

ZÓNA *Zet*



ZÁSOBOVANIE: od Po do Pia,
september - jún

**VJAZD A STÁTIE
POVOLENÉ:**

- žiakom SZŠ
- pedagogickým a nepedagogickým zamestnancom
- rodičom a priateľom školy

4

OBSAH

Návšteva ministra školstva SR

Štyri roky za nami... lúčime sa

Lúčili sa aj žiaci večerného štúdia

Hviezdoslavov Kubín 2021

Vyhodnotenie súťaže „Jarná výzdoba tried“

Súťaž – Zdravotník v akcii

Eko Kvíz

Odovzdávanie diplomov SOČ

Otvorme oči a pozrime sa na...

SVET!

Festival ľudskosti mladých ľudí 2021

Obchodovanie s ľuďmi



MDD vs. Svetový deň boja proti detskej práci

Od pristátia na Marse až po Deň Zeme

Život, repríza už nebude?

Výber z prác študentov na tému II. sv. vojna

Povinní každoročné aktivity

Ďakujeme



Redakčná rada:

Žiaci: T. Debnárová – I.PSB, Z. Naništová – I.PSB, K. Kapinová – II.M, F. Mezovský – II.M, L. Feketíková – II.M, V. Cevárová – II.PS, G. Faconová – II.PS, S. Likavčanová – II.PS, L. Mráziková – II.PS, I. Matejková – II.PS, M. Jati – II.ZuA, E. Vaščáková – II.ZuA, B. Žilincová – II.ZuA, T. Šuligová – III.M, L. Klocková – III.ZuA, K. Kytasová – III.ZuA, O. Kamenický – IV.M, D. Červeňová – IV.Z, A. Čupková – IV.Z

Učitelia: Mgr. V. Bolulová, PhDr. S. Fričová, Mgr. M. Nováková, Mgr. D. Tajátová



Návšteva ministra školstva SR Branislava Gröhlinga

Dňa 7. 6. 2021 navštívil Strednú zdravotnícku školu v Liptovskom Mikuláši minister školstva SR Branislav Gröhling spolu so svojou delegáciou. Na pôde školy ho privítali: podpredseda ŽSK Peter Weber, riaditeľka odboru školstva, vedy, výskumu a športu Janka Školová a riaditeľka školy Silvia Blcháčová. V priestoroch átria školy sa za prítomnosti všetkých študentov prihovorila pánovi ministrovi žiačka Sára Riegelová z I. ZuA triedy. Následne pán minister vo svojom krátkom príhovore pozdravil študentov. Návšteva sa niesla aj v neformálnom duchu, keď žiak z II. ZuA triedy Tomáš Dlhopolček využil dron na vytvorenie panoramatických záberov z átria školy. Úlohy fotografa sa výborne zhostil Zdenko Bražina z II. ZuA triedy a nafotil množstvo fotiek s pánom ministrom, so žiakmi aj s učiteľmi. Po príhovoroch nasledovala prehliadka školy s ukážkami odborných učební jednotlivých študijných odborov: praktická sestra, zubný asistent a masér. Pán minister mal možnosť využiť šikovné ručičky našich masérov a absolvoval krátku masáž ruky. Súčasťou prehliadky bola aj návšteva auly a moderného wellness štúdia. Prehliadka školy sa ukončila v priestoroch spoločenskej miestnosti, kde prebehla krátka diskusia ministra školstva so zriaďovateľom, riaditeľkou školy a pedagógmi. Diskusia sa venovala aj téme prijímacích skúšok na SOŠ a gymnáziá, pozdvihnutie statusu učiteľa a tiež sa dotkla možnosti duálneho vzdelávania na SZŠ. Naši učitelia zdôvodňovali, prečo je duál pre naše odbory nevýhodný. Pán minister sa rozlúčil so slovami, že v novom školskom roku určite opäť veľmi rád navštívi zrekonštruovanú Strednú zdravotnícku školu v Liptovskom Mikuláši. A už dnes všetci ďakujeme za dar v podobe finančného príspevku na zakúpenie dvoch veľkých stromov do átria.

Mgr. V. Bobulová





Štyri roky za nami... lúčime sa

Albert Einstein raz povedal: „Každý má dve možnosti. Sme naplnení láskou..., alebo strachom.“

No ja mám aj tretiu možnosť, hoci som naplnená oboma pocitmi naraz, mám strach tu pred vami stáť, bojím sa, že nenájdem tie správne slová na vyjadrenie všetkého, čo sme tu za tie roky spoločne zažili, ale takisto pociťujem veľkú vďačnosť.

Hovorí sa, že začiatky bývajú najťažšie. Náš začiatok na Strednej zdravotníckej škole bol toho dôkazom.

Prvý ročník sa viedol v duchu „oľukávania“ a očakávania. Zrazu sme mali viac povinností, zodpovednosti, rôznych režimov a úloh, no ani to a ani mrazivé dni v triede nás nezastrašili na ceste za naším povoláním a tým, kým sme sa chceli stať. Na rozdiel od iných škôl, tá naša je špecifická svojím zameraním, a práve toto nám bolo prízvukované už od prvého dňa. „Práca v zdravotníctve nie je práca, ale poslanie.“ Tieto slová nám boli neraz adresované a dodnes nám rezonujú v ušiach. Práve vďaka nim sme sa cítili výnimoční a tí, ktorí raz prispedia svojimi činmi k zlepšeniu sveta. Postupne sme si medzi sebou budovali priateľstvá a vytvárali nové spomienky. Chceli sme sa niečím odlíšiť a myslím si, že sa nám to aj podarilo. Maséri to zahrali na veľkých frajerov a svoju jedinečnosť si vydobyli v počte vymeškaných hodín. Zetka a Zua sa rozhodli vynikať v učení, i keď nie vždy sa to darilo.

Prvé dva roky ubehli ako voda, ani sme sa nenazdali a svoje teoretické vedomosti sme mohli trénovať v nemocniciach, pri zubných lekároch či v rehabilitačných centrách. Zrazu sme boli zaradení do pracovného procesu a naše hravé, detské stránky museli byť zatlačené do úzadia. Plní strachu, ale i nadšenia, sme sa každý týždeň vydávali na odborné pracoviská. Vďaka praxi sme mali možnosť okúsiť tvrdú realitu. A tak, ako voda v mori dokáže byť pokojná a zároveň búrlivá, rovnako aj naše dni boli ako more.

Roky ubehli a my, štvrtáci, tu teraz stojíme a dívame sa životu do tváre. Avšak nevideli by sme sa tu, keby nám naša pani riaditeľka, spolu s vedením školy, nevytvorila príjemné podmienky pre naše štúdium. Za to Vám patrí od nás vrúcna vďaka.

Ctený pedagogický zbor,

americký spisovateľ Charles Browne povedal: „Priemerný učiteľ rozpráva. Dobrý učiteľ vysvetľuje. Výborný učiteľ ukazuje. Najlepší učiteľ inšpiruje.“ Vy ste sa pre nás stali veľkou inšpiráciou. Vašimi trefnými poznámkami, radami a občasným napomenutím ste formovali každého jedného z nás. Vaše poznatky ste sa rozhodli zdieľať s nami, chopili ste sa neľahkej úlohy, a to pripraviť nás na naozajstný život. Mnohokrát sme mali pocit, že na nás vyvíjate nadmerný tlak. No práve vďaka tlaku sa z uhlíka stáva diamant. Vedomosti nie sú to jediné, čo si vďaka vám odnesieme so sebou. Do života si odnesieme aj cenný dar – a to zdvorilosť. Arthur Schopenhauer, známy nemecký filozof, kedysi povedal: „Na zdvorilosť človek reaguje ako vosk na teplo.“ Preto vám ďakujeme, vážení vyučujúci, nielen za poznatky, ktoré ste nás naučili, ale aj za výchovu usmerňujúcu nás v správaní.

