



KVĚTEN 2022



WARES

we are students

37



ROZHOVOR

s Danielou Bendovou

1. Jak jste se dostala k učení?

Jelikož mě baví sport, tak jsem se přihlásila na studium tělesné výchovy. A angličtinu jsem si vybrala, protože ráda cestuji a chci se s každým dorozumět.

2. Baví vás tato práce?

Ano baví (pokud jsou žáci hodní).

3. Který předmět se vám vyučuje nejlépe?

Tělocvik, jelikož sportuji už od malička.

4. Chcete pokračovat ve vyučování?

Ráda bych zůstala, ale jsem otevřená všem příležitostem.

5. Co byste dělala. Kdyby jste nebyla učitelka?

Šla bych do armády.

Děkuji za rozhovor.

M. Štáfek 7.C



PREVENCE NA NAŠÍ ŠKOLE

- dnes na téma SEBEPOŠKOZOVÁNÍ

Okolo 10 % mladých lidí zmiňuje, že se někdy sebepoškozovalo, tento problém se ovšem může vyskytovat i u dospělých. Jedná se o jakékoliv projevy chování, kdy si člověk záměrně fyzicky ubližuje. Nejčastěji jde o poraňování kůže. Pro ty, co tím prochází, může být velmi těžké se s tímto problémem svěřit či získat pochopení, jelikož ostatní mohou zpanikařit, vyděsit se nebo se rozčlít.

Důvody sebepoškozování:

Sebepoškozování je s největší pravděpodobností výsledkem nějaké jiné emoční těžkosti – studu, smutku, nervozity, vzteku.

Může se vyskytnout názor, že to mladí lidé dělají kvůli 'hledání pozornosti' – i pokud by tohle byl jediný důvod, může to být volání o pomoc a důležitý signál potřeby vyslechnutí, péče nebo starostlivosti.

Sebepoškozování může vést k dlouhodobým zdravotním problémům. Pokud se sebepoškozujete, zkuste najít jiné, bezpečnější způsoby, jak se vypořádat s návalem těžkých pocitů a napětí, když k nim dojde, nebo třeba zkuste mobilní aplikaci Napanikař, viz obrázky.

Nejlepším řešením však stále zůstává svěřit se. Neboť sdílená starost = poloviční starost. Pamatujte, že na nic nejste sami.

Mgr. Andrea Janičková, školní metodička prevence

ZKLIDNIT SE

- Horká vana
- Procházka venku
- Mluvit sám k sobě soucitně

UVOLNIT NAPĚTÍ

- Sport
- Studená sprcha
- Poslech hlasité hudby
- Bouchání do polštáře
- Mačkat kostku ledu, dokud neroztaje

ROZPTÝLIT SE

- Vyjmenovat vše, co vidím okolo sebe
- Sledovat film nebo seriál
- Napočítat do tisíce
- Kreativní činnost

VYHLEDAT SPOLEČNOST

- Vyhledat veřejné místo
- Vypovídat se blízké osobě
- Starat se o domácího mazlíčka

MÍSTO SEBEPOŠKOZOVÁNÍ
MŮŽU ZKUSIT...

#NEVYPUSTDUŠI

MOBILNÍ APLIKACE NEPANIKAŘ

PRVNÍ PSYCHOLOGICKÁ POMOČ PŘI:

DEPRESI ÚZKOSTI PANICKÉ ATACE

SEBEPOŠKOZOVÁNÍ MYŠLENKÁCH NA SEBEVRAZDU

Aplikace Napanikař
napanikar.info@gmail.com

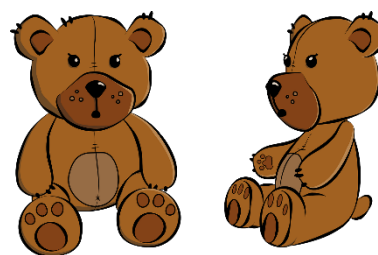
Google Play App Store

zdroje: www.nevypustdusi.cz, www.napanikar.eu



Z PARLAMENTU

- V květnu proběhla sběrová akce, při které se vybralo 6074,5 kg papíru. Výtěžek akce bude věnován na potřeby žáků (odměny za soutěže, akce ŽP, vybavení školy).
- 1.6. Den dětí - „No bag day“- soutěž o nejoriginálnější zavazadlo na učení – učení přinést v čemkoli kromě školní tašky. Každá třída může vyslat maximálně 2 soutěžící.
- 15.6 - 16.6. - sbírka plyšových medvídků pro Vánoční dům v Karlových Varech.



