

Ročenka 2018/2019



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.

Školní rok 2018/2019 již tradičně uplynul ještě rychleji než roky minulé a vy máte opět možnost nahlédnout do nové ročenky naší školy. Navazuje na dobrou tradici ročenek předchozích, má být shrnutím, oslavou a připomenutím toho, co se v uplynulém roce podařilo.



Ač se akce každého školního roku v mnohém podobají, ty úspěšné se snažíme zopakovat, jiné zdokonalujeme a vymýšlíme i akce (tedy i tradice) nové, v něčem se přeci jen liší. Jiní jsou žáci a pedagogové, kteří je realizují vždy s plným nasazením a vždy (doufáme) i s radostí, bez nichž by nic nového nevzniklo, a život školy by postrádal svoji pestrobarevnost.

Bylo by škoda se nezmínit o soutěžích sportovních i odborných, o kolech školních, krajských i celostátních. Všem děkuji za realizaci akcí a účast, k úspěchům ještě jednou blahopřeji.

K dokonalosti byla dovedená již tradiční akademie školy, jejíž některá vystoupení se stala nezapomenutelnými. Ta bude v novém školním roce opravdu těžké překonat, ale věřím, že se o to všichni (žáci i pedagogové) budou snažit, abychom se již nyní měli na co těšit.

Přeji tedy všem těm, kteří se na životě školy podílejí a tvoří jej naplněným a zajímavým, aby se jim práce dařila stejně jako v právě

uplynulém školním roce, a abychom se i v roce příštím mohli sejít nad ročenkou ilustrující pestrý a bohatý život školy.

První adaptační den třídy 1. O

Dne 17. září 2018 se třída 1. O zúčastnila prvního adaptačního dne. Celá třída se vypravila do Zoologické zahrady hl. m. Prahy. Začátek programu byl v 9 hodin, kdy Zoologická zahrada otevírá. Zoo Praha nabízí desetikilometrovou procházku exotikou. Návštěvnické cesty nás zavedly do dvanácti mimořádných pavilonů a k desítkám pozoruhodných expozic. Navštívili jsme severskou tajgu, vyprahlou poušť i deštný prales za jediný den! Seznámili jsme se s celým areálem zahrady. Pražská Zoo jako moderní instituce svého druhu vytváří pro chované živočichy co nejoptimálnější podmínky a to jak koncepcí a ztvárněním výběhů i ubikací, tak sestavováním jedno- či vícedruhových skupin. Žáci si tak mohli vytvořit představu o životě zvířat a jejich vazbách k prostředí, zvířata pak mají příležitost rozvinout co nejširší rejstřík přirozeného chování.



Během dne jsme si zahráli i několik soutěží. Každý žák měl za úkol zjistit informace o vybraném živočichovi, kterého během dne navštívil, a na konci programu je předat ostatním žákům. Zoologická zahrada ovlivňuje svými výchovnými a vzdělávacími aktivitami širokou veřejnost i zájmové skupiny. Je schopna díky neocenitelnému

potenciálu živých zvířat působit u návštěvníků na jejich názory, postoje, vytváření hodnot a chování.

Žáci si celý den skvěle užili!!!

Mgr. Martina Paclíková

Druhý adaptační den třídy 1. O



Druhý adaptační den jsme zahájili na Smíchově. Sešli jsme se v 9 hodin a společně se pěšky vydali k Petřínské rozhledně. Lanovkou jsme vyjeli na Petřín, kde jsme si zahráli několik seznamovacích her. Po jejich ukončení se třídě podařilo zvolit si své zástupce pro reprezentování třídy. Zvolen byl předseda i místopředseda třídy.

Po prohlídce **Růžového sadu** nacházejícího se nedaleko od **Petřínské rozhledny** jsme navštívili Petřínskou rozhlednu a zrcadlové bludiště. To se žákům velice líbilo. Udělali jsme si malý piknik a společně jsme poobědvali v parku.

Poté jsme se vyznačenou turistickou trasou vydali na **nedaleký** Pražský hrad. Zde jsme absolvovali prohlídku katedrály svatého Víta, Václava a Vojtěcha a prošli všechna nádvoří Pražského hradu. Zhlédli jsme střídání Hradní stráže.

Z Pražského hradu jsme se vydali Nerudovou ulicí směrem ke Karlovu mostu. Na Karlově mostě jsme se zastavili u několika jeho významných soch a řekli si něco o jeho historii a pověstech o jeho stavbě. Poté jsme prošli úzkými uličkami až na Staroměstské náměstí. Prohlédli jsme si Pražský orloj a Staroměstskou radnici. Zde měli žáci

krátký rozhod, který využili k nákupu občerstvení a suvenýrů. Adaptační den jsme ukončili na Václavském náměstí.

Druhý adaptační den byl pro žáky velmi náročný, ale doufám, že si ho užili a snad se i něco nového dozvěděli. Někteří žáci navštívili tato významná pražská místa poprvé.

Mgr. Martina Paclíková

Výuka angličtiny na Smaragdovém ostrově

V září tohoto školního roku se vypravila skupina 32 žáků se svými učiteli na kurz anglického jazyka do Irské republiky. Žáci si díky tomuto projektu zdokonalovali jazykové kompetence po celou dobu pobytu. Byli totiž ubytováni v irských hostitelských rodinách, se kterými každý večer probírali konkrétní témata, která jim zadávali doprovázející vyučující anglického jazyka. S hostitelskými rodinami diskutovali o jejich každodenním životě, možnosti pracovního uplatnění mladých lidí, oslavách tradičních svátků, jako jsou Velikonoce či Vánoce a řeč také sklouzla na otázku brexitu. Kromě toho navštěvovali výuku v irském hlavním městě Dublinu. Tu vedli rodilí Irové, takže k procvičení a zdokonalování anglického jazyka se žákům naskytla ideální příležitost. Výuka probíhala ve velmi přátelské atmosféře a učitelé naše žáky velmi chválili za jejich vědomosti, zájem o učení a aktivitu během výuky.

Návštěvu Irska jsme však využili i k poznávání reálií. Během našeho pobytu jsme navštívili skanzen Irish National Heritage Park, který mapuje osídlení Irska od 7. století. Také jsme viděli jeden z nejslavnějších irských hradů z 15. století Blarney Castle, známý svým legendárním kamenem výřečnosti, nacházejícím se na vrcholu věže. Pověst říká, že když jej políbíte, tak získáte dar výřečnosti a nikdy nepůjdete pro správné slovo daleko. Nu, a naši žáci líbali a líbali...

Velkým zážitkem pro nás byla návštěva Moherských útesů, na které jsme málem nebyli vpuštěni. Den před naším příjezdem tam totiž udeřila bouře Helene, která způsobila velké škody. Pobřeží Moherských útesů bylo vzhledem k velmi silnému větru z bezpečnostních důvodů zavřené, návštěvníkům byl povolen vstup až ve 13:00 hod. My jsme naštěstí přijeli ve 13:15 hod., takže jsme byli mezi prvními návštěvníky, kteří byli na útesy vpuštěni. Tehdy jsme na vlastní kůži zažili, jaké to je, odolat opravdu velké síle větru. To byly ještě následky bouře Helene.

Další program se odehrával v hlavním městě Dublinu, případně v jeho okolí. Kromě již zmíněné výuky jsme zkoumali historické centrum města, navštívili jsme Wicklow Mountains, Powerscourt Waterfall a pivovar Guinness.

Po zpáteční cestě jsme prožili několik hodin na britské půdě, kde jsme navštívili muzeum Beatles Story a Museum of Slavery v Liverpoolu.

Zpátky do Prahy se naši žáci vrátili plní zážitků a nové slovní zásoby, takže jsme se domluvili na další návštěvě Britských ostrovů zase v příštím školním roce.



RNDr. Dagmar Kenkušová

Preventivní vlak bezpečné železnice



Dne 25. září 2018 se studenti 1. ročníků zúčastnili akce „Preventivní vlak bezpečné železnice“.

Každoroční statistiky nehod, kdy za poslední tři roky zahynulo na železnici 673 lidí, z toho 91 bylo lidí do 25 let, se staly silným impulsem pro České dráhy, aby zřídily tento vlak za účelem prevence rizikového chování na železnici a zvýšily tak

úroveň respektu k jasně daným pravidlům. Z analýzy statistik vyplývá, že k většině tragédií dochází zcela zbytečně. Mezi nejčastější příčiny smrtelných nehod patří nekázeň řidičů či chodců na železničních přejezdech, nesmyslné přebíhání tratí, naskakování do jedoucího vlaku, nebo pohyb v místech, kde hrozí zásah elektrickým proudem.

Národní dopravce spolu se Správou železniční dopravní cesty, Policií ČR, hasičským sborem a ČD Cargo připravili už sedmáctou jízdu úspěšného projektu „Preventivní vlak bezpečné železnice“, které se zúčastnila naše škola. Akce Preventivní vlak se skládá ze tří částí – z projekce filmu „To nedáš“, přednášky a diskuze s vyšetřovateli a nácvikem první pomoci pod vedením hasičského sboru. Film „To nedáš“-hraný dokument seznamuje veřejnost se základními pravidly bezpečnosti na železnici a v jejím okolí, informuje o rizikovém chování a možných fatálních následcích.





Jde o fikci, ale snímek je velmi emotivní a působivý, protože jednotlivé příběhy vycházejí z reálných situací na železnici. Na žáky velice zapůsobil a u každé třídy došlo k bouřlivé diskuzi, protože film se v jednotlivých příbězích jednotlivých lidí zaměřuje právě na klíčové oblasti nekázně na železnici. Film natočili studenti uměleckých škol. Mladý studentský tým obstaral téměř všechny významné součásti natáčení – herecké obsazení, asistenci režii, produkci, částečně i scénář. Den byl pro žáky poučný a zajímavý, mohli si vyzkoušet různé druhy obleků a uniforem. Akce se vydařila.

Mgr. Jana Hromádková

Slavnostní imatrikulace 1. ročníku oboru Ošetřovatel

Dne 27. září 2018 se žáci ze třídy 1. O zúčastnili slavnostní imatrikulace žáků středních odborných škol oborů vzdělání s výučním listem. Imatrikulace neboli přijetí nových žáků má vždy slavnostní nádech. Nejinak tomu bylo i v pražském Obecním domě, kde se sešli studenti řemeslných oborů. Žáci prvních ročníků řemeslných a technických oborů mohli slavnostně vstoupit do studia právě v těchto krásných prostorách Obecního domu. Mohla to pro ně být inspirace, protože v těchto sálech všude kolem sebe viděli mistrovská díla českých řemeslníků.



Hlavní město Praha tak vyjadřuje svou podporu řemeslným oborům vzdělávání a to v rámci programu Podpory odborného vzdělávání na území hlavního města Prahy v letech 2018 - 2022 a kampaně Řemeslo žije!. Žáky přivítala Ing. Mgr. Irena Ropková (Radní hlavního města Prahy pro oblast školství a evropské fondy). Projev přednesl i Roman Pommer (Předseda představenstva hospodářské komory hlavního města Prahy a viceprezident hospodářské komory České republiky).

Součástí přijímacího aktu byl i slavnostní slib, který přednesli žáci ze SŠ Novovysočanská. Každý žák si pak jako vzpomínku na tuto jedinečnou událost odnesl imatrikulační list, kde svým podpisem potvrdil přijetí do stavu učňovského. Na slavnostní imatrikulaci vystoupilo i několik studentských kapel pražských základních uměleckých škol.

Slavnostní imatrikulaci zvládli žáci prvních ročníků perfektně a v klidu se mohou soustředit na svá studia.

Mgr. Martina Paclíková

Bílá pastelka 2018

Letošní ročník veřejné sbírky Bílá pastelka byl v pořadí již devatenáctý. Sběrka proběhla u příležitosti „Mezinárodního dne bílé hole“ ve středu 17. října 2018 v době od 8 do 19 hodin na celém území naší republiky ve více než 200 městech a obcích. Cílem celé akce bylo získat finanční prostředky pro uskutečnění různých projektů a speciálních výukových programů pro nevidomé.

Z naší školy se prodeje bílých 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





označenou číslem, dále potom pastelky a též malé kalendáře ve tvaru pastelky jako upomínku pro osoby, které do sbírky přispěly. Skupiny studentů prodávaly pastelky na přesně určených stanovištích po celé Praze, každý ze studentů měl

přes osobní oblečení bílé tričko s logem sbírky. Po skončení prodeje dvojice odevzdaly pokladničky do pražské organizace Tyfloservis. Výsledek celé akce, množství peněz vybraných našimi studenty, byl po celorepublikovém sečtení oznámen na naši školu kontaktní osobě.

Studenti hodnotili akci pozitivně, některým skupinám se dokonce podařily prodat všechny pastelky. Občas je ale mrzelo odmítavé stanovisko oslovených osob doprovázené verbálním znevažováním sbírky.

Za pomoc při sbírce se studenti obou tříd v prosinci byli podívat v pražském Tyfloservisu, kde se zúčastnili přednášky a dozvěděli se podrobnosti o životě nevidomých a slabozrakých.

Mgr. Dana Ramešová

Celostátní soutěž v první pomoci oboru BPČ

Dne 18. října se konal již V. ročník celostátní soutěže v první pomoci pro obor BPČ. Akce se konala na Vyšší odborné škole zdravotnické a Střední zdravotnické škole 5. května.

Za naši školu soutěžily žákyně třetího ročníku BPČ Zuzana Husáková, která byla velitelkou družstva, Lucie Uhlíková a Daniela Stiborová. V úvodu soutěže nás uvítala organizátorka soutěže a paní ředitelka školy. Poté byli účastníci soutěže s doprovody seznámeni s organizací soutěže, pravidly a časovým harmonogramem. Velitelé družstev si vylosovali startovní pořadí, naše družstvo mělo pořadí

šesté. Abychom byli včas na správných stanovištích, dostali jsme přesný harmonogram a po celou dobu soutěže jsme měli doprovod. Stanovišť bylo celkem 7 a na všech byla kromě kritérií a požadavků soutěže měřena délka zásahu. Šest stanovišť bylo zaměřených na náhle zdravotní stavy, které vyžadují první pomoc.

Naše první stanoviště se jmenovalo tepovka, bylo zaměřeno na sílu, obratnost, nebojácnost a rychlost soutěžících. Účastníci měli vyskočit na lanový žebřík, poté vylézt do výšky a následně horizontálně přeručkovat po laně k cíli. Na dalších šesti stanovištích soutěžící poskytovali před komisí první pomoc, řešili náhlé stavy spojené se zástavou srdeční, prováděli neodkladnou resuscitaci vč. použití simulačního AED. Na stanovišti Prófa jsme se nacházeli ve škole v kabinetě, zde ležel zkolabovaný muž. Nejprve bylo nutné ho vyprostit z úzkého prostoru a teprve poté aktivovat řetězec přežití, poskytnout neodkladnou resuscitaci, provést masáž srdce poté s použitím AED. Samozřejmostí zásahů je koordinace, rychlost, rozhodnost, kontakt na ZZS a spolupráce s operátorem. Na dalším stanovišti si soutěžící ověřili kromě postupů první pomoci také znalost angličtiny. Na stanovišti Píšťalka měl postižený dýchací obtíže. Soutěžící nevěděli, co je příčinou dýchacích obtíží, zda postižený něco nevedchl. Zkoušeli Heimlichův hmat, ten nepomohl, dušnost přetrvávala. Co je s postiženým, nemá

astmatický záchvat?

Velitelka družstva

hledala léky na astma,

které objevila v bundě.

Podané léky zabraly,

postižený se snaží mluvit,

ale není mu dobře

rozumět, žákyně zjišťují,

že musí na postiženého

mluvit anglicky. Jazyková



bariéra je překonána, postižený dýchá lépe, rozumí a reaguje. Zásah se podařil. Překvápko, jsme u akutního porodu a opět ve škole. Žákyně překotně rodí, sama neví, že je těhotná. Novopečená maminka byla soutěžícími ošetřena, zklidněna. Novorozence osušili, zajistili tepelný komfort a přiložili mamince na tělo. Jsme za polovinou plánovaných stanovišť a dostáváme se ke rvačce velkého množství lidí. Převážná většina účastníků je opilá. Mezi nimi jsou ale i postižení s náhlými metabolickými rozvraty. Je nutné jednat rázně, rychle situaci dobře rozpoznat a reagovat na náhlé stavy. Nejprve je volána policie, poté ZZS. Do příjezdu všech složek je nutné se zorientovat a následně poskytnou první pomoc. Dívka, která krvácí z nosu, je při vědomí, naříká, komunikuje. Jsme na stanovišti Basketák. Soutěžící zastavují krvácení, volí vhodnou polohu, provádějí protišoková opatření. Poslední stanoviště, které naši soutěžící absolvovali, bylo opět venku. Ležící zraněný cyklista po pádu z kola má zřejmě zlomenou klíční kost. Po rozpoznání situace byl ošetřen, zklidněn, zavolána ZZS.

Dopoledne nám rychle uběhlo. Všichni soutěžící postupovali se zaujetím a využitím veškerých znalostí a dovedností v poskytování laické první pomoci. Našemu družstvu děkujeme za účast v soutěži.

Za PKLO Mgr. Taťána Janíková

Oblast: Holocaust a antisemitismus

Proč spolupracovat s Židovským muzeem?

Na základě rozhodnutí Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy České republiky bylo Židovské muzeum v Praze již v roce 1996 zařazeno do soustavy vzdělávacích programů.

Významnou část práce Židovského muzea v Praze představuje osvětová a vzdělávací činnost. Spolupracují při tom s předními univerzitními pracovišti a vzdělávacími institucemi – jako Památník Terežín, Ústav pro soudobé dějiny AV ČR, Univerzita Karlova,

Hebrejská univerzita v Jeruzalémě či památník Yad Vashem – a dále s nezávislými historiky, judaisty, literárními vědci, politiky a pedagogy. Přednášky jsou velmi erudované, profesionální a zároveň motivující k zamyšlení.

Vzdělávací programy jsou určeny nejrozličnějším cílovým skupinám. My zvolili pro žáky středních škol interaktivní program.

