

školský časopis č. 5



**PULZ**



**ÚVOD**



**EKO KÚTIK**



**KVAPKA KRVI**



**NAŠI ŽIACI**



**SÚŤAŽE**



**ABSOLVENTI**

# ÚVOD

Milí čitatelia,

predstavujeme Vám prázdninové číslo školského časopisu PULZ. Ani vy sa už nemôžete dočkať leta? Žiadna škola, krásne počasie, stretnutia s priateľmi a vylihovanie pri bazénoch. K tomu určite padne vhod nejaká zaujímavá kniha alebo naše nové číslo časopisu, v ktorom sa dozviete mnoho nových vecí. V tomto Vám priblížime akciu Kvapka krvi, do ktorej sa žiaci našej školy každoročne zapájajú. Niekedy totiž stačí len kvapka a máte možnosť zachrániť ľudský život. Dozviete sa o tom, čo je to kvapka krvi, ako darovať krv ale aj o dôvodoch, prečo darovať krv. Ďalej Vám predstavujeme súťaže a akcie, ktoré sa konali na našej škole a v ktorých boli naši žiaci úspešní. Bolo pre nás veľkou cťou, že sme tento rok boli usporiadateľom Krajskej prehliadky SOČ a veľmi sa tešíme aj z úspechu našich žiakov. Keďže globálne problému sú čoraz viac intenzívnejšie, rozhodli sme sa urobiť aj v našej škole menšiu osvetu a priblížiť Vám možnosti ako zlepšiť svoj život a život na planéte Zem. Veľmi sa tešíme, že v našej škole máme dievčatá, ktoré túto osvetu šíria medzi svojich spolužiakov a prispievajú tým k vytváraniu pozitívnych ekologických hodnôt. Nechýba ani Vaša obľúbená rubrika NAŠI ŽIACI, kde sa predstavujete a ukazujete nám aj iné svoje talenty, záľuby a úspechy. A nebojte sa, nezabudli sme ani na vyhodnotenie súťaže o poukážku v hodnote 5 €. Dost' bolo slov, prajeme Vám veľa chute do čítania.

redakcia PULZu

# STAČÍ LEN KVAPKA!

## Čo je kvapka krvi?

Je to organizácia, ktorá pomáha chorým ľuďom podstupujúcim ťažké operácie a ochorenia. Darovanie je skutočne humánnym „darom života“.

## Prečo darovať krv?

Na Slovensku sa spotrebuje každoročne približne 180 000 transfúzných jednotiek krvi. Pacienti, ktorí sa stali obeťami úrazov a rôznych ochorení podstupujú operácie a zložité zákroky, pri ktorých bojujú o život. Sme radi, že aj na našej škole máme DOBROVOĽNÍKOV, ktorí sa rozhodli darovať krv a zachraňovať tak životy!

## Chceš aj TY darovať krv?

Stačí, ak budeš spĺňať kritériá darovania krvi a si vhodný darca. „Daruj to najcennejšie, čo máš! Pre teba len kvapka, pre druhého život!“

Viac informácií nájdeš na stránke: [www.darujkrv.redcross.sk](http://www.darujkrv.redcross.sk)

