



NA LÚKE TANEC
MOTÝLI

WERFERKA

Tanec motýli
Kvety pestrých farieb.
Prichádza môj milý.
Najkrajší z malieb.

Ako víly z báji
V tanci spletené
V kvetnatom máji
Duše spriaznené.

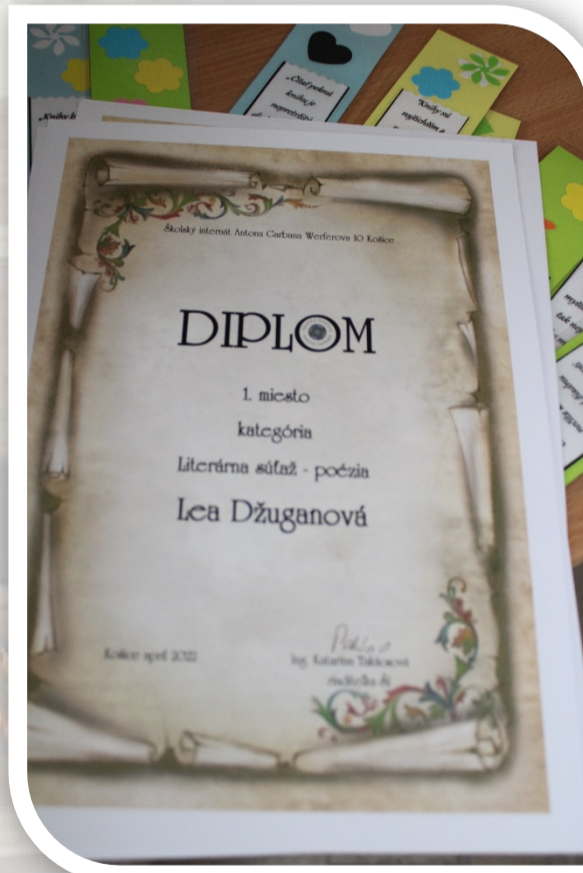
Zem jeho očí
A more mojich
V spleti sa točí
Môj svet v rukách tvojich.

Bozká mi pery
Hladí jemné vlasy
A krásne úsmevy
Nežné jeho hlasy.

Spolu na lúke
Tanec motýli
Spojení v láske
Ja a môj milý.

Nežné krídla motýlie
Dotyky vášne
Odchádza trápenie
Tiché tóny básne.

Lea Džuganová (4. VS)



DEŇ ZEME V ŠI

Organizátori: Ing. J. Čikoš a
Ing. J. Kerestiová

Do celointernátnej
aktivity boli zapojené
všetky výchovné
skupiny.



DEŇ ZEME V ŠI



Werferka

[www. siagarbana.sk](http://www.siagarbana.sk)
irena.koscova@siagarbana.sk

Internátny časopis

Školský internát A. Garbana

Werferova 10

041 15 Košice

WERFERKA

INTERNÁTNÝ ČASOPIS





„NEODKLADAJ NA ZAJTRA, ČO MÔŽEŠ CELKOM DOBRE UROBIŤ POZAJTRA.“

MARK TWAIN AMERICKÝ AUTOR A HUMORISTA 1835 - 1910

ZDROJ: [HTTPS://CITATY-SLAVNYCH.SK/ZIVOTNE-MUDROSTI/](https://citaty-slavnych.sk/zivotne-mudrosti/)

OBSAH

Príhovor do časopisu	3
8 benefitov, ktoré Vám zdravá strava prinesie už počas 1. mesiaca.....	4
Ochutnávka veľkonočných jedál.....	5
Deň Zeme.....	6
Literárna súťaž.....	6
Rozlúčka s maturantami.....	7
Deň narcisov.....	8
Hľadáme talenty v ŠI.....	9
Významné dni v máji.....	11
Deň matiek	11
Dažďová záhrada.....	12
Stolnotenisový turnaj dievčat.....	13
Spolupráca s KSK.....	14
Svetový deň bez tabaku.....	15
Diskotéka v školskom internáte.....	16
Tipy na letné prázdniny.....	17
Aktuality z internetu.....	18
Tajničky na voľný čas.....	19
Redakčná rada časopisu Werferka.....	20

Ani sme sa nenazdali a už je tu pomaly koniec šk. roka . Čaká nás posledný mesiac tvrdej práce v školách a sú tu zaslúžené prázdniny. Čas oddychu, regenerácie a pokoja . Za posledné mesiace sme na našom internáte toho stihli veľa . V rámci Dňa Zeme 22.04. sa všetky výchovné skupiny zapojili do zveľaďovania dažďovej záhrady a upratovania okolo ŠI. Nezabudli sme ani na Deň matiek 08.05. a Deň rodiny 15.05. Každý má svojich najlepších priateľov tak na nich nezabudnime ani 08.06 , bude totiž deň najlepších priateľov . Pre maturantov jedna etapa života končí ,iná ,nová začína . Všetci im držíme palce aby sa dostali na vytúžené vysoké školy, ale aj tým ktorí sa rozhodnú pokračovať školou životom.....**Silvia Šipošová**



8 BENEFITOV, KTORÉ VÁM ZDRAVÁ STRAVA PRINESIE UŽ POČAS 1. MESIACA

<https://www.ta3.com/clanok/193287/8-benefitov-ktore-vam-zdrava-strava-prinesie-uz-pocas-1-mesiaca>

Pri pohľade na stravovanie väčšiny populácie sa môže zdať, že hoci zdravú stravu uznávame ako „blahodárnu“ pre naše zdravie, účinky takéhoto stravovania ako keby nestáli za trochu snahy. Vidieť to na nadmernej konzumácii energetických a iných nápojov s vysokým obsahom kofeínu, na zvyšujúcej sa miere obezity či cukrovky. Zdravá strava nám pritom ponúka benefity, ktoré si možno všimnúť takmer okamžite, minimálne však už v priebehu jediného mesiaca. Aké sú to?

Zdroj foto: Canva



1. ZLEPŠENÉ TRÁVENIE

Umelé prísady (napríklad sladidlá), spracované polotovary, nedostatok vlákniny či prehnané používanie korenín, to všetko sa podieľa na nadmernom zaťažovaní nášho tráviaceho traktu, ktorý na túto záťaž reaguje. To my následne vnímame prostredníctvom bolesti, nadúvania či plynatosti. Naše telo nám tak dáva najavo, že nabudúce by bolo lepšie zvoliť niečo čerstvé, ľahko stráviteľné, ideálne aj s vysokým obsahom vlákniny. Určite však neodporúčame stavať na polotovary, ktoré síce vďaka umelým prísadám naozaj obsahujú veľa vlákniny, avšak často len za cenu vysokých kalórií.

2. ENERGIA - STABILNÁ HLADINA, MINIMÁLNE VÝKYVY

Veľmi častým príznakom nezdravej stravy, obsahujúcej množstvo rýchlych jednoduchých cukrov, je nestabilná hladina energie. Tá prudko vzrastie vždy, keď sa do tela dostane rýchlo spracovateľný cukor. Minimálne rovnako rýchlo však táto hladina začne aj klesať. Typickým príznakom je poobedná únava, ktorú má za následok napríklad pizza, obsahujúca množstvo bielej múky a teda aj jednoduchých sacharidov.

3. LEPŠÍ SPÁNOK

Kvalita nášho spánku závisí do veľkej miery práve od nášho trávenia. Telo potrebuje v noci oddychovať a nemali by sme ho preto zaťažovať ťažko stráviteľnou stravou. Zdravá strava jednoducho nepredstavuje pre telo žiadnu náročnú výzvu a počas spánku sa telo môže takpovediac lepšie sústrediť na samotný oddych.

4. ČISTEJŠIA PLEŤ

Stalo sa vám už, že ste na párty zjedli o čosi viac čipsov a vypili o čosi viac sladkých kokteílů ako zvyčajne a ráno sa zobudili s množstvom akné či iných nepríjemností na tvári? Nebola to žiadna náhoda. Naše telo sa neustále chráni, a to napríklad tým, že sa snaží čo najrýchlejšie zbaviť všetkých škodlivých látok. Ak to však preženieme s nezdravou stravou, telo prestane stíhať a začne toxíny vypúšťať akýmkoľvek spôsobom. To sa prejaví najčastejšie ako ekzém či akné

5. ÚPRAVA VÁHY

To, že zdravá výživa je napríklad pri chudnutí veľmi dôležitým faktorom, ste už asi počuli. Možno vás teda prekvapí, že chudnúť sa dá aj s nezdravou stravou. Samotné chudnutie totižto závisí len od kalorického deficitu. Vďaka zdravej strave však môžeme prijať omnoho väčší objem potravy, ktorý nás zasýti a namiesto prázdnych kalórií nám dodá nutrične bohatú stravu s množstvom vitamínov, minerálov a iných mikroživín.