A. Šimmer 7.C

BELA

Osoba, kterou bych vám chtěla představit, je jedna z mých kamarádek. Bela je menšího vzrůstu, s krátkými hnědými vlasy a světle modrýma očima. Je krásná, jedna z nejhezčích holek, které znám, i když si to sama nemyslí. Byla by schopná se pro ostatní rozdat a nenechala by si ani trochu pro sebe, protože jsou pro ni ostatní důležitější. Snaží se být na všechny milá, i když jí to občas nevyjde, ale nemůžeme se na ni za to zlobit. Kdo by totiž dokázal být na všechny hodný a dostávat odpověď v podobě vzteku? Někdy je taky tvrdohlavá a musí si prosadit své. To mě přivádí k tomu, že se nebojím říct svůj názor. Je velice nadaná na malování a zpívání.

Ukončila bych to tím, že je to má nejlepší přítelkyně. Vždy se mi snaží pomoci, jestli je to úkol do školy nebo situace v osobním životě. Jsem ráda, že je tu stále se mnou.

Charakteristiku napsala A. Vrabcová, 7. B

EKOTÝM

Letos jsme se opět zapojili do akce Uklid'me Česko!

Uklid'me Česko je dobrovolnická úklidová akce, která probíhá na území celé České republiky. Jejím cílem je uklidit nelegálně vzniklý nepořádek. Společně v jeden den.

V roce 2012 vznikla webová a mobilní aplikace ZmapujTo (www.zmapujto.cz), prostřednictvím které mohou občané informovat úřady o černých skládkách a dalších problémech ve svých městech a obcích. Nahlášených skládek však přibývalo, ale skoro žádné nemizely. Ukázalo se, že není v silách úřadů uklidit všechny skládky a vyřešit každý nahlášený problém. Proto se organizátoři rozhodli založit spolek a uspořádali na jaře 2014 první ročník úklidové akce s názvem Uklid'me Česko. Hned v prvním ročníku se podařilo oslovit a motivovat desítky tisíc lidí.

V roce 2016 se aktivně zapojilo už přes 86 000 dobrovolníků a sebralo přes 1600 tun odpadu, z toho se podařilo 23% vytrídít. V roce 2019 se pak do 3895 úklidů zapojilo celkem 157 163 dobrovolníků, což byl zatím rekord. V roce 2021 i přes COVID omezení se zúčastnilo na 2 496 různých místech Česka 75 450 lidí. Do úklidů se zapojují stovky škol, spolky, sdružení, hasiči, záchranáři, policisté, vodáci, turisté, sousedé, studenti, maminky, důchodci, celá města, obce i několik mediálně známých tváří.

Naše třída (6.B) se společně s paní učitelkou Maršíkovou účastnila akce v Litvínově v pátek 22.4.2022. Tento den se slaví i Den Země, což je celosvětová událost organizovaná každý rok 22. dubna a je zaměřená na propagaci a podporu ochrany životního prostředí. Poprvé byl Den Země slaven v roce 1970, v současnosti probíhá každoročně ve více než 193 zemích světa a je koordinován organizací Earth Day Network.

Uklízeli jsme po cestě od naší školy cestou k obchodnímu centru Máj a skončili jsme až u dětského hřiště v ulici Tylova. Bordelu a odpadků bylo po cestě dost, mezi nimi například zpětné zrcátko od auta. Myslím si, že tato akce pomáhá životnímu prostředí a má smysl.

Matyáš Tomčík, 6.B





The Nightmare – Episode 2

There was a warm of a bed. Was it all dream? Sarah opened her eyes. It was an ordinary sunny evening. Sarah got up and sprinted to the kitchen, everything seemed normal. „Was it all just a dream?“, she thought to herself ... She ate her breakfast and started exploring the house. Then she stopped walking and looked at the picture on the wall. Five minutes ago it was looking out of the window, now it was watching her. She ran to her bedroom. The window was open although she remembered closing it. „What is happening here?“

Then she heard it, the steps on the rooftop. She ran out of the house and looked at the rooftop. There was no one. **To be continued ...**

