

Na co se máme
těšit v příštím
měsíci:

- Návštěva
studentů
z Regensburgu
- Soutěž oboru
Masér sportovní
a rekondiční
- Soutěže,
olympiády,
sportovní akce
- Další akce a
aktivitu měsíců
únor a březen



Masopustní koblihy

Masopust, lidově fašank nebo jen obecně karneval je slavnostním obdobím čas mezi postními obdobími Vánoc a Velikonoc. Jak už napovídá český název: „masopust“ vychází ze smyslu slov opuštění masa (tedy „maso pust“), stejně tak slovo „karneval“, které pochází nejspíš z italského „carne levare“ – dát pryč maso. Znamená to tedy období hodů, zabíjaček, veselí a hýření.

Masopustní doba končí masopustním úterkem, velkým průvodem masek a taneční zábavou. Po masopustním úterku následuje Popeleční středa, která je začátkem postní doby (neboli též doby svatopostní či velkého půstu, latinsky Quadragesima). V křesťanství se jedná o období přípravy na Velikonoce, trvá 40 dní (kromě nedělí) a končí Bílou sobotou. Samotný konec masopustu se neobešel bez dozlatova usmažených koblih plněných marmeládou nebo povidly. Já sama jsem našla v našich rodinných kuchařkách receptů na koblihy několik. Nejlepší jsou:

Koblihy podle mojí babičky (i s jejími radami)

Ingredience: 50 kg hladké mouky, 3 žloutky, 3 kg cukru, 3 kg sádla (nebo másla), 3 kg droždí, $\frac{1}{3}$ l mléka, 3 lžíce rumu, špetka soli, tuk na smažení, marmeláda na naplnění, moučkový cukr na posypání (nemusí být).

Dobrá kobliha by měla být nadýchaná jako pírkó, zlatá na povrchu a se světlým kroužkem kolem dokola, sladká a třeba i naplněná zavařeninou. Aby to nebyly jen čary máry, abyste se nemuseli spoléhat na správnou fázi měsíce a na básničku o koblížku, poradila mi babička, jak na koblihy, aby se zaručeně povedly kdykoliv.

Jakou mouku na koblihy?

Zásadní otázka vyžaduje zásadní odpověď. Ze všech druhů mouky se mi nejvíc osvědčila dobrá, kvalitní hladká. Na hrubou rovnou zapomeňte, a pokud váháte nad polohrubou nebo jinou zrovna doma nemáte, klidně ji použijte taky. Nejlepší, nejnadýchanější koblihy však docílíte z mouky hladké. Dobře se zpracovává a dobře kyne. (Chcete-li nějaké snadno zapamatovatelné pravidlo, pak si klidně říkejte, že hrubá mouka patří do jídla, které se vaří – třeba knedlíky, hladká do jídla, které se smaží, což jsou dnešní koblihy).

Těsto na koblihy

Nejspíš dobře víte, že na koblihy se bere kynuté těsto. I když jsou koblihy kynuté, přesto se na ně bere troška zvláštně připravené kynuté těsto. Přejde do něj totiž nejen kvásek jako do kteréhokoli jiného kynutého těsta, ale taky máslo utřené s cukrem a žloutky. Jelikož se o nadýchanost stejně postarají hlavně kvasnice, nemusíte si s tím třením zas tak dělat hlavu, ono to dopadne, i kdybyste máslo rozpustili a přimíchali do těsta se zbytkem surovin. Čili třete, ale nijak zvlášť se s tím nestresujte.

To nejdůležitější teprve přijde: koblihy chtějí sádlo. Lidské sádlo. Měli byste ho trochu vypotit. Dokud nebudete mít těsto hladké a hebké, ani se neodvažujte přestat.

Smažení koblih

Pokud vaše koblihy nebudou plavat v tuku, ale sedět na dně hrnce, neudělá se jim světlý kroužek po obvodu. Začněte s litrem oleje ve středně velkém kastrůlku, to by mělo být tak akorát oleje na celou dávku.

