



## Na návštěvě u našich masérů Školní kolo soutěže masážních technik

Dne 7. března 2024 se žáci MSR zúčastnili školního kola masérské soutěže. Jako soutěžní úkoly byly vybrány sestavy horní končetiny a dolní končetiny zpředu.

Všichni se moc snažili a všem to šlo. Na soutěž se přišla podívat a rovněž pak zhodnotila výkony žáků i paní ředitelka.

Vyhodnocení soutěže proběhlo dne 8. března.

Protože výkony žáků byly velmi vyrovnané, rozhodla de porota ve složení Mgr. Zuzana Fenclová, Mgr. Helena Cvrčková a Mgr. Alena Štroblová udělit po dvou druhých a třetích místech. O prvním místě pak rozhodla jedna podstatná „malíčkost“ – soutěžící se při plnění svých úkolů usmívali.

Konečné pořadí tedy bylo:

1. místo: Jan Bělík,
2. místo: Kateřina Nováková a Lucie Hudoušková,
3. místo: Adriana Kilianová a David Lang.

Čtyři z pěti oceněných žáků budou naši školu reprezentovat na celostátní masérské soutěži.

Adriana Kilianová, žákyně 3 MSR

Foto: Mgr. Ladislava Mutinská, Ing. Jaroslava Michálková



« Soutěž masážních technik byla pro všechny příležitostí, jak si vyzkoušet své znalosti a dovednosti

« Paní ředitelka s porotou soutěže

► Porota měla nelehký úkol, neboť výkony všech byly velice vyrovnané

► Vítězové soutěže s diplomy – i tady se stále usmívá Honza Bělík



## Návštěva z Regensburgu

Dne 7. 3. 2024 nás na hodině masáží navštívili v rámci odborné stáže projektu Erasmus+ studenti z Berufsfachschule für Krankenpflege Pflegecampus v Regensburgu.

Chtěli vědět, jak probíhá výuka, někteří měli zájem o masáž. Tato masáž se jim velmi líbila, a naši žáci byli spokojeni za jejich zájem – proto jsou na fotce všichni usměvaví.

Mgr. Zuzana Fenclová

Celý článek o odborné stáži studentů z Regensburgu si můžete přečíst na str. 2 přílohy tohoto vydání Minialmanachu



Na co se máme těšit v příštím měsíci:

- Celostátní soutěž masážních technik ve Varnsdorfu

- Soutěž v ošetřovatelství

- Přijímací řízení

- Písemné maturitní zkoušky

- Sportovní akce

- Další akce a aktivity měsíců březen a duben



Minialmanach Vydání 3 Ročník XII Březen 2024

Redakce:

Mgr. Ladislava Mutinská  
Ing. Jaroslava Michálková

[mutinska@zdravka-plzen.cz](mailto:mutinska@zdravka-plzen.cz)  
[michalkova@zdravka-plzen.cz](mailto:michalkova@zdravka-plzen.cz)

378 015 121



SZŠ a VOŠZ Plzeň  
Karlovarská 99  
323 00 Plzeň

[www.zdravka-plzen.cz](http://www.zdravka-plzen.cz)  
[zdravka@zdravka-plzen.cz](mailto:zdravka@zdravka-plzen.cz)

VYDÁNÍ

3

BŘEZEN  
2024

## Slovo úvodem

„Mami, vstávej, už bude půl šestý, ty jsi zase zaspala!“  
„Co? — Aha...“

Obvyčejné březnové ráno, už není úplná tma, za chvíli bude svítat. Ale vstávat se mi opravdu nechce. Ovšem nedá se nic dělat. Abych ten den začala nějak příjemně, zpívám si potichu „v hlavě“:

*Když okna první elektriky  
poslala známé cukrbliky  
záclonám mého pokoje*

*a úsvit přišel stisknout klíky  
– tak po klávesách harmoniky  
šly tóny dělat rozbroje.*

Vylézám neochotně z teplých měkoučkových peřin.

*Pod střechem kdosi hrál*

*Někdo se tomu smál,  
zatímco jiný dostal vztek.*

Tak jo, nejdřív uvařit čaj... ne raději kafe na probuzení. Ve vodovodním kohoutku to posměšně zachrchlá – ještě, že v konvici zbyla voda od včerejška. Snad to vyjde na dva šálky.

*Tak či tak každý den hlásil se refrénem:*

*„Já dnes mám vanu plnou fialek,  
mám vanu plnou fialek,  
mám vanu plnou fialových fialek.“*

To by šlo. Když neteče voda, fialky by byly super alternativou. A už letos kvetou!