## Darcovia krvi našej školy

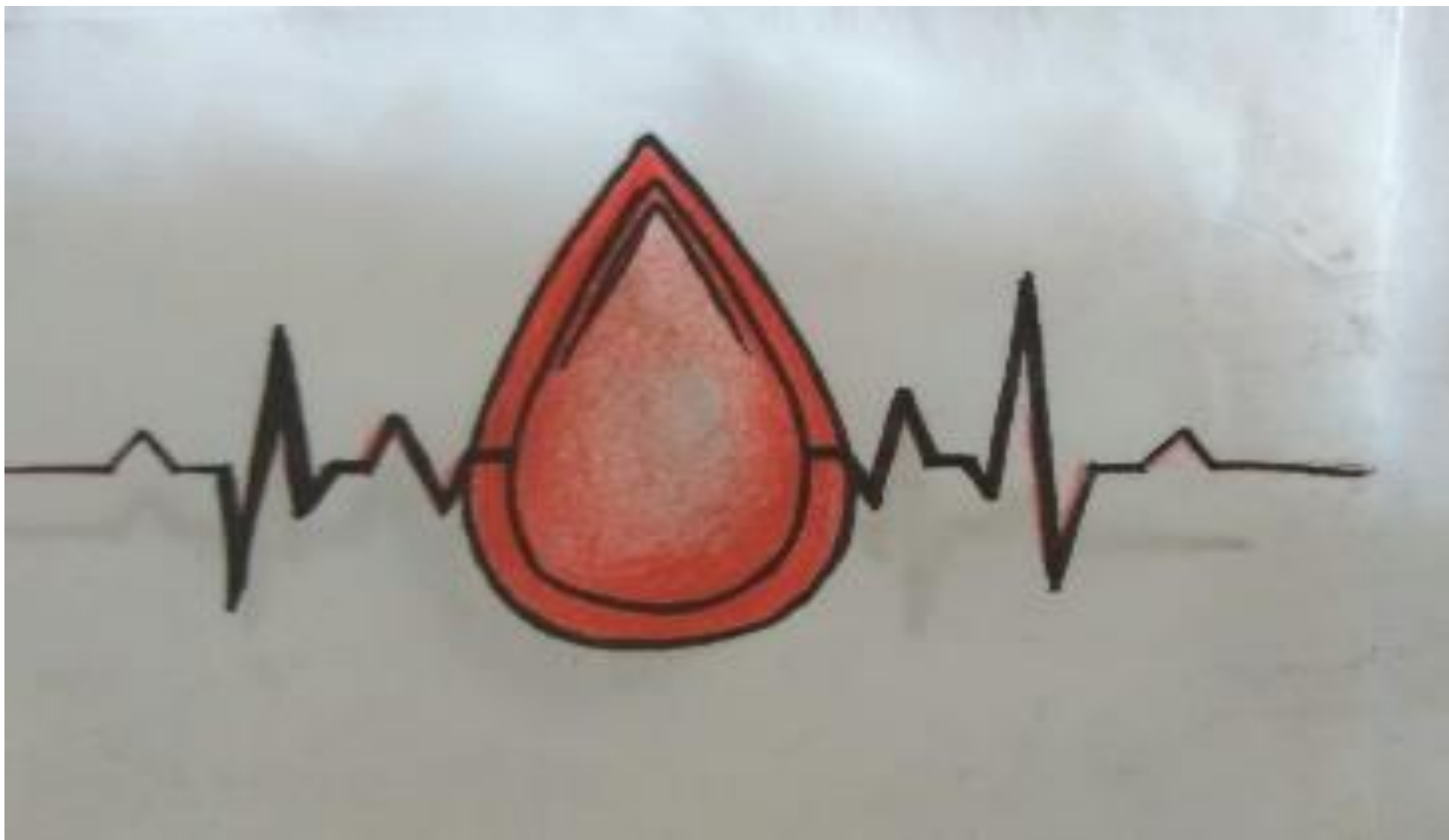
Zuzana Frištyková IV. C 4x, Patrik Kačmár IV. A 4x, Nikola Pavúková IV. C 3x, Ján Lipák IV. C 3x, Miroslav Kniš IV. B 3x, Jakub Kočík IV. B 3x, Dávid Vojtovič IV. A 3x, Soňa Goréjová IV. C 2x, Matúš Jenčík IV. C 2x, Samuel Čabala III. A 2x, Ľuboš Marton III. A 2x, Adam Hreha IV. B 1x, Kamil Borsuk IV. B 1x, Marek Jackanin IV. C 1x, Denis Jaško IV. C 1x, Matej Gergelčík III. A 1x, Jakub Vajčovec III. A 1x, Sebastián Barna III. A 1x, Richard Osif III. A 1x, Jakub Balucha III. A 1x, Adrián Pastir III. B 1x, Emanuel Škvarla III. B 1x

ĎAKUJEME VÁM

Zuzana Tobiášová



Naši štvrtáci - Sonička a Denis



Kresba – Zuzana Tobiašová, I.B

# SOČ

5.4. 2019 sa na našej škole uskutočnil 41. ročník Krajskej prehliadky Stredoškolskej odbornej činnosti. Privítali sme na našej pôde 197 súťažiacich, 39 konzultantov a 52 porotcov a rozhodcov z celého kraja, súťažilo sa v 17. súťažných odboroch. O bezproblémový priebeh súťaže sa starali pedagogickí a nepedagogickí zamestnanci školy spolu s 22 žiakmi našej školy. Naše pozvanie na Krajskú prehliadku prijali predseda PSK pán PaedDr. Milan Majerský, PhD., vedúci odboru školstva PSK pán PaedDr. Ján Furman a za odbor školstva Okresného úradu v Prešove pán Mgr. Tomáš Kolárik. Súťažiaci predviedli počas svojej prezentácie veľmi originálne projekty, ktoré sú dôkazom toho, že mladí ľudia sú kreatívni, originálni, že majú kritické myslenie a sú schopní na vysokej úrovni prezentovať svoju prácu pred odbornou porotou. Sme veľmi radi, že medzi úspešných súťažiacich môžeme zaradiť aj našich žiakov zo IV. B. JAKUB POLOHA a DOMINIK GVIŠČ zvíťazili vo svojom súťažnom odbore stavebníctvo, geodézia a kartografia a postúpili do celoštátneho kola. V časti NAŠI ŠTUDENTI si s nimi môžete prečítať rozhovor.



