



Co budete vařit a péct o Velikonocích?

Určitě mi odpovíte, že nádivku, beránka, mazance... To jsou tradiční velikonoční pochoutky, které nesmí chybět na žádném stole. V každé rodině mají své speciální recepty, většinou děděné z generace na generaci... jinak je tomu u nás – tak bych se s vámi chtěla podělit o předpisy, podle kterých vařila a pekla moje prababička:

Beránek? U nás jediná ořechový!

170 g polohrubé mouky

90 g másla nebo Hery

170 g moučkového cukru (dávám o něco méně)

3 vejce

6 lžic mléka

60 g mletých ořechů (nám rostou na zahradě vlašské, dávám tedy vlašské, lískové jsou také dobrá, ale chuťově méně výrazné)

½ prášku do pečiva

Tuk, cukr a žloutky utřete do pěny, pak přimíchejte ořechy, mléko a mouku s kypřícím práškem, nakonec sníh z bílků.

Těsto vlijte do vymazané a strouhankou vysypané formy (tento recept je na větší formu).

Pečte asi 40 minut v troubě vyhřáté na 180°C. Po upečení nechte vychladnout a posypte směsí moučkového a vanilkového cukru.



Jaký je to mazanec bez koření, bez vajec?

- 120 dkg polohrubé přesáté mouky
- 20 dkg moučkového cukru
- 2 sáčky vanilkového cukru
- kostka másla nebo Hery
- 2 balíčky droždí (8 dkg)
- 8 žloutků
- mléko na zadělání těsta
- 3 líce rumu
- lžička soli
- 4 hrsti přebraných rozinek
- hrst mandlí nebo ořechů
- a teď to koření:
 - 1 lžička tlučeného anýzu
 - 1 lžička tlučeného fenýklu
 - špetka muškátového oříšku
 - lžička strouhané citronové kůry
- vejce na pomazání
- tuk na vytření plechu

A přichází na řadu alchymie – totiž výroba kynutého těsta... nespěchejte na něj, chce svůj čas, odvděčí se vám svojí lahodností a vláčností. Do vykynutého těsta zapracujte rozinky a část mandlí či ořechů, zformujte na pěkné bochánky a ještě nechte tak půl hodiny v teple na plechu odpočinout. Pak je pomazte vejcem rozmíchaným v trošce rumu a posypte mandlemi či ořechy. Nechte chvíli oschnout a potom na vrcholku vystříhnete křížek. Pečte v nepřilíhající troubě 35 minut. Po čtvrt hodině pečení pomazte povrch máslem, to opakujte ještě dvakrát (proto asi mazance, že se takhle pomazávají!). Upečené nechte vychladnout a pocukrujte. Já dělám mazance z polo-

víční dávky tohoto receptu – většinou upeču čtyři (nebo pět trochu menších).

Nádivání holoubátka

Pokud zrovna nemáte na vesnici strýčka holubáře, je shánění holouběte docela problematické, ale před pár lety jsem objevila, že se občas (hlavně před Velikonocemi) objevují na pultech prodejen křepelky (nikoli ty divoké, těch by byla věčná škoda, ale chované ve velkochovech). Chuťově si nikterak nezdají s holoubaty... Takže, jak na ně? Příprava je velmi jednoduchá: Očištěné křepelky nasolím, posypu rozmarýnem (pak krásně voní) a nechám odležet, nejlépe přes noc. Pak bříška a volátka naplním nádivkou (viz vedlejší recept), zašiji a pečou za stálého podlévání dozlatova...

Dobrou chuť!

Slávka Michálková

Velikonoční příloha

Na staré velikonoční tradice jsme už pomalu zapomněli...

Pomlázka, vejce a beránek jsou jen částí z celé řady tradic svátků jara. Větvičky raší, kočky rozkvétají a ptáci pořádají velké námluvy. I proto patří vajíčko k Velikonocům jako odvěký symbol života.

S jarem se probouzí celá příroda. V křesťanském světě však připomínají i vzkříšení Ježíše Krista.

