



N

NAŠA

O

OBCHODNÁ A

H

HOTELOVÁ

A

AKADÉMIA

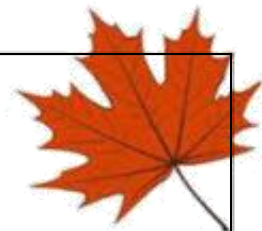


SVIDNÍK **č. 1**

2016/2017



SVIDNÍK



Z obsahu

- 1. A a 1. HA,
dojmy z novej školy
- uchaľák
- tretiaci OH o praxi
- aj piatáci sa s nami
podelili o svoje dojmy a
skúsenosti z praxe
- rady od našich žiakov
- trochu jesennej poézie
z tvorby našich študentov
- pripomenuli sme si Európsky
deň jazykov
- obsluhovala som ministra
- Medzinárodná cena vojvodu
z Edinburghu (DofE)
- mierové návrhy našich deviatakov
- z pera Mgr. Viery Vaníkovej
- ekologické okienko
- vrátíme sa na stužkovú slávnosť
4. A a 5. HA
- Medzinárodný deň školských
knižníc
- z pera nášho absolventa
- trošku módy, športu
a intelektu na záver

Milí študenti,

dva mesiace ubehli ako voda a my sme opäť zasadli do školských lavíc. No so školou je späť aj náš časopis a dúfame, že Vám prinesieme mnoho zaujímavého a miestami vtipného obsahu. Dúfam, že noví prváci sa u nás už zabývali, zvykli si na učiteľ'ov, priestory školy a v neposlednom rade aj na učivo. Aj tento školský rok sa dočítate o akciách, úspechoch a ďalších mimoškolských aktivitách, na ktorých sa zúčastňujeme. Tak sa pekne usad'te, nájdite si chvíľ'ku pre seba a Nohu a čítajte, čítajte, čítajte...

☺
kika



1. A

Výrok o polievačke:

Škola bez disciplíny, je ako mlyn bez vody. (J.A.Komenský)

Opýtali sme sa prvákov.

Aké sú vaše prvé dojmy z našej školy:

- Som rád, že chodím na túto školu.
- Zatiaľ je na škole celkom dobre.
- Sú tu teplé obedy nie ako na základnej škole.
- Dojem z novej školy je celkom dobrý.
- Kuchárky varia výborne, s učiteľmi som tiež spokojný, z hodín

ma najviac baví telesná výchova.  *el*

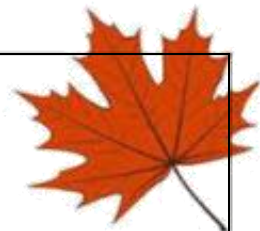


1. HA

Ako sme si zvykli:

- Sú tu lepšie obedy ako na základnej.
- Zatiaľ žiadne sťažnosti nemám, varí sa tu lepšie ako na základke.
- V jedálni dobre varia, kuchárky sú milé, dobrí učitelia, dobrý kolektív, dobrá triedna.
- Dobrý kolektív, dobrí učitelia... *el* 😊





Uchal'ák

(Imatrikulácia prvákov)

Dňa 25. októbra sme privítali našich prvákov.

25. 10. 2016 sa na našej škole uskutočnila imatrikulácia našich ušiek, ktorú sme pripravili my, žiaci tretieho ročníka.

Usilovne sme sa pripravovali a snažili sa všetko doladiť do detailov. Ráno sme prišli do školy všetci nabalení s vecami, ktoré sme si priniesli.

Prváci nevedeli, aké úlohy ich čakajú a boli vystrašení, keď sme prišli k nim do tried. Podľa našich pokynov si vystrihli ušká a pripevnili sme im ich na hlavu. Na koniec sme im na telo prilepili papier, z akej triedy sú, zviazali sme im ruky, a takto pekne ozdobení sme ich previedli po triedach.

V telocvični na nich už čakali úlohy, ktoré sme si pre nich pripravili. Každý si vytiahol jeden papierik s číslom stanovišťa, a potom sa začala skutočná zábava.



Na prvom stanovišti tancovali osobitne chlapci a dievčatá, na druhom sa páry krmili jogurtom. Na treťom stanovišti sa dvaja žiaci, tiež so zaviazanými očami, snažili chytiť pingpongovú loptičku, no trochu sme im to okorenili tým, že na posledný pokus sme použili vajíčko. Na štvrtom stanovišti mal jeden žiak v ústach balón a druhý sa ho snažil oholiť bez toho, aby praskol. Bolo vtipné sledovať, ako

sa vyľakali, keď niekomu balón praskol. Na piatom stanovišti mali prváci vybrať nakrájané jablko z vody ústami. Veľmi im to nešlo, tak to po chvíli chytania vzdali. Na piatom stanovišti sme si pre ušká pripravili mimoriadne náročnú úlohu len pre silné žalúdky. Vo vedre so záhadným obsahom mali nájsť 10 gumových medvedíkov. Na

šiestom

a zároveň

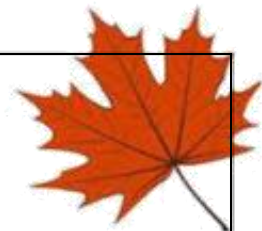
poslednom stanovišti si chalani ľahli na papier a dievčatá ich mali obkresliť. Každý kto vyhral na svojom stanovišti, získal žolíka.

Nakoniec naše ušká zložili „prvácky sľub“, odovzdali sme im imatrikulačné listy a pasovali sme p. u. Lapčákovú a p. u. Barvirčákovú triednymi učiteľkami.

Dúfame, že sa imatrikulácia prvákom páčila a že sa zabavili.



rika
b.



„Spokojný zamestnanec urobí omnoho viac ako traja nespokojní.“

Henry Ford

Anonymne sme sa opýtali tretiakov-hotelákov:

Aké sú vaše dojmy z praxe?

Čo sa vám páči a čo nie?

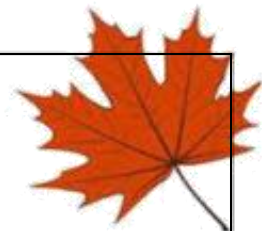
Páči

- Na praxi sa mi páči to, že nie som v škole a že sa neučím, nálada v kolektíve, naučím sa niečo nové.
- Učím sa všetko to, čo v škole preberáme teoreticky.
- Naučím sa opäť niečo nové.
- Mám rád prácu v obsluhu .

Nepáči

- Neznášam umývanie riadov a že robím zadarmo.
- Fungujem ako myčka.
- Nedodržiava sa určený pracovný čas, končím až 14:30 hod.
- Vulgárne vyjadrovanie domorodých zamestnancov.
- Chaotické riadenie práce.
- Práca zadarmo, prax by mala byť platená, pretože študent nie je dobrovoľník , aby robil na druhých a sám nemal nič.
- Nevhodné správanie vedúceho personálu. ^{el} 😊





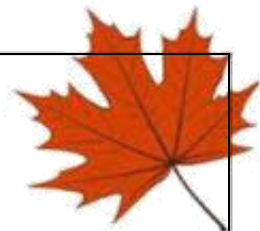
Dojmy štvrtákov z praxe

Prieskum praxe štvrtákov z hotelovej akadémie dopadol nanajvyššie uspokojivo, hoci sa objavil aj negatívny názor niektorých študentov. Najviac si študenti chvália zaistenie nových poznatkov, overenie teoretických znalostí v praxi, učenie sa spolupráci a kompromisov kolektíve.



Ana a Natali 😊

Komunikácia a kontakt so zákazníkmi a s kolegami je vítanou zmenou. Hoci začiatky na nových prevádzkach nie sú vždy jednoduché, postupom času si človek zvykne a začlení sa do pracovného kolektívu. No každá minca má dve strany tak ako aj naša prax. Šesť hodín práce, kde vás berú ako normálneho zamestnanca a nie ako študenta, môžu byť zo začiatku namáhavé. Štyri dni v mesiaci strávime na prevádzke a je nám ľúto, že za tú snahu dostaneme len pečiatku a nie aspoň nejaké „vreckové“. Pokles nadšenia študentov z praxe týmto úmerne klesá. Náročná práca, žiadna pláca a neprimerane nepríjemný nadriadený sú dostatočnými dôvodmi na nechut' študentov k praxi. Práca v kuchyni, ale aj v obsluhu nás baví a to je našim svetlom na konci tunela. Lebo my nechceme našu prácu vykonávať len z povinnosti, ale aj aby nás to bavilo!



