



# MLADÝ POLYGRAF

[www.instagram.sk/polygraficka](https://www.instagram.sk/polygraficka)

[www.facebook.sk/polygraficka](https://www.facebook.sk/polygraficka)

[www.polygraficka.sk](https://www.polygraficka.sk)



# ENVIRONMENTAL OKIENKO



## Medzinárodný deň lesov 21. marec

Svetový deň lesov vznikol na 23. Valnom zhromaždení Európskej poľnohospodárskej konfederácie (ECA) a je iniciovaný od roku 1971 Organizáciou Spojených národov pre výživu a poľnohospodárstvo (FAO). Tento deň sa slávi pri príležitosti jesennej rovnodennosti na južnej pologuli a jarnej rovnodennosti na severnej pologuli. Cieľom je vytvorenie povedomia o význame, prínose a hodnotách lesov. Lesy tvoria elementárnu úlohu pre životné prostredie na Zemi. Sú nenahraditeľné, a preto si ich musíme chrániť.

## Svetový deň vody 22. marec

História Svetového dňa vody siaha do roku 1992, keď konferencia OSN o životnom prostredí a rozvoji odporučila oslavovať deň vody na medzinárodnej úrovni. Valné zhromaždenie Organizácie Spojených národov reagovalo vymenovaním 22. marca 1993 za prvý Svetový deň vody. Vodné zdroje sú ľahko zraniteľné a nie sú nevyčerpatelné, preto si vyžadujú tak primeranú reguláciu nakladania s nimi, ako aj ich účelné a hospodárne využívanie. Jedným z hlavných rizík dostupnosti vodných zdrojov je aj predpokladaný častejší výskyt dlhotrvajúcich suchých období v letných mesiacoch spojených s nedostatkom vody, ktoré môžu byť prerušované niekoľkodennými dažďami s vysokým úhrnom zrážok vyvolávajúcich vznik povodní. Využívanie vodných zdrojov na Slovensku sa prednostne orientuje na zdroje podzemných vôd, ktorých zásoby umožňujú využívanie aj v suchých a menej zrážkových obdobiach a ktoré sú spoľahlivejšie nielen z hľadiska stability množstva, ale aj kvality.

## Deň Zeme 22. apríl

Deň Zeme vznikol ako reakcia na rozsiahle poškodzovanie životného prostredia. Iniciátorom bol environmentálny aktivista, senátor Spojených štátov z Wisconsinu Gaylord Nelson. Tento deň sa začal oslavovať od roku 1970. Jeho cieľom je pripomenutie si našej závislosti od cenných darov poskytovaných Zemou. Je dôležité si uvedomiť, že zemské zdroje nie sú nevyčerpatelné, a preto sa treba venovať otázkam životného prostredia a prostredníctvom spoločného celosvetového úsilia chrániť jej poklady pre budúce generácie ľudí a ostatné tvory žijúce na Zemi.

## Medzinárodný deň biodiverzity 22. máj

Medzinárodný deň biodiverzity patrí medzi medzinárodné dni, ktoré boli vyhlásené Organizáciou spojených národov (OSN). V decembri 2000 bolo na Valnom zhromaždení OSN rozhodnuté, že sa tento pamätný deň bude oslavovať 22. mája – v tento deň v r. 1992 bol v kenskej metropole Nairobi prijatý a schválený definitívny text Dohovoru o biologickej diverzite. Celosvetová biodiverzita sa znižuje, biotopy a druhy sa strácajú, krajina sa homogenizuje. Týka sa to aj sladkovodných ekosystémov, a tie slovenské nie sú výnimkou. Sladkovodné ekosystémy zaberajú menej ako percento povrchu Zeme. Podľa odhadov sú však domovom až 10 % celosvetovej biodiverzity. V súčasnosti zároveň patria k najohrozenejším z pohľadu degradácie pôvodných habitátov a vymierania druhov. Snaha o ich ochranu, ekologický manažment či revitalizáciu je preto namieste.

## Svetový deň životného prostredia 5. jún

Svetový deň životného prostredia (World Environment Day) si každoročne pripomíname od roku 1973, a to na počesť prvej konferencie OSN o životnom prostredí, ktorá sa uskutočnila v Štokholme (Švédsko). Zmyslom je upriamenie pozornosti na globálne problémy spojené so životným prostredím a na spôsoby ich riešenia. V mnohých krajinách sa oslavuje prostredníctvom koncertov, environmentálnych aktivít, recyklačných a upratovacích kampaní.



## Svetový deň oceánov 8. jún

Valné zhromaždenie OSN v decembri 2008 určilo 8. jún za Svetový deň oceánov. Koncept Svetového dňa oceánov bol prvýkrát navrhnutý už v roku 1992 na Summitu Zeme v Rio de Janeiro. Cieľom tohto dňa je zvýšiť povedomie o kľúčovej úlohe, ktorú oceán zohráva v našich životoch, a hľadať spôsoby, ktorými ho ľudia môžu pomôcť chrániť. Prečo chrániť oceán? Oceán produkuje väčšinu kyslíka, ktorý dýchame, poskytuje ľudstvu potravu, reguluje našu klímu a je kritickou súčasťou biosféry, čistí vodu, ktorú pijeme, je našou potenciálnou lekárňou, je krásny a inšpiratívny.

