

# ČASOPIS DETÍ REEDUKAČNÉHO CENTRA V ČERENČANOCH



# NÁDEJ



**Školský rok  
2010 / 2011**

**V tomto čísle nájdete:**

- *Z vašich listov*
- *Pod'akovania*
- *Recepty*
- *Križovky*
- *Športové hry 2011*
- *Zber papiera*

# Obsah

1. *Hodina matematiky*
2. *Filmová súťaž*
3. *Exkurzia do Lučenca*
4. *Futbalový turnaj*
5. *Noc v múzeu*
6. *Výlet v Rimavskej Sobote*
7. *Tvorivé dielne*
8. *Podakovania*
9. *Náš pizza piknik*
10. *Medzinárodný deň detí*
11. *Športové hry - dievčatá*
12. *Pre pána Hedvigyho*
13. *Športové hry – chlapci*
14. *Love story*
15. *Letné prázdniny*
16. *Test*
17. *Zdravé opaľovanie*
18. *Letný festival na Slovensku*
19. *Recepty*
20. *Zber papiera*
21. *Hlavolamy*

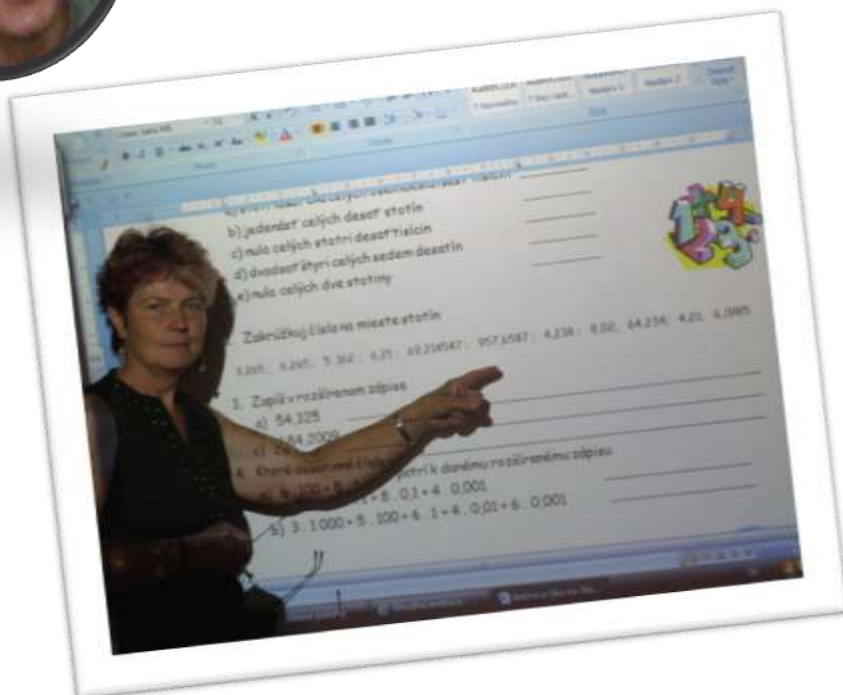


# HODINA MATEMATIKY

Sme veľmi radi, že vymysleli matematickú triedu. Dali nám tu novšie počítače. Podľa mňa sa matematická trieda páči všetkým, je to naozaj dobrý nápad. Robievame tu veľa dobrých vecí, ako napr. na interaktívnej tabuli sa dajú robiť iné veci ako na tabuli v triede. Robí naozaj zázračné veci.



Roman Kováč a Frederik György 6. ZŠ





# Naša hodina

Na hodine matematiky sa nám s pani Porubiakovou najlepšie učí, lebo sa môžeme niekedy aj zahrať, ale to závisí od nás ako sa správame. V počítačovej miestnosti je aj veľká interaktívna tabuľa.

Jakub Minich a Jakub Kmecík 6. ZŠ





## Hodina matematiky v matematickej triede

Asi takto, je to trieda, v ktorej sa dobre učí, je tu nová interaktívna tabuľa. Máme päť počítačov a jeden učiteľský, na ktorom je pani Porubiaková. Je tu super hodina.

Robí super veci, ktoré sa nedajú robiť na hocijakej tabuli. Máme tu aj hodinu chémie, na ktorej využívame planétu vedomostí. Niekedy sa nám dá aj zahrať na počítači, čiže vždycky na začiatku alebo na konci hodiny. Väčšinou sú to však hry s matematickou témou na precvičenie učiva.

Len škoda, že takáto hodina nám rýchlo ubehne.

Nikola a Jarko 6. ZŠ



# Filmová súťaž

Dňa 16. apríla 2011 ja a váš spolužiak Arnold Berky sme sa zúčastnili na súťaži amatérskej filmovej tvorby s názvom Cineama v Žiari nad Hronom. Súťaž sa uskutočnila v priestoroch Hvezdárne Maximiliána Hella. Po privítaní a slávnostnom otvorení sa hneď začalo premietanie filmov zaradených do rôznych kategórií. Vaše filmy s názvom Útek a Had sa tešili veľkému úspechu, čo sme usúdili z veľkého potlesku obecnstva a poroty. Medzi jednotlivými blokmi sme



mali prestávky, ktoré sme využili na výmenu názorov a skúsenosti. Repertoár bol naozaj bohatý, videli sme množstvo krásnych filmov s vynikajúcimi námetmi. Samozrejme filmom nechýbal ani humor, preto atmosféra bola veľmi dobrá a veselá. Videli sme aj dokumentárne filmy, cez ktoré sme si mohli rozšíriť svoje vedomosti.

Videoklipy a animovaná tvorba detí veru prekvapilo nás dospelých.

Mňa najviac zaujali filmy, ktoré ukazovali životné príbehy ľudí, ktorí veľa toho prežili a skúsili, vytrvalo išli za svojím cieľom a uskutočňovali svoje sny. Po chutnom obede sme videli ešte množstvo experimentov, reportáže a ďalšie filmy. Mali sme možnosť prekonzultovať naše filmy s porotou na rozborovom seminári po jednotlivých súťažných blokoch. Pochválili nás a povzbudzovali k ďalšej tvorbe. Na tomto krajskom kole film Útek sa umiestnil na 3. mieste a Had dostal čestné uznanie.

Obidva filmy postúpili do celoštátného kola v Bratislave, kde sme opäť obsadili pekné tretie miesto.



A.Šerešová

# Lučenec



*Dňa 4.5.2011 sme boli na exkurzii v lučenskom závode Johnson Controls, kde sa vyrábajú peny na autosedačky.*

*Po exkurzii sme sa vrátili do mesta, kde nám dali rozchod.*

*Po rozchode sme sa vrátili na autobusovú zastávku, kde nás čakala pani Porubiaková a pani Sivočková.*

*Na exkurzii sme dostali malé darčeky, ktoré nás potešili. Keď sme sa vracali, tak som z autobusu videl RC. Bol som v meste trochu smutný, lebo som videl Lučenec, v ktorom som býval, a nechcelo sa mi vracat' do reedukačného centra.*

**Vladimír Surový 8.ZŠ**



# EXKURZIA DO LUČENCA

*Bolo to dňa 4.5.2011, išli sme do Rimavskej Soboty, kde sme prestúpili na autobus do Lučenca. Z autobusovej stanice sme išli do Johnson controls, kde nám poukazovali, ako sa šijú, vyrábajú a naplňajú poťahy. Veľmi sa nám to páčilo, napr. videli sme stroje, ktoré boli naprogramované a naplňali formy penou, potom sme boli v sklade, kde boli naplnené formy a kde sa chladili. Ukazovali nám aj operadlo, ktoré sa automaticky vysúva a pri náraze auta chráni chrbticu a hlavu. Museli sme mať ochranné okuliare, aby sa nám nič nestalo. Na konci sme dostali aj darčeky, ktorým sme sa veľmi potešili, urobili sme si aj na pamiatku fotku, aby sme na tento deň nezabudli. Ešte raz ďakujeme pani Porubiakovej, pani Sivokovej a pánovi riaditeľovi, že nás pustili na celý deň.*

*Marika Ráczová a Zuzana Kopková 8. ZŠ*



PRESENT THAN WE WAS IN JOHNSON CONTROLS.

Bol to veľmi zaujímavý a hlavne zábavný výlet do Lučenca. Hneď, ako sme tam prišli, tak nás srdečne privítali. Bola tam aj pani Porubiakovej dcéra. Dali nám ochranné okuliare, oboznámili nás s bezpečnostnými pravidlami. Prišiel tam sprievodca a išli sme na to.



Bolo tam asi 50 šijacích strojov a jeden šijací stroj stál ako jedno auto. Mňa to aj v úvodzovkách „celkom bavilo“, ale viete, každého niečo baví a niečo nie. Najlepšie bolo, keď sme sa prechádzali po Lučenci.

Exkurzia sa uskutočnila v stredu 4.5.2011.

Tomáš Horský 8.ZŠ

## Futbalový turnaj o Pohár primátora mesta pri príležitosti „Dni mesta 2011“ s účasťou RC Čerenčany



V piatok 6.mája sa na umelom trávniku MŠK Rimavská Sobota konal futbalový turnaj o Pohár primátora mesta. Turnaja, organizovaného pri príležitosti „Dní mesta“, sa zúčastnilo osem škôl z okresu Rimavská Sobota, ktoré boli rozdelené do dvoch skupín. V skupine A hrali: ZŠ Jesenské, **RC Čerenčany**, Evanjelická ZŠ a Gymnázium Ivana Kraska. V skupine B hrali: ZŠ Hostice, ZŠ Ožďany, ZŠ P. Dobšinského a ZŠ Hostinského.

Zápasy ôsmakov a deviatakov boli veľmi napínavé a vyrovnané. Chlapci sa snažili ukázať všetko, čo v nich je, a bojovali až do posledného okamihu. Všetkým sa podarilo dôstojne reprezentovať svoju školu.

Finálové zápasy boli veľmi kvalitné. Obidva skončili remízou 1:1, a tak museli o víťazoch rozhodnúť pokutové kopy. **V boji o tretie miesto vzišiel z dvojice ZŠ Ožďany a RC Čerenčany víťaz ZŠ Ožďany.** Z dvojice ZŠ Hostinského a ZŠ Jesenské sa viackrát podarilo rozvlniť súperovu sieť ZŠ Hostinského, a tak sa stala celkovým víťazom turnaja.

Turnaj bol organizovaný pod záštitou mesta, na organizácii sa spolupodieľali aj futbalový klub MŠK Rimavská Sobota, CVČ Relax a ObFZ.

### **Konečná tabuľka:**

- 1.miesto – ZŠ Hostinského
- 2.miesto – ZŠ Jesenské
- 3.miesto – ZŠ Ožďany
- 4.miesto – RC Čerenčany



Chlapci z Čerenčian nastupujú v I. futbalovej lige za ŠK Tempus Rimavská Sobota. Je to snom viacerých futbalistov hrať I.ligu. Úspešne náš ústav **reprezentuje Zolo Rác, Marián Rovňanik, Jakub Kmecik, Miroslav Lisý**. Na zápasoch sa zúčastňujú aj deti zo zariadenia a sú na nich pyšní ,že ich vidia hrať' v I.lige, mnoho detí im úprimne aj závidia. Veď cestujú do Žiliny, Čadce, do Banskej Bystrici a tak.



Naše deti na zápase s Duklou Banská Bystrica



Ing. Ondrej Václavík

# Noc v múzeu.



14.5. v sobotu sme boli v múzeu v Rimavskej Sobote. Pred múzeom bol najprv menší program, kde boli aj ukážky rôznych bojových umení. Potom sme šli dnu. Pri vchode nám dali lístky a ponúkali rôzne čaje, ako napr. hasičský, čaj šťastia a iné. Vo vnútri sme si prezerali nástroje z minulosti. Najviac ma zaujala múmia z Egypta. Bola to žena a dovezli ju v roku 1910. So Žanetou sme pobehali celú budovu. Dokonca som tam stretla moju kamošku aj kamoša, s ktorými som bola v DC. Na dvore múzea bol postavený stan, v akom žili predtým ľudia. Vo vnútri boli všelijaké koberce a aj ohnisko, kde bola položená doska a na nej bola slanina, klobása a pod. Stretli sme tam aj pána Csanka so synom. Po skončení prehliadky si mohli vyskúšať aj streľbu lukom, ale ja som nešla.

Potom prišiel p. Chodúr autom a začal nás odvážať do RC. Tie ktoré ostali išli s pani Chodúrovou k Lidlu, tam zobral zase štyri dievčatá a nakoniec dovezol ostatné. Vo vile sme sa navečerali, spravili hygienu a išli sme sa rozprávať o našich zážitkoch. Chcela by som poďakovať našim vychovávateľom Chodúrovcom, že nám spríjennili túto sobotu. Veľmi by som vám chcela poďakovať a rada by som si tento deň zopakovala. Ďakujem aj Nikolke a Vierke, že som ich stretla tu v RC a bola s nimi na našej A2 - ke.

## V múzeu

Od vašej Amušky

Dňa 14.5 v sobotu nás celú A2 zobrala pani Chodúrová do Rimavskej Soboty na futbal.

Išli sme spolu aj s ostatnými skupinami chlapcov a šli aj dievčatá z A1. Bolo tam fajn, no škoda, že sa do futbalu nevyznám. Prekvapil ma Zolo, nevedela som, že hrá tak dobre. No, čo ma neprekvapilo bola jedna vec...ale radšej to nejdem riešiť.

Odtiaľ sme šli do Kauflandu, kde sme si kúpili jesť a piť. Potom prišiel p. Chodúr a nákupy sme naložili do auta a pomaly sme prešli k múzeu. Po úvode tam ukazovali boje s palicami, strieľali so šípami. Mohli sme si to aj vyskúšať. Za úlohu bolo trafiť do takej nástenky, ale trafila som mimo nástenky. Skúsila si to aj Nikola Lacková a trafila sa do zeme. Čo už nevádi, možno nám to vyjde nabudúce. Potom sme šli dnu, dávali aj piť čaje, ako čaj lásky, pokoja a hasičský. S Nikolou sme si zobrali hasičský, ale nám nechutil. Pri vchode bola nejaká socha, ktorej som sa zľakla, a Nikola sa na tom smiala. Boli tam rôzne vypchaté zvieratá a múmia.

Stretli sme aj pána Csanka so synom a pani Šerešovú so synmi. Po tomto výletíku sa mi dobre spalo, ale najprv som Nikole zaspievala uspávanú a pritom sme zaspali obidve.



S pozdravom vaša najmúdrejšia... ☺

# Výlet v Rimavskej Sobote.



18. 5. sme boli s pani Šerešovou v Galérii v Rimavskej Sobote. Musím povedať, že sa mi tam veľmi páčilo. Boli tam veľmi pekné obrázky, ktoré vyzerali ako maľby malého bábätka, ktoré držalo prvýkrát v ruke štetec s farbami. Keď nám pani Šerešová začala vysvetľovať, tak som tomu začala rozumieť, lebo to boli muchy a pavúky. Bola to výstava pod názvom Džukel Čavo. Potom sme boli na zmrzline, bolo super. Som rada, že si ma pani Šeresová vybrala a zobrala na túto výstavu. Ďakujem, moc sa mi tam páčilo.

**Vaša / Marta / Nikola Lacková A2**

Mne sa páčilo aj na futbale, boli sme na zmrzline a na nákupoch. Páčilo sa mi v múzeu, kde bola múmia, rôzne zvieratá, kamene - vápenec, íl, dolomit, tiež sme tam videli pekné obrazy. Vonku sme mohli strieľať z luku, skúsiť sa biť s palicami. Dostali sme aj lízatka. Dobré, že sme tam boli.