Cyprus 2016

Prázdniny sú úspešne za nami a my už len spomíname, ako sme niekde pracovali, boli pri vode s kamarátmi alebo niekde na dovolenke. My, ktorí sme šli na Cyprus, spomíname na 4 mesiace plné týchto zážitkov, avšak mnohokrát spojených s prácou. Vstávať o 4. ráno, aby sme došli úspešne na Krakovské letisko, o 13:00 pristáť v Paphose a previezť 26 študentov na ubytovňu. To bol len začiatok veľkého dobrodružstva. Prvé sychravé dni, ktoré každému potom chýbali, sme vybavovali formality a s prichádzajúcim slnkom sme prichádzali aj my do práce. Dva týždne trvalo, pokiaľ človek spoznal hotel ako tak. Bolo úžasné spoznávať systém v reštauráciách. Práca sa stala každodenným rituálom a jedinou pozitívnou vecou na nej bolo snáď len to, že ste vedeli, čo na seba a nemuseli ste sa hodiny hrabať v skrini (baby však to poznáme).

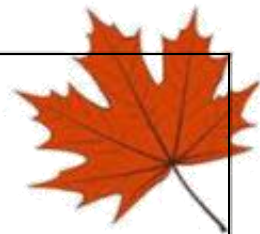
Slnka si tu môžete užiť vážne dostatok, teploty pri príchode dosahovali len niečo nad 20 stupňov, avšak v najväčších horúčavách sme sa pekne dusili vo vlastnej šťave, sviežich 47 stupňov. Toto bolo asi oficiálne - Vitajte na Cypre. Samozrejme, najväčšie teploty boli počas najväčšej sezóny.



Varovania, že júl nie je hrozný, sme si nebrali vôbec k srdcu, ale august nás všetkých presvedčil o opaku. Plné reštaurácie sa zmenili na preplnené reštaurácie. Dni, keď za vami príde šéf, že zháňa stoličku pre hostí a vy ho musíte

informovať, že nejaký ten stôl by sa našiel, ale stolička už nie je žiadna, boli zaujímavé. Zaujímavejší však bol výraz manažéra hotela. Prekvapený by bol v takej situácii asi každý. Dnes sa nad tým človek už len pousmeje, no vtedy vám kvapká aj z vlasov a ste radi, že máte hlavu na krku, inak by ste ju stratili. Problém nie je keď máte plnú reštauráciu. Problém je, keď máte plnú reštiku a ďalších 20 ľudí čaká na jedlo. Tie pocity po takom zvládnutom dni sú neopísateľné. Snáď len absolútny pocit spokojnosti samých so sebou. Pracovať v takomto hoteli vám dá veľa. Nevidíte len tú prácu čašníka. Vidíte všetko to v pozadí. Tých neskutočných milión vecí, ktoré si ako zákazník nevedomujete a ako hotelík ste o nich miliónkrát počuli. Na vlastnej koži som si skúsila robiť Silver servis s prekladacím príborom. Samozrejme, žiadne na nečisto. Pekne pre rodinu, ktorá si prišla na Cyprus užiť svadbu. Hostes, barman, čašník s drinkami, ale aj čašník s jedlom. To všetko som si vyskúšala na vlastnej koži. Pozícia pre piatich ľudí, ale každý chce mať občas voľno, tak ak je treba, musíte ho vedieť zastúpiť. Riom servis, keď blúdite v spletitých chodbách hotela a snažíte sa nájsť práve tú izbu, ktorú hľadáte. Niest' tam jedlo je také zvyčajné. Zaujímavé je tam niest'





narodeninovú tortu s poslíčkom z recepcie a pri otvorení dverí začať spievať Happy birsthday. Naopak však spievať Happy birthday v reštaurácií večer v a la carte bolo niečo úplne bežné. Po pár týždňoch v práci prišla zmena. Každý utorok BBQ. Vyniesť hromadu stolov a stoličiek von, všetko prestriet' a prichystať na večer, aby ste to mohli po desiatej večer zase všetko upratať do skladov. Dôvod? Letná atrakcia a spôsob, ako upútať pozornosť a zlepšiť kvalitu ponúkaných služieb.

Veľakrát som počula, že dôvod prečo neisť na Cyprus je, že neviete cudzí jazyk. Uistujem vás, že som tu spoznala veľkú kopu Slovákov, ktorí nevedeli po anglicky ani ceknúť. Je omnoho ťažšie pracovať na lepšej pracovnej pozícií, keď ten jazyk neviete, ale stále vám tu dajú možnosť pracovať aj s chabými znalosťami.

Dni tu plynú jeden za druhým a nevnímate ich skôr ako pondelok, utorok, stredu, ale ako práca, voľno. O tom, že tu, ak chcete ísť von, nepotrebuje piatok, nemusím ani rozprávať. Mesto tu žije každú noc až do rána. Ak jeden klub náhodou zavrie, vždy je d'alších 5, ktoré sú ešte otvorené. Úprimne, tu ani veľmi nemáte možnosť čakať na piatok, lebo málokedy máte v sobotu voľno.

Úprimne? Mám dvadsať a generačný rozdiel medzi mnou a mladšími je dosť vidieť. Deti, ktoré odchádzajú sebestačné, prichádzali rovno spod maminej sukne. Plné nových znalostí a nezabudnuteľných zážitkov. Výlet na Coral Bay, Blue Lagon, Lemasol, Aya Napa, Party boat a mnoho d'alších atrakcií. Utrácať takto ťažko zarobené peniaze je neopísateľný pocit. Užila som si to do

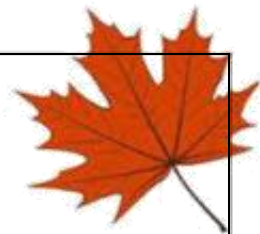


posledného centu. Teraz s odstupom času si uvedomujem, ako mi Cyprus prirástol k srdcu. Chýbajú mi dlhé slnečné dni, keď doma je zima a do školy a zo školy už ide človek po tme. Vitamínu D som si doplnila dosť do d'alšieho leta. Zahraničná prax vám ukáže tri veci a je už len na vás, ktorú z ponúkaných možností si vyberiete.

1. Zistíte, že práca nie je pre vás a budete chcieť študovať d'alej a nepracovať manuálne.
2. Zistíte, že práca čašníka alebo kuchára nie je pre vás a rozhodnete sa po škole pre iné zamestnanie.
3. Zistíte, že túto prácu milujete.

Prvé dva týždne som uvažovala len o tom, ako pôjdem po škole študovať a nebudem pracovať rukami, lebo ma všetko bolelo. Vždy sa pri spomienke na túto fázu pousmejem. Zamilovať si Cyprus pre mňa nebolo vôbec ľahké. Verte alebo nie, každá zlá skúsenosť ma k Cypru pripútavala o čosi viac. Priatelia, láska, party, práca, ale hlavne neopísateľne skúsenosti a zážitky sú tými najväčšími darmi z Cypru. Rozhodnutie ísť na zahraničnú prax bolo v mojom prípade neočakávané, ale nikdy nezabudnem na to, čo všetko mi prinieslo.