My a oni – Antisemitismus a moderní společnost

Program se soustředil zejména na fenomén moderního antisemitismu. Žáci i pedagogové nahlédli do bohatství židovské vzdělanosti, připomněli významná výročí, upozornili na aktuální aspekty současného židovského náboženského i kulturního života. Žáci v jeho rámci pracovali s dobovými články, antisemitsky laděnými literárními texty a s celou řadou antisemitských karikatur. Jejich úkolem bylo zjistit, jak antisemitismus jako ideologie funguje a na jakých principech stojí.

Součástí programu byla prohlídka Památníku obětí šoa - Pinkasovy synagogy. Pinkasova synagoga je druhá nejstarší dochovaná synagoga v Praze. Synagogu nechal roku 1535 postavit v pozdně gotickém slohu jeden z významných členů pražské židovské obce Aron Mešulam Horovic. Podle jeho vnuka, rabína Pinkase Horovice, pak patrně získala své jméno – Pinkasova škola. Stavba sloužila jako soukromá rodinná modlitebna a v její blízkosti byla zřízena rituální lázeň (mikve). Do své původní podoby byla synagoga obnovena v letech 1950-54. Pinkasova synagoga byla v letech 1955-60 přeměněna na Památník téměř 80 000 českých a moravských Židů, kteří se stali oběťmi šoa. Autory jednoho z nejstarších památníků svého druhu v Evropě jsou malíři Václav Boštík a Jiří John. Po sovětské invazi roku 1968 byl památník na více než 20 let uzavřen. Plně zrekonstruován a zpřístupněn byl až roku 1995. V další expozici jsme viděli emotivně působivé kresby, které vypovídají

o persekuci Židů za nacistické okupace českých zemí v letech 1939-45. Zachycují transporty do Terezína i všední život v ghettu stejně jako sny o návratu domů či životě v židovské domovině v Palestině. Naprostá většina dětí byla zavražděna v plynových komorách vyhlazovacího tábora Osvětim- Březinka. To nám vzalo trochu dech – uvědomili jsme si rozsah zmaru a nenávisti.

Venkovní expozice byla věnovaná deportacím židovského obyvatelstva z území protektorátu Čechy a Morava do ghatt, koncentračních a vyhlazovacích táborů na okupovaných územích východní Evropy.

Venkovní projekce „Tváře obětí šoa“ promítané ve večerních hodinách na štít mikve Pinkasovy synagogy jsme se bohužel neúčastnili, tak snad někdy příště.....

Zdroj: <https://www.jewishmuseum.cz/sbirky-a-vyzkum/sbirky-a-fondy/fotoarchiv/>

<https://www.jewishmuseum.cz/sbirky-a-vyzkum/sbirky-a-fondy/rukopisy-a-nalezky-z-geniz-na-papire/>

Mgr. Pavla Hřebíková

Exkurze na hemodialyzačním středisku firmy B. Braun nemocnice na Bulovce

Dne 16. 11. 2018 se třída 4. B v rámci předmětu ošetřovatelství a ošetřování nemocných zúčastnila exkurze na hemodialyzačním středisku firmy B. Braun v nemocnici na Bulovce. Žáci vyslechli asi hodinovou přednášku o tom, co to vlastně je dialýza, jaké mají pacienti nejčastější problémy, jaké jsou možnosti léčby pacienta se selháním ledvin. Existují vlastně dvě očišťovací metody krve a to hemodialýza a peritoneální dialýza. Pro obě metody (hemodialýza a peritoneální dialýza) existují samozřejmě indikace (důvody, kdy je vhodná metoda

použit) i kontraindikace (důvody znemožňující použití té které metody). V zásadě se ale dá říci, že volba metody je plně v rukách pacienta. Pokud neexistují zmíněné kontraindikace, záleží jen na pacientovi,



zdali je mu bližší provádět si výměny peritoneálního roztoku sám doma, bez častého cestování na dialyzační středisko, nebo zda se raději 3x týdně vydá na dialyzační středisko, kde se o něho postarají zdravotníci a kde se také setká s dalšími pacienty s podobným osudem. Hlavní výhodou hemodialýzy je fakt, že pacient nemusí dialýzu provádět sám, mezi jednotlivými návštěvami dialyzačního střediska není nijak výrazně omezován. Pro některé pacienty se dokonce dialýza stává společenskou událostí. Ani domácnost pacienta není nijak zatížena, jelikož veškerá péče probíhá ambulantně na dialyzačním středisku.

Žáci měli možnost zhlédnout práci zdravotních sester přímo na dialyzačním sále, popovídat si s pacienty, kteří hemodialyzační středisko navštěvují a zeptat se na vše, co je zajímavé. Byly jim ukázány a vysvětleny všechny cévní přístupy, které je možné pro dialýzu využít. Podívali jsme se na reverzní osmózu, která má za úkol upravovat z pitné vody, vodu vhodnou pro využití na dialýze. Tedy vodu sterilní. Byla nám vysvětlena dezinfekce a sterilizace a zásady bariérové ošetřovatelské péče, která je u dialyzovaných pacientů velmi důležitá.

Po celou dobu exkurze se nám plně věnoval vedoucí pracovník hemodialyzačního střediska pan Karel Schauer a trpělivě odpovídal na otázky našich studentů.

Doufám, že si z exkurze naši žáci odnesli mnoho zajímavých a nových poznatků, které využijí nejen v teoretické části výuky, ale i nadále ve své budoucí praxi.

Mgr. Martina Paclíková

„Nehodou to začíná“

Čtvrtek 22. 11. 2018 Kino Aero v Praze 3 - Preventivně výchovný program.

„Nehodou to začíná“ byl interaktivní 90 minutový preventivně edukační pořad pro žáky ve věku 15 - 20 let. Byl určen všem, začínajícím i budoucím řidičům motorových vozidel. Nebyla to však nudná přednáška, ba naopak velmi zajímavý až zábavný pořad využívající interaktivní prvky, které žáky vtáhly do dění. Účast byla **zdarma** pro všech 120 žáků prvních ročníků naší školy. Projekt **Nehodou to začíná** je financován z **Fondu zábrany škod** České kanceláře pojistitelů.

Ve školních lavicích mají žáci v rámci třídnických hodin zařazeno téma zabývající se chováním na silnicích, chodníku, zkrátka pohyb na silniční komunikaci. Pokud téma opakují rodiče a učitelé, žáci už přestávají „poučky“ vnímat. Pokud se mohou přesvědčit sami a vidět opravdový následek dopravní nehody, zasáhne je to opět v plné šíři. Už samotný název projektu říká, že dopravní nehoda spustí řadu



nepříjemností, a proto je vždy lepší nehodě předejít. Ukázka chování, jednání mladých účastníků silničního provozu s důrazem na vlastní odpovědnost, dodržování pravidel

silničního provozu, seznamování s častými příčinami dopravních nehod a jejich následky v případě pochybení. Problematika rozptýlení mobilním telefonem, dodržování bezpečné vzdálenosti a rychlostních



limitů, používání bezpečnostních pásů i správného technického stavu vozidla byla velmi efektivně zpracována a ukázána v plné šíři. Upozornění odborníky na nebezpečí užívání návykových látek ve vztahu k řízení a simulace poskytnutí účinné první pomoci po autonehodě jen dovršila závažnost problému – bezpečnosti na silnicích.

Žáci si z přednášky odnesli zážitky, které v nich zanechaly vědomí, jak sami mohou přispět k bezpečnosti při pohybu na silnici. Ať chodec či řidič jsou při pohybu na silnici velmi zranitelní, pokud se nebudou dodržovat pravidla. Účast v silničním provozu vyžaduje jistou dávku morálky a každý přispívá k celkové bezpečnosti svým dílem. Důsledky svého jednání si neseme po zbytek svého života, tak snad

Mgr. Pavla Hřebíková

Den otevřených dveří – fakulta biomedicínského inženýrství, ČVUT

Dne 23. 11. 2018 se studenti čtvrtého ročníku oboru Zdravotnické lyceum (třída 4. LA) jeli podívat na den otevřených dveří na Fakultě biomedicínského inženýrství ČVUT.



I když se jedná o součást Českého vysokého učení technického v Praze, jako jediná sídlí mimo Prahu, a to v Kladně. Sešli jsme se u stanice metra nádraží Veleslavín a v 10 hodin odjžděli směr Kladno.

Fakulta biomedicínského inženýrství (FBMI) je druhou nejmladší fakultou Českého vysokého učení technického v Praze. Vznikla v roce 2005 z Ústavu biomedicínského inženýrství. V tomto roce zároveň získala od města Kladna budovu (Kokos) na náměstí Sítná. Postupně byly vybudovány laboratoře a také část fakulty přešla v roce 2015 (zdravotnické a bezpečnostní obory) do prostor bývalých kladenských kasáren, které byly pro účely školy nově zrekonstruovány. Fakulta má i tzv. umělého pacienta (patientský simulátor americké společnosti CAE Healthcare), který je zatím nejdokonalejším simulátorem na světě.

Fakulta nabízí devět bakalářských, čtyři magisterské a dva doktorské studijní obory. V současné době na FBMI studuje ve všech formách studia cca 1 800 studentů. Výuka na FBMI je uskutečňována především v Kladně ve spolupráci s předními nemocnicemi v Praze. Pro studenty je zde k dispozici ubytování, stravování a mnoho volnočasových aktivit včetně možnosti zapojení do projektů řešených na FBMI.

Úvodní informace ve velké přednáškové síni poskytl tajemník fakulty Ing. Jaroslav Pluhař, CSc. A postupně také studenti, zastupující všech devět studijních oborů. Mluvili se zaujetím a bylo vidět, že se jim studium na této fakultě líbí. Nakonec proběhla diskuse, kde nejvíce dotazů směřovalo na téma podmínek pro přijetí ke studiu do prezenční a kombinované formy jednotlivých tříletých bakalářských studijních programů pro akademický rok 2019/2020

Pak měli všichni možnost prohlédnout si obě budovy školy. V ní jsou učebny s rozsáhlými laboratořemi. Vše je nové a moderní. Každých 30 min. odjížděl autobus (i když pěšky je to jen cca 15 min) do bývalých, nyní nově zrekonstruovaných,



kasáren, kde mají zázemí zdravotní obory. Zde byla možnost si prohlédnout třeba plně vybavenou sanitku pro záchranou službu.

Pro naše studenty se jeví nejzajímavějšími bakalářské obory zdravotnický záchranář, fyzioterapie, zdravotní laborant a plánování a řízení krizových situací. Vzhledem k tomu, že doprava do Kladna je velmi dobrá a také lze využít ubytování na kolejích, je tato fakulta pro další studium našich studentů určitě velmi perspektivní.

Ing. Libuše Skalická

Exkurze na oddělení centrální sterilizace ve Fakultní nemocnici na Bulovce

Dne 26. listopadu se třída 1. O zúčastnila exkurze na oddělení centrální sterilizace ve Fakultní nemocnici na Bulovce. Celou exkurzi třídu provedla vrchní sestra paní Irena Chládková. Seznámila žáky s provozem na oddělení centrální sterilizace.

Specializované oddělení zajišťuje sterilizaci a kompletní přípravu opakovaně sterilizovatelných zdravotnických prostředků. Oddělení Centrální sterilizace je specializované pracoviště, které povahou svých činností zastává nezastupitelnou úlohu v prevenci nozokomiálních nákaz, a tím se významně podílí na bezpečné komplexní zdravotní péči



o pacienta. Zajišťuje předsterilizační přípravu a sterilizaci zdravotnických prostředků pro operační sály a ostatní oddělení Nemocnice Na Bulovce i pro externí klienty. Výhodou centrální sterilizace je zajištění vysoké kvality předsterilizačních a sterilizačních procesů, školený personál, úspora času ošetrovatelského personálu a v neposlední řadě nižší ekonomické náklady. Technologické postupy předsterilizační přípravy

i sterilizace jsou prováděny v souladu s platnou legislativou. Procesy jsou monitorovány chemickými a biologickými indikátory, se kterými byly žáci seznámeni a jejich výstupem je sterilní zdravotnický prostředek.

Předsterilizační příprava spočívá v přijetí již dekontaminovaných zdravotnických prostředků ve virucidním dezinfekčním prostředku. Předsterilizační příprava zahrnuje mechanickou očistu a termodezinfekci v mycích automatech, funkční a technickou kontrolu a dále balení zdravotnických prostředků do sterilizačních obalů a kompletaci operačních instrumentárií.

Vlastní sterilizace je prováděna v závislosti na typu zdravotnického prostředku sterilizací fyzikální nebo nízkoteplotní chemickou. Fyzikální sterilizace horkou parou pod tlakem při 121°C a 134°C. Chemická sterilizace formaldehydem při 60°C nebo 65°C, sterilizace plazmatem při 51°C. To vše si žáci mohli prohlédnout přímo v provozu. Provozní doba oddělení centrální sterilizace je pondělí až pátek nepřetržitě a v sobotu a neděli a svátky od 7:00 do 19:00 hodin.

Součástí oddělení centrální sterilizace je také centrální úpravna nemocničních lůžek. Zajišťuje dezinfekční servis matrací, lůžkovin, rehabilitačních a polohovacích pomůcek apod. Dezinfekce je prováděna v parním dezinfektoru v pracovní dny během nočního provozu od 20:00 do 6:00 hodin. Oddělení Centrální sterilizace poskytuje kvalitní služby také externím klientům jako například privátním praktickým i odborným lékařům, hemodialyzačnímu pracovišti a dalším.

Doufám, že si žáci z exkurze odnesli mnoho zajímavých a užitečných informací, které budou dále využívat nejen v teoretickém vyučování, ale i v praxi.

Mgr. Martina Paclíková

Výstava - Znovuzrození věže Staroměstské radnice

V rámci kulturních akcí před vánočními svátky jsme navštívili velmi zajímavou výstavu, a to „Znovuzrození věže Staroměstské radnice v Praze“.

Hned poté, co se třída 2. LB sešla s doprovodem na výstavu - třídní učitelkou a JUDr. Zdeňkem Budinou, jsme se vyfotili a sdělili jsme si cíl naší kulturní akce.

Přesunuli jsme se do vstupní haly v přízemí, prohlídli jsme si suvenýry, které si mohou zakoupit návštěvníci tohoto historického objektu. Následně jsme se přesunuli, pomalu, do 2. patra objektu, kde jsme si ujasnili, respektive, zopakovali, že objekt, ve kterém se nacházíme, je z 14. století, přesněji z roku 1338 a byl vystavěn jako sídlo samosprávy Starého Města. Stavba má gotický architektonický styl a její součástí je nádherná věž s výškou cca 70 metrů s arkýřovou kaplí a unikátním orlojem. Na tomto orloji se objevuje každou celou hodinu všech 12 apoštolů. Jedno křídlo, přesněji – ve východní části radnice, bylo zničeno během Pražského povstání na konci druhé



světové války a nebylo již nikdy obnoveno. Věž Staroměstské radnice má tvar hranolu a návštěvníci při prohlídce vyhledávají kromě jedinečného pohledu z věže i historické sály, kapli a podzemí.

My jsme se vypravili na výstavu – Znovuzrození věže Staroměstské radnice, protože je tento historický skvost po náročné rekonstrukci a veřejnosti zpřístupněn od konce září 2018. Opravy dle informací v médiích byly náročné, trvaly více než 18 měsíců a na rekonstrukci se podílelo mnoho odborníků různých profesí. Z videozáznamu, který byl hned u vstupu do prostor věže, jsme zjistili, že náročné práce při rekonstrukci vykonávali architekti, restaurátoři, památkáři, stavbaři a také mnoho dodavatelů nejrůznějšího materiálu. Díky těmto odborně zdatným lidem můžeme opět obdivovat doslova „Znovuzrozenou věž Staroměstské radnice“.

Při vstupu do interiéru věže jsme si sáhli na obnažené kamenné bloky i cihly, které jsou původní. Také jsme si prohlédli několik soch svatých. Paní průvodkyně nám sdělila, že oprava věže Staroměstské radnice probíhala postupně ve třech etapách. Nejdříve se opravila

střecha a ochoz, a potom teprve orloj a kaple. Tento postup byl zvolen z důvodu, že bylo nutno vyměnit část krovu, a opravit statiku a vybudovat nové zábradlí kvůli bezpečnosti turistů. Kaple byla důkladně opravena, hlavně byly odstraněny praskliny na zdech i na podlaze a také vitráže byly precizně repasovány. Ve 2. patře – v Galerii Praesidium jsme obdivovali pohled z oken na Staré Město, ale také sochy svatých – Vojtěcha, Víta, Ludmily a Václava. Orloj se opravil také a na Staroměstskou radnici se vrátila i socha Madony s Ježíšem o hmotnosti 350 kg. Při rekonstrukci byly nalezeny různé odkazy z minulosti, jako například 70 let stará zpráva pana Suchardy. Pan Sucharda vytvořil těsně po skončení Druhé světové války, nové dřevěné plastiky apoštolů a figury na orloji.

Byla to dobře zvolená kulturní akce, protože nás všechny obohatila a rozvinuli jsme kompetence k učení a také sociální kompetence. Užili jsme si i dobrý pocit, že jsme se procházeli po podlaze, po které chodili naši významní předkové od roku 1338.

Mgr. Darina Vichrová

Neviditelná výstava

Dne 20. prosince 2018 studentky druhého ročníku oboru Sociální činnost navštívily v rámci předmětu péče o seniory a ostatní občany Neviditelnou výstavu, která se konala v Novoměstské radnici na Karlové náměstí. Výstava měla dvě části, a to viditelnou a zatemněnou.

Ve *viditelné části* výstavy si mohly žákyně prohlédnout výstavu fotografií významných osobností se zrakovým postižením jako např. významného italského tenoristu Andrea Bocelliho. Dále se studentky mohly seznámit s různými pomůckami, jež ulehčují nevidomým lidem život. Byly tam pomůcky jako např.: indikátor hladiny vody, indikátor



barev, zvětšovací lupa, digitální zvětšovací lupa, rozlišovač bankovek či Pichtův psací stroj pro nevidomé. Žákyně si rovněž mohly prohlédnout pomůcky pro zábavu a volný čas. Byly tam např. různé stolní hry jako

domino nebo tzv. pexeso pro ruce Goki Hmatová hra či piškvorky, které se mohou hrát na speciální desce.