Když olej rozeřejte moc, koblihy budou hnědnout velmi rychle, bude jim stačit půl minuty nebo méně po jedné straně a stejný čas po straně druhé. Přesto, jakmile je usmažíte i po druhé straně a vyndáte, nemusíte mít strach, že by nebyly prosmažené skrz naskrz. I rychlý průlet tukem jim stačí. Příliš chladný olej však nezpůsobí, že se nafouknou. Takže klidně začněte víc zprudka a pak postupně ubírejte na žaru plotýnky, až budete spokojeni s barvou a celkovým vzhledem. Pak si to někde poznamenejte pro příště. Rum, který se přidává do těsta, souvisí se smažením: jednak těsto kypří, a pak taky způsobuje, že tolik nenasákne olejem.

A teď jedna koblihová finta. Nebo spíš dvě finty v jedné. Vykyнутé koblihy vkládejte do horkého oleje horní stranou dolů. Horní strana by měla být ta, která se bude smažit jako první. Netuším, proč to tak je, nejspíš kvůli hezcímu tvaru.

Jakmile plave kobliha v tuku (nebo dvě či tři koblihy, podle toho, kolik se vám jich vejde do hrnce), zakryjte hrnec pokličkou a nechte tak aspoň deset vteřin, nebo do té doby, než budou koblihy usmažené dozlatova. Pak odklopte, obraťte koblihy na druhou stranu a dosmažte, tentokrát už nezakryté.

Jak naplnit koblihy?

Jsou dvě cesty, jak dostat zavařeninu dovnitř koblihy a dát jí tak její sladkou duši.

Buď můžete vykyнутé těsto rozválet víc na tenko, vykrájet kolečka a na polovinu koleček lžící rozdělit zavařeninu. Druhou polovinu koleček pevně přitisknete přes tu první a o něco menším vykrajovátkem znovu vykrojíte, takže se obě vrstvy ještě lépe spojí. Lepší než klasické vykrajovátko na linecké je sklenička – nemá tak ostrý okraj a obě části budoucí koblihy spolu lépe drží.

Anebo vytvoříte z těsta silnější „placičky“, a smažíte neplněné. Po usmažení a zchladnutí uděláte z boku do koblihy díru (buď plnicím nástavcem zdobícího sáčku, nebo třeba obrácenou stranou lžičky) a cukrářským sáčkem dovnitř vstříknete trochu džemu. Marmeláda v tomto případě musí být o něco řidší, aby šla vstříkovat. Naředte ji trochou vody nebo rumu.

Volím tu druhou možnost – ze zcela praktických důvodů. Jednak je to rychlejší na přípravu, a pak se taky nemůže stát, že trocha džemu nějakou skulinkou vyteče do horkého oleje, okamžitě tam zkaramelizuje a udělá ošklivé černé tečky na povrchu koblih, které se budou smažit v dalších dávkách.

Co se zbylým, vykrájeným těstem?

Pokud vykrajujete, můžete odřezky těsta znovu prohníst, rozválet a vykrájet. Raději bych to ale už nedělala, do těsta se dostane zbytečně mnoho mouky a ztratí nadýchanost. Místo toho si z něj uválejte válečky a smotejte je, jak je libo – na pletýnky nebo na uzlíky. Smažit je můžete úplně stejně jako koblihy.

Babiččin recept vydá zhruba na dvacet až pětadvacet koblížků – záleží, jak velké je budete dělat.

Ale pamatujte, že je jedno, kolik jich usmažíte, vždycky byste si s chutí ještě jednu další dali, kdyby nějaká byla.

Pokud jste při tvoření koblih dospěli až sem. přeji Vám dobrou chuť. Po té námaze si ji zasloužíte.

Slávka Michálková

vydání

2

ÚNOR
2025

STŘEDNÍ ZDRAVOTNICKÁ ŠKOLA

A VYŠŠÍ ODBORNÁ ŠKOLA

ZDRAVOTNICKÁ PLZEŇ

Minialmanach

toto vydání

Den otevřených dveří na SŠ Str. 1

Vítejte na první vernisáži Galerie MEZI

Inspirujeme se Apollinaiem Str. 2

Momenty ze dne otevřených dveří

Olympiáda z anglického jazyka

Ústecký denT Str. 3

Masopustní koblihy Str. 4

Den otevřených dveří na střední škole přilákal mnoho návštěvníků

Střední škola uspořádala svůj tradiční Den otevřených dveří v pondělí 20. ledna 2025, Ten se, podobně jako v předchozích letech, setkal s velkým zájmem veřejnosti. Škola byla zaplněná návštěvníky, kteří měli možnost seznámit se s prostředím školy, studijními obory a aktivitami, které škola nabízí.