**Nikola / Nasťa / Fíziková**

## Tvorivé dielne

Ani neviem, kde začať, pretože bolo zlé počasie – pršalo. Tu v RC bola súťaž požiarnikov. my sme sa na nich pozerali a potom sme šli na obed. Z obeda sme šli počúvať hudbu a chystali sme sa do Rimavskej Soboty. Začalo veľmi pršať a my sme sa dohadovali, či pôjdeme alebo nie. Predsa sme sa vybrali a šli sme najprv na nákupy do Kauflandu.

Potom sme šli na dielne. Mohli sme tam vyšívať, čo mne veľmi nešlo, zdobiť krabičky podľa svojej fantázie a spravili sme si aj rybičku, s ktorou sa môžeme hrať – súťažiť.

Na záver sme sa šli prejsť na námestie, kde sme videli nevestu fotiť sa pri kostole. Potom sme šli na stanicu a vrátili sa späť do RC. Už sme sa len navečerali a balili na športové.



**Katarína Kováčová**



# Tvorivé dielne

Tvorivé dielne boli v sobotu. Keď sme šli na vlak, veľmi pršalo. Najprv sme šli do Kauflandu, kde sme stretli pani zdravotnú. Baby si kúpili aj retiazky a čelenky. Potom sme už išli pozrieť, aké dielne sú pripravené a či to budeme chcieť robiť. Pri vchode nám dali malý darček, a to smajlíka alebo srdiečko na krk. Potom sme si sadli k stolu, ktorý sme si vybrali. Ja som išla so Zuzkou k prvému stolu, kde sme zdobili krabice, potom sme šli robiť rybičky. Pri treťom stole sa vyšívalo. Každý ako chcel. Bolo náročné naučiť sa šiť, ale potom som prišla do toho. Najviac sa mi páčilo to vyšívanie. Chcem sa poďakovať pani Chodúrovej, že tam zobrala celú našu A2.



Eubica Rišpánová A2

## Beseda s lekárom



Dňa 30.5.2011 v pondelok prišiel pre nás pán Chodúr a mňa, M. Konečného, I. Suchého a F. Jankulu zobral do Rimavskej Soboty. Šli sme do nemocnice na Protialkoholické oddelenie.

Hneď na úvod nám pripravil pán doktor Strečka malú prezentáciu aj s premietaním proti závislosti na alkohol. Páčilo sa mi to, lebo to bolo veľmi zaujímavé a poučné. potom nás pán doktor zoznámil s pacientmi, ktorí sa liečia. Bola tam jedna pani, ktorá keď rozprávala o svojej minulosti, tak ma veľmi dojala.

Dozvedeli sme sa, že môžeme byť závislí na drogy už po prvých dvoch-troch skúsenostiach. Potom rozprávali pacienti, že na začiatku im bolo ťažké si zvykať na príkazy, ale že potom to už išlo. Pýtali sme sa, ako prišli na liečenie. Niektorí boli opití a ráno sa zobudili a boli na liečení, niektorí šli kvôli rodine... Predstavte si, bolo tam dievča, ktoré malo 16 rokov a bolo tam na liečení asi 3 týždne. Ona začala piť na strednej, kde sa dostala do takej partii, kde nič nehovorili, len poďme piť. Ani vlastnej mame na narodeninách nebola. Bolo tam toho veľa, ale to nejdem písať. Fakt, keď vidíte aj v rodine, že veľa pijú, tak im povedzte a nenechajte to tak. Potom sa budete iba pozerat', ako si ničia nielen svoj, ale aj život ostatných v rodine. Často sa dospelí zbadajú, keď už je neskoro.

No a ja iba toľko k tomu, že fakt si rozmyslite, čo spravíte a nezabudnite uvažovať. Ďakujem pánovi Chodúrovi, ste ma tam zobral.

Marika Ráciová A2

# Pod'akovania...



Tu v RC som prežila štyri roky. Zo začiatku bolo ťažké zvyknúť si, ale začiatky sú vždy ťažké. Prišla som sem s pocitom, že si nenájdem kamarátky a, že som nezapadnem. Dali ma na A2, kde som prežila celé štyri roky. Zo začiatku som bola tichá, nevedela som, ako to tu chodí. Keď som si našla kamarátky a kamošov, bolo mi tu oveľa lepšie.. No najhoršie bolo to, keď každý rok som sa musela lúčiť s tými ľuďmi, ktorých som mala najradšej...

Teraz stále spoznávam nové dievčatá, medzi ktorými som si našla dobré kamarátky - Nikolu Lackovú, Kucu, Amu...Aj novú lásku Roba Byháriho. Už sa blíži koniec školského roka a ja odtiaľto odchádzam. Naučila som sa tu také veci, o ktorých som mohla doma iba snívať... Naučila som sa hrať volejbal, ktorý hrávam najradšej a spoznala som ľudí, ktorí mi veľmi pomohli, hlavne s učením. Zo začiatku to išlo ťažko, lebo som nechodila do školy od 5. ročníka. Tu som zameškané dobehla. Som strašne rada, že som spoznala našu pani Chodúrovú, ktorá mi tu v RC veľmi pomáhala a pána Chodúra, ktorý mi ukázal, že nemôžem mať všetko, čo ja chcem, ale musím brať ohľad aj na druhých. Čo dodať k našej skupine? Sme šialené a bláznivé...

**Viera Miklošová A2**

Na začiatku to bolo pre mňa strašné, ale po čase som si zvykla. Viac som sa spoznala s vychovávateľmi a s deťmi. Obľúbila som si tu dievčatá z mojej skupiny, ale najradšej mám Nikolu Lackovú, ktorú mám rada ako sestru. Aj keď sme sa hádali, každú jednu mám svojím spôsobom rada. Chcela by som sa poďakovať svojim vychovávateľom, pani Chodúrovej a pánovi Chodúrovi, čo robili pre nás . Veľmi si to vážim. Ľutujem, že som sa sem dostala, ale neľutujem, že som spoznala takých ľudí. Chcem povedať, že mi budete veľmi chýbať. Ešte by som chcela poďakovať všetkým učiteľom, ale aj vychovávateľom, že to celý školský rok vydržali s nami. Tak ešte raz ďakujem.

**Marcela Poláková / Kuca / A2**

No, tak začnem tým, že nie je to také zlé, ako všetci hovorili. Naučila som sa tu kopec nových vecí. Prišla som si na svoje chyby, len škoda, že tak neskoro. Veľmi sa mi páčilo v škole, učitelia sú tu veľmi dobrí, niekedy sa čudujem, že to s nami môžu vydržať.

K vychovávateľom: ja mám na skupine najlepších vychovávateľov, ktorým ďakujem za to všetko, čo pre mňa robia, hrozne si to cením.

K dievčatám: spoznala som tu dievčatá, s ktorými som vychádzala, aj nie, ale všetky mi budú chýbať. Taktiež mi budú chýbať ostatní vychovávatelia, napr. p. Horváth, p. Balaj, no proste aj všetci ostatní pracovníci RC. Chcela by som poďakovať mojej pani učiteľke Porubiakovej, p. Megovej, p. Kiškovi. Samozrejme aj vychovávateľom, ako p. Chodúrovej, p. Chodúrovi, ale aj ostatným vychovávateľom, ktorých mám veľmi rada. Týmto vám za všetko ďakujem a veľmi si to vážim a budete mi veľmi chýbať. Nesmiem zabudnúť na pani psychologičku, pani Fazekašovú a pána riaditeľa. Ďakujem veľmi pekne.

**Zuzana Kopková A2**



Chcela by som sa poďakovať pánovi Hedvigymu za to, že ma naučil hrať volejbal, skok do diaľky a všetko, čo sa týka športu. Priznám sa, keď som prišla do RC, tak som nemala rada žiaden šport, loptu som ani nepoznala, a teraz, keď vidím hrať niekoho volejbal, tak sa chcem hneď pridať.

Chcem poďakovať aj pánovi Szajkóovi, pánovi Bodnárovi a aj pani Fazekašovej za to, že boli ku mne dobrí, veľmi som si vás obľúbila. Mám ísť do Zlatých Moraviec a chcem povedať, že mi budete veľmi chýbať

Moja pani Chodúrová, som rada, že som vás spoznala. Musím povedať, že s nikým tak dobre nevychádzam ako s vami. Boli časy, keď sme sa hádali, boli časy srandovné a tak veľmi mi budete chýbať. Ďakujem, že ste ma všade zobrali a vo všetkom podporili. Veľmi vás mám rada.

K pánovi Chodúrovi – s ním som vychádzala menej. Musím povedať, že ho mám aj tak veľmi rada, on je haluzná povaha a taká úprimná. U neho na skupine bolo super. Ale tak, ako si rozumiem s pani Chodúrovou, tak si nerozumiem s nikým.

Chcem sa rozlúčiť aj s Muhim / Tomáš Horský /, je to chlapec na ktorého nikdy nezabudnem. Veľmi ťa ľúbim. Dúfam, že sa v živote ešte stretneme.

Najťažšie je lúčiť sa s Vierkou. Vierka moja, nikdy v živote nechcem na teba zabudnúť. Budem si pamätať všetky tie srandy čo sme mali spolu, napr. keď Kuca spadla s chrumkami, alebo keď Nasťa padla v umyvárke. Vieš, ako mi budeš chýbať?

Bude mi chýbať aj Amuška a celá naša skupina.

**Nikola Lacková / Marta /**

## Robovi, mojej láske...

Milujem Roba a nedokážem prestať. Milujem život, lebo mi dal Teba. Milujem Teba, lebo si môj život. Láska je oheň, láska je byť. Láska je všetko, láska je nič. Láska je pes, láska je sex, nuda je basa a preto bude fasa. Nemiluj pre krásu, tá trvá len dočasne, ale miluj pre vernosť, tá trvá večnosť. Na Teba myslím, keď slnko vychádza. Na Teba myslím, keď sa končí deň. Na Teba myslím, keď už všetci spia. Na Teba myslím, keď snívam sen.

Pýtaš sa prečo? Lebo Ťa milujem. Nikdy na mňa nezabudni. Ja nezabudnem. Dúfam, že sa ešte spolu stretneme. Doma sa drž a myslí na mňa. Ja budem stále....



**Tvoja Vierka Miklošová 9. ŠZŠ**



# MDD

Asi pred piatimi dňami, prv ako začalo MDD, sa každý tešil. Začali sme rôznymi súťažami, ako je, hod do koša, preťahovanie sa lanom a hod stoličkou. Potom začalo to, na čo sa každý tešil. Futbal proti dospelým „dozorcom“ / vychovávateľa, učiteľia /. Zo začiatku to bolo beznádejné, ale potom sme sa rozohrali a tak to išlo ako po masle. A teraz niečo smiešne – aj tak nám dali. Viete, čo bolo smiešne? Asi nie, tak vám to poviem. Pán Gál sa strepal. To je smiešne, čo?? Ale smiešnejšie je aj to, že K. Horváth a ja sme hodili najviac stoličkou, ale Szabo nás prehodil. Po štvrtej hodine začala diskotéka, na ktorú sa každý tešil a skončila jednou dobrou pesničkou, ktorú ani nepoznám.

**T. Horský 1. VS**



Začiatkom nášho sviatku nám pán Gál porozprával, čo sa bude počas dňa konať. Všetci sme boli prekvapení čo všetko bude. Prvá akcia bola hod papierových gúľ do koša. Preťahovali sme sa lanom, bolo to naozaj super a bola sranda.

**Ivan Suchý 3. VS**



Na začiatok sa chcem poďakovať najviac pánovi Gálovi za všetky súťaže, za výborný program a najmä za sladkosti. Veľmi sa mi ten deň páčil. Ani si neviete predstaviť, ako veľmi



mi to chýba. Ale prejdem rovno k veci. Najprv sme boli v jedálni na raňajkách. Prišiel pán Gál s vrecom, kde mal papiere a kekсы. Potom prišli aj ostatní páni učitelia a pán Gál nám povedal program. Zo začiatku sa mi to nepáčilo, ale potom keď sme mali prvú disciplínu, tak ma to začalo baviť. Prvá disciplína bola – hod papiera do koša. Naša skupina mala 2. miesto, ale museli sme si to vybojovať s 2.VS . Druhá disciplína bola preťahovanie lanom .Mali sme zase 2. miesto. Tretia disciplína bola hod stoličkou do diaľky a vyhral ju Eugen Baláž. Potom sa hral futbal a to vyhrala 3. VS. Ďalšia disciplína sa už neudiala, lebo nebol čas.

Na záver sme hrali futbal a volejbal s učiteľmi.

**Arnold Berky B1.**

Takže začnem tým, myslel som si, že bude „žúrka“, teraz vás urazím, ale bola to nuda. No začnem s tým. Ráno sme sa presunuli do jedálne. Počúvali sme pána Gála, že čo budeme robiť doobeda. Po prvé sme hádzali papier do koša. Bolo to nudné / randy /. Potom sme priniesli vežu a pustili sme Rytmusa, bola to pesnička Official. Potom prišiel pán Szajkó a priniesol všetko na diskotéku / repráky, zosilňovače, atď. /

Prvý zápas vo futbale sme hrali s 3.VS, prehrali sme 3:1 , Lišý dal gól za nás. Druhý zápas sme hrali s B1, vyhrali sme 3:0, góly dali Šajmer a Horváth. Ďalší zápas hrali chovanci proti pracovníkom. Hlavný rozhodca bol Arpád Szabó a potom Karvai. Chovanci prehrali 12:2, bolo to smutné. Ako hlavný rozhodca som nedržal nikomu, pískal som spravodlivo. Čudoval som sa, že pán učiteľ Václavík vie tak dobre hrať. Keď sme skončili, pán Gál nám rozdával kekсы. Ďalej bol obed. Naobedovali sme sa a išli sme do telocvične. Hral sa volejbal, vychovávateľa proti chovancom. Dievčatá skoro vyhrali, ale nepodarilo sa. Aj tu som bol hlavný rozhodca. Potom bola diskotéka, samé točiacie sa zadky a pekné tváre. DJ Kappa bol Atilla Szajko. Púšťal dobré piesne, ale nepúšťal cigánske, len disco. Tento deň bol fantastický a najlepší. Ešte vám chcem povedať, keď hrali volejbal vychovávateľa, tak som im prižmúril oko, ale to nebolo dobre, lebo starší chlapci ma chceli dobiť, ale som to prežil ( randy ).

PS : Váš „hlúpy-nedobry“ chlapček...

**Arpád Szabó 2. VS**

# Môj pobyt v RC Čerenceňany za 3 roky...



Prišiel som sem do RC 22.11.2008. Hneď, ako som prišiel, tak ma zobrala pani Končeková na svoju skupinu B2, kde mi bolo dobre a zoznámil som sa s deťmi, našiel som si kamarátov a naučili ma tam dosť veľa. Chcem povedať, že odvtedy, ako som z tej skupiny odišiel, som sa zhoršil, lebo som si pomaly zvykal na druhých vychovávateľov, ako je pani Ďurišová a pán Gregorčok. Sú to dobrí vychovávatelia, len ja som si to nevážil a robil som zle, kým som nedostal kus rozumu a pochopil, čo odo mňa chcú. Ešte raz chcem všetkým poďakovať. Všetko čo ste ma naučili, si zoberiem so sebou ďalej.

Chcem sa poďakovať všetkým učiteľom a vychovávateľom a napokon som sa chcel ospravedlniť všetkým, ktorým som ublížil.

Prepáčte !