V *zatemněné části* si žákyně vyzkoušely, jaké nástrahy na nevidomé čekají každý den. Naše kroky vedla nevidomá průvodkyně, která trpělivě odpovídala na všechny zvědavé otázky žákyň. Tato část trvala asi jednu hodinu a spočívala v tom, že jsme procházely v úplné tmě jednotlivými místnostmi, a to podél zdi, která nám pomáhala s orientací v prostoru. Podle hmatu jsme hádaly, v které místnosti se nacházíme. Prošly jsme tak celou domácnost od kuchyně po koupelnu. Dále jsme se vyskytly i na rušné ulici, na které nám prodavač nabízel ovoce, na výstavě soch či na procházce v lese. Na konci prohlídky se žákyně občerstvily u neviditelného baru, kde nás obsluhovala naše průvodkyně.

Na této výstavě jsme poznaly svět nevidomých, který se nedá popsat slovy. Dá se jen zažít. Pro žákyně to byl velmi interaktivní zážitek, mohly si vyzkoušet na vlastní kůži, jak se orientovat v prostoru pouze podle instrukcí průvodkyně a podle svého hmatu. Myslím, že většine žákyň se díky tomuto zážitku změnil pohled na nevidomé osoby. Díky výstavě víme, že být nevidomý je velice náročné, ale na druhou stranu, že to jde, a že když máte ty správné lidi kolem sebe, jde to mnohem lépe.

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

Mgr. Alžběta Jonáková

Návštěva výstavy Koudelka 68: Invaze v Národní galerii

Dne 21. prosince 2018 jsme v rámci výuky dějepisu navštívili se třídou 2. A fotografickou výstavu Koudelka 68: Invaze & Archivní záběry Jana Němce, které poskytla prostory Národní Galerie v pátém patře pražského Veletržního paláce.



Moderně zpracovaná multimediální výstava byla plná dobových záznamů fotografických, ale také rozhlasových a filmových. V další části pak byly instalovány informační panely, které podrobně vysvětlovaly a objasňovaly události týkající se jak Pražského jara, tak i samotné srpnové invaze roku 1968 a jejích následků pro Československo. Studenti měli možnost porovnat dané informace nejen s látkou, aktuálně probíranou v hodinách dějepisu, ale také s vypravováním svých prarodičů, kteří invazi zažili.

Jelikož nám to čas dovolil, zhlédli jsme následně i dvě stálé expozice: „Umění nejdelšího století 1796-1917“, kde převažovala díla impresionistických mistrů a „První republika 1918-1938“, kde zase vynívala díla kubistických malířů, např. Josefa Čapka.

Většinou studentů se výstava moc líbila a do vánoční atmosférou prodchnutých domovů se vraceli obohaceni o znalosti jednoho z nejvýznamnějších milníků našich dějin.

Mgr. Karel Markvart

Návštěva světa plného smyslů



V předvánočním období jsme navštívili muzeum smyslů. Muzeum se nachází v centru Prahy v Jindřišské ulici. Je to místo plné interaktivní zábavy vzdělávání a poznání. Celá expozice muzea je zaměřena na vědomé pozorování našeho smyslového vnímání, a to vše velice hravou formou. Cílem muzea je probudit v návštěvníkovi smysly prostřednictvím zážitků a inspirovat ho k tomu, aby tyto tělesné vjemy více prožíval. Muzeum bylo založeno v roce 2016 v místě bývalé konírny nynějšího Harrachova paláce. Je zde více než 50 exponátů, které se zaměřují nejen na lidské smysly, ale také smyslové klamy a iluze. Každý z exponátů nám umožnil dozvědět se více o tom, jak naše smysly fungují a jak je používáme. Mohli jsme si vyzkoušet každý jev, otestovat exponáty, stali jsme se tedy přímou součástí expozice. Výstava byla velmi zábavná a zároveň měla i jasný vzdělávací charakter. Veškeré podrobnosti a zajímavosti o jednotlivých jevech nám pak objasnila průvodkyně, která nás celou expozicí provedla. V úvodní části muzea jsme procházeli neosvětleným zrcadlovým bludištěm a imitovanou džunglí, kde jsme mohli obdivovat obrácený tok vody z vodního kohoutku. V další části naší cesty muzeem jsme se poučili o vnímání světla a světelném spektru prostřednictvím Barevné místnosti, kde

jsme měli příležitost otestovat svůj zrak. Dozvěděli jsme se, že Světlo tvoří barva červená, zelená a modrá. Tyto barvy společně vytvářejí spektrum bílého světla. Reflektory zářící intenzivně v primárních barvách překrývají proud světelných paprsků a přitom vzniká iluze světelného bílého paprsku. Tomuto jevu se říká teorie sčítání barev. Na stěnách muzea visely barevné spektrogramy. To jsou speciální trojrozměrné obrazy, které ukrývají předměty a tvary, cílem bylo nalézt všechno, co v nich bylo ukryto. Dále jsme si mohli vyzkoušet některé jevy, které se mohou odehrávat také v přírodě například ve fontáně s mincí (viz obrázek), která se podobala větrnému tornádu nebo vodnímu víru. V imitované poušti to byla fata morgána a princip useknuté hlavy.

Zajímavým zážitkem byl plot na výměnu obličejů, kde jsme si mohli vyměnit některé části obličeje se spolužákem. Hmat jsme testovali při zkoušce různých materiálů ukrytých v krabici, čich při zkoušení vůní a koření v malých boxech. Velký úspěch sklidilo lůžko s hřebíky, které z počátku budilo hrůzu, ale po ulehnutí na něj jsme se přesvědčili, že se jedná o celkem příjemný zážitek. Rotujícím tubusem jsme stěží prošli. Uvnitř tubusu byla dlouhá lávka, která se současně otáčela a působila na rovnovážné ústrojí. Bez zábradlí nebylo možné lávku zdolat. Pobavili a vyfotografovali jsme se v speciálně vytvořených místnostech. Disko sál byl plný zrcadel, vzbuzoval v nás dojem velké haly plné lidí. V obrácené místnosti jsme se postavili a vyfotili vzhůru nohama. Kolik času je potřeba k tomu, abychom povyroستli o 10 centimetrů, o metr, nebo dokonce ještě víc?



V Amesově místnosti jsme to mohli vyzkoušet a během chvíle vyrůst. V poslední části muzea, v herně, jsme si chvíli lámali hlavy nad četnými hlavolamy. Zábavu jsme si také užili ve foto-koutku, kde jsme k focení využili různých převleků, doplňků a masek. Součástí muzea je také krámk se suvenýry, kde bylo možné zakoupit různé deskové hry, hlavolamy a přání.

Muzeum smyslů se nachází v historickém objektu Harrachova paláce, my se vyfotili v dobově zrekonstruovaných stájích hraběte.

Návštěva v muzeu smyslů byla pro nás všechny obohacujícím zážitkem a příjemně stráveným časem. Všem můžeme vřele doporučit. Navštivte ho také!



Mgr. Tereza Johnová, Mgr. Taťána Janíková

Maturitní ples SZŠ Ruské

Dne 4. 1. 2019 se konal v paláci Lucerna Maturitní a imatrikulační ples naší školy. Slavnostní zahájení bylo naplánované na 19.30 s tím, že

ples bude přístupný o půl hodiny dříve. Samotní maturanti byli na místě již od 17.00 a pilně nacvičovali nástup a doladřovali detaily svých třídních maturitních vystoupení.



Když se sál začal plnit, atmosféra houstla a bylo cítit napětí v kombinaci s nadšením. Maturanti i imatrikulanti už stáli na svých pozicích, ale než došlo k samotnému zahájení, vstoupili do sálu profesionální tanečníci a několika klasickými tanci odstartovali ples. Po několika úvodních slovech od naší vždy milé a pohotové moderátorky nastalo stužkování prvních ročníků. Všem to moc slušelo, a žáci tak byli slavnostně přijati do družiny SZŠ Ruské.

Po odchodu našich nejmladších byla řada na naše nejstarší. Po dokonale provedeném slavnostním nastoupení byli představeny všechny třídní učitelky i všichni třídní učitelé a jejich třídy hlasitě doprovázely jejich vyřčená jména. Následovalo šerpování a focení všech tříd. Po tomto úkonu si všechny třídy vzaly své plachty, do kterých zachytávaly peněžité příspěvky od všech svých blízkých. Nemohl chybět ani tanec s učiteli a rodiči. Posledním úkolem a zároveň potěšením bylo třídní maturitní vystoupení. Všechny třídy se ho ujaly s vervou a také se všem třídám velmi povedlo. Pak už následovalo jen veselí, tanec a dobrá zábava.

Mgr. Pavla Dvořáková

Exkurze k Obvodnímu soudu pro Prahu 10

Dne 8. ledna 2019 jsme se studenty třídy 3. S, navštívili zajímavé soudní jednání Obvodního soudu pro Prahu 10. Ten sídlí, spolu s dalšími OS, v nedalekém soudním komplexu Na Míčáncích, který patří mezi největší v ČR.

Žáci byli před příchodem k soudu řádně poučeni, jak se mají chovat v průběhu soudního líčení.

Případ se týkal několikanásobného napadení osob a loupeže, způsobené jediným pachatelem. Ten byl vždy v době inkriminovaného incidentu pod vlivem alkoholu. Dle tetování na krku se hlásí k neonacistické ideologii. Poprvé napadl dva příslušníky sexuální menšiny v parku, jednoho z nich zranil v obličeji tak, že týden nemohl vykonávat své povolání; druhému, který se pokusil utéct, roztrhl triko. V dalším případě okradl známého, se kterým popíjel alkohol, o mobilní telefon. V neposlední řadě napadl o dvě hlavy menší sousedku v jejím bytě, omotal jí kabel kolem krku a vyhrožoval vyhozením z okna.

Tříčlenný soudní senát se nakonec rozhodl případ odročit z důvodu výslechu dalších svědků. Rozsudku jsme se tak, ani po více, než tříhodinovém líčení, nedočkali. Studenti byli přesto ze soudního líčení nadšeni a v budoucnu by rádi návštěvy soudu zopakovali.

Mgr. Karel Markvart

Ekonomická olympiáda: Úspěch našich studentů v krajském kole

15 000 účastníků, 337 zúčastněných škol, 740 účastníků krajských kol – těmito čísly lze charakterizovat Ekonomickou olympiádu. Studenti naší školy dokázali, že jako reprezentanti zdravotnických oborů mohou ve finanční gramotnosti směle konkurovat gymnazistům i studentům ekonomických škol.

Dne 28. 1. 2019 se v Praze konalo krajské kolo Ekonomické olympiády, kterého se účastnilo více než 70 studentů pražských

středních škol. SZŠ Ruská vyslala do soutěže 3 zástupce, kteří s dosaženým bodovým hodnocením postoupili ze školního kola. Soutěžící čekali náročný test, v němž měli vedle znalostí z ekonomické teorie prokázat logické myšlení i všeobecný přehled o aktuálním dění. Za odměnu je poté čekal zajímavý program plný přednášek, soutěží a diskusí s odborníky.



Naši ekonomové dosáhli v krajské soutěži vynikajícího výsledku - z celkového počtu 73 účastníků se umístili takto:

20. místo – Filip Š.

39. místo – Oleksandr B.

57. místo – Lenka B.

Gratulujeme a přejeme mnoho dalších úspěchů!



Získávání odborných zkušeností na severu Evropy

V tomto školním roce se realizovala odborná zahraniční stáž našich studentů pod hlavičkou projektu „Specifika ošetrovatelské a sociální péče v severské zemi“ v rámci programu Erasmus+. Tato stáž, které se zúčastnilo pět žáků oboru Zdravotnický asistent, dva žáci oboru Sociální činnosti a dva žáci oboru Ošetrovatel, se uskutečnila ve spolupráci s finským partnerem v univerzitním městě Jyväskylä.

Naší přijímající institucí byla Jyväskylän College, která zajistila našim stážistům pracovní pozice v domovech seniorů, ve kterých pracovali pod dohledem finského ošetrovatelského personálu společně s finskými studenty. V prvních dnech se naši žáci seznámili s chodem školy a zúčastnili se výuky hodin ošetrovatelství, ve kterých finským učitelům předvedli svoje odborné dovednosti. Teprve potom byli rozděleni do tří skupin, které pracovaly ve třech různých domovech seniorů. Zde spolu s finskými studenty uspokojovali potřeby klientů v základních oblastech – nutriční a hygienická péče, dopomoc s oblékáním, péče o kůži a dutinu ústní. Zkoumali rovněž preventivní opatření dané instituce, která podporují prevenci pádu jejich klientů. Dále se podíleli na aktivizaci klientů pomocí ergoterapie a kognitivního tréninku paměti a uspokojování jejich sociálních potřeb. Všechny prováděné výkony prováděli na základě svých kompetencí v závislosti na oboru, který jednotliví žáci studují. Svoje poznatky a nové zkušenosti prezentovali stážisté formou prezentací na závěrečném evaluačním semináři, kterého se zúčastnili studenti a učitelé Jyväskylän College, zástupci managementu z obou domovů seniorů i doprovázející pedagogové.



Všem se vystoupení našich žáků v angličtině velmi líbilo a paní Seija Rossinen, která osobně celou stáž zajišťovala, nám sdělila, že obhajoba stáže vlastní prezentací studentů je nápad, kterým se určitě nechají v budoucnu inspirovat.

Na závěr tohoto semináře obdrželi žáci potvrzené výsledky Jednotek učení a Europass Mobility, ve kterém jsou tato stáž a její dosažené výsledky zaznamenány. Tímto certifikátem se budou moci prokazovat ve své profesní kariéře.

Diseminace

Se specifiky ošetrovatelské a sociální péče ve Finsku seznámili žáci svoje spolužáky na teoretických hodinách ošetrovatelství i na odborné praxi. Dále vystoupili se svými odbornými prezentacemi na předmiotové komisi ošetrovatelství, kde byli přítomni všichni vyučující odborných předmětů a zástupci sociálních partnerů školy. Nové poznatky nepřivezli jen žáci, ale i učitelka odborných předmětů Mgr. Tereza Johnová, která stážisty po celou dobu zahraniční praxe odborně vedla. Díky tomuto odbornému pobytu dojde jistě ke zkvalitnění výuky odborných předmětů i obohacení našeho ŠVP.

RNDr. Dagmar Kenkušová
projektový manažer

Lyžařský a snowboardingový kurz Rakousko

Lienzské Dolomity 12. - 18. 2. 2019

Každoročním cílem lyžařského pobytu žáků naší školy bývají Lienzské Dolomity, vápencové pohoří v blízkosti hlavního města Východního Tyrolska - Lienzu. Zacíleno je na sportovně nadané a zdatné žáky především z oboru bezpečnostně právní činnost. Letošními účastníky bylo 45 žáků tříd 1. BB, 1. A, 1. LA, 1. T, 3. BB, 3. BA a 3. A.

Lyžaři i snowboardáči si to letos opět užili! Pod vedením dospělých milovníků hor Mgr. Miroslava Svobody, Mgr. Jiřího Teichmana, Mgr. Petra Hraška, Mgr. Jany Beranové a za nepřetržitého zdravotnického dohledu Mgr. Patrika Burdy se lyžařský kurz vážně vydařil.

Rozdělení do výkonnostních skupin neslo své ovoce. Dokonce se zde opravdu naučili stát na lyžích i úplní začátečníci a styl zlepšili pokročilí. Kilometry nádherně upravených černých, červených i modrých sjezdovek končily právě na trénovacím kopci. Mohli jste se řídit ohromnou rychlostí, nebo pilovat svůj styl. Zábavný Snow Park s různými překážkami, skákacími rampami i slalomem určený především snowboardákům učaroval i lyžařům. Studenti i učitelé zde potvrdili svou výkonnost.



Pension Zetttersfeld nabídl komfortní ubytování se skvělým zázemím a 50 metrů vzdálený Alpengasthof Bidner nám poskytoval snídaně, obědy a večeře. Rodinnou atmosféru podtrhovalo i pečlivě připravované typicky tyrolské jídlo jako například **Daumnidei**, smažené

nudle z brambor, které se podávají na pánvi společně s kysaným zelím a nebo **Strauben** - sladké smažené pečivo posypané moučkovým cukrem.

Odříznuti od reality s výhledem na svět rozervaných skalních věží Lienzských Dolomit vdechující neuvěřitelně čerstvý vzduch, jenž pražské plíce téměř nedokázaly vstřebat, s metry napadnutého sněhu, jsme si připadali jako v pohádce. Věda, že stačí sjet kabinovou lanovkou zpět do údolí a kouzlo bude pryč. Těšíme se opět na další rok!

Mgr. Jana Beranová

Ošetřovatelská soutěž – 5. ročník

V letošním školním roce tradičně proběhl 5. ročník ošetřovatelské soutěže. Hlavní téma bylo "Rehabilitační ošetřovatelství".

Školní kolo se konalo 14. 2. 2019 a účastnilo se ho 8 žáků z 3. a 4. ročníků. Soutěž je

koncipována jako teoreticko – praktická, kdy žák zpracuje vybrané téma ve formě prezentace, kterou přednese porotě s přihlédnutím k moderním trendům.

V první, teoretické části, soutěžící přednesli připravenou prezentaci z oblasti okruhů určených k teoretickému zpracování:

1. Novinky a zajímavosti v oblasti metod rehabilitace
2. Pasivní rehabilitační ošetřovatelství – polohování, cvičení
3. Vertikalizace – nácvik sedu, stoje, chůze
4. Nácvik sebeobsluhy
5. Dechová cvičení



6. Aktivní rehabilitační ošetřovatelství – kondiční cvičení
7. Aplikace tepla a chladu
8. Nácvik komunikačního procesu



V porotě hodnotily výkony soutěžících 9 odborných učitelek, z toho 6 v odborných učebnách A nebo B. Jako nejlepší výkon byl vyhodnocen u žákyně Jany T. ze třídy 4. B, která reprezentovala naši školu v republikovém kole.

