie. Žáci zde viděli klienty při jednotlivých druzích terapie, např. práce se dřevem či papírem, výroba šperků, tkaní.

Den První pomoci ZŠ K Milíčovu Praha 4

Žáci oboru Zdravotnické lyceum 2. LA v rámci praxe zajišťovali a předváděli různé způsoby první pomoci žákům třech osmých tříd ZŠ.

Naši žáci pracovali na pěti stanovištích, kde předváděli jednotlivé postupy první pomoci, např. resuscitace, stavění krvácení, vypuzovací manévry při obstrukci dýchacích cest, ošetření zlomenin, popálenin, omrzlin a první pomoc při otravách, poranění jednotlivých částí těla.

Žákům naší školy a žákům ZŠ se akce líbila a aktivně navzájem spolupracovali.

Seminář z českého jazyka

V rámci projektu Šablony II dostali žáci, kteří se účastnili semináře Četba a interpretace literárních textů, možnost navštívit jimi vybraná divadelní představení. Ti, kteří toho využili, si přinesli zajímavé zážitky z Divadla Na Vinohradech, Divadla pod Palmovkou, Divadla v Dlouhé nebo Divadla Viola. V příloze posílám fotku našich studentek s panem Miroslavem Donutilem po jednom takovém představení v divadle Viola.

Mgr. Karel Čumpelík

A to je snad všechno. 😊

Přejeme všem krásné a dlouhé prázdniny

SZŠ Praha 10

Absolventi – školní rok 2021 / 2022

Obor ošetřovatel

3. O

třídní učitel: **Mgr. Irena Salavcová**

- | | |
|---------------------|-------------------------|
| 1 Hunderová Natálie | 6 Panenková Anna Helena |
| 2 Hychka Ivanna | 7 Siváková Leontína |
| 3 Klíma Matyáš | 8 Špačková Nikol |
| 4 Kolaříková Denisa | 9 Švecová Kristýna |
| 5 Koprivová Adéla | 10 Trantová Eliška |

Obor zdravotnický asistent

4. A

třídní učitel: **Mgr. Taťána Janošová**

- | | |
|------------------------|-------------------------|
| 1 Antušák Adam | 14 Hrdličková Tereza |
| 2 Bartáková Anna | 15 Hrubá Barbora |
| 3 Belzová Natálie | 16 Jelínková Natálie |
| 4 Beranová Dominika | 17 Jordánová Anna |
| 5 Černá Karolína | 18 Kadeřábková Vladka |
| 6 Dědičová Adéla | 19 Kolaříková Kristýna |
| 7 Dudková Denisa | 20 Kolářová Kateřina |
| 8 Farkasová Terézia | 21 Korbelová Barbora |
| 9 Hasmanová Nela | 22 Kosniovská Sára |
| 10 Havelková Eliška | 23 Kremlíková Anežka |
| 11 Havlíková Veronika | 24 Kšiňanová Barbora |
| 12 Hejlová Tais | 25 Ostashchuk Khrystyna |
| 13 Hrabánková Kristýna | 26 Tošner Stanislav |

4. B

třídní učitel: **Mgr. Jana Hromádková**

- | | |
|------------------------|---------------------------|
| 1 Ellmanová Tereza | 12 Stašová Josefína |
| 2 Lehnerová Kristýna | 13 Stojanovska Aleksandra |
| 3 Meisnerová Jitka | 14 Šimková Nikola |
| 4 Oulická Veronika | 15 Šlajsová Anna Marie |
| 5 Pařízková Nikola | 16 Šlehoferová Simona |
| 6 Pašajeva Varvara | 17 Šmídová Jana |
| 7 Procházková Kateřina | 18 Šťastná Barbora |
| 8 Ryvolová Michaela | 19 Štěpánová Anna |
| 9 Řeháková Natálie | 20 Tománková Barbora |
| 10 Schwabová nikola | 21 Tůmová Tereza |
| 11 Soukupová Tereza | 22 Valná Šárka |

