

BAZILOVKA

Časopis žiakov Strednej zdravotníckej školy
svätého Bazila Veľkého v Prešove

Číslo 3

2022/2023



IV.A Stredná zdravotnícka škola
sv. Bazila Veľkého
Prešov
2019-2023

PhDr. Mária Lepenčí, PhD., Mgr. Alžbeta Kozáková na Blahý
Ing. Alena Šochová, Zdravotnícka škola
PhDr. Stanislava Gaberová, Zdravotnícka škola pre odborné vzdelávanie
Mgr. Mária Vráblová, Trieda učiteľov

Natália	Eugénia	Janka	Stanka	Chiara	Natália	Tamara	Sľávka	Bibiána	Laura	Dávid	Annadria	Martin
Daniela	Petka	Tímea	Mima	Natália	Simona	Ema	Kristína	Marián	Lila	Bianka	Radka	Kludia
Jakub	Radka	Sára										

Stretneme sa na vizite 2028

4.B Stredná zdravotnícka škola
sv. Bazila Veľkého Prešov
2019-2023

PhDr. Mária Lepenčí, PhD., Mgr. Alžbeta Kozáková na Blahý
Ing. Alena Šochová, Zdravotnícka škola
Mgr. Mária Vráblová, Trieda učiteľov
PhDr. Stanislava Gaberová, Zdravotnícka škola pre odborné vzdelávanie

Bianka	Ema	Františka	Tamara	Marietta	Tobiáš	Samuel
Dávid	Radka	Miška	Lívia	Marek	Natália	
Simona	Katka	Samanta Lea	Laura	Nikola	Kludia	

„Budúcnosť sa začína dnes, nie zajtra.“

Ján Pavol II.

Obsah

Editoriál.....	2
Hľad/a som ako vyoraná myš!.....	3
Na ten okamih nikdy nezabudnem.....	12
Zima na vidieku	13
Bezpečne na sociálnych sieťach.....	14
Aj takto sa učíme.....	15



Redakcia

Školský časopis **Bazilovka** vydáva Stredná zdravotnícka škola svätého Bazila Veľkého, Kmeťovo stromoradie 1, 080 01 Prešov

Web stránka: www.szssvbazpo.edupage.org

Šéfredaktorka: Kiara Mihályiová

Zodpovedná redaktorka: PhDr. Ľ. Štefanová

Redakcia: Marcela Šatná, Simona Karpáčová, Viera Kavalecová, Veronika Pejková, Karin Zubková, Kristína Jenčíková, Adela Pavlíková

Grafická úprava: PhDr. Ľ. Štefanová

Fotografie: Patrícia Migášová

Logo: Diana Gordanov

Editoriál

Milí čitatelia,

máte pred sebou tretie číslo školského časopisu, kde sa so svojou tvorbou predstavia naši maturanti, ktorí už o pár dní poslednýkrát prekročia prah školy a vydajú sa na novú cestu plnú výziev a príležitostí. Prečítajte si ich príspevky a vstúpte do sveta, kde sa necháte inšpirovať ich slovami, originálnymi nápadmi a osobnými postojmi. Možno sa v nich nájdete, možno sa s nimi nezhodnete, možno vás pobavia, možno si poplačete. Veríme, že ich príspevky vás inšpirujú a povzbudia.

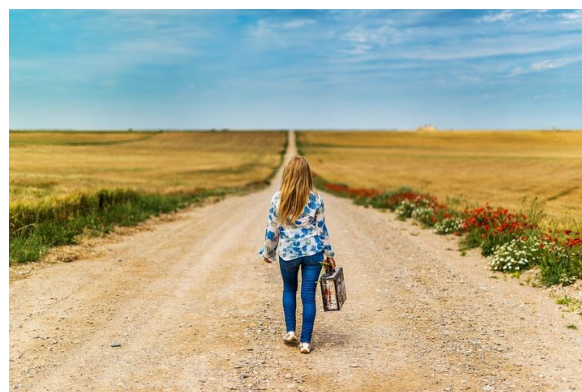
Milí maturanti, blíži sa koniec vašej školskej cesty a začiatok novej etapy vášho života, kde na vás čakajú ďalšie úlohy, možnosti, ale aj prekážky a neistoty. Na tejto ceste vám želáme veľa šťastia.

A vám, milí čitatelia, prajeme krásne a nikým nerušené čítanie.

Redakcia časopisu

„Vzdelanie sú základy, na ktorých stavíme našu budúcnosť.“

Christine Gregoire



HLADEL SOM AKO VYORANÁ MYŠ! (Rozprávanie)

V roku 2015 sme s Petrom skončili našu horolezeckú cestu na korunu Himalájí. Takto sa tomu hovorí, ak horolezec vylezie na všetkých štrnásť osemtisícoviek.

V jeden krásny slnečný deň som sa Petra opýtal: „Počuj, my tú poslednú horu musíme zdolať.“ Peter najprv nesúhlasil, ale potom mi napísal správu: „Idem do toho s tebou.“ Ešte v ten deň som začal zisťovať informácie o financiách, trase, počasí, aby sme tam mohli čo najskôr odletieť. Keďže sme už dávno v Himalájach neboli, až sme sa čudovali, čo všetko sa tam za štyri roky zmenilo. Jedna vec sa však nezmenila, a to je počasie v Himalájach. Len dvakrát za rok je počasie vhodné na výstup. Je to v máji a začiatkom augusta. Pobalili sme si všetky potrebné veci, celú výbavu a rozlúčili sme sa s rodinami. Vycestovali sme do Maďarska, do Budapešti, odkiaľ nám letel priamy spoj do Nepálu. Tam odštartovala naša expedícia na horu, ktorá sa volá Annapurna. Nie je to najvyššia, ale najnebezpečnejšia hora na svete. Na jej vrchol sa pokúšalo vyliezť už veľa horolezcov, mnohým sa to podarilo, ale bolo aj veľa takých, ktorí sa už z tejto najnebezpečnejšej hory domov k svojim rodinám a známym nikdy nevrátili. Preto sme mali od začiatku veľký rešpekt. Výstup sme si naplánovali na sedem dní. Prečo tak veľa? Lebo táto hora je náročná nielen psychicky, ale aj fyzicky a nechceli sme nič podceňovať. Boli sme dobre aklimatizovaní a v hlavách nastavení, že to dáme.