„Mami, neteče voda,“ hlásí mi Pavel skutečnost, o které už chvilku vím. „Čím si mám vyčistit zuby?“

Podávám mu mlčky lahev s Magnesíí. „To jako fakt?“

*Tak chodilo to každé ráno*

*A někdo říkal „Nevidáno,  
ať se ten chlápek pobaví.“*

*Další však říkal svoji ženě:*

*„Dost divný přístup k hygieně –  
vždyť připravil se o zdraví.“*

„Brrr, to je odporný,“ hudruje syn při čištění chrupu. Po něm se chopím kartáčku (a Magnesie) já – a musím mu dát za pravdu.

*Nahoře zatím hrál*

*dotyčný klidně dál*

*– všem nájemníkům ve spolek.*

*Jak přání „Zlomte vaz“*

*nám předával svůj vzkaz:*

„Čaj bude taky hořčičkový?“ zajímá se Pavel.

„Ne, to bude nefalšovaná H<sub>2</sub>O ze včerejšího večera.“

„Zaplať pámbůh!“ vrhá se syn na snídani.

*„Já dnes mám vanu plnou fialek,  
mám vanu plnou fialek,  
mám vanu plnou fialových fialek.“*

Pípně O<sub>2</sub>: Omlouváme se nájemníkům za dočasný výpadek dodávky vody. Z vážných technických důvodů...

(Pokračování v Příloze tohoto čísla)

# Minialmanach

toto vydání

Návštěva učitelek z Belgie Str. 1

Střípky z únorových a březnových akcí

Naši výtvarníci pro EVVO Str. 2

Úspěch našich žákyn v oblastním kole

Olympiáda z anglického jazyka

Exkurze 4 ZDL Str. 3

Na návštěvě u našich masérů Str. 4

## TEACHERS' MEETING, PLZEŇ, 19th–23rd February, 2024

### Návštěva učitelek z Belgie v rámci přípravy studentek ošetřovatelství na odbornou stáž v Plzni

Ve dnech 19.–23. 2. 2024 se na SZŠ a VOŠZ v Plzni uskutečnila návštěva Chantal Hermans a Kimberly Bruijndoncx, odborných učitelek z belgické partnerské školy HIVSET, města Turnhout. Jednalo se o přípravnou fázi mobilního projektu v odborném vzdělávání ve zdravotnickém oboru všeobecná sestra.

Jedním z cílů pobytu belgických kolegyn bylo představit jim fungování zdravotní péče v České republice spolu se systémem vzdělávání nelékařských profesí. Dále se jejich návštěva zaměřila na přípravu stáže jejich studentek ošetřovatelství v našich nemocničních zařízeních. Neméně důležitý byl nástin další mezinárodní spolupráce v oblasti výměnných pobytů českých a belgických studentů a pedagogů.

Při této příležitosti, na základě dlouhodobé spolupráce s FN Plzeň, nám bylo umožněno v rámci exkurzí provést naše belgické kolegyně některými pracovišti FN Lochoťín. Jednalo se o Kliniky gynekologie a porodnictví, Onkologickou kliniku, Psychiatrickou kliniku, Urgentní příjem a Dětskou kliniku. Zde je na místě vyjádřit velké díky všem vrchním sestřám za jejich vstřícnost, zaujetí a profesionální výklad při prohlídkách jejich pracovišť. Jejich ochota, odbornost, jakož i úroveň vybavení a péče o pacienty byla vysoce hodnocena i našimi belgickými kolegyněmi. Rovněž jsme si vážily přínosné účasti i zájmu manažerky pro vzdělávání nelékařů Mgr. Bc. Světluše Chabrové, která nám exkurze nejen umožnila, ale také nás při jejich průběhu osobně provázela.

Mgr. Jiřina Uhrová, Mgr. Dana Kovtunová,

Mgr. Radka Novotná



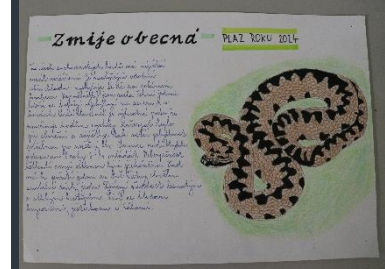
## Naši výtvarníci tvořili v rámci EVVO

Třídy 1 LAA, 2 LAA a 2 ZDL se zapojily do vytváření plakátů na téma Živočišného roku 2024.

Ornitologická a herpetologická společnost se každoročně zaměřuje na živočichy, kteří jsou v naší přírodě ohroženi, a vyhláší je živočichy roku.

Letos vyhlásila ptákem roku reha domácího, plazem zmiji obecnou a obojživelníkem čolka horského.