# MEĎ 2019

Aj v tomto školskom roku sme sa zapojili do celoštátnej súťaže pre žiakov posledných ročníkov študijných odborov stredných odborných škôl ktorú vyhlasuje Európsky inštitút medi. Cieľom súťaže bolo vytvoriť a prehĺbiť znalosti o medi a možnosti využitia medi a výrobkov z medi v technických zariadeniach budov, ktoré môžu žiaci využiť vo svojej praxi.

Súťaž prebiehala na webovej stránke Európskeho inštitútu medi. V kategórii študijných odborov žiaci v I. kole riešili 20 otázok o všeobecných vlastnostiach medi v II. kole 35 otázok z oblasti využitia medi a výrobkov z medi v technických zariadeniach budov a v III. kole otázky zamerané na výpočet základných parametrov rozvodov v rámci technických inštalácií budov. Na odpovede mali žiaci k dispozícii určitý časový úsek. Poradie jednotlivcov bolo stanovené podľa súťažnej kategórie školy, počtu dosiahnutých bodov a času potrebného pre odpovede. Pre poradie škôl podľa súťažnej kategórie sa do výsledkov každej školy započítavali výsledky piatich najlepších jednotlivcov školy.

V kategórii študijných odborov sa súťaže zúčastnilo 247 žiakov z 21 škôl.

Našu školu reprezentovali žiaci III. C triedy – Branislav Fabian, Jakub Jendrej, Damián Juhás, Martin Kimák, Oliver Olejár a Ján Zajac. Zodpovedným pedagógom za prípravu a zapojenie do súťaže bola Ing. Margita Hodulíková.

**Vít'azom v kategórii študijných odborov sa stal Oliver Olejár, 2. miesto získal Branislav Fabian, 3. miesto získal Damián Juhás.**

Naši žiaci preukázali, že svedomitou prípravou patria k najlepším. Vďaka umiestneniu piatich najlepších z nich: **Oliver Olejár** (1.miesto), **Branislav Fabian** (2.miesto), **Damián Juhás** (3.miesto), **Ján Zajac** (11.miesto), **Jakub Jendrej** (16.miesto) **SPŠ stavebná v Prešove získala** v kategórii škôl – študijné odbory **2.miesto**.





# FOTONÁVRATY – EXKURZIE A PRAX



Druháci na súvislej praxi na Sekčove



Prváci na podnetnej odbornej exkurzii



Prváci na odbornej exkurzii v Kysaku

# OLYMPIJSKÝ DEŇ

Deň pred vysvedčením sa v našej škole niesol v duchu olympizmu. O 8.30 nastúpila školská „bohyňa“ Sonička s Denisom, ktorý niesol pochodeň. Na znak mieru sme vypustili 40 holubov. Žiaci deviatich tried si zmerali sily v rôznych disciplínach. Nemohol chýbať už tradičný Futbalový turnaj o pohár riaditeľa školy, Streetball, trojskok, preskok cez švihadlo, sieťobal, hod zábavnou špongiou, hod obručou a teoretický test o olympizme. Tento rok žiaci reprezentovali jednotlivé štáty, ktoré si vybrali. Nakreslili nápadité vlajky a prostredníctvom Facebooku sa zapojili do hlasovania o najkrajšiu vlajku. Vonku bolo slnečno a počasie nám prialo. Bolo pekné pozorovať ako sa triedy navzájom podporujú a povzbudzujú. Žiaci mali obrovskú radosť, že sa do disciplín zapojili aj ich triedni učitelia a pomohli im vybojovať body navyše. Najviac sa žiakom páčil futbalový turnaj a hod zábavnou špongiou. Celkovým víťazom Olympijského dňa sa stala II.B, ktorá ohurovala svojimi výkonmi. Každý žiak, ktorý sa do Olympijského dňa zapojil si odniesol medailu, ktorá mu bude pripomínať tento krásny deň plný smiechu a dobrej nálady.