Zvlášť sa chcem prihovoriť vám, naše milé triedne učiteľky, pre masérov tu vždy bola Mgr. Oľga Rossova, pre zubárov Mgr. Renáta Bačkorová a pri nás zdravotníckych asistentoch od druhého ročníka stála MuDr. Monika Špánková a Mgr. Martina Lengvarská.





Počas týchto štyroch rokov ste boli našimi školskými mamami. Stredná škola je prelomovým obdobím pre každého. Je to obdobie, počas ktorého sa naše osobnosti dotvárali. Pri tomto procese a občasných búrlivých chvíľach ste nás neraz podržali, pomohli nám rozvíjať a postupne sa pripraviť na život. To sú veci, na ktoré nikdy nezabudneme. Aj vďaka vám veríme, že vo svete je veľa dobrých ľudí. Ďakujeme vám, že ste pri nás stáli, ďakujeme vám, že ste sa o nás starali.

Milí žiaci,

verím, že si užijete roky na tejto škole. Úprimne dúfam, že raz sa z vás stane generácia zdravotníkov, ktorá si bude vážiť ľudský život a bude ho vždy ochraňovať. Želám vám, aby ste sa stali tým, kým chcete byť. Snívajte, verte v to, čo hovoríte a ak dokážete v tom vytrvať, budete schopní niečo zmeniť. Nemusíte vždy všade zapadnúť, verte v samých seba. Budte odvážni, čestní, múdri. Budte ľuďmi so srdcom na správnom mieste.

Drahí spolužiaci,

je ľahké byť plný nádeje, keď je tak krásne ako dnes, ale v budúcnosti nás čakajú aj neľahké dni. Práve v tie dni budeme potrebovať nádej. Preto si sľúbme, že aj keď sa budeme cítiť bezmocne, nikdy sa nádeje nevzdáme. Držme sa jej, nedajme sa zlomiť osudom a naopak sa sami staňme nádejou pre ostatných. Možno, že všetko nevyjde tak, ako sme si plánovali, no práve vďaka tomu budeme môcť nahliadnuť do hlbín našej duše. Zistiť, akí sme silní. Prišli sme o tú pravú skúšku dospelosti, či stužkovú. Svet sa na chvíľu obrátil na ruby. Toto je dôkaz toho, že nie všetko vychádza tak, ako si želáme, či plánujeme. Život nám však rozdal karty a je na nás, ako s nimi budeme hrať. Je na nás, ako sa vysporiadame s absenciou maturity či stužkovej. Je na nás, ako doženieme chýbajúcu prax. Ak niečo chceme, musíme ísť tvrdo za tým. Nedajme sa odradiť ľuďmi, ktorí v nás neveria.

Ako tu dnes stojíme, obklopení ľuďmi, ktorí nám pomohli načať cestu životom, je čas povedať zbohom, všetci si v sebe ponesieme kúsok tých druhých ďalej, nech pôjdeme kamkoľvek, aby sme nikdy nezabudli, kto sme a kým máme byť.

To, čo raz začalo, raz musí aj skončiť. A tak končí aj naše štúdium na tejto škole. Pôjdeme teraz vlastnou cestou, takže ešte raz vám chceme povedať „Ďakujeme“ za všetko, čo ste nám zo seba dali a želáme vám, aby ste precítovali vnútornú radosť a šťastie, bez ktorých nikto nevie skutočne žiť.

D. Červeňová, IV.Z

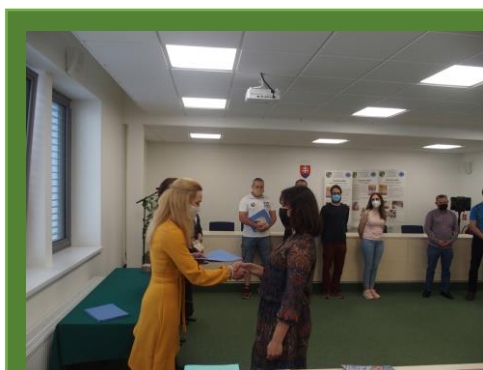


Lúčili sa aj žiaci večerného štúdia

Večerných študentov našej školy čakal v pondelok 31. mája 2021 výnimočný deň. Tohtoroční maturanti si pri príležitosti netradičného ukončenia štúdia prevzali svoje maturitné vysvedčenia v aule školy.

Zišli sa tu absolventi dvoch tried v odbore praktická sestra a masér, pani riaditeľka školy, zástupkyne a triedne učiteľky. Všetkým absolventom blahoželáme a prajeme veľa osobných i pracovných úspechov v povolani zdravotníka.

Mgr. D. Tajátová



Hviezdoslavov Kubín 2021

Dňa 28. 4. 2021, aj v čase pandémie, sa v priestoroch zrekonštruovanej školy uskutočnil už 67. ročník celoslovenskej postupovej súťaže v umeleckom prednese poézie a prózy.

Súťaže sa zúčastnilo 11 recitátorov z prvého a druhého ročníka. Porota mala veľmi náročnú úlohu, pretože sa školského kola zúčastnili len tí najšikovnejší. Školské kolo súťaže moderovala žiačka II.PS triedy – Lucia Blažeková.

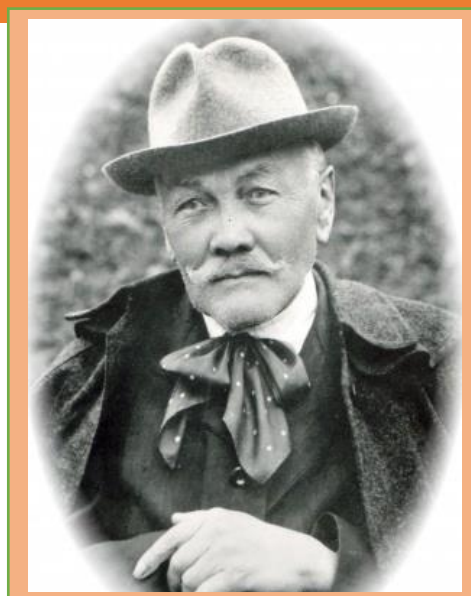
Víťaz školského kola postúpil do okresného kola, ktoré sa uskutoční dištančnou formou. Úlohou víťaza je vytvoriť videozáznam svojho prednesu a poslať ho do 10. mája.

Výsledky školského kola:

- 1. miesto – Lenka Banášová**
2. miesto – Adrián Kolos I.PSA
3. miesto – Ema Vollmannová

Všetkým blahoželáme!

Mgr. M. Nováková



Vyhodnotenie súťaže „Jarná výzdoba tried“

Žiacka školská rada pri SZŠ vyhlásila jarnú súťaž, ktorá trvala od 7. 4. 2021 do 28. 4. 2021. Bola určená pre žiakov prvých a druhých ročníkov. Niektoré triedy boli vyzdobené veľmi pekne, iné tomu nevenovali veľa času a pozornosti.

Hodnotiaca komisia mala zástupcov z radov učiteľov i žiakov. Zodpovedne navštívila všetky prvácke i druhácke triedy a vybrala víťaznú triedu. Stala sa ňou trieda II. ZuA.

Žiaci z II.ZuA získali za najkrajšiu jarnú výzdobu diplom a sladkú odmenu v podobe „fajnučkej“ torty.

Víťaznej triede srdečne blahoželáme. Veríme, že si naše nové školské priestory budeme vážiť a skrášľovať i naďalej.