Největší zájem byl o dění v učebně 219, kde vedení školy seznámilo zájemce o studium se všemi důležitými záležitostmi a termíny – jednalo se zejména o přijímací řízení, možnosti jednotlivých oborů a okrajově rovněž o maturitní zkoušky. Učebna 2019 však náporu návštěvníků nestačila, proto byla schůzka ještě on-line přenášena do učeben 118 a 202. Když si představíme, že toto proběhlo třikrát, zjistíme, že účast budoucích žáků a jejich rodičů byla vskutku obrovská.

Návštěvníci si mohli prohlédnout moderně vybavené učebny, laboratoře a další prostory školy včetně knihovny. Žáci a pedagogové připravili různé ukázky a prezentace, které přiblížily každodenní školní život a možnosti, které studium na naší škole nabízí. Nejnavštěvovanějšími byly rozhodně odborné učebny pro výuku ošetřovatelství, kde si mohli zájemci nechat změřit krevní tlak a zjistit BMI, učebna první pomoci s možnostmi vyzkoušet si KPR, a dále učebna oboru Masér sportovní a rekondiční s ukázkami masážních a relaxačních technik.

Své stanoviště mělo i Školní poradenské pracoviště, kde byly podány informace ohledně adaptačního kurzu, ubytování v domově mládeže, a především informace o výchovném a kariérovém poradenství. I zde se podíleli na akci žáci, konkrétně ze 4 ZDL.

Velký zájem o Den otevřených dveří svědčí o rostoucí popularitě zdravotnických oborů a kvalitě vzdělávání, které naše škola poskytuje. Návštěvníci odcházeli s pozitivními dojmy.

A tak se opět můžeme těšit na nové šikovné, aktivní a činorodé žáky, ze kterých jednou budou zdravotníci specialisté na tom správném místě.

Ing. Jaroslava Michálková



SZŠVOŠZ

Fotografie z akce na str. 3

Minialmanach

Ročník XIII

Vydání 2

Únor 2025



SZŠVOŠZ

SZŠ a VOŠZ Plzeň
Karlovarská 99
323 00 Plzeň

www.zdravka-plzen.cz
zdravka@zdravka-plzen.cz

Redakce:

Mgr. Ladislava Mutinská
Ing. Jaroslava Michálková

mutinska@zdravka-plzen.cz
michalkova@zdravka-plzen.cz

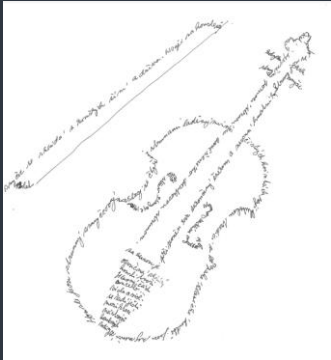
378 015 121

Inspirujeme se Apollinaiрем

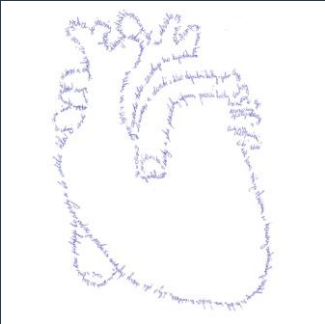
Češtinářská nástěnka ve třetím patře se během ledna proměnila na koutek inspirovaný tvorbou francouzského básníka Guillaumea Apollinara (1880–1918).

Ten je považován za jednoho ze zakladatelů moderní poezie a proslul svou sbírkou Kaligramy. Jedná se o básně, jejichž písmena, slova nebo celé verše jsou zapsány do obrazce, který vyjadřuje téma samotné básně. Právě ty si zkusili vytvořit žáci třetích ročníků – 3BPS, 3CPS, 3DPS a 3MSR. Ve třídách tak během hodin českého jazyka se rodila nápaditá díla nepřeborné škály témat. Žáci se například inspirovali zvířecí i rostlinnou říší, počasím, svými koníčky a zdravotnictvím. Básniček vzniklo nakonec tolik, že bohužel ne všechny se vešly na nástěnku.