## **FUTBALOVÝ TURNAJ O POHÁR RIADITEĽA ŠKOLY**

Tento rok sme usporiadali už štvrtý ročník futbalového turnaja. Naši chlapci sa do tohto turnaja zapájajú veľmi radi a vždy vymýšľajú nové veci, ktorými by turnaj osviežili. Tento rok si niektoré triedy dokonca prichystali vlastné dresy. Výsledky boli naozaj tesné, no do poslednej trojky sa prebojovali žiaci I.B, II.B a III.A. Každá z týchto tried mala silný fanklub a vzájomné zápasy dopadli rovnako. Keďže triedy mali rovnaký počet bodov, rozhodnúť museli až penalty. Atmosféra na lavičkách bola perfektná. Každá trieda povzbudzovala svojich spolužiakov a navzájom sa prekrikovali. Nakoniec sa víťazom Futbalového turnaja o pohár riaditeľa školy stali žiaci II.B, ktorí si víťazstvo zaslúžili a tvrdo vybojovali. Zároveň tak obhájili svoje víťazstvo z minulého roka. Už teraz sa nevieme dočkať ďalšieho Olympijského dňa.







# EKO KÚTIK

Milí čitatelia,

s radosťou Vám predstavujeme novú časť školského časopisu PULZ. Cieľom je poučiť verejnosť o následkoch, ktoré vyvoláva naše nerozumné konanie a upozorniť na to, že Deň Zeme nie je len v apríli, ale každý deň. Mnoho ľudí si to síce neuvedomuje, ale rýchly a konzumný život, ktorý žijeme, vedie ku ekologickej katastrofe. Za každým z nás ostávajú stopy, ktoré škodia našej Zemi – nášmu domovu. Je teda na mieste snažiť sa urobiť niečo, čo by ľuďom dokázalo otvoriť oči. Veríme, že naše nápady, ktoré Vám na nasledujúcich stranách predstavíme, by k tomu mohli dopomôcť. V aktuálnom čísle časopisu Vám predstavujeme nápady a naše vlastné návody ako vyrobiť z už nenoseného oblečenia aktuálne módne kúsky namiesto toho aby ste zaplnili koše a opäť si kúpili niečo nové. Naši redaktori Vám poskytnú aj návody na domáce pestovanie a recykláciu starých „nepotrebných“ vecí. Venujeme sa aj problematike (ne)dokonalosti potravín a ich vyhadzovaniu a základom správneho stravovania.

Budúcnosť predsa začína už dnes. Začnite ju budovať SPOLU.



# STARÉ JE NOVÉ

V dnešnej dobe sa každý ženie za tým, čo je v móde. Chceme nosiť najnovšie módne výstrelky a byť za každú cenu moderní. Práve preto si do svojho šatníka kupujeme stále nové a nové kúsky, ktoré po chvíli opäť nie sú v móde. Každý týždeň sa v reklamách objavujú nové veci – v jeden deň sú moderné zvonové nohavice, na druhý deň sa na nás z reklám valia „mrkváky“. Naša spoločnosť je konzumná a chce mať všetko, čo poskytujú obchodné reťazce. Skriňa sa postupne naplňa a my už nenosíme polovicu vecí. Čo urobiť s oblečením, ktoré v skrini stojí už dlhšie a nenosíme ho? Väčšina ľudí oblečenie vyhodí a neriešia, čo s nim bude ďalej. My však prinášame riešenie ako byť originálni, moderní a navyše šetrní k životnému prostrediu. Namiesto toho, aby sme si kúpili nové oblečenie a staré vyhodili, môžeme naše staré a nenosené kúsky recyklovať. Predsa sa teraz dostávajú do módy aj tie „old school“ veci. Tak prečo to nevyužiť? Je hneď viacero dôvodov, prečo sa snažiť recyklovať oblečenie a vdýchnuť mu druhý dych:

1. Ušetríme peniaze.
2. Budeme mať originálne oblečenie.
3. Naučíme sa trpezlivosti a práci, využijeme svoj voľný čas.
4. Pomôžeme našej planéte.
5. Vyrobíme si oblečenie podľa svojich najtajnejších predstáv.

V našej škole sme sa rozhodli v tomto nápade pomáhať si navzájom. Doniesli sme si šijací stroj a snažili sa urobiť osvetu. Žiakom sme ukázali, čo všetko sa dá vymyslieť, keď sa chce. Stačí len trochu predstavivosti a snahu. V dnešnej dobe internetu nájdete mnoho videopostupov a návodov ako na to. Nie každý však má talent a čas na vyrábanie nových kúskov zo starého oblečenia. Každopádne, oblečenie môžete vždy darovať na charitu alebo použiť aj v domácnosti ako handru na podlahu, resp. prach.



# (NE)DOKONALOSŤ

Podľa Organizácie pre výživu a poľnohospodárstvo OSN sa kvôli vzhľadu vyhodí až 20% poľnohospodárskej produkcie.