Velikonoční dny začínalo už přibližně měsíc a půl před Velikonočním pondělím. Časy vánočního a masopustního hodování vystřídaly čtyřicetidenní půst. Neměl samozřejmě význam jen náboženský, ale hlavně zdravotní. Očišťoval tělo od všech škodlivin a připravoval jej na dobu jarní hojnosti. Ostatně, jarní očista organismu je doporučována dodnes.

Za své však vzal pravý význam slova půst. Vůbec to totiž neznamená hladovět a dokonce ani žít několik dní pouze z pomerančového džusu. Naši předci v této době prostě jen vyškrtli z jídelníčku maso. Sádlo nahrazovali rostlinným, převážně lněným, olejem. Pečivo se peklo na sucho a na stole se objevovaly moučné pokrmy, ovoce, sladké kaše a zeli v různých variacích. Takže – tak špatné to zase nebylo, co říkáte?

Půst býval zahájen hned po masopustním úterku, o Popeleční středě. Tehdy se páliły ratolesti posvěceného minulého roku o Květné neděli. V některých krajích choďoval také po vsi směšně oblečený muž a hledal ztracený masopust. Ženy nesměly práť, protože by pak měly celý rok prádlo špinavé. Šestá neděle velikonočního cyklu zahajuje takzvaný pašijový (předvelikonoční) týden a nazývá se Květná. Tuto neděli se světi větvičky – kočky.

O Škaredé středě bychom se neměli mračit, protože jinak se k sobě budeme chovat stejně jako Jidáš ke Kristovi. Na Zelený čtvrtek prý zvony odlétají do Říma, a proto chodily děti třikrát denně s fehtačkami, aby nahradily zvonění.

Největším křesťanským svátkem je Velký pátek. Ten den byl Kristus ukřižován na vrchu Golgotě. Podle pověsti čarodějnice i jiné zlé síly měly nad lidmi největší moc. Otevírá se země a vydává odvážlivcům své poklady. O Bílé sobotě se konaly noční bohoslužby, tzv. vigílie, při nichž byl obřadně zapálen oheň. Jeho posvěceným popelem se sypaly louky. Pak přišla neděle a Boží hod velikonoční. Křesťanský svět se radoval ze vzkříšení Ježíše Krista. Chodilo se k svatému přijímání a světily se tradiční pokrmy – beránek, mazanec, vajíčka a víno.

Velikonoční pondělí pak bylo věnování veselému a dodnes oblíbenému pomlázce z mladého vrbového proutí, která má na děvčata přenést svou sílu.

Připravila Slávka Michálková



Pani kmotra, slyšte chásku, přicházíme na pomlázku, opentlené žilky máme, kdo nám nedá, uhlídáme! Pani kmotra, nemeškejte a vajíčka rychle dejte.

(Z Moravy)

Velikonoční výzdoba



Někdy v únoru jsem potřebovala nakoupit pár věcí v papírnictví. Miluji tyto obchody – vše tam je voňavé, vyrovnané a nepopsané. Cestou mezi regály na mě přímo vybařily role nádherně barevných krepových papírů, říkala jsem si – tolik barev a vzorů jsem již dlouho neviděla. Bylo to takové veselé pohlázení, které rázem odehnalo chmury dlouhých šedivých zimních dnů. S kolegyní jsme pak do obchodu zavítaly ještě jednou a hned nám bylo jasné, že koupíme právě ten oranžový papír s roztomilými tmavšími puntíčky. Tato barevná kombinace nám přímo našeptávala – vyrobte ze mne malé mašličky, budeme se hodit do vaší školy, vždyť tam máte oranžovou rádi a my se s ní velmi rychle skamarádíme.

A tak se stalo. S prací nám pomáhali žáci prvních a druhých ročníků, kteří také přinášeli pod rozkvetlou mašličkovou větev netradičně zdobené kraslice.

Společně jsme vyzdobili vstupní prostor naší školy.

Velikonoce už k nám mohou zavítat!