Pripravila: Ing. Monika Soláková

Ilustrácie: Kristína Múčková a Lenka Jochová

Foto na titulnej strane: Martin Petřík

Johana Badrnová, Barbora Molnárová, Monika Kováčsová a Monika Melišková

Zamysleli ste už nad tým, ako bude vyzeráť váš prvý pracovný pohovor? Myslím tým pohovor na pozíciu grafika, ilustrátora či kódera, samozrejme, nie na pozíciu obsluhy v McDonalde. Ako a čím sa budete prezentovať? Rozprávať o tom, kto ste, čomu sa venujete a prečo chcete pracovať v danej firme je jedna vec, no zamestnávateľa budú viac zaujímať vaše praktické zručnosti a najmä portfólio vašich prác. Odkiaľ to viem? Jednoducho zo skúseností.

Naša škola ponúka naozaj širokú škálu odborných vedomostí. Na základe niekoľkoročnej praxe a komunikácie s ostatnými absolventmi školy to viem zhodnotiť veľmi dobre. Získali sme mnoho teoretických poznatkov, ktoré sme už počas štúdia dokázali rýchlo a jednoducho aplikovať v praxi. Popritom sme si budovali portfólio, čo by sme odporučili aj vám, hoci by obsahovalo „len“ školské práce. Veď niekde sa predsa začať musí, a preto práce neodovzdávajte iba kvôli hodnoteniu. Mnohí z vás si ešte asi celkom neuvedomujú, že zadania na praktickom vyučovaní simulujú reálne úlohy, s ktorými sa v budúcnosti určite stretnete a na ktorých dennodenne pracujú kreatívci v agentúrach, a učitelia vlastne vystupujú v rolách klientov. A práve toto je neoceniteľným prínosom a plusom našej školy. Ďalšou výhodou je fakt, že počas štúdia sa sami viete vyprofilovať, tzn. zistíte, či vás viac bavia tlačoviny alebo či radšej kódujete stránky, a vaše ďalšie smerovanie je hneď jasné.

Na druhej strane je veľmi dôležité „nezaspať na vavrínoch“ a nemať prehnané seba-vedomie. Vety typu: „Ja si budem klientov vyberať.“ alebo „Mne sa to tak páči a ja to tak chcem.“ si povedal hádam každý začínajúci grafik. Či budete pracovať ako freelancer alebo zamestnanec v reklamnej agentúre, nikdy sa tieto slová nenaplnia. Klient je ten, ktorý platí za vašu prácu, a pokiaľ nebude spokojný on, nezaplatí. V agentúre zase na projekte spolupracujete s ostatnými členmi tímu, čo vždy znamená kompromis a potrebu obhájiť si svoju prácu relevantnými argumentmi. Takže aj taká obhajoba záverečných prác má svoj hlbší význam.

S tým, čo som sa naučila na „polygrafke“, či už ide o teóriu alebo prax, pracujem dodnes. Samozrejme, musela som k tomu pridať mnoho ďalších vedomostí, vzdelávať sa, pracovať na sebe a nevzdávať sa. Od práce v DTP štúdiu cez prácu pre najväčšie slovenské e-shopy až po založenie reklamnej agentúry. Tvorím grafiku, zalamujem tlačoviny, kódujem weby, riešim SEO, komunikujem s klientami...

Škola vám dá pevné základy, na ktorých dokážete stavať. Rovnako ako ja a mnoho ďalších absolventov. Tak čo, zamysleli ste sa nad tým, ako bude vyzeráť váš pohovor a či máte čo dať do portfólia?

Mgr. Monika Babušková

2	Enviro okienko – medzinárodné sviatky
4	Zo života na školskom internáte
6	Duševné zdravie – naša nová stála rubrika
8	Tradičný lyžiarsky výcvik našich prvákov
10	PACKAGING STAR 2024 – medzinárodná súťaž v oblasti obalového dizajnu
14	Pressing matter 18. Monotypia a linoryt
15	Chémia je zážitková veda – exkurzia na FCHPT STU
16	V prílohe máme darček v podobe záložky
17	Tajomné povesti slovenských hradov – práce našich žiakov
20	Fotoreportáž Sone Hincovej, z tatranského prostredia

Vodopády Studeného potoka  
(Hrebienok, Vysoké Tatry)

Foto: Soňa Hincová

školský časopis **MLADÝ POLYGRAF**

riaditeľ Ing. Roman Šíp, PhD.  
zástupcovia riaditeľa školy Ing. Judita Földesová, Mgr. Martin Švorc  
Ing. Margita Čížiková

sídlo školy Račianska 190, 835 26 Bratislava III  
tel. kontakt +421 2 49 20 92 20  
email skola@polygraficka.sk  
web www.polygraficka.sk  
www.instagram.com/polygraficka

obrazový editor Ema Tehláríková  
časopisecký krúžok Ing. Monika Kováčsová  
tlač SOŠ polygrafická



# zo života na internáte



## Neodradil nás ani vietor

Napriek tomu, že počasie bolo veterné, neodradilo nás od brigády, ktorú sme podnikli na skrášenie okolia školského internátu. Hrabali sme lístie, ihličie, šišky.

