

REEDUKÁČIK

Občasník Reedukačného centra v Spišskom Hrhove

Roč. XIX

Číslo: 1

Október 2016



Občasník Reeducákik pripravili žiačky Strednej odbornej školy
pri Reedukačnom centre v Spišskom Hrhove.

Predseda redakčnej rady: Gabika Kožušková
Redakčná rada: Katka Masarovičová
Paula Gašparíková
Nika Oremová

Kontakt:

Meno školy: Reedukačné centrum, Osloboditeľov 36,
053 02 Spišský Hrhov
Adresa školy: Osloboditeľov 36, 053 02 Spišský Hrhov
Telefón: 053 4592206
Fax: 053 4592298
Email RC: rcsphrhov@rcsphrhov.sk
Webová adresa: <http://rcsphrhov.edupage.org/>
Email školy: skola@soushrhov.edu.sk

Ďakujeme všetkým učiteľom a vychovávateľom za spoluprácu.
Zodpovedný za číslo: Ing. Vladimír Tarajčák

Vydanie schválil: Ing. Marek Mikula, riaditeľ školy
Vydavateľ: Reedukačné centrum, Osloboditeľov 36, 053 02 Spišský Hrhov
Časopis vychádza len pre vnútornú potrebu školy.

Slovo na úvod...

Milé spolužiačky, učitelia i vychovávatelia, prichádzame k vám s prvým tohtoročným číslom nášho občasnika.

Uplynuli dva mesiace letných prázdnin. Veríme, že boli plné pekných zážitkov. Mali sme možnosť načerpať nové sily a s nimi vykročiť do úloh, ktoré nový školský rok prinesie. Škola nie je len vzdelávanie, učebné osnovy a plány, dobrá škola je živý organizmus, v ktorom fungujú dobré medziludské vzťahy, vzájomný rešpekt k svojim právam, ale i uvedomenie si prvoradých povinností.

Zažejajme si aj v tomto školskom roku veľa úspechov, aby bol plný zaujímavých projektov, súťaží, hier, aby sme zažívali školu hrou, tešili sa zo spoločenských a športových podujatí, aby bol školský rok pestrý a veselý. Veríme, že v našej škole nájdeme človeka, ktorý nás podporí, pomôže, vysvetlí, čo nepochopíme, podá nám pomocnú ruku. Úprimne si želáme, aby naša škola fungovala ako úspešná výchovno-vzdelávacia inštitúcia, ale zároveň mala svoju dušu, otvorené srdce a hľadajúce ruky ako v dobrej rodine.

Čaká na nás svet objavovania, pochopenia, ale aj hľadania miesta človeka v ľudskej spoločnosti.

Vaša redakčná rada



Pripravili sme prvé číslo nášho časopisu v školskom roku 2016/2017.

OBSAH:

- Slovo na úvod...
- Ako prežila jesenné prázdniny jedna z nás...
- Olympiáda ľudských práv v Košiciach - úspech našich dievčat...
- Relax v bazéne i na ľadovej ploche...
- VEČER DOBRA - Úsmev ako dar - súťažný večer v Košiciach
- Jesenné kreatívne výtvarníčky...
- Ukážky z bohatej maliarskej tvorby našich spolužiačok...
- Čo vieme ušiť...

Vaša redakčná rada

AKO SOM PREŽILA JESENNÉ PRÁZDNINY

Na jesenné prázdniny som odišla 27.10.2016. Domov som dorazila v poriadku, okolo 17:45, na autobusovej stanici ma už čakal môj ocko aj kamaráti. Keď som konečne dorazila domov, čakalo ma veľké prekvapenie, bola u nás na návšteve moja teta z Čiech a aj moji kamaráti a rodina a začali sme oslavovať moje 15. narodeniny, ktoré som mala v septembri a nebola som na ne doma. Tak to bol prvý šok pre mňa, že si aj po tom všetkom, čo som im spôsobila, na mňa spomenuli. A nezabudli na mňa.

