

Ročenka 2019/2020



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.

V září 2019 jsem byla přesvědčená, že tento školní rok proběhne podobně jako všechny minulé. Ale opak byl pravdou, i když až do března 2020 vše probíhalo relativně dobře. Od ledna jsme všichni s obavami sledovali vývoj situace kolem onemocnění COVID-19 a děsila nás čísla nemocných a hospitalizovaných. Pak začaly přibývat i zlé zprávy o úmrtích a my jsme se začali bát, co přinesou další dny. Situace se nevyvíjela dobře a došlo k tomu, že v polovině března byla ukončena normální neboli prezenční výuka. Žáci se začali vzdělávat distančně a všem ve školství to přineslo velkou změnu ve způsobu výuky. Učitelé i žáci se museli ve velmi krátké době naučit co nejlépe a nejefektivněji užívat další možnosti vzdělávání pomocí počítačů a další techniky. Naučili jsme se (někdy i metodou pokusu omylu) využívat platformy jako MS Teams nebo Classroom Google, pomocí kterých jsme se žáky komunikovali a snažili se je naučit skoro všemu jako při normální výuce ve škole. Ne vždy jsme byli úspěšní tak, jak bychom si přáli.

Tento školní rok byl opravdu ojedinělý, nikdy před tím jsme se s něčím podobným nesetkali a byl pro nás opravdu velkou zkouškou. Myslím ale, že jsme školní rok zvládli se ctí a budoucnost ukáže, jak úspěšní jsme byli...



Září 2019

Třída 4. LA na Festivalu vědy 2019

Každým rokem se na Vítězném náměstí v Praze konal Vědecký jarmark. Již několik roků je pod názvem Festival vědy. Jako každý rok tam nechyběli ani naši studenti, oboru zdravotnické lyceum, dnes již ze třídy 4. LA.

Tentokrát nám přálo i krásné letní počasí. Vystavovatelů každý rok přibývá a tak je na co se dívat. Bohužel přibývá i návštěvníků ze základních škol, pro které tato akce není příliš určená.

Letos zde vystavovalo mnohem víc škol a firem než v minulém roce. Akce, která trvá celý den, představuje technické a přírodovědné obory interaktivním, zajímavým a zábavným způsobem. Většinu věcí si mohou návštěvníci osobně odzkoušet. Ve stáncích na ploše u Vítězného náměstí (u veřejnosti známé spíš jako Kulaťák) a v prostorách Národní technické knihovny bylo k vidění (i přes velké množství lidí) spoustu zajímavého. V zájmu našich studentů byly především školy, o kterých uvažují pro své budoucí studium. Vystavovala zde i Farmaceutická fakulta z Hradce Králové. Jedná se o školu, kam by mohli směřovat i naši absolventi, a tak se těšily velkému zájmu i ukázky bylinek užívaných k různým léčebným účelům. Své fakulty (lékařskou, přírodovědnou, sociálních věd, filozofickou a pedagogickou) zde prezentovala i Karlova univerzita.





K vidění byly i expozice například z Národního technického muzea, Městské policie hl. m. Prahy a záchranné služby. U několika stánků Vysoké školy chemicko-technologické jsme viděli využití různých polymerů a kovů pro zdravotnické účely. Umělými klouby začínaje a třeba prsními implantáty konče. Již tradičně zde byly zastoupeny i všechny fakulty Českého vysokého učení technického. Zájem našich studentů směřoval hlavně na Fakultu biomedicínského inženýrství. Nejvíce všechny zajímalo vybavení „záchranky“. Také o změření tlaku nebo jednoduchý rozbor krve byl mezi návštěvníky takový zájem, že fronta zájemců pouze měnila svou délku. Na stánku sousední stavební fakulty jste si pro změnu mohli zkusit postavit přehradu. Daly se zde



také koupit tzv. „Fantastické karty“, které rozvíjejí paměť, abstraktní myšlení a fantazii. Již tradičně zde byly k vidění v činnosti 3D tiskárny, na kterých si můžete vyrobit jakýkoliv výrobek. V čím dál větší míře se využívají i v lékařství na výrobu různých implantátů.

Pro účastníky akce bylo připraveno více než 100 interaktivních a zábavných expozic a populárně naučných přednášek. Pro výlet do Plzně jsme dostali inspiraci od Techmania Science Center. Jedná se o moderní centrum plné interaktivních exponátů, projekcí a experimentů, které si každý může vyzkoušet a osahat bez obav, že by něco rozbil. Lze zkoumat, pozorovat, otáčet, házet, objevovat, bavit se a při tom všem se současně učit. A na závěr jsme si zahráli na klavír z ovoce.



Ing. Libuše Skalická

2. LB na exkurzi v Prokopském údolí



Záhy po zahájení nového školního roku se vydala třída 2. LB se svými učiteli Mgr. Reiterem a Bc. Navrátilem do Prokopského údolí. Cílem bylo ujasnit si význam a možnosti ochrany přírody v takových velkých aglomeracích, jako je naše hlavní město. Území, které v nedávné minulosti bylo na samém okraji Prahy, je dnes obklopeno z jižní strany sídlištěm Barrandov a na severu sídlišti v katastru Prahy 13, jako je Velká Ohrada, Nové Butovice a další a je hojně využíváno jejich obyvateli k rekreaci, relaxaci a sportovnímu vyžití. Údolím vede naučná stezka s informačními panely.

Nadšený entomolog Bc. Navrátil vzal s sebou patřičnou výbavu – smýkačku, entomologické nádoby, biologické lupy a určovací klíče.

I přes značně pokročilé roční období- blížící se podzim - měli žáci možnost vidět zástupce pavoukovců (lovčík, běžník), škvorů a ploštic. Třídní učitel zase upozornil na dřeviny a byliny zde rostoucí a na konkrétní chráněná území, kterých je v Prokopském údolí několik (např. Butovické hradiště nebo Hemrovy skály). Kratší zastávka se konala v místech dnes již zaniklého klukovického koupaliště. Na jižním svahu nad ním lze pozorovat mimořádně bohaté a cenné společenstvo vápencové skalní stepi. Zajímavé rostlinné druhy z doby krátce po ústupu ledovce v době zalednění se zde střídají s rostlinami, které se do střední Evropy rozšířily ze submediteránní části kontinentu při pozdějším oteplení. Poslední úsek cesty vedl Dalejským hájem, v němž jsou přirozená a bohatá společenstva lesních dřevin, křovin a bylin.



Závěrečné připomenutí a shrnutí bylo o významu péče a ochrany přírody nejen pro současnou ale i budoucí generace Pražanů. Vždyť posezení u jezírka za hlubočepským vlakovým nádražím a pozorování života kolem působí jistě uklidňujícím dojem a je důležité, aby si nejen tady mohli odpočívat i jiní a aby si tato část Prahy uchovala i do budoucna svůj přírodní charakter.

Adaptační dny 1.0

Září je měsíc, kdy všichni školou povinní začínají nový školní rok. Někteří z nich jen pokračují ve studiu, ale pro některé je to začátek

nové etapy života, nových povinností a cílů, nových lidí kolem sebe a hlavně seznamování se s úplně odlišným prostředím a povinnostmi. A tak začalo září i pro všechny žáky 1.0, kteří se poprvé sešli, aby se pokusili změnit svůj dosavadní způsob života a aby se potkali s učiteli a spolužáky v nové škole.

Začátek je pro všechny vždy těžký, nejen pro žáky, ale i pro vyučující. Seznamování brání ostych, nesmělost, neznalost tváří kolem sebe. Nikdo si neví rady jak se oslovit, jak reagovat na ostatní, co říci v dané situaci, jestli je možné podělit se o starosti, nebo důvěřovat, spolehnout se, požádat o pomoc.

Období nejistoty může trvat pro někoho kratší dobu, ale pro někoho déle, nebo se nemusí zapojit vůbec a zůstane na okraji se svým trápením sám. A proto jsme začali nový školní rok tak, že jsme se pokusili toto období překonat, získat důvěru jeden v druhého, ulehčit si cestu k sobě tím, že jsme spolu jako třída strávili tři krásné zářijové dny plné her a úkolů. Tyto tři dny nám umožňovaly zprostit se nedůvěry, sprátnet se, požádat o pomoc, získat důvěru a sebevědomí.

První den jsme se rozhodli strávit v pražské zoologické zahradě s tím, že jsme měli v skupinách pracovat a získat co nejvíce informací o zvířatech žijících v zahradě a shodnout se na maskotu třídy. Maskotem třídy se stal plameňák, ale hlavně všichni odcházeli s tím, že se začali těšit na ten **druhý**.

Další společně strávený den začal ve Stromovce, nádherném parku, který poskytoval dost prostoru pro hry, které měly upevnit vztahy mezi jednotlivými žáky. Den to byl plný radosti a vzájemné spolupráce. Bylo vidět, jak mizí ostych a nedůvěra, jak se začíná prohlubovat přátelství. Všechno by bylo proběhlo bez mráček, ale zkazilo nám to zraněním jedné spolužačky. Ale i v této nelehké situaci žáci prokázali ochotu pomoc, empatii a lítost. Rozcházeli jsme se s obavami o zdraví jedné z nás.

Třetí den při příchodu byly nejdříve dotazy na zdraví a stav zraněné spolužačky a teprve po ujištění, že nejde o nic vážného, mohl poslední den začít. Tento den jsme strávili procházkou Prahy. Trasa byla vybraná tak, aby žáci načerpali něco z historie ošetrovatelství. Úkolem bylo najít a zaznamenat, jaké osobnosti nebo instituce spojené s ošetrovatelstvím a zdravotnictvím cestou potkali. Bylo to dost těžké, ale poradili jsme si a každá skupina se podělila o informace, které ostatní přehlédli. Byla to zábavná, ale i poučná cesta naší historií zdravotnictví. Na konci dne jsme se rozloučili s pocitem lítosti, že vše již končí. Ale před námi bylo mnoho dnů neznámých, na které se mohli těšit.

Mgr. Irena Salavcová

Imatrikulace 1. ročníku oboru Ošetrovatel

Adaptační dny byly za námi a my se mohli těšit na další událost, která byla pro nás neznámá a tak trochu tajemná. Imatrikulace.

To slovo bylo samo o sobě záhadné a vyvolalo řadu diskusí a úvah, jaké to bude, co mohu očekávat, jaké sdělení nám předají, a hlavně co si



obléci na sebe. Oblečení bylo hlavní téma nejen dívek, ale i chlapců. Tyto úvahy a hovory vyplňovaly celý ten dlouhý čas čekání.

Když slavnostní den konečně nastal a my se dohodli na čase a místě setkání, objevila se tréma a netrpělivost. Přesto se

nám podařilo i přes tyto překážky se dostavit na určené místo. Nejistotu nám zvyšovala pouze nedochvilnost některých z nás, kteří se v tento pro třídu tak významný den značně opozdili.

Obecní dům se zaplnil velkým shlukem učňovské mládeže z celé Prahy a my se obávali, že se vzájemně ztratíme v tom velkém množství mladých lidí a již se nenajdeme. Naštěstí se nám podařilo zůstat spolu a najít si vhodná místa, odkud jsme dobře viděli na celý program tohoto dne. Ten nás upoutal svou rozmanitostí a pestrostí. Na jevišti se střídala pestrobarevná vystoupení a my jsme tiše naslouchali a radovali se z krásných zážitků. Všichni jsme se těšili z příjemného dopoledne. Naši radost ještě umocnilo osobní přijetí zástupců třídy zástupci Magistrátu hlavního města Prahy a čestné diplomy. Snadno jsme se domluvili, koho vyšleme jako své zástupce, a pak jsme již s napětím čekali, jak nás budou reprezentovat, a byli jsme hrdi, když zaznělo jméno naší školy a třídy.

Rozcházel jsem se s pocitem dobře stráveného dopoledne a těšili se na příští den, kdy budeme moci své zážitky sdělit ostatním a podělit se o naši radost.

Mgr. Irena Salavcová

Jazykový kurz ve WALESU

V září tohoto školního roku se vypravila skupina 32 žáků se svými učiteli na kurz anglického jazyka do velšského Cardiffu. Žáci si díky tomuto projektu zdokonalovali jazykové kompetence po celou dobu pobytu. Byli totiž ubytováni ve velšských



hostitelských rodinách, se kterými každý večer probírali konkrétní témata, která jim zadávali doprovázející vyučující anglického jazyka.

S hostitelskými rodinami naši žáci diskutovali o jejich každodenním životě, možnostech pracovního uplatnění mladých lidí, oslavách tradičních svátků, jako jsou Velikonoce či Vánoce, což bylo hlavním tématem celého projektu. Kromě toho navštěvovali výuku anglického jazyka ve velšském hlavním městě, kterou vedli rodilí Velšané, takže k procvičení a zdokonalování anglického jazyka se žákům naskytla ideální příležitost. Výuka probíhala ve velmi přátelské atmosféře a učitelé naše žáky chválili za jejich vědomosti, zájem o učení a aktivitu během výuky.

Návštěvu Walesu jsme však využili i k poznávání realití. Během našeho pobytu jsme navštívili mj. pohádkový hrad Cardiff Castle, Port of Cardiff, což je supermoderní přístav a multifunkční stadion Principality Stadium, kde nám průvodce ukázal sedadlo, ze kterého její výsost Alžběta II. sledovala fotbalové utkání. Zájemci z řad žáků se tak mohli vyfotit na neobvyklém místě.