Obor zdravotnické lyceum

4. LA

třídní učitel: **RNDr. Darina Balická**

- | | |
|--------------------|------------------------------|
| 1 Dvořáková Aneta | 12 Machová Kristýna |
| 2 Flašková Adéla | 13 Manychová Petra |
| 3 Garbuz Sofija | 14 Nováková Anna |
| 4 Grunclová Johana | 15 Sanoian Evelina |
| 5 Hátle Martin | 16 Soukupová Adéla |
| 6 Hotová Monika | 17 Šebík Jakub |
| 7 Jeřáb Matěj | 18 Škvárová Sabina |
| 8 Kopalová Lucie | 19 Velebilová Markéta |
| 9 Koroman Ervin | 20 Vystavělová Viktorie |
| 10 Kramskoy Viktor | 21 Weingartl Caroline Ingrid |
| 11 Kulyakina Diana | |

4. LB

třídní učitel: **Mgr. Jitka Janíková**

- | | |
|-----------------------|---------------------------|
| 1 Babyčová Anna | 11 Ježková Adina Gabriela |
| 2 Bakarát Lian | 12 Jiránek Michal |
| 3 Broučková Veronika | 13 Králíková Nikola |
| 4 Budinová Tereza | 14 Moravcová Viktorie |
| 5 Cibulková Julie | 15 Nováková Adéla |
| 6 Čavojová Veronika | 16 Poláková Alžběta |
| 7 Černyšová Alexandra | 17 Popovyč David |
| 8 Do Thu An | 18 Rothanzl Vít |
| 9 Gärtnerová Denisa | 19 Sklenková Věra |
| 10 Hromek Matouš | 20 Vosečková Sára |

Obor **bezpečnostně právní činnost**

4. BP

třídní učitel: **PhDr. Patrik Burda**

- | | |
|---------------------|------------------------|
| 1 Bárta Daniel | 15 Kučková Eliška |
| 2 Brom Matěj | 16 Leitnerová Anna |
| 3 Capratová Aneta | 17 Ling Sebastián |
| 4 Hýbnerová Tereza | 18 Petrová Nela |
| 5 Chábová Aneta | 19 Polnická Anna Marie |
| 6 Jánský Daniel | 20 Prošková Tereza |
| 7 Ježová Nikol | 21 Rilják Jakub |
| 8 Klásková Veronika | 22 Rödl Matěj |
| 9 Kolářová Darina | 23 Souček Marek |
| 10 Kordiak Samuel | 24 Tovarová Adéla |
| 11 Kouřimský Jakub | 25 Votrubová Kateřina |
| 12 Král Filip | 26 Zeman Daniel |
| 13 Krausová Jana | 27 Zemancová Klára |
| 14 Křížová Karolína | 28 Zídková Natálie |

Obor **sociální činnost**

4. S

třídní učitel: **Mgr. Barbora Hanusová**

- 1 Ambrožová Aneta
- 2 Jančárková Anežka
- 3 Mrkosová Aneta
- 4 Podroužková Andrea
- 5 Rakhunok Anastasiya
- 6 Tůmová Dominika

Obor **ortoticko – protetický technik**

4. T

třídní učitel: **Mgr. Barbora Hanusová**

- | | |
|--------------------|----------------------|
| 1 Bečková Eliška | 7 Kolář Tomáš |
| 2 Bordiian Artem | 8 Láska Martin |
| 3 Formánek Mikoláš | 9 Pačesová Johana |
| 4 Fořt Ondřej | 10 Strnad David |
| 5 Gaidoš Denis | 11 Tvrđíková Terezie |
| 6 Janoušek Jonáš | 12 Vašková Martina |

© Střední zdravotnická škola
Ruská 2200/91
Praha 10 100 00

Pořadí výtisku: 1. vydání
Měsíc a rok vydání:
Druh vazby: elektronická
Cena: bez prodejní ceny
Vydal kolektiv autorů

Redakční rada Ročenky:
PhDr. et Mgr. I. Kohoutová, Ph.D., RNDr. E. Chundelová,

Publikace nebyla jazykově a graficky upravena
Za správnost obsahu zodpovídají autoři kapitol
ISBN