Mgr. Gabriela Anisová

ENERSOL 2019

V posledním únorovém týdnu se na Střední škole – Centrum odborné přípravy technickohospodářské v Praze 9 konal již 15. ročník vzdělávacího programu ENERSOL 2019 na téma „Úspory energií, obnovitelné zdroje a snižování emisí v dopravě“, kterého se i letos zúčastnili žáci naší školy. Do školního kola se zapojily 3 trojice žáků. Všechny 3 projekty postoupily do celopražského kola, kde bylo podáno



celkem 73 žakovských prací ve třech kategoriích. SZŠ Ruská získala dvě 9. místa. Velice úspěšná byla trojice hochů ze třídy 3. LA Michael, Oleg a Vojtěch, kteří se zatím zúčastňují této mimoškolní aktivity od 1. ročníku studia a Adéla, Betty a David z 1. LB –

letošní „nováčci“. Škoda, že trojice dívek z 1. LA se finálového kola nechtěla zúčastnit. Jejich projekty „Šetření elektrickou energií v SZŠ Ruská“ a „Ekologie v dopravě“ porotu zaujaly a dle slov



prezidenta asociace Enersol Mgr. Josefa Ležala byly oživením letošního jubilejního ročníku. Úspěch studentů naší školy vidím v tom, že jsme jedna z mála pražských odborných škol s netechnickým zaměřením, a přesto jsou naši studenti schopni svými zájmy a znalostmi konkurovat žákům ze SOŠ s technickým, strojírenským či elektro zaměřením.

Prezident asociace Enersol Mgr. J. Ležal zaslal v minulých dnech k rukám ředitelky SZŠ Ruská PhDr. et Mgr. Ivanky Kohoutové, PhD., děkovný dopis, v němž ocenil její podporu tomuto programu, ocenil práce žáků a zmínil i práci koordinátora EVVO.

Mgr. Jan Reiter

Exkurze – Oddělení krevní banky

V rámci předmětu Ošetřovatelství měli žáci 2. A možnost navštívit Oddělení krevní banky ve FN Motol. Provázel nás Mgr. Martin Matějček, který nás seznámil 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 prenatalní vyšetření těhotných žen, ozařování transfuzních přípravků, autologní odběry plné krve před plánovanými operacemi, podílí se i na školení mediků a laborantů.

Žáci se podívali i na druhou část oddělení, kde se provádí autotransfuze. Jedná se o transfuzi, která pochází z cirkulace pacienta/příjemce. Největšího rozmachu dosáhly v 90. letech 20. století. V posledních letech odebírají zhruba 95% všech autotransfuzí pro ortopedické pacienty, převážně po náhradách kyčelních a kolenních kloubů. Odebraná krev pro autotransfuzi je uskladněna v samostatném monitorovaném chladícím zařízení a doba její expirace je 35 dní. Zde jsme měli možnost vidět práci sestry přímo v akci. Celý tým se nám plně věnoval. Lékařka nám ukázala separátor, který odděluje jednotlivé složky krve.

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 (kardiochirurgických, ortopedických, po transplantacích apod.), při léčbě zhoubných onemocnění, u 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.

Na obrázku můžete vidět nejmodernější přístroj, který zajišťuje speciální imunohematologické vyšetření krve a separátor zajišťující oddělení jednotlivých součástí krve.

Mgr. Gabriela Anisová

Den Vltavy 2019

V neděli 17. března 2019 se v Praze uskutečnil již pátý Den Vltavy. Zúčastnili se ho i naši žáci.



Světový den ústního zdraví

20. březen je vyhlášen jako Světový den ústního zdraví, který má podpořit zdraví ústní dutiny a zdůraznit prevenci stomatologických onemocnění. V rámci tohoto dne jsme uspořádali preventivní program pro 1. ročníky. Celkem asi pro 100 žáků. Nejen ukázky správné hygieny

dutiny ústní, ale i sami na sobě vyzkoušet správnost péče, mohli žáci za podpory studentů 3. LF UK Praha.



„Hlavní prevencí zubního kazu je perfektní dentální hygiena“ znělo unisono z úst studentů Lékařské fakulty oboru dentální hygienista. Zapomeňme na výmluvy. Pravdou je, že za vznik zubního kazu si v naprosté většině případů můžeme sami. My a řada drobných nevhodných návyků, které se staly součástí našich všedních dní. Podívejme se dentální hygieně „na zoubek“. Čemu se vyhnout a jaké jsou trendy v péči o zdravý a zářivý úsměv? Tyto otázky kladli žákům a chtěli podnítit zamyšlení nad vlastním chováním.

V první teoretické části žáci zjistili, že čištění zubů je poměrně sofistikovaná záležitost. Kolik ústní dutina obsahuje různých zákoutí, kam se dá běžným kartáčkem jen obtížně dostat. Na zubech se především v místech, která se obtížně čistí (zubní krček, rýhy na žvýkacích plochách zubu), usazují bakterie zubního plaku, které při zpracování cukrů produkují agresivní kyseliny. Otázka číslo jedna je nákup různých typů kartáčků. Dalším faktorem je pak výběr vhodné zubní pasty a ústní vody. Zde je rada odborníka k nezaplacení, protože volba zubní pasty či ústní vody je úzce spojena s vlastnostmi zubů či

případnými onemocněními nebo náchylnosti k nim, kupříkladu odhalování zubních krčků, zbarvení zubní skloviny či sklony k paradentóze. To ale předpokládá perfektní péči o dutinu ústní, jejímž základem je správné a pravidelné čištění zubů alespoň dvakrát denně. Vhodnou techniku je lepší se naučit při nácviu s odborníkem než prostřednictvím psaného návodu. Nicméně další užitečné návyky si snadno osvojíte sami. Žáci si zuby pomocí kartáčku na zuby vyčistili. Postupovali stejně jako doma. Při užití barevné tablety si mohli zkontrolovat, jak dobře postupovali. Smích doprovázel přednášku, když viděli své úspěchy/neúspěchy. Obarvený plak v nedobře čištěné dutině ústní pak byl zpětnou vazbou. Aktivní péče o zuby měla úspěch.

Mgr. Pavla Hřebíková

Celostátní kolo ošetřovatelské soutěže

Ve čtvrtek 21. března 2019 se na naší škole konalo celostátní kolo ošetřovatelské soutěže. Soutěže se zúčastnilo celkem 16 studentů ze zdravotnických škol z celé ČR. Soutěž v 9:30 zahájila PhDr. et Mgr.



Ivanka Kohoutová, Ph.D., ředitelka školy. Probíhala podobně jako při školním kole konaném v únoru.

Soutěžící z mimopražských SZŠ byli doprovázeni našimi studenty ze třídy 3. A.

V první, teoretické části, soutěžící přednesli připravenou prezentaci z oblasti okruhů určených k teoretickému zpracování v rámci rehabilitačního ošetřovatelství. 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 2. A.

V komisi byli kromě odborných učitelů také hosté, odborníci z praxe, výhradně z pražských nemocnic: Mgr. Martinová Veronika (FNKV), Mgr. Vlachová Marie (FNM) a Mgr. Miková Hana (FNM). Praktická část soutěže probíhala ve 3 odborných učebnách (A, B nebo C) dle vylosovaného čísla na začátku soutěže. Komise výsledek 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.

Výsledky soutěže:

1. místo - Pavel B., SZŠ Brna
2. místo - Kristýna P., SZŠ Frýdek-Místek
3. místo - Kristýna Š., SZŠ Ústní nad Labem

Naše studentka obsadila v soutěži 4. místo.

Další školy, které u nás soutěžily:

OA a SZŠ **Blansko**, SZŠ a VOŠZ **Plzeň**, SZŠ a VOŠZ **Ostrava – Vítkovice**, VOŠ,OA, SPgŠ a SZŠ **Most**, SZŠ, VOŠZ a OU **Trutnov**, VOŠZ a SZŠ **Hradec**

Králové, SZŠ **Jihlava**, Gymnázium a Střední odborná škola zdravotnická a ekonomická **Vyškov**, SZŠ **Kroměříž**, SZŠ a VOŠZ **Praha 4**, SZŠ **Beroun**, SZŠ **Jindřichův Hradec**.

Soutěž poskytla všem zúčastněným řadu inspirujících postřehů, zkušeností a příjemných setkání. Budeme se opět těšit na účast v příštím roce.

Mgr. Gabriela Anisová
Předseda PK OSE, OSN

Sbírka Srdíčkové dny ve školním roce 2018 - 2019

I v letošním školním roce se naše škola zapojila do celostátní sbírky Srdíčkové dny organizované obecně prospěšnou společností Život dětem, která pomáhá potřebným již od roku 2000.

Srdíčkové dny se dostaly do povědomí široké veřejnosti a představují pro lidi dobročinnou akci, která probíhá třikrát ročně na jaře, na podzim a v zimě. Každé sbírkové období provází tvář dítěte, která symbolizuje, komu jsou peníze určeny. Do sbírky se zapojují základní a střední školy, dobrovolné skupiny i jednotlivci. Naše škola zapojuje žáky formou dobrovolníků, kteří ve stanovený den sbírky na území svého města či obce nabízí za symbolické ceny lidem upomínkové předměty. Studenti vždy chodí ve dvojici nebo trojici, kdy jeden student má k dispozici zapečetěnou kasičku na vybrané finanční prostředky a druhý student má tašku s logem, ve které má uloženy sbírkové předměty k prodeji a třetí nabízí informační



letáky, které obsahují podrobné informace o sbírce. Žáci zájemcům ochotně vysvětlí účel sbírky. Všichni jsou označeni jmenovkami, na kterých mají uveden název školy, kterou zastupují a své jméno. Současně má každá skupinka k dispozici kopii sbírkového povolení.

Na sbírce ve školním roce 2018-2019 se aktivně podílely třídy 2. O a 3. O. Ve dnech 17. a 21. září 2018 se povedlo žákům vybrat částku 8 088 Kč. Další termín sbírky se konal 3. a 4. prosince 2018 a v tomto termínu vybraná částka činila 11 656 Kč. Posledním termínem v tomto školním roce byl 25. a 26. březen 2019. I na jaře byli žáci velmi úspěšní a získali finanční částku 10 431 Kč. Žákům se povedlo prodat většinu upomínkových předmětů. Studenti je s velkým nasazením nabízeli v naší škole, ve svých bývalých základních školách, na pracovištích rodičů nebo na ulicích měst a obcí. Prodejem magnetek se zvířátky, reflexních srdíček, propisovacích tužek, kávy, přívěsků a jiných drobností se podařilo vybrat v tomto školním roce získat pro hendikepované neuvěřitelnou částku 30 175 Kč.

Peníze ze sbírek jsou určeny pro rodiče nebo zákonné zástupce nemocných dětí do 18 let. Ve výjimečných případech mohou být i starší. Těmto dětem sbírka pomáhá s úhradou zdravotních pomůcek, léčby, rehabilitačních a ozdravných pobytů. Dále peníze mohou čerpat nemocnice, které potřebují pomoci se zakoupením přístrojové techniky a dalšího potřebného vybavení pro JIRP, Kardiocentra a další oddělení, která pečují o nemocné děti. Čerpají také dětská zařízení, ke kterým patří dětské domovy, ústavy pro handicapované děti, ústavy sociální péče, kojenecké ústavy, dětské stacionáře, mohou využít vybrané peníze k pořízení zdravotních, rehabilitačních a výukových pomůcek, hraček nebo na úhradu ozdravných pobytů pro děti.

Další termín sbírky bude 23. - 27. 9. 2019 a věřím, že bude stejně úspěšná jako ta poslední.

Mgr. Radka Líbalová

V. celostátní soutěž v první pomoci pro obor Bezpečnostně právní činnost.

Dne 4. dubna 2019 se na naší škole konal již pátý ročník celostátní soutěž v první pomoci pro žáky oboru Bezpečnostně právní činnost. Do letošního ročníku se přihlásilo 10 škol s 45 soutěžícími. Soutěž připravujeme několik



měsíců dopředu, neboť kromě učitelů odborných a všeobecně vzdělávacích se zapojují všichni žáci oboru BPČ od prvního do čtvrtého ročníku.

Stává se pravidlem, že žáci čtvrtého ročníku pracují v komisi, žáci třetího ročníku soutěží a ostatní předvádějí modely či jsou doprovody pro žáky ze škol, které přijíždějí soutěžit. Cílem soutěže je prověřit znalosti, praktické dovednosti a správné postupy při poskytování první pomoci v situacích ohrožujících život. Vzhledem k tomu, že pořádáme již pátý ročník, tak je pro nás i příjemné se setkat s kolegy a žáky daného oboru i z jiných škol a předat si vzájemně zkušenost. A pokud se podaří počasí a soutěž probíhá podle plánu, tak se dá říci, že si všichni soutěžní den užijí. V minulých letech jsme připravili dvě trasy s pěti stanovišti. Důvodem této koncepce byl vyšší počet družstev a čas, za který musí být soutěž ukončena, aby se mohli žáci v pořádku a včas vrátit. Soutěž zahájila paní ředitelka PhDr. et Mgr. Ivanka Kohoutová PhD., která vřele přivítala nové učitele a žáky ze škol, kteří doposud neměli zkušenost se soutěží, ale také známe tváře soutěžících žáků z minulých let. Paní ředitelka popřála všem hodně úspěchů a příjemné prožití celého dne. Po oficiálním uvítání jsme vyzvali velitele



družstev, aby si vylosovali pořadí startu. Celkem se na trasy vydalo 14 soutěžních družstev. Každé družstvo prošlo pěti stanovišti. Žáci třetího ročníku přesvědčivě zahráli popálené, krvácející zraněné či poraněné

elektrickým proudem. Rovněž byli přesvědčiví v situacích ohrožujících život jako je infarkt myokardu či šok. Komisi na stanovišti tvoří každoročně učitelé odborných předmětů, všeobecně vzdělávací učitelé a žáci ze čtvrtého ročníku oboru Bezpečnostně právní činnost. Komise hodnotila podle 10 bodovaných kritérií. Na každém stanovišti mohli soutěžící získat 50 bodů. V závěrečném hodnocení se kromě správného postupu hodnotila i pozice velitele družstva, jeho schopnost koordinovat zásah, vést družstvo k správnému zajištění postižených s cílem předejít rozvoji komplikací. Samozřejmostí celého postupu a následného hodnocení byla efektivita zásahu a správný kontakt na ZZS či ostatní složky IZS. I letos nám přálo počasí a my mohli využít prostoru zahrady. Využitím jarní rozkvetlé zahrady se stává soutěž zajímavější a atraktivnější. Výsledky byly vyhlášeny u všech soutěžních družstev, první tři místa jsme ocenili diplomy a věcnými dary. Všichni žáci obdrželi potvrzení o účasti v soutěži.

Pořadí soutěže bylo následující

1. místo obsadili žáci Roman K., Jan S., Daniel J. ze Střední školy Kateřinky - Liberec, s.r.o. se ziskem 221,5 bodů.

2. místo obsadili žáci Petr D., Jakub J., Otto H. z Trivisu Praha ti získali 219,8 bodů

3. místo obsadili opět žáci ze Střední školy Kateřinky - Liberec, s.r.o., Kristýna B., André Samuel K., Jan H. s počtem 213,5 bodů.

S počtem 196,5 bodů a na šestém místě skončilo naše soutěžní družstvo Blanka Z., Lucie U. a Daniela S.

Výhercům gratulujeme a všem žákům děkujeme za účast.

Mgr. Taťána Janíková vedoucí PKLO

Den ochrany člověka

Dne 10. 4. 2019 proběhla v budově naší školy preventivní akce pro žáky 1. a 2. ročníků, která byla zaměřena na připravenost žáků ve vztahu k mimořádným událostem ohrožení života člověka. Bylo vytvořeno 8 stanovišť s programem a odbornými přednáškami, přednášející byli zástupci Integrovaného záchranného systému (Policie ČR, Hasičský záchranný sbor hlavního města Prahy, Zdravotnický záchranný systém ze střeďočeského kraje a odborní učitelé školy). Žáci si prakticky vyzkoušeli simulovanou záchranu lidského života resuscitací v trvání 2 minut. Vyslechli vyprávění a seznámili se s vodícími psy Nadace Mathylda Praha. Třídy procházely jednotlivými přednáškami, žáci jednoznačně projevovali zájem o danou problematiku a neskrývali nadšení.





Utíkej, schovej se, bojuj!



Vědět, jak reagovat na krizové situace typu **útok aktivního střelce (útočnicka) / teroristický útok**, je v dnešní době nezbytné. Ve světle událostí, které se odehrávají v Evropě, je znalost těchto pravidel o to důležitější.

Čím je specifický útok tzv. aktivního střelce (útočnicka)? Jak reagovat v případě útoku?

Přednáška pro 1 a 2. ročník při Branně - bezpečnostním dni se nesla v duchu hesla: „Utíkej, schovej se, bojuj“. To se lehce řekne, ale jak, kdy, co použít....? Přednáška se nesla v duchu, jak se ubránit člověku, který má záměr v co nejkratší době zabít co nejvíce lidí bez určitého vzorce výběru obětí. K útoku využívají různé druhy zbraní (střelné, bodné, výbušniny, vozidla ...) Hledali jsme rozdíl mezi útokem aktivního střelce a teroristickým útokem a došli k závěru. Rozdíl je pouze v motivaci útočnicka.

Utíkej!! - první postup, který má svá pravidla. Důležitost v jednání a rozhodnutí, jak, kam běžet.

Schovej se!! - druhá volba, pokud nemám možnost jak utéct. Kam se schovat, jak zablokovat přístup útočnicka? Otázky, na které bylo nutné během přednášky odpovědět a v modelových situacích hledat nejlepší řešení.



Bojuj!! - třetí volba. Nemám-li jinou volbu a život je v ohrožení, musím bojovat rychle a násilně. Úkolem přednášky bylo povědět si o efektivním jednání s použitím předmětů, které se dají využít jako zbraně proti útočnickům. Jak za každou cenu zneškodnit útočnicka. Třída obor Bezpečnostně právní činnost měla ihned jasno jak postupovat. V jiných třídách jsme museli situaci podrobněji vysvětlit a rozebrat. Nápomocný nám byl spot (link na konci článku), který jasně ukázal, jak to udělat. V jiných třídách – oborech studia zas velmi přesně věděli, jak a kam zatelefonovat a vyžádat si pomoc Policie ČR a IZS. Myslím, že největší problém byl při 5 minutové zkoušce povelů:



- Zůstaňte v klidu a poslouchajte její instrukce, nediskutujte, poslechněte!
- Ruce držte vždy ve viditelné pozici, ideálně zdvižené.