Veliký dojem na žáky udělalo rovněž setkání s prehistorickou památkou Stonehendge a návštěva známé jeskyně Cheddar Cave, ve které byl poprvé vyroben po ní pojmenovaný sýr.



Velšskou přírodu jsme mohli obdivovat v Národním parku Snowdonia, ve kterém jsme se dostali parním vláčkem až na samotný vrchol hory Snowdon. Cestou jsme potkávali spoustu volně se pasoucích, spokojených ovcí. Od místních lidí jsme se dozvěděli, že je jednou za rok svázejí do údolí, kde je brigádníci z Nového Zélandu ostříhají, zbytek roku se o sebe stáda starají sama.

Velkým zážitkem pro nás všechny byla i návštěva Londýna, ve kterém jsme strávili skoro celý den. Kromě pěší procházky po historickém centru jsme navštívili Westminsterské opatství, Tower of London a lehký křižník HMS Belfast, který sloužil mj. tři roky v období druhé světové války.

Ještě je dlužno zmínit naši cestu z Britských ostrovů. Pluli jsme do Amsterdamu trajektem, jehož cesta trvala asi 16 hodin. Většina žáků spala poprvé v životě v lodních kajutách a cestovala lodí takto dlouhou dobu také poprvé.

Co říci závěrem?

Celý zájezd se moc vydařil, měli jsme i krásné počasí a naši žáci byli z pobytu nadšení. Do Prahy se vrátili plni zážitků a nové slovní zásoby, takže jsme se domluvili na další návštěvě Britských ostrovů zase v příštím školním roce.



RNDr. Dagmar Kenkušová

Ocenění zákyň naší školy

Na začátku nového školního roku došlo k velmi milé události. Ředitelka školy předala žákyním ze 4. ročníku oboru bezpečnostně právní činnost ocenění za jejich příkladnou aktivitu během povinné souvislé praxe. Moc děkujeme za dobrou reprezentaci školy.



ČOV – exkurze

Třída 3. LB absolvovala hned na začátku září exkurzi v areálu Čistírny odpadních vod, Praha 6 - Bubeneč a to v rámci environmentální výchovy. Žáci oboru zdravotnické lyceum tato témata probírají v přírodovědných předmětech jako například chemie apod., ale vidět areál ČOV a slyšet odborný výklad pracovníka této ČOV je nezapomenutelný zážitek.

Ještě před samotnou exkurzí v hlavní budově areálu byli žáci poučeni o bezpečnosti a byli rovněž vybaveni reflexními vestami. Náš odborný průvodce areálem nám sdělil, že se nacházíme v tzv. Staré čistírně odpadních vod v Praze – Bubenci a že se jedná o průmyslový objekt. Dále jsme se z jeho slov dověděli, že se již v roce 2010 tato staříčka, ale stále výkonná čistírna odpadních vod, stala národní kulturní památkou. Nedávno, v roce 2016, byl této historické budově – Staré čistírně odpadních vod v Praze – Bubenci udělen také certifikát „kotevní bod organizace Evropské cesty průmyslového dědictví“, a tak se Praha může pochlubit, že Stará ČOV patří mezi nejvýznamnější průmyslové památky Evropy.

Po tomto hezkém a poutavém úvodu jsme dostali odpovědi na otázky typu, co to vlastně čistírna odpadních vod je a k čemu slouží a také jaké procesy odpadní vodu čekají, aby mohla zase vytéct do Vltavy vyčištěná. Mimo jiné jsme se dověděli, že ČOV tvoří soustava zařízení, která čistí odpadní vodu nejen z průmyslových podniků, ale i ze zemědělské výroby a z domácností. „Odpadní voda“ byla pracovníkem ČOV definována jako voda, jejíž kvalita byla zhoršena právě člověkem, tedy lidskou činností.

Stará čistírna odpadních vod je stále funkční a vysoce výkonná. Odborný pracovník, který nás areálem provázel se po historii areálu ČOV zaměřil i na současnost a na procesy při čištění odpadních vod. Stará čistírna odpadních vod vyčistí až 97 % veškeré odpadní vody



z Prahy. Viděli jsme hrubé předčištění odpadní vody, poté mechanické čištění vody – šlo o lapače písku a šterku, následně jsme se zastavili u tzv. sedimentační nádrže, v níž se odehrává poslední fáze mechanického čištění vody, kde se primární surový

kal usazený na dně, čerpá přes mokrou jímku do vyhnívacích nádrží. Procesy v aktivačních nádržích čistí odpadní vodu od doby, kdy přiteče na čistírnu, do doby, kdy vyčištěná voda odteče do Vltavy. Tento proces trvá cca 8 hodin a největší zdržení má odpadní voda právě v aktivačních nádržích, kde se zdržuje 5-6 hodin, aby se odbouraly všechny nežádoucí látky. Každá ČOV musí být tzv. zaočkována kalem, tzn., že kal se musí do čistírny dovézt, musí se do vody pustit a nechat rozmnožit. Toto musela udělat ČOV znovu, právě po povodních v roce 2002, kdy byla ČOV až 15m pod hladinou vody a aktivace byla vyplavena do okolí. Těchto aktivačních nádrží je v areálu ČOV celkem 40. Zaujaly nás také dosazovací nádrže a regenerační nádrže. V dosazovacích nádržích probíhají poslední fáze biologického čištění vody a v regeneračních nádržích se nechávají bakterie odpočinout, a i když nemají žádné živiny, je jim tzv. provzdušňováním dodáván kyslík. Regenerační nádrž má hloubku až 12 m, zde se bezpečnosti věnuje zvýšená pozornost, protože kdyby tam nějaký člověk spadl, tak už mu není pomoci, zůstaly by po něm jen zuby.

Všichni účastníci exkurze vyhodnotili exkurzi jako velmi zajímavou, cíl exkurze byl splněn, exkurze v areálu ČOV přiblížila nám všem složení odpadních vod a procesů, kterými odpadní voda při čištění prochází.

Jediné, co nás trápilo všechny, byl nepříjemný zápach na některých místech, ale ten k čištění odpadní vody patří!

Mgr. Darina Vichrová

Účast na Bodyfestu 2019

Žáci 2. ročníků studijního oboru zdravotnické lyceum se zúčastnili hned v úvodu nového školního roku 1. ročníku Bodyfestu, který se konal v prostorech bývalé Pragovky ve Vysočanech.

Výstavní prostory byly zaplněny spoustou stánků, v nichž měli naši žáci možnost vyzkoušet si resuscitaci, získat aktuální informace o významu očkování, výskytu infikovaných klíšťat a nových možnostech léčby jimi přenášených infekčních nemocí. Především děvčata zaujala expozice s přípravky a pomůckami týkajícími se péče o předčasně narozené děti, nabídka léčivých přípravků, krémů a pleťových masek. Opomenuty nebyly ani stánky se zdravou výživou. Novinkou je zajisté rostlina Moringa olejodárná rostoucí na Filipínách a označovaná jako „zelený diamant“. Produkty s jejími pro organismus blahodárnými účinky byly na akci rovněž k zakoupení. Jedná se o čaje, kořenící směsi a kapsle, které podporují lymfatický systém, podporují rovnováhu pH v žaludku, pozitivní náladu, přirozenou obranyschopnost a mají mnohé další příznivé účinky pro lidské tělo. Některé z našich žáků zaujala i přednáška o drogách a v místě setkání organizované workshopy. Účast skupiny žáků naší školy na této akci lze hodnotit jako přínosnou a už teď ji lze doporučit do budoucna k návštěvě pro další třídy a ročníky studentů.

"Měsíc krve" ve FN Motol

Exkurze – Oddělení klinické hematologie

Dne 20. září 2019 měla třída 2. A možnost navštívit v rámci předmětu ošetrovatelství a klinická propedeutika hematologickou laboratoř.

Úvodem se žáci obeznámili s problematikou krve jako takové, i významnými historickými milníky v oboru hematologie. Výstava byla věnována i objeviteli krevních skupin



Janu Jánskému. Předseda sdružení HAIMA CZ, z.s., ochotně informoval žáky o tomto spolku, který je na bázi dobrovolnosti. Sdružuje občany, kteří chtějí pomáhat dětem s onemocněními krvetvorby. Sídlem HAIMY CZ je Klinika dětské hematologie a onkologie FN Motol v Praze. Poté se žáci vydali cestou až do hematologické laboratoře. Měli možnost nahlédnout odborníkům pod mikroskopy a zjistit, co se odehrává za dveřmi hematologické laboratoře. Viděli, jak vypadá hodnocení krevního obrazu, práce s analyzátory či krev pod mikroskopem. Důraz byl kladen i na správný odběr krve, což je pro sestry velmi důležité.



Mgr. Jana Hromádková



Uklidme Česko

Do úklidové akce, která vstupuje do povědomí občanů České republiky - „Uklidme Česko“, se aktivně zapojila Střední zdravotnická škola v Ruské ulici. Úřad Prahy 10 zorganizoval akci „Uklidme Prahu 10“ a žáci školy výzvu pojali jako „Uklidme okolí naší školy“.



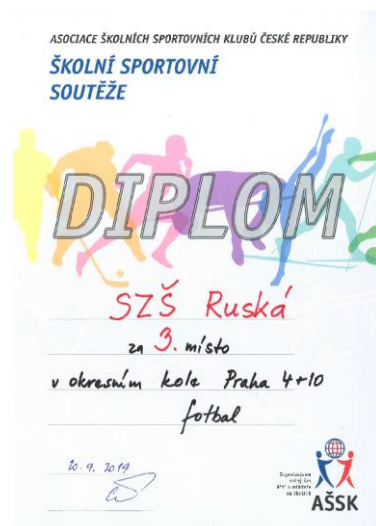
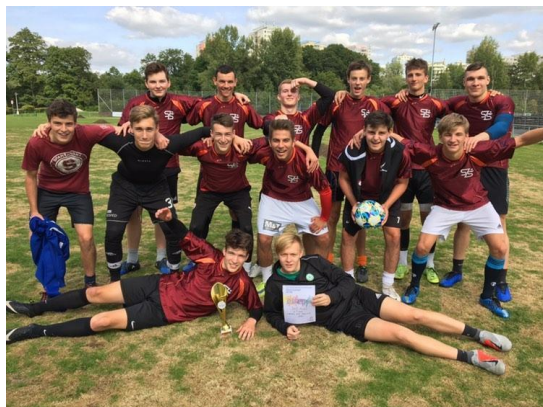
Zhruba padesátka žáků 2. ročníku ze tříd 2. BP a 2. LB vybavená košťaty, smetáky, hráběmi, lopatami, ochrannými rukavicemi, reflexními vestami a pytli na odpad aktivně pracovala v okolí školy ve středu 25. září. Nedopalků od cigaret, obalů od žvýkaček a bonbónů, všelijakých papírků a jiných nečistot včetně suché trávy a padajícího podzimního listí bylo všude dost, nejen na chodníku před školou a v části areálu FN Královské Vinohrady. Značně problematické je i okolí autobusové zastávky v těsné blízkosti školy. Zde si čekající cestující s odhozením drobných papírků a „vajglů“ hlavu opravdu nelámou. Do úklidových prací se zapojila i naše paní ředitelka. Některým méně šikovným děvčatům názorně předvedla správný postup při úklidu, čímž zapůsobila na žáky výchovně. Okolo půl desáté se černé pytle na odpad začaly plnit. Chodník před školou včetně travnatých ploch v okolí prokoukl a bylo by dobré, kdyby nějakou dobu v takovémto stavu i vydržel.

O významu a užitečnosti této akce není pochyb, a tak bude dobré si úklid nejen příští rok, zopakovat. Je potřebné pravidelně a trvale pořádek a čistotu na veřejných prostranstvích udržovat stejně, jak to jistě všichni činíme doma. I když ne všichni v Praze 10 bydlíme, tak

v této městské části, ve škole a jejím okolí trávíme značnou část dne.
Tak ať je nám tu dobře

Okresní kolo Praha 4 a 10, fotbal

Dne 20. září se naši žáci zúčastnili okresního kola ve fotbale. Získali úžasné 3. místo.



Říjen 2019

Krajské finále atletického středoškolského poháru

Žáci se dne 2. října 2019 zúčastnili krajského středoškolského poháru. Počasí nám po celou dobu závodu přálo a nedošlo k žádnému vážnějšímu úrazu. Celým závodem se nesla soutěživá, avšak přátelská nálada. Naši dorostenci se umístili na 15. místě z 19 družstev a dorostenky na 14. místě z 19 družstev.



Zde je možné nahlédnout na pořadí jednotlivých závodníků:

<https://online.atletika.cz/vysledky/40850>

Minifotbal

Dne 4. října 2019 se naši žáci zúčastnili okresního kola v kopané ve sportovním areálu Pražáčka. Po jasném postupu ze skupiny se ve finále utkali o první místo v turnaji a ve hře byl i postup do dalšího kola. Nicméně po srdatém boji prohráli a obsadili druhé místo. Poděkování patří všem hráčům za předvedený výkon.