**Ivan Suchý 3. VS**





# Náš /pizza/ piknik

Pani Janka povedala, že si v sobotu naša skupina 1.VS urobí piknik – pizza pri príležitosti MDD. Všetci sme sa potešili, pretože pizzu sme už dávno nemali, a tak sme sekali celý týždeň dobrotu, aby sme si ju zaslúžili. V sobotu popoludní nám pizzu priviezli z pizzérie z RS a nám všetkým chlapcom tiekli slinky, keď ju pani vychovávateľka s Filipom išli vyzdvihnúť a vyplatiť. Každý z nás mal trochu inú pizzu, ale všetkým chutila. Čo nás ešte potešilo, bolo to, že sme sa napapaní vybrali do dediny na čapovanú kofolu.



Piknik bol fajn, nielen preto, že nám chutilo, ale hlavne preto, že sme si pochutnali na pizzi pri krbe za pekného slnečného počasia.. Týmto by sme chceli poďakovať našej pani vychovávateľke Janke za milý zážitok z pizza pikniku.

**J. Nôžka 1.VS**

## Môj obľúbený šport



Môj obľúbený šport je futbal. Pani Janka Lisová hovorí, že vraj som vo futbale dobrý, až najlepší, veľmi sa v ňom vyžívam. Ja by som ho dokázal hrať celý deň. Je to proste môj najobľúbenejší šport. Som aj dobrý brankár .Všetko som sa skoro naučil od Miša Krišteka, ktorý vie veľmi dobre chytať v bráne. Preto ma aj pán Václavík berie občas na zápasy. To je asi všetko. Dúfam, že aj naďalej ma tento šport bude baviť a budem na sebe pracovať, aby bol zo mňa raz „dobrý futbalista“. Vzorom mi je vo futbale zo svetových futbalistov L. Messi.

**J. Kmecík 1. VS**

### Medzinárodný deň detí

Mne sa rátalo na Deň detí, že aké vymysleli disciplíny. Ja a moji kamaráti z B1 sme vyhrali študentskú pečať a delisy. Chcel by som sa poďakovať pánovi Gálovi, že to všetko urobil, aj keď ho na dozore hneváme. Mne sa najviac páčila disciplína – preťahovanie lanom. Potom bola diskotéka, tam som tancoval s jednou dievkou, ktorá sa volá Nikola Pustajová, mám ju veľmi rád ako kamarátku.

David Gottas 5.ZŠ



### Deň detí

Ráno sme sa všetci naraňajkovali a šli sme hádzať papierovou guľou do koša. Potom sa hral futbal, ktorý bol zábavný, pretože som hrala aj ja, hoci som to vôbec nevedela. Nakoniec ho chalani vyhrali. šli sme sa naobedovať a do telocvične hrať volejbal. Hrali chlapci proti učiteľom a vychovávateľom. Ja som povzbudzovala. Potom sme sa šli prezliecť do vily lebo sme mali diskotéku asi do pol ôsmej večer. Bolo strašne fajn, len toľko k tomuto dňu.

S pozdravom Marcela Poláková 5.ZŠ

### Medzinárodný deň detí

Chcel by som sa poďakovať učiteľom, že nám urobili Deň detí. Veľmi sa mi páčili hry a potešili ma aj ceny. Ja som tiež vyhral, veľmi sa mi to páčilo. A to je už všetko.

Ladislav Kora 5.ZŠ



### Deň detí

Na Deň detí nám už hneď ráno hovoril pán Gál, čo budeme robiť. Mali sme rôzne disciplíny. Hod stoličkou, ťahanie lanom, futbal. Po futbale nám pán Gál rozdal keksiky. Futbal proti učiteľom skončil 12:5 pre učiteľov. Potom sme išli na obed a po obede sme hrali volejbal, no ten tiež vyhrali učitelia a vychovávatelia.

Dominik Toráč 5.ZŠ

### Medzinárodný deň detí

Medzinárodný deň detí sa začal dobre. Najprv sme sa naraňajkovali a išli sme von. Prvá súťaž bola hod loptičkou do koša. Druhá bola preťahovanie sa lanom a hod stoličkou. Hral sa futbal s učiteľmi, aj skupiny proti skupine. Išli sme na dobrý obed. Po obede sme išli do telocvične na volejbal. Volejbal sa mi páčil. Vyhrali učitelia.

Nikolas Flekáč 5.ZŠ



### Podakovanie sponzorom

Touto cestou všetky deti reedukačného centra ďakujú za vecné dary k MDD týmto firmám:

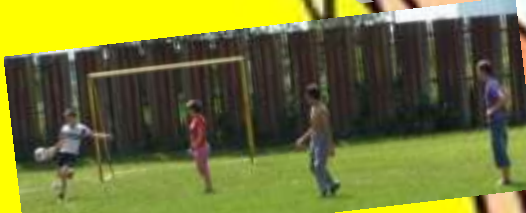
- Marián Černok – Autocentrum Rimavská Sobota
- Fame s.r.o – Maštinec
- Otto Pelle – Polux Rimavská Sobota







# Náš Deň detí...







### Moje športové hry

No, takže začnem tým, že na športových hrách sa mi strašne páčilo a hlavne to, že som bola prekvapená zo svojho výkonu v behu na 300 m. Bola som v rozbehoch na 3. mieste a aj keď som nič nevyhrala, ale mala som aspoň dobrý pocit. Aj tak, keď niektoré osoby neboli s tým spokojné, že

som išla, ale ja som si to nevšímala. Ale i tak strašne mi to chýba, bolo tam veľmi dobre, chcem sa tam vrátiť a keď som tam bola, chýbala mi strašne pani sociálna, ktorú mám najradšej. Bola tam aj sranda a hlavne s pánom Bodnárom. Na tieto športové nikdy nezabudnem, hlavne na pána Hedvigyho, a ani to neľutujem, že som tam bola, lebo som spoznala mnoho ľudí, ktorí mi padli k srdcu.

S pozdravom Lilianka-Juliana 7. ZŠ

Športové hry začali 29.5.2011. Išli sme do Trnavy autobusom z Čerenčian, cesta trvala 4 hodiny. Prvý deň sme došli a išli sme sa ubytovať na izby, povybaľovali sme si veci. Ukázali nám sprchu a WC. Potom sme išli s pánom Szajkóom hrať volejbal a pán Szajkó nám tam aj zaspieval. Na druhý deň sme išli po raňajkách autobusom na štadión. Baby sa rozcvičovali a behali. Po obede sme hrali volejbal. Veľmi pekne hrali volejbal. Utorok tiež baby behali a po obede sme hrali hádzanú. Nevyhrali sme. Ale to nevádi. Ale aj tak bol sranda. Na tretí deň tri baby išli hrať

stolný tenis. Nevyhrali sme veľa vecí, ale najdôležitejšie je, že sme vyhrali volejbal a štafetu. V utorok bola veľmi veľká sranda, ďakujem pánovi riaditeľovi za srandu a pánovi Szajkóovi. Chcela by som poďakovať aj pánovi „doktorovi“ Hedvigymu, že ma zobral na športové hry. Ďakujem pekne!!!

S pozdravom Ľubica Rišpanová 7. ZŠ



## Moje prvé športové hry dievčat 2011

Keď som sa dozvedela, že idem na športové hry, tak som sa veľmi tešila. Som moc rada, že ma pán Hedvigy zobral na športové! Prvý deň sme sa vybalili a bol taký voľnejší deň, išli sme von, hrali sme na gitare, tancovali, spievali a s pánom Szajkóom sme išli do obchodu Max. Bolo tam super, večer sme boli vonku s druhými babami, rozprávali sme sa a hrali volejbal v kruhu. Druhý deň po raňajkách sme autobusom išli na Trnavský atletický štadión, bolo mi tam fakt super, baby sa snažili zo všetkých síl a boli super. Spoznala som baby, ktoré boli fakt super 😊, bolo mi tam super.



Chcela by som poďakovať pánovi Hedvigymu za to, že ma zobral na športové hry. Bola som prvýkrát a páčilo sa mi tam. Som rada, že som sa mohla zúčastniť, no je mi ľúto, že športové trvali len 3 dni, škoda, bolo tam fakt super. Som rada, že som tam bola a už sa budem snažiť športovať, pretože aj keď som nevyhrala, aspoň som sa zúčastnila.

Ďakujem pánovi Hedvigymu, pánovi Bodnárovi a pánovi Szajkóovi.

Katarína Kováčová 7.ZŠ



## „Pohár máme doma“...☺ ☺ ☺



Začal som netradične, ale toto ma napadlo ako prvé, keď som sa rozhodol písať tieto riadky. Vlastne poháre, lebo nielen dievčatá, ale aj chlapci priniesli zo ŠH putovný pohár. Ale pekne po poriadku.

V dňoch 29.5. - 1.6.2011 sa konali Medzinárodné športové hry dievčat. Organizátorom bolo RC Trstín. Ubytovanie aj priebeh súťaží bol v Trnave. 12:00 hod. - prichádza autobus. Nastupujeme a vyrážame, cieľ cesty je jasný - Trnava. Cesta ubieha pomerne rýchlo. 16:00 hod.- Trnava. Zvítame sa so súperkami, ale aj s bývalými spolužiačkami. Večera, večierka, noc...

7:00 hod.- budíček, raňajky, odchod na štadión. Rozohriatie, rozvička a už len čakáme na ten správny povel.

AMA, Irenka a Zlatka sa ako prvé postavili na štart 60 m. Najlepšie sa darí AME a Zlatke, postúpia do finále. AMA sa súperiek nezľakla a umiestnila sa na 2. mieste.

Zlatka, Juliana a Irenka sú pripravené na 300 m. Do finále postúpia Zlatka a Irenka. Irenka sa v silnej konkurencii umiestni na peknom 3.mieste.

V skoku do diaľky nás reprezentujú Laďka, Nikolka L. a AMA, ktorá skok trénovala-netrénovala, ale len raz vyskúšala a skočila 400 cm. Tu sa jej podarilo niečo neuveriteľné, hneď druhý pokus bol 405 cm. Postúpila do finále, kde posledným skokom 419 cm si zabezpečila vynikajúce 2.miesto. Vo vrhu guľou si najlepšie počínala Nikolka Pustajová. Každým vrhom zlepšovala svoj výkon, až nakoniec vrhla 822 cm a obsadila 2.miesto. Naša Zlatka sa už nevedela dočkať behu na 800 m. 11:00 hod.- štart. Zlatica je na trati a počína si veľmi dobre. Celý čas sa drží na 2.mieste, v závere sa ešte snaží dotiahnuť na súperku, ale to sa jej nepodarí a končí na peknom 2.mieste. Irenka a Laďka dobehli na 5., resp. 7. mieste.

V skoku do výšky si najlepšie počínala Vierka. Skočila 115 cm a obsadila 3.miesto. Nedá mi nespomenúť Katku Kováčovú, ktorá hádam skákala prvýkrát a podarilo sa jej preskočiť základnú výšku 90 cm.

1500 m má v pláne Vierka vyhrať. Podarí sa jej to, pýtame sa sami seba? Po druhom kole to už vypadá celkom dobre, ale keď vidíme, ako jej „plantajú“ rozviazané šnúry na tretrách, myslíme na to najhoršie. Neuveriteľné, ona beží 1 ½ kola s rozviazanými tretrami, akoby ich mala priklinované...Valí sa do cieľa a my len so zatajeným dychom sledujeme, ako padá k zemi...áno, padá, ale až v cieľi !!!

A už len obávaná štafeta 4x60m. Tá, ktorú sme do poslednej chvíle nevedeli, že kto ju pobeží. Nakoniec sme sa rozhodli, po všetkých peripetiách, prehováraníach, odhováraniach a možno, že aj zásluhou Laca (ďakujem Lacovi, bez jeho pomoci by to bolo všetko inak... ) sa na štart postavili Zlatka, Nikolka, Irenka a AMA. Od začiatku si držali náskok, ani jedna nepoľavila a odvedli kus poctivej práce, odovzdávku zvládli na výbornú, a preto sa mohli radovať z 1.miesta.

Po obede bol na programe volejbal, vlastne na ten sme sa asi najviac tešili. Dievčatá z Nemecka a z Lietavskej Lúčky veľa vody nenamútili. Tieto zápasy boli také na rozohriatie, ale prišiel aj obávaný zápas proti dievčatám zo Spišského Hrhova. Nevedeli sme, čo nás čaká, lebo sme tam mali bývalé žiačky, o ktorých sme vedeli, že vedia hrať. No, ale po prvých loptách sme zistili, že ani toto nebude nad naše sily. V skupine sme vyhrali všetky zápasy a už sme len čakali na súperky zo Zlatých Moraviec. Prvý set bol vyrovnaný do stavu 15:15, potom sme sa odpútali a s prehľadom vyhrali 25:20. Do druhého setu sme nastupovali s tým, že Pohár chceme mať doma... Nič nám v tom nebránilo a za stavu 11:1 sme už vyspevovali víťazné chorály...Heéééjjj...Hoóóójjj.... ☺ Nakoniec sme vyhrali v pomere 25:9 a stali sme sa po druhýkrát v rade víťazkami vo volejbale... (2008, 2009 = 3.miesto a 2010, 2011 = 1. miesto).



Na druhý deň nás čakala hádzaná, s ktorou sa nie veľmi môžeme chváliť, bola to katastrofa a bodka. Stolný tenis sa nie podľa predstáv vydaril Vierke. Mohla zaútočiť aj na umiestenie v prvej trojke, ale zaváhala a skončila v poli porazených.

Toto je súhrn toho, čo sa udialo za tých pár dní. Bolo by toho viac, ale všetko sa na papier nedá napísať. I keď nesmiem nespomenúť aj to, ako ste počas celých ŠH držali za jeden koniec. Zvládli ste to bez hádok, nadávok a ohovárania. Keby boli všetky dni aspoň také, aké boli tieto na ŠH. Najviac si cením to, že ste ostali sami sebou a nehrali sa na niekoho, kto nie ste. Ako príklad vám môžem uviesť vašu bývalú spolužiačku, kamarátku, už viete o koho ide, áno, je to Júlia Tran Vanová, ktorá sa zachovala ako jedna sebecká, nevychovaná a ... fuj, hanba takému nešportovému správaniu, nepodať ruku súperovi a ešte k tomu nadávať, tak to dokáže len málokto, ale aspoň sme sa presvedčili a utvrdili v tom, že preloženie z nášho zariadenia bol správny krok. Ja verím, že keď sa aj vy odtiaľto poberiete a stretnete sa ako súperky, tak na športovisku podáte výkon, za ktorý sa nemusíte hanbiť a potom sa aj odzdravíte tak, ako sa patrí. Veď ste všetci boli na tej istej „lodi“...

PS: Ja sa za seba chcem aj touto cestou poďakovať a zároveň ospravedlniť, že som sa nesprával tak, ako som sa mal ☺, ale zdravotné problémy mi nedovoľovali sa s vami potešiť a vychutnať si tú radosť tak, akoby ste si to predstavovali. Ďakujem, že ste ma tolerovali a rešpektovali moje „nálady“. Možno som neukázal dostatočnú radosť, ale vnútorne som sa tešil s vami, že nielen pre srandu som počas tréningov kričal, vrieskal, hulákal, občas aj nadával, ale to všetko malo aj nejaký význam a úspech sa dostavil.

Gratulujem k víťazstvu a dúfam, že o rok bude Pohár opäť doma... ☺ ☺ ☺

PS1: *Upozornenie: Skôr, než začnete čítať, si pozorne prečítajte toto :*

**„Moje príspevky môžu obsahovať iróniu, sarkazmus, cynizmus, nadávky a urážky. Ak s tým máte problém, nečítajte ich!“**

Toto nemá nič spoločné s predchádzajúcim článkom, toto je kapitola sama o sebe, vlastne o Vás, ktorých sa to týka.