Ladka Mutinská, foto Slávka Michálková

Přivab lidových velikonočních koled

Slepička běhá po dvoře,
vajičko se kotálí v komoře,
slepička kdák! Vajičko křáp!
Máte mi ho, panímámo, dát.
(z Berounska)

Já jsem malý koledníček,
tetičko,
přišel jsem si pro červený
vajičko.
Pro vajičko červený,
pro koláček bílý,
jsem-li já vám, tetičko,
koledníček milý?
(z Moravy)

Dávaj vajec, kázal kadlec,
kázal kadlec i kadlička,
abys dala dvě vajička,
jedno bílý, dvě červený,
šak slépka snese jiný,
vajičko se kotouli,
slepička se popelí,
u pastýři v koutu,
na prašivým proutku.
Prašivý se zlámal,
zlatý se ukázal.
(z Třebíčska)

O srdce jediný,
propuť se čas,
dejte mi vajičko,
sic přijdu zas,
červený nebo bílý.
(z Hradecka)

Koleda, koleda
proutek z vrby,
mlsný jazýček mě svrbí.
Koleda, koleda holoubek,
dejte mi něco na zoubek,
(z Čech)

MEZINÁRODNÍ SETKÁNÍ ÚČASTNÍKŮ PROJEKTU PROFINWBL ERASMUS+

V týdnu od 22. – 26. 2. 2016 se naše škola stala spolu s neziskovou organizací Ledovec organizátorem setkání účastníků PROFINWBL v rámci projektu Erasmus+. Hostili jsme účastníky z Irska, Finska, Belgie, Bulharska, Rumunska a Rakouska.

Část programu probíhala přímo v naší škole, kde jsme všem účastníkům připravili program v nových edukačních centrech. V Centru Zdravé zuby byli seznámeni s činností centra a jeho vybavením. Byly prezentovány pomůcky pro dentální hygienu a výkony, které jsou v kompetenci dentální hygienistky. Někteří odvážní si zkusili odstranit na modelu zubní plak a kámen, jiní se nechali vyšetřit intraorální kamerou. V průběhu prohlídky probíhala živá diskuse, kdy si všichni zúčastnění sdělovali své názory a zkušenosti s dentální hygienou v různých evropských zemích. V Nutričním centru měli možnost nechat se vyšetřit na přístroji In Body, který komplexně a přesně provedl diagnostiku a analýzu. Výsledné parametry si každý účastník odnesl v papírové podobě. V Centru první pomoci pro ně byla připravena ukázka modelové situace v angličtině včetně ošetření zraněných, kterou zajistili studenti 3DZZ. Ukázky ve všech výukových centrech byly perfektně připravené a měly u zahraničních hostů velký úspěch.

Studentky oboru DVS a SOP prezentovaly účastníkům náplně svého studijního oboru v angličtině. Zahraniční účastníky čekala také návštěva u našich partnerů ve Fakultní nemocnici v Plzni – navštívili dětské oddělení, kde se hostům věnovala herní terapeutka Mgr. Romová, na hematologii si prohlédli transplantační jednotku, separátor, a v novém pavilonu onkologie a radioterapie je vrchní sestra Mgr. Šípová provedla ambulantním traktem a radiologickou částí.

Další část programu byla zajištěna neziskovou organizací Ledovec. Naši pedagogové měli možnost se účastnit akreditované akce s názvem „První mezinárodní recovery konference“ v Moving station – Jižní předměstí, kde vystoupil americký psychiatr Mark Ragins, maďarský psychiatr žijící v Estonsku Zsolt Bugarszki a ředitel Psychiatrické léčebny v Bohnicích MUDr. Martin Hollý. Všichni hosté se také v rámci „recovery“ účastnili cirkusového představení, který probíhal v duchu ledoveckého projektu Cirkus Paciento.

Hosté měli zajištěn i večerní program, kdy jsme pro ně připravili prohlídku plzeňského pivovaru, ochutnávku pív v Klubu malých pivovarů a večeři v hotelu Central na plzeňském náměstí.