😊
Ana

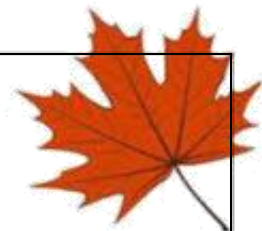


Dojmy piatakov z praxe

Poččet skúsenosti za 5 rokov na tejto škole sa dostatočne odzrkadlili na všetkých maturantoch. Môžeme povedať, že sme si už prešli mnohými skúškami a to od nemotorných počiatkov v školskej kuchynke, odkiaľ neraz išiel podivný zápach, či oblak plný dymu. Striedali sme prevádzku za prevádzkou, až sa niektorí z nás dostali na zahraničnú prax a to konkrétne na Cyprus. To bola obrovská skúsenosť pre týchto študentov a hlavne nové zážitky a skúsenosti. Okrem zručností v oblasti kuchár, čašník či dokonca barman, najväčšie plus bola komunikácia v cudzom jazyku. Každá prevádzka, každý hotel či prax v školskej jedálni bola skúsenosť, ktorá nás oťukávala z každej strany a vykresala z nemotorného balvanu diamant. Nedá sa povedať, že niečo bolo vyslovene dobré či zlé, v konečnom dôsledku to bola 5-ročná púť, na konci ktorej konečne narazíme na studňu v podobe maturity. V poslednom roku na tejto škole nás už nečaká žiadna prax, teda iba tá posledná, ktorá rozhodne či štúdium na tejto škole malo pre nás nejaký význam a či naše kroky v živote povedú týmto smerom.

Najlepšie dojmy z praxe máme z Vysokých Tatier a zahraničnej praxe na Cypre. Profesionalita a ústretovosť zamestnancov vo Vysokých Tatrách nám veľmi spríjemnila pobyt a prácu v hoteli. Veľmi nás očarila krása hôr a svieži horský vzduch. O pár mesiacov neskôr sme sa vybrali na zahraničnú stáž na Cyprus. Bola to naša doteraz najväčšia skúsenosť. Naučili sme sa komunikácii so zahraničnými hosťami, vyššej formy obsluhy i príprave nových jedál. Skúsenosti sme získali nie len z gastronómie, ale i zo života, keďže sme tam strávili takmer dlhých šesť mesiacov. Osamostatnenie nás naučilo, ako sa postarať sami o seba. Okrem práce sme si užili mnoho zábavy, či už to bolo opaľovanie na pláži alebo spoznávanie novej krajiny rôznymi výletmi. Ostrov nám ponúkal možnosť spoznať jeho kultúru, históriu, ale aj pôvod obyvateľstva.

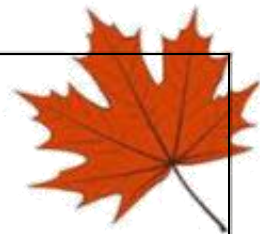
danĸa and diana 😊



Ach jaj... Je tu november a vianočné reklamy od Telecomu a na kofolu... Sneh zatiaľ nikde, len daždivé kvapky nám občas zarosia okná... Všetci sme už unavení zo školy a chýba nám energia z letného slnka... Morský piesok medzi prstami, slaná voda na perách alebo stožiare lodí v prístave, živé disko kluby v meste a tie rána v práci...

Uvažujeme nad tým, aký hrozný je dnešný deň, keď pod deravým daždníkom sa plahočíme do školy, kde aj tak pri voľných hodinách, neplánovaných písomkách sme aj tak najradšej, keď môžeme odísť preč... Spomienkami zablúdime na ten nevelký ostrov, ktorý ale každému z nás vypálil svojimi optimistickými ľuďmi, úžasnou kultúrou, jedlom a atmosférou veľkú dieru do srdca, ktorú vyplnil len pieskom ... Teplým voňavým cyperským pieskom.

Ana 😊



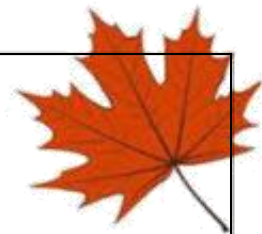
Rady od našich žiakov

Natália - Bud'te všímaví!

Nie je to o zvedavosti, je to hlavne byt' súcitný, milý či ohľaduplný. Áno, možno sa niekedy zamyslíte nad tým, prečo by ste sa práve vy mali o niekoho zaujímať, ako sa má, či má dnes dobrý deň... A takto by mali vyzerat' aj kamarátske vzťahy - napríklad aj v škole. Ved' si len predstavte, že sa na vás niekto len tak pousmeje - samozrejme žiaden úškrn, ktorý je prejavom výsmechu, ale normálny úprimný úsmev, ktorý vedie cestou priamo zo srdca. Byt' všímavý môže znamenať aj to, že sa vášho smutného spolužiaka či spolužiačky spýtate na problém, ktorý ho trápi. Samozrejme, nemusíte vyzvedat' a tlačit' naňho, aby vám to stoj či stoj povedal. Stačí, že mu poviete povzbudivé slová, ktoré v tú chvíľu majú nesmierne veľkú silu. Skúsme byt' všímaví a k ostatným ľuďom viac tolerantní a možno sa nám to niekedy vráti - niekedy, keď ten zlý deň budeme mať my. *naty* 😊

Blogger Viktor - 10 potravín, ktoré by sa nemali držať v chladničke

1. **Paradajky** v chladničke stratia všetku svoju chuť. Studený vzduch totiž zastaví dozrievanie paradajky a práve dozrievaním sa zvyrazňuje jej chuť. Chlad tiež zmení jej štruktúru - popraskajú bunkové membrány a paradajka zmäkne, zvodnatie a napokon začne plesnivieť.
2. **Bazalka** v chladničke zvädne omnoho rýchlejšie a zároveň do seba nasaje všetky okolité pachy. Ak nemôžete pestovať bazalku v črepníku, skladujte ju natrhanú v pohári s vodou ako kvety vo váze.
3. **Zemiaky** chlad mení, zemiakový škrob na cukor a zemiaky sa stávajú sypkými a sladšími, ako by mali byt'. Skladujte ich radšej v papierovom vrecku na studenom, ale nie úplne chladnom mieste. Rovnaké tipy platia aj pre banány.
4. **Cibuľa** v chlade zmäkne a začne plesnivieť, pretože podobne ako v prípade paradajky, popraskajú bunkové membrány a zvodnatie, to sa však netýka jarnej cibulky, ktorú môžete v chladničke smelo skladovať.



5. **Avokádo.** Ak chcete , aby avokádo dozrelo, jednoznačne ho nedávajte do chladničky. No keď ste kúpili avokádo, ktoré už je zrelé, pokojne ho dajte do chladničky.

6. **Cesnak.** Postupom času začne cesnak v chladničke klíčiť, získa gumenú príchuť a môže plesnivieť - všetko je to spôsobené vlhkosťou a chladom. Skladujte ho radšej na tmavom suchom mieste,.

7. **Chlieb** v chladničke veľmi rýchlo vyschne. Pokiaľ to nie je sendvičový chlieb, ktorý je už nakrájaný a ste si istí, že ho spotrebujete do dvoch dní, skladujte chlieb radšej v chlebníku alebo v mrazničke. Do mrazničky ho vložte zabalený, aby udržal svoju vlhkosť a pred jedením alebo toastovaním ho nechajte úplne rozmraziť.

8. **Olivový olej** - mali by sme ho skladovať na chladnom tmavom mieste, nie však v chladničke, kde sa skondenzuje a nadobudne hustú konzistenciu podobnú maslu.

9. **Káva** v chladničke stratí svoju chuť a naviaže na seba pachy ostatných potravín. Ak chce uskladniť veľké množstvo kávy na neskôr, dajte ju radšej do mrazničky.

10. **Med** chladničku naozaj vôbec nepotrebuje, ak je v príliš veľkom chlade, skryštalizuje sa. Ak ho chcete uchovať čerstvý a tekutý, skladujte ho dobre uzavretý pri izbovej teplote. *vikí* 😊






Jesenná poézia

Keď sa poďívam z okna, naskytne sa mi krásny obraz. Obraz, ktorý pripomína ako keby pohľad cez klúčovú dierku do lesa. A takýto pohľad sa mi vytvára skoro každý deň - vždy keď som v škole. Ved' len málokto z ľudí, ktorí bývajú v panelákoch, majú taký nádherný výhľad na zeleň, dokonca aj tí, čo bývajú v domoch, no a my, študenti, máme takúto príležitosť kochať sa kúskom z našej nádhornej prírody priamo z okna našej triedy.