By Lída Tauberová, 8. B



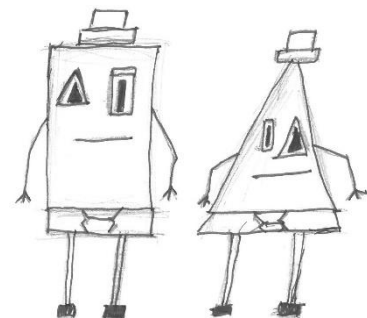
Gábina in Dreamland

It was night. My dad got hurt and went to the hospital. My mother ran into the house, but when I wanted to run in there the door was locked. My mother was already up the stairs. When I started crying the door opened. I was shocked but I ran immediately into the house. I saw two weird looking guys. They were both wearing black suits, one of them was red and the other one was blue. They had yellow eyes and weird shaped like a Picasso painting. I was so much scared of them so I wanted to run up the stairs but they stopped me and told me that in every floor there is something. When they let me go, I ran up. There wasn't any light and I saw my dad as a white ghost. I wanted to hug him but I couldn't. I ran up the next stairs and I was crying all the time I was in there. On the next floor there was a turquoise room with white light and lots of other rooms coming from it. I was running through the room and then I got into the last room. There was a bowl with an apple but I couldn't eat it because the apple was rotten. I went through the glass door that was in there and I was in the hospital. Somehow I thought that my mum was gonna be in there with my dad and I kept running to the end of the hallway until I saw my dad. He told me that my mother got away with those two guys so I had to run again. On the next floor there was snow and ski. So I thought that I had to get on the ski. I skied down the hill. At first it was easy but then I fell down the hill. I went unconscious. When I woke up I was in front of the house and ran into the house again. But it wasn't locked this time. The two weird guys were standing there with my mother.

Nightmate short poem ^^

Dreams are sometimes fun and sometimes bad.
When we have them we're so glad.
Nightmares are so bad but when you get used to them,
you're not so scared.

By Gábriela Muráriková, 7. B



Sedím si takhle ve vaně

Sedím si takhle ve vaně,
čtu knížku o lásce a o světě plném zisku.

Láska byla tak snadná,
než přišel ten kluk a řekl: „Ty jsi tak krásná!“

Byla jsem v šoku, když na mě hleděl v pocitu hezkém,
možná že se i trochu stydl.

C. Arvizu, S. Vančurová, R. Blažek 4.B



Ilustrace: N. Hájková 7.B

Kosti 4

Fenrys zíral na Bryce a ta zírala zpátky. Srdce zaseklé někde v krku. Fenrys udělal krok vpřed. Měla být šťastím bez sebe a jít se mu vrhnout kolem krku. Jenže nemohla. Radost naplnil jen nepříjemný pocit. Její bratr měl temné oči, které dokonale nahradily nádhernou zeleň, která je obývala předtím. Kůži měl na nějakých místech prorostlou mechem a nad klíční kostí mu vyvstával hrubý povrch. Byla to kůra. Po zádech jí přeběhl ledový mráz.

„Bryce.” Jeho sametový hlas ji vytrhl z přemýšlení a srdce jí poskočilo, když si všimla, že je od ní už jen deset stop. „Prosím,” pokračoval, ale Bryce už byla na nohou. Podívala se na něj nevěřícím pohledem. Jakmile se jejich oči znovu setkaly, uvědomila si, co znamenají. Když ho viděla poprvé, jeho oči byly zelené. „Ještě si nebyl zasvěcen,” obvinila ho se zatajeným dechem. „Pořád se měníš.” V jeho tváři se objevil bolestný výraz. „To zasvěcení už probíhá. Stačí mi splnit už jen jeden úkol. Musím tě-” přerušil ho zvuk z lesa. Zapískání. Brycino srdce pokleslo. Byl to signál. Signál lidu... pro Fenryse. Byla to past. Zaprodal ji. „Ne,” vydechla ztrhaně. Přeci jí nemohl tak ublížit. „Zabili by mě. Musel jsem tě přinutit, aby si ho vzbudila, když si spala. Bryce musel jsem,” řekl poraženě.