Mám tú možnosť, že Vaše príspevky čítam v predstihu, nakoľko graficky upravujem časopis. Musím si ich aj prečítať, aby som vedel, kde mám aký obrázok dať. A tu prichádza ten problém, je mi miestami zle, až na zvracanie, z tých Vašich príspevkov, ktoré s úprimnosťou nemajú nič a to ani len štipku úprimnosti spoločné. Niekedy mám chuť ich roztrhať na milión kúskov. Neznášam tie neúprimné „pokriky a heslá“, ako máte všetkých radi, ako Vám budeme chýbať a pod... Prečo??? Pýtate sa! No, tak sa len skúste zamyslieť Vy, ktorých sa to týka, ako ste konkrétne mne a nielen mne, ale dajme tomu, že len mne ublížili. Nebolo to tak dávno. Je neuveriteľné a ťažké čítať príspevok, ktorý akože myslíte vážne a na strane druhej „kujete“ a špekulujete, ako toho druhého potopiť, resp. mu znepríjemniť život. Viem, Vy ste to tak nemysleli, viem, už ste sa aj niektorí ospravedlnili. Viem, že neviem, kedy ma to prejde a kedy zmením názor, ale stále platí, že aj „mýtus-týfus“ spieva pieseň, v ktorej sa nájdete. Veľakrát som sa zamýšľal, či tie Vaše ospravedlnenia sú na mieste, či stoja za to, aby som/sme ich počúval/i. Koľkokrát sa dáva šanca, koľkokrát môže človek zlyhať, koľkokrát sa mám pýtať??? Odpoveď nedostanem. Dostanem len ďalšiu facku od života, otrasiem sa a idem ďalej. Však veď čo, kašľať na to, veď to prejde, poviete si. Nie, neprejde, možno prebolí, ale ostane v mysli...

Aáááá, keď už bude veľmi neskoro, tak na to prídete, že nie všetci sme rovnakí, nie všetci Vám chcú zle a že sú aj takí, ktorí sa snažia niečo urobiť nie pre seba, ale pre Vás... ale toto je už zase o niečom inom....

Ten, ktorý Vás „neznáša“ a zároveň má rád... Hegrid

## **Pre pána Hedvigyho**

Vám, pán Hedvigy, by som sa chcela poďakovať osobitne. Asi viete, aké ťažké je to so mnou, najmä na začiatku to bolo asi veľmi, veľmi ťažké, čo sa týka športu. Doma, keď som videla v telke tie rôzne druhy športov, robila som si z toho srandu. A teraz to všetko zbožňujem. Pravdepodobne som asi nevedela, čo ma vlastne baví, a práve tu som to zistila. Za tie štyri roky, čo ste sa so mnou trápili, ste urobili zo mňa to, čo je teraz. Možno som tu spravila veľa problémov, ktorých som sa dopustila, ale každý človek robí nejaké chyby, ale uvedomí si ich až vtedy, keď z tohto zariadenia odíde ako teraz ja... fakt ma to všetko mrzí! Na športových hrách bolo teraz naozaj dobre, ale predstavovala som si ich trošku inak. Viete, prečo nám nebolo až tak dobre? Lebo ste boli chorý! My sme sa báli, že neprídete na volejbal. Keď sme začali hrať prvý set s tými Nemkami a neboli ste tam vy, už sme si mysleli, že ani neprídete. No ja som dúfala, že nás nesklamete a prídete! Ďakujem Vám, že aj keď ste sa dobre necítili, stáli ste



pri nás. Za tie strávené štyri roky, čo som tu, som si veľmi zvykla a nechcem ísť do Spišského Hrhova. Viem, že pán Zombek bude celý šťastný, ale sa bojím, že si tak nezvyknem, ako som si zvykla na Čerenčany. Začiatky sú ale vždy ťažké.

Dúfam, že aj na budúci rok vyhráte volejbal !!!

Mám Vás veľmi rada a nikdy na Vás nezabudnem.



Viera Miklošová 9. ŠŽ

„Tak tomu ver, že aj budúci rok ideme pre pohár“...

Hegrid



„Dňa 29.5.-1.6.11 som bola na športových hrách a bolo strašne fajn“...

## Športové hry v Trnave

Dňa 29.5.2011 sa išlo na športové hry. Vôbec som tam nechcela ísť. Keď sme tam prišli, tak sme sa vybalili, a potom sme išli von. Po večeri sme išli do obchodu si



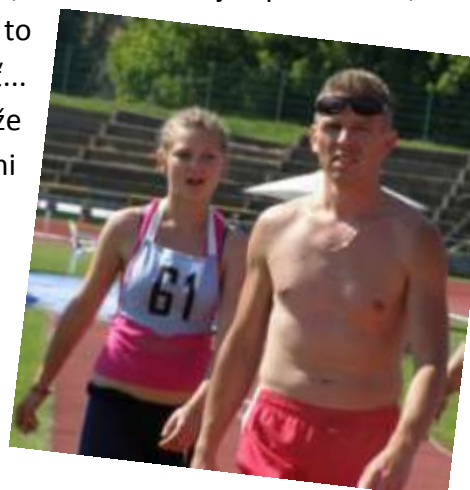
nakúpiť jedlo. Na druhý deň ráno bolo privítanie a otvorenie hier. O 8:40 som išla bežať 60 m. Bola som prvá. A tak som postúpila do finále. Potom neskôr som išla skákať do diaľky. Najprv som skočila 3,70 m, ale nakoniec som skočila 4,19 m. No, ale išla ešte skákať Jana Gábrišová a tiež skočila toľko, koľko ja. No ona mala prvé miesto, lebo predtým skočila viac ako ja. Brala som to športovo. No potom poobede sme išli hrať volejbal. Veľmi som sa tešila. Najprv sme hrali s Nemkami, to sme vyhrali ako nič. Potom s Lietavskou Lúčkou a potom so Spišským Hrhovom. To už bolo trochu napínavejšie, ale aj tak sme vyhrali. A zrazu prišli Zlaté Moravce. Prvý set bol taký napínavejší, ale vyhrali sme ho. Druhý set sme ako nič vyhrali. A zrazu to prišlo. Bola som strašne šťastná. Vyhrali sme pohár. Bola som taká šťastná že až. Keď sme vrátili, išli sme do obchodu. Po večeri sme išli von a rozprávali sme sa tam s pánom Szajkóom. Ďalší deň som bežala 60 m finále. Skončila som na druhom mieste. Mne to bolo aj jedno, že som skončila druhá. Potom som ešte skákala do výšky. Vtedy ma strašne bolela noha. Ale aj tak som skákala. Skočila som 105 cm. Ale hlavná vec je to, že som skočila základ. A potom to už prišlo. Naša slávna štafeta. Strašne som sa bála, že to prehráme a že ma predbehne Gábriška. Ale Zlatka sa veľmi dobre držala od začiatku. Aj Nika s Irenkou sa veľmi dobre držali. Ku mne sa dostal skoršie kolík ako ku Gábrišovej, tak sa nám podarilo vyhrať a bola som strašne šťastná. Poobede sme išli hrať hádzanú. Ja som nehrala, lebo ma bolela hlava aj noha. No tak tu sa nám až tak nedarilo ako na volejbale. Večer bola opekačka a diskotéka. No vlastne pán Szajkó hral na klavíri. Potom bolo strašne fajn s pánom Bodnárom... Bola sranda.

Posledný deň som išla ja, Laďa a Vierka hrať stolný tenis. Ja som trikrát hrala a všetko som prehrala. Nuž čo, aj to sa stáva. Potom už nastala tá chvíľa, keď nám povedali, že už ideme. Vôbec som nechcela ísť spať. Netešila som sa len, keď som počula slovo Čerenčany. Veľmi mi tam bolo dobre. Chcela by som poďakovať pánovi Hedvigymu, že ma zobral aj napriek tomu, čo som ešte predtým stvárila, a chcela by som sa mu za to ospravedlniť. A aj pánovi Szajkóovi by som chcela poďakovať...



Veľké ďakujem... a som smutná, že pán Hedvigy nemohol s nami osláviť víťazstvo...

Amuška 7. ZŠ







Na športové hry sa išlo 29. 5. 2011 v nedeľu o 12.00 hodine. Konali sa v Trnave a my sme spávali na nejakom internáte. Blízko toho internátu bola aj dosť veľká telocvičňa, kde sme poobede chodili hrať hádzanú, volejbal a stolný tenis. Najviac ma prekvapilo, že som vyhrala beh na 1500 metrov.

Vôbec som to nečakala, na začiatku som sa veľmi bála, aj som si poplakala. No pán Hedvigy vravel, že slzy liečia, a mal pravdu. Keď som bežala, mala som pocit pri prvom kole, že zastanem, ale nechcela som to vzdať. Keď som prišla do cieľa, ľahla som si na zem a myslela som, že asi odpadnem. Nebolo to až také hrozné. Čo ma vôbec nepotešilo, bolo to, že som sa chcela tešiť s pánom Hedvigym, no jemu v tú chvíľu prišlo veľmi zle. No aspoň som dokázala, že nie som „lekvárka“. Skok do výšky mi nevyšiel, skončila som ako tretia, ale nevadí. Volejbal sme vyhrali. Ja som vedela, že vyhráme, však sme dobré, no nie pán Hedvigy? Hádzaná nám nevyšla. Ja som namiesto hádzanej hrala futbal, kopala som tým dievčatám do nôh, čo radšej nejdem komentovať. Čo sa týka stolného tenisu, pán Bodnár povedal, že som mohla byť prvá. Ten som odflákla, aj keď som na to mala. Boli sme smutné aj z toho, keď pán Hedvigy prišiel do našej šatne a povedal, že musí odísť. V tej chvíli som vyronila slzy a po mne aj Laďa a Nikola Lacková. Dúfam, že s ním ešte oslávime, že sme vyhrali až dva poháre. Ďakujem aj pánovi Szajkóovi, že vždy pri nás stál, a v utorok, keď bola tá disko, tak to poriadne roztočil. Veľmi som sa tešila na naše bývalé baby Júliu a Katku. Katka Krepsová sa nezmenila, je stále taká istá, a Júliu radšej ani komentovať nejdem. Ďakujeme všetky: ja, Laďa, Ama, Nikola, Táňa, Irena, Soňa, Nikola Pustajová, Zlatka, Katka, Juliana, že aj keď ste boli, pán Hedvigy, chorý, prišli ste na ten volejbal a povzbudzovali ste nás. Asi ste vedeli, že bez vás by sme tam prehrali. Ďakujeme vám !!!



Vierka Miklášová 9. ŠZŠ





Fuuúha, som rada, že sme vyhrali volejbal a na budúci rok ho budeme mať znova, ale nemám rada presvedčivých ľudí, že Mgr... ☺☺☺

Keď sme odchádzali na športové hry, veľmi som sa tešila. Bol tam s nami pán Hedvigy a pán Szajkó. Bolo tam super! Tak, ako bolo tam, asi ešte nikdy nebolo. Najviac som sa tešila na Paťku Surovú, Žanetu Polhošovú a na moju naj kamošku Janku Gábrišku. Veľmi som si ju obľúbila. Najhoršie bolo, že som sa s ňou nešla ani rozlúčiť, pretože ma chytil smútok.

V štafete sme boli prví. To najkrajšie v mojom živote



bol volejbal. Dali sme do toho úplne všetko. Nakoniec sme postúpili a báli sme sa, že to vo finále prehráme. Áno, bolo to ťažké, ale pán Hedvigy nám pomohol a poradil, ako to máme hrať. Nakoniec sme to aj vyhrali. Už mám tretí pohár z volejbalu.

Na konci bola hádzaná, to bol hotový horor, no prehrali sme. Vôbec to nevedí, lebo volejbalový pohár je už v Čerenčanoch. Tieto hry boli parádne !

Ladka Oláhová 7.ŠZŠ

Mne bolo na športových hrách veľmi dobre a páčilo sa mi tam. Aj som si tam zvykla a chcela by som sa tam vrátiť naspäť. Vyhrali sme vo volejbale prvé miesto, tiež sme vyhrali štafetu, v ktorej sme boli víťazkami ja, Zlatka a Nikola Lacková. Pán Hedvigy bol veľmi rád, že sme vyhrali, ale mňa mrzelo, že tam na poslednú chvíľu nebol, keďže mu bolo zle a musel sa vrátiť domov. Veľmi nám chýbal, lebo bez neho to tam bolo o ničom. Ale aj s pánom riaditeľom bolo veľmi



dobre, aj s pánom Szajkóom. Chcela by som sa tam dostať aj na budúci rok. Veľmi sa mi páčil hlavne posledný deň, lebo sme mali diskotéku. Bolo to veľmi super, dobre sme sa zabavili a zaspievali sme si. Bolo tam skutočne super, rada by som si to zopakovala.

Irena Kováčová 9. ŠZŠ



## Športové hry som prežila takto

V prvý deň, keď sme prišli do Trnavy na internát, nám poukazovali izby. Najprv sme sa povybalovali a potom sme išli von do mesta niečo si kúpiť. Ďalší deň po raňajkách sme išli autobusom na športový štadión športovať. Tretí deň športovali na štadióne len tí, čo postúpili. Keď sme prišli



do internátu, išli sme sa okúpať a obliecť na volejbal. Vyhrali sme prvé miesto a zlatý pohár. V posledný deň sme išli na stolný tenis, ale nie všetci, iba Laďa, Viera a Ama. Po ping-pongu sme sa zbalili a išli sme spať do Čerenčian. Bolo tam veľmi dobre, chcela by som ísť ešte raz. Bola tam sranda s pánom riaditeľom, učil nás karate, atď. Aj sme spievali s pánom Szajkóom a tancovali sme. Spoznali sme mnoho dobrých kamarátok. Chcela by som sa poďakovať pánovi Hedvigymu, pánovi Szajkóovi a pánovi riaditeľovi, že tam boli s nami a dávali na nás pozor. Ešte raz vďaka !

Soňa Jirušková 8. SZŠ



Prvý deň bolo dobre, bežala sa osemstovka, ktorú som vyhrala. Ďakujem pánovi Hedvigymu, že ma tam zobral. Tiež pánovi Sajkóovi. Na týchto športových mi ale nechutilo jedlo, ja som

radšej ani nejedla. Aj som sa už tešila na pani Končekovú, lebo ju mám rada. Tam v Trnave som si našla aj kamošky. Bola celkom sranda, lebo sme vyhrali prvé miesto v štafete.



Zlatka Rezmüvešová 8. SZŠ

## Moja cesta domov

Volám sa Lukáš Karvai, mám 15 rokov a pochádzam z Trnavy. Dievčatá odchádzali na športové hry v nedeľu a ja s pánom riaditeľom a s údržbárom Jankom a s Robom sme išli v pondelok o štvrtej hodine ráno. Bolo tam celkom fajn, dobre sme sa zabavili. Boli tam aj bývalé chovankyne. Ja sa chcem hlavne poďakovať pánovi riaditeľovi, že mi umožnil ísť domov.

Lukáš Karvai 8. SZŠ

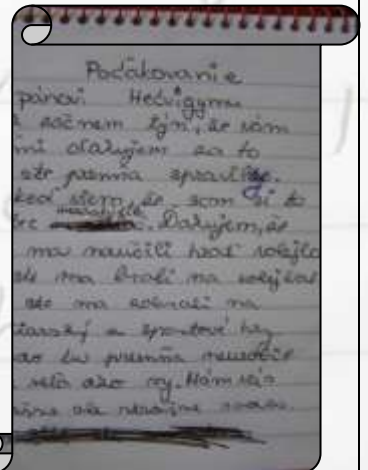


## Pod'akovanie pánovi Hedvigymu

Tak začnem tým, že Vám veľmi ďakujem za to, čo ste pre mňa spravili. I keď viem, že som si to vôbec nezaslúžila. Ďakujem, že ste ma naučili hrať volejbal, že ste ma brali na volejbal, že ste ma zobrali na lyžiarsky a na športové hry. Nikto tu pre mňa neurobil tak veľa ako vy. Mám Vás strašne, ale strašne rada... 😊 Veľmi som si Vás obľúbila... Ste v pohode... 😊 Budete mi chýbať, keď pôjdem domov na letné prázdniny.