6. RÝCHLEJŠIA REGENERÁCIA

Myslíte si, že športovci dbajú na správnu výživu a zdravé stravovanie len zo zvyku? V žiadnom prípade. Zdravá strava nielenže dodáva energiu potrebnú k ich výkonom, ale poskytuje im zároveň aj látky potrebné na regeneráciu. Regenerácia je však dôležitá nielen pre športovcov. Každé telo potrebuje regenerovať a látky, ktoré prijíma zo stravy, mu umožňujú doslova opravovať poškodené bunky a tým nás udržiavať pri živote dlhé roky. Zdravá strava sa prejavuje aj v imunite, ktoré je postavená na dostatku vitamínov a celkovej vitality organizmu.

7. LEPŠIA NÁLADA

Viac energie, lepší spánok i čistejšia tvár – už tieto samotné faktory by zrejme prispeli k vašej lepšej náladě, no nie? Tu však pozitívne vplyvy zdravej stravy na našu náladu nekončia. Už len samotná hladina cukru, resp. energie, pokiaľ je stabilná, prispieva k prirodzene lepšej náladě. Túto skutočnosť dokazuje aj niekoľko výskumov, ktoré potvrdili, že po konzumácii jedál s vysokým glykemickým indexom sa môžu objavovať príznaky depresie. A ktoré jedlá alebo potraviny majú prirodzene vysoký glykemický index? Tak napríklad sladkosti, biele pečivo či sladené nápoje.

8. A NAKONIEC - ZDRAVÁ STRAVA JE ZVYK, KTORÝ LEN TAK NEPUSTÍ

Aj zdravá strava sa môže stať návykom, ktorý budete vykonávať úplne automaticky. Stačí jej dať šancu a držať sa jej aspoň ten mesiac. Zdravé snacky či ľahké večere sa stanú prirodzenou súčasťou vášho dňa. Nižšie riziko obezity, srdcových ochorení či cukrovky, to je len zopár problémov, ktorým sa môžete aj vďaka zdravej strave vyhnúť.



OCHUTNÁVKA VEĽKONOČNÝCH JEDÁL V ŠI

Veľkonočné jedlá pripravili naše panie kuchárky, ktoré ukázali svoje nadanie aj našim žiakom.

Foto: Ing. Irena Koščová

„Jesť je nevyhnutnosť, ale jesť rozumne je umenie.“
– François de la Rochefoucauld

Aktivitu
spoluorganizovala
p. vych. Flegnerová.
Kedy: 12. 04. 2022

Kde: Zlatý salónik



DEŇ ZEME

21.04.2022

22. apríl patrí Dňu Zeme. Bolo to **v roku 1970**, keď vedci a ekológovia najmä z USA ovplyvnili fotografickými a telegrafickými snímkami z kozmu, dokumentujúcimi krehkosť a zraniteľnosť Zeme, demonštračne vyzvali k spoločnému celosvetovému úsiliu za ochranu Zeme so všetkým, čo ju robí jedinečnou.

Do roku 1990 venovali pozornosť Dňu Zeme predovšetkým na



americkom kontinente. Skutočne svetovým stal od roku 1990, kedy začalo iniciatívne a koordinácie pôsobiť **Medzinárodné ústredie DŇA ZEME so sídlom v Stanforde (Kalifornia, USA)**. V tomto roku sa pri príležitosti medzinárodného dňa aktivizovalo viac ako 200 miliónov ľudí v 140 štátoch sveta, vrátane vtedajšej ČSFR.



Foto: Ing. I. Koščová

Na včasnom propagovaní a informovaní svetovej verejnosti **Dňa Zeme** sa už od jari 1999 hlavnou mierou podieľa koordináčne centrum **EARTH DAY NETWORK**. Vplyv tohto dňa bol obrovský – odštartoval masívne iniciatívy podporujúce recykláciu a pripravil pôdu pre Konferenciu OSN o životnom prostredí a rozvoji Riu de **Janeiro**.

V školskom internáte sa pri príležitosti Dňa Zeme uskutočnila celointernátna akcia, ktorú zorganizovali **Ing. J. Čikoš a Ing. J. Kerestiová**.

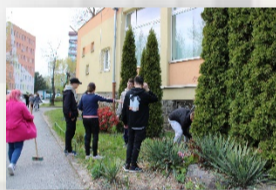
Do aktivity na zveľadenie okolia ŠI sa zapojili všetky výchovné skupiny.

Motto roku 2022 znie – Investujme do našej planéty!

<https://www.enviroportal.sk/vyznamne-udalosti/87>

Prelomovým bol rok 2000 – environmentálne poslanstvo a potreba chrániť planétu sa začali šíriť internetom. Virtuálne prepojenie umožnilo piatim tisíciam environmentálnych skupín koordinovať svoje aktivity a zapojiť do nich širokú verejnosť.

Deň Zeme sa stal globálnym fenoménom, ale stále počíta s miestnymi iniciatívami, ktoré demonštrujú silu zmeny na úrovni jednotlivca. Už niekoľko rokov má tento deň špecifickú tému, ktorá upozorňuje verejnosť na najvypuklejší problém.



Literárna súťaž 2022 v ŠI

Organizátorky:

p. vychovávateľky **V. Flegnerová a Ing. I. Koščová**

FOTO: ING. IRENA KOŠČOVÁ



Vyhodnotenie

V kategórii PRÓZA:

1. Simona Tomahogová (1. VS)
2. Sandra Rybková (3. VS)
3. Ema Boóczová (11. VS)

V kategórii POÉZIA:

1. Lea Džuganová (4. VS)
2. Alžbeta Štubňová (2. VS)
3. Katarína Grohoľová (1. VS)



„Najväčším dobrom je žiť podľa prírody.“ *Marcus Tullius Cicero*

ROZLÚČKA S MATURANTAMI

27. 04. 2022

Organizácia:

Mgr. E. Petková, Mgr. H. Láncošová,

p. Sepešiová

Kde: jedáleň ŠI



ŠKOLSKÝ INTERNÁT
ANTONA GARBANA
WERFEROVA 10 KOŠICE

DEŇ NARCISOV



Foto: internet

28. 04. 2022

Deň narcisov je jedinečná verejno-prospešná zbierka Ligy proti rakovine. Tento rok sa konala už 26. krát.

Na Slovensku je veľa vzácných zbierok. Pre ľudí s rakovinou je však zbierka narcisov tá najvzácnejšia.

28. APRÍLA DEŇ NARCISOV.

Organizácia: Ing. M. Bujňáková, Ing. M. Tomková

ZBIERKA DEŇ NARCISOV BOLA UKONČENÁ 6. MÁJA 2022.

Po 2 rokoch pauzy zorganizovala Liga proti rakovine 26. krát verejno-prospešnú zbierku DEŇ NARCISOV. Opäť aj v uliciach, opäť za pomoci dobrovoľníkov. Prispievatelia, partneri zbierky i dobrovoľníci prijali návrat tohto slovenského fenoménu mimoriadne pozitívne. Po sčítaní vyzbieraného výnosu sú k dispozícii predbežné výsledky, ktoré sú nečakané a veľmi príjemne prekvapili.

<https://www.lpr.sk/necakane-vysledky-dna-narcisov-2022/>

Ročne pribudne na Slovensku okolo 40 000 onkologických pacientov. Popri všetkých negatívnych udalostiach posledných rokov je preto povzbudivou správou, že Deň narcisov priniesol zdroje na projekty, ktoré pomáhajú onkologickým pacientom, predbežne

815 000 €.

Finálna suma bude definitívna po sčítaní hodnoty SMS od mobilných operátorov, ktorí umožnili zasielanie SMS (výnos z tohto zdroja bude známy do 2 mesiacov od ukončenia zbierky).

Zapojení dobrovoľníci

v uliciach: 10 139

Zapojené školy: 402

Deň Narcisov 2022		
Jozefiová Sofia		
Kováčová Lea 1.VS		274,08 eur
Dudašová Ivana		
Dudašová Hana 4 .VS		142,74 eur
Kotorová Kiara		
Juhaščíková Karin 5 .VS		73,12 eur
Firmentová Aneta		
Klačková Karolína 11.VS		112,63 eur
Hajduková Antónia		
Sepešiová Nora 7.VS		204,30 eur

LIGA PROTI RAKOVINE Deň narcisov

POĎAKOVANIE

všetkým zúčastneným spoluorganizátorom a dobrovoľníkom
za aktívnu účasť a spolupodieľanie sa na finančnej zbierke
Deň narcisov 2022,
ktorá sa uskutočnila 28.04.2022.