Bryce teď stála přímo před ním. Měla pocit jako by se potápěla ve vlhkém betonu. „Koho? Co si provedl?” Hlas měla slabý. Fenrysovi se přes obličej mihl úsměv. Najednou jí silně popadl za ramena. „Bryce,” řekl výsměšně a znovu ji obdařil úsměvem. Srdce se jí rozbušilo nanovo. „Je to prázdné a klidné,” prohlásil klidným hlasem. Bryce se oči zalily slzami, jak se marně snažila dostat pryč z jeho pevného sevření. „Člověka to pohltní a nepustí. Je to chladné a nezastavitelné. Co je to?” Sametový hlas, který mu vycházel z úst teď zněl jako jed. Odpověď na tu otázku věděla hned a vyděsilo ji to natolik, že skrz zatnuté zuby zavzlykala. „Co. Je. To,” zabroukal a levou rukou ji poklepal na rameno. Smrt. Jedině smrt je nezastavitelná. Bryce ale neodpověděla. Neměla na to čas, protože se zem pod ní propadla.

Pohltila ji nejdřív mlha a tma. Narazila do něčeho studeného, mokrého a ten pach. Ten pach nemohla nikdy zapomenout. Trhaně se nadechovala a když se podívala nad sebe zoufale vykřikla. Byla zpátky. Vysoké zdi ale tentokrát byly nižší a cesta nekončila. Viděla, jak zatáčí doprava. Bláto začvachtalo jak se Bryce pomalu postavila na nohy.

Zamrazilo ji do morku kostí, když se v dálce ozvalo hlasité zadunění. Ucítla, jak se pod ní chvěje zem

a ještě něco. Něco hrdelně zaskřehotalo a to něco se právě blížilo k ní. Utíkala. Na konci uličky se otočila a uviděla to. Vypadalo to jako stonožka, akorát mnohem větší. Byla pobledlé, zelené barvy a z hlavy jí trčely tykadla. Bryce se neohlížela a zahrnula doprava. Musela





se dostat ven. Okamžitě. Tahle ulička byla mnohem kratší a na konci se větvila.

Polil ji ledový chlad, když si uvědomila, kde se nachází. Bylo to bludiště. Její bludiště. A Bryce její večerí. Řítla se dál. Nohy jí na blátě pořád ujížděly, až nakonec uklouzla. Bláto ji sevřelo. Bylo chladné a kluzké. Kroutila se a vzpouzela. Rukama se hrabala pryč, když v tom je znovu nahmatala. Kosti, jenže teď jich bylo mnohem více.

Přehrabovala se v nich a lapala po dechu. Jediné, co měla v puse bylo bláto a nemohla do sebe dostat žádný vzduch. Nechtěla zemřít. Nechtěla skončit sežraná. Konečně nahmatala zeď a otřela si oči. Seděla, opřená o zeď a zhluboka dýchala. Zůstala by sedět i nadále, kdyby se zpoza zdi nevyřítla stonožka. Bylo to to stvoření, které probudila? Měla jen jediné zbraně a ty se nacházely hned vedle ní.

Muselo to vyjít. Našla první kost, která byla dost zašpičatělá a sevřela ji v ruce. Postavila se a čekala. Stonožka se k ní blížila ve stejném rytmu, jako bušilo její srdce a když byla dost blízko, Bryce udeřila.

Obluda zavrčela, když jí Bryce vypíchla oko. Ve stejný okamžik se rozezněly zvony. Stejný ohlušující zvuk, který si tak dobře pamatovala. Stonožka zmizela a s ní i její ohavné bludiště. Zem se opět propadla. Bryce pohltila tma. Chtěla vykřiknout, ale její výkřik pohltily bubliny. Byla ve vodě. A věděla, že je to konec.

Doufala, že možná se jí Fenrys před smrtí snažil varovat. Že ji chtěl varovat o smrti, která si pro ni přijde. Kterou na ni seslal. Klesla do hlubokého konce. Nemohla popadnout dech, jak se snažila vnímat proud uvnitř sebe. Její tělo se třáslo a víčka jí začala klesat. Světlo v jejich žilách sláblo. Vydechla a věděla, že je to naposledy. Zorničky se jí rozšířily. Potápěla se do temnoty. Vzдалa se. Byla pod hladinou, kde dole hořela temnota. Smrt byla přesně taková, jak ji Fenrys popsal. Byla klidná, prázdná a nedala se zastavit.

K. Jasanská 8. B

Višeň

„Miko, hej. Posloucháš mě?“ Jemně do mě drkne ramenem má kamarádka Terka, která sedí ve školní lavici vedle mě.



„Co? Jo poslouchám.“ Zalžu, protože momentálně jsem byla mimo okolní dění. Kreslila jsem si totiž propiskou do sešitu fyziky osminovou notičku.