Výstup začal hneď, keď sme sa premiestnili pod Himaláje. Spravili sme prvých tritisíc metrov do prvého výškového tábora, kde sme úspešne prišli. Rozložili sme stany, najedli sme sa a išli sme spať, lebo ráno nás čakal ďalší ťažký deň. Na druhý deň ráno vyzeralo, že počasie bude pekné. No opak bol pravdou. V Himalájach sa môže počasie zmeniť zo sekundy na sekundu, a to sa aj stalo. Bolo to veľmi hrozné. Celý deň sme preležali v stane, z ktorého sa nedalo ísť von. Na tretí deň to bolo o čosi lepšie a pokračovali sme v našom výstupe. Prešli sme ďalších dvetisíc metrov a dorazili sme do ďalšieho výškového tábora. Boli to veľmi náročné metre. Úplne vyčerpaní, psychicky aj fyzicky, sme už iba zaľahli a išli sme spať. Ale noc bola veľmi náročná. Ja som začal zvracať a Peter dostal teplotu. Počasie a jeho predpovede nás opäť zradili, ale teraz nám to prišlo vhod. Vyspali sme sa z toho a hneď sme začali dobíhať metre, ktoré sme zameškali. Pred tretím výškovým táborom začala veľmi silná víchrica, ktorá spustila hneď niekoľko lavín, ktoré nás nezasiahli úplne, ale jedna trafila lano, na ktorom som sa istil. Hneď som padal dole. Mal som jedno šťastie, že sme sa s Petrom istili navzájom a ostal som zavesený na ňom. Zachránil mi život. Nejako sme sa došplhali do tretieho výškového tábora a začali sme zbierať nové sily. Ostávalo nám už iba posledných tisíc metrov k vrcholu. Už iba jeden krôčik k triumfu. Ráno sme začali takzvaný útok na vrchol.

Útok na vrchol trval približne šesť hodín, ale vyplatilo sa. Sedel som s mojím najlepším priateľom na vrchole hory, ktorá nám chýbala. Užíval som si ten moment. Hľadel som ako vyoraná myš na ten výhľad! Ostávalo nám už iba dostať sa bezpečne domov.

Radovan Slivka, IV. A

HLADELA SOM AKO VYORANÁ MYŠ! (Rozprávanie)

Bol raz jeden chlapec, ktorý sa volal Pavol. Bol to chlapec ako každý iný, ale predsa sa od druhých líšil. Nosil vo svojom srdci množstvo túžob, cieľov a snov. Všetci chlapci v jeho veku túžili po pravých priateľstvách, nájdení životnej lásky, popularite, ale aj sláve či peniazoch. V jeho srdci bola jedna veľká túžba, ktorú nemal nikto z jeho rovesníkov. Túžil sa stať doktorom. Chcel svoj život obetovať pre druhých svojou nezištnou pomocou a uplatnením jeho vedomostí v praxi. Chcel byť pre tento svet svetlom a vniesť do neho dobré skutky, ktoré sa z neho vytrácali.

Jeden deň, ktorý vyzeral ako jeden z mnohých, mu zmenil a narušil tento obrovský sen. Stratil oboch rodičov pri ťažkej autonehode. Zrazu sa ocitol úplne sám. Jeho život sa zmenil od základov. Jeho sny sa rozplynuli. Stratil svoju najväčšiu oporu a naplnili ho obavy. „Čo budem robiť? Ako to všetko zvládnem sám? Na svoj sen môžem rýchlo zabudnúť, veď ani nemám na štúdium...“ umáral sa v pochmúrnych myšlienkach. Napokon sa rozhodol to nevzdať. Po čase sa zmieril so smrťou svojich drahých rodičov a začal sa živiť predajom vlastných výrobkov. Začal vyrezávať z dreva malé krížiky a kresliť obrazy pestrofarebných krajín, ktoré predával na miestnom trhu. Niekoľko dní sa mu v predaji darilo, no potom nastalo obdobie, keď nemal ani na jedlo. Stal sa z neho chudobný mládenec, ktorého jedinou nádejou na lepší život bol predaj, ktorým si chcel zarobiť na svoje vysnívané povolanie. Bol taký vyhladovaný a zoslabnutý, že sa rozhodol, že skúsi šťastie. Rozhodol sa, že pôjde do najbližšieho domu opýtať sa, či by mu nedali najesť. Nesmelo zaklopal na dvere a po chvíli mu otvorila dievčina s veľkými modrými očami, ktorá sa volala Mária.

„Potrebujete niečo?“ spýtala sa prekvapene.

„Ja len, že...“ nevedel sa Pavol rozrozprávať. Bolo mu trápne. Nakoniec z neho vyšlo: „Môžem, prosím, pohár vody?“ Dievčina mala veľké srdce. Hneď zbadala, že potrebuje jej pomoc. „Chudý chlapec s otrhaným oblečením, musím mu podať pomocnú ruku,“ pomyslela si. Pozvala ho do kuchyne a dala mu teplú polievku a sušienky. Tiež toho nemala veľa, no bola taká ochotná, že sa vedela rozdeliť aj s tým málom, čo mala. Radosť v jeho očiach bola zjavná a ešte rozhovor, ktorý ho zahrial pri srdci mu dodal silu v kráčaní za svojím snom.

Prešlo niekoľko rokov a Pavlovi sa jeho sen splnil. Možno by ho bol aj zahodil, nebyť Márie. Stal sa lekárom špecialistom. Bol jedným z najvyhláďavanejších lekárov v celej krajine. Pomohol nespočetnému množstvu beznádejných prípadov. Stal sa aj bohatým, pretože jeho zákroky, ktoré vykonával, boli drahé. No napriek peniazom si zachoval ľudské srdce.