Dôvody, pre ktoré sú ovocie či zelenina vyradené z nákupných pultov, sú bizarné - zlý odtieň šupky jablka, príliš veľká hlávka karfiolu, nerovnomerne oranžová mrkva, príliš dlhá stopka papriky, atď. Pri hodnotení kvality vypestovaných plodín sa kladie väčší dôraz na estetiku než na chuťovú kvalitu a výživovú hodnotu potravín. Pritom dôvod, prečo kupujeme rastlinné plodiny je aby nás nasýtili a získali sme potrebné makro a mikroživiny, ktoré sú nevyhnutné pre naše zdravie.

Plytvanie potravinami súvisí so spôsobom fungovania celého potravinového reťazca, od výroby až po spotrebiteľa, čiže nás všetkých, ktorí nakupujeme v bežných obchodných reťazcoch. Ako spotrebiteľia si tiež vyberieme radšej pekné veci. Je to v poriadku? Je potravinársky priemysel tým pravým miestom, kde by sa to malo uplatňovať? To, že má nejaké ovocie a zelenina neobvyklý tvar, farbu, dĺžku ešte neznamená, že je to zdravotne závadné či menej výživovo hodnotné jedlo. Veľkú rolu hrá aj reklama. To ako nám sú potraviny ponúkané v televízii alebo v letákoch je však krása vytvorená na „oko“ - vytvorená umelo, pretože krása a estetika v nás prirodzene vyvolávajú silné pocity. Reklama však tieto pocity používa proti nám. Od mala sme tak vychovávaní v domnienke, že to, čo je pekné je dobré a čo je škaredé, resp. nedokonalé, je zlé.

Plytvanie jedlom, potravinami je globálny problém. Nároky na dopestovanie plodín sú čoraz vyššie. Poľnohospodárstvo svojou nadmernou výrobou, opotrebovaním pôdy, používaním chemických látok a mnohým ďalším prispieva k neekologickej stope, ktorá tu po nás ostáva. Zmena klímy, znečistenie vôd, pôdy, ovzdušia. To všetko sa nás týka. Naše vysoké nároky prispievajú k zmenám v životnom prostredí. Je len na nás aby sme si to včas uvedomili a začali konať.

Riešením je nie len zmena v našom vnímaní. Musíme vedieť, čo je skutočne (ne) dokonalé Pomôžme navrátiť trhy do našich miest, kde nám môžu pestovatelia ponúknuť to najlepšie z nášho okolia, sezónne najčerstvejšie a najzdravšie plody našej zeme. Bez ohľadu na ich farbu, váhu či tvar a vydajme sa spolu na eliminovanie našej spotrebiteľskej



# ZÁKLADY SPRÁVNEHO STRAVOVANIA ALEBO JEDZME CHUTNE A ZDRAVO

## (1.časť)

Stravovanie je spôsob, akým si vyberáme potraviny, pripravujeme jedlo ako často a koľko veľa toho zjeme. Strava a pitný režim sú pre nás nevyhnutné. To ako sa stravujeme sa časom ukáže na našom zdravotnom stave. Správnymi stravovacími návykmi môžeme predísť civilizačných ochoreniam, zabrániť aktivácii génov s predispozíciou na dané ochorenie, podporíme svoju obranyschopnosť, psychiku a skvalitníme si život, ktorý ešte máme pred sebou. Naopak nesprávnymi stravovacími návykmi a zlým životným štýlom si sami škodíme a náš organizmus sa preťažuje, čo môže viesť k rôznym ochoreniam, či už k fyzickým alebo psychickým.

Na čo si v dnešnej dobe treba dávať pozor ohľadom stravy je napodobňovanie alebo sledovanie „módnych trendov“ v stravovaní. Rôzne diéty, extrémne množstvo stravy, obmedzovanie určitých potravín, hladovanie alebo konzumácia super potravín v tabletkách, ktoré nám majú zabezpečiť zdravie po akom túžime. Tento veľký ohlas a propagácia zdravého stravovania je len dôkazom toho, že naozaj chceme byť zdravý ale spôsob akým sa to snažíme dosiahnuť nie je vždy ten správny. Mnohé firmy alebo jednotlivci túto situáciu zneužívajú a prispievajú k šíreniu paniky a nepravdivých informácií. Zdravé stravovanie sa stalo skvelým marketingovým ťahom ako ľudí zaujať, presvedčiť a získať od nich peniaze. Keďže zdravie máme len jedno týka sa nás to všetkých a naozaj by sme sa mali o svoje zdravie zaujímať ale nie len povrchovo a čakať že to za nás vyrieši jedna tabletká, stroj alebo zázračný produkt. Zdravé stravovanie je proces ktorý so sebou nesie aj roky skúseností. Vedú nás k nemu už od mala naši rodičia, v školách a neskôr svoje stravovacie návyky berieme do vlastných rúk. O každej jednej surovine, jedle, nápoji, ktoré sa do nášho tela dostane rozhodujeme my a preto zdravie, ktoré máme a budeme mať závisí len a len od našim stravovacím návykov.