„Jo? Tak co jsem teda říkala?“ Položí mi tuhle ohranou otázku, kterou má v oblibě užívat moje mamka.

„Něco o Lauře, nevím nepamatuju si to pře-“ zbytek věty už mi zůstane na jazyku, protože mezi nás přilítne bílá křída, kterou ještě před pár sekundami svíral mezi prsty učitel fyziky, pan Pišota.

„Promiňte slečny, snad vás neruším při tom vašem nesmyslném krafání během toho, co tu třídě dělám výklad.“ Napomene nás a zamřít se mu brýle.

Letmo se ohlídnu po Terce která na mě s údivem vykulí oči. Potom obě dvě zavrtíme hlavou, že nás neruší. Když se pan Pišota otočí zpět k tabuli, střetne se můj pohled s Tadeášem.

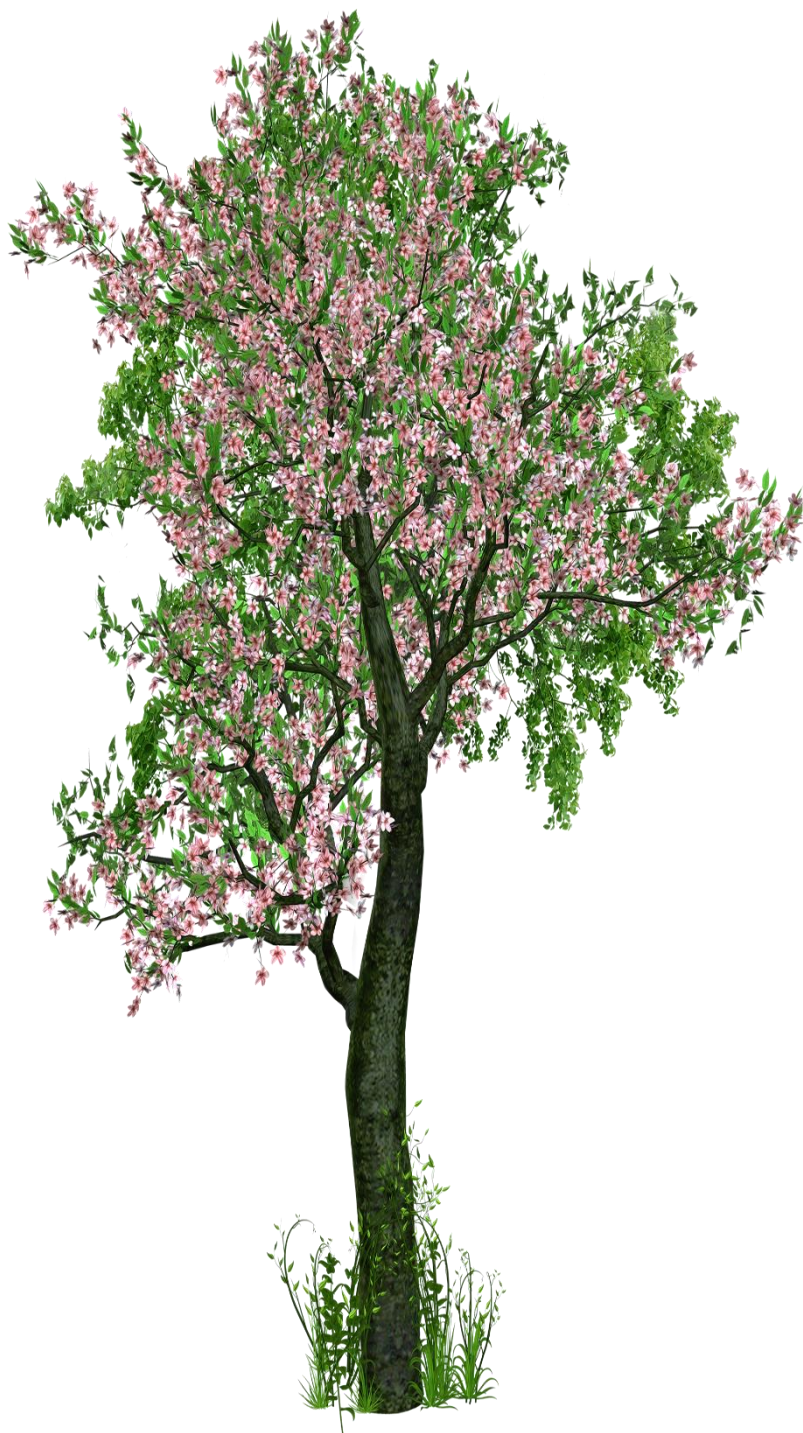


S klukem o kterém snad každá dívka na téhle škole sní. Je to pohledný vysoký kluk s kouzelnýma očima. Kluk který sedí ve třetí lavici a na tváři mu pohrává úšklebek. Zastrčím si pramínek vlasů za ucho a sklopím pohled. Jen se na mě usměje a otočí se ke svému sousedovi.