Som rada, že môžem byť Vašou žiačkou... Chcela by som sa Vám ospravedlniť za to, ako ste sa so mnou trápili.... 😞 No, veľmi veľa ste pre mňa spravili. A za to Vám veľmi ďakujem. Chcela by som sa Vám aj za to ospravedlniť, že som nechcela ísť na športové hry a že som robila zle... a nakoniec mi tam bolo veľmi, ale veľmi dobre... Kebyže sa to tak dá vrátiť... Škoda, že ste tam neboli celé športové hry... ale nevádi... ja Vás chápem...



Tak to bude asi všetko..... Máááám Vás strašne rada...



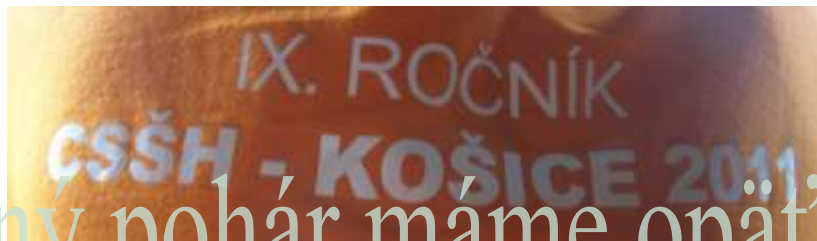
Vaša Amushka 7. ZŠ











# Putovný pohár máme opäť doma... Putovný pohár máme opäť doma...

5.7. - 7.7.2011 RC Košice - Bankov

Podarilo sa nám to, čo doteraz ešte žiadne zariadenie nedosiahlo. Po štvrtýkrát v rade sme získali Putovný pohár. Po predchádzajúcich víťazstvách sme len potvrdili, že to nebola náhoda... Chlapci museli bojovať do poslednej chvíle, nakoľko sa rozhodovalo až posledný deň, keď sa vo futbale umiestnili na 3. mieste. S náskokom 3 bodov zvíťazili a stali sa celkovým víťazom IX. ročníka športových hier.

Prvý deň bol na programe stolný tenis. Lukáš Červeňák sa v kategórii jednotlivcov umiestnil na



3. mieste. Kategória družstiev sa končila v neskorých nočných hodinách, naši chlapci obsadili 6. miesto.

Noc bola krátka, raňajky, presun na atletický štadión.

Začínali sme behom na 100 m. Kristián postúpil do finále, kde sa umiestnil na 3. mieste. V skoku do výšky si naši chlapci počínali vynikajúco. Robo Byhári svojím osobným rekordom 158 cm s prehľadom zvíťazil a Marek Konečný sa umiestnil na 3. mieste s výkonom 145 cm. V skoku do diaľky sme neohúrili, nakoľko naši chlapci Eugen Baláž a Tomáš Horský nepostúpili do užšieho finále. V behu na 800 m Kristián Horváth obsadil 2. miesto, keďže v cieľi „zaspal“ a Tomáš Horský sa umiestnil na 6. mieste. Potom

nasledovala disciplína vrh guľou. Tu sa najlepšie darilo Robovi, ktorý skončil na 2. Mieste, a Eugen sa umiestnil na peknom 4. mieste.

Na záver dňa čakala na chlapcov štafeta 4x100 m. Eugen ju rozbíhal a darilo sa mu vynikajúco, odovzdávka prebehla rýchlo, druhý v poradí Robo len zvyšoval náskok. Po ňom nasledoval Marek, ktorý náskok ešte vylepšil a už sa blížil ku Kristiánovi. Ten s prehľadom len kontroloval pozíciu a dobehol do cieľa ako víťaz.

Po obede čakal na chlapcov nohejbal. Tu sa im tiež darilo a umiestnili sa na 5. mieste. V tejto chvíli už

začali pomýšľať aj na celkové víťazstvo. Posledný deň bol na programe futbal. Tu išlo chlapcom o veľa. Za každú cenu museli vyhrať a umiestniť sa na lepšom mieste ako RC Mlynky. To sa im aj podarilo, lebo Mlynky nezískali ani bod, tak sa naši chlapci mohli radovať z celkového prvého miesta. Získali **Putovný pohár...**





Blahoželáme k perfektným výkonom, príjemne ste prekvapili nielen nás, ale určite aj samých seba. Pred odchodom sme pravdopovediac na celkové víťazstvo nemysleli...

TEAM	W	D	L	PTS	GF	GA	GD	PTS	PTS			
SKOBY	-	5	0	3	7	5	12	-	3	7	50	4
DEBOVANT	5	1	5	7	10	15	-	10	2	5	60	1
SKOBY	5	5	-	-	1	1	3	10	5	10	38	5
SKOBY	17	10	5	8	5	-	-	2	10	-	57	2
SKOBY	-	-	-	-	2	-	-	-	-	1	3	7
SKOBY	-	2	10	10	3	7	12	1	7	3	55	3
SKOBY	1	7	-	-	-	-	1	5	1	2	17	6

PS: Mrzí ma, že som sa osobne nemohol zúčastniť, chcel som tam byť s vami a povzbudiť vás. Tešil som sa na skok do výšky, 800 m, aj na štafetu 4x100 m, ktorú sme trénovali a vyzerala nádejne. No vy ste nesklamali, ukázali ste čo viete, a dokázali hádam nemožné...

Touto cestou vám ešte raz gratulujem a zároveň sa chcem poďakovať všetkým zúčastneným za vynikajúcu reprezentáciu nášho zariadenia...

Hegrid



# Moje športové hry v KOŠICIACH



Neviem, ako začať, tak sa na začiatok poďakujem pánovi Hedvigymu, že mi vybavil, aby ma pustili a že som tam mohol byť aj s bráchom Muhim. Ďalej ďakujem p. Csankovi a p. Gregorčokovi, že tam s nami boli a že s nimi bolo strašne v pohode. Za všetkých ďakujem aj p riaditeľovi, že nás tak dobre povzbudzoval. Bolo tam strašne dobre a vyhrali sme so

šťastím 1. miesto. Ale aj tak sme frajeri... Prvý deň bol stolný tenis. Tam Lukáš Červeňák vyhral 3. miesto. Mohol vyhrať aj prvé, no ale nezadarilo sa mu... Na druhý deň bola atletika.

Tam sme vyhrali štafetu, skok do výšky, potom druhé miesto vo vrhu guľou a posledné v skoku do diaľky, tam sme nezískali žiadny bod, lebo sme tam boli ja a Muhi a my sme v tom „nemorúti“.

V ten deň sme hrali nohejbal a prehrali sme jeden zápas, ale i napriek tomu sme sa umiestnili na 5. mieste.

Na druhý deň bol na programe futbal. Najprv sme prehrali so Sološnicou 1:2 a potom sme vyhrali nad Ružomberkom 4:1 a s Bačkovom sme prehrali 4:0, pekne nás odpískali.

Ale potom nás kus p. riaditeľ „zdrbal“ a vyhrali sme nad Sološnicou 2:0. Po zápase sme zistili, že máme to celkové 1.miesto a hrozne sme boli prekvapení a proste sme z toho boli happy...

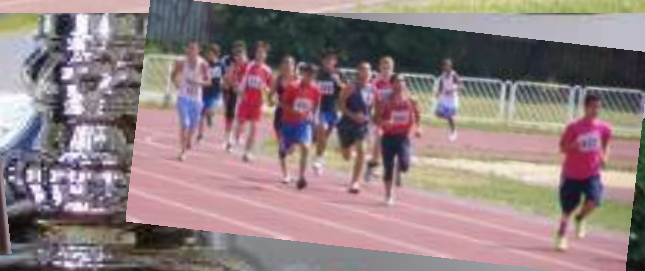
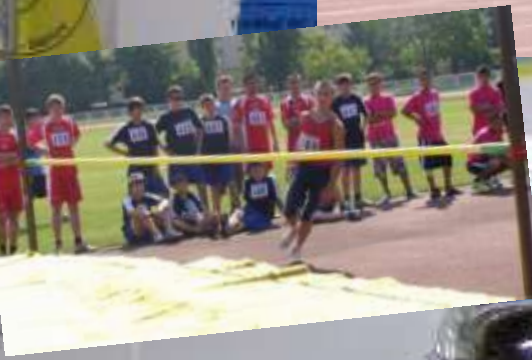
Pán riaditeľ nás pozval na kofolu, aj tam bolo celkom fajn.

Ďakujeme za všetko...



Eugen Baláž 7.ZŠ





	-	5	8	3	7	5	12	-	3	7	50	4						
	5	1	5	7	10	15	-	10	2	5	60	1						
	5	3	-	-	1	1	3	10	5	10	38	5						
	17	10	5	8	5	-	-	2	10	-	57	2						
	-	-	-	-	2	-	-	-	-	1	3	7						
	-	2	10	10	3	7	12	1	7	3	55	3						
	1	7	-	-	-	-	1	5	1	2	17	6						





Lúbim chlapca, čo modré oči má,  
neviem či chce aj on mňa.  
Volá sa Robo Byhári,  
prezývajú ho brioška,  
čo vyzerá jak deravá botaska.  
Myslí si, že je veľký čávo,  
však je jak pokazené fáro.  
Má pekné telo,  
vyzerá ako drevo.  
Rád tancuje čaču  
a potom sa čuduje,  
že sa dievčatá po ňom hádžu.  
Ja ho ľúbim, tak mi to vadí,  
má pekné brčkové vlasy.  
Má pekný úsmev,  
ktorému nikto neodolá,  
a vyzerá jak koza zdola,  
preto sa ho všetci boja.  
Pána Hedvigyho má rád a  
on si myslí, že je Rytmus kráľ.  
Tvoje pery sú neodolateľné,  
mám chuť na niečo sladké.  
Ty si myslíš, že som decko,  
keď ty si jak deravé vrecko.  
Ale ne, ja srandujem a  
prítom si tancujem.  
Lúbim ťa a chcem, aby si  
sa ma dotýkal,  
aby si si nemyslel,  
že som jak motyka.  
Jemu je všetko jedno,  
vo vnútri ho to serie,  
no silno dúfa, že sa neposerie.  
Je sukničkář a myslí si,  
že je automobilový pretekár.  
Rád s...(tancuje),  
aj keď to neukazuje.  
Rád sa bije, raz ho niekto prizabije.

Tvári sa jak Herkules,  
Tina s ním rada špásuje.  
Rád namotáva baby a myslí,  
že Tina a on sú sami.  
Má nike-ovú tašku, ktorú  
vymenil za dobošku či briošku.  
Sedí v prvej lavici a myslí si,  
že ho nikto nevidzí.  
Tvoje dotyky ma priťahujú  
ako magnet,  
aj tak viem, že som majster.  
Toto píšem večer,  
nikdy sa pred tebou nevyzlečiem.  
Bolčíš na mňa kričí, že je večierka,  
a ja sa tvárim jak včielka.  
Si dobrý chlapec,  
no myslíš si, že si DJ-Kappa  
a popritom si ako  
roztrhaná sandála.  
Ja si myslím, že som volejbalistka,  
nohy mám jak pravá hokejistka.  
Jáááj, veľmi sa mi páčiš...

Milujem Ťa, Robo...

Srandy ☺☺☺

Vierka vymyslela sama večer o 23:30 hod.



# Z vašich listov

Chcel by som sa poďakovať všetkým zamestnancom tu v Čerenčanoch. Hlavne pánovi riaditeľovi, pani Fazeky, pani sociálnej, pani psychologičke a tiež všetkým učiteľom. Pani sociálnej ďakujem za to, že je nám tu ako druhá mama. Všetky deti sme tu, aby sme sa polepšili, pretože sme robili zlé veci. Starajú sa o nás všetci zamestnanci v RC. Ďakujem tiež všetkým tetám a ujom vychovávateľom. Osobne za seba veľmi ďakujem pánu riaditeľovi, že mi dal šancu a že ma pustili cez Vianoce domov. Dúfam, že som na nikoho nezabudol pri svojom poďakovaní a ešte raz ďakujem.

Andrej Berky 9.ŠZŠ

V mene všetkých detí v tomto reedukačnom centre by som sa chcel poďakovať všetkým pedagogickým aj nepedagogickým pracovníkom od upratovačiek, cez pani šičky, kuchárky, pánom učiteľom a vychovávateľom, pani sociálnej, pani Fazekašovej a zakončím to pánom riaditeľom. Patrí vám veľká vďaka za to všetko, čo pre nás robíte a vlastne za to, že to tu s nami viete vydržať. My si ani nevieme predstaviť, aké je to s nami ťažké. Nakoniec to končí tak, že namiesto odvdáčenía alebo aspoň snahy spríjemniť vám tu prácu vás nahneváme a robíme všetko opačne. Myslím si, že najťažšiu prácu s nami majú vychovávateľky a vychovávatelia, ktorí sú s nami cez týždeň sedem a pol hodiny a cez víkend aj viac. Učitelia sú druhí v poradí, ktorí nás učia a svojím spôsobom aj vychovávajú. Pani sociálna sa nám zase snaží vybavovať rôzne veci okolo nášho domova, do tejto skupiny spadá aj pani Fazekašová a pán riaditeľ. Ďakujeme !!!