Máme v dalších ročnících co dělat, procvičovat a vzdělávat. Prevence je velmi důležitá a štěstí přeje jen připraveným.



<https://bezpecnost.praha.eu/clanky/utok-aktivniho-strelceterorismus>

videospot: <https://www.youtube.com/watch?v=XxkZRze5Pd8>

Mgr. Pavla Hřebíková

Návštěva filmového představení *The Green Book*



Dne 15. dubna 2019 probíhalo na naší škole přijímací řízení, a proto se většina tříd v doprovodu svých třídních učitelů zúčastnila filmového představení *The Green Book*. Promítání se konalo v Obchodním centru Hostivař v 10:00 hodin ve dvou sálech. Před začátkem představení se studenti měli možnost občerstvit, vyučujícím byla nabízena káva.

Co se týče samotného filmu, osobně jsem byla na tento snímek velice zvědavá, jelikož získal celkem tři Oscary, a musím říci, že jsem rozhodně nebyla zklamaná. *Zelená kniha* (v anglickém originále *Green Book*) je americký dramatický životopisný

film z roku 2018, který režíroval Peter Farrelly. Děj filmu je zasazen do roku 1962 a vypráví o turné jazzového pianisty Dona Shirleyho (Mahershala Ali) po segregačních státech jihu USA; šoféra a bodyguarda mu na cestě dělá vyhazovač Tony Vallelonga (Viggo Mortensen).

Název filmu je převzat z amerického motoristického průvodce *The Negro Motorist Green Book*, který sloužil Afroameričanům, aby věděli, které motely a restaurace jsou určené také či výhradně „pro barevné“. Tento životopisný snímek odkrývá otázku rasové segregace v USA, která je jedním z nejčastějších námětů amerických filmů. Film je však zároveň komediálně laděnou road movie.

Myslím si, že tato akce byla velice podařená, žákům a vyučujícím se filmové představení líbilo (to ostatně dokazovalo i ticho v promítacím sále) a odcházeli jsme v dobré náladě.

Mgr. Zuzana Hambálková

EKOLOGICKÁ A ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA v SZŠ Ruská

V ŠVP jsou samozřejmě tak jako na jiných školách témata zaměřená na ekologickou a environmentální výuku zařazená především do výuky biologie, chemie a fyziky. Tradicí se stává **přednáška a následná řízená beseda na pracovišti SÚRAO** (Správa úložišť radioaktivního odpadu). Žáci mají možnost vyjádřit své názory na mírové využití jaderné energie a způsoby a možnosti následné likvidace odpadu. Možná je i diskuze k místům vytypovaným do budoucna jako pravděpodobná úložiště vyhořelého paliva. Žáci se vyjadřují k tématice i z pohledu ochrany životního prostředí pro budoucí generace.

První ročníky studijního oboru zdravotnické lyceum v dubnu 2019 navštívily ZOO koutek v Malé Chuchli jako součást vzdělávacího programu **Péče o volně žijící zvířata**. Žáci viděli handicapované ptáky a savce a způsoby péče o ně. I pro naše středoškoláky převážně žijící v městském prostředí byla řada informací nových a zajímavých a rozšířila jejich obzory. Zakončení proběhlo zábavnou formou vyplněním pracovního listu.



Žáci 3. ročníku zdravotnického lycea absolvovali vzdělávací program **Život vody**. S odbornými lektory prošli oblast zvanou Meandry Botiče. Ačkoliv bylo na dohled ruchem pulzující nákupní

centrum, v toku Botiče a na jeho březích bylo k vidění spoustu zajímavého. Pomocí základní biologické výbavy - misky, sítky, pinzety a určovací klíče všichni s nevšedním zájmem poznávali zejména bezobratlé vodní živočichy. Zajímavé bylo sledovat i překvapení a údiv v očích některých žáků nad tím, co vše žije kolem nás. Akce se konala letos poprvé a pro velký zájem ji budeme určitě v dalších školních letech opakovat.

Škola dlouhodobě spolupracuje také s Dětským domovem v Pyšelích. Letos byla velice úspěšná sbírka ponožek pro malé obyvatele tohoto zařízení a rovněž sbírka krmiva pro psy ze stanice Helpes, která zajišťuje výcvik psů pro nejen zrakově handicapované občany.

Mgr. Jan Reiter

Jak jsme se měli ve Finsku

V měsíci květnu se 9 studentů různých oborů naší školy zúčastnilo odborné stáže ve finském městě Jyväskylä. Studenti zde pracovali v domovech pro seniory, účastnili se několika odborných exkurzí ve zdravotnických zařízeních a také výuky ve škole. Ráda bych se podělila o několik postřehů z naší stáže.

Při účasti ve vyučování jsme si všimli, že žáci se velice často střídají ve skupinách a jednotliví vyučující chystají výuku pro několik tříd společně. Ve výuce jsme zaznamenali několik podstatných rozdílů. Žáci pracují s falešnými léky, především pro ochranu jejich bezpečnosti. Žák tedy ve skutečnosti neví, jak daný lék



vypadá, což může vést k jejich pozdějším záměnám. Překvapilo nás, že se žáci neučí pravidlo trojí kontroly, které je u nás důležitým standardem v prevenci záměny léků. Studenti ve Finsku rozdávají léky ráno do barevně odlišených lékovek na celý den. V domovech pro seniory jsou to pak týdenní či měsíční tabla. Žáci se učí pravidlu dvojí kontroly, kdy po rozdáání léků sestrou druhá zkontroluje rozdané léky po ní. Chybí tak důsledná kontrola podaných léků, na které si v České republice zakládáme. Studenti si zkouší aplikaci léků sami na sobě. To může být velmi přínosné, mohou tak sami posoudit bolestivost zákroku a výkon zažít na vlastní kůži. Inzulín se v domovech pro seniory aplikoval podle množství přijaté potravy a poté se upravila jeho dávka. Je to jednoduchý systém



k předcházení hypoglykémie. Zaznamenali jsme velice důkladný systém zabezpečení léků, lékárny na oddělení jsou opatřeny čipovým systémem. Stejně tak domovy pro seniory jsou velice dobře zabezpečeny proti vniknutí neoprávněné osoby i proti úniku pacienta. Na schodištích jsou zábrany, čipový systém otevírání dveří je při vstupu na oddělení i na pokoji nemocného. Finští studenti se účastní praktického vyučování samostatně bez doprovodu učitelů a jsou zde pod vedením zdravotních sester. Pracoviště, kam dochází, jsou hlavně domovy pro seniory, takže provádí převážně základní ošetrovatelskou péči. Výhodou pro žáky je, že praktická a teoretická zkouška je zde společná. Student po provedení praktické zkoušky obhájí ústně svoji práci. Na naše studenty jsou tedy kladeny větší teoretické nároky. Překvapilo nás, že studenti nejsou zvyklí pracovat s ošetrovatelskou dokumentací, ta bývá zpracovávána až v průběhu studia

ošetřovatelství na vysoké škole.

Naši žáci se účastnili nejen výuky, ale převážně pracovali v několika domovech pro seniory a v zařízeních určených pro válečné veterány. Finské domovy pro seniory byly na první pohled velmi přátelské a bezpečné. Prostředí zde bylo velmi příjemné až domácké. Klienti mají většinou svůj vlastní pokoj, který je vybaven podle jejich vkusu a přání. Od České republiky se lišily nejen vybavením, ale hlavně pružným harmonogramem práce sester. Vše se řídilo především dle přání klienta. Pokud si například přál hygienu ve večerních hodinách, bylo mu to umožněno. Mezi běžné vybavení patřilo vždy několik saun, kam klienti chodí pravidelně několikrát týdně. Velký důraz se zde přikládá aktivizaci. Naši studenti se aktivně zapojili do tréninku paměti, cvičení, ergoterapeutických metod. Překvapilo nás využití u nás neobvyklých zvířat. Setkali jsme se s u nás již běžnou canisterapií nebo využitím robo-plyšáků. Šokujícím zážitkem pro nás bylo zapojení prasátka, které



mohli senioři hladit a krmit.

Ve Finsku se nám velice líbilo, byli jsme velmi rádi, že jsme se mohli této stáže zúčastnit. Myslím, že to bylo velmi přínosné pro obě strany.

Mgr. Tereza Johnová

Exkurze do Psychiatrické nemocnice Bohnice

Dne 28. května 2019 jsme se třídou 3. O absolvovali exkurzi v Psychiatrické nemocnici Bohnice v Praze 8. Nemocnice se nachází v rozlehlém areálu historických budov, které jsou kulturní památkou. Areál byl založen v roce 1903. Nemocnice má mnoho oddělení, např. centrum krizové intervence, oddělení pro léčbu klasických duševních

chorob, oddělení gerontopsychiatrie, oddělení léčby závislostí na alkoholu, drogy nebo gamblerství.

V areálu jsou terapeutické dílny, ve kterých klienti v rámci terapie



mohou pracovat s keramikou, se dřevem, plést košíky, vyrábět svíčky nebo vázat knihy. Klienti mohou pečovat o zvířata, která se chovají přímo v areálu a jsou součástí zooterapie. Dále se zde nachází divadlo Za plotem, které slouží nejenom pacientům, ale i veřejnosti. Pravidelně se v nemocnici koná hudební festival Babí léto, divadelní festival Mezi ploty nebo koncerty v klubu „V. kolona“.

Zdravotní péče je v nemocnici poskytována na třiceti odděleních, která jsou rozdělena podle charakteru onemocnění. Ke zvládnutí akutních stavů pomáhá moderní farmakoterapie. Léky jsou obvykle důležité i v dalších fázích onemocnění. Neméně důležitá je však i psychoterapeutická a rehabilitační péče. Jak nás informovala staniční sestra, mezi velmi účinnou léčebnou metodu patří ECT neboli tzv. elektrokonvulzivní léčba. Provádí se v krátkodobé celkové anestezii. Tato léčebná metoda je založena na opakované elektrické stimulaci mozku a nejčastěji se užívá v sérii 6-12 elektrokonvulzí během 3-4 týdnů. Celková doba výkonu nepřesahuje 10 minut a používá se pouze se souhlasem nemocného.

Se třídou jsme navštívili pavilon 26, kde je poskytována akutní péče. Pavilon je kompletně zrekonstruovaný, má moderní interiér i vybavení a poskytuje celkem 40 lůžek pro muže i ženy ve věku od 18 do 65 let.

Je rozdělen do 2 pater. Jedná se o uzavřené oddělení, kde jsou



hospitalizovaní lidé v akutním stavu, kteří vyžadují intenzivní léčbu. Tři pokoje jsou určeny pro neklidné pacienty a jsou neustále monitorovány. V budově je kuřárna, herna a dílna. V těsné blízkosti budovy je velké

multifunkční hřiště a posezení.

Dále jsme byli v pavilonu 12 a 13. Zde jsou resocializační oddělení pro ženy (pavilon 12) a muže (pavilon 13) do 65ti let, o celkovém počtu 102 lůžek. Zde jsou většinou pokoje 6-8 lůžkové. Přestože se jedná o starší budovy, nemocnice se snaží zpestřit prostředí barevnou výmalbou společných prostor. Jedná se o otevřené oddělení, tzn. že pacienti, kteří dodržují léčebný řád, se mohou volně pohybovat v areálu nemocnice.

Myslím, že návštěva tohoto zařízení se žákyním velice líbila, protože kladly našim průvodcům plno otázek. Také jim rozšířila jejich obzory v možnostech uplatnění oboru Ošetřovatel.

Mgr. Radka Líbalová

Nové závěrečné zkoušky 3. O

Začátkem června absolvovala třída 3. O nové závěrečné zkoušky oboru Ošetřovatel.

Nejdříve se konala písemná část, kterou dne 3. 6. 2019 vykonávalo 15 žákyň v učebně informatiky. Poté, co se každá žákyně přihlásila do internetového systému jednotného zadání a zadala přidělené heslo, počítač jí automaticky vygeneroval otázky z banky úkolů. Všechny

úlohy byly bodově ohodnoceny a celkový počet bodů v písemné části byl 100. Zkouška trvala celkem 240 minut, ale žákyně ji ukončily v mnohem kratší době. Úspěšnost písemné zkoušky byla velice dobrá. Jedna žákyně dosáhla 99 bodů a naopak jedna žákyně neuspěla, protože získala 38 z minimálního počtu 45 bodů. Celkový průměr třídy byl 78 bodů.

Hned následující dny 4. a 5. června 2019 se konaly praktické zkoušky na oddělení dlouhodobé péče v Ústřední vojenské nemocnici v Praze Střešovicích. Zkoušku vykonávalo 16 dívek a byly rozděleny podle abecedy do dvou dnů. Ráno si po zahájení zkoušky vylosovaly skupinu pacientů a téma z jednotného zadání. Poté si převzaly informace o pacientech a čtyřčlenné komisi sdělily svůj plán ošetrovatelské péče, který záhy šly realizovat. Jelikož žákyně toto oddělení navštěvovaly během celoročního odborného výcviku, velice dobře se zde orientovaly a pracovaly velmi dobře. Po ukončení praktických činností u pacientů měly dívky vyhrazený čas na přípravu ošetrovatelské dokumentace a obhajoby. Každá žákyně musela během 15 minut obhájit před zkoušející komisí postup své péče o pacienty a navrhla plán ošetrovatelské péče, kterou má v kompetenci ošetrovatel. Tato zkouška dopadla výborně, všechny žákyně uspěly.

Po týdenní pauze se dne 17. 6. 2019 konala ústní zkouška. Žákyně měly k dispozici 25 témat, na které se mohly od března připravovat. Každá si před samotnou zkouškou vylosovala jednu otázku. Téma se skládalo z odborné části a z otázky ze světa práce. Vlastní zkouška trvala 15 minut a před ní bylo 15 minut na přípravu. Vylosované téma obsahovalo osnovu, kterou měla k dispozici jak žákyně, tak zkoušející. Tato osnova pomáhala žákyním orientovat se při přípravě a hlavně při ústním projevu. Časový limit na zodpovězení otázky ze světa práce byl 2-4 minuty z celkového času ústní zkoušky. Smyslem otázek ze světa práce je, aby žáci měli určitou představu o možnostech zaměstnání a dalšího vzdělávání, aby se orientovali v základních oblastech

pracovně-právních vztahů nebo aby získali praktické podvědomí o ekonomických aspektech osobního a pracovního života. Ústní část nové závěrečné zkoušky dopadla nad očekávání výborně. Všechny žákyně uspěly a v celkovém hodnocení měly čtyři dívky samé jedničky. Následující den, tj. 18. 6. 2019 došlo ke slavnostnímu předání výučních listů a vysvědčení o získání stupně vzdělání 15 žákyním. Předání se účastnily členky zkoušející komise a paní ředitelka. Každá žákyně obdržela na památku od třídní učitelky knížku s citáty.

Mgr. Radka Líbalová

Prag auf Deutsch

Prag auf Deutsch? Pro studenty SZŠ Ruská kein Problem!

V prvním červnovém týdnu proběhla na naší škole v rámci výuky německého jazyka exkurze s názvem Prag auf Deutsch (Praha německy). Jedná se o pilotní projekt interaktivní výuky cizích jazyků, během kterého žáci prezentovali referáty o hlavních pražských



památkách v německém jazyce a rovněž konverzovali s německy mluvícími turisty o základních tématech a jejich pobytu v České republice. S žáky třídy 2. LA jsme prošli tzv. Královskou cestu od Pražského hradu přes Karlův most až po Obecní dům. V rámci přípravy na maturitu z českého jazyka jsme také navštívili hrob Franze Kafky a Nerudovu ulici. O obou významných pražských

spisovatelích jsme si německy popovídali a shrnuli si jejich nejvýznamnější díla a témata jejich tvorby. Také jsme si připomněli základní fakta o historii Prahy a nejznámější pražské legendy.

Důraz exkurze spočíval na simulaci představení našeho hlavního města německy hovořícímu kamarádovi či kolegovi tak, aby byli studenti v budoucnu schopní Prahou cizince provést po nejvýznamnějších místech. Ve druhém ročníku je dle Školního vzdělávacího plánu cizích jazyků jedním z probíraných témat právě orientace ve městě a hlavní pražské památky, exkurze tak dobře zapadala do tematického okruhu výuky. S konceptem referátů pracujeme v rámci studia jazyků dlouhodobě, zejména s cílem procvičování ústního projevu na vybraná témata, a z pohledu pedagoga i žáků se velmi osvědčil. Vzhledem k úspěšnému průběhu akce Prag auf Deutsch plánujeme exkurzi zařadit také v příštím školním roce, a to jak v německém tak ve španělském jazyce.

Mgr. Šárka Stegbauerová



Lekce muzikoterapie v Českém muzeu hudby

Dne 11. 6. 2019 se žáci prvního ročníku oboru sociální činnost zúčastnili ukázkové lekce muzikoterapie, kterou České muzeum hudby nabízí jak pro žáky 2. stupně základní školy, tak i žáky střední školy. Žákům se velice líbil přístup lektorky, která dokázala velice pěkně přizpůsobit aktivity i způsob podání teorie jejich věku a oboru, který studují. Seznámili se se základními technikami muzikoterapie jakožto

expresivní umělecké terapie. Dostali mnoho informací o jejím využití v sociální práci. Na vlastní kůži si vyzkoušeli činnosti, které měly za cíl ventilovat emoce, vyladovat náladu a uvolňovat tělo i mysl. Zabubnovali a zaimprovizovali si na barely, vyzkoušeli si hru na nástroje roztodivných tvarů a zvuků, dotekovou terapii a na závěr si vyzkoušeli imaginativní techniku při celkové relaxaci. Žáci neměli doposud osobní zkušenost s muzikoterapií, a tak byli příjemně překvapeni tím, o čem vlastně muzikoterapie je. Že záleží hlavně na přirozeném vnímání a produkci hudby a jejich léčebných účincích.