Mgr. Jiří Taichman, učitel TV

Procházka Prahy s bezdomovcem

Na konci minulého školního roku se naše třída rozhodla pro placenou exkurzi - Procházka Prahou s bezdomovcem. Celou akci tehdy zajišťovala agentura Pragulic. S bezdomovcem Karimem jsme tehdy absolvovali „procházku“ Prahou, seznámili jsme se s místy, kde se bezdomovci setkávají, nocují, a hlavně s jejich životem na ulici.

V říjnu se na stejném místě ocitáme podruhé. Svůj slib jsme dodrželi. Přinesli jsme dva stany, tři spacáky, teplé bundy a nějaké léky a obvazový materiál. Víme, že to neřeší problém bezdomovectví v ČR, ale jsme šťastní, že jsme mohli alespoň trochu pomoci lidem v nouzi a nic nás to nestálo. Odcházíme odtud s dobrým pocitem, že pomáhat lidem je velmi snadné a dobrý skutek ještě dlouho hřeje u srdce.

Třída 4. B, Mgr. Tereza Johnová

Exkurze na oddělení centrální sterilizace Fakultní nemocnice Motol

Dne 7. října 2019 se třída 1. A zúčastnila exkurze na oddělení centrální sterilizace ve Fakultní nemocnici Motol. Vrchní sestra Jitka Zimolová nás provedla celým oddělení centrální sterilizace. Vysvětlila nám, jak jednotlivé úseky a přístroje fungují, na co si musejí zdejší pracovníci dávat pozor a co vše musejí znát.

Oddělení centrální sterilizace FN Motol je specializované pracoviště, které zajišťuje sterilizaci a přípravu zdravotnických materiálů určených k opakovanému použití. Toto oddělení zajišťuje mimo samotnou sterilizaci zdravotnických pomůcek a materiálů také předsterilizační přípravu pro celou Fakultní nemocnici Motol. Celý proces předsterilizační přípravy i konečné sterilizace je prováděn na základě přísných předpisů v souladu s platnou legislativou. Úspěšnost celého procesu je kontrolována sterilizačními indikátory.

Na začátku celé exkurze jsme se museli převléknout do pracovních oděvů a pak už prohlídka oddělení centrální sterilizace mohla začít. Nejdříve nás vrchní sestra dovedla k místu, kde si pracovníci přebírají již dekontaminované zdravotnické pomůcky a nástroje k předsterilizační přípravě. Dále exkurze pokračovala k mycím automatům, kde probíhalo první mytí nástrojů a pomůcek. Následně jsme došli k sterilizátorům určeným k fyzikální a chemické sterilizaci a v poslední části nám vrchní sestra ukázala, jakým způsobem se balí a kompletují nástroje určené pro operační sály.

Pevně věřím, že tato exkurze žákům přiblížila nepostradatelnost sterilizace v praxi a důležitost dodržování jednotlivých postupů v boji s nozokomiálními nákazami.

Mgr. Tereza Blechová

Exkurze na ošetrovací jednotce III. Interní - kardiologické kliniky Fakultní nemocnice Královské Vinohrady

Exkurze na ošetrovací jednotce Kardiologické kliniky Fakultní nemocnice Královské Vinohrady se zúčastnila třída 1. A rozdělená na dvě poloviny ve dnech 15. a 16. října 2019. Jednotlivými úseky této kliniky nás provedla staniční sestra stanice D Bc. Jana Wolfová. III. interní – kardiologická klinika FNKV úzce spolupracuje s Kardiochirurgickou klinikou FNKV a zajišťuje komplexní lůžkovou i ambulantní péči. Hlavním cílem této kliniky je diagnostika a terapie onemocnění srdce a krevního oběhu.

Exkurze začala právě na stanici D, kde nás nejdříve staniční sestra seznámila s prostředím této ošetrovací jednotky a následně nás informovala, jak celá klinika funguje. Součástí tohoto oddělení je jednodenní stacionář, který má k dispozici 6 křesel. Na stacionář

docházejí pacienti k ambulantním výkonům a do propuštění jsou sledováni sestrami sloužícími na oddělení.

Celá klinika je rozdělena do pěti divizí. Divize akutní kardiologie poskytuje specializovanou péči pacientům s různými kardiovaskulárními nemocemi. Divize intervenční kardiologie, jejíž součástí je právě stanice D. Divize neinvazivní kardiologie zahrnuje echokardiografickou laboratoř, CT, ergometrii a standardní kardiologickou ambulanci. Pro pacienty s arytmií je určena Divize arytmiologie a poslední je Divize angiologie, která zajišťuje péči pacientům s onemocněním periferních žil a tepen. Mimo stanici D nás staniční sestra také provedla koronární jednotkou a zavedla nás na katetrizační sály.

Exkurze žákům přiblížila prostředí a chod ošetrovací jednotky v reálném provozu.

Mgr. Tereza Blechová

STAŇTE SE JEDNÍM Z NÁS – Jeden den ve službě pražského policisty

Na 15. října 2019 připravilo Krajské ředitelství policie hl. města Prahy speciální workshop, jehož smyslem a cílem bylo seznámit studenty bezpečnostně právních oborů pražských škol s profesí policisty, s běžnými i speciálními činnostmi, které příslušníci jednotlivých složek denně vykonávají.



V úvodním slově zástupce Krajského ředitelství policie upozornil také na personálně neutěšený stav naší policie, a tak zdůraznil, že připravená akce má také nabídnout budoucím absolventům středních škol zajímavé povolání. V rámci tohoto workshopu byla studentům nabídnuta možnost

vykonání fyzických testů. V případě úspěšného zdolání těchto testů získali studenti certifikát, který jim na dobu jednoho roku složení této zkoušky bude potvrzovat, což se v případě nástupu k policii ČR po maturitě může dobře hodit.



Akce se konala v prostorách **Muzea Policie České republiky** a jejím okolí. Ze Střední zdravotnické školy Ruská se akce zúčastnily maturitní třídy bezpečnostně právních oborů 4. BA a 4. BB. Obě třídy vytvořily dva šestičlenné týmy, jejichž členové se potom aktivně podíleli na činnostech jednotlivých pracovišť. Oba týmy si zaslouží náš obdiv za dobrou reprezentaci naší školy. Ostatní studenti se mohli jednotlivých zaměstnání zúčastnit a v rámci možností si vše vyzkoušet.

Účastníci workshopu postupně prošli následujícími pracovišti:

- Odbor služby pořádkové policie
- Odbor služby dopravní policie
- Cizinecká policie
- Odbor kriminalistické techniky a expertíz /daktyloskopie, balistika, dokumentace, trasologie/
- Speciální pořádková jednotka
- Poříční policie
- Pohotovostní motorizovaná jednotka.

Studenti se tak například seznámili s prací ve speciálním Schengenbusu, který je vybaven nejnovější technikou na odhalování falešných dokladů, prohlédli si a vyzkoušeli nejnovější výstroj a výzbroj Pohotovostní motorizované jednotky a to včetně provedení služebního zákroku – zadržení ozbrojeného pachatele v neosvětleném

sklepním prostoru. Na stanovišti dopravní policie si vyzkoušeli radar na měření rychlosti a postup při dokumentaci dopravní nehody. Velmi atraktivní stanoviště pro studenty bylo místo, kde policisté vysvětlovali použití a výcvik služebních psů. Součástí tohoto stanoviště byl také zákrok služebního psa na pachatele, který si naši studenti v roli pachatelů mohli na vlastní kůži vyzkoušet.

Na konci workshopu byly vyhlášeny výsledky kvízu, kterého se mohli studenti zúčastnit a který se týkal teoretických znalostí v oblasti práva a kriminalistiky.

Policisté na jednotlivých stanovištích velice otevřeně a lidsky mluvili o své práci a ochotně zodpovídali všechny dotazy. Celá akce tedy mimořádně zajímavým způsobem přiblížila policejní profesi a nabídla tak budoucím absolventům bezpečnostně právních oborů povolání, které je pro naši společnost čím dál tím více potřebné.

Mgr. Ivan Krejčí

Přespolní běh

Na fotografii si můžete prohlédnout účastníky závodu.



Bílá pastelka

Veřejná sbírka Bílá pastelka, jejíž výtěžek jde na aktivity podporující samostatný život nevidomých, se konala 16. října 2019. Sběrka proběhla téměř po celé republice.



V tento den lidé v ulicích potkávali dobrovolníky v bílých tričkách, kteří jim předali symbolickou bílou pastelku za příspěvek do kasičky v hodnotě minimálně 30,- Kč. Nově bylo možné zakoupit pastelku i bezhotovostně prostřednictvím QR kódu umístěného na pokladničce. Vybrané peníze se používají například na výcvik vodicích psů, na sociálně právní poradenství pro nevidomé, na výuku práce s náročnými kompenzačními pomůckami, na vydávání časopisů v Braillově písmu nebo ve zvukové podobě a na další speciální služby pro zrakově postižené.

Z naší školy se prodeje pastelek zúčastnili žáci tříd 3. LA a 3. LB, vytvořili 15 dvojic (ev. trojic). Každá skupina měla u sebe plnou moc od SONS (Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých), kasičku s QR kódem označenou číslem, dále pastelky a též malé kalendáře jako upomínku pro osoby, které do sbírky přispěly. Skupiny studentů prodávaly pastelky na přesně určených stanovištích po celé Praze, každý měl přes osobní oblečení bílé tričko s logem sbírky. Místa prodeje pastelek v tomto ročníku byly pro naše studenty následující (většinou okolí metra): 2x Anděl, Českomoravská, Kobylisy, Ládví, Na Knížecí, Na Poříčí, Na Příkopě, 2x Palmovka, Ruská ulice, Střížkov, Újezd, Vršovická ulice a OC Hostivař.

Po skončení prodeje dvojice odevzdaly pokladničky do pražské organizace Tyfloservis v Krakovské ulici. Výsledek celé akce, množství peněz vybraných našimi studenty, byl po celorepublikovém sečtení

oznámen na naši školu kontaktní osobě Mgr. Ramešové a následně předán studentům prostřednictvím jejich třídních učitelů. Za pomoci sbírky se studenti naší školy mohli podívat na Den otevřených dveří do pražského Tyfloservisu, kde byly pořádány přednášky o životě nevidomých a slabozrakých.

Všem zúčastněným, studentům i vyučujícím, patří velké poděkování za spolupráci a účast na společensky prospěšné akci.

Mgr. Dana Ramešová

Přednáška neziskové organizace Rosa

Dne 17. října 2019 proběhla na Střední zdravotnické škole Ruská přednáška organizovaná neziskovou organizací Rosa.

Tato organizace se zaměřuje na problematiku domácího násilí, a to zejména na násilí vedené proti ženám. **Rosa – centrum pro ženy z.s.** poskytuje sociální poradenství v informačním a poradenském centru a to včetně telefonické krizové pomoci. Centrum také poskytuje ohroženým ženám pomoc formou azylového ubytování s utajenou adresou.

Přednášku vedly paní Marie Vavroňová, ředitelka spolku a paní Zdena Pokorná, zástupkyně ředitelky této organizace. Studenti byli nejprve seznámeni s činností a s aktivitami této organizace a poté se



přednáška věnovala konkrétním případům z praxe. Vzhledem ke studijní orientaci naší školy, soustředily se přednášející na, pro naše studenty zajímavé téma, a to na násilí vedené vůči zdravotnickému personálu, či vůči příslušníkům jiných

záchranných složek. Instruktažní video, které přednášející průběžně komentovaly, podrobně radilo zdravotníkům, jak se mají zachovat v konkrétních situacích. Umět rozpoznat agresora podle prvotních, pro laika těžko rozpoznatelných, příznaků počínající agresivity, je jistě důležitá schopnost, kterou mohou ocenit budoucí profesionálové ale také laická veřejnost.



Přednášky se zúčastnily všechny letošní maturitní třídy. Zájem studentů o přednášku, jejich dotazy, byly dokladem toho, že celou akci můžeme hodnotit jako přínosnou a zajímavou.

Mgr. Ivan Krejčí

Tichý svět



Nasloucháme neslyšícím

Dne 24. října 2019 naši školu navštívili zástupci organizace Tichý svět. Třídy 2. LA, 2. LB a 2. B se zúčastnily zajímavé přednášky, kde byli žáci seznámeni se světem neslyšících a nedoslýchavých. Všechny informace nám předala mladá žena, která se narodila jako neslyšící, prostřednictvím tlumočnice. Popsala nám práci organizace, která poskytuje podporu, aby se neslyšící a nedoslýchaví lidé mohli lépe začlenit do společnosti. Pomoc spočívá v tlumočnických službách (návštěva lékaře, vyřizování na úřadech, ...), služba „tichá linka“ (online tlumočení do znakového jazyka, online přepis mluvené řeči), a další aktivity jako Tichá kavárna a Tichá cukrárna, Tiché zprávy.

Tichá kavárna a cukrárna je první pražská kavárna s neslyšící obsluhou. V této kavárně pracují pouze neslyšící zaměstnanci – číšníci, kuchaři a cukráři.

Dalším bodem bylo seznámit žáky se spisovnou a nespisovnou znakovou řečí. Vše bylo velice poučné a přínosné, protože s neslyšícími lidmi se můžeme setkat každý z nás.

Mgr. Jan Hromádková

Doba genová zavítala na SZŠ Ruská

Těsně před podzimními prázdninami se vypravila třicítka žáků 4. ročníků s vyučujícím biologie do Nové budovy Národního muzea na výstavu „Doba genová“.