Jedného dňa priviezli do nemocnice ženu, ktorej nikto nevedel určiť diagnózu a ani začať účinnú liečbu. Jej stav sa neustále zhoršoval. Pochodila mnoho lekárov, no žiadny jej nevedel pomôcť. Ich odpoveď bola vždy rovnaká: „Nikde sme sa s takýmto prípadom nestretli, skúste to inde.“ Cítila beznádej a strach. Mala pocit, že jej život sa chýli ku koncu.

„Pán doktor, máme tu ojedinelý prípad neznámeho ochorenia,“ povedala sestrička doktorovi.

„Hneď sa na to pôjdem pozrieť,“ odvetil ochotný doktor Pavol. No pri vstupe do izby zastal. Hľadel ako vyoraná myš! Bol v nemom úžase a prekvapený ako nikdy v živote. Na nemocničnej posteli ležala žena, ktorá mu pred niekoľkými rokmi pomohla. Bola to Mária. Žena, ktorá drobným skutkom lásky mu dodala silu, aby išiel za svojím snom. Spoznal ju podľa jej veľkých modrých očí, na ktoré sa nedalo zabudnúť. Ona ho nespoznala.

„Musím urobiť všetko preto, aby som tejto žene pomohol,“ pomyslel si, a tak aj urobil. Po niekoľkých týždňoch, neprespatých nociach sa mu podarilo určiť jasnú diagnózu a nastaviť liečbu, ktorá bola úspešná. Jej stav sa začal zlepšovať a po niekoľkých mesiacoch bola úplne zdravá.

Nadišiel čas odchodu z nemocnice. Pavol sa rozhodol, že je účet za poskytovanie liečebnej starostlivosti pôjde odniesť sám.

„Pani Mária, tu je suma, ktorú treba uhradiť,“ povedal, tešiac sa na jej reakciu, keď uvidí, čo tam napísal. Mária si bola vedomá, že to nebude malá suma a so zlými očakávaniami otvárala obálku. Zostala zaskočená. Tentoraz aj ona hľadela ako vyoraná myš. Suma bola preškrtnutá a pod ňou bolo napísané: „Uhradené pred niekoľkými rokmi polievkou, sušienkami a rozhovorom.“ Usmiala sa, pretože si hneď spomenula na chlapca, ktorý nemal jedlo a ona mu ho s láskou poskytla. Objala ho a so slzami v očiach povedala: „Ďakujem, pán doktor, že vďaka vám som opäť zdravá.“ A tak sa znova ukázalo, že všetko dobro, čo v živote druhým darujeme, sa nám raz vráti stonásobne.

Františka Bednárová, IV. B

HĽADELA SOM AKO VYORANÁ MYŠ! (Rozprávanie)

V jedno obyčajné sobotné ráno som sa ako obvykle zobudila okolo deviatej hodiny. Myslela som si, že to bude víkendový deň ako každý iný, no opak bol pravdou.

Všetko to začalo tým, že som sa išla prejsť so psíkom, ktorého sme mali doma ešte len pár dní. Bolo to šteniatko. Mal presne tri mesiace. Bolo to zaujímavé plemeno, pretože mal isté črty zo staforda, ale aj vlčiaka. Bol neuveriteľne krásny a tým, že bol ešte šteniatko, bol aj nesmierne hravý.

Pomaličky sme sa prechádzali. Bola som veľmi prekvapená tým, aký je pokojný. Ako sme tak pomaličky pokračovali ďalej ani som sa nenazdala a boli sme pri lesíku. Veľmi dobre som ten les poznala. Rozhodla som sa, že prejdeme cez les k malému potôčiku, ktorý sa tam nachádzal. Psíka som uvoľnila z vôdzky a ani som sa nestihla otočiť a môj psík nikde. Utekal, doslova ako zmyslov zbavený, do lesa. Myslela som si, že ho už nenájdem. Volala som na neho: „Eddy, pod' sem!“ Stále hlasnejšie a hlasnejšie, no on neprichádzal. Mysľou mi prebehli rôzne myšlienky. V hlave som mala nespočetne veľa scenárov. Rozmýšľala som, čo všetko sa môže môjmu maličkému, bezbrannému psíkovi stať. Nechcela som pomyslieť na to, že by som ho už nevedela nájsť. Rovnako som premýšľala nad tým, čo by mi asi povedali rodičia, ak by som sa vrátila bez Eddyho. Bez psíka, ktorého sme si všetci za tak krátku dobu obľúbili. Nemohla som dopustiť to, aby sa nenašiel. Rozhodla som sa teda, že nepôjdem domov, kým ho nenájdem. Postupovala som ďalej. Stále hlbšie a hlbšie do lesa. Neustále som volala: „Eddy, Eddy!“ Volala som čoraz silnejšie. Dúfala som, že ma započuje a priletí ku mne z ktorejkoľvek strany. Nekričala by som na neho, bola by som naopak šťastná, že sa vôbec našiel. Stále som naťahovala uši, či ho náhodou nezapočujem. Priala som si, aby som začula jeho štekot, hoci aj v diaľke. No stále nič. Prestávala som veriť, že ho môžem ešte nájsť. Pomaly, ale isto sa stmievalo a domov som to nemala blízko, no vedala som si, že zijdem ešte za kopček a ak ho tam nenájdem, pôjdem domov.