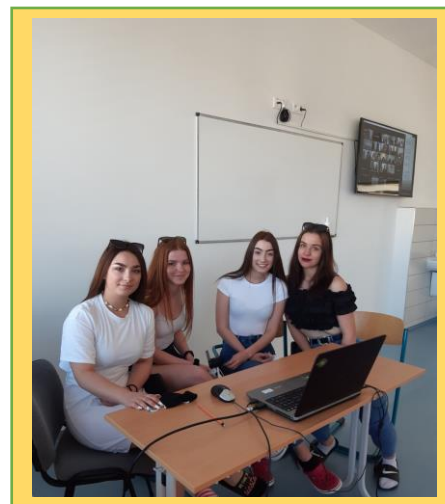
Vaša ŽŠR

Súťaž – Zdravotník v akcii

Dňa 15. 6. 2021 sa vybrané žiačky z II.PS (K. Fiačanová, J. Paľáková, M. Sýkorová, S. Hubová) zúčastnili súťaže „Zdravotník v akcii“. Cieľom bolo preukázať zručnosti v poskytovaní prvej pomoci pri vybraných stavoch. Tento rok súťaž prebiehala online, čo bolo pre všetkých zúčastnených netradičné. Museli sa popasovať s rôznymi situáciami: autonehoda so zrazeným chodcom, zástava srdca, nešťastie na stavenisku – pád z lešenia spojený s veľkým počtom ranených s viacnásobnými poraneniami.

Bola to pre nás výzva, ale zvládli sme to. Naše družstvo sa umiestnilo na 7. mieste spomedzi 21 súťažných družstiev.

Gratulujeme a ďakujeme za reprezentáciu školy.



EkoKvíz - Prvý ročník máme aj my za sebou!

Tohtoročný EkoKvíz bol prvý ročník tohto podujatia. Cieľom podujatia bolo vzdelávať sa v environmentálnych témach hrovou formou a prispieť k zmene správania sa v oblasti ekológie. Kvíz prebiehal v on-line priestore od 22. 4. 2021 do 21. 5. 2021.

Aj my, študentky zo „zdravotky“, sme sa do tohto kvízu zapojili. A to konkrétne Timea Debnárová z I.PSB a Tereza Šuligová z III.M. Celkovo hodnotíme tento kvíz veľmi pozitívne. Hoci sme niektoré veci vedeli, získali sme sa aj nové a zaujímavé informácie. Veľa z nich je veľmi znepokojujúcich. Hlavne, čo sa týka plastov a prírody.

Sme radi, že sme sa do EkoKvízu zapojili. Myslíme ekologicky!

T.Šuligová, T. Debnárová, III.M, I.PSA

Odovzdávanie diplomov SOČ

V školskom roku 2020/2021 sa všetky kolá Stredoškolskej odbornej činnosti uskutočnili z dôvodov pandemickej situácie len online. Z tohto dôvodu nebolo možné vyhodnotiť a odovzdať diplomy našim úspešným riešiteľkám prezenčne, po ukončení každého súťažného kola. Nakoľko sa pandemická situácia mierne zlepšila, rozhodli sme sa odovzdať diplomy a ceny našim šikovným žiačkam osobne, i keď bez prítomnosti ostatných žiakov, aby boli dodržané všetky protipandemické nariadenia. Diplomy odovzdala pani riaditeľka týmto úspešným žiačkam:

Martina Micháľková, I.PS – 3. miesto v školskom kole

Viktória Cevárová a Veronika Mliečková, II.PS – 3. miesto v okresnom kole

Lívia Velčovská a Terézia Buzáková, II.ZuA – 3. miesto v okresnom kole

Natália Bartošová, Kristína Vrténová, Nina Skaličanová, III.Z – 3. miesto v okresnom kole

Katarína Fiačanová, Monika Sýkorová, II.PS – 3. miesto v krajskom kole

Úspešným riešiteľkám ešte raz gratulujeme a prajeme veľa chuti do ďalšej práce.

Metodik SOČ: PhDr. S. Fričová



Otvorme oči a pozrime sa na...SVET!



Ako žiť a vnímať svet otvorenými očami? Pozerám sa okolo seba a vidím množstvo zaujímavého. Vidím veci, ktoré sú vo vzájomnej harmónii, ale aj také, ktoré spolu neladia, a napriek tomu sú krásne...

Problémom ľudí dnešnej spoločnosti je to, že si skôr všimnú negatívne udalosti, ktoré prichádzajú do ich životov a značne ich ovplyvňujú. Cítíme sa byť akísi nepotrební, nechápaví, obyčajní ľudia v neustálej depresii, ktorú zdieľame s ostatnými osobami. Spoločnosť teda upadá do stereotypu plného hrôzy, strachu a beznádeje.

Čo tak začať vnímať svet viac pozitívnejšie? Pýtate sa AKO? Veď sme neustále vystavení smutným životným osudom? Existuje na to veľmi jednoduchá odpoveď. Otvorme svoje oči a začnime si všímať svet, ktorý sme doteraz nevideli.

Ako prežívame bežný deň? Chodíme do školy, do práce, niečo "prehryzneme", popozeralíme seriály a správy plné negatívnych informácií v televízii, prescrollujeme sociálne siete, umyjeme sa, ideme spať a tým to končí. Takto nejako vyzerá obvyklý deň človeka. Mám pocit, akoby sme boli roboti a všetku svoju prácu vykonávame monotónne, akosi automaticky. Áno, je to tak. Čo tak ale vyjsť zo svojej komfortnej zóny a skúsiť niečo nové, čo sme doteraz nemali zaužívané? Prestaňme sa naháňať za robotou a povinnosťami, z ktorých aj tak nebudeme mať úžitok. Otvorme oči dokorán, nebuďme slepí, neprežívajme bezducho plynúce dni, nájdime si niečo, čo nás osloví, čo nás zaujme, čo nám vyčarí úsmev na tvári. Môže ísť o úplne maličkú vec v podobe dobrého jedla alebo s príchodom leta o slnečné lúče, ktoré vytvárajú príjemný hrejivý pocit na tvári človeka. Navodiť príjemný pocit nám dokáže aj športový výkon, ktorý však musíme najprv zažiť, aby sme si ho vedeli vychutnať. Ľudia však často nevedia, čo ich môže baviť, čo ich môže urobiť šťastnými... Mali by sme sa zamyslieť, neuvažovať vždy negatívne, nasadiť si "optimistické" okuliare a spríjemniť si práve prebiehajúcu chvíľku. Možno práve v tom momente prežijeme pocity radosti, slobody a vzrušenia, ktoré nám ukážu ďalšie nové obzory pri objavovaní krás našich životov. Určite sa naskytne nekonečne veľa možností, ako sa popasovať s problémom, ako sa zlepšiť a ako nájsť v tom zlom niečo dobré.

Veď nie nadarmo sa hovorí, že všetko zlé je na niečo dobré. Toto si však uvedomíme až vtedy, keď budeme mať otvorené oči a budeme vnímať okolité podnety so záujmom niečo preto urobiť, prípadne zmeniť.

Mať otvorené oči neznamena byť len šťastnejším a spokojnejším človekom, ale tiež človekom, ktorý je pre spoločnosť prospešný a vháňa do nej množstvo dobrej energie a zaujímavých nápadov. Taký človek, ktorý pred všetkým priviera oči a snaží sa problematiku len utuľtať a obísť, sa v očiach iných ľudí javí ako bezperspektívny. Len si rozpráva svoju pravdu a ľudia ho najskôr nechcú počúvať, ale časom sa znova osvedčí staré známe: stokrát opakovaná lož sa stáva pravdou. Poslucháči, respektíve jeho nasledovatelia sa naladia na tú istú "negatívnu" vlnu a začnú zdieľať škodlivé názory.

Z vlastnej skúsenosti viem, že vnímať svet otvorenými očami je niečo nádherné, prospešné pre mňa, ale aj moje okolie. Prajem to zažiť všetkým... Začala som vnímať maličkosti ako vôňa kvetov, ranný spev vtákov, chutná polievka, ale aj upršané počasie, počas ktorého môžem cítiť stekajúce kvapky dažďa na mojej tvári. Stala sa zo mňa osobnosť, ktorej nálada je takmer každý deň pozitívna, plná energie a chuti do života. Keby som nebola taká šťastná, bežné záťažové situácie by sa mi nedarilo zvládať tak dobre. Samozrejme, aj ja mám zlé chvíľky, ale okolité podnety, ktoré zachytím svojím okom, mi náladu hneď zdvihnú alebo aspoň pomôžu porozmýšľať, kde nastala chyba, ako ju vyriešiť a ako sa zbaviť toho nepríjemného "utrápeného" pocitu.