Jednou větou by se dala výstava vyjádřit asi tak, že rozlohou malá plocha byla zcela naplněna spoustou zajímavých informací.

Genetika jakožto vědní obor učinila v posledních desetiletích obrovský krok kupředu.



Vždyť výzkum a poznání složení DNA je využíván díky své jedinečnosti v každém organismu v mnoha medicínských oborech, ale také kupříkladu v kriminalistice při objasňování závažných

trestných činů. Na výstavních panelech byly k vidění tváře mnoha významných českých i zahraničních genetiků, kteří stáli u zrodu a rozvoje tohoto oboru, bylo možno se seznámit se strukturou, složením a významem nukleových kyselin, které hrají v genetice významnou roli a je na nich tato věda de facto postavena. Žáci viděli moderní přístroje a názorně se seznámili s postupy získávání vzorků

DNA z živých organismů. Interaktivní ukázka dějů, které probíhají v buněčném jádře – replikace, transkripce a translace dala žákům také mnohem víc než jen pouhý výklad a prezentace v běžné hodině biologie.

V době naší návštěvy v odpoledních hodinách nebyl již k dispozici vzhledem k obrovskému zájmu dostatečný počet pracovních listů, které mají možnost návštěvníci postupně vyplnit na základě informací získaných pozorným čtením a porozuměním údajům z vystavených dokumentů a exponátů. O ty pracovní listy, které na naše žáky zbyly, byla téměř „rvačka“, což mě jakožto doprovázejícího učitele potěšilo. V následujících dnech jsem ocenil i sestavený model DNA, který bylo nutno předem z pracovního listu vystřihnout a poté správně sestavit tak, aby byl jako ve skutečnosti, jednotlivé části do sebe zapadaly dle komplementarity dusíkatých bází a vytvořily známou dvoušroubovici. Pro laika možná úkol značně složitý, ale naši „čtvrťáci“ jej vcelku hravě zvládli. Zhotovení papírového modelu vlastníma rukama přece jen dalo trochu práce a bylo třeba se zamyslet. Modely se stanou v brzké době součástí výzdoby odborné učebny biologie ve škole.

Výstava byla rozhodně přínosem a doplněním aktuálního učiva probíraného v hodinách biologie, kterým je právě v 1. pololetí 4. ročníku genetika.

Listopad 2019

Národní technické muzeum – výuka jinak

Žáci třetího ročníku oboru Zdravotnické lyceum dne 13. listopadu 2019 rozvíjeli své matematické, fyzikální a chemické kompetence v Národním technickém muzeu v Praze.

Všichni žáci i učitelé byli po vstupu do budovy vyzváni, aby si odložili své bundy a kabáty do šatny, aby tak v klidu začali s prohlížením vystavených exponátů.

Naše první kroky vedly do části budovy, kde se vystavují historické dopravní prostředky. V hale s dopravními prostředky na nás z blízkosti dýchala historie. Naši pozornost nejdříve upoutaly historické automobily, které byly konstruovány s citem pro krásu, většina byla vybavena spalovacím, anebo parním motorem. Dalšími, velmi obdivovanými exponáty – byly motocykly. Motocyklů jsme si prohlédli mnoho, jednalo se o motocykly zhruba od konce 19. století až po současnost.

Prohlídku vystavované železniční techniky, ale také prohlídku historických letounů pověšených u stropu 1. patra a koš plynového balonu nevynechal nikdo z nás. Přemýšleli jsme nahlas nad tím, jak byli lidé odvážní v té době, kdy je konstruktéři sestavili, a nebáli se posadit do tak malých letounů a vykonávat dálkové přelety. Zvláštní kouzlo měla i kola pro dvě či tři osoby. Exponáty v Národním technickém muzeu ukazují na rychlý vývoj všech druhů dopravy, hlavně však automobilové, letecké, motocyklové, lodní a také železniční dopravy.

Poté jsme se přesunuli do části pavilonu, kde se vystavují exponáty týkající se astronomie. Viděli jsme upravený interiér do podoby nekonečného prostoru vesmíru, plného hvězd a hvězdiček. Nejstarším exponátem v této části je meteorit z roku 2005 nalezený v Argentině, jeho stáří odborníci odhadují na přibližně 5 000 let. V jiné části astronomické výstavy se nacházely astronomické přístroje používané v astronomii v různých časových obdobích zhruba od 15. století do 19. století. Obrazovky s animovanými a dokumentárními filmy přibližují nonstop návštěvníkům, jak se používají astronomické přístroje a pomůcky.

Fotografický ateliér nám přiblížil vývoj fotografie, její uplatnění, význam a také vliv na společnost. V ateliéru návštěvník najde

fotografické přístroje, dobové rekvizity jako například nábytek. Součástí fotografického ateliéru je i malované pozadí, šatna, prostě všechno, co k fotografickému ateliéru náleží.

Pokud má návštěvník pocit, že je unavený, může si odpočinout, pobavit se a také zabavit v Herně Merkur. Herna je v blízkosti expozice Hutnictví a Hornictví. Hraví návštěvníci si mohou hrát se stavebníci, dále také s počítačovými hrami apod. a ti úplně nejmenší návštěvníci mohou vidět různé večerníčky.

Cílem expozice Chemie kolem nás je ukázat lidem hlavně souvislosti s jinými obory. Tato část představuje významné osobnosti oboru chemie, například prezentuje se zde práce významného českého chemika – Jaroslava Heyrovského, který obdržel v roce 1959 Nobelovou cenu za objevení polarografu. Rovněž se zde prezentuje práce rodiny Otto Wichterleho. Otto Wichterle vynalezl měkké kontaktní čočky, takže je vědcem světového formátu. Optikou se zabývalo několik generací jeho rodiny.



Velmi zajímavou zastávkou byla expozice Měření času. Zde je zachycen vývoj hodinářství od vlády Lucemburků. Věnuje se zde pozornost i výrobě hodin a my jsme viděli, že výroba hodin je velké umění. Žáci měli možnost vidět hodiny, které byly vyrobeny ručně, ale

také jinými technologiemi. Součástí expozice je trojrozměrná audiovizuální projekce a ta přibližuje hezkou, nevtíravou formou čas i měření času v nejšířších souvislostech.

Expozice „Cukr a čokoláda“ nám přibližuje zase úroveň cukrovarnictví. Cukr za dob Československa představoval velmi důležitý vývozní artikl a právem se cukru říkalo „bílé zlato“. V Česku se cukrová řepa pěstovala ve velkém, na velkých plochách a cukrovar byl pomalu v každém větším městě nebo v jeho okolí. Cukrovarníci se finančně podíleli na otevření NTM.

Uvítali jsme i možnost občerstvení v prvním podzemním podlaží. V kultivovaných místnostech mohli žáci dobít svou energii a pokračovat v dalším prohlížení výjimečných exponátů. Někteří žáci byli tak zvědaví, že po vyměřeném čase na prohlídku v Národním technickém muzeu se s námi učiteli rozloučili a pokračovali dál v prohlížení a rozvíjení svých znalostí nejen z matematiky, fyziky a chemie.

Mgr. Darina Vichrová

Dětské centrum Paprsek



Dne 14. listopadu 2019 jsme se třídou 2. B navštívili Dětské centrum Paprsek v Praze Hloubětíně. Jedná se o modelové zařízení komplexní péče o děti, mládež a dospělé se závažnými a kombinovanými postiženími. Toto centrum poskytuje i pomoc rodinám postižených klientů. Jsou zde klienti od patnácti let a nejstaršímu klientovi je 40 let.

Při exkurzi jsme se zúčastnili činností jako fyzioterapie, která zahrnovala kondiční tělocvik, individuální fyzioterapii (Vojtovu metodu), vířivou koupel. Naši žáci se také mohli zapojit do cvičení a vyzkoušet si jednotlivé metody.

Další zajímavý bod této exkurze bylo psychologické vyšetření jednoho klienta a řešení problémů jak v DC Paprsek, tak i v domácím prostředí. Přihlíželi jsme zapojení klienta do výběru oblečení. Byli jsme svědky logopedického cvičení, které nám bylo prakticky předvedeno. Viděli jsme zde terapii podle Marie Montessoriové, která zahrnuje rozvoj smyslů, rozvoj praktických dovedností uživatele, zdokonalení jemné motoriky, nácvik pracovního a učebního chování, zmírnění poruch chování. Tato terapie se odehrává ve velké místnosti, která je uspořádána podle barev a materiálů. Samozřejmě si i naše studentky vyzkoušely svoji tvořivost a smysl pro estetiku.

Žákyně byly také seznámeny s různými polohovacími pomůckami, s kterými se ve zdravotnických zařízeních nesetkají. Dětské centrum Paprsek pořádá i hodiny muzikoterapie, arteterapie, individuální kontakty se psem, pobyty v přírodě, o kterých nám bylo vyprávěno, a studentky se ve svém volném čase mohou zapojit do některých zmíněných aktivit.

Exkurze se nám všem velice líbila a každý z nás se zamyslel nad tím, že jsou mezi námi bohužel lidé, kteří jsou plně odkázáni na pomoc druhých.

Mgr. Jana Hromádková

Studenti SZŠ Ruská „U BERLÍNSKÉ ZDI“

V květnu roku 1946 na univerzitě v americkém Fultonu v Missouri pronesl Winston Churchill projev, ve kterém vyslovil své přesvědčení o tom, že svět bude rozdělen na Východ a Západ a že nás čeká další válka (Cold War).



V období poválečného nadšení a optimismu mu mnozí nevěřili, ale jeho věta: ***“From Stettin in the Baltic to Trieste in the Adriatic, an iron curtain has descended across the Continent.”*** platila na dalších více než 40 let.

K výročí pádu železné opony připravil Pražský hrad v areálu Letohrádku královny Anny výstavu

fotografií, které popisují tyto třicet let staré události. Hlavní část výstavy je umístěna ve dvou patrech letohrádku a mapuje události v tehdejším Československu, zejména situaci v Praze a v Bratislavě. V zahradě letohrádku jsou umístěny panely s fotografiemi, které popisují pád totalitních režimů v jednotlivých socialistických státech. Nádherné fotografie předních českých a slovenských fotografů (Jaroslav Kučera, Herbert Slavík, Jindřich Štreit, Karol Kallay) a fotografů zahraničních (Cvetan Tomcev, Chris Niedenthal), doplňují videopanely, které skvělým způsobem přibližují atmosféru doby. Před vchodem do letohrádku stojí maketa berlínské zdi, snad nejvýstižnějšího symbolu studené války.

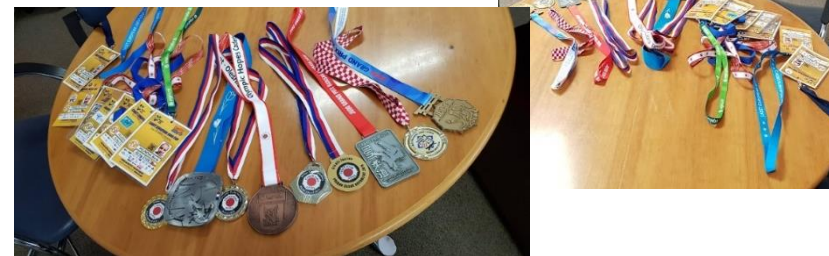
Výstavu navštívilo postupně mnoho tříd naší školy a jsem přesvědčen, že tato příjemná forma vysvětlení historických událostí, přispěla k pochopení doby, o které dnešní generace studentů slyší jen z vyprávění svých rodičů a prarodičů a historky o frontách před Tuzexem na jeden druh džínsů, které potom nosila celá Praha, historky o nemožnosti sednout v Ruzyni na letadlo a letět do Barcelony na zápas Slavie, ... to jsou pro dnešní generaci studentů historky jen stěží pochopitelné a uvěřitelné, a právě proto má tato výstavu svůj nepopiratelný význam.



Mgr. Ivan Krejčí

Velké úspěchy naší žákyně

Žákyně druhého ročníku oboru bezpečnostně právní činnost Anna Marie P. je velmi úspěšná při své mimoškolní sportovní činnosti. Pochlubila se nám svými medailemi, které získala při turnajích v judu. Je to již úžasná sbírka.



Gratulujeme a přejeme mnoho dalších úspěchů!!

Spolupráce s Fakultní nemocnicí Motol – Světový den Stop dekubitům



Dne 21. listopadu 2019 FNM pořádala preventivní kampaň s názvem **STOP dekubitům**. Této akce 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



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

Mgr. Gabriela Anisová

30. výročí sametové revoluce

V průběhu měsíců října a listopadu 2019 se studenti naší školy zúčastnili několika akcí, kterými si připomněli třicáté výročí sametové revoluce.

Nejprve si studenti tříd 2. LA a 2. LB vyslechli **Čtyři příběhy revoluce**, komentované promítání o průběhu sametové revoluce, doplněné aktivizačními metodami. Cyklem nás prováděl Michal Šmíd, správce portálu Paměť národa, který je součástí Ústavu pro studium totalitních režimů. Pan Šmíd je mimochodem bratrem Martina Šmída, kolem kterého se v listopadu 1989 rozšířila fáma, že zemřel po zásahu na Národní třídě.

Během měsíce listopadu se dalších 11 tříd účastnilo dvou druhů exkurzí. První z nich byla dočasná výstava v Letohrádku královny Anny,



nazvaná **1989: Pád železné opony**, která se věnovala příčinám, průběhu a důsledkům pádu komunistických režimů v celé středovýchodní Evropě.