Naši žáci se zapojili do tvorby plakátů, které mají upozornit na problematiku ohrožených druhů, a vytvořili mnoho zajímavých kreseb. Nejlepší práce jsou vyvěšené ve třetím podlaží.



Připravily: Mgr. Jaroslava Opatrná, Ing. Jaroslava Michálková

## Střípky z únorových a březnových akcí

### Školní kolo olympiády z biologie

Stejně jako každý rok proběhlo v únoru školní kolo biologické olympiády. Kategorie A (3. a 4. ročníky) se zúčastnila pouze Adéla Lukášová z třídy 4 ZDL. V kategorii B určené pro žáky 1. a 2. ročníků soutěžili celkem 4 žáci.

Zvítězila Markéta Nyklesová z 2 ZDL. Na 2. místě skončila Amálie Šindelková z 2 ZDL. 3. místo obsadila Karolína Machková z 1B ZL.

Pod názvem „Host do domu, hůl do ruky“ se skrývalo letošní téma biologické olympiády týkající se parazitů. Soutěžící absolvovali písemný test, dále praktickou část, na jejímž základě doplňovali pracovní list, a nakonec „poznávačku“ živočichů a rostlin, kde dle prezentace, obrázků a ukázek živých druhů museli určit název organismu.

Mgr. Martina Valachová, foto: Mgr. Ladislava Mutinská



### Přednáška o pracovních a studijních možnostech v nemocnici v Motole

Dne 1. března 2024 naši školu navštívily Mgr. Linda Lejtnarová, vedoucí oddělení náboru, personálního marketingu a FKSP Fakultní nemocnice Motol, společně s vrchními sestrami, které představily specifika práce na klinikách.

Velice poutavě přednášela vrchní sestra Kardiologické kliniky 2. LF UK Mgr. Jana Kovalčíková, která kliniku označila jako svoji srdeční záležitost. Neurochirurgickou kliniku dětí a dospělých 2. LF UK s nadšením pro svůj obor představila vrchní sestra Bc. Tereza Drbohlavová.

Žáci SZŠ a studenti VOŠZ dostali výstižné informace o možnosti zaměstnání a také možnosti stipendia při studiu. Velice zajímavý byl prezentační krátký film, který představoval FN Motol jako největší kliniku v ČR. Nabídka práce ve FN Motol je široká, hledají všechny sestry, a to jak praktické, všeobecné, dětské i porodní asistentky.



Mgr. Dagmar Nováková  
Foto: Ing. Jaroslava Michálková

### Přednáška pro 4. ročníky – přednáška „do života“

V březnu studenti LF UK v Plzni realizovali semináře se žáky druhých ročníků střední zdravotnické školy se zaměřením na prevenci nádorových onemocnění prsu a prostaty. Na přinesených modelech učili žáky samovyšetřovací techniky a odpovídali na různé dotazy. Vzájemná komunikace byla přínosná rovněž z hlediska kariérové motivace a dalšího studia.

Text: Mgr. Martina Lísková  
Foto: Mgr. Ladislava Mutinská



## Úspěch našich žáků v oblastním kole olympiády z psychologie

Ve čtvrtek 8. února 2024 proběhlo na SZŠ a VOŠZ v Plzni školní kolo Olympiády z psychologie na téma Tajemství komunikace. Zúčastnilo se 16 žáků ze 2. a 3. ročníků, které byly vybrány v rámci třídních kol. Prezentace jednotlivých soutěžících byla na vysoké úrovni a porota měla těžký úkol. Na prvním místě se umístila Jaroslava Kubátová ze třídy 2 ZDL, na druhém místě Eliška Kovařová ze třídy 2D PS a 3. místo obsadila Ivana Rollingerová ze třídy 3D PS. Tyto tři soutěžící tak postupují do regionálního kola soutěže.

Regionální kolo se konalo ve středu 6. března 2024 a pořádala ho SZŠ v Chebu. Kromě našich žáků se zúčastnili také žáci ze středních zdravotnických škol z Klatov a Chebu. Po vyhlášení výsledků jsme slavily velký úspěch, kdy ve velké konkurenci zvítězila Jaroslava Kubátová z naší školy, druhé místo obsadila soutěžící ze zdravotnické školy v Klatovech a na 3. místě se umístila opět naše žákyně Ivana Rollingerová. Vítězka regionálního kola bude zastupovat Plzeňský kraj v celostátním kole psychologické olympiády, které koná v Českých Budějovicích.

Děkujeme všem soutěžícím i jejich vyučujícím za jejich práci při přípravě na jednotlivá kola soutěže.