Som sklamaná z toho, keď ľudia v mojom okolí pozerajú na svet so sklonenou hlavou a viac sa rozprávajú o problémoch ako radostiach. Takýmto spôsobom si nevedia predstaviť, o čo prichádzajú a čo všetko by mohli dokázať a dosiahnuť, keby sa aspoň trochu zaujímal o okolitý svet s nadhľadom a mali v sebe aspoň kúsok motivácie načerpanej z okolia.

Každý z nás je strojom vlastného šťastia a osud záleží iba na nás a na tom, akú cestu si vyberieme. Či to bude tá, na ktorej nič neuvidíme alebo naopak tá, ktorá nám ukáže všetko. Koniec koncov, život nám ukáže, ako sme sa v skutočnosti správali a čo si zaslúžime.



Ako vnímať svet? Nemyslím si, že na to niekto pozná odpoveď. Každý má totiž svoj pohľad na život a každý ho vníma inak. Nie je na to žiadna poučka, ani metóda. Vnímanie života závisí práve na nás a na tom, či tie oči máme skutočne otvorené.

Ak vnímame všetky maličkosti, ktoré sa nám v živote objavajú a sme za nevďační, náš život je určite úžasný. Ak však naše oči zavírame, či už pred problémami alebo pred nejakými ťažkosťami, náš život nikdy nebudem mať iskru. Vám sa možno zdá, že nie ste ničím zaťažení, pretože to ignorujete, no všetko sa vám raz vráti. A možno vtedy pochopíte alebo si uvedomíte, že ste celý ten čas život vnímali nesprávne.

Každý z nás je iný. To robí náš svet úžasný a zároveň aj desivý. Každý však má iný návod na život. Riadime sa inými zásadami alebo pravidlami. Ale... ak sa pýtate priamo mňa, ako žiť a vnímať svet s otvorenými očami, mám jednoduchú odpoveď. Vnímajte svet okolo seba. Ja viem, znie to ako hlúposť, ale verte mi. Ak budete vnímať svet, ľudí, prírodu, zvieratá, maličkosti, ktoré sa stanú, budete vnímať život taký, aký skutočne je. Ak sa budete dívať na svet s nechutou, nebudete spokojní.

Vždy sa však nájde niečo, čo by vám mohlo zmeniť pohľad. Viem, že svet je v túto dobu naozaj zlý. Prírodné katastrofy, umierajúca ekológia, hory odpadu, boje medzi ľuďmi. Áno! Toto je náš svet. Ničíme ho a nič s tým nerobíme. Ale keby ste sa nad tým naozaj zamysleli a začali vnímať svet taký aký je, stále je v ňom ukrytá tá skrytá krása, ktorú nám matka príroda dala. Ak včas otvoríme oči a začneme vnímať, môžeme to napraviť. Ak včas otvoríme oči, môžeme zabrániť vojne a uzatvoriť mier. Ak včas otvoríme oči, môžeme začať vnímať aj tie krajšie veci, ktoré na nás na každom rohu čakajú.

Svet nie je čiernobiely, i keď závisí hlavne na uhle vášho pohľadu. Moja poučka, na vnímanie života s otvorenými očami znie: vnímaj všetko! Dobré i zlé! Všetko sa deje z nejakého dôvodu. Čo sa má stať, stane sa a my s tým nič neurobíme. Môžeme sa len postaviť, pozrieť hore a z plných pľúc zakričať: „Nikdy neprestanem vnímať to dobré vo svete!“ A nikdy by ste ani nemali prestať. Ak to budete vnímať, váš svet sa zmení. Negatívnych ľudí nahradia neustále usmiati a pozitívni. Depresívne a upršané dni sa zmenia na dni plne úsmevu a šťastia.

A to len z jedného jednoduchého dôvodu. Pretože začnete vnímať svet taký, aký je. Tým, že sa budete mračiť, svet nezachránite! Ani ak sa usmejete, ho nezachránite. Ale ak sa budete usmievať, váš svet bude zachránený. A možno tým úsmevom nakazíte aj niekoho iného.

Ja sa o to snažím každý deň. S úsmevom je totiž oveľa ľahší život. Nehovorím, že sa dá usmievať stále, ale aj malý úsmev dokáže spríjemniť deň. A ak tento úsmev dáte niekomu každý deň, jeho život, ale aj váš, bude oveľa pestrší.

Nie! Boh mi naozaj nedal oči, aby som chodila slepá. Nedal mi ich, aby som ich zatvárala pred problémami. Dal mi ich preto, aby som ich videla. Aby som problémy videla a vedela nájsť spôsob ich vyriešiť. Nie zatvoriť oči a tváriť sa, že nie sú. Na toto oči nemám. Moje oči vnímajú svet s problémami i bez nich. Život nie je prechádzka ružovým sadom. Niekedy musíte vyliezť i na vysokú horu, aby vám dala krásny výhľad. Cesta hore nie je ľahká, no keď sa potom pozriete dopredu, budete veľmi radi, že ste to nevzdali. Že ste sa neprestali dívať na svet. Že ste nezatvorili svoje oči. Pretože tak sa správny život nežíje. Každý má síce svoju cestu, svoj pohľad a svoje myšlienky, ktoré mu samozrejme nikto nikdy nevezme, no mal by pochopiť, že netreba myslieť len na seba a na to, ako práve on dosiahne to, čo chce. Každému sa raz všetko vráti. Dobré aj zlé.

Preto, prosím, nezatvárajte oči a nechajte ich dokorán otvorené, keď je dobre i zle, pretože toto všetko je náš život. Život, ktorý žijeme s otvorenými očami.

T. Debnárová, I.PSB

A my máme otvorené oči!

Festival ľudskosti mladých ľudí 2021

V dňoch 15.6.2021 a 17.6.2021 sme sa ako žiačky Strednej zdravotníckej školy v Liptovskom Mikuláši zúčastnili Festivalu ľudskosti mladých ľudí. Podujatie prebiehalo pod záštitou Rady mládeže Žilinského kraja a predsedníčky Žilinského samosprávneho kraja, Eriky Jurinovej. Tento festival bol pre nás veľkou príležitosťou. Príležitosťou aspoň nejakým spôsobom prejať ľudskosť, pomôcť druhým a hlavne vyčariť úsmev na utrápenej tvári, ktorá doslova čaká na zázrak.

Vybrali sme si dobrovoľnícku činnosť, ktorou sme aspoň trochu pomohli ľuďom bez domova. Spríjemnili sme im dlhé chvíle a každého, kto sa prišiel najesť do Slovenského červeného kríža v Liptovskom Mikuláši, sme obdarili malým darčekom. Bola to čokoládová ruža, ktorou sme prejavili kúsok súcitu a poukázali na to, že aj v tých najhorších chvíľach je tu vždy niekto, kto rád pomôže.

Táto akcia otvorila oči aj nám. Uvedomili sme si, že povolanie, ktoré sme si vybrali zahŕňa viac, ako sa zdá. Ale aj napriek tomu sme odhodlané pomáhať ľuďom a prejavovať spomínanú ľudskosť každý jeden deň. Týmto by sme sa chceli poďakovať za úžasnú skúsenosť do života, a veríme, že ich bude ešte mnoho.

Z. Naništová, I.PSB



Obchodovanie s ľuďmi

Dňa 27. mája 2021, sme sa triedy tretích ročníkov Strednej zdravotníckej školy v Liptovskom Mikuláši, zúčastnili prednášky o obchodovaní s ľuďmi, ktorú nám prednášala pani policajtká, JUDr. Anna Poljaková, z Okresného riaditeľstva Policajného zboru v Liptovskom Mikuláši.