Potom na druhý deň som ráno vstala a bola som s mojím ockom povybavovať nejaké veci, ako je napríklad občiansky preukaz a preukaz na autobus, atď. ... Potom som bola doma a prišiel k nám na návštevu môj bývalý spolužiak zo základnej školy, ktorý mi nemohol prísť na oslavu, lebo je z vedľajšej dediny a mal doma prácu. Tak sme išli spolu na pizzu a potom do osady pozrieť našich kamošov, lebo sme sa s nimi dohodli, že dôjdeme a potom sme boli s nimi vonku asi do 22:30 a potom som šla domov.... Sobota bola u mňa veľmi rušná, ako vždy u mňa v sobotu... Ráno som vstala, len tak som do obeda oddychovala pri telke s mojimi rodičmi a



proste sme si urobili dobré odpoľudnie... Potom bolo treba ísť s ockom niečo vybaviť, tak som išla a potom som s nim išla ešte do môjho ujca, pomáhať mu s drevom, rezať a ukladať na kopy, ja som tam veľa nepomáhala, asi len tak hodinku a pol, potom som išla do Lidlu kúpiť si niečo na jedenie a stretla som sa tam s mojím kamarátom, tak sme sa tam zakeckali trošku... A potom som išla domov a mali sme návštevu, tak som sa trošku z nimi porozprávala, lebo som ich dosť dlho nevidela, a potom som išla na Facebook pokecat s kamošmi a dohodnúť sa s nimi, kedy pôjdeme vonku...

Potom som sa šla osprchovať a pospať si. Keď som vstala, šla som vonku s kamarátmi a spala som u kamarátky. samozrejme to moji rodičia schválili a vedeli o tom.... Nespali sme celú noc, boli sme v meste a tak v osade pri cigáňoch, proste bolo mi s nimi užasne. Ráno som išla spať, lebo som bola strašne unavená... Keď som vstala, pomohla som s niečím v domácnosti rodičom, aj na dvore som dosť upratovala, takže som sa snažila pomáhať mojím rodičom ako sa len dalo.

Potom prišiel do nás môj bratranec a tak som s nim išla do Choňkoviec, lebo tam ma môj bratranec dom, tak sme tam boli po nejaké veci, ktoré sme odniesli ujovi a museli sme ísť nakrmiť dobytok do Hnojného. Môj ocko s ujom a ešte s dobrým kamarátom tu majú malú farmu.

Bolo mi proste užasne... Potom som už len tak bola s mojou rodinkou, rodinnými kamarátmi a s mojím bratrancom som šla ešte vonku dačo vybaviť a do osady s kamarátmi zase...

V nedeľu som šla ráno na nákup a potom som doma pomáhala ockovi na dvore, aj mamke som pomáhala variť obed, neskôr aj večeru - zemiakovú kašu a špiz... Vraj im aj chutilo...

Aj keď sa mi vôbec nechcelo vrátiť do Hrhova, došla som sem v poriadku a načas, aby som mohla ísť na vianočné prázdniny domov a byť s mojou rodinkou.

Keď mám celkovo zhodnotiť svoje prázdniny, tak som ich aj podľa rodičov zvládla na jednotku a áno, páčilo sa mi to, ako som chodila vonku a užívala som si s rodinkou, kamošmi a ostatnými, ale zo všetkého najkrajšie bolo pre mňa to, že sme sa nehádali a rešpektovali sa navzájom...

Prežila a napísala – Nikola Oremová



Súťaž ľudských práv v Košiciach...

Dňa 26. 10. 2016 som sa spolu s Katkou Masarovičovou zúčastnila na súťaži ľudských práv v škole na Alejovej ulici v Košiciach.

Mali sme si vybrať najznámejšiu osobnosť z nášho kraja . My sme prezentovali Ľudovíta Štúra a Jána Francisciho Rimavského. Pri nacvičovaní nášho programu na súťaž nám veľa pomáhala naša pani triedna učiteľka, pani Zumríková, za čo jej obidve s Katkou veľmi pekne ďakujeme.

Cítili sme sa obidve na tejto súťaži príjemne a dúfame, že tak isto sa s nami cítila pani Zumríková a náš milý pán vodič Dávid.

Keď sme dorazili do Košíc, mali sme hneď raňajky - podávali varené párky. Potom sme mali privítanie a krátky program, ktorý si pre nás pripravili žiaci Strednej odbornej školy na Alejovej ulici v Košiciach.

Potom sme sa presunuli do mesta na Námestie maratónu mieru, kde sme mali stretnutie s bývalým atlétom a bežcom z Košíc. Pomaly sme sa všetci presunuli do múzea, kde je uložený Košický zlatý poklad. Potom sme sa MHD presunuli nazad do školy a mali sme obed - podávali rezne a zemiakovú kašu a k tomu koláč.

Po obede sme mali program, potom prestávku - hrali sme plejstejšn.

Na vyhodnotení súťaže sme sa umiestnili na 1. mieste, čomu sme sa obidve veľmi potešili. Ešte taká maličkosť na záver - Katka sa stretla so svojou bývalou vychovávateľkou z Lietavskej Lúčky, a ja som zasa stretla svojho bývalého riaditeľa z Bankova, pána Tibora Palka. Zo začiatku stretnutia sme boli obidvaja sklamaní, ale potom sme si to všetko vysvetlili a povedali si navzájom, že sa ešte budeme stretávať.