Mgr. Markéta Kuchařová, DiS.



Porota školního kola a hosté – paní ředitelka a zástupkyně



Prezentovat svoji práci před publikem může být náročné...



Každá ze soutěžících byla za své vystoupení odměněna spontánním potleskem



Účastnice olympiády s pamětními listy a diplomy  
Foto: Mgr. Ladislava Mutinská, Ing. Jaroslava Michálková

## Olympiáda z anglického jazyka

V únoru se naši žáci zúčastnili školního kola olympiády v anglickém jazyce.

Nejprve se potýkali se zákeřností písemného testu. Poté ti nejuspěšnější předvedli své znalosti v ústní části.

Ve školním kole zvítězila Anděla Bendová ze třídy 1 MSR, která si tak zajistila postup do okresního kola v kategorii střední odborné školy.

To se konalo 14. února na Masarykově gymnáziu v Plzni.

Na rozdíl od školního kola mělo pouze jednu dost náročnou disciplínu – rozhovor dvou osob. Soutěžící si vylosovali svého partnera ke konverzaci (žáka z jiné školy, kterého pravděpodobně vůbec neznali) a následně téma rozhovoru.

Anděla konverzovala na téma „Knihy“. A velmi úspěšně, neboť v konkurenci žáků plzeňských odborných škol obsadila krásné třetí místo!

Srdečně blahopřejeme a děkujeme za vzornou reprezentaci školy!

Na základě rozhovoru s Andělou připravila  
Ing. Jaroslava Michálková



## NAŠE ZDRÁVKA

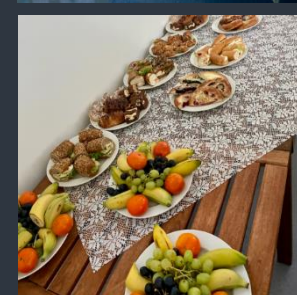
### Exkurze 4 ZDL

Dne 12. 3. 2024 se naše třída 4. ročníku zdravotnického lycea s doprovodem Mgr. Elišky Zemanové a Mgr. Blanky Svatoňové vydala na výlet vlakem do Prahy.

Měli jsme tu čest navštívit E-laboratoř Dr. Max, která se nachází v OC Řepy, kam jsme se z vlakového nádraží dopravili tramvají.

V laboratoři na nás čekala skupina milých pracovníků, kteří nás vřele přivítali. Nabídlí nám vodu, kávu a chutné občerstvení. Poté jsme měli přednášku formou prezentace, kde jsme se dozvěděli mnoho zajímavých věcí: jak lékárna vznikla, jaký oděv musíme mít na sobě, který obor musíme studovat, abychom zde mohli pracovat, jaké jsou pracovní pomůcky a propozice laboratoře. Po cca 40minutové prezentaci jsme vytvořili 3 skupiny a mohli jsme nahlédnout přímo do výroby léčiv. Viděli jsme i krásné praktické ukázky. Celý chod lékárny a laboratoře jsme poznali na vlastní oči a osobně potkali tým laborantů.

Tato exkurze byla přínosná a moc nás všechny bavila. Děkujeme za skvělou příležitost paním učitelkám a E-laboratoři Dr. Max.





Krásné,  
pohodové,  
odpočinkové,  
prosluněné...  
Čt jsou Vaše  
Velikonoce  
vydařené  
přesně podle  
Vašeho přání  
(třeba s vanou  
plnou fialek -  
chcete-li).  
Odpočíte si,  
čeká nás duben  
nabitý  
událostmi (a po  
něm květen,  
ještě a něco  
"divočejší").  
Příjemné jaro  
Vám přeji  
autorky  
Minialmanachu

## Velikonoční beránek – s polevou nebo bez ní?

Beránek patří na velikonoční stůl stejně jako malovaná vajíčka nebo mazanec. Než si na něm pochutnáte, užijte si pastvu pro oči. Kromě tradičního beránka posypaného moučkovým cukrem můžete vyzkoušet i zábavnější dekorace.

### Čokoládová poleva

400 g hořké čokolády (52 % kakaové sušiny)  
280 g ztuženého rostlinného tuku

Čokoládu nalámanou na menší kousky společně s tukem rozpustíte ve vodní lázni. Hotovou směs nechte zchladnout na správnou teplotu a konzistenci. Polevou pomalu pokryjete celého vychladlého beránka. Dokud je tekutá, můžete do ní vlepit plátky kokosu nebo mandlí. Potom nechte ztuhnout v lednici. Jakmile je čokoládová poleva pevná a nešpiní, můžete beránkoví uvázat barevnou mašličku kolem krku nebo ho ozdobit bílkovou polevou jako perníčky – vyhrát si můžete s obličejem nebo mu pokreslit tělo spirálkami. Ty můžete udělat i z bílé čokolády, kterou lze zakoupit přímo v sáčku určeném ke zdobení.