Pozvaní pánom vychovávateľom boli najmä tí ubytovaní žiaci, ktorých kamarátom na prvom mieste je počítač, notebook a tablet. Pri práci sme zažili zábavu a nadviazali nové kamarátske vzťahy. Nakoniec ten pobyt na čerstvom vzduchu nebol až taký zlý. Tešíme sa aj na turistiku.

ubytovaní žiaci ŠI



## Hokejový zážitok

Na sv. Valentína sme sa z internátu vybrali na hokejový zápas medzi Slovanom a Spišskou Novou Vsou. Všetci sme sa veľmi tešili, hokej nás baví. Atmosféra bola skvelá, a aj keď sme nezažili tradičný valentínsky večer, tento športový zážitok nám všetkým priniesol veľa radosti. Hoci sme podporovali rôzne tímy, spoločná zábava bola pre nás všetkých najdôležitejšia. Domáci vyhrali 2:1, takže sme boli spokojní.

Marián Baránek, III. GMB



## Internát na ľade

Jeden utorkový mrazivý večer sme sa vybrali na závodisko v Petržalke otestovať jeho ľadovú plochu. Po príchode do areálu sme si ako prvé vypožičali korčule, zaviazali šnúrky a mohli sme sa pustiť na ľad. Síce väčšina z nás už na ľade korčuľovala, našli sa medzi nami aj takí, ktorí skúšali tento šport prvýkrát. Naším spolužiakom sme neváhali pomôcť a na záver boli veľmi radi, že sa odhodlali. Určite to nebolo poslednýkrát, čo stáli na ľade. Aj po pár pádoch na konci dňa sme sa všetci dobre zabavili. S premrznutými ušami a nosmi sme sa zahriali teplým kakaom.

Karolína Klčová, I. TMT



Foto: Balážová (hokej), Karolína Klčová (korčuľovanie)



## Prezentácia OS SR

Jedno januárové utorkové popoludie bolo na našom ŠI neobvyklé. Zavítali k nám príslušníci Ozbrojených síl SR. A to nie hocijako, ale v plnej paráde. Naše zvedavé dievčenské pohľady sa na nich upierali už z okien ŠI.

Všetci sme sa spolu stretli v školskej jedálni. Po ich privítaní a predstavení pani vychovávateľkou sa hlavného slova ujal npr. Ing. Balážik. Rozprával nám o našej armáde, jej poslaní, úlohe a pôsobení vo svete – na misiách, keďže je súčasťou spoločenstva armád v NATO.

Dozvedeli sme sa, ako sa stať profesionálnym vojakom a byť súčasťou armády. Informoval nás aj o možnostiach a odboroch štúdiá na VŠ u nás na Slovensku a v zahraničí. V ďalšej časti nám bol predstavený útvar Čestnej stráže Ozbrojených síl Slovenskej republiky. Pastvou pre naše dievčenské oči boli urastení, vyfešákovani, vo sviatočnej a historickej uniforme oblečení vojaci, s ktorými sme sa vyfotografovali.

Nuž, ktovie... Možno po takejto prezentácii zaveje aj niekoho z nás do armády.

**Božíková a Husárová,  
2. ročník SOŠOOM**



## Vianočné a povianočné obdobie

Školský internát toto vianočné obdobie úspešne zaviedol tradíciu pečenia vianočných oblátok. S nápadom prišiel žiak Jakub Hladík zo Strednej priemyselnej školy dopravnej, z Kvačalovej, ktorý nám zapožičal aj „oblátkovač“. Experimentovali sme s rôznymi receptami na slané aj sladké oblátky. Nakoniec sme použili recepty, ktoré boli priložené pri „oblátkovači“.

Lucke Janáčkovej z triedy I. TMT sa podarilo upiecť najkrajšie oblátky. Tá sa nám pochválila, že prax v pečení oblátok nadobudla už na základnej škole.

V januári sme zaviedli prvý ročník vo varení kapustnice. Ako skvelé kuchárky sa ukázali žiačky Alexa Čipáková z Obchodnej akadémie, Jarka Benková zo Strednej zdravotníckej školy a Stela Kosztolányiová z triedy III. GMB.

Naše kuchárky použili tradičné suroviny: kyslá kapusta, výborné domáce klobásky (výrobcu neprezradíme), sušené hríby, sušené slivky a korenie podľa chuti.

Tieto nové tradície priniesli do ŠI niečo nové a zábavné. Veríme, že pečenie oblátok a varenie kapustnice sa stane tradičným podujatím každý rok.