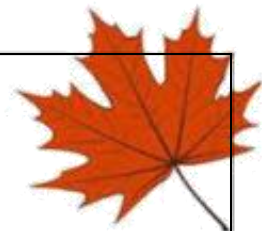
Pohľadom na obrovské stromy, ktorých výška siaha až priam do nebies a malé kríčky, ktoré sa pod nimi schovávajú, vo vás zanechajú pocit pokoja, presne takého akoby ste boli v lese. Spoločnosť týmto ihličnatým stromom robia aj listnaté, ktoré v tomto období nadobudnú rozličné farby sťa maľované štetcom maliara. Aj takáto jeseň býva a my máme príležitosť vnímať ju tak zblízka. Pre niekoho to môžu byť iba obyčajné stromy, pre ostatných iba školské átrium, no pre mňa je to kúsok z prírody, ktorú mám skoro priamo na dlani. *Natali* 😊



"Z ľudských myšlienok sa
vyt'ážilo viac zlata,
než sa ho kedy vydolovalo
zo zeme."

Napoleon Hill

www.pozitivnemysliet.sk



Európsky deň jazykov

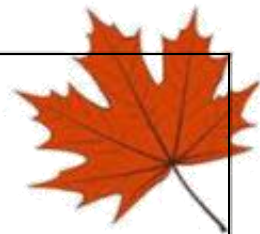
Dňa 26. septembra tak ako už niekoľko rokov po sebe sa na Spojenej škole organizoval Európsky deň jazykov. Možno sa pýtate, o čo v tento deň ide? A čo sa vlastne oslavuje? Európsky deň jazykov je oslavou jazykovej rôznorodosti kontinentu, ktorý má 24 úradných jazykov, ale rozpráva sa na ňom viac ako 200 jazykmi. Vzniká otázka, prečo sa vlastne tento deň oslavuje? Pretože je to príležitosť zvýšiť povedomie o rozmanitosti jazykov v Európe a tiež šanca ako podporiť jazykovú rôznorodosť na našom kontinente.



Tento rok si zvolili študenti v spolupráci s učiteľmi hravú metódu odovzdávania nových poznatkov. Vytvorili štyri stanovišťa a na každom stanovišti bol predstavený jeden zo štyroch jazykov, ktoré sa vyučujú na našej škole. Chlapci, ktorí tento deň moderovali, nás stručne oboznámili so zaujímavými faktami. S tým, že sa tento deň oslavuje už od roku 2001, kedy sa slávil po prvýkrát a tiež, že za ním stojí Rada Európy. Potom sme sa rozdelili na štyri skupiny a postupne sme si prezreli každé jedno stanovište. Pri stánku ruského jazyka sme hľadali správne odpovede v tajničke a prirad'ovali sme mená k známym ruským osobnostiam. Pri stánku anglického jazyka sme prirad'ovali zvuky zvierat k obrázkom zvierat. Dievčatá z nemeckého jazyka si pre nás pripravili prezentáciu a test z prezentácie. Mne osobne sa najviac páčil slovenský stánok. Chlapci v krojoch nás privítali chlebom a sol'ou, mali prichystané zaujímavé slovenské knihy a nakoniec nás pobavili vtipnou paródiou slovenskej básne Mor ho!

Podľa mňa, by sa tento deň mal oslavovať aj naďalej, pretože podporuje ľudí v tom, aby sa učili cudzie jazyky.

nikí 😊



Obsluhovala som ministra

KDO očami Marianny

Každoročne si pripomíname v našom meste Karpatsko-dukliansku operáciu. Vtedy k nám zavítala mnoho čestných hostí, ale aj vládnych predstaviteľov, ako je prezident SR, predseda vlády, ministri...

Po oslavách, pietnom kladení vencov pri pomníku obetiam, bolo na našej škole pohostenie pre zúčastnených hostí v jedálni našej školy. Mojou úlohou bolo obsluhovanie pána ministra obrany Petra Gajdoša. Pri prvom pohľade naňho som pocítila neistotu a strach, pretože pôsobil vážne a prísne, ale keď sa všetci usadili k stolu, začali diskutovať, atmosféra sa uvoľnila. Pán minister nebol náročným hosťom, pretože po druhom chode odišiel kvôli iným povinnostiam. Pred tým však veľmi pekne poďakoval a pochválil nás za našu prácu.

Som veľmi rada, že sa môžem pýšiť takou skúsenosťou.

Marianna 😊

Kto pravidelne cvičí, zomrie zdravší 😊

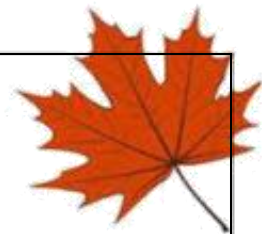
Tak ako každý rok, aj tento sme sa my, žiaci 3. ročníka, vybrali na branecký výcvik, ktorý sa už tradične konal v Drienici. Na začiatku sme boli vystavení veľkej „skúške“. Hneď po ubytovaní sme sa vydali na dlhú túru, ktorá mala asi 24 km a zabrala nám zhruba 6 hodín. Po príchode späť na ubytovňu nastal vytúžený a zaslúžený oddych.

V ďalší deň ráno po raňajkách sme pozerali film a po obede na nás čakala zábavná súťaž, v ktorej išlo o rýchlosť, ale hlavne aj o presnosť pri strieľaní zo vzduchovky či hádzaní granátom.

V podvečer sme sa išli všetci prejsť do obchodu v neďalekej dedinke. Večer bolo vyhodnotenie súťaže, kde prví traja z chlapcov a dievčat dostali sladkú odmenu a potom nasledoval spánok. (Aspoň sme sa tak tvárili :D) Ráno sme si znovu pozreli film a nasledovalo balenie a cesta domov.

Tí, čo na kurze neboli, ani nevedia, o čo všetko prišli. Myslím, že každý z nás, čo sme na výcviku boli, musí uznať, že takéto zážitky hockde ne získajú.

Riky 😊



Medzinárodná cena vojvodu z Edinburghu (DofE)



Oceňujeme mladých ľudí, ktorí sa neboja veľkých cieľov.

Každý má potenciál uspieť a získať Medzinárodnú cenu vojvodu z Edinburghu.

V novom školskom roku majú študenti Spojenej školy vo Svidníku prvýkrát možnosť uchádzať sa o získanie prestížnej Medzinárodnej ceny vojvodu z Edinburghu (DofE). Stačí priat' výzvy v troch oblastiach a podstúpiť so spolužiakmi dobrodružnú expedíciu.

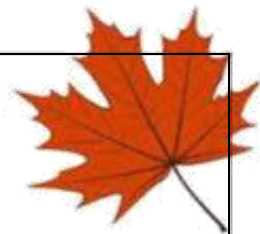
V rámci programu na sebe účastníci pracujú a zlepšujú sa. Pravidelne vykonávajú aktivity v troch oblastiach: šport, talent a dobrovoľníctvo tak, aby si splnili svoje ciele. „Program je jedinečný v tom, že mladí ľudia si v jednotlivých oblastiach sami volia aktivity, ktoré ich bavia alebo zaujímajú. Ide o prekonávanie vlastných limitov. „Preto je výber na nich,“ vysvetlil Miloš Ondrášik, manažér programu.

Napríklad Jožo v rámci rozvoja talentu absolvoval kurz umelej inteligencie a programoval svoj vlastný šach. Simona získala žltý pas v bojovom umení KOBUDO a Matej sa venoval umeleckej maľbe a namal'oval štyri vlastné diela. Program dal aj týmto mladým ľuďom možnosť splniť si svoje ciele, navyše ich aj ocenil medzinárodne uznávanou cenou vojvodu Edinburghu.

Svojou vytrvalosťou a ochotu pracovať na sebe sa môžu mladí ľudia pochváliť pri uchádzaní sa o prácu alebo v prihláške na vysokú školu. Absolventov programu dokonca uprednostňujú aj také prestížne univerzity, akými sú Harvard, Oxford, či Cambridge.