### Beránek „na bílo“

Pokud nechcete mít doma „černou ovci“ a dáváte přednost bílé variantě, můžete buď beránka jenom pocukrovat nebo vyzkoušet polevu z bílé čokolády, citronovou polevu z rozšlehaného moučkového cukru a citronové šťávy či žlutkovou polevu, kterou připravíte smícháním žloutků s cukrem a vanilkou. Na bílé polevě krásně vyniknou třeba barevné jedlé květy, želé nebo oči z čokolády nebo rozinek.



### Beránek „pod sněhem“

O trochu složitější bude beránek pokrytý sněhem. Na jednoho beránka budete potřebovat bílky ze tří až čtyř vajec, vodu a cukr krystal. A samozřejmě cukrářský sáček, kterým pak nanese hotovou směs přímo na dezert. Fantazii se meze nekladou, vyhraďte si s vlnkami na těle, vytvořte mu rohy nebo kudrlinky na hlavě. Sníh potom nechte krátce zapéct v troubě předehřáté na 200 °C (vyndejte hned, jak začne dezert hnědnout). Místo trouby lze experimentovat i s flambovací pistolí.



### Beránek s krémem

Pokud patříte mezi milovníky krému, tak proč jím rovnou neozdobit beránka? Jediný rozdíl je v tom, že beránka poté budete muset skladovat v lednici a na stůl ho vyndat až těsně před podáváním. Obecně se lépe pracuje s tužšími krémy, než s lehkými (jako je například ten z mascarpone). Dokonale vyšlehaný máslový krém se ovšem jen tak nezkaží a zároveň krásně drží tvar. Vhod přijde cukrářský pytlík a pár zdobících špiček. Krém můžete obarvit potravinářskou barvou – já jsem jednou udělala pro neteř beránka s růžovým krémem – takže jsme nakonec neměli beránka, ale ovečku Barbie...

Tak, beránek je upečen, nazdoben, potěšili jsme jím oči, možná si ho i vyfotili – teď už zbývá jen nakrojit a ochutnat...

Dobrou chuť Vám přeje Slávka Michálková

(Podle vlastních i internetových receptů. Foto převzato z internetu)

# Velikonoční příloha



## čtěte ještě

Velikonoce a Den učitelů	Str. 1
Projekt Erasmus+	
První pomoc na ZŠ	Str. 2
Jsou české velikonoční tradice...	
Jaro už to rozjelo	Str. 3
Beránek s polevou...	Str. 4

## Slava úvadem

(Pokračování ze str. 1 Minialmanachu)

Mám chuť prásknout telefonem o zem. Od nápadu rychle ustoupím – podobná zrealizovaná „chuť“ stála Pavla před časem Kč 1800. Raději si (již nahlas) zpívám:

Postupně se všem zalíbilo  
budit se písní – zvlášť když lílo –  
s harmonikou tahací.

Začli jí říkat akordeon,

Já říkala Alain Delon

tomu, kdo bydlel v oblacích

Smířuji se s tím, že s výpadkem vody nic nezmůžu a jdu si vzít náušnice, tak, ještě korálky na krk a k nim náramek – co na tom, že jsem dosud v noční košili. I přes katastrofy se musí člověk přenést s grácií...

Už se to stěží někdo doví,

kdo tenkrát bydlel mezi krovky

starého domu v Karlíně.

Odešel prostě jednou k ránu

z bytu, co nikdy neměl vanu

a voněl nejvyš po víně.

Víno? Teď po ránu? Brrr... Ale hroznové (snad ho ještě kousek zbyl) by po snídani nebylo marné!

S plnou pusou modravých kuliček si prozpěvují dál:

Tím, co nám tady hráli,

nás vlastně obelhal,

řekli si všichni vespolek.

„Mami, co bude k večeři?“

„K večeři? Ještě nemáš snědenou snídani...“

Třeba...špagety?“ Snad tímto slibem oblíbeného jídla Pavla umlčím. Na řeči fakt nemám náladu. Navíc – při

mluvení nelze přece zpívat!

Jdu na balkon doufajíc, že včera vyprané šaty do rána uschly. Už se rozednilo. Šaty mokré. A já zpívám stále hlasitěji:

Já v špatném počasí

však dodnes zpívám si:

„Já dnes mám vanu plnou fialek

„Já dnes mám vanu plnou fialek.