Celkový výnos zbierky predstavuje v Košiciach a okolí
sumu **45.829 EUR**

Výnos z finančnej zbierky bude použitý podľa rozhodnutia Generálnej rady LPR a na základe Stanov LPR na služby a aktivity v prospech onkologických pacientov, na podporu medicínskych a výskumných projektov, ako aj vzdelávacích a informačných projektov.

Košice, 10.5.2022

Ing. Eva Kováčová
výkonná riaditeľka
Ligy proti rakovine

Ing. Ľubica Slatina
manažérka Centra pomoci
koordinátorka zbierky

LIGA PROTI RAKOVINE SR
BREŠTŤOVÁ 6
821 02 BRATISLAVA
www.lpr.sk

IBAN: SK01 0900 0000 0054 5454 5454
www.den-narcisov.sk

CENTRUM POMOCI LPR
PAULÍNHOV 63
040 11 KOŠICE
slatina@lpr.sk

LIGA PROTI RAKOVINE Deň narcisov

POĎAKOVANIE

za aktívnu účasť a spolupodieľanie sa na finančnej zbierke
Deň narcisov 2022,
ktorá sa uskutočnila 28.04.2022.

Celkový výnos zbierky predstavuje v Košiciach a okolí sumu
45.829 EUR

Spoluorganizátor:
**Školský internát A. Garbana
Werferova 10
041 15 Košice**

sa na tejto zbierke podieľal vyzbieraním finančných prostriedkov
v celkovej sume **806,87 EUR**

Ing. Eva Kováčová
výkonná riaditeľka
Ligy proti rakovine

Ing. Ľubica Slatina
manažérka Centra pomoci
koordinátorka zbierky

LIGA PROTI RAKOVINE SR
BREŠTŤOVÁ 6
821 02 BRATISLAVA
www.lpr.sk

IBAN: SK01 0900 0000 0054 5454 5454
www.den-narcisov.sk

CENTRUM POMOCI LPR
PAULÍNHOV 63
040 11 KOŠICE
slatina@lpr.sk

HĽADÁME TALENTY V ŠI

Predstavujeme

mladú spisovateľku z 1. VS

Simonku Tomahoghovú

a to jej príbehom, s ktorým sa chcela podeliť aj s Vami, našimi čitateľmi.

V našej Literárnej súťaži sa umiestnila na 1 miesto v kategórii „próza“

SLABÁ CHVÍĽA

„Musíš to držať takto, pozri,“ povedal muž týčiaci sa nad dievčatom. Mohlo mať tak osem rokov. Medové vlásky jej obkolesovali bezchybnú, hladkú tváričku a spod priliš veľkej poľovníckej čiapky, ktorá jej jemne padala do tváre jej vykúkal párik olivových očí. Niekedy sa však zaleskli až domedova, či chytali smaragdové odtiene. Ústa mala rozťahnuté do úsmevu, líčka trochu sfarbené načerveno kvôli prichádzajúcej zime a tým pádom aj chladnejšiemu vzduchu.

Muž obalil jej maličkú rúčku vo svojej veľkej dlani a prstami trochu upravil to, ako držala revolver v chladnej rúčke. Keď jej však chcel ruku pustiť, musel sa natiahnuť zasa späť, aby jej zatiaľ zaistená zbraň nespadla k nohám, ktorými celý čas šúchala medzi napadaným lístím a zvukom lámajúcich sa vetvičiek a schúlených rastlín na zemi tak dopĺňala túto jesennú scenériu.

„Ale tatí, to predsa nejde,“ zaklonila hlavu, takže jej priveľká čiapka spadla do tváre, zakrývajúc ju takmer celú, a zasmiala sa nad vlastnou nešikovnosťou.

„Všetko ide, len musíš chcieť,“ pousmial sa tiež a čiapku jej znova napravil, aj tak nezostala na svojom mieste. V porovnaní s jeho, chytil jej o dosť menšiu pažu a znova napravil pozíciu jej ruky a zbrane v nej, dával pri tom pozor, aby náhodou nepoložila prst na spúšť. Síce by sa zrejme nič nestalo, ale chcel si byť istý.

„Fajn, daj sem aj druhú ruku,“ chytil ju za druhú dľaň a priložil ju k prvej, prsty jej poprepletal tak, ako to bolo správne, ale zároveň aj tak, aby sa jej dobre držalo. Jednu ruku stále pre istotu nespúšťal a istil ju.

„Držíš?“ opýtal sa kontrolne. Dievčatko sa usmialo a prikývlo, snažiac sa tentoraz nezhodiť si čiapku do očí.

„Držím,“ potvrdila a trochu netrpezlivo sa zavrtela, znova zavrtela nohami medzi napadanými lístkami.

„Dobre, takto, aha, pozeraj na mňa, posunieš kohútikom,“ posunul palec trochu vyššie, tak ako povedal. Dcéčka mu na to len prikývla, hrane sa tváriac čo najväčšie sa len dalo.

„A teraz si poriadne zamier na svoj cieľ,“ vtedy sa k nej prikrčil, aby mohol mieriť spolu s ňou a pomaličky jej hýbal rúčkou, až kým zbraň nedržala natočenú správnym smerom. Keď sa povedalo *cieľ*, obaja pod tým mysleli prázdnu plechovku postavenú na neďalekom polene, len zopár metrov pred nimi.

„Tak, a keď si budeš istá, môžeš stlačiť spúšť,“ upozornil ju a nechal ju, nech si zamieri sama. Vlastnú ruku však neodťahoval úplne. Hoci revolver, ktorý sa dnes rozhodol vytiahnuť nebol veľmi veľký, vždy tu bola šanca spätného rázu.

Chvíľku ešte škúľila očkami a zamieravala tak, aby plechovku s čo najväčšou pravdepodobnosťou trafila. Keď si bola istá, že cieľ neminie, hlboko sa nadýchla a dlho vydýchla. S výdychom začala maličkým prstekom tlačiť spúšť zbrane, až sa nakoniec ozvalo hlasné a zreteľné, *prásk*.

Zvuk streľby preťal celý lesík, alebo vlastne len tých zopár stromov, ktoré tu ešte stáli a k smrti vydesil aj okolité vtáčstvo, ktoré sa strachom rozletelo na všetky svetové strany, pomedzi kriky, či smerom k blízkemu mestečku. Dievčatko však zaujímalo len jedno jediné a to práve plechovka spadnutá na zemi. Ihneď, ako si uvedomilo, že sa trafilo presne tak ako chcelo, začalo radostne poskakovať, šuchotu pod jej nôžkami tak bolo ešte pridané na hlasitosti.

„Videl si to, videl? Trafila som sa!“ radostne sa otočila na otca za sebou, neprestávajúc skákať z miesta na miesto. Ten sa na ňu len hrdo usmial, šťastný z toho, že spolu zas strávili trochu času a samozrejme z toho, že sa jeho dcérka raduje.

„Pod, presvedčíme sa o pravde,“ zavelil, a tak spolu prešli tých pár metrov k plechovke váľajúcej sa na zemi pod polenom, na ktorom ešte pred pár momentmi vzpriamene stála. Zodvihol ju, oprášil a ukázal dcérke.

„Je v nej diera. Ha!“ zväčšila a stále poskakujúc na ňu ukazovala prstami.

„Prirodzený talent,“ znova sa usmial a pohladil po vláskoch, s ktorých jej popri tom, ako sa ošívava čiapka spadla tentoraz úplne. Keď sa už konečne upokojila, vystrel ruky a pritiahol si ju do hrejivého objatia. Chvíľu takto obidvaja stáli, bez zbytočných slov. Mohli tomu byť aj dobré tri minúty, keď dcérka prehovorila a ticho preťala svojim melodickým detským hláskom.

„Vieš čo tati?“ zamumlala mu do rukáva.

„Hm?“ oval sa na odpoveď a zároveň ako signál, že má pokračovať.

„Ja budem policajtká,“ stále rozrušene sa mu aspoň čiastočne vymotala z objatia. Len natoľko, aby mohla zodvihnúť strapatú hlávku a uškrnúť sa naňho.

„Vážne?“ naoko neveriacky sa na ňu pozrel, no kútiky úst sa mu zodvihli do očividného úsmevu. Hrdého úsmevu.

„Uhm,“ prikývla.