**Alexa Čipáková, II. B, OARBA**



## preteky VODÍKOVÝCH AUTÍČOK

Žiaci zo IV. GMA triedy sa 13. 2. 2024 zúčastnili súťaže skôl na SOŠ IT – Hlinická s vodíkovým autíčkom. Trojčlenné družstvo, ktoré tvorili Tomáš Gahír, Richard Gutta a Matej Sejč, nakoniec vyhralo 2. cenu. Gratulujeme! (rg)



Foto: Matej Sejč



# duševné zdravie



## Žiaci s diagnózou autizmus a asperger medzi nami

Autizmus je niečo, čo osoba má. Nie je to žiadna ulita, v ktorej je osobnosť uzavretá. V škrupinke nie je schované normálne dieťa. Autizmus je spôsob bytia a preniká všetkým. Prechádza každou skúsenosťou, celým vnímaním, každým zmyslom, každou emóciou. Autizmus je súčasťou existencie. Osobnosť sa od autizmu nedá oddeliť. JIM SINCLAIR

Pojem autizmus a asperger bol pre mnohých z vás doteraz neznámym pojmom. V poslednom čase sa s ním stretávate možno častejšie v súvislosti s jeho výskytom u vášho spolužiaka či kamaráta. A možno ste jedným z tých, ktorý takého spolužiaka má a snaží sa porozumieť jeho „svetu“. Miera tolerancie, pochopenia, pomoci a akceptácie aj na úkor vlastného pohodlia je to, čo možno teraz riešite. Je tu človek, ktorý má problémy v sociálnej interakcii a komunikácii, má iné aktivity a záujmy. Je egocentrický, má veľkú snahu o kontakt s osobami a vás to veľmi otravuje. Je dôsledne pravdovravný so sociálnou naivitou a šokujúcimi poznámkami na vás, dievčatá a celé okolie. Jeho sociálna nešikovnosť a chýbajúce sociálne zručnosti mu bránia vo vytváraní

vzťahov. Nevie pomenovať vlastné pocity, prežiť ich a chápať pocity druhého, preto aj veľakrát ťažko zistí, kto to s ním myslí dobre a kto ho chce iba zneužívať... Je veľmi veľa odlišností od toho, čo by malo byť správne, dobré, vhodné a adekvátne v danej situácii... Tak isto je veľmi veľká škála vlastností a porúch, ktoré sú špecifické pre jedného a úplne iné pre ďalšieho človeka s tou istou diagnózou – autizmus či asperger. Všimli ste si to možno aj sami, že poznáte na škole nie jedného chlapca či dievča, a viete, že majú danú poruchu, ale správajú sa odlišne. Jeden sa začlení do kolektívu celkovo primerane a nerušivo pre spolužiakov, možno zbadáte malé výnimčnosti v jeho správaní, keď si uvedomíte, že je iný. Druhý je oveľa viac náročný pre svoje okolie, aby ho dokázalo chápať a aby on dokázal počas vyučovania fungovať zvládnuteľne tak pre vás, ako aj pre vyučujúceho.

Áno, v tomto prípade je to náročné pre všetkých spolužiakov, učiteľov, školu aj rodičov. Na jednej strane ste tu vy, žiaci strednej školy, ktorí sem prišli riešiť svoju budúcu profesiu, vedomosti a odborné zručnosti, prežiť si stredoškolský život so všetkým, čo k tomu patrí. Priateľstvá, lásky,

sklamania, komunikačné zručnosti a osobnostný rast. Rozumiete už tomu a chápete všetko, ale čo vlastne máte robiť? Ako sa správať, keď...?

Konkrétny návod na to vám zrejme nedá nikto. Dá sa poradiť, skúsiť to... alebo iné..., alebo nereagovať. Jedenkrát to viete, ale každý deň a stále niečo... A prečo? Veď ja si chcem žiť to svoje bez rušivých elementov a akceptácie, že niečo, čo by spravil TEN, nie je ok, a čo spraví ON, je ok, lebo on je taký... Jedenkrát to akceptujete, druhýkrát vás to otravuje.

Vždy máme v živote viac možností, čo spraviť... Prijat' niečo, spraviť pre to niečo, nevšimáť si to, hnevať sa a ľutovať, hľadať v tom výhovorky na únik z niečoho, čo s tým nesúvisí.

Môžeme to v konečnom dôsledku brať aj ako určitú „skúšku života“. Som ja ochotný to začleniť do svojho každodenného života bez pocitu, že je to na môj úkor a bez otázky, prečo práve ja?

V tomto prípade sú to naozaj dva uhly pohľadu na danú situáciu. Ste tu vy a vaše nároky na život a školu a všetko, čo v nej môžete a chcete... Na druhej strane človek, ktorý je tu, aby zistil, či zvládne všetko, čo vy, svoju sociálnu interakciu s okolím, správanie, začlenenie sa do prostredia, a aj keď mu chýba spontánnosť, učí sa, čo sa od neho očakáva, učí sa ten proces fixácie na výsledok. Bez tejto možnosti by sa to nedalo naučiť ani vedieť, čo môžeme od neho očakávať.

Škola mu umožnila to skúsiť, skúsme možno aj my všetci dať mu šancu. Nemusíme robiť nič výnimočné, nemusíme si ho



Valentín, sviatok lásky, v nás vzbudzuje túžbu vyjadriť svoje city nielen tradičnými darčekom, ale aj kreatívnymi prejavmi náklonnosti.