Cítili sme sa v Košiciach veľmi dobre a boli by sme veľmi radi, keby sme sa mohli zúčastniť ešte ďalších takýchto súťaží.



Napísla: NO

... V BAZÉNE ...



V rámci krúžku sme si boli prehľbiť plavecké zručností a techniky niektorých plaveckých spôsobov - kraul, prsia, znak v rôznych podmienkach, ako je splývanie, dýchanie do vody, potápanie, skoky do vody, pohyby dolných a horných končatín, súvislé plávanie krátkych vzdialeností. Dievčatám sa tieto aktivity veľmi páčili a prejavili veľký záujem zúčastniť sa plávania aj nabudúce.



NA KORČULIACH V LEVOČI

V jedno sobotné popoludnie sa 14 z nás vybralo vyskúšať ľadovú plochu na krytom štadióne v Levoči.

Ľad aj “čokoláda” boli výborné!!!!





Dňa 11.12.2016 16 našich dievčat sa zúčastnilo spoločenského-súťažného podujatia s názvom "VEČER DOBRA", na ktorý nás pozvala a zároveň organizovala nadácia "ÚSMEV AKO DAR" v Košiciach.

Okrem nás prijali pozvanie aj štyri detské domovy.

Zúčastnili sme sa rôznych súťaží.

Ako prvá z nich bola súťaž "kriket", kde úlohou súťažiacich bolo trafiť loptičku do prázdnej škatuli.

Druhou súťažou boli tzv. "porekadlá". Našou úlohou bolo z rozhádzaných slov a slabík vytvoriť zmysluplnú vetu - porekadlo.

Pri tretej súťaži dievčatám boli púšťané skladby, pesničky a ich úlohou bolo určiť pieseň a jej interpreta resp. autora.

Posledná súťaž bola o šikovnosti, úlohou bolo zabaliť drevo do novín a potom to umiestniť do škatule.

Za všetky súťaže dievčatá získavali body, ktoré sa nakoniec spočítali a určilo sa víťazné družstvo.

Výsledné hodnotenie a finančné ohodnotenie bolo takéto:

1. miesto - 200 €
2. miesto - 150 €
3. miesto - 120 €
4. miesto - 80 €
5. miesto - 50 €

Nám sa podarilo získať **tretie miesto**, domov sme odniesli peknú finančnú odmenu.

Vrcholom celého večera bolo vystúpenie stále populárnejšej speváčky **Simy** z Trnavy.

Na záver dostala každá z nás pekný mikulášsky balíček. (GK)



D R O G Y



Drogovou závislosťou rozumieme užívanie látok prírodného alebo syntetického pôvodu, ktoré spája vysoké riziko vzniku závislosti. Drogová závislosť je považovaná za chorobu, radíme ju medzi chronické ochorenia centrálnej nervovej sústavy. Je teda možné ju diagnostikovať, liečiť a tiež sa jej snažíme predchádzať.

DELENIE DROG

Legálne drogy

Bežne sa s nimi stretávame, sú spoločensky tolerované, avšak môže od nich vzniknúť rovnaká závislosť, ako od ilegálnej drogy.

Príklad: alkohol, nikotín, lieky (Benzodiazepíny, hypnotiká), kofeín, organické rozpúšťadlá.

Nelegálne drogy

Drogy “mimo zákona, spoločnosťou netolerované, ich prechovávaním a predajom alebo odovzdaním sa dostávajú do stretu so zákonom.

Príklad: marihuana, hašiš, pervitín, heroín, extáza.

Mäkké drogy

“Mäkké drogy” sú všeobecne považované za tie bezpečnejšie, pri ktorých nehrozí také veľké riziko závislosti a ich užívatelia sa nemusia dlhší čas dostať do problémov.

Príklad: tabak, konopné drogy, extáza.

Tvrde drogy

Od “tvrdých drog” môže vzniknúť závislosť, tieto drogy sa tiež často aplikujú vnútrožilovo.

Príklad: heroín, pervitín, kokain.

Drogy s miernym rizikom

Pri drogách tejto skupiny je riziko (pre spoločnosť i pre užívateľa) relatívne nízke, a preto tieto drogy bývajú spoločnosťou skôr akceptované.

Príklad: kofeín, marihuana

Drogy s vysokým rizikom

Pri týchto drogách je riziko vzniku závislosti i riziko komplikácií v pomere s tým, čo užívateľ od drogy “získa”, veľmi vysoké.