Mgr. Barbora Hanusová

Muzea pražského vodárenství v Praze Podolí



Studijní obor Zdravotnické lyceum má v obsahu učiva chemie témata, která se zabývají ekologií vodních zdrojů, přípravou kvalitní pitné vody. Využili jsme nabídku bezplatné prohlídky Muzea pražského vodárenství v Praze Podolí.

Ve dnech 17. a 19. června 2019 žáci a žákyně tříd 2. LA a 2. LB absolvovali komentovanou prohlídku expozice historického vývoje pražského vodárenství od 12. století až po současné zásobování hlavního města Prahy



vodou. Trojrozměrné předměty byly doplněny archivními materiály a historickými fotografiemi. Velmi zajímavé bylo porovnání s historickým vývojem rozvodu vody ve starověkém Římě a Mezopotámii. Během prohlídky průvodce odpovídal na naše dotazy směřující k současné kvalitě pitné vody v Praze, způsobu úpravy vody získávané z vodních zdrojů Káraný a nádrž Želivka (Švihov). Dozvěděli jsme se, jakým způsobem se upravuje voda z Vltavy pro běžnou domácnost – nahlédli jsme do filtračních prostor vodárny. Hovořili jsme o kvalitě vody pro kojence, pacienty v nemocnicích, balené vodě. V diskusi jsme probírali současný vliv globálního oteplování planety Země na vodní zdroje ve středočeském kraji a v České republice.

Pozitivním zjištěním byla pro nás velmi dobrá kvalita a cena pitné vody v Praze v porovnání s jinými evropskými městy. Všichni jsme se shodli, že pitná voda bude v budoucnu velmi vzácná surovina a bude nutné lépe se naučit s ní hospodařit.

Mgr. Petr Luksch

Odborná konference o projektu Finsko 2018 - 2019

Dne 19. června proběhla na naší škole odborná konference, věnovaná výsledkům projektu, který se realizoval v letech 2018 – 2019 ve Finsku. S hlavními rozdíly ve výuce odborných předmětů seznámila všechny přítomné Mgr. Tereza Johnová, poté následovalo vystoupení

stážistů. Žáci prezentovali specifika ošetrovatelské a sociální péče ve Finsku členům pedagogického sboru i zástupcům sociálních partnerů, kteří se školou dlouhodobě spolupracují.

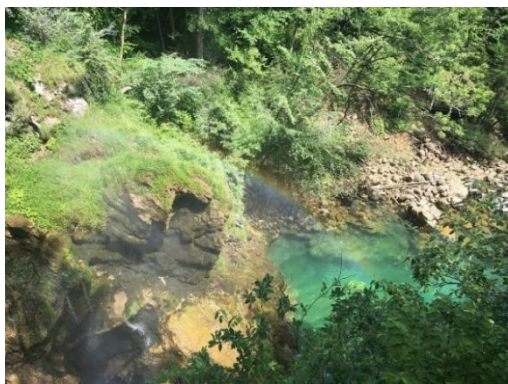
Po prezentaci proběhla živá diskuse, bylo znát, že vystoupení našich žáků všechny zaujalo. Poté předsedkyně předmiotové komise ošetrovatelství a odborné výuky, Mgr. Gabriela Anisová, předala stážistům certifikáty.

Sportovní kurz 2. BP ve Slovinsku

16. - 21. 6. 2019, BOVEC

Druháci bezpečnostně právního oboru projevili odvahu a sportovní talent při aktivitách pod vedením profesionálních instruktorů v Triglavském národním parku Julských Alpách. Jediný národní park ve Slovinsku rozkládající se podél hranic s Itálií a Rakouskem nabízí horské štíty a údolí vhodné pro extrémní sporty. Nejvyšším vrcholem je hora Triglav s 2864 metry nad mořem.

Naši žáci právě zde prokázali neohroženost při jízdě na raftech po rozbourané, ale průzračně čisté řece Koritnica. Podmanivou atmosféru dokreslovala scenérie zalesněných vrcholů okolo a všude přítomných bílých vápencových skal. Naprostou statečnost ale žáci projevili



především během takzvaného canyoningu. Pětihodinové prodírání se v neoprenech v ledové desetistupňové vodě mezi skalami, skoky ze skal do tůní, jízdy ve vodopádech hlavou vpřed i vzad, jistěná chůze nad propastmi

(takzvané feraty) dokonce během bouřky, to vše potvrdilo, že budoucí policisté, vojáci, záchranáři i členové ochranky si vybrali své studium správně.

Žáci potvrdili také spolehlivost, soběstačnost, přesnost, dochvilnost i komunikativnost. Kurz byl přesně ušitý na míru sportovně zdatným žákům bezpečnostně právního oboru. Vedoucí zájezdu

Mgr. Pavle Hřebíkové se podařilo zorganizovat úžasný zážitkový sportovní kurz, kde si účastníci prověřili své limity, a na který jen tak nezapomenou. Okusili jsme i vysokohorskou turistiku například k prameni řeky Soči, k soutoku řek Koritnice a Soči doprovázené koupáním a skákáním do vody, nádherné výlety k soutěsce Vintgar a jezeru Bled s ostrovem zamilovaných a středověkým hradem. Kurz jsme ukončili příjemným večerem s ochutnáváním specialit v místní restauraci.

Měli jsme také štěstí nejen na skvělého vstřícného řidiče, který nás denně převážel na místa určení, ale i na vstřícný personál Čechy vedeného nově postaveného kempu "Alpi center" u městečka BOVEC. Krásné místo, pravidelná strava i hygienické zázemí byly samozřejmostí.

Mgr. Jana Beranová

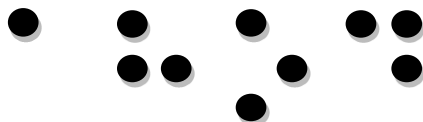
Návštěva Neviditelné výstavy

Dne 25. června 2019 jsme se třídami 1. B, 1. T a 1. S navštívili zážitkovou výstavu, jejíž podstatná část byla v pravém slova smyslu neviditelná. Pomohla žákům, alespoň na pár desítek minut, zažít to, jak



okolní svět vnímají lidé s těžkým zrakovým handicapem a s jakými bariérami se musí v běžném životě potýkat. Všichni zdárně překonali prvotní strach z naprosto tmavého prostoru a tápajíce ve tmě statečně překonávali nástrahy neviditelných prostor. Takto jsme, jako zástup mravenců, prošli kuchyň, obývací, koupelnu, vyšli jsme na ulici, do parku a přes galerii se sochami jsme ukončili naši výpravu u neviditelného baru, kde jsme si pochutnali na neviditelné a přesto osvěžující zmrzlině. Naši průvodci byli nevidomí, kteří se jako jediní dokáží v těchto prostorech fantasticky orientovat a mít stálý přehled o všech členech skupiny. Expozice měla i viditelnou část, kde se žáci mohli seznámit s kompenzačními pomůckami, se způsoby komunikace s nevidomými a hluchoslepými a s výtvarnou tvorbou lidí se zrakovým handicapem. Výstavu jsme opouštěli s novými prožitky, bez boulí a původním počtu ☺

Mgr. Barbora Hanusová, Mgr. Jana Hromádková



Školní kolo v soutěži První pomoci

V závěru školního roku 2018/2019 jsme pořádali celoškolskou soutěž v první pomoci. Akce proběhla dne 20. 6. za účasti prvních ročníků oboru zdravotnický asistent, bezpečnostně právní činnost, sociální činnost, ortoticko-protetický technik a ošetřovatel. Z druhých ročníků se zúčastnili žáci oboru zdravotnické lyceum. Cílem soutěže bylo prověřit znalosti, schopnosti a praktické dovednosti, které se žáci naučili v průběhu školního roku a které by využili při poskytování neodkladných stavů ohrožujících život. Celkem se zúčastnilo osm čtyřčlenných družstev. Velitelé si vylosovali pořadí soutěže, a tím

i modelovou situací. Organizátoři soutěže připravili celkem deset modelových situací zaměřených na polytraumata, dopravní a sportovní úrazy, stavy spojené s bezvědomí



a tepelná poranění ve všech věkových kategoriích. Žáci, kteří dělali modely, byli přesvědčivě namaskováni, modelové situace tak odpovídaly skutečným stavům, které je nutné okamžitě ošetřit. Všichni se dokonale vžívali do náhlých stavů způsobených krvácením, zlomenými končetinami, autonehodou. Modely přesvědčivě zahráli situace vedoucí ke stavům ohrožujícím život. Tříčlenná komise hodnotila praktické dovednosti, znalosti a schopnost se orientovat v situacích vyžadujících laickou první pomoc s cílem předejít rozvoji dalších komplikací. Samozřejmostí celého postupu byla efektivita zásahu a správný kontakt na ZZS či ostatní složky IZS. První tři místa jsme ocenili diplomem a cenami. Všichni žáci obdrželi potvrzení o účasti v soutěži. Na prvním místě se umístili žáci ze třídy 1. A oboru zdravotnický asistent Kristina K., Barbora K., Adéla D., Denisa D. Na druhém místě žáci ze třídy 1. S oboru sociální činnost Andrea P., Aneta A., Anastasiya R., Dominik K. Třetí místo obsadili žáci 1. BPČ oboru bezpečnostně právní činnost Anna L., Natálie Z., Veronika K., Aneta Ch.

Výhercům gratulujeme a ostatním děkujeme za příjemné soutěžní dopoledne.

Za PKLO Mgr. Taťána Janíková Taťána

CAMP

Třída 3. LA v úterý 25. června 2019 navštívila CAMP (Centrum architektury a městského plánování). Sešli jsme se na Karlově náměstí a pak už je to jen kousek. Je základním zdrojem informací přítomnosti a budoucnosti hlavního města a funguje jako otevřená platforma, „tábor“ pro každého, kdo má zájem na společném plánování a rozvíjení Prahy. Centrum bylo založeno před pěti lety. Takže CAMP je nové Centrum architektury a městského plánování, které bylo zřízeno proto, aby se zlepšila veřejná diskuze o rozvoji Prahy. Sídlí na dohled Emauzského opatství, na stejné adrese jako Institut plánování a rozvoje Prahy. Jeho základnou jsou modernistické kostky z konce šedesátých let, jejichž autorem je významný český architekt Karel Prager. Skládá se z několika samostatných částí, jako je galerie, knihkupectví studovna a kavárna.

Kromě své základní funkce informačního centra je součástí CAMPu také výstavní sál s unikátní velkoplošnou projekcí, studovna, kavárna, venkovní terasa a moderní přednáškový sál s bohatým programem sestávajícím z veřejných diskuzí, vystoupení tuzemských i zahraničních odborníků, workshopů, projekcí a dalších aktivit. V galerii je metropolitní plán, a tak se každý mohl podívat, jaké změny jsou v jeho okolí naplánovány. A také je každý mohl připomínkovat. Což někteří studenti hned rádi využili.

K pětiletému výročí byla výstava, která zrekapitulovala vývoj našeho pohledu na téma veřejného prostoru v městě. Studenti si sami mohli vybírat témata a spouštět velkoplošnou projekci. Viděli, jak se



během doby měnil přístup a požadavky na dnes zcela běžné prvky městského mobiliáře a využití veřejného prostoru. Dnes je považujeme za samozřejmost a mnohdy ani pořádně nevnímáme.

Ve veřejném prostoru se střetává velmi mnoho zájmů a tak řešení mnohdy nebývají jednoduchá. Navíc musejí být v souladu s technickými normami. Spousta z nich se začala objevovat až v minulém století v souvislosti s rozvojem automobilismu. Veřejná prostranství by měla být místem jak pro kulturní události, výchovu dětí, tak i třeba jen přívětivým prostředím pro cestu do práce. O tom všem byla daná výstava.

A na závěr této akce jsme si udělali relaxační posezení s něčím dobrým v atriu místní kavárny, které se také velmi líbilo.

Ing. Libuše Skalická

Školní výlet a exkurze třídy 1. LB

Kromě vzdělávání a pravidelné výuky patří do období školních let také společné prožitky z akcí konaných v rámci třídního kolektivu mimo školu.

Třída 1. LB vyjela s třídním učitelem Mgr. Reiterem a Ing. Liškovou na třídní výlet do západních Čech. První zastavení bylo na státním zámku v Bečově nad Teplou. Z nabízených prohlídkových okruhů jsme si vybrali „**Relikviář svatého Maura**“. Průvodce poutavou formou vyprávěl o historii a objevení našeho druhého nejcennějšího zlatého pokladu českého státu. Celý druhý den byl věnován oblasti tzv. „**Západočeského lázeňského trojúhelníku**“. Nejdříve jsme prošli naučnou stezkou v přírodní rezervaci Soos. Viděli jsme tzv. bahenní sopky – mofety, ochutnali Císařský pramen, pozorovali a určovali zástupce okolní přírody. Další cesta autobusem vedla k pramenu Farské kyselky a na Smraďoch. To je místo v lesích nad Mariánskými Lázněmi s výrony bahenních plynů, z nichž zapáchající



sirovodík (sulfan) dal místu i jeho název. Spousta legračních nápadů byla doplněna i vtipným zápisem do návštěvní knihy. Všichni pak absolvovali pěší nenáročnou túru do Mariánských Lázní. I

když třídní učitel upozorňoval na správnou obuv do terénu, o vhodnosti „bot“ některých účastníků by se dalo hodně pochybovat, ale vše proběhlo bez problémů. Neopomenuli jsme i krátké zastavení lázeňského města, zjišťovali jsme, která onemocnění se zde léčí, abychom měli podklady do našeho portfolia. Po návratu do chatiček v kempu v Konstantinových Lázních, kde jsme byli po obě noci ubytováni, následoval odpočinek, který jsme prožili po horkém letním dni u bazénu, hraním míčových her a u táboráku. Povídalo se o prožitém dni a večerní zpěvy byly doprovázeny hrou na kytaru a ukulele.

Poslední den jsme po krátké pěší procházce vystoupali na zrekonstruovanou kamennou rozhlednu „**Krásenka**“, která ční nad bývalým hornickým městečkem Krásno a z níž byl krásný výhled na krajinu Slavkovského lesa a do dále až na Krušné hory. K tematice lázeňství (léčivé prameny a jejich



účinky na lidský organismus si žáci zpracují příspěvek do svých portfolií. Výlet se zdařil. 1. LB je prima parta.

Mgr. Jan Reiter

TEPfaktor

Dne 24. června 2019 se třídy 2. LA a 4. V účastnily školního výletu v Chotilsku nedaleko Slapské přehrady v areálu TEPfaktoru. Jedná se o zábavní centrum v duchu televizní soutěže Bevnost Boyard, jež byla velkou inspirací pro Tomáše Chrousta, který otevřel první areál tohoto druhu v roce 2012. Začátky nebyly snadné, ale záhy popularita TEPfaktoru vzrostla a rozšířila se do povědomí lidí. V současné době TEPfaktor dobývá svět. V roce 2018 byla otevřena pobočka v Dubaji a ve Varšavě.

Po příjezdu do TEPfaktoru jsme se přihlásili na recepci. Žáci se rozdělili do týmů po 2 - 5 hráčích. Za dveřmi nás potkal úplně jiný svět. Písčité pláž osamocené ostrova, plážové bungalovy, jeskyně s 25 úkoly a pirát, který rozdělil družstvům herní čipy a vysvětlil pravidla hry. Do jeskyně vstupují všichni najednou, ale za dveře s jednotlivými úkoly musí každý tým sám. Na splnění úkolu je daný časový limit, který se ne vždy podařilo splnit. Obtížnější úkoly se staly pro žáky výzvou a opakovaně se je pokoušeli zdolat. Za každý splněný úkol získali jednu z dvaceti indicií, které byly klíčem pro otevření bonusových místností. Úkoly byly různé, orientované na zručnost, sílu, logiku, znalosti i trpělivost. Jedno však měly společné. Týmová spolupráce je nezbytná pro splnění každého úkolu. Žáci musí mezi sebou komunikovat a pomáhat si. Každý vyniká v něčem jiném. Někdo je fyzicky zdatnější, jiný si více pamatuje, někomu to rychleji pálí a je mu hned jasné, jak na daný úkol jít. Uplatnění v týmu našel rozhodně každý. Po čtyřech hodinách adrenalinu a vzrušení ze hry žáci získali diplomy. Během obcerstvení si nadšeně sdělovali své zážitky z jednotlivých úkolů. Mám

radost, že se školní výlet vydařil. Na své si přišli jak žáci z denního, tak žáci z večerního studia. Tato zážitková hra posílila a upevnila vzájemné vztahy v obou třídách. Všechny tyto hry doporučuji jako tip na školní výlet pro každého. Rezervace je možná na webových stránkách TEPfaktoru. Vzhledem k velkému zájmu je třeba zajistit si termín s předstihem.

Žáci o TEPfaktoru napsali:

„Akce v TEPfaktoru probudila v mnohých z nás sportovního a týmového ducha. Překážky vyžadovaly nesmírnou dávku týmové souhry a i tak se některé z nich zdály nepřekonatelné.

Jedna z nejtěžších místností byla překážková dráha z pneumatik zavěšených na stěnách, kde někteří jedinci nevládli udržet se a přeskocit na další. Nebo prolejška z gumových provázků, která se v daném časovém limitu nedala...

Jednalo se o nezapomenutelný zážitek pro všechny. S sebou jsme si odnesli nějaký šrám, ale hlavně pozitivní zkušenosti.“

„Na návštěvu TEPfaktoru rád vzpomínám. Všichni jsme měli možnost poznat se jinak, než ve škole. Pod stresem, dávkou adrenalinu a časovou tísni se každý chová a pracuje jinak. Byla to skvělá možnost poznat i naše jiné stránky a jít si za společným cílem jako jeden tým. Chvillemi jsme měli pocit beznaděje, který po chvíli zase vystřídal adrenalin. Určitě bych tento zážitek doporučil všem, co chtějí poznat dobrodružství a zažít něco nevděného.“

Mgr. Jitka Janíková

Barokní lékárna U Bílého jednorozce

Dne 26. 6. 2019 třída 2. A cestovala vlakem na odborné exkurze do Klatov. Proč právě tam? Nejdříve jsme navštívili historickou památku barokní lékárny a poté katakomby.