Okrem klasických kvetov a čokolády sa stále viac ľudí rozhoduje pre nezvyčajné zážitky, ako sú dobrodružné víkendové výlety alebo spoločné kulinárske experimenty. Dary sú štandardom tohto dňa. Napriek komerčnému príviesku je dôležité uvedomiť si, že Valentín nie je len o materiálnych prejavoch lásky, ale aj o vytváraní spomienok a zdieľaní šťast-

ných okamihov. Tí, ktorí si uvedomujú hodnotu drobností, vedia, že romantika sa skrýva v jednoduchosti a pozornosti.

Zdá sa, že Valentín nie je iba o romantických vzťahoch, ale aj o objavovaní nových foriem lásky v priateľstve a rodinných väzbách. Pre niektorých je to príležitosť na tvorbu spomienok prostredníctvom jednoduchých gest, ktoré naplňajú srdce teplom a radostnými okamihmi. Nezáleží na tom, či sa rozhodnete pre extravagantný večer alebo pokojný čas doma, hlavným cieľom je

výrazne všimáť a upozorňovať na to, čo povedal alebo spravil. Skúsme ho brať ako spoločníka, ktorý je iný a rušivý, ale je to jeho výnimočnosť. Možno časom objavíte, že má aj svoju ozajstnú výnimočnosť možno v matematike... Stačí ho pochváliť, že je v tom dobrý. Skúsme ho akceptovať a dať mu priestor v jeho pozorovaní našich prejavov správania a komunikácie a iba tak jemne, ak si to daná situácia vyžiada, ho usmerniť a posunúť, ale neriešiť. A tak isto vedieť povedať teraz ÁNO alebo NIE, alebo stopnúť niečo, čo je vám v danej chvíli nepríjemné... Nič nemusíte. Každý ste výnimočná a jedinečná bytosť a máte rovnaké práva, nároky, šance a možnosti. A tak isto viete, že v prípade situácií, keď nevíete ako, sú tu pre vás vaši učitelia a ja školský psychológ a hneď danú situáciu môžeme zvládnuť spoločne. Nikto od vás nevyžaduje zvládať niečo, čo je pre vás nezládnuteľné a nepríjemné, lebo aj vám to v danej situácii ubližuje a je veľmi nepríjemné. Situácií v živote, ktoré budú obdobné, samozrejme, v inom prípade, bude veľa. Musíme sa ich naučiť prijať, chápať, riešiť a rozprávať sa o nich, ale nie nechať im, aby nám ubližovali. Všetci predsa máme v sebe predstavu, aby nám bolo spolu dobre a príjemne. A verím, že každý z vás je schopný a aj ochotný pre to niečo spraviť.

Držím vám palce vo všetkom, čo a ako chcete spraviť s výsledkom spokojnosti pre seba a všetkých okolo vás.

**Mgr. Eva Limbecková**  
školský psychológ

Ilustrácia: Nikola Štefániková

vytvoriť si spoločné chvíle so svojou polovičkou alebo drahými ľuďmi.

Nesmieme predsa zabudnúť, ako sme oslávili na škole Valentín my, fotografovali sme sa vo vyrobennom valentínskom rámečku a bola sprístupnená aj valentínska pošta, v ktorej si poniektorí z nás našli krásny list, resp. valentínku.

Valentín nám ponúka príležitosť nielen na vyjadrenie lásky, ale aj na hlbšie pochopenie významu vzťahov v našich životoch.

**Kristína Múčková, I. G**

Foto: Karolína Klčová

I.TMT - 1.9  
2023/2024

## PÝTAME SA ŽIAKOV...

# ČO MÔŽEME UROBIŤ PRE NAŠE DUŠEVNÉ ZDRAVIE

AKO ČELIŤ  
ŤAŽKÝM SITUÁCIÁM?  
AKO SI POMÔCŤ NAVZÁJOM?

**SNAŽIŤ SA RÁSTĽ,  
MENIŤ SA,  
STÁVAŤ SA  
LEPŠÍM  
ČLOVEKOM**

**KOMUNIKOVAŤ  
A ROZVÍJAŤ  
VZÁJOMNÉ  
POCHOPENIE**

**NEBYŤ NEUSTÁLE  
ONLINE,  
NENECHAŤ SA  
OVPLYVNIŤ  
ONLINE SVETOM**

**TEŠIŤ SA  
Z MALIČKOSTÍ,  
NAPRIKLAD  
Z PRÍRODY**

**BUDOVAŤ  
MEDZI SEBOU  
NAVZÁJOM  
REŠPEKT**

**NACHÁDZAŤ  
V OSTATNÝCH  
DÔVERU,  
VEDIEŤ SA  
OTVORIŤ  
BLÍZKYM ĽUĐOM**

**PRIJAŤ SEBA  
AJ OSTATNÝCH  
TAKÝCH, AKÍ SÚ,  
S DOBRÝMI  
AJ ZĽYMI  
VLASTNOSŤAMI**

**NEPOROVNÁVAŤ  
SA S DRUHÝMI  
A VÁŽIŤ SI  
SEBA SAMÉHO**

**DÁVAŤ SI  
POZOR NA  
ZRAŇUJÚCE  
SLOVÁ**

majster ODV: Monika Melišková

**ŽIACI ŽIAKOM**
**NA TÉMU: DUŠEVNÉ ZDRAVIE**





# Lyžiarsky výcvik pre našich prvákov



28. 1. 2024 – v nedeľu popoludní sa nám podarilo naložiť plný autobus žiakov a lyžiarskeho výstroja. Po 4 hodinách cesty sme dorazili do Penziónu Bystrinka v Bystrej. V penzióne sme boli ubytovaní len my, tak sme mali k dispozícii spoločenskú miestnosť s biliardovým stolom a veľa miesta na posedenie a rozhovory pri kozube.