Príklad: heroín, pervitín, organické rozpúšťadlá



PÔSOBNIE NA PSYCHIKU ZDRAVÉHO ČLOVEKA

Tlmiace látky

Spôsobujú uvoľnenie, upokojenie, spomalenie reakcií, pasivitu, ospalosť až spánok. Pomerne rýchlo na ne vzniká ťažká fyzická závislosť. Pokiaľ nie je droga podaná, rozvíja sa abstinčný syndróm.

Príklad: heroín, morfín; alkohol, lieky – anxiolytiká, hypnotiká

Povzbudzujúce látky

Stimulačné látky povzbudzujú CNS. Mizne únava, potreba jesť a spať, zvyšuje sa výkon i aktivita, dostavuje sa pocit fyzickej i duševnej sily až eufórie. Na stimulačné drogy vzniká výrazná psychická závislosť.

Príklad: kokaín, pervitín, kofeín, nikotín

Halucinogénne látky

Výrazne menia kvalitu vedomia, psychiku, intenzitu a hĺbku prežívania, spôsobujú sluchové a zrakové halucinácie, zvyšujú intenzitu vnímania priestoru a farieb. Nebezpečenstvom je nepredvídateľnosť ich pôsobenia. Často ovplyvnia rozhodnutie vyskúšať si aj tvrdšie drogy.

Príklad: LSD, lysohlávky, konopné drogy.



AKO SÚ DROGY UŽÍVANÉ

Spôsob aplikácie sa v rôznych skupinách návykových látok líši. Medzi najčastejšie však patria nasledujúce spôsoby aplikácie:

1. Fajčenie – niektoré látky môžu byť fajčené v mnohých podobách (v cigaretách, čisté alebo v zmesi s tabakom, pomocou špeciálnych fajok a vodných fajok...). Drogami, ktoré sa často fajčia, sú marihuana, hašiš, kokaín a heroín. Fajčenie je v porovnaní s injekčnou aplikáciou menej rizikové, podobne ako pri cigaretách sa tu však prejavuje negatívny vplyv zlúčenín vznikajúcich pri spaľovaní.

2. Šnupanie – ide o obľúbený spôsob užívania kokaínu a heroínu, ale aj pervitínu. Pri šnupaní dochádza často k narušeniu nosnej priehradky a k strate čuchu.

3. Inhalácia výparov – tento spôsob aplikácie je typický pre látky zo skupiny organických rozpúšťadiel (toluén).

4. Injekčné užívanie – tento spôsob užívania je najviac rizikový, medzi užívateľmi je však, bohužiaľ, obľúbený, pretože dochádza k rýchlejšiemu nástupu účinku látky, navyše je na dosiahnutie rovnakého efektu potrebné menšie množstvo obvykle drahej drogy.

5. Odvary a pokrmy z psychoaktívnych látok – z niektorých rastlinných drog bývajú pripravované odvary (lysohlávky, durman) alebo pokrmy (marihuanové „koláčiky“, lysohlávky), prípadne môžu byť rozpustené vo



vode (muškátový oriešok) alebo konzumácia v prírodnej podobe (semená durmana, lysohlávky).