Zahrada kolem letohrádku byla přímo poseta informačními panely, které pomocí fotografií, videí a krátkých popisků seznámily studenty s pádem Berlínské zdi (jejíž maketa v reálném měřítku vévodila u vstupu na výstavu), tak i s krvavým průběhem revoluce v Rumunsku, která skončila popravou diktátora Nicolae Ceaușesca a jeho ženy Eleny.

Interiér letohrádku byl věnován výlučně československým dějinám. Někteří studenti byli překvapeni, že se sametové revoluce účastnili i tak známí herci jako byl pan Kemr, pan Brzobohatý nebo je pan Bartoška.

Druhou exkurzí byla návštěva **Muzea komunismu** na Náměstí republiky, které v rámci oslav výročí zcela výjimečně umožnilo studentům vstup zdarma. Studenti obdrželi pracovní listy, se kterými jsme v průběhu prohlídky průběžně pracovali. Zjistili tak, proč po druhé světové válce značná část československé populace podlehla planým slibům této totalitní ideologie, jak a proč se v 50. letech vedly politické procesy, seznámili se s životem a dílem Milady Horákové i jiných obětí komunistické zlovůle. Pochopili skutečné důvody, které vedly ke vzniku železné opony, seznámili se s uvolněním poměrů během Pražského jara, s normalizací, Chartou 77 a přirozeně i sametovou revolucí. Na závěr jsme si prošli typickou prodejnu socialistického realismu s velmi omezeným výběrem zboží a pevnými

cenami a shlédli krátký dokument, popisující události v letech 1988 -1989.



V týdnu před 17. listopadem si pak všichni studenti i zaměstnanci školy vyslechli krátký projev, který upozornil na odkaz sametové revoluce a obsahoval i aktuální apel do budoucna.

Mgr. Karel Markvart

Soutěž v plavání středních škol

Dne 27. listopadu 2019 se v prostorách Sokola Praha - Královské Vinohrady uskutečnila soutěž v plavání. Závodily organizované pro žáky středních škol oboru Bezpečnostně právní činnost.

Zúčastněné školy:

- SPSCH Pardubice
- TRIVIS- SŠV a VOŠ PK a KŘ, Praha, s.r.o.
- TRIVIS- SŠV, Ústí nad Labem, s.r.o.
- VPŠ a SPŠ MV Praha
- VOŠZ a SZŠ 5. května, Praha 4
- SOŠ a SOU Dubno
- ESOZ Chomutov
- **SZŠ, Ruská 2200/91, Praha 10** (organizátor akce)



Jedinci soutěžili v různých kategoriích, dívky/ kluci, v disciplínách znak 50m, prsa 50m, volný způsob 50m. Skupinově si síly změřili všichni zástupci škol a soupeřili vzájemně v disciplíně „Štafeta 15min volný způsob“.



Nejllepší odraz a nejrychlejší plavkyně své kategorie Terka v první dráze

Výsledky byly vyhlášené zvlášť pro každou kategorii a každou disciplínu. Na závěr, po sečtení bodů za úspěšnost, vzniklo celkové pořadí škol:

1. místo: ESOZ Chomutov
2. místo: VPŠ a SPŠ MV Praha
3. místo: TRIVIS - SŠV a VOŠ PK a KŘ, Praha, s.r.o.
4. místo: TRIVIS - SŠV, Ústí nad Labem, s.r.o.
4. místo: **SZS Ruská, Praha**
4. místo: SPCH Pardubice
7. místo: VOŠZ a SZŠ 5. května, Praha
8. místo: SOŠ a SOU Dubno

Vítězové jednotlivých kategorií obdrželi medaili, diplom a věcné ceny- šejkre, první tři místa ze všech škol dostala i hezkou trofej v podobě vítězného poháru.



Dream Team SZŠ Ruská ve své plné parádě

Po ukončení závodů a vyhlášení výsledků byly učitelům jednotlivých škol rozdané dotazníky. Pro účastníky sportovního dne bylo k dispozici občerstvení v podobě pitného režimu, chlebíčků, ovoce a sladkostí pro doplnění energie rychlými cukry. Ke zranění, nebo jiné zvláštní negativní události, nedošlo.

Mgr. Rudolf Rondzik

Prosinec 2019

TŘÍDNÍ PROJEKT: Pomoz mi poznat Tvůj svět

Dne 2. prosince 2019 uskutečnili žáci 2. ročníku a několik vybraných žáků 1. ročníku oboru sociální činnost akci v rámci třídního projektu na téma: Pohádkové Vánoce.

Akce se konala na Základní škole speciální Starostrašnická, která se nachází v blízkém okolí SZŠ Ruská. Žáci sami přišli s nápadem vyzkoušet si aktivizační činnosti v reálném prostředí speciální školy a zjistit, co obnáší skutečná práce s dětmi se zdravotním postižením. Žáci ze třídy 2. S se zapojili do přípravy projektu již od samého začátku. Na základě diskuze jsme odhlasovali název projektu a název akce. Stanovili jsme předběžný plán akce a její náplň. Formulovali jsme také cíle projektu,

určili koordinátory a rozdělili úkoly, které kdo bude při přípravě a realizaci akce plnit. Ukázalo se, že největším oříškem bylo specifikovat program akce, tzn. vymyslet konkrétní aktivizační činnosti a připravit a zorganizovat vše potřebné pro její realizaci. Výběr termínu akce nebyl zcela náhodný. Den nato, tedy 3. prosince, si totiž připomínáme **Mezinárodní den zdravotně postižených**. *Poprvé byl vyhlášen v roce 1981 Valným shromážděním Organizace spojených národů. Česká republika se k tomuto významnému dni přidala poprvé v roce 1993. Každoroční oslava si klade za cíl podporovat porozumění tématice zdravotního postižení. Rovněž se snaží zvýšit povědomí o přínosech, které integrace osob se zdravotním postižením přináší do všech aspektů politického, společenského, hospodářského a kulturního života.*

Projekt byl sice inspirován předchozími myšlenkami, avšak pro nás bylo nejdůležitější, aby měl význam především pro naše studenty, pro jejich osobnostní a profesní rozvoj. Hlavně aby měli příležitost teoretické znalosti uplatnit v praktických činnostech a přímém kontaktu s klienty.

Naším úkolem bylo vymyslet a realizovat aktivizace pro všechny žáky školy, kteří tvořili relativně heterogenní skupinu, jak věkově, tak co se týče úrovně schopností a dovedností. Aktivitu jsme rozdělili do čtyř dílniček, přičemž každá byla zaměřená na jiné pohádkové téma. Charakter cílové skupiny vyžadoval, aby v každé dílně byly minimálně dvě činnosti s různou náročností a pokud možno variabilní, aby je bylo možné přizpůsobit specifickým potřebám dítěte. Navíc jsme se snažili, aby byly aktivity pestré – to znamená, že jsme rozvíjeli motoriku (hrubou a jemnou, koordinaci pohybů), kognitivní funkce (smyslové vnímání, paměť, pozornost, myšlení, představivost a fantazii) a sociální dovednosti (komunikaci a spolupráci). Myslím, že nakonec se nám podařilo namíchat směs aktivit, ve které si každé dítě našlo činnost, kterou samo nebo s podporou zvládlo a která ho zaujala.

Do ZŠ jsme dorazili v 8:00 a pilně se věnovali přípravě dílen. Program jsme zahájili podle plánu v 9:00 v tělocvičně školy, kde jsme se sešli se všemi žáky, jejich asistenty a dalšími pedagogickými pracovníky. Děti se rozdělily do skupinek a postupně obcházeli jednotlivé dílničky, kde se jim věnovali dva naši studenti. Za splnění úkolu byly děti odměněny razítkem na pohádkovou kartu. Velkou pomocí, jak pro děti, tak pro naše studenty, byla přítomnost asistentů, kteří děti podporovali při činnostech a našim studentům poskytovali užitečné rady. Na závěr programu jsme si společně zazpívali vánoční koledy s doprovodem kytary a orffových nástrojů. Celou akci jsme zakončili besedou na půdě naší školy, kde si žáci tříd 2. S a 1. S mohli formou diskuze předat své pocity a zkušenosti z práce s handicapovanými dětmi.

Setkali jsme se s pozitivními ohlasy a pozitivním přístupem všech zúčastněných dětí i dospělých. Poděkování patří všem, kteří se podíleli na přípravě a realizaci projektu nebo nám poskytli podmínky pro jeho uskutečnění.

Mgr. Barbora Hanusová

Exkurze do Anatomického ústavu UK - třída 4. B

V prosinci jsme si domluvili exkurzi do Anatomického ústavu 1. lékařské fakulty UK. Znalost anatomie a vlastností lidského těla je součástí všech oborů medicíny, ale také jejich příbuzných oborů. Anatomie na středních zdravotnických školách je zaměřena nejen na poznávání základních vědomostí k pochopení funkce lidského těla, ale také na patologii chorob. Ta je velmi důležitá k vyhledávání ošetrovatelských problémů u nemocných a tvorbě ošetrovatelského procesu nutného pro práci asistenta, zdravotníka a praktických sester. Rozhodli jsme se tedy, že v rámci této exkurze si zopakujeme anatomické poznatky k blížící se maturitní zkoušce.

Anatomický Ústav je přímou součástí UK a nachází se v ulici U nemocnice přímo na Karlově náměstí. Patří mezi nejstarší muzea,



U nemocnice přímo na Karlově náměstí. Patří mezi nejstarší muzea, která uchovávají takto staré anatomické preparáty. Sbírkou je zde zcela mimořádná. První kolekce vznikla již v 18. století. Exponáty jsou neustále doplňovány a obměňovány. Jsou určeny především k výuce medicíny, pro posluchače lékařských fakult, ale mohou je navštěvovat také lékaři, nelékařští zdravotničtí pracovníci a po domluvě i žáci středních zdravotnických škol či široká veřejnost. Hned v úvodu jsme byli uvítáni naší průvodkyní, paní lékařkou, která nás provedla celou expozicí a odpovídala na zvědavé dotazy našich studentů. Nutno říci, že také prověřovala jejich vědomosti. Paní doktorka Procházková vyučuje anatomii na LF UK a při jejím zajímavém výkladu to bylo jasně patrné.

Výklad začal v první místnosti, kde se nacházejí exponáty obratlovců. Muzeum je poměrně malé, ale o to je jeho sbírka pestřejší. V největší míře jsou zde zastoupeny kostní exponáty. Je potřebné zdůraznit, že všechny exponáty jsou reálné. Osteologický materiál pochází z cca 1000 jedinců různého stáří, nejvíce z období 13. až 18. století. Poučili jsme se o tom, jaké jsou rozdíly mezi kostrou primátů a člověka a také diferenciací mezi kostrou muže a ženy. Osteologický soubor je zde pozoruhodně zpracován, podle antropologických pravidel. Po zkoušce z rozpoznávání jednotlivých kostí jsme se zaměřili na jejich patologii. Viděli jsme kosti napadené tuberkulózou, které se dříve trefně říkalo kostižer. Dále jsme byli upozorněni na kostní nádory, zlomeniny způsobené úrazem či metabolickými chorobami. Exkurze pokračovala popisem a ukázkou jednotlivých útrobních orgánů. Setkali jsme se s řezy orgánů, ale i s celými částmi těla. Mohli jsme se na ně nejen podívat, a také si je přímo osahat. Viděli jsme srdce s našitými bypassy, ledvinu

poškozenou hydronefrózou, zaprášenou plíci, dělohu s myomem nebo mozek napadený Parkinsonovou chorobou.

Studenti se snažili aplikovat všechny znalosti a musím říci, že většinu otázek byli schopni zodpovědět s přehledem. V druhé části expozice, která se věnuje hlavně srovnávací anatomii, jsme si prohlédli kostry a orgány všech zástupců obratlovců, tedy nejbližších příbuzných člověku. I tato sbírka byla velmi zajímavá. Nachází se zde například nenarozené plody s vrozenými vývojovými vadami, se srdeční chorobou či genetickými syndromy. Exkurze zde byla velice poučná, nejen pro žáky, ale i pro mě jako pedagoga. Hodně jsme se zde dozvěděli a zopakovali si nabyté vědomosti. Věřím, že se to bude hodit především u maturitní zkoušky či dalšímu studiu žáků na vysokých školách

Mgr. Tereza Johnová

Exkurze do K-centra

V průběhu prvního pololetí letošního školního roku se studentky třetího a čtvrtého ročníku oboru Sociální činnost v rámci předmětu sociální péče zúčastnily odborné exkurze do Kontaktního centra Sananim na Praze 5. Toto zařízení poskytuje služby uživatelům návykových látek, jejich blízkým i širší odborné veřejnosti.



Klientelou K-centra jsou uživatelé nealkoholových drog starší 15 let, pravidelní nebo injekční uživatelé opioidů či stimulantů. S rodinnými příslušníky a blízkými osobami pracují pouze v rámci případové práce svých klientů. U klientů, s kterými není pracovník schopen navázat bezpečný a profesionální vztah (agrese, apod.), si pracovník vymíňuje nepracovat s klientem, i když spadá do cílové skupiny.