Simonka Tomahogová

Slabá chvíľa

„No dobre, policajtko. Pôjdeme sa pochváliť domov, čo myslíš?“ opýtal sa, no odpovede sa mu už nedostalo. Dievčatko sa zvrtilo na päte a upaľovalo vychodenou cestičkou, ktorou prišli.

„Ja budem prvá!“ stihla ešte zakričať.

A zrazu to všetko zmizlo.

Už nebolo počuť ako im šuchotalo pod nohami, ani jej melodický smiech.

Zobudila sa. Tentoraz ju však nevystrelilo do sedu ako inokedy, nie. Len tak ležala, klipkala očami a snažila sa dostať späť do reality. *Do reality, v ktorej pre ňu byť policajtkou, tak ako si to kedysi zaumienila, už neznamenal strieľanie na zhrdzavené plechovky, ale prípad chladnokrvného sériového vraha.* – TU BY SA ČISTO TEORETICKY DALI DAŤ LEN TRI BODKY. POSLEDNÁ VETA JE PRIPÍSANÁ, ABY TO MALO NEJAKÝ KONIEC.

Toto nie je dobré, pomyslela si. Bola zvyknutá na to, že sa jej vracali nočné mory, no teraz ju v spánku mákali už aj spomienky. Nebola to síce zlá spomienka, pravda. Problém však bol v tom, že aj tie dobré v nej teraz vyvolávali úzkosť. Nepreniesla sa cez to všetko. Ešte stále nie. Aj keď si vkuse opakovala, že to už je v poriadku, že je to za ňou. Nebolo a jej to ustavične vháňalo slzy do očí, ktoré zakaždým potlačila. Musela byť silná, bola predsa Brave. Bola k tomu vychovávaná. Aby sa o seba vedela postarať, aby sa v tomto nesmierne veľkom a čím ďalej, tým viac čudnejšom svete nestratila. A aj tak . . . keď sa nestrácala vo svete, strácala sa sama v sebe.

Niektor tvrdí, že to je proste trauma, niektor zasa, že to je úplne prirodzené. Jej sa to však nepáčilo, neznášala cítiť sa tak bezmocne, tak slabo.

Unavene si pretrela oči a narovnala sa. Zas zaspala na gauči. Pomaly sa posadila a až vtedy si všimla do polovice zaklapnutý notebook ležiaci vedľa nej na zemi.

„Dokelu,“ povzdychla si, zohla sa poň a položila ho pred seba na konferenčný stolík. Otvorila ho a dobrú chvíľu ešte žmúrila očami kvôli ostrému svetlu obrazovky. Keď sa jej konečne podarilo znížiť jas, pohľadom takmer automaticky skĺzla na roh displeja, aby skontrolovala čas. Notebook potom zaklapla. Bolo úctyhodných päť hodín ráno, sama bola prekvapená, že vydržala spať tak dlho. Poslednú dobu jej to totiž veľmi nevychádzalo.

„Dokelu,“ zopakovala si sama pre seba. Lakťami sa oprela o stolík a tvár si vnorila do dlaní. Jednou rukou skĺzla nižšie, až ku svojmu krku, kde nahmatala čosi studené, kovové. Obmotala prsty okolo retiazky a jemne za ňu zatiahla, aby vytiahla prívesok spod tenšieho svetra. Len ho obracala v prstoch a premýšľala.

„Čo sa to – dokelu – deje,“ šepala si do ticha bytu, ktoré bolo neustále prerušované hlukom dopravy aj o takej skorej hodine. Pustila prívesok, ktorý doteraz pretáčala medzi prstami a pomerne ľarbavo vstala. Jej kroky smerovali už takmer automaticky do kúpeľne, aby mohla zopakovať svoj ranný rituál. Potme si umyla tvár a potme sa aj vrátila späť do obývačky. Založila si ruky vbok a na chvíľu si nechala prejsť hlavou, čo chce vlastne robiť. Znova si ľahnúť sa jej už určite neoplatí, na šiestu mala nastavený budík. Áno, aj tak si ho každý večer zapínala. Len pre prípad, že by sa jej možno, ale vážne len možno podarilo normálne vyspať. Nad tou predstavou sa dokonca až sama sarkasticky uchechtla. Aká naivná to myšlienka.

„To chce kávu,“ znova sa ozvala sama pre seba. Občas to robievala. Nie že by sa cítila osamotená, to vôbec nie, takto jej to vyhovovalo. Samej. Niekedy len proste bolo príliš ticho, nerátajúc zvuky klaksónov a škripajúcich brzd aut doliehajúcich k nej zvonku.

Vybrala sa teda do kuchynky, stále pomaličky, mala predsa čas. Dala variť vodu, keď zovrela zaliala si kávu, a tak sa potom len tak opierala o kuchynskú linku a hoci sprvu naozaj nechcela, myšlienkami sa znova a znova vracala k tomu prihlúplemu snu. Teda, bol to sen, nie? Nočné mory poznala veľmi dôverne, toto bolo skrátka čosi iné. Nebolo to nič zlé. Práve naopak – bola to jedna zo spomienok, ktoré by zaradila k tým šťastnejším, veď aj na tvári jej vtedy hral jeden z pobláznených detských úsmevov.

Ja budem policajtko.

Znova sa jej v ušiach ozval ten medový hlások a melodický smiech. Dokonca sa pristihla pri tom, že sa tiež usmieva. Len jemne, ale predsa. Trhane, no hlboko sa nadýchla a odrazila sa od kuchynskej linky. Prešla do obývačky a znova sa usadila na pohovke a keď dopila kávu opäť si ľahla. Rozhodne nemala v pláne zaspávať, len si proste oddýchnuť. Posledné dva – onedlho tri – týždne boli ťažké.

Ani si neuvedomila, kedy privrela oči, jej pokoj už zhatil zvuk vyzváňajúceho telefónu. Vyšlo z nej akurát tak slabé zavrčanie a natiahla sa, aby sa mohla oprieť a posadiť.

„Jasné, som hore,“ povedala zvoniacemu čudu na stole akoby to malo nejako pomôcť.

„Phill?“ opýtala sa, keď zdvihla hovor.

„Dostav sa ma stanicu, okamžite,“ znel až prapodivne naliehavo.

„Ty tam už si veď je len . . .“ zasekla sa. Bolo šesť, vtedy tam už z času na čas bol. Preležala takmer celú hodinu.

„Čo sa zasa deje?“ znela trochu viac podráždene ako chcela a nezabudla dať poriadny dôraz na slovíčko *zasa*. V poslednej dobe sa niečo dialo neustále.

Hlas jej kolegu však detektívke Braveovej nahováral, že prípad, na ktorom momentálne dňom i nocou pracuje sa znova o čosi viac zamotal.

....pokračovanie v ďalšej kapitole
a v archíve Simonky

Významné dni v máji

1. Sviatok práce
Sviatok sv. Jozefa robotníka, patróna všetkých pracujúcich
3. Deň Slnka
Svetový deň slobody tlače (UNESCO)
Svetový deň astmy
4. Výročie úmrtia M. R. Štefánika
Medzinárodný deň hasičov
Sviatok sv. Floriána – patróna hasičov
5. Medzinárodný deň pôrodných asistentiek
Svetový deň hygieny rúk
6. Medzinárodný deň bez diét
8. Svetový deň červeného kríža
Deň matiek
Svetový deň modlitieb za kňazské a reholné povolania
9. Deň Európy
Európsky deň opery
10. Svetový deň – pohybom k zdraviu
12. Európsky deň minerálov
Svetový deň ošetrovateliek
13. Deň tulipánov
14. Svetový deň spravodlivého obchodu
Medzinárodný deň sťahovavých vtákov
15. Medzinárodný deň odporcov vojenskej služby
Svetový deň atletiky
Svetový deň rodiny
17. Svetový deň hypertenzie
Svetový deň telekomunikácií
Medzinárodný deň mlieka
18. Medzinárodný deň múzeí
19. Svetový deň hepatitídy
20. Medzinárodný deň klinických experimentov
Medzinárodný deň stepu
Svetový deň masmédií
21. Svetový deň kultúrnej rozmanitosti pre dialóg a rozvoj
22. Medzinárodný deň biologickej rozmanitosti
23. Svetový deň korytnáčiek
24. Európsky deň národných parkov
25. Sviatok sv. Urbana – patróna vinohradníkov
Medzinárodný deň nezvestných detí
Deň Afriky
Medzinárodný deň sklerózy multiplex
27. Medzinárodný športový vyzývací deň
28. Deň Amnesty International
Medzinárodný deň akcií pre zdravie žien
Medzinárodný deň džezu
29. Medzinárodný deň príslušníkov mierových misií OSN
31. Deň otvárania studničiek
Svetový deň bez tabaku (WHO)
Európsky deň susedov



8. máj

Deň matiek

Ak existuje nejaký skutočne medzinárodný sviatok, je to Deň matiek. Tento deň patrí medzi najdojemnejšie sviatky, keďže pre každého človeka je jeho matka jedným z najdôležitejších ľudí na svete.