Dozvedeli sme sa, že obchodovanie s ľuďmi je trestný čin, pri ktorom sa človek stáva obeťou dobrovoľného alebo nedobrovoľného presunu na iné miesto, kde je zneužívaný na rôzne druhy vykorisťovania s cieľom ekonomického zisku. Počet obetí trestného činu obchodovania s ľuďmi sa nedá presne určiť, no v odhadoch ide o viac ako 10 000 ľudí ročne len v Európe. Obete obchodovania s ľuďmi sú najčastejšie zneužívané na sexuálne vykorisťovanie, nútenú prácu, odoberanie orgánov, žobranie a nelegálne sobáše. Takouto obeťou sa môže stať každý z nás, preto je potrebné, aby sme si pred odchodom do zahraničia alebo nástupom do zamestnania preverili agentúru/osobu, ktorá prácu ponúka, mali platný doklad (cestovný pas, občiansky preukaz, víza) a podpisovali len takú pracovnú zmluvu, ktorej rozumieme. O svojom odchode do zahraničia vždy informujeme svojich blízkych a necháme im presnú adresu a kontakt na zamestnávateľa/firmu, do ktorej odchádzame pracovať.

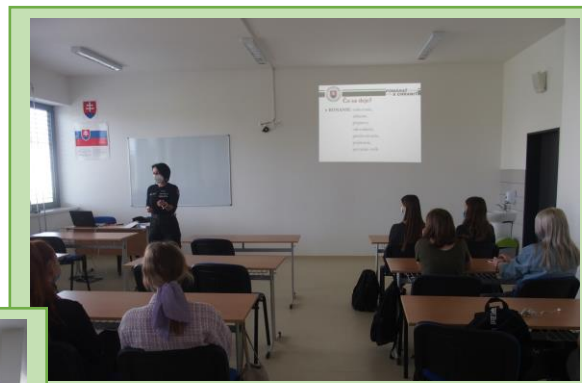
Ak máte akékoľvek pochybnosti pred odchodom do zahraničia, alebo ste sa vrátili so zlou skúsenosťou neváhajte kontaktovať:

NÁRODNÚ LINKU POMOCI OBETIAM OBCHODOVANIA S ĽUĎMI

na tel. čísle:

0800 800 818

K. Kytasová, III.ZuA



MDD vs. Svetový deň boja proti detskej práci



Tento deň patrí deťom. Ale všetkým?

V roku 1925 sa na Svetovej konferencii pre blaho detí v Ženeve rozhodlo, že v tento deň budú dospelí robiť deťom radosť a upozorňovať na ich problémy. Vlády vo viac ako 21 krajinách prijali tento dátum ako deň detí. Na Slovensku sa MDD oslavuje od roku 1952. Malému dieťaťu je úplne jedno s akou hračkou sa hrá a čo má pri tom oblečené. Hlavne, že má detstvo, v ktorom sa môže hrať, rozvíjať, byť bezstarostné a môže chodiť do školy. Je fajn žiť v krajine, kde takýto sviatok máme a môžeme si ho užiť. No v júni je ešte jeden medzinárodný deň, ktorý sa týka detí. Je to 12. jún, ktorý je Svetovým dňom boja proti detskej práci. A nie, nie je to boj proti práci teenegerov, akú poznáme u nás, o ktorú stojíme a máme za ňu relatívne slušne zaplatené.

Na zemi žije 1,6 miliardy detí. Každé siedme dieťa je nútené pracovať. Nehrá sa a nepozná detstvo. Keďže je táto práca ilegálna, pracujú veľmi často na skrytých miestach a vo veľmi zlých pracovných podmienkach. Za smiešnu, alebo žiadnu mzdu. Niektoré deti pracujú, lebo sú bez rodičov, odkázané len sami na seba. Iné, aj keď rodičov majú, avšak chudoba ich núti pracovať, aby zvýšili príjem svojej rodiny. Tieto deti na oslavu MDD ani len nepomyslia. Sú v práci. Tento problém sa väčšinou týka rozvojových krajín, Afriky, Ázie a Tichomoria. Nigéria, India, Pakistan, Sýria, Bangladéž, Somálsko, Čad, Etiópia.....Deti pracujú 13 hodín denne v tehelniciach, baniach, lomoch, na farmách, alebo fabrikách. Sú v styku s nebezpečnými chemikáliami a pesticídmi. Na pracovisku nielen pracujú, ale aj spia, umývajú sa, prakticky tam žijú.

Šálka nášho obľúbeného čaju, kakaa či kávy, trojeurové tričko, moderné rifle, či tenisky, mobil alebo laptop... Pre nás potešenie, za ktorým môže byť tvrdá detská práca. Poľnohospodárstvo, textilný, či odevný priemysel, módný a kozmetický priemysel, dokonca aj ťažký a ťažobný priemysel, v každom tomto odvetví sú deti už od piatich rokov zneužívané ako lacná pracovná sila. A áno, v hre je aj snaha zamestnávateľov o čo najvyšší zisk. Deti sú neuveriteľne ľahko manipulovateľné, sú poslušné, neodvrávajú, ľahšie ich donútiť pracovať nadčas, ľahšie sa kontrolujú.

V posledných rokoch sa prevalilo niekoľko káuz využívania detskej práce známymi značkami. GAP, NIKE, ZARA, ADIDAS, NESTLÉ, PROCTER and GAMBLE, Colgate a iné. „Môžeme s tým vôbec niečo robiť?“....napadne asi každého človeka so svedomím. Detská práca by mala byť ukončená do roku 2025. Utópia. Na svete existuje 46 krajín, ktoré nemajú žiadne zákony na ochranu práv detí. Okrem právnych nástrojov štátu, ktoré by zakazovali detskú prácu, má veľmi dôležitú úlohu aj naše správanie. Máme možnosť nakupovať výrobky s označením FAIRTRADE, čo znamená spravodlivý obchod, ktorý garantuje nezneužívanie detskej práce a primeranú odmenu za prácu zamestnancovi. Ak sa ako spotrebiteľ budem dožadovať tovaru s týmto certifikátom, môžem svojou kvapkou prispieť k tomu, aby detská práca prestávala byť problémom. Núťme nadnárodné korporácie prísnejšie kontrolovať svojich dodávateľov z rozvojových krajín. Nechovajme sa konzumne, kupujme iba to čo potrebujeme, neplňme svoje skrine zbytočnými tričkami, blúzami či svetrami, ktoré sme kúpili za dve eura a oblečieme možno raz, zaujímajme sa odkiaľ pochádzajú veci, ktoré kupujeme, uprednostňujme lokálne výrobky, šírme informácie a rozprávajme o probléme vo svojom okolí. Odstrániť detskú prácu je prioritou pre celý svet. A dopyt stimuluje ponuku.

Raz možno vďaka všímavosti obyčajných ľudí, ktorí sú ochotní si sprehádzať svoj šatník a aj hodnotový systém, detská práca postupne vymizne a MDD budú oslavovať všetky deti bez ohľadu na to z ktorej krajiny pochádzajú.

O. Kamenický, IV.M

OD PRISTÁTIA NA MARSE AŽ PO DEŇ ZEME

Zamyslel si sa už niekedy nad tým, aký uponáhľaný život žijeme? Pred pár dňami bol február, presne pred pár dňami sme znova zasadli do školských lavíc. Teda, ono sa to len zdá ako „ pár dní“ v skutočnosti už ubehli mesiace. Niekedy dni plynú veľmi rýchlo, inokedy zas príliš pomaly, nič to však nemení na fakte, že každý z nás je o niečo starší a múdrejší.