Simona z Gymnázia Jura Hronca si myslí, že práve DofE je jedinečná príležitosť, ako dosiahnuť aj ciele, na ktoré si inak netrúfate. Pravdepodobne ani Michaela Musilová, ktorá zlatú cenu získala ešte počas štúdia v Británii, si spočiatku netrúfala na to, že sa dostane až na misiu do americkej vesmírnej agentúry NASA a bude spolupracovať na simulovanej misii na Mars. Rovnako Matej Sapák, pred zapojením sa do programu netušil, že práve skúsenosti z absolvovaním DofE mu pomôžu napísať motivačný list, na základe ktorého ho vezmú študovať na Harvard.

Šancu uspieť má naozaj každý, kto po dobu minimálne šiestich mesiacov dokáže pracovať



na dosiahnutí vlastných cieľov. Okrem toho, spolu so skupinou spolužiakov podstúpi dobrodružnú expedíciu. "Musíte prekonať neznámy terén, prenocovať v horách a pokoriť cieľ," hovorí o svojich zážitkoch Janka, účastníčka jednej z expedícií. Ako výhodu však vníma, že to nie je len taký obyčajný školský výlet, ale skutočné dobrodružstvo so stanovaním v horách a na vlastnú päsť. "O to lepší pocit to je, keď sa vám dobrodružná expedícia podarí," hodnotí Janka.

Program vznikol ešte pred 60timi rokmi v Británii a zakladal ho manžel britskej kráľovnej, princ Philip. Dnes ho ročne absolvuje 1,3 milióna mladých ľudí v 140tich krajinách sveta. Na Slovensku si prvých 86 absolventov preberalo ocenenie za svoju prácu z rúk britského veľvyslanca na Slovensku. Svojou účasťou ich poctil aj pán prezident Andrej Kiska, ktorý ocenil úsilie, ktoré museli študenti stredných škôl dobrovoľne vynaložiť, aby Medzinárodnú cenu vojvodu z Edinburghu (DofE) získali. Prezident vo svojom prejave povzbudil mladých ľudí, aby pokračovali v aktivitách aj mimo povinností v škole, lebo skutočné osobnosti sa poznajú aj podľa toho, čo sú ochotní robiť najviac. Zapojiť sa do Medzinárodnej ceny vojvodu z Edinburghu sa môžete už aj na vašej škole. Stačí kontaktovať koordinátora/koordinátorku programu DofE na škole

O Medzinárodnej cene vojvodu z Edinburghu (The Duke of Edinburgh's International Award, skrátene DofE z Duke of Edinburgh) Medzinárodná cena vojvodu z Edinburghu je postavená na štyroch kľúčových oblastiach, do ktorých sa mladí ľudia zapájajú: rozvoj talentu, dobrovoľníctvo, šport a dobrodružná expedícia. Účastníci programu si stanovujú vlastné ciele, ktoré sú zároveň výzvou pre ich osobný rozvoj. Hlavná podmienka zapojenia sa do programu je vek 14 až 24 rokov. Dve hlavné podmienky absolvovania sú: 1. zapojiť sa aspoň hodinu týždenne do zvolených aktivít vo všetkých 4 oblastiach programu a po 2. splniť si individuálne ciele pre každú oblasť programu. V DofE účastníci nesúperia jeden proti druhému, ale každý musí prekonať sám seba a dosiahnuť svoje vlastné ciele. Mladí ľudia sa do programu zapájajú dobrovoľne, prostredníctvom licencovaných Miestnych centier DofE na Slovensku. Tieto centrá je možné najčastejšie nájsť na stredných školách, v neziskových organizáciách, centrách voľného času a iných organizáciách. Tu účastníci programu získajú mentora, ktorý im pomôže v nastavení cieľa a poskytne im potrebnú podporu.

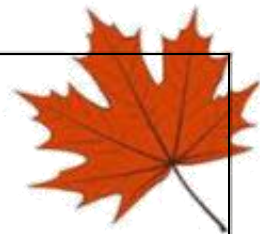
Program je možné realizovať na troch úrovniach (bronzová, strieborná a zlatá). Jednotlivé úrovne sa líšia v dĺžke a náročnosti. Na najnižšej úrovni musí program mladý človek realizovať aspoň 6 mesiacov a na najvyššej aspoň 18 mesiacov. Za dosiahnutie každej z úrovní je mladý človek ocenený a motivovaný k ďalšiemu rozvoju.

Kontaktné osoby v prípade záujmu o viac informácií, rozhovor, či citáciu:

Marián Zachar, riaditeľ Národnej kancelárie DofE Slovensko,

+421 917 860 777,

marian.zachar@dofe.sk



Názory mladých

Mnoho mladých ľudí dnes v dobe moderných technológií nemá ani tušenia o tom, čo sa deje vo svete, nesledujú televízne noviny, nepočúvajú rádiá, nečítajú diskusie. Je preto raritou, ak má mladý človek aspoň nejaké poznatky o tom, čo sa deje v krajinách postihnutých vojnovými konfliktami. Naši deviataci nám ukazujú, že aj mladí ľudia majú poznatky zo svetového diania. Prečítajme si preto ich žiadosti o mier pre hlavy štátov, kde šťastie nie je každodennou samozrejmosťou.

Vážený pán prezident Iraku!

Mnohé krajiny majú problémy, no neriešia to vojnou. Násilie, boje sú činnosti, pri ktorých trpia najmä ľudia, či už deti alebo dospelí. Mnoho z nich už prišlo o život. Každý z nás chce žiť v mieri a istotu ochrany. Hoc boli a aj sú medzi nami nepokoje, vždy je niečo, čo nás spája.

- Gabika Mandul'ová

Vážený pán prezident Sýrie!

Je mi ľúto, čo sa u Vás deje. Ľudia utekajú pred vojnou do Európy. Dúfam, že sa tento konflikt ukončí čo najskôr. S pozdravom Patrik Vančišín.

- Patrik Vančišín

Milí ľudia!

Túžite, aby Vaša pôda bola poškodená krvou, zbraňami, mečmi a telami mŕtvych ľudí? Chcete, aby sa deti pozerali na zranených vojakov, zúbožené telá rodín, poškodené domy, mestá, dokonca celý svet? Určite nechcete takto ďalej prežívať. Ľudia majú potrebu žiť v bezpečnom prostredí, kde by mali pokojný život, preto chcem, aby ste sa nad sebou zamysleli! Konflikty sa dajú riešiť aj ináč ako vojnou cestou.

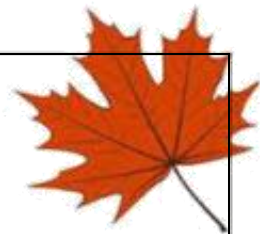
- Simona Siroková

Vážený pán, najvyšší Sýrie!

Asi si všetci uvedomujeme, že v dnešnom svete nie sme nikde v bezpečí. Na každom rohu číhajú nebezpečenstvá. Aj na tom Vašom. Položím Vám otázku. Musí sa tak bojovať? Musia tak trpieť nevinní ľudia? Predstavme si život v mieri. Ved' by sme si žili ako v bavlnke. Žili by sme spokojne, nikto by nemal strach vyjsť na ulicu. Tak pohnime mozgami a pochopme, že takto to ďalej nepôjde. Preto aj Vás, prezident, vyzývam, aby ste nerozširovali ďalej vojnu a nepokoj.