## 4 ZÁSADY SPRÁVNEHO STRAVOVANIA

### 1. kvalita

Kvalita surovín a potravín je veľmi dôležitá. Myslí sa tým obsah živín a látok, ktoré obsahujú. Na to, aby boli potraviny kvalitné a bohaté na látky prospešné nášmu zdraviu potrebujú kvalitné prostredie, v ktorom ich môžeme vypestovať alebo odchovať. Aj preto je dnes veľmi dôležité prispieť k ekologickému

zmýšľaniu a predísť znečisteniu vôd, pôdy a ovzdušia. Preto je dobré všímať si na obaloch potravín pôvod odkiaľ boli potraviny získavané, balené a tiež, ako boli spracované. Potom ostáva už len na nás kvalitne si tieto suroviny pripraviť, aby sme predišli zničeniu väčšine živín.

## **2. kvantita**

Množstvo stravy, ktoré by sme mali zjesť sa líši u každého človeka. Vplýva na to pohlavie, vek, práca a koníčky, ktoré vykonávame, zdravotný stav, v akom sa nachádzame, klimatické podmienky, v ktorých žijeme a mnoho iného. Najdôležitejšie je však predísť prejedaniu a extrémnemu hladovaniu. Obidva tieto stavy sú nežiaduce a mali by ste sa im vyhnúť. Po jedle by sme sa nemali cítiť ťažko, porcie by mali byť rozumné a hlad by sme sa mali naučiť ovládať. Nie je nutné počítanie kalórií, dôležité je množstvo zastúpenia sacharidov, bielkovín a tukov v jedle. Ak sú vyvážené a naše porcie sú rozumné na čísla nemusíte myslieť.

## **3. pravidelnosť**

To kedy a ako často jesť je znova dobré prispôbiť spôsobu života, akým žijeme. Pravidlo 5 či až 6 menších jedál denne nemusí pre nás znamenať, že sa toho máme naozaj držať. Dôležitejšie je, aby sme jedli približne v rovnakom čase každý deň aspoň 3 hlavné jedlá s dostatočným odstupom času. Jedlo by sme nemali vynechávať, ale ani dojedať len preto, že niekde sa píše, že 5 jedál za deň je proste potrebných. Treba sa držať zdravého rozumu a vnímať potreby svojho tela, brať ohľad na svoj denný režim a vytvoriť si svoje vlastné pravidlá.

## **4. pestrosť**

Pestrosť v stravovaní je veľmi dôležitá. Rozmanitosť v druhoch potravín, farbách ovocia a zeleniny, spôsobe prípravy pokrmu. V našej strave by mali byť zastúpené všetky základné potraviny ako napríklad obilniny, strukoviny, ovocie a zelenina, mäso a mäsové výrobky, mlieko a mliečne výrobky, pochutiny. Dôvod prečo by sme sa mali o to snažiť je, že si tak zabezpečíme pestrosť a potrebné množstvo makro a mikro živín, ktoré sú pre chod nášho organizmu nevyhnuté. Treba sa vyhnúť jednostrannému stravovaniu, tie isté jedlá dookola nás zabezpečia len určitú časť živín. Niekedy stačí striedať rôzne raňajky, uvariť inú prílohu k hlavnému jedlu alebo použiť iné suroviny na prípravu toho istého jedla. Pri ovocí a zelenine platí dvojnásobne čím viac farieb tým väčšia škála živín a látok zdraviu prospešných.

# NAŠI ŠTUDENTI

5.4. 2019 sme privítali na našej škole 197 súťažiacich z celého Prešovského kraja. Súťažili v 17 odboroch, predstavili porote svoje originálne projekty, ukázali kreativitu a vysokú odbornosť. Našu školu reprezentovali 4 žiaci zo IV. B. Branislav Dufala a Róbert Haborák, ktorí skončili na 6. mieste a Jakub Poloha a Dominik Gvušč, ktorí zvíťazili vo svojom súťažnom odbore stavebníctvo, geodézia a kartografia a postúpili do celoštátneho kola. Na tom, že táto súťaž prebehla bez problémov mali svoju zásluhu všetci učitelia a spomedzi žiakov skupina dobrovoľníkov, ktorí pomáhali zo všetkých síl. :)

**Prečítajte si krátke interview s Jakubom POLOHOM:**

**R: Bavila ťa práca na projekte?**

JP: Práca na projekte ma veľmi bavila.