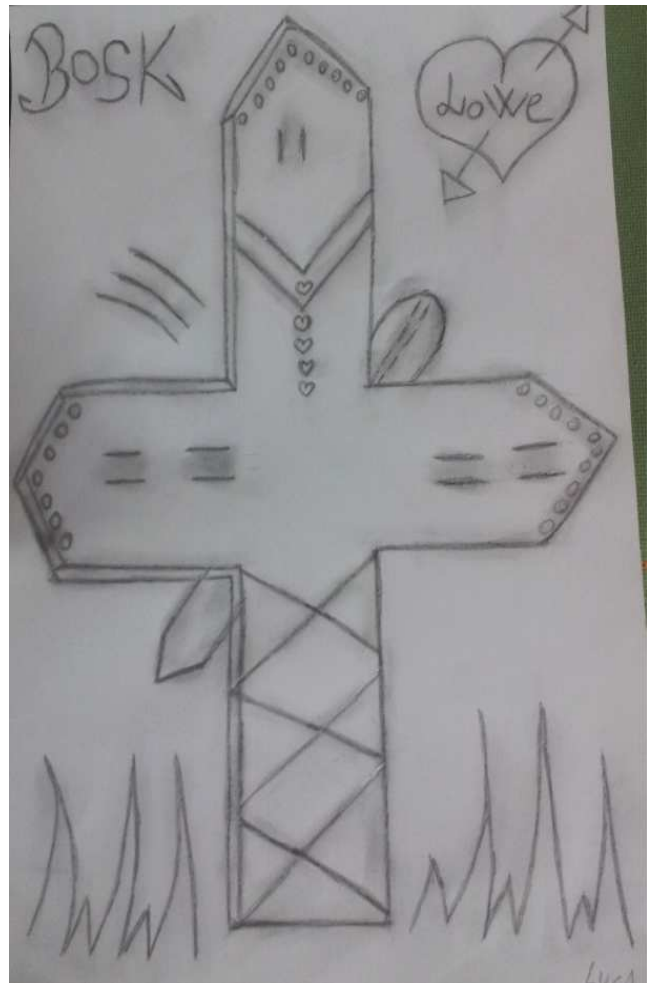
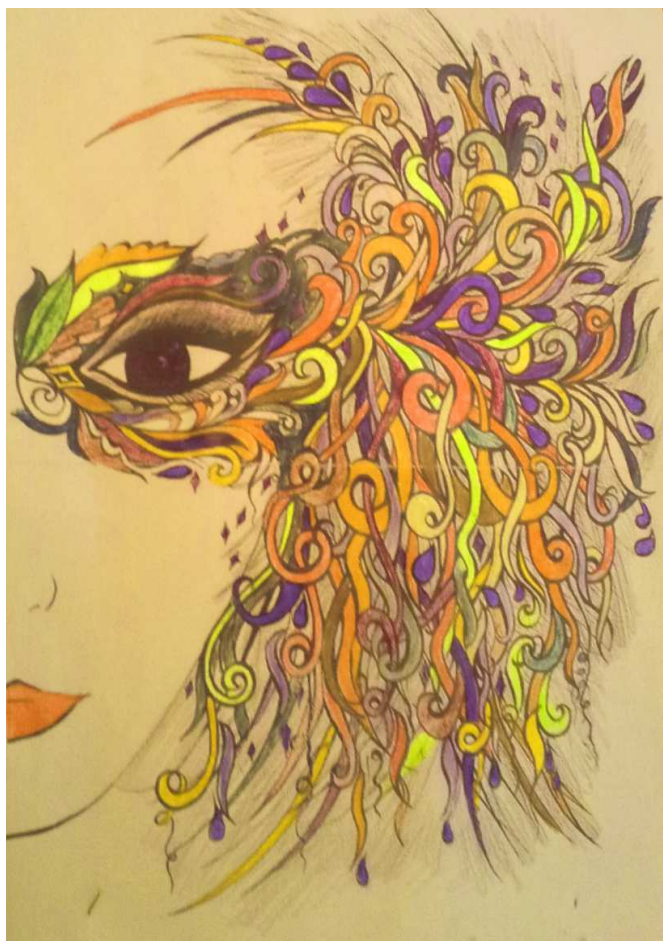
6. Vstrebávanie sliznicou – pod jazykom sa nachádzajú cievy, do ktorých sa látky dané pod jazyk ľahko vs-
trebávajú. Takto sa užíva často napr. LSD (tzv. trip).



Z NAŠEJ TVORBY



Kresby našich dievčat



Jesenné kreatívne výtvarníčky...

Dňa 4.10.2016 sme sa zúčastnili vyhodnotenia súťaže medzi skupinami s názvom “Jesenné výrobky”, pri ktorých sme použili prírodný materiál na ich vyhotovenie. Na naše “výtvary” sme mali 2 týždne. Do súťaže sa zapojili všetky žiačky aj ich vychovávateľa, ktorí ochotne priložili ruku k dielu...

Patrí im za to naša **vdaka!!!**

Keďže výrobky boli všetky pekné, neurčovalo sa ich poradie.

KM







Spracovala: OJ





Na tomto mieste prezentujeme modely,
ktoré ušili naše dievčatá.

OZNAMI!

Samozrejme, prítomnosť a dĺžka vlasov a farba vlasov sú záležitosťou každého jednotlivca.

Všetchny modely sú vyrobené z kvalitných materiálov a sú vhodnými pre každú ženu.

My, obchodníci, máme za úlohu predstaviť vám tieto modely a pomôcť vám pri výbere.

Zapíšte sa na naše katalógy a budete mať vždy v rukách najnovšie modely a trendy.

Kedykoľvek nás navštívte.

Ďakujeme za vašu podporu a veríme, že budú vaše modely a trendy.

Modely sú vyrobené z kvalitných materiálov a sú vhodnými pre každú ženu.