-
Společně s Terkou vycházím ze školy a hned po pár krocích se s ní loučím, protože ona jde na autobus a já čekám u školy na mamku, která mě každý den odvážíze školy autem. Občas si připadám trapně, je mi přece patnáct a myslím si, že bych ty tři zastávky autobusem domů zvládla. Jenže mamka si myslí pravý opak. Její starost jí však nemůžu zazlívat, je to prostě máma.

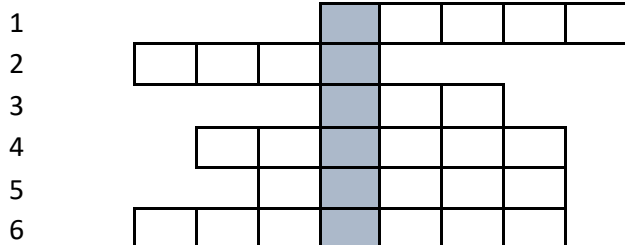
S Terkou se na rozloučenou obejmou a ona přejde přes přechod po kterém zamíří k autobusové zastávce, která je přes ulici. Já se posadím pod višně, která tu stála snad ještě dřív než se naše škola vůbec začala stavět. A i přesto pořád kvete a plodí. Chvilí se rozhlížím kolem a na mobilu kontroluji čas. Nikdo kolem nebyl, protože je dnes 1. máj a tak všichni spěchají po městě hledat třešeň, pod kterou se chtějí se svou polovičkou políbit. Otevřely se vchodové dveře školy a vyšel z nich Tadeáš, tentokrát bez své party kluků. Lehce jsem zvedla hlavu a podívala se na něj. On se ohlédl mým směrem a zamířil si to ke mně.

„Zvláštní že všechny holky dneska čekaj pod třešní, ale ty sedíš pod višni.“ Zavtipkuje a já jen s úsměvem myknu rameny. Skloní se a rukou mě chytí za tvář, zvedne mi jemně hlavu a svými rty se dotkne těch mých. Já ho chytím za rukáv trička stáhnu ho na lavičku vedle mě. Nakonec jsem toho čekání pod višni nelitovala. Už nikdy.



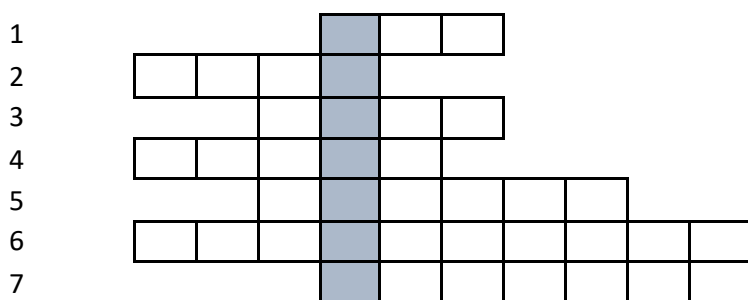
N. Ondřejková 7.A

Křížovka - složení atomu



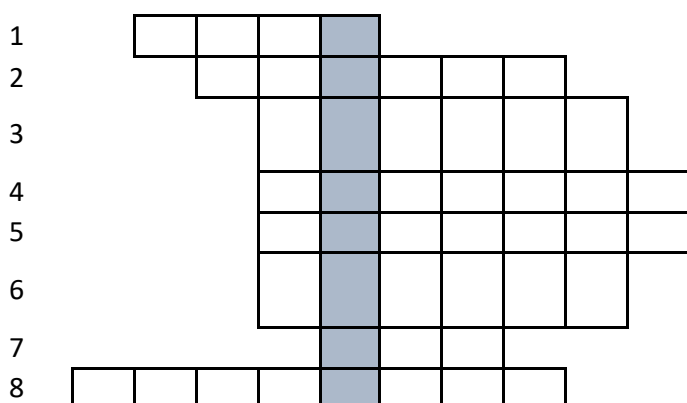
1
2
3
4
5
6

hlavní město ČR
vánoční ryba
zrakový orgán
strunný elektrický nástroj
domácí zvíře
obilovina