**R: Čo presne si robil a ako dlho ti trvala príprava?**

JP: S Dominikom sme pracovali na rekonštrukcii synagógy. Práca na projekte nám zabrala celý školský rok.

**R: Ako si prežíval Krajské kolo? Potešilo ťa víťazstvo?**

JP: Na Krajskom kole som bol trošku pod stresom, ale potom, keď som začal rozprávať stres opadol a rozprávalo sa mi veľmi dobre. Z víťazstva som sa veľmi potešil.

**R: Popíš nám, ako prebiehalo Celoslovenské kolo.**

JP: Celoslovenské kolo prebiehalo 3 dni (bolo v Košiciach), v prvý deň sme mali privítanie a krátky kultúrny program. Ďalší deň sme mali prezentáciu prác a vyhodnotenie súťažiacich. Potom nás čakala už len cesta domov.

**R: Chystáš sa na vysokú školu? Akú? Myslíš, že ti práca na projekte pomohla?**

JP: Na vysokú školu sa chystám, to áno, chystám sa na Technickú univerzitu do Košíc a práca na tomto projekte mi veľmi pomohla zlepšiť moje zručnosti pri práci s programom Allplan a taktiež som si zlepšil moje rečnícke schopnosti. Odporúčam všetkým skúsiť si to.





# ABSOLVENTI

Ing. Maroš Kajňák – odborný referent – odbor dopravy a životného prostredia, Mestský úrad Prešov



## **V akých rokoch ste študovali na SPŠ stavebnej?**

Na Strednej priemyselnej škole stavebnej v Prešove som študoval v rokoch 2008 – 2012. Prvé dva roky integrovaný študijný odbor stavitelstvo a následne špecializovaný študijný odbor pozemné stavitelstvo.

## **Prečo ste si vybrali práve túto školu?**

Po skončení základnej školy som zásadne nechcel ísť študovať na gymnázium, ale na strednú priemyselnú školu. Rozhodoval som sa medzi stavebnou a strojnickou priemyslovkou. Nakoniec vyhrala stavebná nielen pre môj bližší vzťah k stavebníctvu, ale aj pre potenciál stavebného odvetvia do budúcnosti. S rozvojom spoločnosti a zlepšovaním životných podmienok ide ruka v ruku výstavba pozemných a dopravných stavieb.

## **Boli ste v škole spokojný?**

So štúdiom v škole som bol maximálne spokojný vrátane vyučujúcich a učebných predmetov.

## **Aké boli Vaše najobľúbenejšie predmety?**

Z odborných predmetov patrili k mojím najobľúbenejším stavitelstvo, pozemné stavitelstvo, odborné kreslenie, stavebné stroje a zo všeobecnovzdelávacích predmetov slovenský jazyk a literatúra a dejepis.

### **Aké zážitky ste si odniesli zo školy?**

Z vyučovacieho procesu počas strednej školy mám mnoho výborných zážitkov, ale najlepšie zážitky sú z rôznych exkurzií, Kurzu ochrany človeka a prírody v Tatranskej Lomnici a stužkovej slávnosti.

### **V čom Vám škola pomohla?**

Škola mi pomohla získať vedomosti a rozhľad v oblasti stavebníctva.

### **Čo Vám dala škola do života?**

Samostatnosť, zodpovednosť a vďaka rodinnej atmosfére v škole som sa naučil nebáť rozprávať, respektíve komunikovať s učiteľmi, čo vo mne prelomilo určité bariéry a tieto skúsenosti využívam dodnes aj pri svojej práci.

### **Čomu sa venujete teraz?**

Momentálne pôsobím na Mestskom úrade v Prešove, odbore dopravy a životného prostredia ako odborný referent so zameraním na verejnú dopravu vrátane MHD, integrovaný dopravný systém, cyklodopravu, cestnú svetelnú signalizáciu a aplikáciu strategických dokumentov v oblasti dopravy. Zároveň som členom poradného orgánu primátorky mesta Prešov v oblasti dopravy a členom poradného orgánu viceprimátora mesta Prešov pre oblasť SMART CITY. V rámci dobrovoľníckej činnosti pôsobím ako mentor pre študentov Prešovskej univerzity v Prešove pre oblasť študijných výmenných pobytov a stáži programu Erasmus.