Mama je tu pre nás od útleho detstva a stojí pri nás pri každom našom kroku. Predstavuje symbol opory, pochopenia, obetavosti, je pri nás v zlých i dobrých chvíľach.

Na ženu ako daryňu života mysleli už v antike.

V starovekom Grécku oslavovali deň matiek 250 rokov pred narodením Krista. V 16. storočí sa v Anglicku slávil sviatok matiek pod názvom Materská nedeľa alebo Nedeľa matiek a pripadal na pôstne obdobie pred Veľkou nocou.

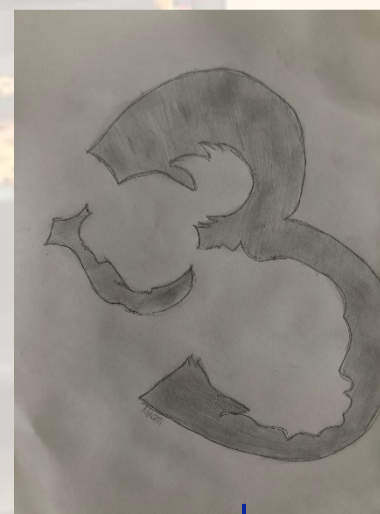
V roku 1914 vyhlásil vtedajší americký prezident Woodrow Wilson prvú oficiálnu oslavu Dňa matiek ako celonárodného sviatku, konajúci sa druhú májovú nedeľu.

Druhú májovú nedeľu tak matky nepracovali, nevarili, neupratovali. Všetko zariadili deti, ktoré navyše svoje matky ochotne obsluhovali. Na európsku pôdu sa sviatok dostal prostredníctvom Švajčiarok v roku 1917. V tento deň by si mal každý spomenúť na svoju mamu, ale nie len v tento deň, mali by sme im ďakovať oveľa častejšie. Stále sú ochotné podať nám pomocnú ruku, čo najlepšie nás vychovať a pripraviť na náš život. Aj keď nie vždy sa k mame správame tak, ako by sme mali, neznamená to, že ju nemáme radi, a že si nevážime že je tu snami aby nám pomáhala v našom živote.

Ďakujeme Vám za všetko!

DEŇ MATIEK

Sisa Šipošová (predsedníčka RR)



Ilustrácia: Noemi Molnárová

Dažďová záhrada pri školskom internáte

Dažďovú záhradu pri ŠI a osadenie lavičiek úspešne zveľaďujú

Ing. J. Čikoš,

Ing. J. Kerestiová,

Mgr. art. A. K. Cengelová

s našimi ubytovanými žiakmi.

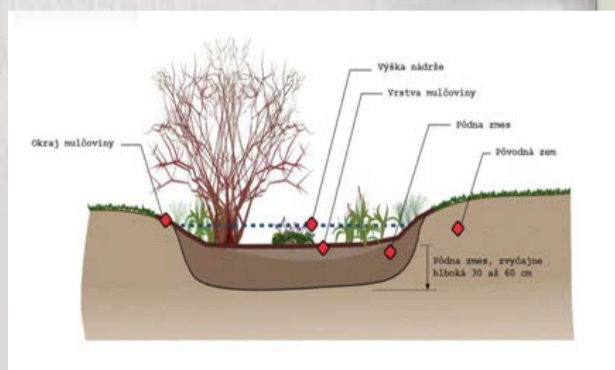
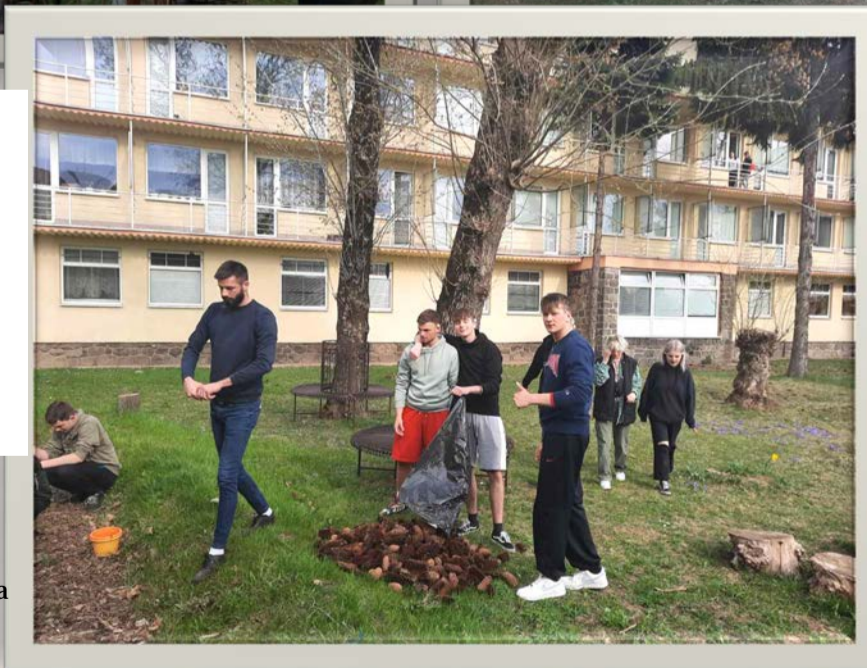
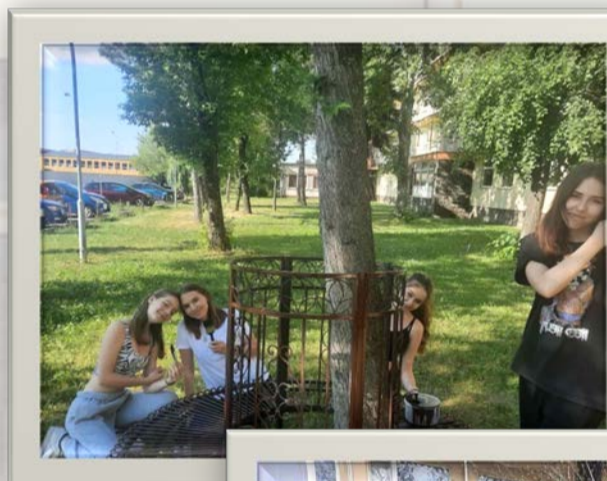


Foto: Ing. I. Koščová

Dažďová záhrada

je cieľená depresia (priehlbina), určená na zber dažďovej vody z pevných plôch: striech, chodníkov, parkovísk a pod. Voda tak prirodzene vsiakne do podložia a nedochádza k zbytočnému odvodňovaniu krajiny. Tento systém dobre funguje aj v súkromnej záhrade. Čerstvá dažďová voda má lepšie chemické zloženie ako miestna pramenitá voda, neobsahuje chlór a veľmi dobre rozpúšťa živiny, je teda výborná na polievanie kvetov, zeleniny či trávnik.

Správne navrhnutá dažďová záhrada spomalí odtok vody z prostredia, čím sa zväčšia možnosti jej vsiaknutia do pôdy. Nevytvára však podmienky pre stojatú vodu. Vizuálne si pod pojmom dažďová záhrada môžeme predstaviť spoločenstvo rastlín, ktoré odolávajú extrémnym podmienkam krátkodobého zamokrenia. Môže teda byť nielen funkčnou, ale aj krásnou časťou nášho okolia, v našom prípade okolia školského internátu.



Vegetačné strechy navracajú zeleň do miest, ekologicky a aj esteticky podporujú životné prostredie. Vegetačné strechy akumulujú dažďovú vodu a následne uvoľňujú vlhkosť do prostredia, čím prispievajú výraznému zmenšeniu prehrievania vzduchu v mestách. Pri dnešných klimatických problémoch je zelená strecha rozumnejšou voľbou v súčasnej architektúre. V urbanizovanej krajine dochádza k extrémnemu prehrievaniu najviac. Čo je plánom viacerých budov a možno aj našej.

Foto: Ing. J. Kerestiová

<https://www.ekocisticky.sk/zelené-riešenia/vegetačné-strechy>

Zdroj:
<https://www.manadatrading.sk/blog/dazdova-zahrada>

Stolnotesový turnaj dievčat

Športovú súťaž zorganizovala
Mgr. D. Balažková.