V pondelok ráno po výdatných raňajkách nás čakal skibus. Museli sme byť na zastávke skôr pred odchodom, lebo neskôr znamenalo veľa klikov alebo drepov.

No pán učiteľ Hudec dbal na zlepšenie našej fyzickej kondície každý deň.

Lyžovali sme 3 dni na zjazdovke v Táloch a 2 dni v Mýte pod Ďumbierom. Lyžiarci boli rozdelení od prvého dňa do 4 skupín podľa skúseností, rýchlosti a techniky lyžovania. Každá skupina mala, samozrejme, svojho inštruktora. Ten zvolil zjazdovku a cvičenia tak, aby sa lyžiarci mohli zdokonaľovať a zvládať postupne aj ťažšie terény. Mali sme aj kúsok čiernej zjazdovky (čo je najstrmší svah), kde sme sa učili zatvorený oblúk

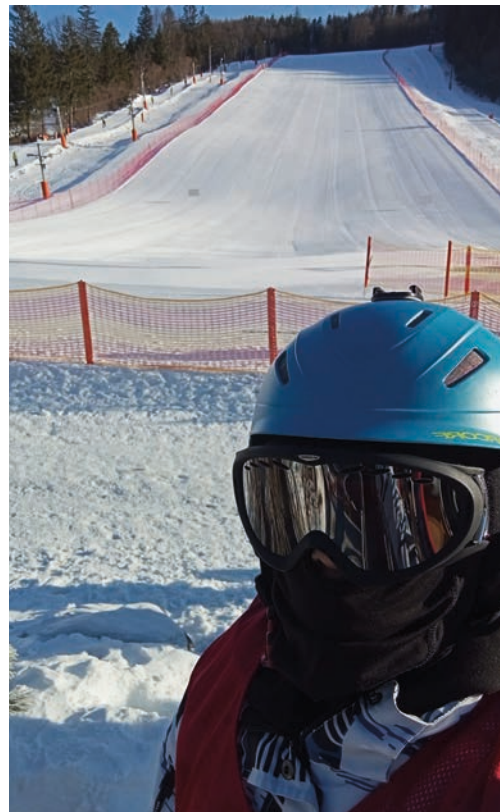




a, samozrejme, modré zjazdovky pre začiatočníkov. Na červených zjazdovkách (stredná náročnosť) sme mohli trénovať techniku carvingového oblúka. Počasie sme mali výborné. Slnko, sneh a nádherné výhľady sme si užili väčšinu dní. Bolo príjemné aj porozprávať sa spolu, o čom sme len chceli, a tak som mala možnosť spoznať lepšie zaujímavých človečiek. Unavení sme mali možnosť zrelaxovať v bazéne.

2. 2. 2024 v piatok sme sa poobede opäť zmestili do autobusu so všetkou batožinou a výstrojom. Unavení, vylyžovaní a vyrozprávaní sme šťastne docestovali do Bratislavy. Teším sa na budúci lyžiarsky kurz.

Mgr. Alena Rebrová





V dňoch 14. - 16. marca 2024 sa za podpory BSK na SOŠ polygrafickej konala medzinárodná súťaž v navrhovaní obalov Packaging Star 2024. Súťaže sa zúčastnilo 6 škôl zo Slovenska a Česka.

Súťaž pozostávala z troch častí. V prvý deň sa žiaci zúčastnili exkurzie v tlačiarni špecializujúcej sa na tlač etikiet – Purgina, ktorá bola zároveň i sponzorom súťaže. Žiaci mohli na exkurzii vidieť rôzne tlačové a zušľachťujúce techniky, ktoré vedia využiť vo svojej budúcej profesii návrhára obalu. Druhý deň bol súťažný, dvojice žiakov zúčastnených škôl mali podľa zadania navrhnúť obal na mydlo a tiež etiketu na fľaštičku. Práce boli ohodnotené odborníkmi v polygrafickom priemysle – Ing. P. Blublom, prezidentom Zväzu polygrafie na Slovensku, Ing. M. Švecovou z Vyšší odbornej školy obalové techniky a Strední školy, Štětí, Ing. R. Kilarským z firmy Purgina a Ing. A. Puškárom z firmy M&P.

Počas toho, ako žiaci pracovali na súťažnom zadaní, pedagógovia navštívili tlačiareň KO & KA. Večer sa súťažiaci zúčastnili obliadky mesta, počas ktorej si mohli pozrieť rôzne pamiatky, ako je Bratislavský hrad a historické centrum Bratislavy.