Mám vanu plnou fialek.“

Forte. Forte fortissimo. (Asi trochu falešně).

Paní, co venčí před barákem psa, zírá překvapeně chvíli vzhůru (že by to fakt bylo ze šestého patra slyšet?) a pak mi pokyne na pozdrav. Místní bezdomovec s vozíkem plným veteše mi dokonce zatleská.

„Mami, ty jsi blázen!“

„Blázen? To ne... to nejsem... jenom... protože neteče ta voda, tak...“

„Já dnes mám vanu plnou fialek,

mám vanu plnou fialek,

mám vanu plnou fialových fialek.“

Poctu geniálnímu skladateli, skvělému textaři,

legendární šansonierce a nekonečně voňavým

kvítkům tímto fejtonkem vzdala

Slávka Michálková

## Na Zelený čtvrtek připadne Den učitelů

Tak se to letos tak nějak sešlo... Velikonoce jsou velice brzy a proto se Den učitelů bude slavít na Zelený čtvrtek...

Jak je u nás ve škole dobrým zvykem, dostáváme ke každému z těchto svátků přání od paní ředitelky. V letošním roce se tedy sešla přáníčka dvě:

## Den učitelů

Vážené kolegyně a vážení kolegové,

dne 28. března oslavíte Den učitelů. Je hezké, že se tento den spojil s velikonočními prázdninami a svátky. Děkuji Vám za Vaši náročnou práci a obětavost se kterou plníte dané úkoly při vzdělávání žáků a studentů.

Jako poděkování pro Vás máme připravené dárkové poukázky v hodnotě 500,- Kč, platné ve všech prodejnách Knihy Dobrovský. Poukázky Vám vydá paní Záhořiková na ekonomickém oddělení.

Vaše ředitelka

*Ivana Křížová*

PhDr. Ivana Křížová

## Veselé Velikonoce

Příjemné prožití Velikonoc  
plných jarní pohody,  
odpočinku, štěstí a zdraví.

PhDr. Ivana Křížová



Velice děkujeme. Paní ředitelce přejeme rovněž klidné a pohodové svátky a mnoho zdraví.

## Výuka první pomoci žáků osmých tříd ZŠ Stod

Dne 14. 3. 2024 se v prostorách naší školy konalo proškolení žáků ZŠ Stod v první pomoci. V učebně 305 vybrané žákyně druhých ročníků oboru Praktická sestra edukovaly téměř vrstevníky ze ZŠ Stod v poskytování základní první pomoci.

Žáci dostali pracovní listy a první hodinu si osvojovali teoretické znalosti. V druhé hodině byli rozděleni do skupin a naše děvčata s nimi prakticky nacvičovala resuscitaci, zástavu krvácení, zotavovací polohu.

Akce byla přínosná nejen pro žáky základní školy, kteří si osvojili základy první pomoci, ale i pro naše žákyně, které si vyzkoušely práci lektora a zodkonalily se v prezentaci svých znalostí.

Mgr. Renata Jonášová



## Projekt Erasmus+:

### Zahraněční odborná stáž studentů z Regensburgu

Ve dnech 3. 3. – 15. 3. 2024 proběhla odborná stáž studentů z Berufsfachschule für Krankenpflege Pflegecampus v Regensburgu v rámci projektu ERASMUS+. Naši školu navštívilo devět studentů 2. ročníku: Jessica Panzer, Philipp Fuchs, Anja Heim, Amanda Goll Grigull, Verena Auers, Sophie Geiger, Simone Hausler, Johanna Meisl a Theresa Zilch s paní učitelkou Barbarou Oberhammer.



Úvodní setkání proběhlo na půdě naší Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické v Plzni. Studenti měli možnost prohlédnout si učebny, nahlédnout do výuky a navštívit edukační centra. Součástí programu bylo nejen nahlédnutí do provozu pracovišť ve FN Plzeň, kde se studenti seznámili s interními a chirurgickými pracovišti, ale také poznání dalších zdravotnických a vzdělávacích pracovišť v Plzni (např. EUC klinika Plzeň, Dialýza nemocnice PRIVAMED, SENEURA, Dětské centrum Plzeň apod.)

Hlavním pilířem projektu byli naši žáci a studenti, kteří se aktivně zapojovali v rámci výuky, praxe, ale i dobrovolně ve svém volném čase.

Budoucí zdravotníci z Německa získali řadu poznatků a zkušeností a mohli tak porovnat zdravotnická zařízení a systém práce u nás a v jejich domácím prostředí. Poznali kulturní život v Plzni a rovněž se seznámili s bohatou historií města Plzně.