Ide už o tradičné usporiadanie turnaja medzi našimi ubytovanými žiačkami, ktoré hrajú každá s každou. Víťazky boli odmenené diplomom, sladkou odmenou a dobrým pocitom. Vyhodnotenie súťaže sa uskutočnilo

22. 05. 2022.



Výsledky stolnotenisového turnaja

1. Miesto

Mária Ribak

2. Miesto

Jana Kvandová

3. Miesto

Laura Ištoková



1. ročník Majstrovstiev stredoškôlakov Košíckého kraja

Košický samosprávny kraj, odbor školstva, oddelenie športu –
Mgr. Marián Horenský PhD. (delegovaný zriaďovateľom v RŠZ
pri ŠI A. Garbana, Werferova 10)

Vyhlásili súťaž, ktoré organizovalo OZ olympijský klub Jozefa
Plachého v behu na jednu míľu /1609 m/ chlapcov a /800 m/ pre
dievčatá.

25. máj 2022

Do súťaže boli prihlásení aj naši žiaci, ktorých sprevádzal
p. Ing. J. Čikoš

Slovensko je v roku 2022

dejiskom európskeho šampionátu v malom futbale.

EMF EURO v Steel Aréne sľuboval kvalitný športový
zážitok.

Malý futbal je stále amatérskym športom, napriek
tomu sa rýchlo rozrastá. Európsky šampionát sa konal už
jubilejný desiaty krát.

Organizátorskou krajinou EMF EURO v roku 2022
bolo Slovensko a šampionát prebiehal v Košiciach,
konkrétne v Steel Aréne,

od 4. do 11. júna.

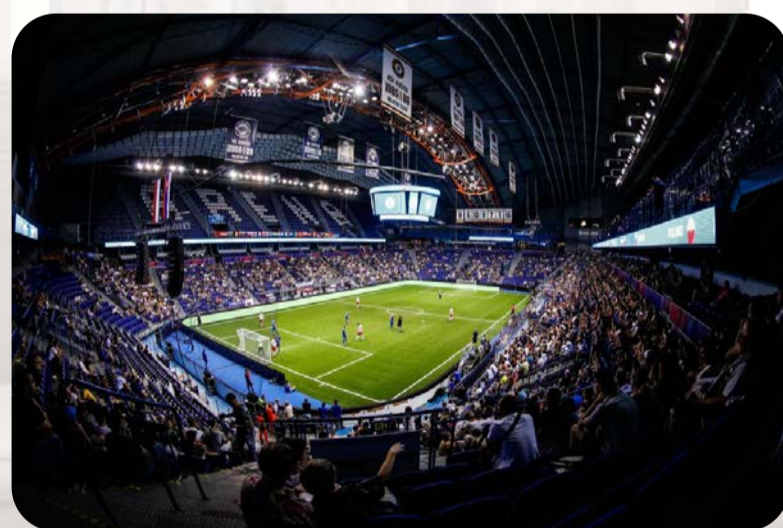
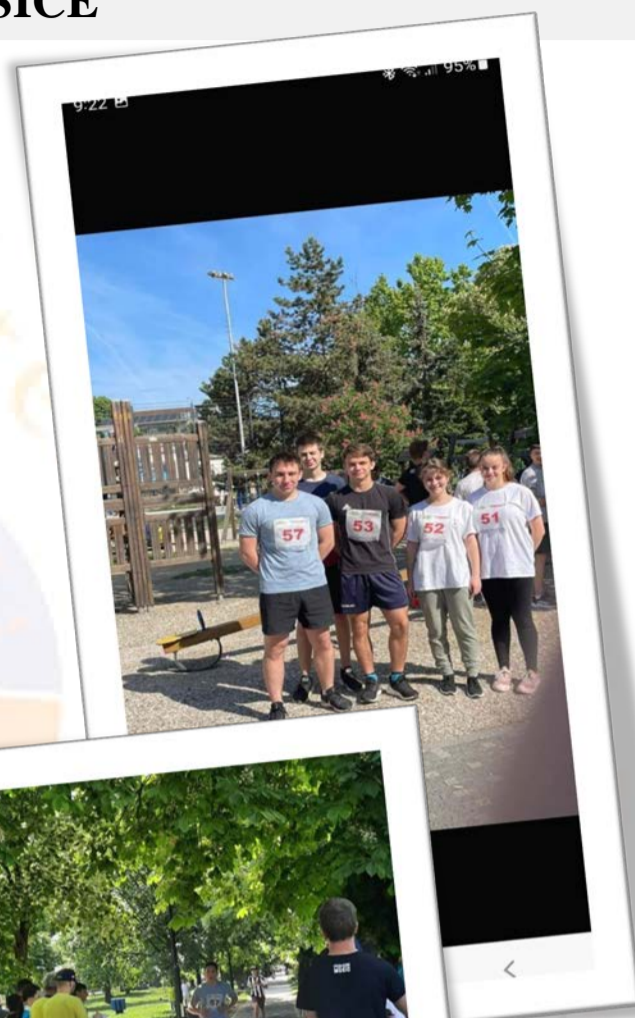
Prostredníctvom KSK, odboru školstva nám boli
poskytnuté voľné lístky pre žiakov, ktorí sa
v doobedňajších hodinách v doprovode našich
vychovávateľov

Ing. J. Čikoša, Mgr. Art A. Kramerek Cengelovej,
Ing. M. Bujňákovej a Mgr. J. Dryjovej zúčastnili
priebehajúcich športových zápasov.

Šampionátu sa v roku 2022 zúčastnilo 24 tímov. Len
pár mesiacov pred ME bolo z rozhodnutia EMF kvôli
vojenskej invázii na Ukrajine vyradené z turnaja Rusko.
Zúčastnené krajiny boli zoradené do šiestich skupín
po štyri tímy.

V skupinách odohral každý tím tri zápasy.

Do vyradovacej fázy postúpili mužstvá z prvého a druhého
miesta, plus štyria najlepší na tretích miestach.



Zdroj: <https://sportnet.sme.sk/spravy/>

31. 05. 2022

Svetový deň bez tabaku

Škodlivé zdravotné vplyvy tabaku sú dlhodobo všeobecne známe. Iba malá časť fajčiarov si však uvedomuje, že rozhodnutie užívať tabak škodlivo vplýva aj na životné prostredie.

Nejde len o ohromujúci objem odpadu v podobe ohorkov. Pestovanie tabaku si vyžaduje intenzívne využívanie obmedzených kapacít pôdy a vody a zároveň uvoľňuje škodlivé chemikálie do vodných tokov. Výroba, konzumácia a likvidácia tabakových výrobkov spôsobuje rozsiahle environmentálne problémy. Čisté životné prostredie je pritom jedným zo základných predpokladov na to, aby ľudia mohli viesť dlhšie, kvalitnejšie a zdravšie životy.

Svetová zdravotnícka organizácia (WHO) sa preto tentokrát rozhodla v rámci Svetového dňa bez tabaku upriamiť pozornosť najmä na vážne riziká spojené s ohrozením životného prostredia.

Linka pomoci na odvykanie od fajčenia na Slovensku funguje od roku 2016. Na telefónnom čísle 0908 222 722 sa môžu o možnostiach poradenstva každý pracovný deň v časoch od 8:00 do 15:00 informovať ľudia, ktorí majú záujem prestať fajčiť. Odborníci z 36 regionálnych úradov verejného zdravotníctva im na tejto linke poskytnú rady a pomoc súvisiace s možnosťami odvykania.

Od začiatku pôsobenia linky poskytli odborní pracovníci úradov verejného zdravotníctva pomoc takmer 6012 volajúcim. Linku pomoci počas roka 2021 kontaktovali viac muži (76,81 %) ako ženy, priemerný vek volajúcich bol 36 rokov. Najmladší volajúci mal 10 rokov a najstarší fajčiar 85 rokov.