Marek Konečný 8.ZŠ

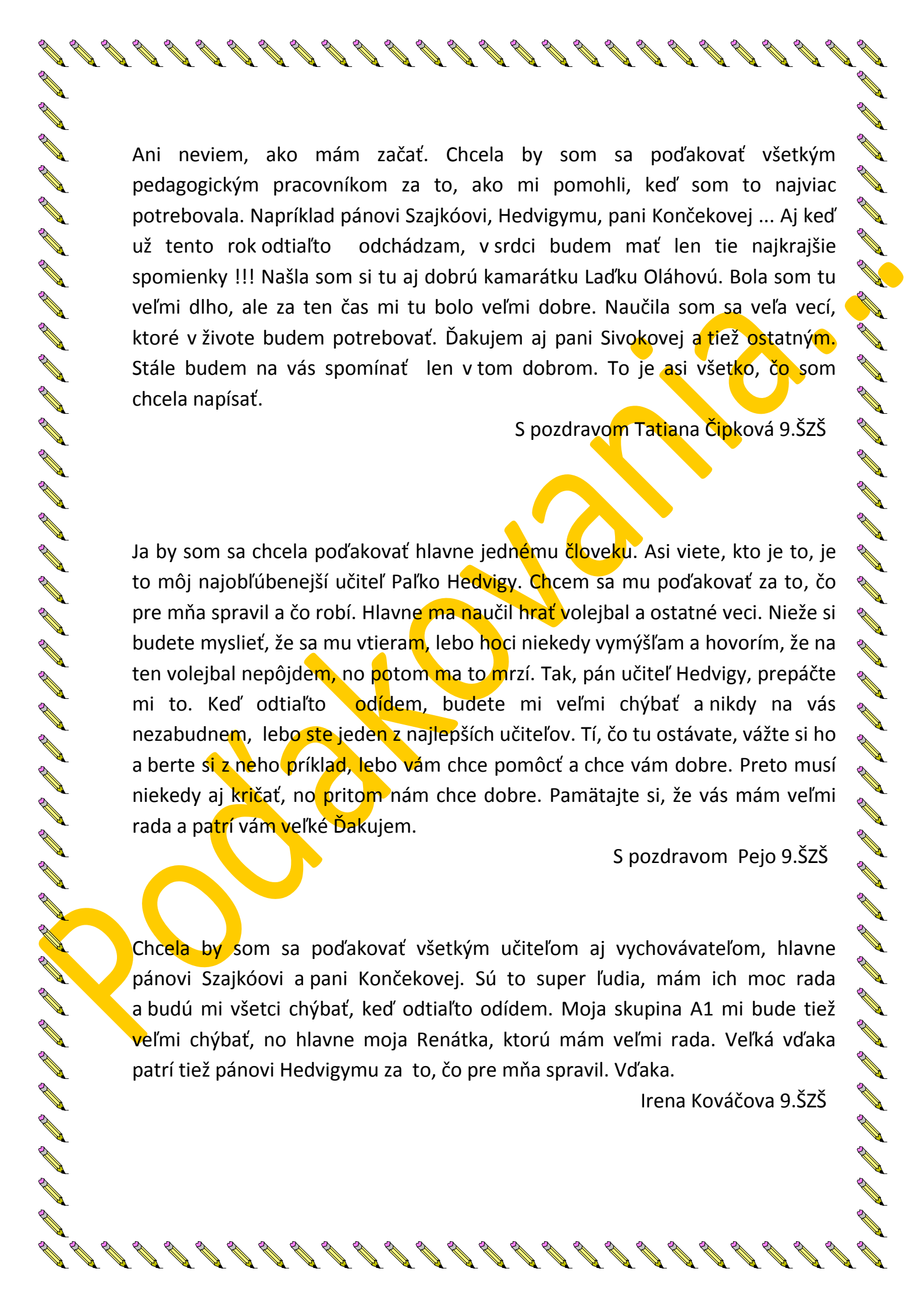
RC Čerenčany - je to miesto, kde deti prichádzajú, lebo sú zlé a odchádzajú za dobré správanie. Je tu veľa zábavy, ale aj driny. Každý si myslí, keď sem prichádza, že je to tu zlé, no v skutočnosti to tak nie je. Čas tu ide veľmi rýchlo. Sú medzi nami aj takí, ktorí sú radi, že sú u nás, pretože nemajú kde byť. Sú tu aj dobrí vychovávateľa a učiteľia, s ktorými vychádzam dobre. Máme tu výhody, ale aj tresty, lebo sú tu pravidlá, ktoré musí každý rešpektovať. Ak ich rešpektujeme, tak máme výhody, no keď ich nerešpektujeme, tak máme tresty. Som rád, že som tu, lebo som tu našiel veľa dobrých kamarátov a môžem si urobiť školu. Zistil som, že tu mám aj rodinu, o ktorej som vôbec nevedel, je to pani Megová. Prezradím vám jedno tajomstvo, nikdy neutekajte, sú z toho zbytočné opletačky. Som vďačný všetkým kamarátom, ktorých som tu spoznal.

Tomáš Horský 8.ZŠ

Na začiatok by som chcel povedať, že mi tu za tie štyri aj pol roka bolo aj dobre aj zle. Boli dni, ktoré som mal rád a boli dni, ktoré som neznášal. Keď som sem prišiel, bol som vystrašený z toho, kde to vlastne som. Ale po čase som si našiel aj kamarátov a už mi bolo hneď veselšie. Môj prvý najlepší kamarát bol Jozef Gašpar. On ma vo všetkom prvých pár týždňov podporoval. Potom som spoznal aj jedného z najlepších dospelých, bol to pán Réti. Najprv som sa ho bál, ale po čase som s ním bol dobrý kamarát. Prvé dva roky som netušil, čo sú to dobré a zlé body. Mne sa zapáčili tie zlé. Ale keď som mal už 13 rokov, tak som si uvedomil, že sa musím snažiť chytať dobré body, aby som mohol niekde chodiť, či už k pánovi Rétiemu na strelnicu, alebo aj ku mame. Postupne som si obľúbil pani sociálnu, ale aj ostatných pracovníkov reedukačného centra. Keď som bol čoraz väčší, tak som chodil aj na brigády. Bolo mi tu dobre, len mi chýbala rodina. Najradšej som mal letné prázdniny. Ani som nevedel, ako tie roky tak rýchlo ubehli a už sa musím s rc-čkom rozlúčiť. Som veľmi zvedavý, ako mi bude vo Veľkých Levároch. Idem sa vyučiť za murára. Dúfam, že tam nebudem sám, že si tam nájdem kamarátov a bude tam dobre. Ani sa tam neteším, ale čo mi iné ostáva, keď tu nemôžem byť dlhšie. Už za chvíľu odchádzam, chcel by som sa vám všetkým poďakovať, najmä pani sociálnej, pánovi riaditeľovi a tiež všetkým pracovníkom RC. Ale najviac ujovi Jankovi a pani sociálnej.

Arnold Berky 9.ŠZŠ





Ani neviem, ako mám začať. Chcela by som sa poďakovať všetkým pedagogickým pracovníkom za to, ako mi pomohli, keď som to najviac potrebovala. Napríklad pánovi Szajkóovi, Hedvigymu, pani Končekovej ... Aj keď už tento rok odtiaľto odchádzam, v srdci budem mať len tie najkrajšie spomienky !!! Našla som si tu aj dobrú kamarátku Ladku Oláhovú. Bola som tu veľmi dlho, ale za ten čas mi tu bolo veľmi dobre. Naučila som sa veľa vecí, ktoré v živote budem potrebovať. Ďakujem aj pani Sivokovej a tiež ostatným. Stále budem na vás spomínať len v tom dobrom. To je asi všetko, čo som chcela napísať.

S pozdravom Tatiana Čipková 9.ŠZŠ

Ja by som sa chcela poďakovať hlavne jednému človeku. Asi viete, kto je to, je to môj najobľúbenejší učiteľ Paľko Hedviga. Chcem sa mu poďakovať za to, čo pre mňa spravil a čo robí. Hlavne ma naučil hrať volejbal a ostatné veci. Nieže si budete myslieť, že sa mu vtieram, lebo hoci niekedy vymýšľam a hovorím, že na ten volejbal nepôjdem, no potom ma to mrzí. Tak, pán učiteľ Hedviga, prepáčte mi to. Keď odtiaľto odídem, budete mi veľmi chýbať a nikdy na vás nezabudnem, lebo ste jeden z najlepších učiteľov. Tí, čo tu ostávajú, vážte si ho a berte si z neho príklad, lebo vám chce pomôcť a chce vám dobre. Preto musí niekedy aj kričať, no pritom nám chce dobre. Pamätajte si, že vás mám veľmi rada a patrí vám veľké Ďakujem.

S pozdravom Pejo 9.ŠZŠ

Chcela by som sa poďakovať všetkým učiteľom aj vychovávateľom, hlavne pánovi Szajkóovi a pani Končekovej. Sú to super ľudia, mám ich moc rada a budú mi všetci chýbať, keď odtiaľto odídem. Moja skupina A1 mi bude tiež veľmi chýbať, no hlavne moja Renátka, ktorú mám veľmi rada. Veľká vďaka patrí tiež pánovi Hedvigymu za to, čo pre mňa spravil. Vďaka.

Irena Kováčova 9.ŠZŠ

Tento rok už odchádzam. Prežila som tu štyri roky, spoznala som veľa dobrých ľudí, ktorí mi veľmi pomohli. Zvykla som si tu, aj keď som občas robila zle a nevážila som si to, že som tu. Najviac by som sa chcela poďakovať Hegridovi, však vy viete, kto to je to. Hlavne za to, že ma naučil hrať volejbal, ktorý hrávam strašne rada. Nikdy nezabudnem na tie srandy, čo sme prežili. Chcem sa poďakovať pani Sivokovej, že ma naučila slovenčinu, aj keď som bola lenivá a pýtala sa na telesnú. Vždy som si brala k srdcu jej slová. Najviac sa chcem poďakovať mojej najlepšej vychovávateľke pani Chodúrovej, že mi vždy vedela poradiť a pomôcť a vedela ma pochopiť. Jaj, tak ťažko sa mi bude odchádzať odtiaľto, keď si na to spomeniem, vždy sa mi vyronia slzy. Nezabudnem ani na Nikolu Lackovú, je to moja najlepšia kamarátka, a ani na Roba Byháriho, do ktorého som sa buchla. Ďakujem aj pánovi Halušťíkovi, že so mnou vždy srandoval a zdvihol mi náladu, keď som bola smutná. Ďakujem za všetko aj pani Žigovej, i keď som sa počas matematiky nesprávala dobre, no môžem povedať, že sa jej podarilo dobre ma to naučiť. Ďakujem pekne.

Viera Miklošová 9.ŠŽ

Hmm, ako mám začať, asi takto: Som tu piaty rok a prežil som tu veľa vecí, dobrých i zlých, ale boli to viac tie dobré než tie zlé. Ťažko sa mi bude odchádzať z tohto ročeka, lebo som tu spoznal veľmi veľa ľudí, ktorí odišli, aj ktorí zostali. Chcel by som sa im všetkým poďakovať. Moc a moc som si zvykol na bývalého triedneho učiteľa Emila Rétiho, ale aj na vychovávateľov, ako je teta Adka, ujo Janko, pán Horváth, pán Szajkó, pani Fazeky, pán Hedvigy. Chcem sa poďakovať i pánovi riaditeľovi. Deťom by som chcel povedať, vážte si tento ústav, lebo v takomto ročku už nebudete.

Kristián Horváth 9.ŠŽ

**My, všetci dospeláci, vám všetkým za vaše poďakovania a prania všetkého možného veľmi pekne ďakujeme...**

Tánička, Tebe chcem len toľko povedať, že Ťa veľmi ľúbim. Za tie dva roky sme veľa prežili dobrého aj zlého. A vôbec neľutujem, že som tu zostal rok navyše. Keď z Čerenčian odídem, budeš mi veľmi chýbať. Budem veľmi rád, keď sa stretne. Je to predsa na niečo dobré, že som sa dostal do tohto reedukačného centra. Som rád, že som mohol spoznať takú lásku, ako si Ty a zaľúbiť sa do Teba, veľa si ma naučila. Milujem Ťa!

Tvoj Lukáš Pecúš 9.ZŠ

Ja by som chcel začať tým, že by som sa chcel poďakovať pánom učiteľom, napríklad pánovi Kiškovi, pánovi Václavíkovi a pani Megovej za to, že ma za tie dva roky niečo naučili. Chcel by som sa poďakovať aj pánovi Balajovi, že ma zobral k nemu domov. Tiež sa chcem poďakovať pánovi Gregorčokovi za to, že mi bol dobrý vychovávateľ. Ďakujem celému ústavu, že som sa tu dost zmienil.

Marek Fendek 9.ZŠ

Ja by som sa chcel poďakovať všetkým učiteľom, vychovávateľom, pani Fazeky a pánovi riaditeľovi, že to tu so mnou vydržali a ma aj dost naučili.

Jano Šajmer 9.ZŠ

Začnem asi tým, že som tu bol umiestnený, pretože som mal zlú partiu a nechodil som do školy. Týmto by som sa chcel poďakovať za to, že som si tu mohol dokončiť základnú školu. Veľmi som to potreboval k ďalšiemu štúdiu na strednej škole, kde ma aj prijali. Ďakujem vychovávateľom, ktorí sa o nás starajú, a učiteľom, ktorí nás aj za taký krátky čas niečo naučili. Ďakujem aj za tie brigády, na ktoré nás vychovávatelia či učitelia brávali. Ďakujem !

Daniel Uličný 9.ZŠ



Ja, keď pôjdem domov, tak by som sa chcela zmeniť. Veľmi mi bude chýbať chlapec, ktorého strašne ľúbim, a volá sa Robo Byhári. Chcem sa poďakovať hlavne tete Ad'ke a pánovi Szajkoóvi, že ma celý rok vychovávali. Tiež sa chcem poďakovať pánovi Hedvigymu, hoci ma veľmi mrzí, že som nevyhrala 800 m. Našla som si tu aj kamarátky, z ktorých niektoré som si veľmi obľúbila, Moniku, Barboru a Nikolu.

Zlatka Rezmüvešová 8.ŠZŠ

Ja, keď som prišla do Čerenčian, tak som vôbec nevedela hrať volejbal. Som veľmi rada, že ma pán Hedvigy učí telesnú a že som sa to naučila. Ale ešte stále neviem hrať tak dobre ako Lad'a, Viera alebo pán Hedvigy. Som rada, že tu zostávam ďalší rok, že budem v základnej šestke a budeme bojovať o pohár. Ak budeme šikovné a podarí sa nám to, tak ho nakoniec vybojujeme. Už aj teraz sa veľmi snažím, aj keď mi to tak veľmi nejde, ale pokúšam sa. Takže ešte raz ďakujem pánovi Hedvigymu, že nás všetkých učí hrať volejbal.

Soňa Jirušková 8.ŠZŠ

Keď som sem prišla ako nová, veľmi som sa bála, ako tu bude. Zvykla som si na pánov učiteľov a pani učiteľky, ktorí boli na mňa dobrí. Našla som si tu aj veľa kamarátov a kamarátok. Dúfam, že si zvyknem aj v druhom ústave tak ako tu. Najviac by som sa chcela poďakovať vychovávateľom, pánovi Sajkóovi a tete Ad'ke Končekovej, že sa tak o mňa celý rok starali. Keď som mala nejaký problém, tak ma vedeli pochopiť, porozprávali sa so mnou a hneď na mňa nekričali. Hlavne by som sa chcela poďakovať pánovi riaditeľovi a pani Fazeky. Veľmi ľutujem, že som meškala z dovolenky. Keď budem v druhom ústave, rada si na niektorých z vás spomeniem.

Monika Smažáková 8.ŠZŠ

Ja by som sa chcela poďakovať tete Ade, že keď som niečo potrebovala alebo keď som niečomu nerozumela, tak mi to vždy vysvetlí a pomôže mi. Som rada, že ju mám. Tiež ďakujem pánu Sajkóovi, že keď niečo nechápem, vždy mi to vysvetlí. Chcem sa poďakovať aj pani Šerešovej, že nás učí cigánske tance a ideme s ňou 15. 6. do kultúrneho domu. Ďakujem za všetko, čo ste pre mňa urobili.

Barbora Bobáková 8.ŠZŠ

Volejbal je môj život

Som veľmi rada, keď vojdem do telocvične. Prezlečiem sa do úboru a zoberiem volejbalovú loptu. Začnem podávať, chytať príjem a smečovať. Ak aj idem domov, teším sa na návrat, že pôjdeme hrať volejbal a vyhráme. Pamätám sa, keď som prišla ako dvanásťročná – bola som úplné drevo. Teraz – nebudem sa chváliť, radšej si domyslíte. Aby niektoré osoby nepovedali, že sa chválim a dorábam. Len to ma teraz mrzí, že na budúci rok to bude iné. Som hrozne rada, že sme vyhrali pohár a je už doma.



Lada Oláhová 7.ŠZŠ

Mojej naj naj kamoške Táničke

Ešte minulý rok sme také kamošky neboli, ale tento rok sme naj kamošky. Tánička vieš, že ťa mám veľmi rada a že ma mrzí, keď sa pohádame. No keď sa dve baby, blondína a čiernovláska, stretnú, tak to potom tak vyzerá. Ty vieš, čo pre mňa znamenáš. A ak nie, tak ti to sem napíšem. Si môj mesiacik, moje káčatko a moje srdiečko, ktoré milujem viac ako Banana. Som rada, že všetko, čo som ti povedala, si si nechala pre seba. Veľmi mi budeš chýbať.



S pozdravom Ladenka.