Mgr. Aneta Vaidišová



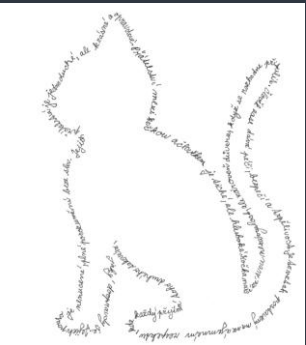
Housle – Karolína Dlouhá, 3C PS



Srdce – Irena Kachur, 3C PS



Deštník – Leona Altmanová, 3C PS



Kočka – Adéla Šruchtová, 3C PS

Vítejte na první vernisáži Galerie MEZI

Na naší škole vznikla nová věc – Galerie MEZI. Proč? Mezi námi chodí docela velká řada těch, kteří skvěle malují, nebo prostě tvoří. A podle mého je škoda, abyste je nepoznali. Proč MEZI? Jednak proto, že jde o skvěle osvětlenou chodbu mezi studijními odděleními. Jednak proto, že tihle výtvarníci chodí MEZI námi. A jednak proto, že nám zprostředkují vztah MEZI námi a světem výtvarna, umění chcete-li.

První odvážnou se stala Valentýna Bauerová ze třídy 1. BZL. Byla to prostě náhoda, potkali jsme se. A tak výstava s názvem Krajina člověka otevřela Galerii MEZI 28. 1. 2025. Vernisáž doplnila svým zpěvem Nella Šnebergerová z 2B PS; píseň No Time to Die podle malířky skvěle doplnila její obrázky.

Aby k vernisáži došlo, pracovaly hned dvě třídy naplno: 1B ZI pro svou spolužačku, žáci 2A ZL, aby mimo jiné poznali, co všechno stojí za instalací takové minivýstavy. Speciální poděkování si zaslouží Filip Skála a Eliška Tyrová, oba z 2A PS, kteří odtahali všechny nástěnky ze sklepa až na místo určení, a kluci z 1B ZL, Vít Činátl a Jáchym Chodl, kteří pomáhali na místě vznikající galerie i v době svého volna. A pak už chodili a chodili – žáci, učitelé a samé skvělé ohlasy.

Kresby Valentyny Bauerové – provedené tužkou – mají zastřešující téma člověk jako součást krajiny. Člověk je součástí přírody svou biologickou podstatou, jeho emoce se často nedají spoutat společenskými konvencemi. Člověk mění krajinu, ale člověk sám je také krajinou. V chápání Valentýny Bauerové je člověk jak krajinou emocí, tak krajinou řečneme kořenů a větví. Valentýna Bauerová zachycuje svět senzitivně, s citlivostí mladé malířky, a to buď s aspektem absurdity, prolínání člověka s přírodou, v některých případech i s aspektem značně drsné reality.

Věříme, že v kresbách najde svůj vlastní pohled na svět i kdekdo z našich studentů a třeba bude tahle výstava inspirovat kohosi k vlastní tvorbě. Už teď je jisté, že druhá výstava na sebe nenechá dlouho čekat!



Text: PhDr. Ilona Gruberová, PhD.
Foto: Mgr. Ladislava Mutinská,
Ing. Jaroslava Michálková

Momenty ze dne otevřených dveří



Návštěvníků bylo opět mnoho, ale vyučující, kteří měli službu u vchodu, zvládli tuto náročnou situaci s úsměvem



První kroky všech vedly do učeben 218 a 219, kde byly podávány obecné informace o studiu a informace školního poradenského centra.



Největší zájem byl tradičně o odborné učebny oboru Praktická sestra. Zde vyučujícím pomohli s edukací i naši žáci



Olympiáda z anglického jazyka

Dne 8. 1. 2025 se na naší škole konalo školní kolo olympiády z anglického jazyka, do kterého se aktivně zapojilo celkem 120 žáků 1. až 3. ročníků. Po splnění písemné části byli vybráni tři postupující do finálového kola, ve kterém změřili své síly v ústním projevu na vylosované téma. Druhé a třetí místo obsadily žákyně Karolína Korbelová ze 3 APS a Šárka Hásková ze 3 CPS. Vítězem školního kola olympiády se stal žák 2 CZL Michael Filip Vögtlin, který naši školu následně reprezentoval v okresním kole konverzační soutěže v anglickém jazyce, která se konala 12. 2. 2025 v SVČ Radovánek. Michal se umístil na pěkném 7. místě. Vítězům olympiády gratulujeme a všem soutěžícím děkujeme za pěkné výkony.