Hlavním posláním této sociální služby je minimalizovat zdravotní a sociální rizika u populace uživatelů nelegálních návykových látek, a tím současně chránit většinou populaci drogami nezasaženou. Toto zařízení usiluje o změnu rizikového chování klientů a také se snaží



motivovat je ke změně životního stylu.

Kontaktní centrum SANANIM poskytuje dle zákona č. 108/2006 Sb. O sociálních službách tyto služby: Kontaktní práce, odborné a základní poradenství pro rodiče, partnery atd., osobní asistence, krizová intervence. Toto zařízení rovněž poskytuje i zdravotnické služby a to: základní zdravotní ošetření a první pomoc, testování na infekční choroby jako jsou HIV, VHB, VHC a Syfilis či

psychiatrickou pomoc. Základní služby kontaktního centra jsou poskytovány bezplatně. Je zde i možnost tzv. fakultativních služeb, které jsou zpoplatněny, jako např. potřeby pro bezpečnější aplikaci či káva.

S klienty pracuje tým, který je multidisciplinární a tvoří jej lékaři, psychologové, terapeuti, adiktologové, pedagogové, sociální pracovníci a zdravotní sestry. Kontaktní centrum je otevřené 365 dní v roce, včetně víkendů či svátků. Současně čtvrtletně vydává i časopis Dekontaminace. Posláním tohoto časopisu je srozumitelně a efektivně předávat preventivní a zdravotnické informace drogově závislým klientům nízkoprahových center. Dle statistických údajů je typickým klientem kontaktního centra osoba, která má 35 let, je bez domova, bez práce, různé drogy a alkohol užívá od 10let. Uživatelé jsou ze 75% muži, a z 25% ženy. 3 150 Kč jsou náklady na jednoho klienta za jeden

rok, tzn. náklady na zdravotní péči, poradenství, motivaci k léčbě, sociální práce, potravinový a hygienický servis. Pracovníci denně ošetří v rámci kontaktního centra 6 osob a stejný počet klientů se denně i umyje. Pracovníci K-centra vymění 1 250 000 injekčních stříkaček ročně, což je polovina vyměněných stříkaček v Praze. Toto zařízení má cca 4000 klientů, denně jich kontaktní centrum navštíví cca 200 klientů. Dále 90% klientů je dlouhodobém, pravidelném kontaktu a vede méně rizikový život.

Exkurze byla studentkami i pedagogickým doprovodem zhodnocena jako velmi zdařilá a odborně přínosná.

Mgr. Alžběta Jonáková

Zdroje:

<http://www.sananim.cz/o-nas-1/kontaktni-centrum-kc.html>

<http://www.edekontaminace.cz/knihovna.html?warning=kill>

Exkurze do Vídně

Dne 16. prosince 2019 se třídy 2. LA a 4. BA se svými třídními učitelkami paní Mgr. Dvořákovou a RNDr. Balickou vydaly na exkurzi do předvánoční Vídně. Odjezd byl v časných ranních



hodinách ze stanice metra Strašnická. Když dorazili poslední opozdilci, mohla naše cesta začít. Počasí bylo trochu sychravé a mlhavé, ale cesta nám příjemně utekla. Na bývalém hraničním přechodu Hatě jsme si udělali krátkou přestávku na toalety a občerstvení a popovídali si s našimi velice ochotnými a sympatickými pány řidiči.



Do centra Vídně jsme dorazili zhruba kolem desáté hodiny. Po domluvě s řidiči jsme vystupovali u památníku Marie Terezie a Přírodovědeckého muzea a Muzea umění. Prohlédli jsme si památník Marie Terezie a místní vánoční trhy. Poté jsme se přesunuli k Hofburgu, sídlu habsburských panovníků, jedné z nejpozoruhodnějších památek Vídně. Tento palácový komplex byl do roku 1918 rezidencí habsburských a habsbursko-

lotrinských panovníků. Od roku 1945 je sídlem prezidenta Rakouské republiky, ale také Rakouské národní knihovny a několika muzeí. Komplex Hofburgu zahrnuje šestnáct křídel se sedmnácti dvory.

Dále jsme se dostali na „Michaelerplatz“, což je náměstí v úplném centru Vídně, mezi částí Hofburgu zvanou „Michaelertrakt“ a nákupní uličkou „Kohlmarkt“. Stavba tohoto náměstí byla zahájena stavitelem Johanem Bernhardem Fischerem z Erlachu a dokončena podle plánů architekta Adolfa Loose.

Naše cesta pokračovala po ulici Am Graben (do češtiny přeloženo „Na příkopech“ ☺), kde se nachází mnoho obchodů a kaváren. Došli jsme k dominantě Vídně „Stephansdom“ (Štěpánskému dómu) a prohlédli si stavbu i uvnitř.

Jelikož počasí bylo sychravé, dohodli jsme se se studenty na volném programu s tím, že se v 17 hod. sejdeme u historických muzeí, kde na nás bude čekat autobus. Studenti tak měli možnost si zajít nakoupit a občerstvit se. My učitelky jsme také ochutnaly proslulou vídeňskou kuchyni – telecí řízek s bramborovým salátem a dort Sacher s kávou

melange, což je jeden ze způsobů přípravy tzv. vídeňské kávy. Skládá se z černé kávy s horkým mlékem a mléčnou pěnou navrchu ve velkém šálku.



V 17 hodin jsme se všichni shledali na smluveném místě a čekali na naše řidiče, kteří měli kvůli večerní dopravní špičce malé zpoždění. Cesta nazpět proběhla bez komplikací a zhruba kolem deváté hodiny večerní jsme dorazili do Prahy.

Myslím si, že se nám exkurze i přes menší nepřízeň počasí velice vydařila a žáci byli spokojeni. Příjemně jsme se naladili na předvánoční čas a těšíme se na další exkurzi.

Přílohou je samozřejmě nezbytná fotodokumentace ☺.

Mgr. Zuzana Hambálková, vyučující německého jazyka

Předvánoční výlet na zámek Loučeň

V předvánočním čase, konkrétně 19. prosince, jsme navštívili s mojí třídou 2. A oboru zdravotnický asistent zámek Loučeň.

Zámek se nachází ve středočeském kraji, v blízkosti města Nymburk. Tam také vedla první část naší cesty, kde jsme po jízdě vlakem nastoupili do místní linky autobusu, který nás



dovezl přímo do obce Loučeň. Po zakoupení vstupenek jsme si nejprve prohlédli park v anglickém stylu, který je v okolí zámku. Bohužel jen část, neboť park je poměrně rozlehlý (celková plocha 23 hektarů) a naším hlavním cílem byla zámecká výstava. Před nedávnem byl park obohacen o celoevropský unikát, soubor 11 labyrintů a bludišť. Jistě stojí za zmínku, že provozovatel loučenských labyrintů požádal o patentování nového slova - labyrintárium - a jeho uvedení do slovníků spisovné češtiny. V těsném sousedství bočního traktu zámku je první bludiště – buxusové, tvořené věčně zelenou keřkovitou



rostlinou. Skoro jsme přehlédli světelný labyrint, který je přes den nenápadný a zabírá střed otevřeného zámeckého nádvoří.

Při čekání na prohlídku jsme obdivovali přírodní adventní věnec, údajně největší v Česku. Adventní

čas byl přivítán křtem tohoto věnce.

Zámek Loučeň je romantickou barokní památkou s původními interiéry. Ve středověku a raném novověku se na Loučeni střídají nepříliš známá a významná jména majitelů. Zásadní proměnu vnáší do historie panství třicetiletá válka. Tehdy, konkrétně roku 1623, přicházejí na Loučeň Valdštejnové. Od té doby Loučeň nebyla prodána, což nepřímo ukazuje na její hodnotu. Po Valdštejnech se jejími držiteli staly ještě další dva šlechtické rody. Bylo to způsobeno tím, že se nedostávalo mužských potomků. Na zámku následně vládli Fürstenberkové a po nich Thurn – Taxisové. Toto bylo důsledkem sňatkové politiky, kdy ženská dědička z předchozího rodu uvedla svým sňatkem na Loučeň rod nový.

Ve slavnostně nazdobených komnatách na nás čekalo 21 vánočních stromků, ozdobených různými technikami a materiály – přírodní, skleněné, koráلكové apod. Velmi přijatelnou a zajímavou formou jsme byli seznámeni se zvyklostmi a vánočními tradicemi za první republiky a také se Štědrým dnem na loučeňském zámku u knížecí rodiny Thurn-Taxis. K tomu správnému předvánočnímu naladění přispěla i možnost zhotovit si vlastní vánoční ozdobu a zakoupit si v zámeckém obchůdku dárky pro své blízké.

Po dobrém obědě v místní restauraci jsme se vydali na cestu zpět. Naši náladu nezakazilo ano to, že jsme nasedli do vlaku jedoucího opačným směrem. Naštěstí jsme toto včas zjistili a díky hromadnému úprku jsme ještě stačili přesednout na ten správný.

Táňa Janošová

Zdroj: www.zamekloucen.cz, www.kudyznudy.cz

Den dárcovství Giving Tuesday počtvrté v Česku

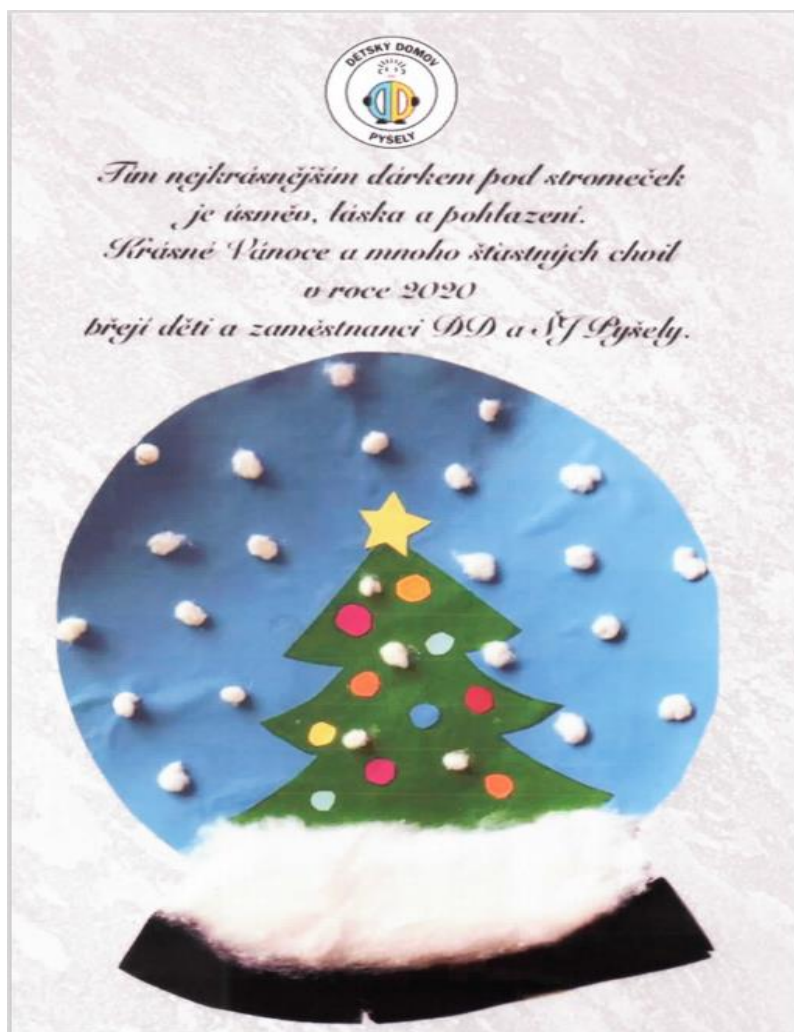
Stejně jako v loňském roce jsme i letos uspořádali sbírku pro Dětský domov Pyšely.



Dárci mohli přispět dětem nákupem rukavic, ponožek, hrníčků nebo drobných hraček. Děkujeme všem. ☺

Mgr. Pavla Hřebíková

PF 2020 z Dětského domova Pyšely



Leden 2020

Exkurze na Záchranou službu hlavního města Prahy

Třída 1. BPČ.



Dne 13. ledna 2020 jsme se v rámci výuky První pomoci zúčastnili exkurze na dispečink záchrané služby, která sídlí v Korunní ulici. V úvodu nás uvítal pan Mgr. Čižmárik, který je vedoucím této stanice a řídí tým lidí, který činní

zhruba 18 zaměstnanců, kteří pracují v operačním středisku. Z úvodní prezentace jsme se dozvěděli, že v oblasti hl. města Prahy je k dispozici cca 35 vozidel, které jsou v neustálé permanenci, a k záchraným účelům je také k dispozici jedna skupina letecké záchrané služby. Používány jsou hlavně vozy Mercedes Benz Sprinter či elektromobil Smart, který je určen pro výjezdy v centru Prahy. Letecká záchraná služba využívá vrtulník Kryštof.

ZZSHMP vznikla jako dobrovolný ochranný sbor v roce 1857. V tomto období zde pracovali hlavně dobrovolníci z řad hasičů, kteří byli označeni červenobílou stuhou. V roce 1890 získal sbor svoje vlastní sídlo, které bylo na Václavském náměstí. Tímto byla zavedena nepřetržitá služba, která funguje až do dnešní doby.