Anonym

ana 😊



VOJNA

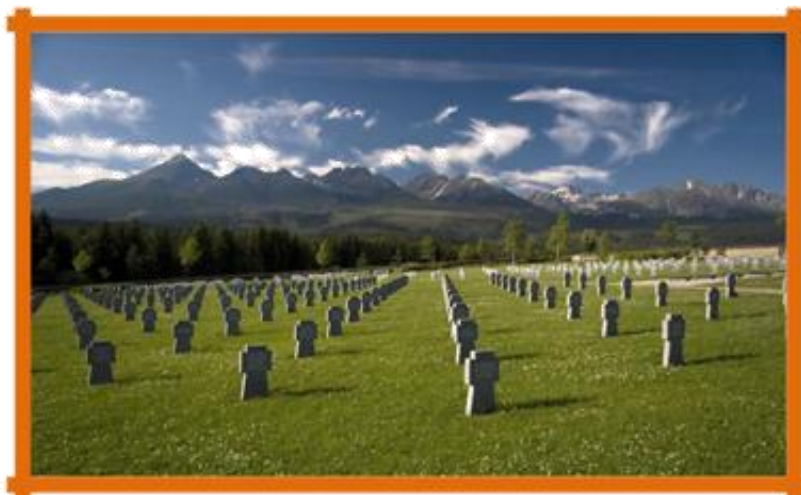
*Bežal som zakričať na celý svet,
že je to za nami, vojna je otrava,
v ceste mi stál celkom maličký kvet,
noha mi uhla trošičku doprava,
to nie je tak, ako vo filme býva,
že hlavný hrdina má sedem životov,
ja som mal jeden a zhasla ho mína,
čo som vám hovoril, mína je sviňa,*

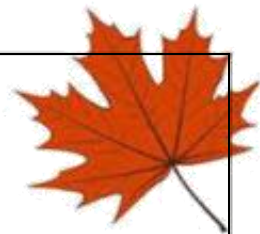
*Prídu ti povedať, že
už ma dostali,
potom ma oblečú, do
našej zástavy,
chlapci ju ponosú, a
film sa zastaví,
pretnú ho výstrely,
snád' im to vystrelí,*

*Tak trochu smutný je tento náš svet,
ľudia sa bijú a čas im uteká,
namiesto míny zasad' me kvet,
taký kvet zdobí a netrhá človeka,
nebyť tých výstrelov, smrti a mín,
mohla byť z toho veselá básnička,
tvoju tvár nikdy viac nepohladím,
nie v tomto živote, odpusť mi mamička,*

Ondrej Ďurica

(FeĎo)





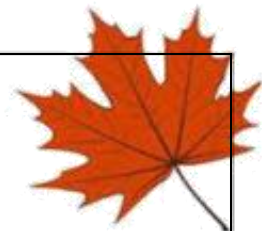
Ekologické okienko

Spojená škola je Zelená škola

Celoslovenská Rada programu Zelená škola vyhodnotila výsledky záverečného auditu. Naša škola patrí k tým, ktoré splnili všetky podmienky pre udelenie certifikátu "**Zelená škola**". Uvedené ocenenie spolu s vlajkou Zelená škola získala Spojená škola na obdobie dvoch školských rokov 2016 - 2018. Tento certifikát si naša škola prevzala 8. 10. 2016 na slávnostnom odovzdávaní v Bratislave, počas ktorého význam a prínos programu Zelená škola pre kvalitu vzdelávania a výchovy vyzdvihol vo video hovore aj samotný prezident SR Andrej Kiska.

A čo je to vlastne projekt „Zelená škola“? Ide o najväčší environmentálny program na svete. Zapojených je doň 40-tisíc škôl v 53 krajinách sveta. **Program Zelená škola** od roku 2004 **pomáha** aj slovenským školám **realizovať environmentálnu výchovu prepojenú s praktickými krokmi**. Jednou z priorít programu je aktívne zapojenie žiakov. Program Zelená škola prebieha pod záštitou Ministerstva životného prostredia SR a aj Ministerstvo školstva tento projekt odporúča ako vhodný na realizáciu environmentálnej výchovy na školách. Uznanie získal aj od Environmentálneho programu OSN (UNEP). Samotný program pozostáva z uplatňovania **metodiky 7 krokov**, a to vytvorenie kolégia Zelenej školy, vypracovanie auditu školy a na základe neho výber témy, ktorej sa chce škola venovať, vytvorenie environmentálneho akčného plánu, uskutočnenie naplánovaných aktivít a hodnotenie ich úspešnosti, pro-environmentálna výučba, informovanie a zapájanie širšej verejnosti do aktivít a napokon vytvorenie ekokódexu.

To všetko sa dialo aj na našej škole. V období školských rokov 2014/15 a 2015/16 žiaci a študenti Spojenej školy združení v Kolégiu Zelenej školy vypracovali vstupné audity so zameraním na úsporu energie, odpad, hospodárenie s vodou, vplyv na ovzdušie a vplyv na zeleň a životné prostredie. Na základe nich si vybrali tému, ktorej sa venovali celé certifikačné obdobie a zostavili si plán činností tak, aby naplnili vopred stanovené ciele. Témou v tomto certifikačnom období bola **Zeleň a životné prostredie**. V rámci tejto témy sa nám podarilo úspešne uskutočniť rôzne aktivity, napr. podarilo sa nám zriadiť v areáli školy a v škole botanickú záhradu, v rámci Dňa Zeme sme vyčistili studničku Ščob pri vodojeme, pomohli sme vyčistiť lesopark Dukla pri letisku, organizovali sme



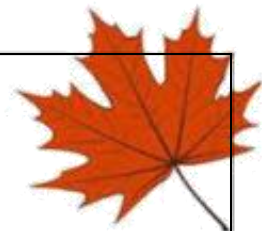
zber papiera, hliníkových viečok z kelímkov, plastových vrchnáčikov, uskutočnili sme workshop na tému „Zeleň a ochrana životného prostredia“, realizovali informačnú kampaň s cieľom zvýšenia „zeleného“ povedomia nielen medzi žiakmi, ale aj u širokého okolia ľudí a mnoho ďalších aktivít.

Týmto sa chceme poďakovať všetkým, ktorí prispeli k tomu, že sme sa stali držiteľmi certifikátu "Zelená škola" - koordinátorom Zeleného programu Ing. M. Tchirovi, Ing. Ľ. Michalovčíkovej, kolégiu Zelenej školy z radov žiakov a študentov, členom krúžku Zelená škola a všetkým zúčastneným, ktorí svojou snahou a prácou prispeli k skvalitneniu životného prostredia našej školy a okolia.

Zároveň touto formou oznamujeme, že rozširujeme naše rady v Kolégiu Zelenej školy, preto ak máte pozitívny vzťah k životnému prostrediu, chcete zmeniť veci na našej škole a v okolí k lepšiemu, hnevá vás správanie sa ľudí voči životnému prostrediu a chcete to zmeniť, ste aktívni a máte veľa nápadov a nevadí vám práca navyše, ste presne tí, akých hľadáme a ste v našich radoch srdečne vítaní.

Kolégium Zelenej školy





Medzinárodný deň školských knižníc

Dňa 24. októbra 2016 sme slávili Medzinárodný deň školských knižníc. Ten prvý raz vyhlásila Dr. Blanche Woolls, prezidentka Medzinárodnej asociácie školského knihovníctva v roku 1999. Odvtedy sa uskutočňuje každý štvrtý októbrový pondelok. Deň je oslavou školských knižníc, ich významu a prínosu pri vzdelávaní detí. Hlavnou myšlienkou je podpora vzťahu žiakov ku knihám, školskej knižnici, čítaniu, poznávaniu a získavaniu si väčšieho počtu milovníkov literatúry. Čítanie kníh pomáha rozširovať slovnú zásobu a rozvíjať komunikačné schopnosti človeka. Kniha nám stále ponúka veľmi



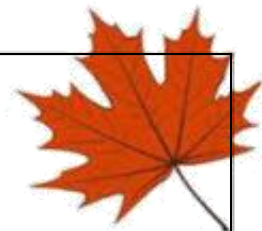
veľa. Dnešný knižný trh poskytuje obrovský výber. Každý si môže vybrať to, čo ho zaujíma. Kniha sa stáva obohacujúcim spoločníkom



na voľný čas. V rámci osláv MDŠK sa aj naša škola zapojila do projektu čítania kníh tak, že dnes, presne 9. hodine sa naši 199 žiaci pustili do čítania kníh, a tak prejavili svoj pozitívny vzťah čítaniu.