1
2
3
4
5
6
7

anglicky nový
řeka, do které vlévá Vltava
nástroj na konci tužky
na stonku má květina ...
nejvyšší hora Jeseníků
slovní druh (10)
jarní žlutá květina



1
2
3
4
5
6
7
8

květina s trny
sousední stát
první planeta sluneční
soustavy
nosíme v tom věci do školy
obrazovka u počítače
těleso složené z šesti
čtverců
anglicky starý
ozdoba uší

P. Balšánová

Recept na koláč

Ingredience:

- půl hrnku cukru krystal
- hrnek polohrubé mouky
- půl hrnku mléka
- půl hrnku oleje
- půlka kypřicího prášku
- špetka soli
- 2 vejce
- jakékoliv ovoce nebo na čokoládu navrch



Postup: Vyšleháme vejce s cukrem. Postupně začneme přimíchávat mouku s kypřicím práškem, solí a mléko. Jako poslední přimícháme olej. Těsto vylijeme do menší formy a troubu si předehřejeme na 180°C. Než se nám ohřeje trouba tak na těsto dáme libovolné ovoce, čokoládu apod. Pečeme cca 30-40 minut.

A. Švábová 9.A



Jarní modelování 1.B



Třída 1.C

Den matek



Čarodějnice

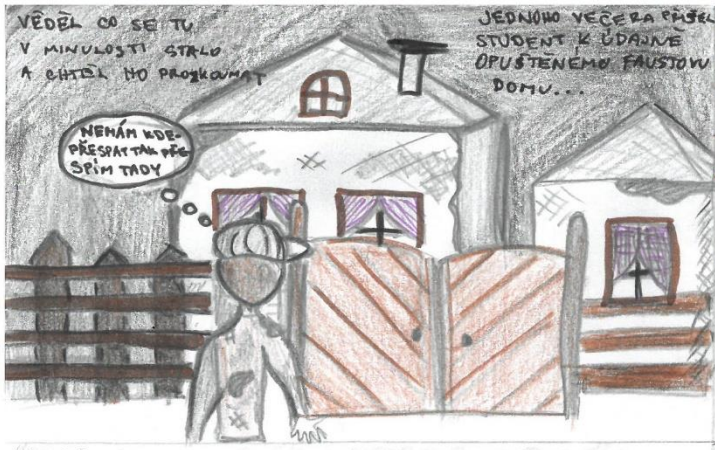


Šnečku šnečku.....



Den Země





VEĎEL CO SE TU V MINULOSTI STALO A CHTĚL HO PROKLOUMAT

JEDNOHO VEČERA PŘISEL STUDENT K ÚDAJNĚ OPUŠTENÉMU FAUSTOVU DOMU...

NEHÁM KDE PŘESPAT TAK PŘE SPÍM TADY



KDYŽ NIC NEVIDĚL ANI NESLYŠEL TAK USNUV

EHT...!



DALSÍ DEN..

CO TO TU JE?!

OBJEVIL NĚCO JAKO STAROU LABORATOR



HM POMOHLO BY MI SI HO VZÍT.

PO CHVÍLI PROCHÁZENÍ NAŠEL MĚDĚNOU MISU A V NI LEŽEL TOLAR STUDENT UVAŘEVAL ZDA HO VZÍT ALE NAKONEC ANO.



MĚMAM...

NEMUSEL NIC DELAT (PRACOVAT) A DOSTAVAL PENÍZE. ZA KTERÉ SI POKAŽDĚ NĚCO KOUPI A NĚCO MU VĚDY ZBYLO.

ZA TOLAR SI KOUPI NOVÉ OBLIČENÍ A NĚLO. (V KAPSE MU ZŮSTALO JEŠTĚ PÁR PENĚZ).



MĚM JEŠTĚ PRÁCI NEKONČIL JSTE JI?

NE ZMĚNIL JSI SE

NEBOUŽ SE TU?

MEZI TĚM SE Z NĚHO STAL OPAK SKROMNĚHO ČLOVĚKA.