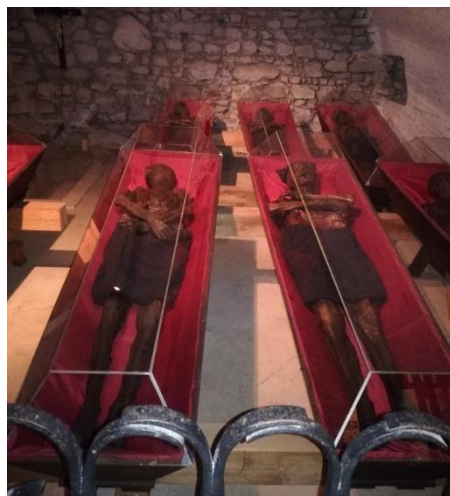
Barokní lékárna U Bílého jednorozce je jednou z mála památek tohoto druhu v Evropě. Jedná se o **nejzachovalejší památku svého druhu** nejen u nás, ale i ve světě. Svůj název získala začátkem 18. století a z té doby pochází také většina mobiliáře.



Historie klatovského lékárenství sahá až do poloviny 16. století, kdy ve městě působil **Bernard Feuerbach**. Provoz lékárny v budově na náměstí začal asi roku 1639 a skončil až roku 1966, poté byl interiér upraven jako **lékárnické muzeum** a stala se expozicí Okresního muzea. Kromě původního nábytku žáci měli možnost spatřit i **mnoho zajímavých nástrojů** a pomůcek dávných lékárníků. Např. dřevěné dózy, porcelánové a cínové nádoby, kovové pušťadlo na pouštění žilou, váhy nebo třístupňová lékárenská pec uvnitř je ojedinělá v celé Evropě. Název lékárny pochází od bílého **rohu mořského narvala**, pověšeného uvnitř nad vchodem. Ve středověku byl považován za roh jednorozce (odtud i název lékárny) - používal se při výrobě mastí a prášků. K vidění zde byly kuriózní ingredience, jako je například **sušená kozlí krev, račí**

očka, vlčí játra, prášek z jeleního parohu nebo **páteř zmije**. Naši žáci si prohlédli i **živé tvory**, kteří se používali v minulosti (a mnozí z nich se dosud stále využívají) při léčbě různých onemocnění, např. pijavice.

V odpoledních hodinách naše cesta vedla do **klatovských katakomb**. Jedná se o raritu evropského charakteru – krypty pod klatovským jezuitským kostelem zasvěceným neposkvrněnému početí



Panny Marie a sv. Ignáci. Podle plánů stavitelů se staly pohřebištěm příslušníků jezuitského řádu, šlechty, vojska i měšťanů.

Katakomby byly budovány jako součást stavby kostela. V letech 1676 – 1783 do nich bylo uloženo **k věčnému spánku více než 200 zemřelých**. V roce 1784 panovník Josef II zakázal pohřbívání v kryptách, a tak

posledním zde pohřbeným se stal v roce 1783 Antonín Weichs. Zřejmě nejznámějším z pohřbených je **Pater Adalbert Chanovský z Dlouhé Vsi**, misionář působící v jihozápadních Čechách v 1. polovině 17. století. Těla položená na hoblinách **v dubových rakvích byla obložena chmelem**. Každá rakev byla označena olovenou identifikační destičkou. Působením vzduchu dovedeného do krypt důmyslným **systémem větracích kanálů** došlo k jejich **postupnému vysušení** – k mumifikaci – tak, že dnes váží 8 – 10 kg. Větrací systém, jenž ústí až na střeše kostela, zajišťoval v katakombách relativně **stálou teplotu a vlhkost vzduchu**. Po dlouhá léta byla těla prakticky nedotčena. Při opravě střechy jezuitského kostela ve 30. letech 20. století **zasypali dělníci** stavebním odpadem **větrací šachty a kanály**, které stoupaly

zdivem pilířů až pod střešní římsu. Tím se zcela změnilo prostředí ve sklepení a převážná část mumii se rozpadla. Celkem **140 zničených mumii** bylo v roce 1937 pohřbeno do hromadného hrobu na hřbitově sv. Jakuba v Klatovech. Zhlédli jsme asi **30 mumifikovaných těl, dalších je uloženo ve veřejnosti nepřístupné části krypt**. Všechna těla jsou předmětem péče konzervátorů, i klimatické podmínky krypt se stará klimatolog. Teplota se pohybovala okolo 10°C, což bylo s porovnáním s venkovní teplotou - 37°C, příjemné ochlazení.

A co na závěr? V tento den padaly rekordní teploty, takže jsme výlet ukončili na letním koupališti v Klatovech, což bylo pro všechny velmi příjemné.

Mgr. Gabriela Anisová a třída 2. A

Exkurze DOZP Sulická

Dne 26. 6. 2019 se třída 1. O zúčastnila exkurze do domova pro osoby se zdravotním postižením Sulická. Cílovou skupinou Domova Sulická jsou osoby s mentálním či kombinovaným postižením od tří let věku, horní věková hranice není stanovena. Nejmladšímu obyvateli je 12 let. Posláním tohoto zařízení je podpora lidí, jejichž sociální začlenění je ztížené z důvodu jejich zdravotního postižení, aby byli platnou součástí ekonomického, sociálního i kulturního života společnosti a žili způsobem, který je ve společnosti běžný.

Po celou dobu exkurze se žákům věnovala koordinátorka kvality paní magistra Petra Konečná. Žáci nejdříve vyslechli úvodní přednášku, ve které byli seznámeni s posláním tohoto zařízení. Poté měli možnost shlédnout jednotlivé dílny, ve kterých klienti během dne pracují, ale i relaxují. Nejvíce nás oslovila práce v arteterapeutické dílně. Prohlédli jsme i dřevařskou a keramickou dílnu, zúčastnili jsme se muzikoterapie.

Měli jsme možnost navštívit i jednu z domácností klientů.

Každá domácnost je uzpůsobena klientům podle jejich potřeb, avšak připomíná běžnou domácnost každého z nás. Klienti mají k dispozici obývací pokoj, ložnici, koupelnu s toaletou a krásnou terasu. Na zahradě mohou využít i malý bazén.

Asi nejpříjemnějším zážitkem byla pro žáky návštěva tak zvaného Snoezelenu – multismyslové místnosti, která slouží nejen k relaxaci uživatelů, ale jako místo vzdělávání a další pedagogické podpory. Principem je každému uživateli vytvořit bezpečné stimulační prostředí,



teré plní funkci relaxační, poznávací a interakční. Naši žáci měli možnost si tuto relaxační místnost vybavenou různými světelnými a zvukovými efekty vyzkoušet a na 30 minut se ponořit do ničím nerušeného klidu.

V Domově se v praxi aplikuje přístup zaměřený na člověka, který se odráží ve všech oblastech práce. Tento přístup staví na respektu k individualitě každého člověka, na dodržování jeho nezadatelných práv a hájení jeho zájmů a na podpoře samostatnosti. Pracuje se zde s konceptem multismyslové místnosti Snoezelen, Bazální stimulací, rozvíjí se koncept uspokojování individuálních potřeb uživatelů služby od duchovních potřeb, přes sebezvojevové, po oblast sexuálních potřeb.

Doufám, že pro žáky byla exkurze přínosem a rozšířil se tak jejich obzor v péči o klienty se zdravotním postižením.

Mgr. Martina Paclíková

Lužické hory a jejich poznávání s třídou 1. BP

Na konci června jsme se vydali na školní výlet. Naším cílem byl Jiřetín pod Jedlovou na severu Čech. Ubytovali jsme se v táboře pod hradem Tolštejn, který leží nedaleko malebné osady Jiřetín pod Jedlovou. Osada je malá vesnička na severní straně Lužických hor v okrese Děčín. Městská práva byla osadě udělena



císařem Rudolfem II. už v roce 1587. Nejstarším dokladem o pobytu člověka na území Jiřetína byl nálezy pamětní mince římského císaře Claudia II., který vládl v letech 268 až 270 a byla ražena za jeho nástupce Aureliana.

Druhý den po příjezdu jsme se vypravili na zříceninu hradu Tolštejn. Občerstvili jsme se v hospůdce, která byla postavena ve zříceninách hradu v roce 1865 a obdivovali jsme krásu hor z rozhledny ovšem až po překonání nekonečné řady schodů. A věřte, bylo co obdivovat. Nejen zelené moře lesů a strání, ale dohlédli jsme až do sousedního Německa a Polska. Hrad má bohatou historii, byl založen po smrti krále Přemysla Otakara II. na obranu panství na Žitavsku. Prvním držitelem panství byl Jindřich z Lipé. Již roku 1607 byl hrad pustý. Zkázu hradu přinesla třicetiletá válka, kdy hrad obsadila císařská armáda, ale neubráníla ho. Švédský generál Wrangel hrad bez milosti oblehl a v roce 1642 kompletně vypálil. Ze smutné zříceniny jsme pokračovali na Jedlovou horu, která leží 700 m nad mořem a je centrem zimních sportů.

Po sestoupení z Jedlové hory jsme šli nádhernou krajinou lemovanou nekonečnými horami, vonnými loukami a stíny stromů, které nás chránily před červnovým sluncem. Cesta nás zavedla ke Křížové cestě, která vznikla jako poutní místo v 18. století a je spojené s legendou o zjevení Spasitele na kříži sedmi bratrům, vybízející je k návratu z exodu v době protireformace. Mohli jsme se tak obdivovat výjevům z Getsemanské zahrady - sochy tří spících apoštolů Petra, Jakuba, Jana a modlícího se Ježíše, jedenácti zděným kapličkám s reliéfními výjevy a kapli Povýšení sv. Kříže. Na konci této cesty nás čekal tábor a lehké občerstvení, na které se všichni, po tak dlouhé cestě, těšili. A protože byl horký letní den, vzali jsme plavky a ručníky a smyli jsme letní žár na malém koupališti. Co více si přát? Večer v táboře byl vlhý a teplý, posezení kolem táborového ohně s písničkami nám zpříjemnil chvíle před spaním. Ti, kdo si ráno přivstali, byli odměněni pohledem na krásné laně a jeleny pasoucí se u lesního porostu.

Poslední den před odjezdem jsme si udělali krátký výlet do Jablonného pod Ještědím. Páter Mayer, představený kláštera dominikánů nám umožnil prohlídku Baziliky sv. Vavřince a sv. Zdislavy ze 17. století a její krypta nám podhalila tajemství mrtvých. Tady našel svůj klid a mír malý chlapec sotva dvanáctiletý, který se ze zvědavosti dostal do krypty při pohřbu jednoho z bratrů dominikánů. Nestihl se vrátit s pohřebním průvodem zpět. Nikdo chlapce nepostrádal a ani nehledal. Zemřel v chladném temném



podzemí sám a opuštěn. Jeho ostatky teď odpočívají s ostatními dominikány, kteří tvoří společnost donátorovi stavby Baziliky hraběti Berkovi z Dubé.

Na závěr našeho putování historií jsme se zastavili u pramene sv. Zdislavy s jeho zázračnou vodou. Socha svaté Zdislavy bdí nad pramenem a nad jeho zázračnou mocí. A pak již nás čekal oběd v lesní hospůdce na Hamru a pohled na opevnění z druhé světové války.

Na rozloučenou se zatřpytila v slunečních paprscích vodní přehrada s krásným jménem Naděje. Pak nás již čekal jen směr tábor a druhý den ráno loučení a odjezd do Prahy.

Mgr. Irena Salavcová

Exkurze třídy 2. O

Ve školním roce 2018/2019 absolvoval druhý ročník oboru Ošetřovatel/ka v souladu s ŠVP a Tematickým plánem několik exkurzí.

V prvním pololetí jsme navštívili **Centrum sociální a ošetřovatelské pomoci** Praha 15 v Parmské ulici. Zařízení poskytuje podporu a pomoc lidem (především seniorům), kteří jsou odkázáni na pomoc druhých lidí. Mezi jejich služby patří: sociálně zdravotní služby, pečovatelská služba, stravování a odborné sociální poradenství. Na exkurzi žáci viděli oddělení pro trvalý nebo dočasný pobyt klientů (seniorů), nahlédli do pokojů klientů, seznámili se s provozem oddělení, s aktivitami pro klienty i s nároky na personál – náplň práce ošetřovatele.

V druhém pololetí jsme navštívili hospic Štrasburk, Tyfloserfis a oddělení centrální sterilizace.

Hospic Štrasburk Praha Bohnice je specializované zdravotnické zařízení poskytující paliativní péči pacientům v terminálním stádiu



onkologických onemocnění. Zařízením nás provedla vrchní sestra, ukázala žákům prostory pro nemocné, jejich rodinné příslušníky a personál. Proběhla krátká přednáška o vedení paliativní péče v tomto

zařízení, o historii tohoto zařízení, o nárocích na ošetrovatelský personál a o specifikách ošetrovatelské péče.

Tyfloservis Praha 1 poskytuje rehabilitační služby pro osoby s postižením zraku. Rozsah působnosti je pro Prahu a Střední Čechy. Během exkurze jsme byli seznámeni s pomůckami pro slabozraké a nevidomé lidi, např. různé typy lup, čteček, mobilní telefony, pomůcky pro běžný život v domácnosti. Mohly jsme si vyzkoušet speciální brýle, přes které vidíme jako lidé s různým těžkým poškozením zraku. S Tyfloservisem naše škola dlouhodobě spolupracuje na akci (sbírce) Bílá pastelka.

Na pracovišti **Centrální sterilizace** ve Fakultní nemocnici Královské Vinohrady jsme se seznámili s postupy péče o pomůcky v této nemocnici – od přijetí použitých nástrojů/pomůcek z jednotlivých pracovišť nemocnice a operačních sálů, přes předsterilizační přípravu, po ukázkou mycích a sterilizačních přístrojů a péči o vysterilizované nástroje (i jiný materiál). Proběhla krátká přednáška o nozokomiálních nákazách a péči o pomůcky.

Cílem exkurzí je kromě plnění ŠVP i ukázat žákům, kde mohou najít uplatnění po ukončení studia.

Mgr. Šolcová Lenka

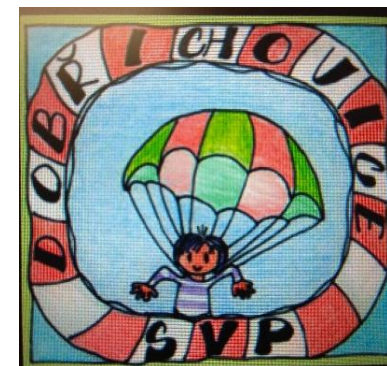
Exkurze do Střediska výchovné péče v Dobřichovicích

Poslední červnový týden v pondělí se třída 4. S zúčastnila exkurze do Střediska výchovné péče v Dobřichovicích. Ze Smíchovského nádraží jsme jeli vlakem do Dobřichovic a odtud šli pěšky asi dva kilometry až do samotného střediska.

Středisko výchovné péče slouží jako speciálně pedagogická a poradenská organizace pro děti, rodiče, učitele a další osoby. Je určeno zejména zájemcům ze středních Čech.

Hlavní náplní je nabídka ambulantních konzultací, dětské terapeutické skupiny osobnostního rozvoje a preventivně výchovné pobyty pro děti. Velmi důležitou náplň pracovníků střediska tvoří také práce v terénu. Ta zahrnuje práci s třídními kolektivy, která je tvořena na žádost školy přímo pro konkrétní třídu a také metodickou podporu pedagogů. Rozsah práce střediska je mnohem širší a obrátit se na něj mohou opravdu všichni zájemci, kteří chtějí či potřebují poradit.

Po příjezdu a krásné procházce po Dobřichovicích nás přivítala etopedka zařízení, která nás také po celou dobu exkurze prováděla. Nejprve nás seznámila se základními informacemi o instituci. Poté jsme měli možnost projít si celý objekt. Viděli jsme jak pracovny sociálních pracovníků, pedagogů a speciálních pedagogů, tak i místa, kde probíhá terapie a sezení s klienty. Následně jsme se šli podívat také do tříd, kde probíhala výuka. Zajímavé bylo i seznámení s místy, kde během výchovných pobytů děti bydlí. Celý objekt je v krásném prostředí a má velkou zahradu a venkovní prostory. Jako poslední část nám naše průvodkyně promítla velmi podrobnou



a zajímavou prezentaci o zařízení. Byla v ní zahrnuta historie objektu, náplň činnosti, statistiky a řada dalších informací. Nakonec byl čas na dotazy. Největší zájem byl o popis konkrétních zajímavých či komplikovaných případů, se kterými se ve středisku při své práci pracovníci setkávají.

Během celé exkurze jsme se mohli seznámit i s dalšími pracovníky centra. Nahlédli jsme též do přilehlého Dětského domova se školou.

Akce byla hodnocena všemi velmi pozitivně. Žáci dostali také nabídku se v budoucnu v instituci ucházet o práci nebo brigádu. Pracovníci střediska se nám po celou dobu našeho pobytu neskutečně obětavě věnovali a za to jim patří náš velký dík!

Mgr. Irena Zušťáková

Exkurze třídy 2. A do Kutné Hory

Dne 27. června 2019, den před vydáním vysvědčení, se žáci třídy 2. A zúčastnili exkurze do historického města Kutná Hora. Doprovod tvořili třídní učitelka Mgr. Gabriela Anisová a učitel českého jazyka Mgr. Karel Čumpelík.

Přibližně šestikilometrovou naučnou procházku městem jsme zahájili na vlakovém nádraží, odkud jsme se vydali k **rodnému domu Josefa Kajetána Tyla**, významného dramatika 19. století a autora např. pozapomenuté hry (nebýt hymny) *Fidlovačka*. Cestou jsme minuli ulici Na Náměti, kde vydával **Karel Havlíček Borovský** v letech 1850 - 1851 časopis *Slovan*. V budově nyní sídlí Policie ČR.