Občerstvení po celou dobu připravovali studenti oboru DNT pod vedením Mgr. Světlany Lisové a Kláry Bedzírové, DiS. O hosty se po celou dobu pečlivě a vzorně starali studenti třetích ročníků oborů DZZ, SOP a DNT.

Text: Mgr. Petra Jindřichová, foto: Lucie Votrubová



V edukačních centrech První pomoci a Zdravé zuby

Regionální kolo psychologické olympiády

Dne 17. 3. 2016 se na naší škole opět konalo regionální kolo Olympiády z psychologie. Téma, celostátně vyhlášené MŠMT pro školní rok 2015/16, znělo: Životní motto, kterým se řídím. Přípravný výbor soutěže, který koordinovala Mgr. Hana Šťastná, připravil odborně zajímavé dopoledne pro žáky a jejich vyučující. Součástí akce bylo také malé kulturní vystoupení Andrey Sitayové ze třídy 2BZA.

O vítězství bojovalo 9 žáků zdravotnických škol nejen z Plzně, ale i z Klatov a Chebu. Porota neměla jednoduché rozhodování, všechny prezentace měly vysokou úroveň.

Umístění:

1. místo: Veronika Obermajerová, SZŠ a VOŠZ Plzeň, 3AZA, vedoucí práce Mgr. Polívková,
2. místo: Barbora Rybová, SZŠ a VOŠ Cheb, vedoucí práce Mgr. Hallová,
3. místo: Kateřina Doan Thu Phuong, SZŠ a VOŠZ Plzeň, 3 ZDL, vedoucí práce Mgr. Nováková,
4. místo: Eva Višňovská, SZŠ a VOŠZ Plzeň, 3AZA, vedoucí práce Mgr. Kaňáková.

Cena publika získala Barbora Rybová ze SZŠ a VOŠ Cheb. Po skončení soutěže následoval další program pro žáky a jejich vyučující. Účastníci se seznámili s nově vybudovanými edukačními centry na SZŠ a VOŠZ Plzeň a pedagogové pokračovali v jednání regionální komise z psychologie.

Letošní olympiáda z psychologie se podle ohlasů žáků a pedagogů opět vydařila. Děkuje vedení školy za podporu, poděkování také patří všem, kteří se na akci podíleli.

Text: Mgr. Radka Polívková, foto: Mgr. Ladislava Mutinská



Porota a publikum soutěže



Jednotliví soutěžící představili svoje práce



Vyhlášení výsledků a předání cen vítězům

Fotosoutěž

Žákyně třídy 3B ZA Tereza Volfová se zapojila do fotosoutěže Mladí fotografovi památky. O této soutěži se dozvěděla prostřednictvím zprávy na webu naší školy.

Do fotosoutěže přihlásila své dvě práce: Chrám sv. Bartoloměje a Andělíčkové pro štěstí (fotografie v současné době v Plzni tolik populárních andělíčků v čepičkách a šálách).

Pokud vás Tereziiny fotografie zaujaly, můžete jim dát svůj hlas. Na webu je najdete v osmé řadě hned na začátku.

Odkaz na webovou stránku:

<http://www.historickasidla.cz/cs/soutez-mladi-fotografuji-pamatky/soutezni-fotografie-2016.html>



▲ Toto jsou výše zmíněné fotky Terky Volfové – to aby se vám na webu lépe hledaly...

Připravily:
Mgr. Hana Šťastná
Ing. Jaroslava Michálková

Velikonoční sbírka pro psí útulek



Od 21. 3. do 8. 4. 2016 se na naší škole již počtvrté uskutečnila sbírka pro psí útulek v Plzni. Hlavní organizátorkou sbírky je koordinátorka EVVO naší školy Mgr. Jaroslava Opatrná, které můžete odevzdávat své finanční příspěvky. Výtěžek sbírky bude předán do útulku pro psy v první polovině měsíce dubna.

Připravily:
Mgr. Hana Šťastná
Ing. Jaroslava Michálková