Mgr. Naděžda Pelešková



NAŠE ZDRÁVKA

Ústecký denT

Dne 14. 1. až 15. 1. 2025 se naše škola zúčastnila soutěže zubních techniků s názvem Ústecký denT v Ústí nad Labem. Soutěž se skládala z kresby korunky zubu a z anatomické modelace zubů z vosku. Celkem se zúčastnilo 15 zdravotnických škol z České republiky, Maďarska a Slovenské republiky. Za naši školu soutěžily dvě studentky, Adéla Vokáčová a Tereza Merhautová z druhého ročníku Vyšší odborné školy obor Zubní technik.

Po sečtení všech bodů studentky získaly pro školu krásné 10. místo se 160 body.

MgA. Anna Arnetová



Únorová příloha

Předjarně

Takové obyčejné předjarní ráno – ani pěkné, ani ošklivé. Noc ještě dospává, v tabulích oken se zrcadlí tma – jen tu a tam některé zamžourá, a hned zase pohasne. Můžete si vybrat (pokud vám to zaměstnání dovolí), jestli počkat na ráno ve vyhřáté posteli, nebo s rukama hluboko v kapsách bloumat potměnými ulicemi.

Únor je na sklonku, za pár dnů ho vystřídá březen. To už i to sluníčko dřív a svižněji vyskakuje v dálce na obzoru nad hrbatý kopec, a pozdní odpoledne protahuje jasný den, co jen to jde.

A podívejme, kdopak si to v koruně bezlistého stromu ladí píšťalku? Každý úryvek písničky je trochu jiný. Černému muzikusovi se žlutým zobáčkem snad vůbec nevdá, že stojím jen metr opodál – přímo pod větví, na které sedí. Vyloudí trylek a čeká, co jako já na to. Co by? Zkouším zahvízdat podobně. Kos v odpovědi melodii malounko obmění. Tak pozměním notu i já. Je to poetické: muzikant sedí na větvi a co chvíli předvede novou písničku (však jich má pořádnou zásobu) a já stojím pod ním na chodníku a snažím se pískat po jeho, ale také trochu po svém, a hřeje mne u srdce, že se mne flétnista na větvi chvílemi snaží napodobit. Už ani nevím, jak dlouho jsme se s těmi melodiemi přetahovali, popískávali jeden podle druhého a zase i trochu jinak. Mít klobouk na chodníku, možná i nějaká mince by do něj spadla, jenže kdo by tak časné ráno vylézal z postele kvůli nějakému hvízdání a pohvizdování.

Konečně dospěl kolega v černém fráčku ve svém partu k poslední notě. Ani se nerozloučil, rozepjal křídla a byl ten tam. A co já tady, se svou podivnou melodií? Jejda, nejvyšší čas uhánět na tramvaj a do školy!

I tam si (strašně potichu) zahvízdám. A čekám na odezvu. Elektrické motory tramvaje si předou svoji monotónní melodii (nic moc). Čekám, že mě někdo ze spolucestujících napomene, zda vím, že v tramvaji se nehvízdá. Ovšemže vím, ale ví oni, že se ráno nového dne už nejméně hodinu proměňuje po ulici? A že v tom ránu se hvízdá „ostošest“?

Slávka Michálková



čtete ještě...

Žáci SZŠ darovali krev **Str.1**

Druhá vernisáž Galerie MEZI

Přednáška studentek LF

Prezentace Univerzity obrany

Olympiáda z psychologie **Str. 2**

Žáci SZŠ darovali krev pro plzeňskou fakultní nemocnici

Ve dnech 11. a 13. 2. 2025 proběhla ve spolupráci s FN Plzeň již tradiční akce naší školy „Zdravím dárce“.

Byl to již šestý ročník, kdy se dobrovolníci z maturitních ročníků SZŠ sešli na Transfúzní stanici FN Plzeň, aby společně darovali krev, a přispěli tím k záchraně lidského života.

Letošního ročníku se zúčastnilo 30 žáků ze tříd 4A PS, 4B PS, 4C PS, 4D PS, 4 MSR a 3D PS.