Dodnes nechápem, ako je možné, že som sa vôbec nebála. Bolo to asi tým adrenálínom, ktorý som v sebe v tej chvíli mala. Už som začínala byť aj mierne unavená, no bola som odhodlaná vyjsť hore. Nikdy by som si neodpustila, keby som neurobila všetko, čo bolo v mojich silách pre záchranu Eddyho. Už som bola pomaličky na vrchole kopca, keď zrazu som sa o niečo zachytila a spadla som. Veľmi ma bolela noha. Nemohla som uveriť tomu, akú mám smolu. Nemala som pri sebe ani telefón. Nemohla som nikomu zavolať. Nemal mi kto pomôcť. Myslela som si, že sa z toho lesa nedostanem už ani ja, no nevzdávala som sa. Zaťala som zuby a rozhodla som sa, že sa na ten kopec hoci aj vyšplhám. Snáď neostanem v tomto lese trčať celú noc. Pomaly som liezla hore kopcom. Bola som celá špinavá, no bolo mi to ukradnuté. Chcela som sa len dostať hore a nakoniec sa mi to podarilo. Zrazu som zazrela svetlo. Neverila som vlastným očiam. Pozbierala som všetky sily, ktoré mi ostali a z plných pľúc som zakričala: „Pomôžte mi niekto, prosím, tu som hore!“ V diaľke som videla, ako sa to svetlo otáčalo smerom ku mne. Znova som zakričala: „Pomoc, tu som hore na kopci!“ Svetlo sa začalo pomaly približovať.

Začala som vidieť pomaly obrys postavy, pravdepodobne s baterkou v ruke. Bola som šťastná, no zároveň som sa aj bála, pretože som nevedela, kto to je. Mohol to byť naozaj ktokoľvek. Hlavou mi opäť prebehlo milión scenárov. Čo ak je to nejaký vrah alebo zlodej? Čo ak ma unesie? Začínala som sa báť čoraz viac a viac, keď som zrazu začula: „Marietta, si to ty?“ Zdvihla som hlavu a neverila som vlastným očiam. Bola to najlepšia priateľka mojej mamky.

„Teta Lucia, ste to naozaj vy?“ opýtala som sa natešene. Bola to ona. Hneď ma zasypala kopou otázok. Nevedela som, na ktorú jej skôr odpovedať, no v skratke som jej povedala, čo sa stalo. Ona sa po tom všetkom len pousmiala a povedala mi, že našla nejakého psíka a že to pravdepodobne bude môj Eddy. Povedala, že ho má doma, že ho vzala k sebe, lebo videla, že je to šteniatko. Nechcela ho tu nechať. Pomohla mi postaviť sa a odprevadila ma domov. Nechcela ma tu nechať. Vzala ma k sebe. Podopierala ma celou cestou. Po príchode k nej som zistila, že to je naozaj môj stratený psík. Spoločne sme zatelefonovali mojej mamke a vyrozprávali jej všetko, čo sa stalo. Mamka po nás hneď prišla, poďakovali sme tete Lucii a odišli domov.

Po príchode domov sprcha čakala nielen mňa, ale aj Eddyho. Večer som tento nezabudnuteľný zážitok vyrozprávala celej rodine a spoločne sme sa na tom zasmiali.

Marietta Goliášová, IV. B
obrázok Kristína Vsoteková, I. B



HLADELA SOM AKO VYORANÁ MYŠ! (Rozprávanie)

V dedinke učupenej medzi horami býval dedko so svojou vnučkou Alenkou. Žili si chudobne, ale skromne. Alenka chodila do piatej triedy do neďalekého mestečka. Milovala svojho dedka, lebo jej dával lásku, ktorú nikdy nemala. Dedko bol dobrosrdečný človek, ktorý nikdy neodmietol človeka.

V jedno krásne slnečné ráno, nastal deň D. Alenkin dedo mal narodeniny. Chcela mu pripraviť veľkú oslavu. Chcela sa mu poďakovať za všetko. Hneď, ako prišla zo školy, vrhla sa na tortu. Vedela, že dedko chodí až neskoro večer domov. Bol totiž bača. Miloval ovce a ony milovali jeho. Na internete našla recept na čokoládovo-pomarančovú tortu. Dedkovu obľúbenú. Zistila, že jej chýba mlieko a vajíčka. Obliekla sa, zobrala so sebou platenú tašku a odišla. V meste bolo veľa ľudí. Sama nevedela, kde sa nachádza. Keď prišla do obchodu, nakúpila potrebné suroviny a išla k pokladni. Predavač sa jej s milým úsmevom opýtal: „Alenka, nie si ešte malá na pečenie torty?“

„Nie, ale touto cestou vás chcem pozvať na dedovu oslavu,“ odpovedala Alenka so širokým úsmevom na perách.

„Ďakujem za pozvanie, prídem rád,“ odpovedal predavač. Alenka po ceste domov stretla ešte dedovho kamaráta, pani poštarčku a suseda Miša. Každého z nich pozvala na oslavu. Po príchode domov zapla trúbu a začala pripravovať cesto. Tortu mala hotovú za tridsať minút. Po dokončení torty poupratovala izby, ozdobila obývačku, do vázy dala čerstvo natrhane kvety. Všetko bolo pripravené, už len počkať na dedka.

Bolo osem hodín. O tomto čase sa zvykol vracat'. Prešlo deväť hodín. Prešlo desať hodín. A jeho nikde. Hostia taktiež neprišli.

„Čo sa mohlo len stať?“ kládla si otázku ustráchaná Alenka. Išla vonku, aby sa pozrela či svojho dedka nezbadá, ale nič nevidela, len počula. Počula silný dážď, ako búcha po streche. Počula búrku, ako hrmí. Len jediný a pre ňu dôležitý hlas nepočula. Rozhodla sa, že zájde za susedom Mišom. Ten určite bude dačo vedieť. Zamkla dvere a vybrala sa za ním. Po zabúchaní na dvere otvorila Mišova manželka.

„Ahoj, Alenka, poď ďalej!“ privítala ju. Alenka si dala dole bundu, vyzula si topánky a vybrala sa za Mišovou manželkou do obývačky. Andrejka začala: „Určite hľadáš svojho dedka?“ So smutným výrazom v tvári prikývla Alenka. Kde je? Čo je s ním? Prečo nikto neprišiel na jeho oslavu? Toto riešila v hlave Alenka stále dookola.