A práve vďaka tomu sa aj my ako civilizácia posúvame dopredu. Možno si zachytil správu, že sme dobyli ďalší míľnik ľudstva, vo februári sa Misiá Perserverence dočkala úspešnému pristátiu na Marse so svojou malou helikoptérou Ingenuity. Znie to ako jav z nejakého SCI-FI filmu, ešte nedávno sa to zdalo nemožné, a dnes je to už skutočnosť. Možno o pár desiatok rokov poletí prvá raketa spolu s odvážlivcami na Mars alebo inú planétu s cieľom osídliť ju. Úprimne dúfam, že sa nezopakuje chyba ľudstva a k novej planéte sa ľudia budú správať o niečo lepšie ako my.

Ak si myslíš, že vedcom stačilo toto pristátie, si na veľkom omyle. V apríli sa podaril pokoriť ďalší míľnik– experiment MOXIE na Marse vyrobil kyslík. Za hodinu vyprodukoval vyše 5 gramov, čo by dospelému človeku stačilo asi na 10 minút. Pri plnom výkone dokáže vyprodukovať až 12 gramov kyslíka za hodinu, čiže asi koľko jeden väčší strom.

Dobrou správou je, že podobne ako stromy, aj MOXIE vyrába kyslík z oxidu uhličitého a toho je na Marse dosť. Zlá správa je, že podobne ako pri stromoch, tento proces stojí energiu. Kým stromy ju získavajú zo slnečného svetla, MOXIE využíva jadrový zdroj energie z roveru Perserverence, ktorý postupne slabne. Tento experiment nám otvára dvere do budúcnosti, dokonca niektorí vedci tvrdia, že ľudská noha by už o tri roky mohla pocítiť pôdu Červenej planéty pod svojimi nohami. Najbližšie správy o experimentoch budem sledovať so zatajeným dychom. Dúfam, že sa pridáš aj ty.

Avšak, apríl nebol výnimočný len týmto experimentom. **22. apríla mala naša Zem svoj sviatok.** Každý z nás keď má svoje výročie oslavuje. A čo Zem? Môže si dovoliť oslavovať? Priznajme si, nie sme práve najlepší obyvatelia, za ten čas, čo osídľujeme túto planétu sme sa jej nejako významne nepoďakovali. Zem nám poskytuje svoju pôdu, na ktorej môžeme pestovať zeleninu ovocie či obilniny. Poskytuje nám priestor na bývanie, nádherná príroda nám pomáha aspoň na chvíľu vypnúť. Uniknúť z reality a oddýchnuť si. Čo robíme na opátku my?

Stredná zdravotnícka škola v Liptovskom Mikuláši je určite plná ľudí, ktorí si uvedomujú vážnosť situácie. Zóna Z je časopis zodpovedných ľudí, zdravotníkov, ktorí raz zachránia nejaký ľudský život a dúfam, že rovnako aj pomôžu našej Zemi očistiť sa od odpadkov, ktoré sme vyprodukovali. A ak ešte stále patíš k tej hárstke ľudí, ktorá si myslí, že po zdevastovaní Zeme môže osídliť inú planétu, je na čase položiť si jednu dôležitú otázku: „ Keby som bol Mars, chcel by som takých obyvateľov ako sme my?“.



D. Červeňová, IV.Z

Život, repríza už nebude?



Repríza nebude? Nebude. Život nie je film. Nemôžem si povedať: „Veď v televízii budú dávať reprízu. Pozriem si to zajtra. Pozriem si to o týždeň.“ Nemožno si ho znovu zopakovať. Ani jeden jediný deň...

My, ľudia, sme podivné tvory. Stále sa za niečím naháňame, stále nestíhame, stále sa niekam ponáhľame. Ani si neuvedomujeme to, ako život rýchlo beží. Ani si poriadne nevydýchame a už je tu ďalší deň. Takto nám pred očami utečie celý život. Možno sa nám stačí zastaviť, prestať toľko myslieť a začať poriadne žiť!

Myslím si, že život je príliš krátky na to, aby sme premárnili svoje príležitosti, nevyužili svoje šance. Ani sa nenazdám a stredná škola bude za mnou. Mladosť bude minulosťou. Onedlho budem starenkou, ktorá bude už len v spomienkach spomínať na to, čo bolo niekedy...Áno, teraz to je asi smiešne. Avšak nie je to pravda? Nie je pravda to, že niekedy sa hodina zdá ako nekonečno a zrazu tá hodina je fuč? Je preč jedna hodina, jeden deň, jeden rok a odrazu pol života za mnou?

Je také ťažké sa zastaviť, nepremýšľať nad hlúposťami a robiť spontánne veci? Ak sa zamyslím, v mojej hlave sa mi vytvorí obraz situácií. Situácií, ktoré dnes asi ľutujem, ale už je neskoro. Neskoro, aby som urobila niečo inak, povedala to vtedy inak, rozhodla sa inak. Nie je priskoro, aby som niečo ľutovala? Som len mladý sedemnásťročný človek, ktorý už teraz pociťuje obrovskú rýchlosť času. Koľkokrát túži posunúť hodinovú ručičku dozadu, ale to už nejde. Koľkokrát? Mnohokrát. Uvedomujem si, aké dôležité je žiť v danú chvíľu. Zabudnúť na všetky starosti a vychutnávať si prítomnosť a neľutovať...

Ty chlapček, možno sedíš každý deň pred počítačom a ani si neuvedomuješ, ako ti život preteká pomedzi prsty. Predstav si, že tvoj život sa skladá zo zrníek maku. Každé jedno zrníčko je jeden deň z tvojho života. Každým dňom jedno toto zrníčko strácaš. A odrazu prejde rok, dva a najlepšie roky zo života sú preč. Neskoro potom už plakať, že si už starý. Čas sa nedá vrátiť. Žiješ si vo vlastnej bubline a nevidíš svet naokolo. Koľko dní si už premárnil?

Ty dievčatko, hraj sa s bábikami, vychutnávaj si detstvo, lebo keď budeš staršia, budeš len bedákať nad tým, ako by si sa rada znovu vrátila do škôlky. Nemať žiadne starosti, mať klúd, žiť si každý deň vo svojom svete. Ver mi. Zažívaj všetko, čo chceš, vychutnávaj si sladké detstvo, pretože to bude čoskoro minulosťou...

Jeden taliansky spisovateľ povedal, že človek nemá premýšľať nad smrťou, kým žije, pretože život mu ubieha. Myslím si, že je to tak. Život predsa plyní teraz. V tejto chvíli. Nie včera ani predvčerom. Ani zajtra. Teraz!

Život je ako seriál. Je napínaný s nečakanými situáciami. Každou časťou sa zamotáva viac a viac. Nikdy netušíme ako skončí. Keď ho pozeráme druhýkrát, už všetko vieme. Preto nemôžeme prežiť druhýkrát. Už by to nebolo také dychberúce...

S.Likavčanová, II.PS



Osud? Možno náhoda. Nech sa deje čokoľvek, naše životy sú preplnené jeden cez druhý a všetci prežívame vrcholy, ale samozrejme aj pády.

Presne vtedy, keď máš pocit, že ťa život bije zo strany na stranu ako pstruha, vždy v tebe utkvie jedno malé zrnko nádeje a to ťa dovedie k myšlienke, že keď je teraz zle, tak môže byť ešte horšie, tak nefňukaj.

Keby bol život jednotvárný, tak by ťa to nebavilo, mám pravdu? Proste sú dni, kedy sa nedarí a ty si hneď od rána povieš, že dnešok vyjde na zmar. Ale predsa sa necháš unášať prúdom a vieš, že to už nejak pôjde. Aj keď tušíš, že je to ako ticho pred búrkou a že sa po celom dni starostí budeš cítiť bezmocne. A čo tak tí ľudia, na ktorých si sa spoliehal, dobehnú podať pomocnú ruku? Majú vlastné starosti. Raz za čas sa každý z nás ocitne sám. Aj ty, aj ja, aj tvoj najväčší nepriateľ či priateľ. Snažíme sa byť najlepšimi pre iných, ale keď príde ten čas, keď ostávaš sám, je to predsa iné. Dochádza k tebe myšlienka, že žiješ z očakávaní iných ľudí a to vie s tebou čas od času pekne zakolísať. Na konci dňa je podstatné len jedno a to si ty. Sám sebou.