Tato iniciativa, jejímž cílem je podpořit dárcovství krve, se setkala s velkým zájmem. Kromě studentů se akce zúčastnili i zástupci Českého rozhlasu Plzeň a tiskového oddělení FN Plzeň.

Díky těmto mladým dárcům bude možné zachránit mnoho lidských životů. Tímto všem zúčastněným děkujeme, velice si vážíme jejich odvahy a přejeme, aby jim i do budoucna nadšení pro dobrou věc vydrželo.

Mgr. Monika Bednářová,
Mgr. Eliška Zemanová, Dis.



Druhá vernisáž Galerie MEZI – Beata Bebrová

Dne 7. února odstartovala vernisáž podle ohlasů veleúspěšná expozice obrázků autorky Beaty Bebrové, studentky třídy 1. MSR.

Beata Bebrová je zkušená malířka – vládne nejen tužkou, ale i barvami na plátně. A právě její plátna vyvolala největší ohlasy. Kreslit tužkou je věru náročné, ale olej a plátno, to je skutečně vyšší meta. Navíc obrázky „vzaly za srdce“, jak se vyjádřila jedna z vyučujících. Snově jsou jak krajiny, tak portréty z prací Beaty Bebrové. A když přijde na anděly, nikdo nezůstane nezaujatě stát. Vždyť tak trochu právě podle tohoto plátna nesla výstava název Světlo v temnotě.

Malířka se snaží uchopit svět v jeho různorodosti: najdeme zde jak zachycení krajiny, tak portréty lidí i symbolické zvířecí motivy. Společným jmenovatelem prací Beaty Bebrové je snovost. Ona sama tento aspekt nazvala světlo. Ano, světlo v temnotě. Podle mého jde o snový pohled na realitu světa, který tvoří náš život. Do něho patří lidé, jejich vztahy, naděje, vzpomínky. Ale podle autorky také touha po spravedlnosti, krásě, hvězdách, nevinosti či tajemství. Takové jsou názvy jejích obrázků – Melodie vzpomínek, Kouř mezi tichem a především Ochránce Poctivých.

Ochránce je v pojetí Beaty Bebrové lev – dobře vypovídá o symbolické rovině autorčiných kreseb. Určitě každý by si přál, aby jej na cestě tmavou realitou doprovázel takový lev, symbol světla, spravedlnosti a dobra vůbec. Všichni víme, že aby nás někdo skutečně zachránil před nebezpečími temného světa, nemůže to být nikdo menší, než král zvířat.

PhDr. Ilona Gruberová, PhD.



Přednáška studentek LF



Dne 12. 2. 2025 se uskutečnila přednáška pro zájemce o studium na LF v Plzni, prezentaci o přípravě k přijímacímu řízení, o životě a studiu na LF měly velmi poutavě připravené absolventky naší školy oboru zdravotnické lyceum Klára a Ája Chumovy,



PaedDr. Ivana Košanová
Foto: Ing. Jaroslava Michálková

Prezentace Univerzity obrany

Dne 7. února opět zavítal na naši školu podpraporčík David Linhart, aby představil studijní obor Zdravotnické záchranářství pod Univerzitou obrany. Akce byla určená 4. ročníkům. Žákům byl prezentován postup a podmínky přijetí ke studiu na Univerzitě obrany a také výhody, které toto studium přináší. Velkým benefitem je například stipendium po celou dobu studia. Touto přednáškou jsme ukázali maturantům na další možnost v terciálním vzdělávání. Přejeme maturantům šťastnou ruku při výběru dalšího studia.

Mgr. Dagmar Nováková, kariérový poradce



Olympiáda z psychologie

V pátek 14. února 2025 proběhlo školní kolo Olympiády z psychologie na téma „Co pro mě znamená život“.

Zúčastnilo se 12 žáků ze 2. a 3. ročníků, které byly vybrány v rámci třídních kol. Prezentace i samotný projev soutěžících byl na vysoké úrovni a porota měla následně těžké rozhodování.

Na prvním místě se umístila Zuzana Vildmanová ze třídy 3ZDL, na druhém místě Sára Fialová ze třídy 2DPS a 3. místo obsadila Marie Tomášková ze třídy 3ZDL. Všechny tři soutěžící postupují do regionálního kola soutěže, které se bude konat v Klatovech.

Mgr. Markéta Kuchařová, DiS.