„Poviem ti, čo sa stalo, ale musíš mi sľúbiť, že neodpadneš,“ povedala Andrejka. Alenka prikývla.

„Dnes sme mali prísť na dedkovu oslavu, ktorú si mu zorganizovala. Mali sme prísť všetci. Lenže volal tvoj dedko, že potrebuje pomoc. Pošmykol sa a spadol do rokliny. Hneď mu išli všetci pomôcť, preto nikto neprišiel. Bolo osem hodín, keď odišli. Doteraz sa ešte nevrátili. Je mi to ľúto, Alenka!“ rozpovedala smutným hlasom Andrejka.

„Nemôžeš im zavolať, kde sú?“

„Skúšala som, ale nikto mi nezdvíha,“ odpovedal so smútkom v očiach. Čakali do rána. Bolo päť hodín ráno, keď niekto zabúchal na dvere. Vystrašené sme vyskočili z pohovky a vybrali sme sa rýchlo otvoriť dvere.

Dvere sa otvorili a v nich stálo desať hláv. Desať statočných hláv. Spájala ich jedna, jediná vec, smútok.

„Kde je dedko?“ prelomila mlčanie Alenka. Všetci boli ticho. „No tak, kde je?“ zvýšila hlas. Vtedy sa ozval Mišo. „Alenka, ja..., my... snažili sme sa ho zachrániť, ale bolo neskoro, nedalo sa!“ odpovedal so žiaľom v očiach. Vtedy som na všetkých hľadela ako vyoraná myš!

„Čo vy mi tu hovoríte za hlúposti,“ nechápala Alenka, „môj dedko mal mať včera oslavu, mal oslavovať krásny osemdesiat rokov a vy mi tu hovoríte, že... zomrel? To chcete povedať?“

„Áno,“ odpovedali všetci. Alenka sa rozplakala a utekala do svojho domčeka. Nechápala smrť dedka. Vedela, že bude sirotou, vedela, že do detského domova nechce ísť a čo si najviac uvedomila, bola strata dedka. Už ho nikdy neobjíme, nikdy nedá bozk na horúce líce, už nikdy....

Dni išli ako voda. Alenka už stihla pochovať svojho dedka. Bol to najbolestivejší pohreb v meste. Všetci s Alenkou plakali. Hneď po pohrebe si Alenku adoptovali Mišo s Andrejkou. Vedeli, že takéto dobré dievča si nezaslúži detský domov. Taktiež vedeli, že nemôžu mať deti, a preto Alenku už od detstva brali ako svoju vlastnú dcéru. Dnes už má Alenka osemnásť rokov a je z nej veľmi pekné dievča. Každý deň chodí na hrob dedka, aby si pripomenula jeho láskavosť a dobrosrdečnosť.

Bianka Andrejkovičová, IV. B



HL'ADELA SOM AKO VYORANÁ MYŠ! (Rozprávanie)

Písal sa rok 1942 a vo vzduchu bolo cítiť strach. Už skôr som mala pocit, že sa niečo deje alebo sa k niečomu schyľuje. Vedela som, že vo svete je hrozná vojna a stále som sa modlila za ľudí tam vonku. Naša dedina bola izolovaná od zvyšku sveta, preto len časť ľudí vedela, čo sa robí. Moja rodina patrila medzi modernejšie, lebo sme mali televízor a rádio. Aj napriek blahobytu sme žili skromne a v harmónii. Neuvedomovala som si, že sa to môže tak rýchlo zmeniť. Volám sa Mária Stromová a toto je môj príbeh.

Zobudila som sa so zvláštnym pocitom, ale vonku bolo slnečno, tak to jediné ma potešilo. Otec nás necháva v sobotu dlhšie spať, čo som len rada. Každé ráno vstávame so sestrou Ivetou veľmi skoro do práce. Ona pracuje ako vedúca v pekárni a ja ako sekretárka na mestskom úrade. Obidve dochádzame až do mesta, ktoré je od nás vzdialené neskutočne veľa kilometrov. V to sobotné ráno Iveta navrhla:

„Podme poobede do záhrady a trošku ju skrášlime. Už nedokážem počúvať Martu, ako sa chváli.“ Marta bola naša suseda, ktorá sa len vždy chválila, akú má krásnu a pestrú záhradu.

„Podme teraz aj tak nemáme čo robiť,“ odpovedala som a dopila čaj. Mama bola v meste, tak sme si prácu našli samé. Sestra nám išla po rukavice a ja som išla von. Bolo veľmi horúco a hneď sa mi spotili dlane. Videla som otca, ako umýva auto s cigaretou v ústach. Už nevládal pracovať ako kedysi, tak sa len s radosťou staral o auto. Zamávala som mu na pozdrav a išla som do záhrady. Hneď prišla Iveta a pustili sme sa do práce. Po hodine k nám prišla Marta s úsmevom na tvári, keď nás videla celé od hlíny. Ona bola ako stále upravená od hlavy po päty.

„Ako vám to ide?“ spýtala sa. S Ivetou sme na seba pozreli a skromne som jej odpovedala: „Ide nám to dobre. Ako vidíš, o chvíľu to budeme mať hotové.“ Oprela sa o plot a rozprávala nám klebety z dediny. Naša rodina sa nezaujímal o to, čo sa v dedine robí, a preto to boli pre nás novinky. Mala som pocit, že všetko okolo mňa stíchlo a počula som len výkrik.

„Mužov nám zoberú!“ kričala suseda z okna a Marta hneď bežala domov. Rozbehla som sa k otcovi do obývačky. Práve pozeral správy v televízii a so strachom v očiach na mňa pozrel. Nezmohla som sa na slová. Hľadela som ako vyoraná myš! Iveta vedela prečo a len mi povedala: „Bež!“ Poslúchla som ju a išla za mojím milým Petrom. Vedela som, že mi ho zoberú na vojnu. Vedela som, že to raz príde. Prišlo to, ale v nevhodný čas. V hlave som mala veľa myšlienok a pravdu, ktorú vedela iba Iveta a mama.