Posledný deň porota oznámila víťaza súťaže. Víťazný návrh pochádzal od





žiacov z Vyšší odbornej školy grafickej a Střední průmyslovej školy grafickej v Prahe. Návrh zaujal porotu svojou originalitou, minimalistickým prevedením a funkčnosťou obalu.

Súťaž bola skvelou príležitosťou pre žiakov, aby si precvičili svoje vedomosti a zručnosti v navrhovaní obalov. Zároveň už druhým rokom pomáha zvýšiť povedomie o obaloch a zlepšiť spoluprácu medzi školami, ktoré si tak môžu vymieňať svoje skúsenosti v tejto oblasti.

Ďakujeme sponzorom, garantom i účastníkom a tešíme sa na ďalší ročník súťaže!

Ing. Patrik Jurkovič



STREDNÁ  
ODBORNÁ  
ŠKOLA  
POLYGRAFICKÁ



# PACKAGING STAR 2024

Stredná odborná škola polygrafická  
Račianska 190, 835 26 Bratislava

v spolupráci s odborným garantom  
Zväz polygrafie na Slovensku  
Purgina – tlačiareň samolepiacich etiekiet  
M & P – Žilina

vyhlasujú

medzinárodnú súťaž v oblasti dizajnu obalov,  
ktorá sa uskutoční v dňoch  
**14. 3. – 16. 3. 2024**  
v Bratislave

[www.polygraficka.sk](http://www.polygraficka.sk)



Purgina  
THE ART OF LABELS



M&P

### Súťažné školy boli:

**Vyšší odborná škola grafická a Střední průmyslová škola grafická, Praha**

**Vyšší odborná škola obalové techniky a Střední škola, Štětí**

**Střední škola grafická, Brno**

**Střední škola polygrafická, Olomouc**

**Súkromná SOŠ ELBA, Prešov**

**SOŠ polygrafická, Bratislava**

Foto: Monika Melišková





odbor: operátor tlače  
povolanie: hokejista  
(bývalý člen HC Slovan Bratislava  
a HC Banská Bystrica, hral aj za  
České Budějovice)

## ROZHOVOR s absolventom SOŠP Michalom Hudecom

**Pomohlo vám to, čo ste sa naučili na škole, s uplatnením v budúcnosti?**

Keďže som mal to šťastie, že som sa dostal do profesionálneho hokeja, tak som odbor tlačiar nevyužil.

**Po ukončení strednej školy ste išli ďalej študovať alebo ste si našli prácu?**

Po maturite som odišiel na rok hrať hokej do USA. Po roku som sa vrátil a podpísal profesionálnu zmluvu so Slovanom Bratislava a hral ďalších 17 rokov na Slovensku aj v Čechách.

**Myslíte si, že kontakt s ľuďmi v danom odbore (napr. formou prednášok, exkurzií a pod.), by pomohla študentom k získaniu väčšieho množstva informácií a skúseností?**

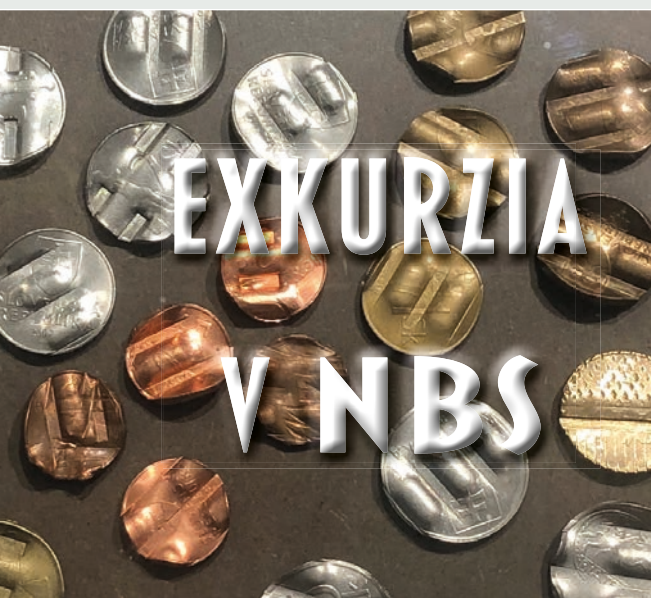
Myslím si, že vždy takéto prednášky alebo exkurzie pomôžu študentom, keď sa stretnú s ľuďmi, čo s tým už majú skúsenosti.

**Akú radu by ste dali budúcim prvákom, ktorá vám pomohla počas strednej školy alebo sa ňou riadite dnes?**

Aby študovali naplno, lebo určite sa im informácie a morálka zídu v živote.