**Heslo kampane pre rok 2022 znie –
„Tabak: hrozba pre naše životné prostredie.“**

https://www.uvzs.sk/index.php?option=com_content&view=article&id=5204:odvykanie-od-tabaku-prospieva-zdraviu-a-aj-ivotnemu-prostrediu-31-maj-2022-svetovy-de-bez-tabaku&catid=56:tlaove-spravy&Itemid=62



Foto:
Ing. M. Tomková

*Organizácia: Ing. V. Palmovská,
Ing. M. Tomková, Mgr. J. Dryjová,
Ing. I. Koščová*

KDE: Vestibul školského internátu





14. jún 2022

DISKOTÉKA V ŠKOLSKOM INTERNÁTE

Plagát: Ing. M. Tomková

Organizácia:

Ing. M. Tomková,
Ing. V. Palmovská,
Ing. J. Čikoš

Kde: jedáleň ŠI

Čas: 19:00 – 21:00



Foto: S. Šipošová a Ing. I. Koščová



TIPY NA LETNÉ PRÁZDNINY

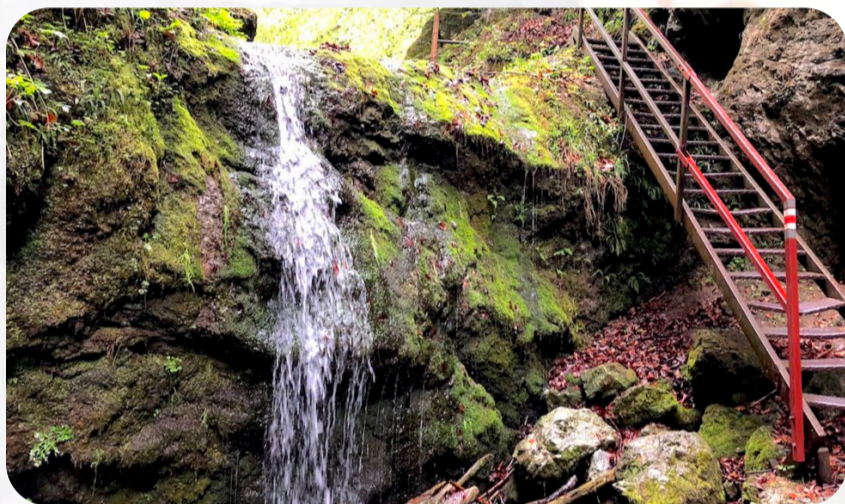
<https://www.kamnavylet.sk/sk>

Národná prírodná pamiatka **Vodopád Bystré** sa nachádza na južných svahoch Poľany, asi 8 km severne od Hriňovej. Popýšiť sa môže svojou 23 metrovou výškou, vďaka čomu patrí nielen medzi najvyššie, ale i najmohutnejšie slovenské vodopády.

Vodopád vznikol približne pred 13,5 miliónmi rokov, stuhnutím lávy. Z tej sa vytvorili čierne andezitové bloky, ktoré dnes pripomínajú veľké kvádre, po ktorých steká burácajúci prameň vodopádu.

Prechod okolo vodopádu umožňujú rebríky a lano, a preto je potrebné zachovať opatrnosť. Dostať sa k nemu dá viacerými chodníkmi. Krásna, ale poučná je trasa, ktorá vedie z Hriňovej, pretože jej súčasťou je aj nový náučný chodník dlhý 3 kilometre.

VODOPÁD BYSTRÉ



LAČNOVSKÝ KAŇON

V pohorí Branisko, medzi obcou Lipovce a osadou Lačnov, sa ukrýva jedinečný 2 kilometre dlhý kaňon vytvorený Lačnovským potokom. Túto turisticky nesmierne atraktívnu lokalitu možno nájsť pod rôznymi menami. Najčastejšie sa označuje ako Lačnovský kaňon, Lačnovská tiesňava či Tiesňava Lačnovského potoka. Niekedy ju volajú dokonca „malý Slovenský raj“.

Že je toto označenie na mieste, o tom sa môže na vlastné oči presvedčiť každý. Divoká úžina lemovaná strmými svahmi a skalnými stenami je plná prekrásnych prírodných scenérií. Nachádzajú sa tu vodopády, obrie hrnce a do výšin sa týčiace bizarné skalné útvary.

<https://soda.o2.sk/miesta/priroda-slovenska/tipy-na-vylet-12-zaujímavosti-v-okoli-presova-ktore-sa-oplati-vidiet/>

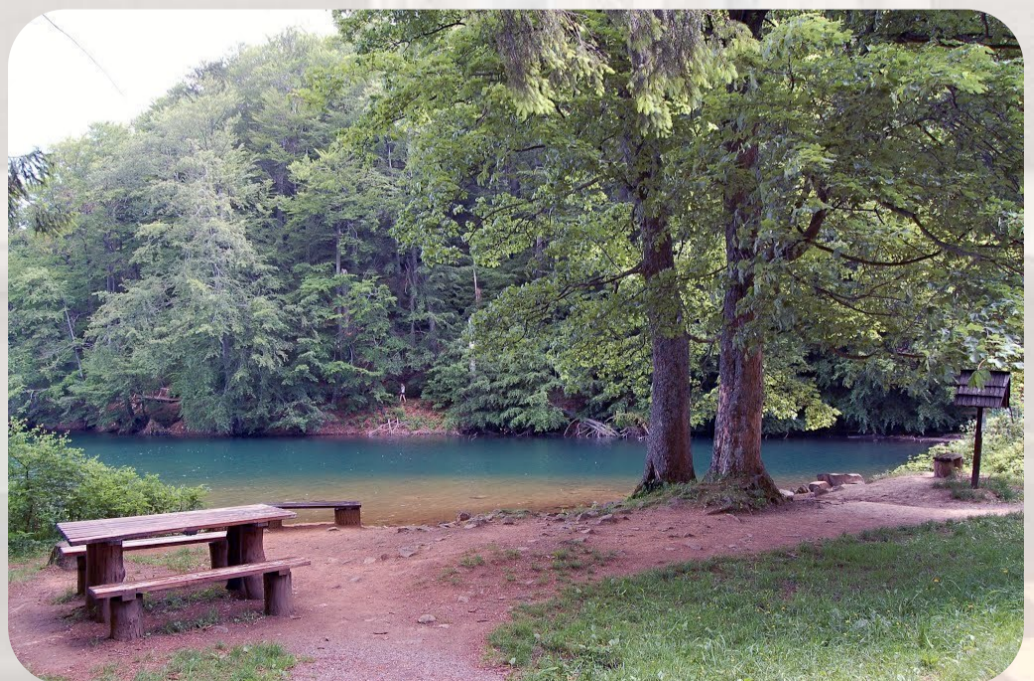
MORSKÉ OKO

Morské oko je šperkom Vihorlatských vrchov. Je to ideálne miesto na oddych, romantické prechádzky, ale aktívnu turistiku pre rodiny s deťmi.

Morské oko je najväčším jazerom Vihorlatských vrchov, a zároveň i najväčšie zahradené sopečné jazero na Slovensku s rozlohou 13 ha. Má veľmi členité pobrežie a krištáľovo čistú vodu. Západný a severný breh je pokrytý pieskom a má mierny sklon. Východná časť je strmá a kamenitá.

Cesta za Morským okom začína na príjazdovom parkovisku, odkiaľ sa už ide ale približne 1km pešo. Mierne stúpanie k samotnému jazeru neunaví ani drobcov či menej zdatných turistov. Jazero Vás privíta čistou a trblietavou vodou, v ktorej uvidíte sa mihotať väčšie i menšie rybky.

<https://www.kamnavylet.sk/sk/atrakcia/morske-oko-remetske-hamre>



AKTUALITY Z INTERNETU

Rozvoj environmentálnej výchovy má podporiť

Zelený vzdelávací fond



Bratislava 17. mája (TASR) - Rozvoj environmentálnej výchovy, vzdelávania a osvetu na Slovensku má podporiť Zelený vzdelávací fond. Žiadatelia môžu o dotáciu požiadať vo výške od 1000 do 5000 eur. Podmienkou je päťpercentné spolufinancovanie. Na tlačovej konferencii o tom informoval riaditeľ Slovenskej agentúry životného prostredia (SAŽP) Michal Maco./

Oprávnenými žiadateľmi sú podľa neho občianske združenia, štátne školy, záujmové združenia právnických osôb, nadácie a neziskové organizácie poskytujúce verejnoprospešné služby s envirozameraním. Podporené budú projekty zamerané na odpad a prechod na obehové hospodárstvo.

Druhou činnosťou bude podpora projektov venujúcich sa zmiernovaniu a prispôsobovaniu dôsledkom zmeny klímy a ochrany ovzdušia. Poslednou oblasťou sú projekty na podporu a ochranu biodiverzity, priblížil Maco.

"Jednotlivé projekty musia byť zrealizované a všetky dokumenty podané do SAŽP do 31. októbra," poznamenal. Projekty bude finančne podporené z Envirofondeu. Žiadosti je možné podať do 7. júla, povedal Maco.

Minister životného prostredia Ján Budaj (OLANO) verí, že sa prihlásia stovky žiadateľov. Komisii, ktorá bude žiadosti vyhodnocovať, bude navrhovať, aby 50 percent financií šlo školám a 50 percent nezávislému sektoru.