Videla som ho v diaľke. Sedel na lavičke s hlavou v dlaniach. Sadla som s i k nemu a so slzami v očiach som mu povedala: „Peter, nechod!“ Pozrel na mňa a so smutným výrazom povedal: „Musím ísť. Pre moju rodinu by to bola hanba. Nezniesol by som sklamaný pohľad otca na svojho jediného syna.“ Obidvaja sme sa zahľadeli na neďaleký strom. Bola to spomienka na náš prvý bozk.

„Ja viem, že musíš ísť. To sklamanie je to posledné, čo by ťa malo trápiť,“ povedala som a slzy mi stekali po líci. Pozrel na mňa s vystrašeným pohľadom a s otázkou na perách: „A to už prečo?“ Postavila som sa a tichým hlasom som povedala Petrovi: „Som tehotná.“

NA TEN OKAMIH NIKDY NEZABUDNEM (Rozprávanie)

Bol to piatok - deň veľkého povstania nad absolutistickým monarchom. Tiburom IV., ktorý v 6. storočí vládol nad bájnou krajinou Elsinor. V tento slávnostný pamätný deň si mladá astronómka Historia plánovala dokončenie svojho doteraz úplne prvého zrkadlového teleskopu, pretože nasledujúcu noc sa začínal zimný slnovrat, pri ktorom je možnosť pozorovať dvojhviezdu, skladajúcu sa z červeného obra a bieleho trpaslíka.

Tento nebeský jav sa doposiaľ koná vždy v prvú noc zimného slnovratu každých dvesto rokov. Historia snívala o tom dni už od svojich desiatich rokov, keď sa prvýkrát dozvedela o tejto dvojhviezde zo zápisiek svojej praprarodiny mamy, ktorá bola v Elsinor uznávanou astronómkou. Vo svojom denníku sa rozplývala nad krásou a jasnosťou tohto vesmírneho objektu. To vtedy v mladučkej Historii vzbudilo chýľ po skúmaní a sledovaní pozorovateľného kozmu. Fascinovalo ju, ako všetky kozmické telesá spolu fungujú, ako zdieľajú svoju obežnú dráhu a jasne žiaria napriek svojej diaľke. Pri dokončovaní teleskopu sa sústredila najmä na veľkosti jednotlivých zrkadiel. Zo štúdií totižto zistila, že ak budú mať zrkadlá odlišný priemer, obraz premietajúci sa na okuláre pozorovateľa bude ostrejší aj napriek obrovskej vzdialenosti pozorovaného objektu. Hotový teleskop premiestnila do astronomickej veže, kde ho umiestnila na najvyššie miesto budovy, aby mala čo najlepší výhľad a šla sa pripravovať na oslavu oslobodenia. No keďže sa oslava oslobodenia konala vo večerných hodinách, musela svoj vzhľad tomuto aktu prispôbiť. Na hlavu si nasadila svoje približovacie okuliare, ktorými kontrolovala súradnice a miery na mapách. Obliekla si sviatočné šaty, obula si kožené čižmy a do starého kufríka poskladala vyžehlený vedecký plášť. Pri odchode si cez seba ešte prehodila kabát a vyrazila.

„Oh, nie, môj kompas!“ zvolala na polceste. Rýchlo poň utekala späť do domu, kde ho zabudla. Celá zadýchaná behala po izbách, hľadajúc svoj kompas, až ho napokon našla v zásuvke pracovného stola. Vložila ho do kufríka ku plášťu a ponáhľala sa späť na oslavu. Hneď ako dorazila na miesto, zbadala docenta Dopplera, ako nervózne cupitá z jednej nohy na druhú a svojím fixovaným pohľadom preráža sklíčko na vreckových hodinkách.

„Kde si toľko?“ skríkol. Už som si začínal myslieť, že neprídeš.

„Prepáčte, prepáčte,“ lapajúc po dychu zo seba vydala, „musela som sa ešte po niečo vrátiť.“ Doppler na to dodal a zaškeril sa: „Všetko je už nachystané. Ak si pripravená, môžeš smelo začať.“ Po odbíí polnoci, akonáhle sa jej program skončil, pobrala sa sledovať udalosť, o ktorej tak dlho snívala. Všetky komponenty a teleskop pripravila na ich správne miesto. Kompasom s mapou nastavila šošovky na svojom vynáleze. Poslednýkrát skontrolovala čas na strieborných vreckových hodinkách a netrpezlivo začala hľadiť na oblohu, kedy sa dvojhviezda objaví. Neprešli ani tri minúty a už pozorovala trajektóriu Sybily, smerujúcej na západ.

Mladá astronómka si poriadne nestihla vychutnať tú krásu pripravenú nočnou oblohou, keď zrazu začula hlučný vreskot ľudu. Z oblohy sa spustili rútiace sa obrovske ohnivé telesá. Padali presne na polohu jej milovanej krajiny. V diaľke sa mihotalo približujúce sa státisícové vojsko, ženúce sa priamo k nej. Bleskovo schytila nohy na plecia a pobrala sa do bezpečia. No v tej chvíli už bolo neskoro. Monarcha Tibur IV. bol späť a vrátil sa po svoj trón. Historia neverila vlastným zmyslom, čo sa deje. Už, už si myslela, že je koniec, keď v tom...: „Historia, vstávaj, inak nestihneš autobus.“

...zobudila sa.

V ZIME NA VIDIEKU (Umelecký opis)

Do nášho čarovného kraja chladný vánok priviedol pani Zimu. Jej dotyk pokryl všetko navôkol. Každý z nás už vie, že veľká mrazivá kráľovná zavítala do nášho malého panstva. Z ťažkých nebeských mrakov skáču jej verné nebojácne služobnice. Snehové vločky ju nasledujú všade tam, kde ju jej snežné kroky zavedú.