### **Ako škola ovplyvnila Váš život?**

Škola mi dala nielen vedomosti a skúsenosti z oblasti stavebníctva, ale aj všeobecný rozhľad do života a vďaka štúdiu na Strednej priemyselnej škole stavebnej v Prešove som spoznal mnoho spolužiakov a vyučujúcich, z mnohými z nich som dodnes v kontakte a v rámci kamarátskych vzťahov a pracovného pôsobenia si v prípade potreby vieme vzájomne pomôcť, poradiť alebo sa stretnúť.

**Mgr. Monika Ferková - knihovnička v knižnici P.O. Hviezdoslava**



**V akých rokoch ste študovali na SPŠ stavebnej?**

Na SPŠ stavebnej som študovala v rokoch 1999 až 2003.

**Prečo ste si vybrali práve túto školu?**

Veľmi ma zaujal vtedy pomerne nový odbor Geodézia, kartografia a kataster, o ktorom som sa dozvedela od mojej o rok staršej susedky. Tá tento odbor študovala a s radosťou mi ho odporúčala. A keďže aj moja mamka tiež navštevovala túto školu, voľba bola jasná. O rok neskôr, po mojom nástupe do školy, si túto v školu vybral aj môj brat.

**Boli ste v škole spokojná?**

Áno, bola som veľmi spokojná a vždy na ňu s úsmevom spomínam. Boli to naozaj veľmi pekné študentské časy.

**Aké boli Vaše najobľúbenejšie predmety?**

Paradoxne, hoci je to škola technického zamerania, najbližšie mi boli predmety slovenský jazyk a literatúra a občianska výchova. To predurčilo aj moje ďalšie smerovanie a zameranie štúdia na vysokej škole. Z odborných predmetov som mala veľmi rada napr. Geodéziu, Mapovanie, Pozemkové evidencie, Kartografiu.

### **Aké zážitky ste si odniesli zo školy?**

Naša trieda bola veľmi živá, a tak o zábavu a dobrú náladu bolo vždy postarané. Mali sme po celé štyri roky vynikajúci vzťah aj s našou pani učiteľkou triednou, RNDr. Emíliou Ondíkovou, ktorá je veľmi pozitívny človek s vždy dobrou náladou. Každý jeden výlet a spoločné akcie sa teda niesli v optimistickom a priateľskom duchu za sprievodu hlasného, hurónskeho smiechu.

### **V čom Vám škola pomohla?**

Škola mi pomohla pri získavaní vedomostí, samostatnosti, formovaní mojej osobnosti a vytvorila nielen mne, ale aj mojím spolužiakom priestor na vytváranie a budovanie dlhoročných a pevných priateľstiev.

### **Čo Vám dala škola do života?**

Škola mi v prvom rade dala do života dobrých spolužiakov a spolužiačky, teraz už kamarátov a kamarátky, s ktorými sa vždy rada stretnem. Keďže sme boli veľmi dobrý kolektív naše stretnutia sú plné smiechu, zábavy, no vieme sa porozprávať i o vážnych témach, ktoré život so sebou prináša. Myslím si, že môžem za všetkých smelo povedať, že sme vďační aj za pedagógov, ktorí nás učili po celé štyri roky. S mnohými z nich sa občas počas roka stretnem a vždy si máme čo povedať. Som za to nesmierne vďačná a pevne verím, že to takto ostane aj naďalej. Týmto ďakujem za všetku trpezlivosť, naučené vedomosti, rady, poučenia i milý ľudský prístup našej skvelej pani učiteľke triednej, RNDr. Emílii Ondíkovej, a všetkým pedagógom, ktorí nás vyučovali.

### **Čomu sa venujete teraz?**

Od ukončenia vysokej školy pracujem ako knihovníčka v Knihnici P. O. Hviezdoslava v Prešove.

### **Ako škola ovplyvnila Váš život?**

Škola ma ovplyvnila pri výbere môjho ďalšieho štúdia na vysokej škole a konkrétneho zamerania. Uvedomila som si, že hoci to bolo veľmi zaujímavé štúdium, predsa len viac inklinujem k humanitným vedám. Vždy, keď vidím ako študenti počas praxe vonku zameriavajú rôzne objekty a body, spomeniem si ako sme my takto praxovali a razom som myslou späť v týchto časoch.

# VYHODNOTENIE SÚŤAŽE



Na fotografii v predchádzajúcom čísle časopisu bola **p. uč. Smithová**. Ďakujeme všetkým, ktorí sa zapojili.

Výhercom poukážky sa stáva Maroš Krivák z I.B. Gratulujeme.

## ZODPOVEDNÍ REDAKTORI:



PhDr. Zuzana Tomášová

Mgr. Adela Kolpaková

Daša Batešková

Soňa Goréjová

Simona Hermanovská

Natália Jadvišová