☺
D.D





Ohýbaj ma mamko

Vtáka poznáš po perí, človeka po reči.....

Je to veľká pravda. Reč prezrádza o človeku všetko: jeho charakter, vyspelosť, myslenie a jeho hodnotu. Je to prirodzená vizitka každej ľudskej bytosti. Prečo je reč mladých ľudí plná nadávok, vulgarizmov a dvojzmyselných slov? Prečo sa v súčasnej dobe stalo používanie vulgárnych slov súčasťou bežného slovníka? Ved' v minulosti boli vulgarizmy prejavom asociálov a krčmovej spodiny.

Každý, kto má zdravý úsudok, sa musí od takýchto slov dištancovať. Vulgarizmami si človek zvykol ventilovať svoje vnútorné napätie, neúspech, sklamanie. Nebolo by lepšie vybehnúť si so spolužiakmi na ihrisko a športom povoliť ventil svojej nadbytočnej energie?

Čo keby tablet a "joystick" nahradila zaujímavá kniha? Je ich na našom trhu neúrekom. A veľa hodnotných kníh sa nájde aj doma. Ved' staršia generácia čítala veľa a pravidelne dopĺňala svoju knižnicu novými titulmi. Našlo by sa v nich veľa pekných slov, ktorými by sa dali nahradiť tie, ktoré v slovníku každého slušného človeka nemajú čo robiť. Tým by človek skrášlil svoju reč a ukázal by,

že existuje aj iná cesta, ako tá, po ktorej kráča. Nedá sa nepočuť často opakované vulgárne slová z úst mladých ľudí, často iba detí. To, čo je pre nich úplne samozrejmé, je pre tých ostatných zarážajúce. Vari takto sa vyjadrujú slušne vychovaní mladí ľudia, ktorí si možno myslia, že keď použijú vulgarizmy, stanú sa skôr dospelými? Vari takto ich učia ich rodičia?

Zamysleli sa niekedy nad tým, čo vypustia z úst? Zamysleli sa nad tým, ako by zareagovala ich matka, ich otec, keby to počuli? Boli by na nich hrdí? Kde sú príčiny vulgárneho vyjadrovania?

Už od kolísky sa k detičkám prihovárajú milujúci rodičia tými najkrajšími slovami, zdobneninami, ktorými vyjadrujú svoju nekonečnú lásku. Vari už na to zabudli?

Verím, že keď po prečítaní tohto príspevku ostane čo len jeden vulgarizmus nevyslovený, tento príhovor mal zmysel a vy ste urobili prvý krok k tomu, aby ste sa stali lepšími, slušnejšími.

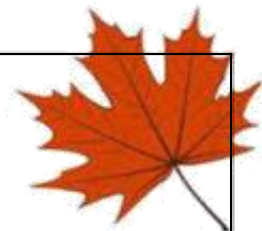
Mgr. Viera Vaníková



Stužková slávnosť

14. 10. 2016

IV. A



V ten deň sa každá dušička študenta IV. A rozjasala od radosti, pretože nastala slávnostná chvíľa - odovzdávanie zelených stužiek dospelosti. Príprava na stužkovú nás stála veľa síl a starostí, lebo každý z nás cítil zodpovednosť voči tejto významnej udalosti. Všetci pozvaní profesori, rodinní príslušníci a kamaráti prišli

pozrieť maturantov do budovy Spojenej školy vo Svidníku, kde sa konala naša stužková. Program bol veľmi pestrý, každý si prišiel na svoje. Hostia boli svedkami rôznych scénok a tancov. Celý priebeh



dopadol nad naše očakávania. Pozvaní hostia sa presunuli do jedálne, kde nasledoval slávnostný prípitok a večera. Keď boli všetci najedení, študenti pozvali do tanca učiteľky, neskôr i rodičov. Nedá nám nespomenúť na záver programu, kde sme prekvapili našu milovanú triednu profesorku Ing. Zdenu Kožlejšovú v podobe poukážky na wellnes pobyt. Taktiež sme

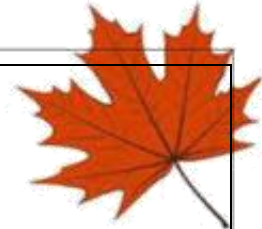


prekvapili nášho spolužiaka Mária Mulíka narodeninovou tortou k jeho 19. narodeninám.

FeĎo

Stužková slávnosť

4. 11. 2016

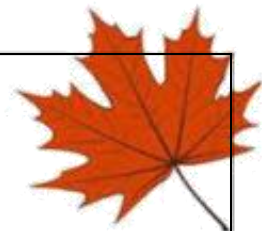


V
.
H
A

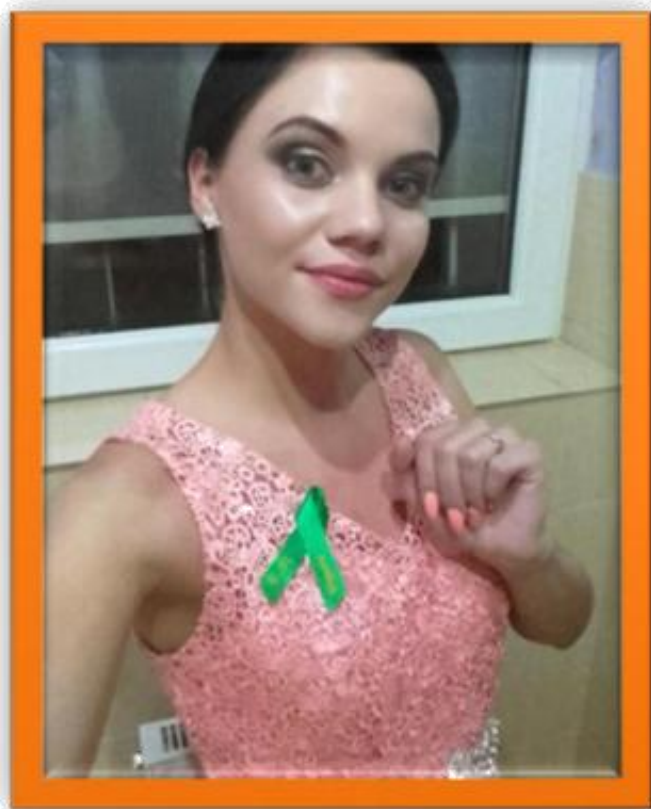


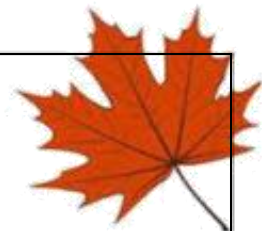
Mesiace plné driny, rozhodovania sa a hádok. Miestami to už vyzeralo, že sa nebude konať. No nakoniec sme to zvládli a 4. novembra sa konala. Naša stužková slávnosť. Posledné týždne sme každý deň cvičili scény a dolad'ovali drobné detaily. V piatok bol deň D. My dievčatá sme od rána boli pri kaderníčkach, v kozmetických salónoch, niektoré ešte na poslednú chvíľu boli po šaty v požičovniach. Chlapci to mali jednoduchšie. Žiadne dlhé sedenie v salónoch, kde im upravujú vlasy. Rýchlo sa obliekli a boli hotoví. O 18. hodine sme začínali nástupom. Pokračovali sme príhovormi, stužkovaním a prípitkom. Zatancovali sme si rodičovský a učiteľský tanec, po ktorých sme už boli na parkete všetci. Potom sme sa prichystali na scény, na ktorých sa bavili aj rodičia. Zavřšili sme to spoločným tancom, po ktorom nám všetci zatlieskali. Rýchlo sme sa prezliekli a pokračovali sme v tancovaní. Páčilo sa mi, že parket bol stále plný a tancovali sme nielen my študenti, ale aj naši rodičia a učiteľky. Posledný bod programu bola čierna kronika, pri ktorej sme schuti zasmiali, vzali sme si črepiny z džbánu pre šťastie a tancovali sme až do rána. Mne osobne sa naša stužková páčila, len bolo na škodu, že skončila tak rýchlo.