Všetky strechy sú ukryté pod ťažkým bielučkým snehom. Vidíme len stúpajúci dym z kamenných komínov. V kozube tancuje pekný teplý ohník. Počuť iba ľubozvučné praskanie dreva, ktoré nám vraví kúzelný príbeh zo života, v ktorom býval.

Vonku pobehujú nezbedné deti, ktoré si so svojimi šikovnými rúčkami vytvárajú veľkých snežných kamarátov. Na krku majú teplé šály farieb dúhy, v ruke držia lietajúce metly. Týchto umelcov majú snehové vločky veľmi rady. Keď padajú z neba, bozkávajú ich na teplé ružovučké líčka. Radostné výkriky je počuť až k pani Zime, ktorá sa len usmieva.

Na kopcoch pokrytých snežnou prikrývkou vidno veľkolepé snežné preteky na veľkých Rudolfových saniach. Pretekári nenechávajú nič na náhodu. Do týchto pretekov zimy dávajú aj kúsok zo seba. Svištia bielou krajinou ako najrýchlejší blesk, aby vyhrali hlavnú cenu kráľovnej Zimy. Niektorí idú obdivovať to, čo zimná pani vytvorila. Pri chôdzi zasneženou krajinou je počuť chrapčanie bieleho, chladného snehu pod našimi nohami. Stromy sú trblietavé po bozku mrazu. Vyzerajú ako hviezdy na nočnej oblohe. Všetko okolo má nádych rozprávkového príbehu. Zasnežené chodníčky, v ktorých vidíme odtlačky priateľov z lesa alebo nás čakajú niekde na rohu, aby nás videli. Tí odvážnejší sa aj ukážu a pozdravia nás pozdravom lesa. Touto čarovnou chvíľou nás sprevádza snehová kráľovná a ukazuje nám svoje dielo.

Počas dlhých chladných večerach všetko stíchne. Vonku sú iba snežní kamaráti, ktorí sa po príchode večera premenia na strážcov. Po príchode tajuplnej tmy sa z lesa vynárajú lesní prieskumníci. Teraz ich už nič nevyruší a môžu sa stretnúť aj s kamarátmi, obyvateľmi dediny. Nezbedná veverička s našuchoreným chvostom ich netrpezlivo čaká. Má pre nich pripravené lahodné oriešky a rôzne prekva-penia. Aj vtáčiky si medzi sebou hovoria, aký mali deň a nevedia sa dočkať, kedy to povedia svojim priateľkám. Žltkastá sýkorka ich čaká na hviezdnom strome, aby vedela oznámiť, že ich priatelia zavítali na návštevu. Zlatistá srnka sa ukazuje ako prvá. Je najodvážnejšia zo všetkých pozvaných. Jej lадná chôdza upúta nejedného pozorovateľa. Aj pani Zima sa na ňu s údivom pozerá. Postupne prichádzajú aj ďalší hostia. Hľadajú si najlepšiu reštauráciu, kde by si dali chutné seno či sladučké jablká.

Keď sa tajuplná noc blíži ku koncu, kamaráti z lesa sa vracajú domov. Postupne prichádza mrazivý deň, ktorý nám odhalí večernú návštevu. Opäť začína deň plný detských radostí. Aj obrovskí snehuliaci sa tešia. Ich úsmevy nám to dokazujú. Pani Zima posielala svoje nádherné biele služobnice, aby skontrolovali, ako to vyzerá v našom panstve, nech nám nič nechýba.

Bianka Sidorová, IV. A
fotografia Dominika Hrubá, II. A

BEZPEČNE NA SOCIÁLNYCH SIETÁCH (Výklad)

Či už používame Facebook, Instagram alebo Tiktok, jedno je isté. Hrozí nám nebezpečenstvo. Ide o druh nebezpečenstva, ktorý sa spočiatku môže zdať ako neexistujúci. A práve preto je dôležité chrániť sa na internete. Pred tým, než si ale povieme niekoľko spôsobov ako na to, objasníme si, prečo sú pre nás sociálne siete nebezpečné, kto nebezpečenstvo spôsobuje a prečo ho spôsobuje.

Nie je nezvyčajné, že ak chceme začať používať novú sociálnu sieť, je potrebné sa najprv zaregistrovať. Aj napriek tomu, že ide o často citlivé osobné údaje (napríklad adresa), mnohí z nás nemajú problém tieto informácie poskytnúť, a tak sa dostávame do veľkého rizika z hľadiska bezpečnosti. Už akonáhle prvýkrát otvoríme sociálnu sieť, začína sa zber informácií o nás, o ktorom ani nemusíme vedieť. Aplikácia o nás vie okrem údajov, ktoré priamo poskytneme, aj tie, ktoré nezadáme. Toho sa môžu ujať hackeri, teda ľudia, ktorí nám chcú úmyselne uškodiť prostredníctvom internetu. Následne môže dôjsť k úniku dát, ktoré títo ľudia často zneužívajú. To, že som bol napadnutý hackerom, si ani nemusíme všimnúť. Často pracujú potichu, aby zber dát trval dlhšie. V závažných prípadoch sa s nami môže hacker dokonca spojiť a začať nás vytierať v zmysle niečo za niečo.

Okrem virtuálnych útočníkov nás môžu napadnúť rôzne počítačové vírusy či už menej alebo viac škodlivé. K najznámejším a zároveň najrozsiahljším patrí trójsky kôň alebo rôzne druhy malvéru. Vieme ich získať najmä prostredníctvom inštalácie neznámych a neschválených súborov z neoverených zdrojov do svojho elektronického zariadenia. Je prakticky jedno či ide o mobilný telefón alebo počítač. Môže sa tak stať aj pri obyčajnom používaní sociálnych sietí, a to najmä pri zvedavom rozkliknutí internetového linku od iného používateľa siete, ktorý obsahuje práve tento vírus.