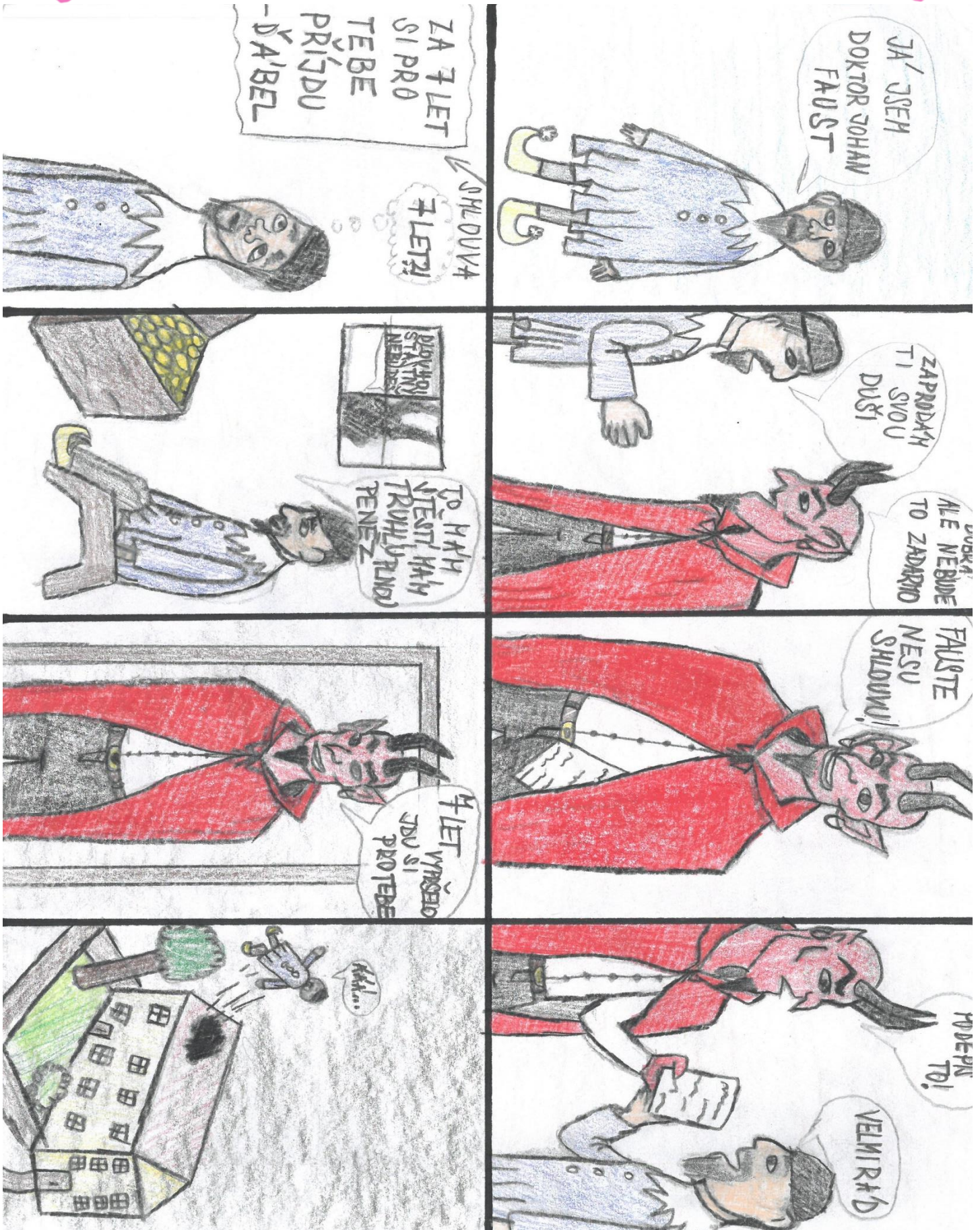
CO TO?!

JEDNOHO DNE ALE TOLAR V MISĚ NEBYL! STUDENT BYL ZASKOČEN, A TOTO VEČERA...



AAAA!!

A TOTO VEČERA SI DÁBEL PŘISEL PRO STUDENTA A ODNESL HO DO PEKLA, PROTOŽE SMLOUVA S NĚM UŽ VYPRÁŠELA. A DÁBEL SI HO ODNESL STROPEM TAKŽE TAM BYLA DÍRA, KTEROU NEZARADIL.



V. Kočí 7.A