Kutná Hora nabízí velké množství kulturních památek, zajímavých budov a muzeí a nelze je bohužel během jednoho dne všechny navštívit. Byla proto vybrána alespoň jejich reprezentativní část. Žáci si mohli prohlédnout jednu z velmi vzácných památek české gotiky, **kamenný dům na náměstí**, které se jmenuje podobně jako v Praze Václavské. Tento dům byl vystavěn na konci 15. století. Cestou kolem **kostela sv. Jana Nepomuckého**, jediné chrámové barokní novostavby

v Kutné Hoře, jsme se dostali k další dominantě města, kamenné **gotické kašně**, která i dnes plní funkci rezervoáru vody.

Jednou z nepřehlédnutelných budov, kam vedly naše další kroky, je také **kostel sv. Jakuba**, od kterého je krásný výhled na srdce celé Kutné Hory, totiž na chrám sv. Barbory. Prohlédli jsme si také nedaleký **Vlašský dvůr**, který se ve 14. století z rozhodnutí krále Václava II. stal centrální mincovnou Českého království a začal se zde razit pražský groš. Dnešní podobu budovy jí vtiskla rozsáhlá rekonstrukce z konce 19. století.

Nedaleko Vlašského dvora stojí **pomník Karla Havlíčka Borovského**, který připomíná jeho působení ve městě mezi lety 1849 - 1851.

Hlavním cílem exkurze se stala slavná gotická památka a dominanta Kutné Hory **chrám sv. Barbory**. Ke chrámu vede ulice Barborská, která je z jedné strany lemovaná neméně zajímavou budovou **jezuitské koleje**. Z druhé strany se návštěvníkům nabízí rozhled na město. Chrám sv. Barbory je významnou památkou zapsanou v seznamu památek UNESCO. Je zasvěcen svaté Barboře, která je patronkou zejména horníků. Stavitelem chrámu byl mimo jiné slavný Petr Parléř, na něhož navázal neméně slavný Benedikt Rejt. Současná podoba chrámu je z přelomu 19. a 20. století, kdy proběhla rozsáhlá regotizace a celková obnova chrámu. Nalezneme zde vzácné gotické fresky, renesanční kazatelnu s barokním obložení, množství barokních soch a maleb i památky kamenického umění.

Po menším odpočinku od kulturních zážitků jsme se vydali podél řeky



Vrchlice, která okouzila básníka Emila Frída natolik, že si podle ní zvolil pseudonym Vrchlický, k závěru našeho kutnohorského putování. Tím byla nejprve **katedrála Nanebevzetí Panny Marie a svatého Jana Křtitele** v Sedlci. Tato památka zapsaná na seznamu UNESCO byla vystavěna v letech 1290 – 1320 v gotickém stylu, na přelomu 17. a 18. století byla opravena v barokně - gotickém stylu Jana Blažeje Santiniho - Aichla. Uvnitř katedrály, v chrámové pokladnici, jsme měli možnost zhlédnout jeden z nejvýznamnějších klenotů střední Evropy: **Sedleckou monstraci**, zřejmě jednu z nejstarších dochovaných monstrací na světě.



Poslední a pro studenty zřejmě nejzajímavější stavbou, kterou jsme během návštěvy Kutné Hory navštívili, byl hřbitovní kostel Všech svatých s **kostnicí**. Výzdobu spodní kaple kostela tvoří exhumované kosterní ostatky těch, kteří byli původně pochováni na přilehlém hřbitově. Jednalo se zejména o oběti morové rány z roku 1318 a také oběti husitských válek. Současnou podobu výzdoby provedl v roce 1870 stavební mistr František Rint.

Ve velkém horku přišla žákům vhod návštěva v nedaleké kavárně a osvěžení domácí limonádou. Poté už byl čas vyrazit na blízké nádraží a zpět do Prahy. Muzeum tabáku, který se nachází v areálu společnosti Phillip Morris ČR a.s., jsme cestou k vlaku pouze minuli, i proto, že návštěva je možná až od 18 let. Bezproblémová cesta vlakem tam i zpět umocnila zážitek z velmi vydařené akce.

Mgr. Karel Čumpelík

Procházka Prahy s bezdomovcem

V červnu 2019 se naše třída rozhodla pro placenou exkurzi - Procházka Prahou s bezdomovcem. Celá akce je zajišťována agenturou Pragulic. Po dlouhém výběru jsme se rozhodli pro bezdomovce Karima, se kterým jsme měli sraz před vchodem do Hlavního Nádraží.

Sešla se skoro celá třída, protože nás zajímalo, jak se dnešním bezdomovcům na území hlavního města žije, jak se dostali na ulici a jaké jsou jejich každodenní problémy. Hned v úvodu, jsme našeho bezdomovce bez problémů poznali, po krátkém antré, nám začal líčit svůj příběh od narození až po dnešní dny. Jako malý vyrůstal v dětském domově, rodiče o něj sice zájem měli, ale důvodem jeho umístění v ústavní péči byl nízký ekonomický status rodiny. Karim pochází z 8 dětí. Období v dospívání popisuje jaké nelehký čas, kdy se musel o všechno dělit především o lásku a úctu dospělých. Protože ho bavilo kreslení, vystudoval střední uměleckou školu s vizí, že se stane módním návrhářem, či bude pracovat v módním průmyslu. Po studiu se bohužel chytil party nevhodných lidí a začal s drogami. Postupně se propracoval od lehkých drog typu marihuany až k Pervitinu, který je nejenom výrazně toxičtější, ale zároveň i dražší. Touha po droze ho donutila krást, nejprve okrádal své blízké, poté i cizí osoby, několikrát byl za drobné krádeže i ve vězení. Na ulici je již 10 let. První rok strávil v Mladé Boleslavi a poté se přesunul do Prahy, protože zjistil, že ve velkém městě se bezdomovcům žije lépe. Jsou zde velké humanitární organizace, sociální pracovníci, streetworkeri a zároveň i velká bezdomovecká komunita, která se mezi sebou podporuje. Peníze na obživu a na drogy si sháněl prostitutí. Mezi jeho nejčastější klienty patřili muži z Německa či Ruska. Ptali jsme se, zda se chrání proti pohlavně přenosným chorobám. Ujistil nás, že si vždy dával velký pozor, aby se nenakazil, vždy byl zvyklý používat kondom. Dále se také pravidelně a bezplatně chodí testovat na HIV infekci. Karim tvrdil, že nejhorším obdobím jsou pro bezdomovce samozřejmě zimy a hned

popisuje některé techniky, jak se zahřát: zabalení spodní vrstvy těla do novin, které slouží jako výborný izolant, na zimu má vždy dostatek prostředků, aby si mohl rozdělat oheň, spaní ve spacáku a nejlépe ve stanu. Často také navštěvuje tamní organizaci Naděje, která v zimních měsících nabízí možnost zahřát se teplou polévkou. Bezdomovci, kteří nejsou závislí na alkoholu, nebo alespoň nepřijdou opilí, také využívají možnost přespání na parníku Hermes. Řada bezdomovců podle něj vždy žije v malých partách, podle vidění se prý všichni znají. Nejhorší to má vždy cizí bezdomovec, který přijde odjinud, toho se prý všichni strěží. Nejvíce se prý bojí okradení, protože i ty největší přátelé mezi bezdomovci se prý běžně okrádají a vše si prý poté prominou. Nejvíce nedostupným zbožím, které se krade, jsou léky, obuvný materiál, stany, spacáky, samozřejmě cigarety, alkohol a drogy. To se snaží nosit vždy u sebe.

S Karimem pokračujeme trasou přes park na Hlavním Nádraží, přes Masarykovo Nádraží, kde potkáme pár jeho známých, kteří jsou prý závislí na Heroinu. Karim popisuje závislost na heroinu jako jednu s těch nejzávažnějších. Jakmile do toho jednou spadnete, již není cesty zpět. Hovoří o tom, že Heroin mění výrazně vzhled a zároveň osobnost. Způsobuje ten nejvyšší stupeň závislosti a to velmi rychle. Karim nám předvádí, jak je jednoduché takto zfetovaného člověka okrást. Dalšímu spícímu bezdomovci prošacuje kapsy, aniž by se jakkoli pohnul. Po prohlídce Masarykova nádraží, které je prý rájem pro bezdomovce- je tu teplo, světlo a velký pohyb osob což umožňuje drobné kapesní krádeže. Pokračujeme na autobusové nádraží na Florenci, kde nám Karim líčí nedávnou honičku s policií, ze které jen tak tak vyvázl. Na závěr exkurze jdeme po most! Zde má Karim improvizovaný stan, protože ten, který měl doposud, mu někdo přes noc ukradl. Tento prostor sdílí ještě se svoji partou a zároveň tu pravidelně nocuje asi 25 bezdomovců, ty evidentně vyrušíme z večerního spánku. Trochu vyděšení kolem nich procházíme. Karim vše komentuje s úsměvem....

Nemusíme se prý ničeho bát. A rázem jsme u něj v ložnici. V úpatí mostních sloupů vidíme pár stanů pro jednoho, vařič a matraci, kde prý bydlí ještě s kamarádem a dvěma bezdomovkyněmi. Trochu strohé, ale je zde vše nejdůležitější pro život. To je konec naší exkurze. Studenti nabízejí drobné úplatky, jídlo, cigarety, stravenky a zároveň slibujeme, že se za nimi na podzim vrátíme s něčím teplým na zimu.

Třída 4. B, Mgr. Tereza Johnová

Soutěže 2018/2019

Volejbal

Okresní kolo volejbalu dívek se hrálo 19. 9. 2018 na Meteoru. Náš tým, který byl doplněn z velké části studentkami z prvních ročníků, dokázal postoupit ze skupiny, což je velmi dobrý výsledek a dobrý příslib do dalších let.



Minifotbal

V pondělí 1. 10. 2018 se naši studenti 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.



Fotbal

Ve čtvrtek 4. 10. 2018 proběhl turnaj ve fotbale, který se konal na ČAFC Praha, naši borci nepředvedli vůbec špatný výkon a obsadili krásné 3. místo.



Krajská soutěž v atletice

Dne 5. 10. 2018 proběhla soutěž středoškolského atletického poháru na Kotlářce. Na závod bylo přihlášeno 16 družstev z pražských středních škol. Na loňské výsledky se bohužel nepodařilo navázat. Dívky obsadily 9. místo a chlapci skončili na 6. místě.

Stolní tenis

Naši studenti se účastnili i turnajů ve stolním tenise. Chlapecký se konal 19. 10. 2018 ve sportovním areálu Braník. Soutěže se účastnilo 18 pražských škol. Bohužel se našim chlapcům nepodařilo postoupit ze skupiny.

Dívčí tým si 2. 11. 2018 vedl o něco lépe. Děvčata vybojovala postup ze skupiny a skončila na 6. místě.



Florbal

V pondělí 5. 11. 2018 naši studenti reprezentovali školu ve florbalu na KB Challenge Cupu ve Střešovicích, kde po výborném výkonu obsadili krásné 2. místo.



Přespolní běh

Přespolní běh se konal 11. 10. 2018 v Holešovicích a naši studenti určitě neudělali ostudu, protože v dívčí kategorii jsme se umístili na 13. místě z 90.



Florbal

V úterý 20. 11. 2018 POPRASK pořádal florbalový turnaj na Kotlářce. Náš chlapecký tým se zúčastnil, nicméně soupeři byli nad jeho síly a obsadili jsme 6. místo.



Zpráva o činnosti KMD ve školním roce 2018/2019

Ve školním roce 2018/2019 opět na naší škole fungoval Klub mladého diváka. Jedná se o tradiční aktivitu pro studenty základních a středních škol, kterou podporuje finančně Magistrát hlavního města Prahy. Studenti mají možnost si prostřednictvím škol a důvěrníka KMD zakoupit výhodné předplatné na šest představení pro daný školní rok. V letošním školním roce si žáci mohli vybrat z nabídky mnoha představení. Na výběr měli každý měsíc několik představení. Největší zájem byl o představení, která jsou také v seznamu četby k maturitní zkoušce, jednalo se o dramaturgii Otčenáškovy novely Romeo, Julie a tma, Růže pro Algernon, Shakespearovo drama Hamlet, dále Pýchu a předsudek. Dále se s velkým úspěchem setkaly hry uváděné v alternativním prostředí Vily Štvanice, komorní dramata v poetické kavárně Viola, příjemným překvapením bylo i Divadlo V Řeznické. Nádherné představení také byl muzikál Fantom opery.

Do Klubu mladého diváka v letošním školním roce chodilo 32 studentů z různých ročníků a napříč studijními obory. Často se jednalo i o studenty prvních ročníků, kteří se i díky společně prožitým kulturním zážitkům lépe seznámili mezi sebou navzájem. Celkem si studenti rozebrali 192 vstupenek, na výběr měli 19 termínů a představení. S organizováním KMD je spojena časová náročnost, práce ale je záslužná a vidím v ní velký smysl. Studenti, kteří navštěvují divadlo, mívají úspěch u maturity z českého jazyka, také získávají do života kulturní i sociální znalosti a dovednosti. Věřím, že Klub mladého diváka bude fungovat i nadále a žáci ho budou navštěvovat.

PhDr. Martina Jurčeková
vedoucí Klubu mladého diváka v letech 2012 – 2019

Absolventi – školní rok 2018 / 2019

Třída: 3. O

třídní učitel: **Mgr. Radka Líbalová**

- | | |
|----------------------|-----------------------|
| 1 Dameska Ivona | 11 Suchá Michaela |
| 2 Ellmannová Tereza | 12 Tománková Barbora |
| 3 Hnátová Barbora | 13 Tůmová Dominika |
| 4 Horová Hana | 14 Valčeková Eliška |
| 5 Jelínková Denisa | 15 Vondráčková Eliška |
| 6 Kadeřábková Vladka | |
| 7 Lehnerová Kristýna | |
| 8 Meisnerová Jitka | |
| 9 Nová Sandra | |
| 10 Pašajeva Varvara | |

Třída: 4. A

třídní učitel: **Mgr. Jitka Aubrechtová**

- | | |
|----------------------|-----------------------|
| 1 Antoš Ladislav | 11 Křen Matěj |
| 2 Berkelová Anna | 12 Lacková Sára |
| 3 Bláhová Michaela | 13 Lengerová Bára |
| 4 Caklová Andrea | 14 Luňáková Kateřina |
| 5 Drábek Filip | 15 Opolský Jakub |
| 6 Dvořáková Kristýna | 16 Vondrášková Tereza |
| 7 Fridrichová Eliška | 17 Žigová Eva |
| 8 Galeková Natalie | |
| 9 Hossainová Klaudie | |
| 10 Jindřichovský Jan | |

Třída: 4. B a 4. T

třídní učitel: **Mgr. Irena Zušťáková**

- | | |
|----------------------|----------------------|
| 1 Bartošová Gabriela | 7 Procházková Anita |
| 2 Bečková Daniela | 8 Pšeničná Berenika |
| 3 Brosingerová Adéla | 9 Stojnov Petr |
| 4 Dědičová Natálie | 10 Štěpánová Markéta |
| 5 Kaliašová Klára | 11 Takáčová Jana |
| 6 Pichová Lenka | 12 Vodička Marek |
| 1 Kult Jiří | 4 Sadílek Jan |
| 2 Marisko Enrique | |
| 3 Morava Vojtěch | |

Třída: 4. BP

třídní učitel: **Mgr. Pavla Dvořáková**

- | | |
|-----------------------|----------------------|
| 1 Adámková Vanda | 12 Košař Martin |
| 2 Bílková Lucie | 13 Krivák Dominik |
| 3 Bočková Anna | 14 Kudrnová Tereza |
| 4 Boháč Jakub | 15 Kvidová Karolína |
| 5 Bukač Michal | 16 Mixánová Kristýna |
| 6 Černý Patrik | 17 Nový Filip |
| 7 Houška Vojtěch | 18 Šavel Jindřich |
| 8 Jakschová Adéla | 19 Tichá Kateřina |
| 9 Kacovská Hana | 20 Votrubová Klára |
| 10 Kafka Filip | 21 Zemanová Šárka |
| 11 Komárková Kristýna | |

Třída: 4. LA

třídní učitel: PaedDr. Radmila Křoková

- | | |
|-------------------------|-----------------------|
| 1 Balev Oleksandr | 11 Junová Simona |
| 2 Fenclová Veronika | 12 Kratěnová Natálie |
| 3 Fišarová Kateřina | 13 Lišková Michaela |
| 4 Freitas Lorelle Aimée | 14 Maříková Veronika |
| 5 Hejduková Veronika | 15 Novotná Klára |
| 6 Husáková Anna | 16 Pešáková Františka |
| 7 Chaloupková Petra | 17 Štěpánková Martina |
| 8 Chaloupková Radka | |
| 9 Janošová Petra | |
| 10 Jelínková Anna | |

Třída: 4. S

třídní učitel: Mgr. Kristina Chaloupková

- | | |
|--------------------|---------------------|
| 1 Adamcová Adéla | 7 Smetivá Eliška |
| 2 Častulíková Anna | 8 Štěpán Jan |
| 3 Hejná Kateřina | 9 Zarubina Maryna |
| 4 Kurka Karel | 10 Závřelová Anna |
| 5 Pakostová Zuzana | 11 Zmrhalová Tereza |
| 6 Ryšávková Soňa | |

Třída: 4. LB

třídní učitel: Mgr. Karel Čumpelík

- | | |
|---------------------------------|-----------------------|
| 1 Doušová Kateřina Anna | 11 Manachi Farajalla |
| 2 Fadrhoncová Kateřina | 12 Rudolfová Kristýna |
| 3 Hadravová Kateřina | 13 Saakyan Gregor |
| 4 Hejcmanová Veronika | 14 Smutná Kateřina |
| 5 Imramovský Jan | 15 Šanda Filip |
| 6 Jazykova Alina | 16 Trohařová Kristýna |
| 7 Jonášová Kristýna | 17 Uhlová Tereza |
| 8 Kaptola Kateryna | 18 Vedral Vojtěch |
| 9 Kratochvílová Wilhelmina Anna | 19 Vojtová Nikol |
| 10 Leignerová Vendula | |

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

Pořadí výtisku: 1. vydání
Měsíc a rok vydání: říjen 2019
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 978-80-906683-9-3