Ja som bol umiestnený v Čerenčanoch už pred dva a pol rokmi, no rýchlo mi to ubehlo. Chcem sa poďakovať všetkým zamestnancom za to, že sa o mňa starali a voľačo ma aj naučili. Budete mi všetci chýbať a ja budem na vás spomínať. Najviac sa chcem poďakovať pani Ďurišovej, ju som mal najradšej a mrzelo ma, že sme spolu nevychádzali. Ďakujem tiež pánovi Hedvigymu, že ma brával na brigády a že nás naučil hrať volejbal. To je asi všetko.

Lukáš Karvai 8.ŠZŠ





## Letné prázdniny

Na začiatok by som chcel napísať, že moje letné prázdniny strávim tu, v Reedukačnom centre Čerenčany. Aj sa teším na prázdniny, aj nie. Teším sa na brigády, ak ma niekto zoberie, a neteším sa na to, že ich nemôžem stráviť doma alebo v detskom domove. Cez prázdniny by sme sa mali ísť kúpať s ostatnými aj s ujom Jankom na Skalník. Potom s pánom Ilěšom by som mal ísť na plaváreň a do Tesca. Tiež by som mal ísť nakúpiť si nejaké veci do Rimavskej Soboty. Dúfam, že bude fajn a že sa nebudem nudiť. Verím tomu, že bude aj workshop. Ak príde, tak by som veľmi rád išiel na filmový. No neteším sa na koniec prázdnin, pretože mám ísť preč z ústavu, a to nechcem.

Arnold Berky 9.ŠZŠ

## Prečo sa teším na letné prázdniny

Moje prázdniny sa asi začnú 30. júna 2011. Veľmi sa na ne teším, pretože dostanem vysvedčenie a potom budem so svojou rodinou a s kamošmi. Ja sa hlavne teším na to, že už nebudem v „decáku“ a môžem byť so svojimi súrodencami a s mojou babou. Budem si môcť aj vydýchnuť, budem chodiť na kúpalisko, na diskotéky a užijem si množstvo iných vecí. Dúfam, že bude zábava.

Jožo Kruž 9.ŠZŠ

## Prečo sa teším na prázdniny

Ja sa teším domov, lebo budem po dlhej dobe so svojou rodinou a konečne uvidím svoje sestry, brata, aj svojich rodičov. Moc sa na nich teším, že už nebudem musieť písať listy, v ktorých sa ich pýtam, ako sa majú. Teším sa, že pôjdem navštíviť znova Maďarsko a pôjdem tam troška aj na dovolenku. Ale budem myslieť na toto rc-čko, aj na vychovávateľov a deti v ňom. Hlavne na Nikolu Lackovú, Táničku, Mariku a na Frederika Görgyho. Budem tiež myslieť na učiteľov, no menovať ich všetkých nejdem. Mám Vás rád.

Kiko 9.ŠZŠ

## Letné prázdniny

Ja, keď pôjdem domov, asi sa zbláznim z tých dvoch mesiacov doma. Veľmi sa teším a budem poslúchať. Pôjdem so svojou sestrou Denisou na dovolenku. Fúha, už sa neviem dočkať. Isto pôjdem so sestrou do obchodu na nákup, tiež pôjdem na diskotéky a budem chodiť na pláž sa kúpať. Potom pôjdem pozrieť babku. Bude toho veľa a ja všetko stihnem.

Ladka Oláhová 7.ŠZŠ

## Prázdniny

Ja začnem tak, že keď išli na športové hry a ja som tu ostala, bola tu veľmi veľká nuda. Najviac som sa tešila na príchod Nikoly Pustajovej, aj na Zlatku, ale nie až tak ako na Nikolu. Na letné prázdniny tu zostávam, aj sa teším, aj nie. Ja si myslím, že tu asi bude nuda. Uvidím, ako tu bude v lete. Prajem aj Šajmerovi, aby mu tá zrušená vydržala a aby sa doma správal dobre, aby nepil a bol dobrý.

Barbora Bobáková 9.ŠZŠ

## Moje letné prázdniny

Ja idem na letné prázdniny domov a strašne sa teším. Hlavne na moju babku, na otca, aj na kamarátov. Doma sa už musím správať dobre, lebo si to nesmiem pokaziť. Musím poslúchať hlavne otca. Záleží na tom, aby som sa vrátila, lebo idem do druhého ústavu. Teším sa, že príde pre mňa oco a že ho aspoň uvidím.

Monika Smažáková 8.ŠZŠ





## Zážitok na nočnej službe

Nočná služba sa mi páči, lebo máme najlepšieho z možných vychovávateľov. Dá sa mi s ním dobre porozprávať o rôznych veciach. Keď robil u nás pán Kántor, bolo veľmi dobre, rozprával som sa s ním o holuboch. Pozerali sme obrázky holubov a vysvetľoval mi, ako sa krmia a aké sú to holuby. On nás brával aj na brigády cez deň, kde sme pomáhali. Potom sme k sebe boli lepší. Na nočnej službe u pána Attilu Mišoveho bolo tiež dobre, lebo sme sa spolu rozprávali o pekných veciach, o zážitkoch. V piatok a sobotu sme aj pozerali televízor, keď sme boli dobrí. Pozerali sme aj hokej. Naši Slováci prehrali, čo je mi ľúto. Ja som im držal palce. Bolo celkom dobre, až na to, že som večer nemohol zaspáť a bolo mi teplo. Asi som nebol unavený. To boli moje zážitky z nočnej služby.

Lukáš Červeňák 7.ŠZŠ

## Ospravedlnenie

Ja, keď som sem prišiel, mal som problémy s pani Ďurišovou a teraz je mi to veľmi ľúto. Odvtedy sme sa už skamarátili a pekne si rozumieme. Keď som ja dobrý, tak aj oni sú ku mne dobrí a keď ja som zlý, tak aj oni sú ku mne zlí. Pred týždňom som mal tiež problém a je mi to ľúto. Prepáčte.

Tomáš Ferko 7.ŠZŠ



## Ako dlho trvá tvoja láska?

Obľubuješ veľkú, nekonečne dlhú lásku alebo radšej preletuješ ako motýľ z kvietku na kvietok? Máš rád zmenu alebo istotu? Daj si test a uvidíš!



### 1. Láska na prvý pohľad je ako...

- A/ ... zemetrasenie: Nenechá kameň na kameni a nikto to nemôže kontrolovať (1)
- B/ ... mentolová žuvačka: pri prvom rozbalení naozaj ostrá a krátko na to fádna (5)
- C/ ... prázdna obálka. Po otvorení sa často ukáže nič (4)

### 2. Ktoré tri vlastnosti by tvoj partner v žiadnom prípade nemal mať?

- A/ bezcitnosť, obmedzenosť (2)
- B/ panovačnosť, málo inteligencie a humoru (4)
- C/ veľa zlovykov (5)

### 3. Nerozumieš domácej úlohe z matiky a...

- A/ ... rozčúlene hodíš zadanie do koša (1)
- B/ ... zapneš počítač a hľadáš pomoc na internete (3)
- C/ ... pozbieraš všetky svoje sily a snažíš sa prísť na správne riešenie (5)

### 4. Prichádzajú prázdniny. Najradšej by si ju strávil/a...

- A/ ... pri opaľovaní na tej istej pláži ako každý rok (5)
- B/ ... s batohom a stanom na chrbte (3)
- C/ .... na miestnom kúpalisku (1)

### 5. Kedy je čas s partnerom urobiť koniec?

- A/ ak vás pozývajú na párty už ako stálu dvojicu (1)
- B/ ak už dosť často neviete vymyslieť spoločný zaujímavý program (3)
- C/ ak už iba unudene sedávate pred televízorom (5)

### 6. Aby si sa cítil/a v totálnej pohode, potrebuješ...

- A/ ... aby ťa nikto neobmedzoval (1)
- B/ ... byť bezpodmienečne akceptovaný a obľúbený (5)
- C/ ... sa na teba tvoje okolie skutočne mohlo spoľahnúť (3)

### 7. Ak by si sa mohol/mohla premeniť na nejaké zviera, mal by to byť:

- A/ strážny pes – je verný, spoľahlivý a čestný (4)
- B/ mačka – je hrdá a tajuplná (3)
- C/ orol – kráľ vtákov, ktorý voľne krúži vo výšinách (2)



### 8. Ako vidíš svoj život o desať rokov?

A/ budem mať jedno dieťa a práve mi zvýšia plat v mojom vysnívanom povolani (5)

B/ dostanem ponuku práce pri mori, avšak radšej si otvorím nejaký klub s mojimi priateľmi (3)

C/ čo ja viem, čo bude o desať rokov? (1)

### Vyhodnotenie:

**9-17 BODOV:** Si rýchlik! To, čo niekto prežíva týždne, mesiace a roky, ty si schopný zažiť behom pár dní. A potom tiahneš ďalej, lebo ťa to už začalo mierne nudiť. Neznamená to, že nevieš ľúbiť, len večnosť je pre teba príliš dlhá...

**18-27 BODOV:** Si realista! Aj ty snívaš o veľkej, dlhej, navždy trvajúcej láske, ale vieš, že ju nenájdeš okamžite a že človek musí pobozkať veľa slizkých žiab, kým mu príde do cesty jeho vysnívaný princ alebo princezná. Tvoj vzťah preto trvá tak dlho, ako si to situácia vyžaduje...

**28-39 bodov:** Si maratónec na dlhé trate! Kým si otvoríš srdce, musí ten druhý veľmi dlho bojovať o tvoju dôveru. Potom sa však už svojej lásky nevzdáš, lebo veríš na veľkú lásku, ktorá vydrží navždy....

## Si naj kamoška?

**Vypočuje ťa, keď máš problémy, porozpráva ti svoje tajomstvá, je s ňou stále zábava. Taká by mala byť naj kamoška. Máš takú? Super! Ale... dá sa to povedať aj o tebe? Daj si test a uvidíš!**



**1. Tvoj priateľ ťa pozve do kina, ale práve tento film si si chcela ísť pozrieť so svojou naj kamoškou. Čo teraz?**

A/ Zrieknem sa pekného večera s mojím priateľom. Sľub je sľub.

B/ Samozrejme si pozriem film s mojím najmilším. Sú predsa ešte aj iné filmy, na ktoré s kamoškou môžeme ísť...

C/ Zoberiem jednoducho priateľku s nami, priateľ to určite pochopí.

**2. Tvoja priateľka sa zaľúbila a na nešťastie práve do toho chalana, na koho si si brúsila pazúriky aj ty! Ako zareaguješ?**

A/ Sorry, ale láska má prednosť. Ak sa rozhodne pre mňa, nič ma nezadrží!

B/ Ako naj kamoške dám prednosť jej a ja nebudem vyvíjať žiadnu iniciatívu...

C/ Poviem jej, že aj ja som doňho zaľúbená a dohodneme sa, že obidve dáme od neho ruky preč, aby sme si jedna druhej nezávideli...

**3. Poplach uprostred noci. Volá ti tvoja priateľka, pretože sa cíti totálne na dne a potrebuje sa porozprávať aspoň cez telefón. Ty však musíš ráno zavčas vstávať, pretože máte nultú hodinu. Ako jej pomôžeš?**

A/ Pokúsim sa ju upokojiť a dohodneme sa, že nasledujúci deň sa stretneme, aby sa mohla vyrozprávať.

B/ Samozrejme okamžite ideš k nej. Ved' ťa potrebuje práve teraz!

C/ Na noc si pravidelne vypínaš mobil a tak nie si v dosahu. Pre nikoho, ani pre ňu! Do zajtra to určite počká...

**4. S kým by si išla najradšej na prázdniny?**

A/ Najradšej by som išla iba s mojím priateľom, boli by to nádherné zamilované prázdniny, na ktoré by som spomínala určite do konca života!

B/ Páčil by sa mi výlet s partiou. Moja najlepšia kamoška by tam samozrejme nesmela chýbať!

C/ Jednoznačne s mojou najlepšou priateľkou. S ňou si najviac užijeme a vieme sa krásne odviazať!

**5. Tvoje priateľka sa ti vyspovedá, že podviedla svojho priateľa. Prosí ťa, aby si o tom pred ním mlčala. Dokážeš to?**

A/ Jasnačka. Na to sú predsa priateľky a vaše tajomstvá držíš pevne v sebe.

B/ Je mi ľúto jej priateľa a pri vhodnej príležitosti mu to naznačím...

C/ Spýtam sa jej, či sa jej to zdá v poriadku a či mu to radšej nechce povedať.

**6. S kým chodíš najradšej na nákupy?**

A/ Rada chodím po obchodoch sama. Môžem ísť vlastným tempom a vyhľadať si to, čo sa mi páči a nikto ma nenaháňa, ani nie je nervózny.

B/ S mojou naj kamoškou. Vie najlepšie, čo mi pristane, a predovšetkým to myslí úprimne.

C/ Chceme sa páčiť svojmu priateľovi, takže chodím najradšej s ním.

**7. Do triedy príde nová spolužiačka. Vyzerá to tak, že sa chce veľmi spriatelieť práve s tebou, jednoducho si jej padla hneď na začiatku do oka, ale tvoja priateľka veľmi žiarli. Ako sa zachováš?**

A/ Ak je tá nová v pohode, rada sa s ňou skamoším. Tvrdohlavosť a žiarlivosť mojej priateľky tak či tak nestrpím.

B/ Navrhmem, aby sme sa stretli v trojici. Moja naj kamoška však vždy zostane na prvom mieste.

C/ Nikto sa nebude tlačiť medzi nás. Poviem tej novej, aby si hľadala niekoho iného.

## Vyhodnotenie:

1 2 3 4 5 6 7  
A 6 0 3 0 6 3 0  
B 0 6 6 3 0 6 3  
C 3 3 0 6 3 0 6

**0 – 14 BODOV:** Stále byť s jednou a tou istou osobou – to nie je tvoj štýl. Máš síce svoju priateľku rada, ale existujú aj iní milí ľudia, s ktorými sa rada stretneš. Ak ti to práve nepasuje, necháš svoju priateľku jednoducho visieť. Často je ti tvoj priateľ dôležitejší ako ona. Buď však opatrná! Niekedy sa aj ty dostaneš do krízy, z ktorej ti najlepšie pomôže iba ona, a potom budeš rada, že máš priateľku, ktorá stojí vždy pri tebe!

**15 – 28 BODOV:** Tvoje priateľka je pre teba veľmi dôležitá a ty by si ju aj chcela vždy pri všetkom mať pri sebe, ale súčasne nechceš zanedbávať ani svojich ostatných priateľov a predovšetkým tvoju lásku. Ak je tvoja priateľka v núdzi, si tu pre ňu 24 hodín. Ak má problém, pomôžeš jej s ním. Nejaký konkurenčný boj u vás neprichádza do úvahy.

**29 – 42 BODOV:** S tvojou naj kamoškou ste jedna duša, jedno telo. Bez nej si nevieš svoj život ani predstaviť! Takmer všetko robíte spoločne, vymieňate si všetky tajomstvá, viete o sebe všetko. Ide to dokonca tak ďaleko, že s ostatnými nechceš mať nič spoločné a tvojej naj kamoške stačí kývnuť prstom, a už si pri nej. Buď však trochu uvoľnenejšia a myslí aj na seba!





# ZDRAVÉ OPAĽOVANIE

Na slnko si treba zvykať postupne. Prvý deň môžeme vystaviť pokožku priamemu slnku len na 15 minút. Potom primerane, ale opatrne zostávame na slnku dlhšie. Na zvyšok času sa utiahneme do tieňa (pozor však na to, aj v tieni opaľuje).

Najlepšie sa opálime pri pohybe. Nehybné ležanie na slnku nie je zdravé ani pre pokožku ani pre krvný obeh.

**Pri prudkom opaľovaní sa telo bráni zvýšenou a nerovnomernou tvorbou pigmentu – pehami.**

Opaľovacím krémom sa musíme natrieť oveľa skôr, ako vyjdeme na slnko. Krém sa nielenže lepšie absorbuje, ale jeho ochranné účinky začínajú pôsobiť až po určitom čase.