Při závěrečné evaluaci stáže zaznělo od německých studentů:

Jsme studenti z Ošetřovatelského kampusu v Regensburgu, kteří se učí ošetřovatelské profesi v Charitní nemocnici sv. Josefa a Univerzitní nemocnici Regensburg (Německo). Aktuálně jsme ve 2. ročníku výuky a strávili jsme 2 dny na Lochotíně v Plzni v rámci naší zahraniční stáže. Podařilo se nám nahlédnout do dětské nemocnice, ordinace, pohotovosti a interního oddělení. V doprovodu českých studentů jsme mohli získat mnoho zajímavých postřehů, ze kterých budeme těžit v naší profesní kariéře

Moc se nám to líbilo a příštím vyjíždějícím spolužákům určitě pobyt v Plzni doporučíme.

Zde jsou dojmy jednotlivých studentů:

Amanda říká:

„Multidisciplinární práce ve fakultní nemocnici mě opravdu zajímala a získala jsem mnoho nových dojmů.“

Theresa konstatuje:

„Výměna názorů s mým výměnným partnerem byla velmi poučná.“

Philipp poznamenává:

„Zajímavé bylo srovnání německých nemocnic s českou klinikou.“

Poděkování patří paní ředitelce PhDr. Ivaně Křížové, projektovému manažerovi Mgr. Janu Malatovi za umožnění realizace projektu. Za pomoc při zajišťování stáže patří také odborným vyučujícím VOŠZ Mgr. Daně Kovtunové, PaedDr. Tomáši Ulčovi, DiS., MBA, i vyučujícím SZŠ Ing. Monice Muhr – Grimm, PhDr. Haně Hrachovcové, Mgr. Jolaně Kolářové, Mgr. Jitce Burešové, Mgr. Janě Bednářové, Mgr. Aleně Štroblové, Mgr. Martině Lískové, Mgr. Ladě Pastyřkové, Mgr. Monice Bednářové, Mgr. Kamile Blovké, Mgr. Dagmar Novákové, Mgr. Zuzaně Fenclové, Bc. Růžičkové a samozřejmě také všem žákům tříd 3D PS, 4A PS, 4B PS, 4D PS, studentům oboru DNT a pracovníkům jednotlivých organizací, bez kterých by se tato úspěšná stáž nemohla zrealizovat.



Mgr. Ilona Jančová

## Jsou české velikonoční zvyky opravdu „příšerné“?

Beránek, pomlázka, zajičci, kvítka, kraslice, řehtačky... To všechno patří k tradičnímu obrazu českých Velikonoc. Pro nás běžná věc, kterou možná ani nevnímáme. Pro cizince atrakce, za kterou sem přijíždí z celého světa.

Velikonoce (spolu s Vánocemi) patří mezi jedny z nejzajímavějších českých svátků a tradic. V podobě, v níž se v našich končinách slaví, se mísí ulvy pohanských oslav příchodu jara a křesťanské litosti nad ztrátou Božího syna Ježíše Krista.

Kde se vlastně ve společnosti, ovládané moderními technologiemi a absorbující podněty z celého globalizujícího se světa, bere taková potřeba udržovat letité tradice a zvyky?

Nejspíš proto, že žijeme v určité krajině, v určitém prostoru. Či chceme v něm někam patřit, máme své kořeny. Tyto kořeny znamenají nejenom naše okolí v tomto čase, tedy že se setkáváme s těmi, kteří žijí nyní poblíž nás, ale sahají rovněž do minulosti. Tak to asi cítíme: jakousi komunikační generaci. Je jisté, že už nikdy tak doslova nevěříme vlastnímu obsahu tradic, ale najednou je tady setkávání nás, současných, s minulostí. Pro zbytek světa (a nemusí to být zab až tak vzdálené země) jsou naše tradice poduné, bizarní až příšerné. Svě zajičky mi vyprávějí moji známí, kteří se přestěhovali do Německa, kousek ke Stuttgartu. Svě sousedy tehdy o prvních Velikonocích doslova šokovali – a to je to od nich k našim hranicím jenom dvě stě kilometrů (nebo ještě blíže).

Hanka (ta naše kamarádka) vypráví, její muž Freddy ji občas skočí do řeči, všichni se u toho smějeme:

Hned zjere našeho života v Německu se poklid velikonočních svátků v bádensko-württemberské vesnici rozhodl Freddy ozuláštnit: a to pravou česko-moravskou pomlázkou! Všechny mé prosby, aby to nedělal, ho vyhecovaly jen o to víc. Či syna Roberta, jakbysmet.