Nikoleta 😊



Módne okienko (ako sa vyparádit' na stužkovú)



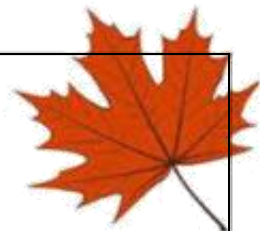


Pastva pre oči aj pre chuťové poháriky inak nazývané ako carving fruit

Carving fruit k nám prišiel z ďalekého východu a má dlhú históriu. Na Slovensku to ešte nie je také rozšírené a nepozná ho každý a aj preto je to o to viac vzácnejšie. Ľuda Procházka k nám zavítal z Česka, aby sme mohli absolvovať kurz tentokrát už pre pokročilých, ktorý trval dva dni. Naučili sme sa vyrezávať rôzne motívy do melónu, red'kovky či cvikly. Nie je to vôbec ľahké, a najmä to chce pevné nervy a poriadnu dávku trpezlivosti. Vyrezať taký jeden melón trvá aj niekoľko hodín. Tieto „výtvory“ sa používajú na rôzne slávnosti, oslavy a svadby. Ak to dobre ovládáte, tak si tým môžete aj pekne privyrobit'.

Riky 😊





Peter Bilas

(úspešný absolvent našej školy)

**ELEGANTNÝ GENTLEMAN, KTORÝ SA NA SVET POZERÁ
CEZ ČÍSLA.**

**Žije v Bratislave. Pracuje v IBM Bratislava.
Narodil sa vo Svidníku. Študoval na Obchodnej
akadémii vo Svidníku. Je absolventom VŠE v
Bratislave.**



**Kedy presne si prišiel na to, že chceš pracovať
v Bratislave?**

Už počas štúdia som si na Bratislavu veľmi
zvykol a videl som, že je tam veľa pracovných
príležitostí, a taktiež veľa voľnočasových aktivít.

Prečo si sa vybral do Bratislavy?

Do Bratislavy som išiel študovať hneď po maturite a hlavným dôvodom pre mňa
bolo, že som chcel ísť do hlavného mesta, lákala ma aj vysoká škola, na ktorú
som bol prijatý a tiež väčšie možnosti brigádovania popri štúdiu.

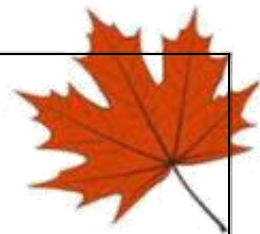
S kým najviac spolupracuješ?

Pracujem v nadnárodnej korporácii, takže už to predurčuje spoluprácu s ľuďmi
na celom svete. Najčastejšie sú to ľudia z Číny, Argentíny, USA a samozrejme
kolegovia v Bratislave.

Ako bežne vyzerá tvoj deň?

Ráno vždy začínam pohodičkou, ku ktorej patria raňajky v klúde, k tomu teplý
nápoj, najčastejšie čaj. Keďže pracujem v nadnárodnej spoločnosti
a spolupracujem s rôznymi
krajinami, môžem si dovoliť
prísť aj o pár minút neskôr, čo
mi zaručuje, že ráno nemusím
byť v časovej tiesni (samozrejme
to potom musím dohnať
a prípadne ostať dlhšie), ale
ranná pohoda je pre mňa veľmi





dôležitá. Potom nasleduje ranná hygiena a presun do práce.

V práci si plním svoje povinnosti a snažím sa to spestriť občasným pohybom ku ktorému v minulosti patrilo chodenie po schodoch smerom iba hore (bolo to 28 poschodí cca 550 schodov, ktoré trvalo cca 7 min), v súčasnosti chodievam 2x týždenne v rámci obedňajšej prestávky do posilňovne, ktorá sa nachádza v budove v ktorej pracujem.

Som veľkým fanúšikom pohybu a myslím si že pohyb patrí k životu a nato bolo aj ľudské telo stvorené. Takže po práci sa snažím športovať, v lete bicykel (v Bratislave je veľa možností na bicyklovanie) a behanie a skoro celoročne chodievam 3x týždenne na tanečné kurzy kubánskej salsy, ktorá sa stala súčasťou môjho života, kde som si našiel veľa dobrých kamarátov, kde sa dokážem úplne odviazať, je tam úžasná energia a veľa zábavy.

Čo máš rád na Bratislave?

Mám tu veľa kamarátov, je tu veľa možností či už aktívneho alebo pasívneho športu, kultúry a zábavy.

Čo Ti najviac chýba v Bratislave?

Rodina, kamaráti, ktorí zostali na východe a svidnícka príroda.

Najsilnejší príbeh, ktorý si zažil?

O tom radšej pomlčím. Je to veľmi osobné.

Ako často chodíš do Svidníka?

Vychádza to približne raz za dva mesiace na jeden týždeň (keďže môžem v práci využiť benefit práce z domu, tak môžem byť aj vo Svidníku a zároveň aj byť v práci).

Kedy v živote si bol najšťastnejší?

Keď som bol dieťa a mohol som sa celé dni a prázdniny hrať, zabávať, vystrájať.

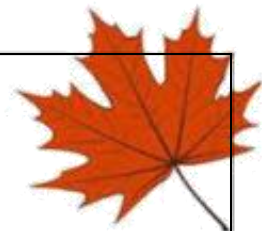
Plánuješ sa niekedy natrvalo vrátiť na Východ ?

Rád by som sa niekedy vrátil na Východ, ale ešte neplánujem. 😊

Je potrebné v živote vzdelanie?

Určite áno, lebo vzdelanie nám veľa dáva, či už vedomosti alebo znalosti, niekedy aj zručnosti, učí nás zodpovednosti, dáva nám príležitosti, priateľstvá, má vplyv na to, kým sme a formuje nás.





V skratke zo športu

V športe sme zaznamenali.



Cezpoľný beh žiakov a žiačok stredných a základných škôl, v ktorom družstvo žiačok SŠ - Iveta Zavodová, Katarína Bodnárová, Dominika Čečková získali **3. miesto**. V kategórii jednotlivcov Patrik Zavoda - získal **3. miesto** a Iveta Zavodová **3. miesto**.

Na škole si môžete zašportovať v týchto krúžkoch:

- bedminton - Ing. M. Tchir
- kinbal - Mgr. Popik
- floorbal - Mgr. B. Popik
- volejbal (chlapci) - R. Franko
- futbalový - Mgr. J. Gonda



O VZDELANÍ

Dotýkam sa budúcnosti. Učím.
- CHRISTA MCAULIFFE

Mysel' nie je náhoda, ktorú treba naplniť,
ale oheň, ktorý treba zažať.
- PLUTARCHOS

Ak poznáte svoju bibliu a svojho
Shakespeara a viete hrať
kocky, máte vzdelanie v
humanitných vedách.
- TALLULAH BANKHEAD

Bez vzdelania nám hrozí strašné a smrteľné
nebezpečenstvo, že budeme brať
vzdelaných ľudí vážne.
- G.K. CHESTERTON

Je úplne absurdné obmedzovať
pojmem vzdelanie na školskú
výučbu.
- MURRAY ROTHBARD



Učítelia sú jediní ľudia, ktorí
zachraňujú národy.
MUSTAFA KEMAR ATATÜRK

Múdremu daj a bude ešte
múdrejší, pouč spravodlivého
a pribudne mu vedomostí.
- BIBLIA, KNIHA PRÍSLOVÍ 9:9

Autorita tých, čo učia, je často
prekážkou pre tých, ktorí sa
chcú učiť.
- CICERO

Vedomosť nezabíja zmysel pre
zázraky a tajomstvo. Vždy
existuje ďalšia záhada.
- ANAIS NIN



Názov: NOHA č.1

Pripravili: žiaci SŠ, Obchodnej akadémie vo Svidníku

Vydané pre vnútorné potreby

Redaktorka: PaedDr. Emília Lapčáková

**Technické spracovanie: Tomáš Fedor
Matej Fedoreňko**

Necenzurované

Rok vydania: 2016

Počet strán: 36