Ako sa teda chrániť? Vieme to urobiť niekoľkými spôsobmi. Osvedčenou metódou je využívanie rôznych antivírusov, ktoré síce môžu stáť niekoľko eur, ale do bezpečnosti sa oplatí zainvestovať. Ďalej to môže byť využívanie takzvanej VPN (virtual private network), je to program, ktorý je schopný zameniť našu IP adresu za inú virtuálnu. Existuje aj niekoľko pravidiel, ktoré by sme pri používaní sociálnej siete mali dodržiavať:

1. silné heslo. Heslo by malo obsahovať veľké aj malé písmená a číslice. Heslo by sme nemali nikomu prezradiť.
2. na každej sociálnej sieti používať odlišné heslo.
3. dvojfázovú verifikáciu prostredníctvom e-mailu.

Keďže sa postupom rokov internet mení na čoraz horšie a nebezpečnejšie miesto, každého užívateľa sociálnych sietí nabádame k využívaniu aspoň niektorých pravidiel spomenutých vyššie. Internet nie je zlý, kým ho viete používať.

Marek Novický, IV. B

AJ TAKTO SA UČÍME

Aké vlastnosti má mať zdravotníč?!

Etický kódex sestry

- v pohybe, zážitke, záleží o hodnoty osobnosti, postavy
- vzhľad, ústretosť a pozitívny náladový prístup
- v úmysle a vzhľade učiteľky-kt

A) Podporovať zdravie,
B) predchádzať chorobám,
C) obnovovať a udržiavať zdravie,
D) zmiernovať utrpenie.

Empatia

Altruizmus

Tolerancia

Sympatia

Spoluhlivosť

Prosocialnosť

Osobné vedomosti

Rozpozíť života

Poslanie zdravotníckeho pracovníka

- **Nevýsadit** zdravotníckeho pracovníka
 - > Svedomito
 - > Štátočne
 - > Vyvádate s predpismi
 - > S dostupnými pomôckami
- **Povinnosti zdravotníckeho pracovníka**
 - Prísne dodržiavať špeciálne zariadenia
 - Zachovávať zivot
 - Respektovať útrpenie
 - Medzi tými medzi sebou
 - Zdravotníckych
 - Podporovať zdravie

SYNDRÓM VYHOVENIA

Ako mu pomôcť?

Rizikové skupiny, príčiny, príznaky, diagnostika, liečba, fázy, prevencia.

PREVENCIA NÁDOROV

CHRAŇME SI VOJE PEŤA, PRETOŽE KAŽDÝ NÁM H JE ŽIVOT

KAŽDÉ 4 hodiny umrie jeden Slovák na rakovinu pľúc.

- Väčšinu náleží a dostajme moderná lieka, máva rakovina pľúc na liečiteľné ochorenie.
- Terapie vizuálne faktory, príznaky a možnosti moderných lečby.
- Náležešie sa lo? Ochorenie, príti ktorom rozhoduje čas.

RIZIKOVÉ FACTORY

- **Muskuľárny a lobor onkogeny**
 - **NAKŤOVÉ: KŤOVÉ: KŤOVÉ: KŤOVÉ:**
 - **NAKŤOVÉ: KŤOVÉ: KŤOVÉ: KŤOVÉ:**
- **Radikálne spracovanie**
 - **Radikálne spracovanie**

PREVENČIA NÁDOROV

- **PREVENČIA NÁDOROV**
- **PREVENČIA NÁDOROV**
- **PREVENČIA NÁDOROV**

PREVENCIA RAKOVINY PRSIAKA

⇒ Základom prevencie je samovyšetrenie prsníkov každých mesiac.

⇒ Hlavným cieľom samovyšetrenia je prevencia obnávanej choroby a odhaliť včas problémy alebo zmeny, aby boli sč:

- **všetvilná bradavka**
- **hrčica pod prsňoch**
- **včienie prsného tkaniva**
- **bolest' prsníkov al. bradaviek**
- **začervenanie**

⇒ samovyšetrenie sa odporúča od 20. roka života.

⇒ najlepšie 3-4 dni po menštruácii, brušnými prstami, pretože sú najcitlivejšie, pri včiehoťaní je dôležité prejsť celý prsník.

SAMOVSĚTROVANIE PRSNÍKOV

1. **Postaviť sa pred zrkadlo a odhliadať sa prstami prsníka.** Skontrolu tvaru prsníka, jeho veľkosť, či nie je viditeľná žilná sieť.
2. **Zaváženie nuly ruce hrnú a včiehoťanie si zmeny vo veľkosti prsníka a bradavky, či sa nevčiehoťajú do prsníka.**
3. **Prskom atď. prstami si bradavky prstami zmeruť a bradavku.**
4. **Jemne začleť na bradavku, či z nej niečo kvapáka.**
5. **vyčleť si prsta aj v ľavhu, najmä jemnými kruhovými pohybm, potom sledovať ľavú prsu kontrolu ťhľových žiliev.**

Etický kódex sestry

RODEX

Ciele a hodnoty oše povolania sestry:

- Podpora zdravia
- Zmierňovať útrpenie
- Konštantná dobrá
- Predchádzať chorobám
- Číta k človeku s rešpektom a ľúbením
- Pomáhať v zotavení
- Zdravotná mlčanlivosť
- obnovovať a udržiavať zdravie
- Zdravotná mlčanlivosť
- Zdravotná mlčanlivosť
- Zdravotná mlčanlivosť
- Zdravotná mlčanlivosť

RODEX

1. **Človek má právo žiť kvalifikovane, pokojne a šťastne, byť zdravý a aktívny, byť schopný rozhodovať sa o svojom živote.**
2. **Človek má právo byť zdravý a aktívny, byť schopný rozhodovať sa o svojom živote.**
3. **Človek má právo byť zdravý a aktívny, byť schopný rozhodovať sa o svojom živote.**
4. **Človek má právo byť zdravý a aktívny, byť schopný rozhodovať sa o svojom živote.**
5. **Človek má právo byť zdravý a aktívny, byť schopný rozhodovať sa o svojom živote.**
6. **Človek má právo byť zdravý a aktívny, byť schopný rozhodovať sa o svojom živote.**