Důležitým okamžikem pro další rozvoj záchraných služeb byl v tehdejší Československu v roce 1987 oficiální založení letecké záchrané služby. Posádka letecké záchrané služby je určena hlavně pro případy ve středočeském kraji a Praze, v noci pak zasahuje na celém

území ČR. Téměř 95% případů se vždy odehrává přímo v terénu, což výrazně zkracuje cestu klientů do specializovaných center po celé ČR.

Součástí exkurze byla také návštěva operačního střediska, kde jsme mohli sledovat práci zdravotnických operátorů naživo. Podle Mgr. Čižmárika toto poměrně malé středisko koordinuje všechny výjezdové skupiny ZZS HMP na území ČR. Na denní směnu je zde přítomno pravidelně 6 operátorů, kteří v průměru přijímají až 700 hovorů. Služba trvá klasických 12 hodin. Operátor musí mít vysokoškolské vzdělání v oboru všeobecná zdravotní sestra či zdravotnický záchranář. Prvních 6 měsíců musí absolvovat speciální kurz, další 3 měsíce má k dispozici staršího mentora, který nováčky vede. Práce je to velmi zodpovědná a alespoň z počátku jde podle Čižmárika o čistý adrenalin. Později prý každý zaměstnanec trochu otupí. Musí, jinak by u něj došlo k rychlému rozvoji syndromu vyhoření. Tomu se na záchranné službě snaží předcházet pravidelnou supervizí, péčí o mentální zdraví, která je usnadněná benefity pro zaměstnance a dobrým finančním odhodnocením. Pracovník operačního střediska si zhruba měsíčně vydělá 68 - 78 tisíc korun čistého. Přes dobrý výdělek je to práce, která nese velkou míru zodpovědnosti nejen za lidské životy. Zaměstnanec musí vidět i to, co mu člověk na druhé straně telefonu neřekne, musí umět uklidnit, zůstat věcný a racionálně zaměřený i v zapeklitých situacích. Silný tlak na zaměstnance vytváří zákaz udělat chybu, jak říká ředitel, každé pochybení zaměstnance se zde dopodrobna řeší. Analýza příčiny chyby - root case study se dělá především pro to, aby se již podruhé neopakovala.

Na konci naší exkurze si pouštíme některé úspěšné i neúspěšné hovory, probíráme způsoby řešení jednotlivých situací. A nakonec i humornou záležitost. Na operační středisko ZZS HMP volají také často lidé, kteří si nevědí rady s první pomocí u jejich domácích mazlíčků. Jednu takovou příhodu si pouštíme. Dívka operátorovi tvrdí, že potřebuje resuscitovat maminku, po chvíli se dozvídáme, že se jedná o jejího psa,

dívka lhala, protože si nevěděla rady. Dozvídáme se, že takové hovory jsou zde časté, a operátoři si již dnes vědí rady. V Praze totiž existuje PET záchranná služba, na kterou již operátoři hovory automaticky přepojují. Denně zasahuje pražská záchranná služba u průměrně 350 případů, z nichž je asi 40 urgentních, a vyžaduje zásah lékaře.

Druhým pilířem služby je kromě operačního střediska systém posádek v sanitních vozech. Tu zajišťují posádky Rychlé lékařské pomoci. Sanitní vozy mají tu nemodernější výbavu a vyrovnají se pokojům JIP. Od roku 1987 využívá služba při výjezdech systém Rande-vous který snižuje dojezdový čas na nejnižší možnou míru a zároveň zefektivňuje práci lékařů. K pacientovi ve stavu ohrožení života vždy vyjíždí malá sanita RLP, která je v hustém pražském provozu rychlejší než masivní sanitní vozy, a lékař je ihned po poskytnutí neodkladné pomoci uvolněn pro další případ, tím je souběžně z jiného místa vyslána velká posádka rychlé zdravotnické pomoci, kde je přítomen záchranář a řidič bez lékaře. Celý systém se tedy výborně doplňuje. To je i jedním z důvodů, proč je naše, česká, záchranná služba hodnocena jako jedna z nejlepších na světě.

Mgr. Tereza Johnová

Maturitní a imatrikulační ples školy

Každoročně konaný ples školy se tentokrát uskutečnil 6. 1. 2020, tradičně opět v Lucerně od 19. hodin.

Návštěvnost byla rekordní, prodalo se okolo 1600 vstupenek. Nejen to nám ale udělalo radost. Díky brzkému termínu jsme maturitní ples na rozdíl od mnoha jiných škol zvládli uspořádat, což jiným školám znemožnil Covid 19.

K tanci i poslechu hrál Taneční orchestr Josefa Hlavsy, večerem provázela Mgr. Petra Šimková a o předtančení se postarala Taneční škola Astra svými valčíky.

Po imatrikulaci 1. ročníků nastal nejvíce očekávaný bod večera – slavnostní nástup maturantů a jejich šerpování. Přestávky byly vyplněny vystoupeními jednotlivých tříd. Tato vystoupení patřila k nejzdařilejším momentům plesu, byla na nich patrná pečlivá příprava, i když nás chvíli potrápily technické problémy s hudbou.

Ve 23 hodin vystřídala živé vystoupení orchestru diskotéka, ale to již byli maturanti duchem i myšlenkami na after party.

Mgr. Ilona Šiklová

Exkurze v Dětském centru Paprsek, Prosek

Začátkem ledna navštívila třída 3. A v rámci předmětu psychologie a ošetřovatelství jednu z poboček Dětského centra Paprsek na Proseku. Toto zařízení bylo založeno v roce 1994 jako modelové zařízení komplexní péče o děti a mládež s mentálním a kombinovaným postižením. Paprsek nabízí terapie a odborné poradenství v oblasti psychologie, logopedie, rehabilitace a pedagogiky.



Zařízením nás provedla vedoucí střediska, logopedka Mgr. L. Marčíková, která nás zapojila i do muzikoterapie. Měli jsme možnost si většinu centra prohlédnout a seznámit se s každodenním životem dětí a mladistvých. Většina dětí byla z naší návštěvy příjemně překvapená. Měli jsme možnost se seznámit s různými kompenzačními a polohovacími pomůckami.

Toto centrum dle zájmu pořádá nejrůznější aktivity, do kterých se zapojuje i samotný personál. Velmi oblíbená je zooterapie, pobyty v přírodě. Problematiku pomoci postiženým dětem nevyřeší jen jediný obor nebo resort. Důležité je, aby se v této problematice spojovaly síly. Pomoc poskytovaná komplexně a pokud možno v jednom zařízení je účinnější než souhrn pomoci zajišťované odborníky různých profesí na rozličných pracovištích. Dítě s postižením je chápáno jako osoba, která si zaslouží plný respekt a pomoc. V zařízení tohoto typu se ti, kdo pomáhají, soustřeďují kolem dítěte a jeho rodiny. Úzce tu spolupracují i pracovníci různých resortů: sociální péče, zdravotnictví a školství. Exkurze se nám moc líbila.

Mgr. Gabriela Anisová

Preventivní programy 1. A

Během školního roku 2019/2020 se třída 1. A zúčastnila dvou preventivních programů.

První preventivní akce s názvem Bezpečný vlak se konala 25. září 2019 na Smíchovském nádraží. Jednotlivé úseky tohoto preventivního programu na sebe navazovaly a byly umístěny do vagonů přistaveného a pro tuto příležitost upraveného vlaku vyjma poslední části, která byla umístěna na peroně, a zajišťoval ji Hasičský záchranný sbor Správy železniční dopravní cesty.

První část byla zaměřena na jednotlivé příběhy nešťastných událostí, které se staly na železniční trati. Tyto příběhy nám vyprávěla zaměstnankyně Českých drah a upozorňovala na skutečnost, že dost často se jedná o mladé lidi, kteří v honbě za stylovou fotografií nebo videem určeným na sociální síť přijdou o život. Hendikepem této části bylo nachlazení vypravěčky a z toho důvodu nebyly detaily těchto příběhů vždy srozumitelné. Na tyto příběhy navazoval studentský film, který byl opět zaměřen na příběhy mladých lidí, kteří ohrozili svůj život

vlastní neopatrnosti při pohybu v okolí železniční tratě. Třetí částí byla přednáška o statistice četnosti nehod na železnici, která byla obohacena o videozáznamy z některých nehod na železnici. Poslední část tohoto programu zajišťovali již zmínění drážní hasiči. Žáci si pod jejich dohledem mohli vyzkoušet resuscitaci a různé typy ochranných oděvů. Novinkou mohla být skutečnost, že k nehodám na železnici nevyjíždí Hasičský záchranný sbor České republiky, nýbrž právě drážní hasiči, kteří jsou pro tyto nehody speciálně proškoleni a vybaveni.

Dále jsme dne 11. února 2020 s žáky absolvovali druhý preventivní program, který byl zaměřený na šikanu, kyberšikanu a sociálně patologické jevy ohrožující mládež. Tento preventivní program proběhl v Divadle U hasičů. Přednášejícím byl zkušený policista – kriminalista – který se zaměřuje právě na tyto jevy. Z počátku nás informoval, jak rozeznat pravý policejní odznak od toho falešného a pak následovalo mnoho příběhů z jeho vlastní praxe, které popisovaly způsoby a dopady šikany a kyberšikany na mladistvé.

Mgr. Tereza Blechová

Únor 2020



První pomoc při epilepsii

Nebráňte pádu na zem, pouze ho zmírněte
Odstraňte z dosahu zraňující předměty
Uvolněte oděv kolem krku a měkce podložte hlavu
Chraňte před poraněním
Nerozevírejte ústa, nevkládejte nic mezi zuby
Počkejte, až záchvat skončí
Nebráňte křečovým pohybům při záchvatu
Po odeznění křečí odstraňte vše z pod hlavy
Zakloňte hlavu a zkontrolujte, zda postižený dýchá
Při přetrvávajícím bezvědomí volejte RZP

A co ještě víme o epilepsii?

Epilepsie je nemoc stará jako samo lidstvo, již Hippokrates se ve svých dílech o ní zmiňoval. Název pochází z řeckého slova „epilambein“, což znamená zachvátit, nebo padnout.

Epilepsie je neurologické onemocnění mozku, kterým můžeme onemocnět v kterémkoliv věku, ať už na základě genetiky, nebo následkem úrazu, porodu, operace či stresu. Může postihnout až jednoho člověka ze sta. Epilepsie je pro většinu laické veřejnosti stále něčím tajemným. Často si myslíme, že epileptický záchvat znamená jenom bezvědomí s křečemi, ale epileptických záchvatů je mnoho druhů, mohou se projevit například záškuby, poruchou chování či je ani nemusíme postřehnout. Lehčí formy neovlivňují schopnost žít běžným životem. Ke stanovení diagnózy je důležitý dostatek informací o průběhu samotného záchvatu a identifikace možných příčin, které mohou mít vliv na vznik. Diagnózu stanovuje specialista, neurolog, na základě uvedených anamnestických údajů s použitím pomocných metod EEG, CT či MR. Léčba epilepsie spočívá v dodržování režimu

a podávání léků antiepileptik. K chirurgickému zákroku se přistupuje v případech, kdy léky nezabírají, a operace může pomoci.

Dne 17. února 2020 si žáci zdravotnického lycea v rámci předmětu základy klinických oborů vyslechli přednášku o příčinách, projevech, diagnostice a léčbě epilepsie. Přednášku zajistila společnost E a byla doplněna videosekvencemi s vystoupením mladé ženy, která mluvila o svých zkušenostech se záchvaty a léčbou epilepsie. V rámci přednášky jsme se také dověděli o činnosti společnosti E, která je neziskovou organizací působící od roku 1990. Společnost má celorepublikovou působnost a podporuje osoby s epilepsií. Jejím hlavním cílem je začleňování osob s epilepsií do života. Společnost usiluje o změnu pohledu veřejnosti na lidi s epilepsií. Prostřednictvím společnosti E se každý může poradit s právníkem, psychologem či odborným pracovníkem. Všichni vytvářejí prostor pro sdílení zkušeností a pomoc v komunitních aktivitách například tím, že organizují tábory určené dětem a dospělým s epilepsií a nabízí pracovní místa například prostřednictvím květinové dílny Aranžerie. Ve spolupráci s firmou ATEX připravují kolekci fialových běžeckých dresů ATEX EPI. Fialová barva symbolizuje samotu, do které by se mohli nemocní s epilepsií dostat. Účastníci běžeckých závodů tak šíří osvětu o nemoci prostřednictvím sportu.

Za PKLO Mgr. Taťána Janíková

Lyžařský a snowboardingový kurz Rakousko

Lienzské Dolomity 16. - 21. 2. 2020

Tak jako každoročně i letos byly cílem naší školy **Lienzské Dolomity**, vápencové pohoří v blízkosti hlavního města Východního Tyrolska - Lienzu. Pravidelně se



účastní sportovně nadaní a zdatní studenti především z bezpečnostně právních oborů. Letos to bylo 42 žáků tříd 1. BP, 1. LA, 3. BP a 4. A.

Lyžařský kurz se opět vydařil! Přálo nám nádherné počasí takzvané „azuro“, dostatek přírodního sněhu

i kilometry krásně upravených sjezdovek. Zkrátka vše, co si lyžař či snowboardista může přát...

