

# Zpravodaj pro rodiče č. 55

## Kontakty:

Ředitelna: tel. číslo/fax: 377 973 440 e-mail: zschlumcany1@volny.cz  
Kancelář školy/školní jídelny: tel. číslo: 377 973 285 e-mail: zschlumcany2@volny.cz  
Školní družina: tel. číslo: 602 307 883 e-mail: zschlumcany\_ek@volny.cz  
e-mail: zschlumcany\_sj@volny.cz

webové stránky: <https://www.zschlumcany.cz>

## Účast rodičů na třídních schůzkách 20. 4. 2022

1. stupeň		2. stupeň	
I.	80 %	VI.	71 %
II.	71 %	VII. A	53 %
III.	56 %	VII. B	47 %
IV.	73 %	VIII.	79 %
V.	73 %	IX.	60 %



P  
Ř  
I  
J  
Ď  
T  
Ě  
  
S  
I  
  
P  
R  
O  
H  
L  
Ě  
D  
N  
O  
U  
T  
N  
A  
Š  
I  
  
Š  
K  
O  
L  
U

## Odovědi na písemné dotazy a připomínky rodičů:

**Příprava na přijímací zkoušky v 9. ročníku.** Stejně jako v předchozích letech, tak i v příštím školním roce zařadíme do učebního plánu 9. ročníku volitelné předměty Seminář z českého jazyka a Seminář z matematiky. Žáci, kteří mají odpovídající prospěch a plánují podávat přihlášku na čtyřletý studijní obor, kde je podmínkou přijetí účast na přijímacích zkouškách, budou moci na konci tohoto školního roku v rámci přihlašování na volitelné předměty projevit o tyto semináře svůj zájem. V rámci seminářů se žáci seznamují s typovými úlohami z testů, které pro přijímací zkoušky na střední školy připravuje společnost Cermat. Mohou také s učiteli konzultovat problémy ze své domácí přípravy na přijímací zkoušky. Těžištěm přípravy na přijímací zkoušky totiž musí být hlavně soustavná a dlouhodobá domácí příprava v průběhu celého 9. ročníku.

## Připomínáme pravidla, která platí ve školní jídelně:

**Nárok na oběd má žák pouze v době školní výuky. V době nepřítomnosti nemá žák nárok na stravu za sníženou cenu. První den nemoci a ve výjimečných případech (nevolnost) si lze oběd vyzvednout od 10<sup>45</sup> do 11<sup>20</sup> hodin nebo od 13<sup>00</sup> do 13<sup>15</sup> hodin. Není možné vyzvedávat oběd v době, kdy ve školní jídelně obědvají ostatní žáci. Na další dny nemoci a při předem známé nepřítomnosti ve škole je nutné obědy odhlásit. Obědy se odhlašují nejpozději do 13<sup>00</sup> hodin předchozího dne u vedoucí školní jídelny (tel. číslo 602 307 885).**

## Co s tělem udělá jediná plechovka energetického nápoje

*Co udělá energetický nápoj s vaším tělem: Může vám jít o život! Nechcete riskovat, že se vám pozastaví tlukot srdce a krevní tlak vyskočí do nebezpečných výšin? Pak si na sklenku "energetáku" nechte rychle zajít chuť. Nové vědecké poznatky o škodlivosti těchto nápojů šokují ve všech směrech!*

*Energetické nápoje jsou dnes stále oblíbenější. Je to dobře? Ani omylem! Kombinace cukru a kofeinu sice slibuje okamžitou vzpruhu v únavové krizi, ale mnozí si neuvědomují, že plechovka s tímto nakopávačem představuje opravdovou hrozbu pro zdraví. Taky na nich ujiždíte? Dáváte svému srdci pořádně zabrat!*

*Výzkumní pracovníci se zaměřili na škodlivost energetických nápojů. Co je k tomu přivedlo? Taky zajímavost... Odborníci zaznamenali vysoký nárůst pacientů, kteří přicházeli na pohotovost a stěžovali si na srdeční potíže. Bylo jim hned jasné, že tenhle problém pramení ze stejné příčiny. Když se navíc zjistilo, že 75 procent jedinců konzumuje energetické drinky, mělo už podezření jasné obrysy.*

*Lékaři tedy rozdělili náhodně vybrané účastníky do dvou skupin. První sestava měla za úkol vypít litr "energetáku" denně, druhá dostala nápoj pouze s kofeinem, bez cukru a ostatních přísad, na kterých si pochutnávali jejich kolegové. Po pár dnech došlo na kompletní lékařské testy obou skupin. Co se zjistilo? Rozhodně to nepotěší...*

*Při finální analýze výsledků se ukázalo, že pijaní energetických nápojů nejsou tak docela v pořádku. Jejich srdce se totiž pozastavilo mezi každým úderem o 10 milisekund. Ačkoli to vypadá jako nepatrné zdržení, ve skutečnosti to může být život ohrožující. Dalším následkem konzumace ohnivé vody byl vysoký krevní tlak, který se většině oslovených vrátil do obvyklých hodnot až šest hodin po vypití posledního doušku. To přináší zvýšené riziko infarktu a mrtvice. Asi vás moc nepřekvapí, že druhá skupina takové potíže vůbec neměla...*

*Lékaři sice připouštějí, že je třeba provést ještě mnoho studií a pokusů, aby se prokázala jednoznačná nebezpečnost těchto nápojů, ale jsou si jisti, že právě kombinace cukru a kofeinu způsobuje většinu zdravotních komplikací. O účincích ostatních chemických přísad ani nemluvej! Co vy na to, teď už plechovka energetáku zdaleka nevypadá tak lákavě, co?*

*Kristýna Vágnerová, Zdraví A Diety, zkráceno*

## Hrozba v barevném balení

*Při neopatrném užívání energy drinků jde opravdu o život, jak ukazují studie ze zahraničí, a dokonce i několik případů z České republiky. Po požití dvou takových nápojů zkolaboval třináctiletý chlapec na sportovním zápase; upadl do bezvědomí a nastala zástava oběhu. Malý sportovec byl defibrilován a převezen do nemocnice. Kombinace velkého stresu a sportovní aktivity na vysoké úrovni spolu s energetickými nápoji však může být i smrtelná.*

*Smrt provázela jiný český případ, kdy sedmnáctiletý mladík zkombinoval energetický nápoj s alkoholem. Při oslavě narozenin za večer vypil dvacet plechovek nápoje míchaného s vodkou. Následky se projevily až po několika hodinách: Upadl do bezvědomí se zástavou srdce, které se již nepodařilo nahodit zpět. Celý oběhový systém fungoval naplno kvůli působení kofeinu, taurinu a cukru, proto při ožívování nebylo možné srdce dál stimulovat, a tím vrátit chlapce k životu. Vypovědělo zkrátka službu z nadměrné činnosti.*

*Veronika Stejskalová, 100+1 Zázraky medicíny, zkráceno*

**Důvodem k otištění článků je stále rostoucí obliba našich žáků v požívání energetických nápojů a kávy. Dokladem jsou plné odpadkové koše plechovek od těchto nápojů uvnitř školy i ve venkovním prostoru kolem školy. Nejenže jsou tyto produkty škodlivé zdraví, ale zvyšují i hyperaktivitu žáků, způsobují nepozornost a narušování průběhu vyučovacích hodin. Konzumování energetických nápojů ve zvýšené míře nepřipouští ani školní řád.**