Dopadlo to tak, že celou sobotu slídili podél potoka po urbóvém prouť, předháněli se v počtu prutů a v návodech, jak je spleťat, ale vůbec se nenapadlo přemýšlet o tom, jak to své násilné přepadení těm našim ubohým, nic nelušícím sousedům, vysvětlí.

V pondělí ráno vyrazili. Vrátili se za dvě hodiny, žijí a zdraví, ve skvělé náladě. Dokonce i něco vykeleovali. Jen sousedky se mě pak opatrně ptaly, jestli jsou tyhle zuláštní zvyky – tedy po pravdě Baerbl odnaproti řečla, „příšerné zvyky“ – tam u nás, v Böhmen, opravdu běžné. Řekla jsem, že ano: a že se přij po tam má omládnout!

Koukaly na to dost vyděšeně. Zvyk se u nás ve vsi každopádně neujal. Či to se naši hoši fakt snažili.

### Jak takovou pomlázku uplést?

Materiál: alespoň 9 urbóvých proutků, nůž, provázek

Pokud si nejste jisti, natrhajte hladně proutků víc, ať pak máte z čeho vybírat. Či je užijete, uložte je do křbly s vodou, aby neuvadly. Když se budete chystat plést, vyndajte proutky z vody a vyberte osm, které k sobě nejlépe pasují. Ty pak zbaute zelených lístků – můžete je ale nechat na konci na ozdabu.

Na tenčím konci svažte proutky provázek a udělejte očko. To poslouží k zavěšení pomlázky, aby se snáze pletla. Ideální je mít ji při práci ve výšiči očí, kdybyste ji pověšili třeba na kliku dveří, bude se s ní ke konci špatně manipulovat.

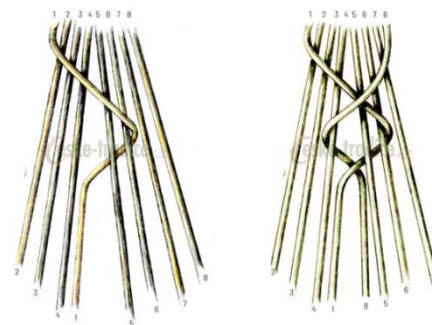
Svázané pruty rozdělte na dvě části po čtyřech. Roztáhněte je tak, abyste je měli v dlaních přehledně rozložené: v každé dlani jsou čtyři proutky a začínáte plést.

Proutky v pravé dlani rozdělte ještě na dva a dva – udělejte mezi nimi mezeru. Poté vezměte vnější proutek z levé strany a přesuňte jej doprava a umístěte ho do mezery mezi pravičními proutky. Otočte jím dva vnitřní proutky v pravé ruce a pak ho vraťte spodem do levé ruky, ovšem nechte ho na pozici vnitřního proutku.

Pak udělejte mezeru mezi proutky v levé ruce a vnější proutek z pravé strany přesuňte na levou stranu.

Otočte jím dva vnitřní levé proutky a vraťte ho spodem zpátky do pravé ruky a také ho nechte na pozici vnitřního proutku. To střídavě opakujte tak dlouho, dokud pomlázka nebude hotová. Na konci si nechte nezaplétaný kousek asi na délku dlaně – tam přijde rukojeť.

Když skončíte s pletením, spojte k sobě proutky z levé i pravé ruky. Uložte mezi ně kratší (devátý) proutek, z kterého vytvoříte rukojeť. Aby devátý proutek dobře držel a rukojeť byla pevná, pořádně všechny pruty v dlani stiskněte.



Poté začnete poslední prut omatávat kolem valné části pomlázky. Když už vám z něj moc nezbyvá, protáhněte jeho zbytek do těla pomlázky a pořádně utáhněte. Pak už jen stačí zkrátit a zarovnat. Očko, na kterém jste měli pomlázku zavěšenou, můžete uštíhnout a provázek překrýt barevnými penílemi. Tak, pomlázka je hotová a koledování může začít. Pánové, prosím vás, mějte na paměti, že pomlázka není mučící nástroj, ale pouze prostředek pro omlazení a pohlázení vašich manželů, maminek, přítelkyň, deť, kamarádek...

Za všechny vám děkuje Slávka Michálková

## Jaro to už rozjela...

Letošní jaro přišlo skutečně o mnoho dřív. Či nikdy nepamatuje, že by na sv. Josefa kvetly narcisky, hyacinty, fialky, že by bylo rozkvetlé „trní“ – všechny ty trnky, slivy a divoké švestky na mezích a remizcích...

Či je to krása, co říkáte? V Velikonocím přece všechny tyto květinčky patří.

Takhle to vypadalo 24. března u nás na zahradě:



Kochala se a fotografovala Slávka Michálková