Bol by si na seba hrdý, keby si na ulici videl kráčať samého seba? Takéto myšlienky vedia porobiť šarapatu. Ocitneš sa v rozpore sám so sebou, až ti príde všetko falošné a niekedy aj stratíš posledný kúsok radosti. Možno sa už zajtra ani nechceš zobudiť, pretože každý deň ti zbežnel. Ale čo bude pozajtra? Možno príde najlepší deň tvojho života a ty to predsa prepáš nechceš, mám pravdu? Pretože ty čakáš na ten deň. Niekedy nemáme chuť riešiť už nič. Škatulkujeme sa a uzatvárame do seba. Čo si s tým pomôžeme? Len obchádzame problémy a veci, čo treba riešiť. Bojíme sa toho, že sa nám realita pozrie do očí a naša dokonalá predstava zaniká a tým, že nemáme plán B, sme bezmocní. Za naším činom hľadáme vinníka. Ale pravdou je, že naším najväčším nepriateľom a vinníkom sme my sami. Veľmi veľakrát žijeme v minulosti a nevieme sa od nej oslobodiť. Ide len o tvoj prístup k veciam, ktorý je kľúčom k tvojmu šťastiu. Keď si v hlave nastavíš, že si ideš užívať každý moment, bez ohľadu na to, že prídu pády, tak to aj tak bude. Ale keď sa budeš utápať v minulosti a budeš pokračovať hlbšie a hlbšie, nepoučíš sa a len sa deptáš. Zlé skúsenosti sú najlepším učiteľom a najlepšou vecou, ktorá sa ti mohla kedy stať. Tvoja osobnosť sa formuje a posilňuje sa.

Treba mať na mysli, že bez pekla nie je raj a že keď chceme vidieť dúhu, musíme počkať, kým prejde búrka a vyjde slnko, pretože inak to nejde. Aj keď sa možno niektoré veci zmenia a zdá sa, že už nič nedáva zmysel, je to tak, ako má byť. Keď ti zvädnú plány, treba zasadiť nové a lepšie.

Ak je život úžasný, tak nemôže byť jednoduchý a ak je jednoduchý, tak nikdy nebude úžasný. Ty na to časom prídeš.

I.Matejková II.PS



Výber z prác študentov na tému II. sv. vojna

Niektorí ľudia, hlavne starší, vedia hneď, čo to vojna naozaj znamená. Vedia to preto, lebo si tým buď prešli alebo počuli od svojich starých rodičov. Ale dnešná generácia, niektorí nepovažujú vojnu za takú hrôzu. Prečo? Lebo dnešná doba je moderná a mladí ľudia nevedia, čo v skutočnosti vojna znamená a aký mala dopad. Zaujímajú sa skôr o veci, ktoré nie sú až také dôležité, napríklad o sociálne siete. Alebo ich to nezaujíma.

Laura Mráziková II. PS

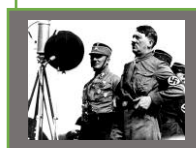


Prastará mama rozprávala o ťažkom živí, chýbajúcich základných potravinách, o drancovaní obyvateľstva aj okolitých dedín okupačnými vojskami. Medzitým sa zmieňovala o pomoci a živí s partizánmi, ktorým na začiatku nosila potraviny. Jeden sychravý večer vtrhla nemecká okupačná jednotka do usadlosti Briežky, ktoré patria do dediny Kalinovo. Ich účelom bolo zastrešenie a pomsta za pomoc partizánom. Všetkých obyvateľov postupne vyviedli z ich domovov na priedomie. Neľútostne ich od prvého domu popravovali automatickými zbraňami.

Viktória Cevárová II. PS

Môj starý otec mi povedal, ako on rukoval na vojnu. Bola nedeľa a v Ružomberku bol odpust, a tak išli celá batéria na svätú omšu do kostola. No keď sa vrátili do kasárni, tak tam ich čakalo prekvapenie. Všade bolo plno chlapov a tí mu povedali, že je mobilizácia. Nik už nemohol opustiť posádku. Na druhý deň už mali smerovať na východ - do Ruska. Bolo tam veľmi zle. Vojaci nemali čo jesť, voda až tak nechýbala, lebo boli veľké mrazy. Teplomery ukazovali aj 40 stupňov pod nulou. Keď sa k tomu pridá fakt, že vojaci neboli vôbec oblečení na zimu, tak to boli ozaj kruté podmienky. Veď starý otec a aj väčšina ostatných mali len letný odev.

Karolína Kapinová II.M



Nanešťastie sa v našej spoločnosti nájdu aj takí mladí ľudia, ktorí naopak obdivujú konanie a správanie sa nacistov, fašistov. Napodobňujú ich správanie, konanie a obhajujú ich myšlienky. Myslia si, že takýmto spôsobom získajú moc, rešpekt a obdiv iných ľudí. No týmto svojim správaním, konaním a zmýšľaním škodia a ubližujú iným ľuďom, v podstate celej spoločnosti.

Filip Mezovský II.M

Informácie z druhej svetovej vojny nám ukazujú, kam je až schopný zájsť človek s nenávisťnými prejavmi a ako to v ľudskej pamäti ostáva zachované až dodnes. Sú to bolestné udalosti, ktoré si prežili naši predkovia. Tak nedopusťme, aby si podobné udalosti prežili naši potomkovia.

Gabriela Faconová II. PS

Celá táto vojna bola postavená na moci človeka a nadradenosti jednej rasy nad druhou. Neuvedomovali si, že medzi židmi, rómami a nami, inými rasami, nebol a nie je žiadny rozdiel. Všetci máme dve nohy, ruky, oči atď. V hrudi nám všetkým bije rovnaké srdce, bez ohľadu na bohatstvo, chudobu a všetko okolo. Všetci sme len ľudia.

Lenka Feketíková II.M

II. svetová vojna

Nedá mi nespomenúť Vladimíra Kunu. Bol správcom vrbicko-mikulášskeho sirotinca. Predstavte si, koľko odvahy musel mať, keď počas 2. svetovej vojny ukrýval 26 židovských detí. Veľmi ho obdivujem, že v tej dobe riskoval svoj život, aby ich zachránil. Mal veľkú odvahu a dobré srdce.

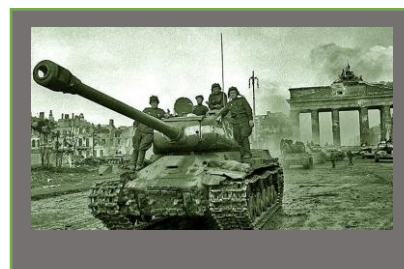
Ema Vaščáková II.ZuA

Zamysleli ste sa niekedy nad tým, že aké to asi bolo počas II. svetovej vojny? Alebo vám niekto o tom rozprával? Mali ste pri počúvaní o tom zimomriavky po celom tele? Vedeli by ste sa vžiť do pocitov, aké v tej dobe ľudia mali? Myslím, že to asi nie je reálne. Pýtate sa prečo? Pretože dnes ani len nepomyslíme, že by niečo také ako je vojna, mohlo prísť.

Barbora Žilincová II.ZuA

Ja sám poznám minimálne troch ľudí v rodine, ktorí majú veľmi zlé názory na tieto udalosti. Ako napríklad: „Hitler vedel, čo robí.“ Alebo „Okolo koncentračných táborov je neskutočné haló, ako keby nám boli na niečo dobré.“ Keď počujem takéto „kecy“, tak niekedy neverím, že toto je moja rodina. Ako to môže niekto spochybňovať? Veď predsa je toľko dôkazov, toľko svedectiev od ľudí, ktorí tam reálne boli a zažili to, no aj tak sa tu vždy niekto nájde, kto vie „ozajstnú pravdu“. Najhoršie je to, že nemôžem k tomu nič povedať, pretože som mladý “ a nežil som v tej dobe čo oni.