**Po každom kúpaní treba vrstvu opaľovacieho krému obnoviť. Aj v prípade, že je vode odolný.**

Pri opaľovaní nepoužívame parfumy a toaletné vody s obsahom alkoholu. Ten sa pôsobením slnka vyzráža a na pokožke sa vytvoria nepekné škvrny. Počas slnenia tiež nepoužívame dekoratívnu kozmetiku.

**Ak máte suchú pleť, radšej si tvár neopaľujte. Napriek masnému opaľovaciemu krému pleť stratí potrebnú pružnosť a začnú sa na nej oveľa skôr tvoriť vrásky.**

Pri opaľovaní si citlivé očné partie chránime slnečnými okuliarmi alebo vatovými tampónmi.

**Vlasy počas pobytu na slnku tiež potrebujú patričnú ochranu. Veľmi obľúbené sú šatky, módne klobúčky alebo aj šiltovka. Dlhé vlasy si najsamprv treba zopnúť.**

Na osvieženie pleti výborne poslúži oxí sprej s aktívnym kyslíkom. Dodá pokožke potrebnú sviežosť a vlkosť.

**Po slnení a návrate domov si z tela i tváre zmyjeme opaľovacie prostriedky a pokožku na tele i tvári ošetríme prípravkom po opaľovaní. Osvedčeným prostriedkom sa stali výrobky obsahujúce aloe vera, pretože výťažok z tejto rastliny pokožku upokojuje.**

Pery si tiež chránime – kvalitnou tyčinkou na pery s ochranným UV filtrom.





## ÚPAL

Úpal vzniká z celkového prehriatia organizmu, pri ktorom sa spomaľuje odparovanie potu. Naše telo tak prestáva odvádzať prebytočné teplo. Najčastejšími príčinami úpalu sú vysoká teplota a nízka vlhkosť vzduchu. Nemusíme byť ani na priamom slnku, stačí horúce, bezveterné a dusné počasie. Keď sa k tomu pridajú:

fyzická námaha, deficit tekutín, príliš tesné a málo vzdušné oblečenie, riziko úpalu sa zvyšuje.

### Príznaky

- postihnutému je teplo, pociťuje malátnosť a únavu,
- horúčka nad 39,5 °C,
- bolesť hlavy,
- závrat,
- nevoľnosť, vracanie,
- poruchy centrálného nervového systému,
- dezorientácia, ospalosť, nepokoj,
- suchá, červená a horúca pokožka,
- bledá pokožka bez potu,
- pocit smädu,
- zrýchlený pulz,
- zrýchlené dýchanie,
- kŕče,
- bezvedomie alebo šok.

### Prvá pomoc

- snažte sa znížiť telesnú teplotu postihnutého, napríklad studenou sprchou, ale pozor, teplota nesmie klesnúť veľmi rýchlo, aby tak nedošlo k teplotnému šoku,
- nedovoľte, aby klesla pod 38 °C,
- nepodávajte mu žiadne lieky na zníženie teploty,
- postihnutého vyzlečte, uložte do polosedu a prikladajte mu studené obklady,

- plachtu namočte do vody s teplotou 12–18 °C a zábaly pravidelne vymieňajte,
- postupne doplňajte tekutiny s chýbajúcimi minerálmi, v malých dávkach mu podávajte vodu so soľou, iónové nápoje, minerálku, studený čaj alebo džús,
- na slabiny, do podpažušia, na krk a lýtka mu prikladajte ľad,
- ak je v bezvedomí, uložte ho do stabilizovanej polohy na boku.

Najrizikovejšiu skupinu tvoria starší ľudia, deti, osoby s kardiovaskulárnymi problémami a obézni ľudia. Tuková vrstva pôsobí ako izolácia, ktorá bráni úniku tepla.



## Slnečný úpal

Vzniká intenzívnym, priamym slnečným žiarením na nechránenú hlavu a zátylok. Prejavuje sa podobne ako úpal, ale objavujú sa aj príznaky pripomínajúce zápal mozgových blán a stuhnutie šije. Viac sú ohrození ľudia s riedkymi vlasmi a deti. Na rozdiel od tepelného úpalu sa problémy môžu dostaviť s časovým oneskorením, napríklad v noci po dni strávenom na slnku. Prvá pomoc vyzerá rovnako ako pri úpale, keďže väčšinou prebieha súbežne s ním.

## Príznaky

- zvýšená telesná teplota,
- bolesť hlavy, tuhnutie šije,
- zrýchlené dýchanie a pulz,
- červeň v tvári,
- závraty,
- nevoľnosť,
- poruchy vedomia.





## VYČERPANIE Z TEPLA

Vzniká počas horúčav pri veľkej telesnej námahe, pri ktorej sa nadmerne potíme. Strata tekutín a solí spôsobuje vyčerpanie sprevádzané svalovými kŕčmi a prudkou bolesťou. Pri stúpaní telesnej teploty dochádza k rozširovaniu ciev.

### Príznaky

- únava, závraty, nevoľnosť, vracanie, smäd,
- kŕče v dolných končatinách alebo v bruchu,
- šok až kolaps obehového systému.

### Prvá pomoc

- postihnutého okamžite premiestnite do tieňa,
- najvhodnejšie je uložiť ho v polosedě,
- uvoľnite mu odev,
- každých 15 minút mu podávajte dva decilitre studenej vody so soľou (čajová lyžička soli na 1 liter vody),
- pri kŕčoch masírujte bolestivé miesta,
- ak upadne do bezvedomia, uložte ho do polohy na boku,
- privolajte lekára.

### Prevenia

- najúčinnjším spôsobom predchádzania úpalu je potenie, ktoré zabezpečíte pravidelným príjmom tekutín,
- pite častejšie v menších dávkach – najmä počas horúcich dní znížte fyzickú námahu,
- častejšie odpočívajte v tieni alebo na inom chladnejšom mieste, napríklad v klimatizovanej miestnosti,
- osviežte sa studenou sprchou,
- noste voľný odev v svetlých farbách, z ľahkých tkanín.





## Orange Joj Music Summer 2011: Termíny sú známe!

Dobrá správa pre všetkých priaznivcov najväčšej letnej festivalovej série na Slovensku. Po rekordnom uplynulom ročníku, ktorý navštívilo takmer 85 000 fanúšikov slovenskej a českej hudby, sa budúci rok opäť stretne 4-krát! Osvedčené lokality na Domaši, Ružinej, Duchonke a Orave znova ožijú festivalovým ruchom. Čas na skvelú hudbu, nové letné lásky, či stretnutia so starými kamošmi opäť prichádza.

### Termíny letných festivalov:

- Domaša 8.-9.7.2011
- Ružiná 22.-23.7.2011
- Duchonka 5.-6.8.2011
- Orava 19.-20.8.2011



## Letný ovocný dezert



Doba prípravy: asi 45 minút

### Prísady:

#### Na cesto:

- 5 vajec
- 150 g kryštálového cukru
- 100 g hladkej múky
- 30 g kakaa

#### Na náplň:

- 300 ml pochúťkovej smotany
- 100 g práškového cukru
- postrúhaná kôra z 1 chemicky neošetreného citróna
- 1 balíček Šľahačky v prášku Dr.Oetker
- 150 ml mlieka
- 1 balíček Želatínového stužovača Dr.Oetker
- 100 ml vody
- 700 g čerstvého letného ovocia (napr. ríbezle, maliny, čučoriedky, černice)

#### Na ozdobenie:

- 2 balíčky číreho Tortového želé Dr.Oetker • 50 g cukru • 500 ml vody
- Ešte potrebujeme: • plech na pečenie (30 x 40 cm)

#### Príprava:

1. Vajička vyšľaháme s kryštálovým cukrom do peny. Pridáme preosiatu múku s kakaom a opatrne vmiešame do vyšľahaných vajíčok. Masu vylejeme na plech (30 x 40 cm), vložíme do rúry a pečieme. Po upečení necháme vychladnúť.

Elektrická rúra:	180°C	(predhriata)	
Tepl vzdušná rúra:	170°C	(nepredhriata)	
Plynová rúra:	stupeň 2-3	(nepredhriata)	Doba pečenia: 15-20 minút

2. Pochúťkovú smotanu vymiešame s cukrom a citrónovou kôrou. Šľahačku vyšľaháme podľa návodu na obale s mliekom do tuha. Pridáme do krému a premiešame. Želatínový stužovač pripravíme s vodou podľa návodu na obale a primiešame do náplne. Náplň vylejeme na upečený a vychladnutý korpus a dáme do chladničky na 45 minút stuhnúť.

3. Po stuhnutí rozvrstváme na koláč po celej ploche ovocie a zalejeme teplým tortovým želé, ktoré sme si pripravili s vodou a cukrom podľa návodu na obale. Hotový koláč dáme ešte raz dobre vychladiť a servírujeme.



# Jogurtový koktail



## Suroviny

- 150 ml mlieko
- 2 ks banán
- 150 ml jogurt čokoládový
- na ozdobu šľahačka

**2 porcie** 5-10 minút príprava

## Postup receptu

Ošúpeme a rozmixujeme ponorným mixérom banány, pridáme čokoládový jogurt a opäť spolu zmixujeme. Na koniec pridáme 150 ml mlieka a všetko spolu dobre premiešame ponorným mixérom, ak je potreba opäť zmixujeme. Nalejeme do pohárov a ozdobíme šľahačkou. Tip: Ak chcete niečo aj pre tatíka, primiešajte mu do tohto šejku aj troška rumu 😊

## Zber papiera v RC Čerenčany

Zber papiera, ako po iné roky, sa konal aj tento rok.

Za prvý polrok sa vyzbieralo po jednotlivých triedach dohromady za celú školu z vyučovania z jednotlivých tried 80 kg. Vtedy sa na prvom mieste umiestnila trieda 5.- 9.ZŠ s váhou 21,5 kg na celú triedu. Druhá trieda sa umiestnila 9.ŠZŠ s 21 kg a tretia bola trieda 8.ZŠ s 13,5 kilogramami papiera na triedu.



Druhý polrok šk. roku 2010/2011 je nie ešte na konci, ale aj pred koncom roka sa bilancuje zber papiera a výsledky sú nasledovné: na prvom mieste je zatiaľ 9.ŠZŠ so 6 kg, na druhom mieste je zatiaľ so 5,5 kg 5.- 9.ročník ZŠ a na treťom mieste je zatiaľ 5.- 6. ročník ŠZŠ, hoci na konci roka sa to všetko môže zmeniť, pretože všetky zošity pôjdu do zberu papiera.

Trieda- dátum	18.2.	25.2	11.3.	25.3.	15.4.	29.4	20.5.	27.5	Spolu
5.- 6. ŠZŠ	0 kg	3 kg	0,5kg	0	0	0	0,5kg	0,5kg	<b>4,5 kg</b>
7.- 8. ŠZŠ	0 kg	0,5 kg	1kg	0	1kg	0	0,5kg	0,5kg	<b>3,5 kg</b>
9. ŠZŠ	0 kg	2 kg	0,5kg	0	3kg	0	0,5kg	0	<b>6 kg</b>
6. ZŠ	0 kg	0,5 kg	0	0	0,5kg	0	0,5kg	0,5kg	<b>2 kg</b>
7. ZŠ	0 kg	0,5 kg	0,5kg	0	0,5kg	0	0,5kg	0	<b>2 kg</b>
8. ZŠ	0 kg	0,5 kg	0	0	0,5kg	0	0,5kg	0,5kg	<b>2 kg</b>
5.- 9. ZŠ	0 kg	3 kg	0,5kg	0	1kg	0	0,5kg	0,5kg	<b>5,5 kg</b>

Takže, milí žiaci, zber pokračuje a uvidíme, kto vyhrá.

Mgr. Anton Kiška

**Dežo skáče prvýkrát padákom. Vyskočí a hovorí si: „Aký je odtiaľto pekný výhľad ... a tie oblaky, aký majú pekný tvar ... a tí ľudia vyzerajú ako mravce“. Tu sa mu z vysielacky ozve: „Otvor padák, ty debil“! (TAJNIČKA)**

autor: Pavol Surovec	jed	3. časť tajničky	muškát. kvet	hora v Etiópii	rieka v Thajsku	Pomôcky OMMEN, ELIS, AMANA	zvrtné zámeno	poobíjali	cenina
sídlo v Holandsku						rival			
poprvok						alebo (básn.) smrteľná choroba			
franc. dramatik (Jean)							ozn. rus. lietadiel jeden (angl.)		
vták (lat.)					existovalo 1. časť tajničky				
Veľká cena Slo- venska				horká limonáda kuriér					
Arabské Emiráty (kód)			roľa pohrebná hostina					2. časť tajničky	ťažko pracovala (expr.)
	vytýčený smer	nástroj ženca dával rady					parafa anonyma venezuel. rieka		
lomcujú						amat.atlet. asociácia pozdrav			
zriedka (med.)					chorobná zúrivosť ruská rieka				
a dato			jačmenné krúpy kórejská dynastia						
anglický šľachtic. titul				robil, činil					
arabské mužské meno				bahnat- kovitý vták					



**Jeden pilot hovorí druhému:**

**- Povedz parašutistom, aby prestali vyskakovať. (TAJNIČKA – 17 písmen)**

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

**vyškrtávanie do trojuholníka:**

BRATRANEC, DOBRODRUH, DREVENICA, KAMARÁTKA, KAMELOTKA, KARANTÉNA, KOLEDNÍCI, KOLOVRATY, KOPANICE, KORMORÁN, KREŠŤANIA, MATRIOŠKA, NERVOZITA, OBRODENIE, PODLIESKA, POSTIELKA, PRESTIERADLO, PREVEROVANIE, PREVIERKA, PROLETÁRI, SPODNIČKA, STAROSTKA, VANDROVKA, VYSTAVOVANIE, ZVOLANIE, ZVONČEKY.

**normálne vyškrtávanie:**

BORCI, DREZY, HROZNO, CHRÁNIČE, KARÁT, KOŠIAR, KOZINA, LARVA, LIEVIK, LITERA, MAREC, MOTOR, OKANE, PRÁDLO, PRIENIK, PRÍPOJ, RAMENO, ROBOTA, SLADIDLO, SLANINA, SRIEŇ, STATOK, STREDA, TETROV, TIENE, TRIESLO, UČENIE, ZRADCA, ŽENBA.

Zazvoní telefón, chlapík ho zdvihne a počuje:

- Haló, je tam číslo 444 444?

- Áno!

- Prosím vás, mohli by ste mi zavolať lekára, zasekol (TAJNIČKA)

okúzi						druh obilniny				
s uspokojením prijímal						rieka v Iráne				
						slnko (nem.)				
somár						biblické mesto				
						zvrtné zámeno				
chem. zn. selénu			najvyššia karta				vták (lat.)			
			druh alkoholu				zn. kvality múky			
	lekárska komora			český súhlas				cicavec z pralesa		planétka
	chorobná zúrivosť			užšia doska				Samuel (dom.)		
organická zlúčenina					orgán čuchu			MPZ Číny		
					mäkká stupnica			rieka v Kanade		
utrácame							Tal. tlač. agentúra			
							podmien. spojka			
očividne						taliensky husliar				
pozeral (náreč.)						lodný hák				



Redakčná rada:  
Zodpovedná: PaedDr. Eva Sivoková

Členovia redakčnej rady:  
Mgr. Marta Megová, Mgr. Dušana Žigová,  
Mgr. Pavol Hedvigy, Mgr. Attila Szajkó,  
Mária Chodúrová.

Dátum vydania: 17. jún 2011  
Náklad: 12 kusov

Pre potreby pracovníkov a detí RC Čerenčany