<https://eduworl.d.sk/cd/tasr/10046/rozvoj-environmentalnej-vychovy-ma-podporit-zeleny-vzdelavaci-fond>

Vzdelávací projekt o prevencii pred rakovinou predstavia v prvých školách

Bratislava 13. júna (TASR) - Na desiatich školách sa predstaví pilotný vzdelávací projekt o prevencii pred rakovinou. Pomocou súboru edukačných interaktívnych aktivít chce zvýšiť povedomie u žiakov stredných škôl o prevencii najrozšírenejších onkologických ochorení. Informoval o tom Patrik Herman z patientskej aliancie Nie rakovine počas pondelkového spustenia projektu v jednej zo škôl.

"Nám pediatrom veľmi záleží, aby sme odovzdávali deti do dospelého života čo najviac zdravé, pripravené a edukované. Nie je to len o tom, aby k nám chodili, keď sú choré, ale aby sa aj vedeli o seba starať," povedala prezidentka Slovenskej spoločnosti primárnej pediatrie starostlivosti Elena Prokopová. Na školách sa záživnou formou študenti dozvedia o prevencii a ako odhaliť včasné štádiá rakoviny pľúc, hrubého čreva či kože. Tiež o duševnom zdraví, ktoré je s onkologickými ochoreniami úzko prepojené, alebo o ľudskom papilomavíruse (HPV) a možnosti ochrany pred ním.

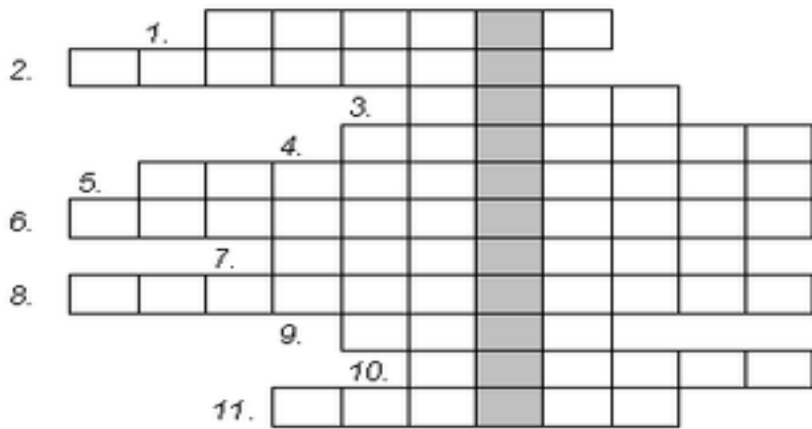
"Práve cez mladých ľudí by sme chceli odovzdať poznatky a informácie aj do rodín," uviedla prezidentka Ligy proti rakovine Eva Kováčová. Podľa nej treba zaviesť systémový a kontinuálny spôsob vzdelávania mladých ľudí. Počas projektu bude k dispozícii šesť stanovišť, kde sú pre žiakov pripravené napríklad makety pľúc a čreva alebo detektor na meranie oxidu uhoľnatého vo vydychovanom vzduchu a 3D modely na palpačné nahmatanie hrčiek v prsníkoch a semenníkoch. Sprevádzať ich na nich budú medici a bývalí onkologickí pacienti.

"Jedna z najdôležitejších aktivít, ktoré musíme v rámci zdravotníctva robiť, je prevencia," pripomenul štátny tajomník rezortu zdravotníctva Róbert Babelša. Pripravovaná reforma vzdelávania má priniesť aj témy o zdraví a prevencii zdravia, avizovala štátna tajomníčka ministerstva školstva Svetlana Síthová. Priblížila, že techniky predstavené počas projektu sa dajú jednoducho zapracovať do hodín biológie.

Projekt organizujú patientske organizácie Liga proti rakovine a aliancia Nie rakovine a podporili ho Slovenská spoločnosť primárnej pediatrie starostlivosti aj ministerstvá školstva a zdravotníctva.

<https://eduworl.d.sk/cd/tasr/10138/vzdelavaci-projekt-o-prevencii-pred-rakovinou-predstavia-v-prvych-skolach>

Tajničky na voľný čas



1. výrok alebo čin, ktorý ponižuje osobu na ktorú je mierená
2. úmyselné hanlivé alebo urážlivé označenie osoby
3. osoba na ktorom je šikana spôsobovaná
4. nepravdivá, zveličená správa, ohováranie
5. obrázok, snímka
6. preľaknutie, zľaknutie
7. matka, otec
8. rozhovor; ústny, písomný.
9. vedenie rozhovoru pomocou internetu
10. byť pripojený na sieti
11. pocit znepokojenia, nepríjemná emócia, pocit

P	O	Č	Í	T	A	Č	N	E	P	L	A	G	Á	T	P
O	S	D	R	E	P	O	I	F	I	U	R	Á	Ž	K	A
O	N	L	I	N	E	L	E	K	B	O	L	K	O	L	E
V	O	K	O	E	L	K	O	E	T	O	V	Á	R	E	Ň
A	B	Y	B	O	K	L	H	K	T	D	I	E	Ť	A	J
A	C	E	J	E	F	D	O	K	T	O	R	O	K	N	O
O	Y	R	Ž	T	K	A	R	O	K	M	O	Y	P	O	K
N	K	Š	I	K	A	N	A	I	N	I	D	T	E	R	O
A	E	I	V	R	I	Z	O	T	O	X	I	N	E	T	E
D	L	K	E	Č	U	P	R	U	K	A	Č	A	D	I	Č
Á	N	A	L	M	I	K	I	N	A	M	O	H	L	I	B
V	O	N	N	Y	R	I	Z	I	K	O	A	U	T	O	I
K	H	A	Í	C	O	L	E	A	N	D	E	R	H	Z	N
Y	A	E	K	U	H	K	L	Á	V	E	S	N	I	C	A
S	O	C	I	Á	L	N	A	S	I	E	Ť	Ž	I	Ť	I

- | | |
|----------------|------------|
| KYBERŠIKANA | VAŇA |
| POČÍTAČ | NADÁVKY |
| ČOKOLÁDA | URÁŽKA |
| PLAGÁT | BEH |
| PILOT | KOLENO |
| KÁVA | ONLINE |
| FOTKA | DREP |
| TOVÁREŇ | BOK |
| DOKTOR | KROK |
| KOMIX | BICYKEL |
| RODIČIA | NOHA |
| SOCIÁLNA SIETĚ | RIZOTO |
| AUTO | KLÁVESNICA |
| ČADIČ | OKO |
| KOV | OKO |
| OBOJŽIVELÍK | RUKA |
| KEČUP | |
| ŠIKANA | |
| RIZIKO | |
| ROH | |
| OLEANDER | |

<https://pocitaceamy.webnode.sk/tajnickyy-a-osemsmerovky/>

- „Janko, aký nerast držím v ruke?“
 „Čadič.“
 „Výborne! Podľa čoho si to poznal?“
 „Podľa toho.... (dokončenie tvorí tajničku – 24 písmen)“

Vyškrtaj slová: Barel, báseň, korenie, mikroskop, nákres, molekula, oblasť, oblok, odliv, pero, prírodopis, prosba, rukopis, rybka, sieť, súťaž, svieca, ťažkosť.

M	Ž	E	S	V	I	E	C	A	J
I	O	E	I	T	I	O	N	A	S
K	A	L	P	N	Í	S	B	Ň	Ú
R	D	E	E	Á	A	S	I	E	Ť
O	N	R	U	K	O	P	I	S	A
S	O	A	É	R	U	N	A	Á	Ž
K	A	B	P	E	Š	L	K	B	K
O	A	E	L	S	B	T	A	U	O
P	R	Í	R	O	D	O	P	I	S
O	Ľ	R	Y	B	K	A	K	E	Ť

Zdroj: A. Kozáková (4. VS)

Znenie osemsmerevky: „...že je to napísané na škatuľke.“



RADA INTERNÁTNEHO ČASOPISU
WERFERKA



FOTO: A. Firmentová (11.VS)



Predsedníčka časopisu Werferka

Silvia Šipošová

Príspevky do časopisu:

Simona Tomahogová

Alexandra Kozáková

Noemi Molnárová

Lea Džuganová

Foto: Aneta Firmentová, Ing. I. Koščová,
S. Šipošová, Ing. J. Kerestiová, Ing. M. Tomková

KONTAKT:

Web: www.siagarbana.sk

email:

irena.koscova@siagarbana.sk