Martin Jati II. ZuA



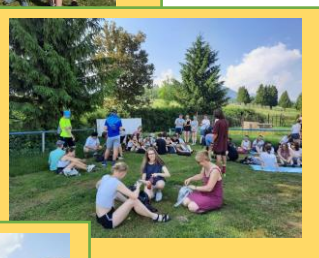
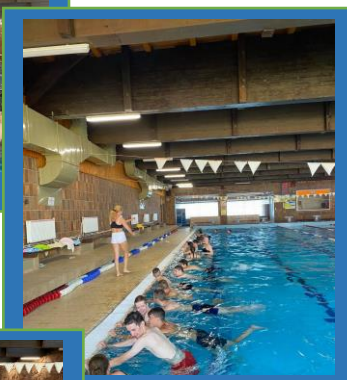
Povinné každoročné aktivity

Plavecký kurz – II. ročník

Letné účelové cvičenie - prvé ročníky

Dňa 23.6.2021 sa uskutočnilo letné účelové cvičenie pre prvé ročníky. Absolvovali sme trasu Liptovský Mikuláš – Ploštín a späť. Aj napriek veľkým horúčavám sme CO cvičenie absolvovali a plnili zadané úlohy. Ďakujem kolegyniam a žiakom za spoluprácu.

Mgr. O. Rossová



Ďakujeme!



4 roky. Páni, to je ale doba. Presne toľko rokov ubehlo, odkedy sme prvýkrát prekročili prah tejto školy. Nikto z nás nevedel, do čoho ide, čo nás čaká, a s kým budeme celé tie 4 roky dennodenné tráviť čas. V septembri roku 2017 nás v telocvični Strednej zdravotníckej školy privítala usmievavá pani učiteľka Selecká, ktorá však po roku a pol odišla na vysnivanú materskú dovolenku. Na určitý čas sme ako trieda zostali na krku pani doktorke Špankovej, z ktorej sme mali zo začiatku strach, ale nakoniec sme prišli na to, že je to úžasná profesorka s veľkým srdiečkom a výborným zmyslom pre humor. A ako sa vraví, do tretice všetko dobre, a našou poslednou a tou najlepšou triednou sa stala pani učiteľka Lengvarská, ktorá je pre nás ako naša druhá mama. Vždy bola pre nás oporou a láskavo nám pomohla nielen v škole, ale aj v oblastiach zo súkromného života.

Počas týchto rokov sme toho veľa zažili. Plavecký a lyžiarsky výcvik s pani učiteľkou Rossovou, ktorej ďakujeme za geniálne hodiny telesnej. Imatrikulácie, po ktorých sme odchádzali ako strapaté a smradľavé strašidlá, imatrikulácie, ktoré sme organizovali my samé. Ako odbor zdravotnícky asistent sme sa umiestnili po dlhých rokoch na prvom mieste ako trieda s najlepším prospechom, taktiež nás zasiahlo sťahovanie školy kvôli rekonštrukcii a nakoniec celé toto Covid obdobie, ktoré nás pripravilo o stužkovú slávnosť a veci s tým spojené.

Samozrejme, nesmiem zabudnúť na prax, ktorú sme síce kvôli pandémie neabsolvovali celé dva roky, ale len rok, no aj tak nám toho veľa priniesla. Či už z oblasti vzdelávania alebo krásnych spomienok a zážitkov. Bolo pre nás vždy takým „nakopnutím“ počuť, ako nás chvália sestričky, či dokonca sami pacienti. Právom si aj niektoré zaslúžili pochvalu od našej srdečnej pani riaditeľky Blcháčovej. Prax so sebou priniesla aj ťažké chvíle, keď sme spolu s pacientmi prežívali ich trápenia, ale aj radosti z toho, že sme im aspoň na chvíľu spríjemnili deň.

Taktiež chcem spomenúť pani učiteľku Novákovú a Dzürovú, ktoré si taktiež našli veľké miesto v našich srdciach a zvládli s nami celé 4 roky, aj keď nie vždy to bolo ľahké. Ďalej naše veľké ĎAKUJEM patrí pani učiteľke Debnárovej, s ktorou sme sa nasmiali najviac, pani učiteľke Húlekovej, pri ktorej bola matematika hrou, pani učiteľke Fričovej a Jančiovej, vďaka ktorým zachránenie života nebude problém, pani učiteľke Jurecovej, Kompišovej, Klimantovej, Bartanusovej a Strakovej za úžasné vedenie praxe a vštepovanie vedomostí, zručností a nejakých tých „fígľov“, pani doktorke Plávkovej za vedomosti v oblasti anatómie, pani zástupkyňi Kronfráterovej, vďaka ktorej rozumieme latinským slovám v lekárskej správe, pani učiteľkám Lacekovej, Tajátovej, Švihrovej a Veselej, s ktorými sme sa nestretali tak dlho, ale dali nám toho veľa z oblasti ľudských vzťahov a psychológie, geografie, vzorcov a výpočtov. A taktiež chceme poďakovať našej pani psychologičke Jančuškovej za spríjemňovanie nášho školského obdobia jej srdečným úsmevom a vždy pozitívnou náladou.

Za mňa osobne môžem povedať, že tieto 4 roky na tejto škole boli tie najlepšie. Veľa nezabudnuteľných zážitkov, spomienok a samozrejme ľudí, ktorí nám do života dali najviac, ako len vedeli a dotiahli to s nami do úspešného, síce netradičného, konca. Verím, že jedného dňa príde deň, keď vám budeme môcť za toto všetko poďakovať aspoň prostredníctvom kvalitnej zdravotnej starostlivosti, na čo ste nás poctivo pripravovali.

V menej celej 4.Z triedy vám všetkým ĎAKUJEM!

A.Čupková, IV.Z





Školské masérské štúdio masáže pre Vás

**Stredná zdravotnícka škola na Vrubickej 632
v mesiaci jún 2021 ponúka nasledovné procedúry:**

Klasickú masáž chrbta, šije, horných a dolných končatín

Reflexnú masáž chrbta, šije, chodidiel



Manuálnu lymfodrenáž horných a dolných končatín

Špeciálne procedúry:

- vírivá masáž chodidiel
- svetloliečba (Solux, Bioptron)
- prístrojová lymfodrenáž
- rašelinové obklady
- voskové obklady

NOVINKA !

balíček „**relax pre ruky**“
(obsahuje parafínové ponory rúk
a klasickú masáž horných končatín)



Školské masérské štúdio masáže pre Vás

Usmernenia pre klientov Školského masérského štúdia

- Na procedúry sa objednáte telefonicky na tel. číslo 044/5522497.
- V prípade zhoršenia zdravotného stavu svoj termín zrušte telefonicky na tel. číslo 044/5522497.
- Na objednanú procedúru prídte na čas, maximálne 5 minút vopred.
- Pri vstupe použite vchod od OC Jasná.
- Pri príchode a odchode z budovy Vás bude sprevádzať náš žiak.
- Pri vstupe do budovy použite dezinfekciu na ruky.
- Do budovy vstupujte s prekrytím horných dýchacích ciest respirátorom FFP2, v prípade potreby počas procedúry môžete použiť vlastné rúško.
- Odporúčame použiť návrky alebo prezuvky + vlastný uterák.
- Po procedúre sa v priestoroch nezdržiavajte dlhšie ako je potrebné.

Tešíme sa na Vás

Objednávky: telefonicky na t. č. 044/5522497 (v čase 7.00 – 15.00hod)

Objednávky: telefonicky na t. č. 044/5522497 (v čase 7.00 – 15.00hod)

04/2020-2021
Zóna ZET, občasník
školský časopis
2. ročník
Stredná zdravotnícka škola
Vrbická 632
031 01 Liptovský Mikuláš





*Vidíme sa v ďalšom
školskom roku*