Instruktoři lyžování Mgr. Miroslav Svoboda, Mgr. Jiří Teichman, Mgr. David Jirkovský, Mgr. Jana Beranová a zdravotnický dohled Mgr. Tereza Blechová zajistili hladký průběh kurzu. Nejenže si většina žáků báječně zalyžovala a zlepšila svůj styl, ale dokonce se zde naučili stát na lyžích i úplní začátečníci. Ti, k údivu všech, koncem týdne sjížděli i prudké kopce zdejšího rozlehlého areálu Zetttersfeld. Zkoušeli poté, jako všichni ostatní, také zábavný Snow Park s různými překážkami, rampami i slalomem.

Nacházeli jsme se okolo 2000 metrů nadmořské výšky. Stoupali jsme ke dvěma vrcholům. K Hochsteinu s nadmořskou výškou 1998 metrů nebo Zetttersfeldu s výškou 2 278 metrů. K trénovací loučce,



modrým, červeným i černým sjezdovkám nás vyvážely pomy, kotvy, čtyřsedačky i šestisedačky. Komfortní ubytování nám klasicky nabídl

Pension Zetttersfeld a 50 metrů vzdálený Alpengasthof Bidner nám poskytoval snídaně, obědy a večeře. Vývary, gulášová polévka nebo **Strauben** - sladké smažené pečivo posypané moučkovým cukrem, nám poskytly vhled do rakouské kuchyně.

Žáci měli také večerní program, přednášky o lidském těle, lyžařské technice, vybavení nebo zábavné kvízy. Přednášejícím byl vedoucí lyžařské kurzu Mgr. Miroslav Svoboda a o zábavu se postarala Mgr. Tereza Blechová.



Alespoň na týden jsme se ocitli v úžasném světě zasněžených hor, dýchali jsme neuvěřitelně čerstvý vzduch a domů jsme se vraceli obohaceni o nezapomenutelné zážitky.

Těšíme se opět na další rok!

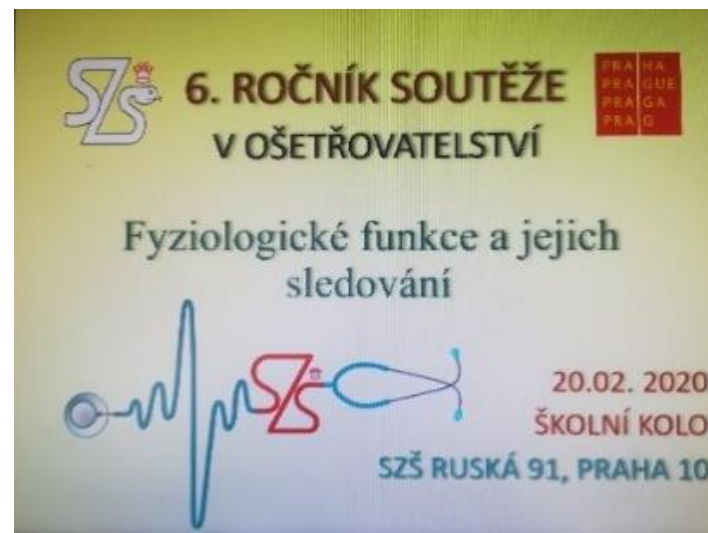
Mgr. Jana Beranová

Zpráva o činnosti KMD ve školním roce 2019/2020

Činnost KMD byla ve školním roce 2019/2020 vzhledem k situaci pozastavena.

Soutěž v ošetřovatelství

Dne 20. února proběhla ve škole jako každý rok soutěž v ošetřovatelství. Téma soutěže bylo „Fyziologické funkce a jejich sledování“.





Psychologická olympiáda

Dne 5. března 2020 proběhlo na naší škole regionální kolo Psychologické olympiády. V soutěži se utkaly tři pražské školy a jejich devět studentů. Celá soutěž proběhla v poklidné a přátelské atmosféře.

Výsledky:

1. místo - **Lucie S. 3. ročník SČ** (CSŽ A VOŠ Ječná)
2. místo – **Radek D. 3. ročník ZL** (SZŠ Ruská)
3. místo - **Natálie M., 2. ročník ZA** (SZŠ A VOŠ 5. květen)
Sergej Č., 1. ročník ZL (SZŠ Ruská)
5. místo - **Jan K., 3. ročník BPČ** (SZŠ Ruská)

Cena poroty: **Dajana P., 3. ročník ZA** (SZŠ Ruská)

Cena diváků: **Radek D., 3. ročník ZL** (SZŠ Ruská)

Velký úspěch!

Všichni, kteří se zúčastnili, velice důstojně reprezentovali naši školu.

Mgr. Jana Horáková

Březen 2020

Dne 11. března 2020 byl vyhlášen v České republice krizový stav a vyučování přešlo na distanční formu. Všechny plánované akce, soutěže a exkurze byly tímto dnem zrušeny.

Ve škole se pravidelně scházel krizový štáb, který se podle došlých informací a doporučení od MŠMT MZ ČR snažil řešit nastalou situaci, optimalizovat distanční výuku a řešit problémy, které se během času vyskytly u žáků (nedostatek techniky, dat, atd) nebo u učitelů (horší kvalita připojení nebo problémy s funkčností MS Teams).



Tento stav pokračoval až do pondělí 11. května. Od tohoto dne mohli žáci závěrečných ročníků chodit na domluvené konzultace z maturitních předmětů. Ostatní třídy pokračovaly v distanční výuce.

Ve dnech od 25. května do 29. května se konaly v budově školy praktické maturitní zkoušky. V pátek 29. května 2020 převzali žáci maturitních ročníků a třídy 3. O ročníková vysvědčení.

Červen 2020

I v červnu probíhala výuka nižších ročníků distančně. Na maturanty čekaly didaktické testy a od 10. června ústní maturitní zkoušky. Žáci ze

třídy 3. O konali závěrečné zkoušky – písemnou, praktickou a ústní část. Zájemci o studium na naší škole se utkali s jednotnými přijímacími zkouškami. Uchazeči o studium oboru bezpečnostně právní činnost museli navíc úspěšně projít na začátku června testem fyzické zdatnosti.

Školní rok skončil v pátek 26. června, kdy si žáci mohli vyzvednout ročníková vysvědčení. Všichni jsme doufali, že další školní rok začne v daleko příznivější atmosféře a proběhne bez velkých změn.

Sbírka Srdíčkové dny ve školním roce 2019 - 2020

Jako v předchozích se i přes ztíženou situaci naše škola zapojila do charitativní sbírky.

Všem, kteří přispěli, moc děkujeme.



Absolventi – školní rok 2019 / 2020

Obor zdravotnický asistent

4. A

Mgr. Taťána Janíková

- | | |
|---------------------|-----------------------|
| 1 Bakulová Aneta | 10 Mašatová Kristýna |
| 2 Baštová Michaela | 11 Merunková Anežka |
| 3 Beranová Denisa | 12 Poppová Karolína |
| 4 Beranová Pavlína | 13 Sazková Barbora |
| 5 Dědičová Markéta | 14 Trsková Lucie |
| 6 Deptová Tereza | 15 Vlastníková Tereza |
| 7 Husová Nikola | 16 Vojáčková Barbora |
| 8 Koníková Jana | 17 Vorlová Tereza |
| 9 Labounková Denisa | 18 Zittová Jana |

4. B

Mgr. Tereza Johnová

- | | |
|-------------------|--------------------------|
| 1 Balog Dominik | 9 Öztürkova Kateřina |
| 2 Balogová Eliška | 10 Procházková Denisa |
| 3 Baťková Valéria | 11 Rishko Ruslana |
| 4 Bokoch Yana | 12 Shcherbakova Valeriia |
| 5 Celbová Karin | 13 Trebišovská Kristína |
| 6 Čadová Nikol | 14 Vopat Matěj |
| 7 Fabián Štěpán | 15 Wanková Lucie |
| 8 Kolářová Sára | |

Obor sociální činnost

4. S

Mgr. Jana Beranová

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1 Jonáková Kristýna | 5 Pavelková Kristýna |
| 2 Kleknerová Barbora | 6 Wodere Barbora |
| 3 Kraftová Veronika | 7 Zadražilová Marie |
| 4 Menšíková Karolína | 8 Žižková Nikola |

Obor ortoticko – protetický technik

4. T

Ing. Petr Hořejš

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1 Atie Danny | 14 Plavcová Eva |
| 2 Balogh David | 15 Pokorný Tomáš |
| 3 Benešová Lucie | 16 Révay Matěj |
| 4 Halva Filip | 17 Rychlá Kristýna |
| 5 Jakeš Matyáš | 18 Sedláčková Zuzana |
| 6 Kižlin Dávid | 19 Stará Denisa |
| 7 Kubita Ondřej | 20 Svobodová Alžběta |
| 8 Lebl Jan | 21 Šlemr Michael |
| 9 Makovský Jakub | 22 Šmejkalová Tereza |
| 10 Mundil Petr | 23 Švarc Ludvík |
| 11 Pavlík Matyáš | 24 Venutová Kateřina |
| 12 Pech Ondřej | 25 Vostrá Kateřina |
| 13 Petrecká Michaela | |

Obor bezpečnostně právní činnost

4. BA

Mgr. Ivan Krejčí

1	Berka Matěj	14	Markvartová Andrea
2	Cabálková Barbora	15	Němec Jakub
3	Dutka Ondřej	16	Novák Václav
4	Hanek Kamil	17	Parysová Tereza
5	Holý Martin	18	Petrovická Veronika
6	Hrtánková Tereza	19	Plíková Aneta
7	Hubáčková Šárka	20	Radnická Iveta
8	Hunková Jana	21	Sedlák Petr
9	Jiroušek Tomáš	22	Strnadová Viktorie
10	Krasanovská Andrea	23	Šmejkal Matyáš
11	Kučová Adéla	24	Šorf Alex
12	Mach Adam	25	Štefková Marie
13	Mach Matěj	26	Šulcová Magdaléna

4. BB

Mgr. Pavla Dvořáková

1	Bilik Jiří	14	Ornst Martin
2	Čížková Irena	15	Pistorová Michaela
3	Drábková Kristýna	16	Plavcová Andrea
4	Georgiev Vojtěch	17	Poplštejn Martin
5	Husáková Zuzana	18	Roubíček Filip
6	Kadlecová Veronika	19	Sakařová Michaela
7	Kaiser Martin	20	Semecká Kristýna
8	Kobíková Nikola	21	Stiborová Daniela
9	Křižanová Anna	22	Štěpánková Andrea
10	Kubák David	23	Uhlíková Lucie
11	Kulhavá Markéta	24	Winter Jiří
12	Lapáčková Kateřina	25	Zemanová Blanka
13	Lošáková Kateřina	26	Žočková Karolína

Obor zdravotnické lyceum

4. LA

Ing. Libuše Skalická

1	Cermanová Jana	11	Peterková Anna
2	Dominová Tereza	12	Pryšljuk Oleg
3	Dvořák Lukáš	13	Richterová Klára
4	Gromusová Eva	14	Sedláčková Klára
5	Herhil Jurij	15	Seiner Michael
6	Jandová Markéta	16	Vacková Michaela
7	Macháčková Andrea	17	Volprechtová Adéla
8	Mrtková Kristýna	18	Vonásek Ondřej
9	Nedvídek Vojtěch	19	Žižlavská Aneta
10	Němcová Klára	11	Peterková Anna

4. LB

Mgr. Miroslav Svoboda

1	Benda Marek	10	Lojda Jiří
2	Bendová Natálie	11	Nováková Natálie
3	Horká Zuzana	12	Ondroušková Andrea
4	Chládek David	13	Říhová Adriana
5	Kabeláčová Jana	14	Říhová Pavla
6	Karpinets Arsen	15	Svatošová Karina
7	Korbelová Jesika	16	Šnajdrová Denisa
8	Kynclová Kateřina	17	Trefilová Denisa
9	Lekhman Yana		

Obor **zdravotnický asistent** – večerní studium

5. V

Mgr. Jitka Janíková

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1 Brabcová Helena | 11 Pekárková Zuzana |
| 2 Haluška Patrik | 12 Plocová Dora |
| 3 Horňáček Lumír | 13 Pöschlová Anna |
| 4 Hroníková Radovana | 14 Rakusová Veronika |
| 5 Klusová Lucie | 15 Sopčáková Šárka |
| 6 Kozová Petra | 16 Svobodová Lucie |
| 7 Lenková Lucie | 17 Šikýřová Kristýna |
| 8 Marčoková Alena | 18 Tichá Petra |
| 9 Marková Michaela | 19 Večeřa Martin |
| 10 Paukert Jan | 20 Vrátná Michaela |

Obor **ošetřovatel**

3. O

Mgr. Lenka Šolcová

- | | |
|----------------------|-----------------------|
| 1 Bernášková Natálie | 11 Provazníková Petra |
| 2 Fox Monica | 12 Sivák Matěj |
| 3 Jablonská Eliška | 13 Socha Pavel |
| 4 Konečná Simona | 14 Soukupová Katrin |
| 5 Kruppová Dominika | 15 Srbová Martina |
| 6 Kvapilová Andrea | 16 Střesková Kateřina |
| 7 Michajlov Michail | 17 Šimonů Tereza |
| 8 Němcová Veronika | 18 Švecová Tereza |
| 9 Pohlreich Dominik | |
| 10 Procházka Dominik | |

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

Pořadí výtisku: 1. vydání
Měsíc a rok vydání: říjen 2021
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 978-80-907786-0-3