**Máte nejakú obľúbenú príhodu zo školy?**

V maturitnom ročníku som už trénoval s A mužstvom Slovana Bratislava a prvý polrok som skoro nestíhal chodiť do školy. Po prvom polroku sa vymenila pani učiteľka, ja som po dlhej dobe prišiel na hodinu a pani učiteľka sa ma pýta: „A vy ste kto?“ Tak som odpovedal, že žiakom tejto triedy. (JF)



## EXKURZIA V NBS



Dňa 1. 2. 2024 navštívili žiaci IV. G s pani učiteľkou Ing. Miriam Krištofovou, PhD., Slovenskú národnú banku. Za dverami ich čakala interaktívne nadizajnovaná miestnosť, kde sa odohrávala prednáška, na ktorej všetci pozorne počúvali, čo im pán prednášajúci vykladal. Prednáška bola vo všeobecnosti zameraná na vývoj eurozóny, samotného eura ako meny. Dozvedeli sme sa aj o postavení NBS a o jej úlohách a funkciách.

Žiaci sa ale podozvedali aj mnohé zaujímavosti o vytváraní jednotlivých bankoviek, o ich ochranných prvkoch a falzifikátoch. Na záver prednášky si mohli vyraziť vlastnú pamätnú mincu.

Prednáška bola zaujímavá, interaktívna a snáď aj nápomocná pri maturitách.

Michal Paulík, IV. G





## Návšteva Výstavy vysokých škôl

Začiatkom februára sme boli v Dome športu na prezentačnej výstave vysokých škôl, ktorá bola ďalším tohtoročným podujatím so snahou pomôcť žiakom stredných škôl pri rozhodovaní ako ďalej po skončení strednej školy... Výstavu organizovalo Národné kariérne centrum formou Roadshow-u v 8 mestách, medzi nimi aj u nás v Bratislave. Zástupcovia vysokých škôl z Česka a Slovenska vysvetľovali záujemcom možnosti štúdia, druhy študijných odborov, možnosti ubytovania, financovania a uplatnenia absolventov jednotlivých odborov. (mk)

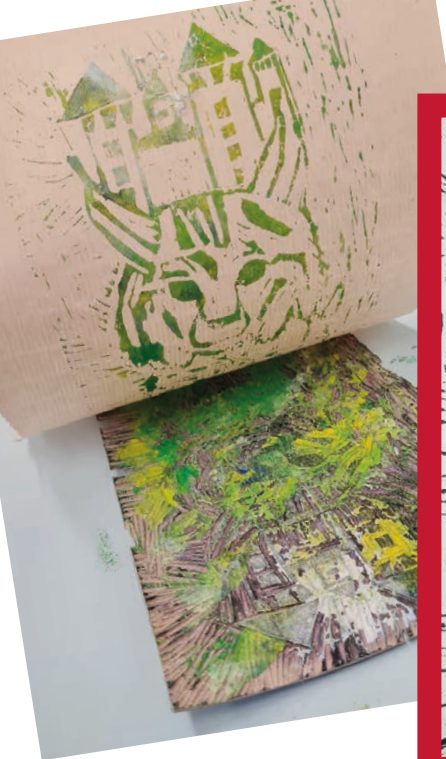


Foto: Johanna Badrnová, Kristína Múčková, Olesia Kutniak, Kristína Žitňanská, M. Kováčsová

## PARTY v 21. storočí

Zaujímavú výstavu sme navštívili so žiakmi I. G triedy v nákupnom centre Centrál. Išlo o umenie, okorené snahou o priblíženie ľudového umenia k modernej dobe a súčasným trendom. Krásne party oslovili každého a zároveň ukázali dominantné prvky folklóru jednotlivých lokalít, krajov na Slovensku. Výstava plná kvalitných veľkoformátových fotografií nám dala inšpirácie aj ohľadom tvorby kompozície, inštalácie vystavených diel. Bol to krásny pestrofarebný zážitok. (mk)





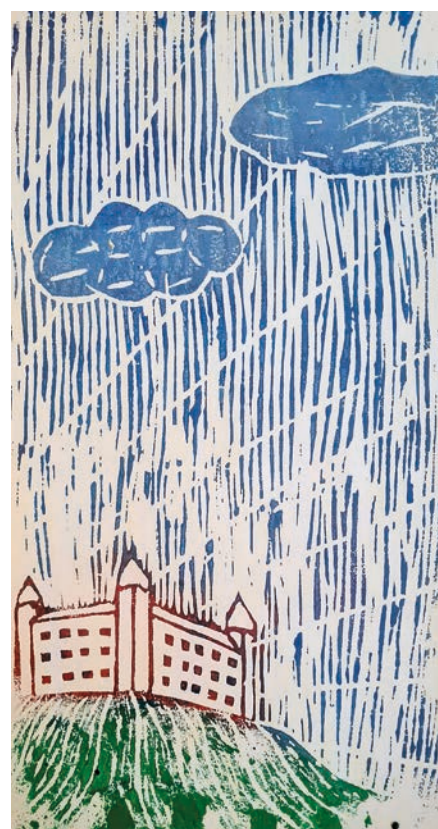
Pressing matter 18.

# MONOTYPIA A LINORYT

Dnes tu máme grafickú techniku na rozhraní maľby a grafiky. Je kreatívna, všestranná a bohatá na rozmanité možnosti a kombinácie. Maľby preto, lebo používame maliarske techniky, a grafiky preto, lebo maľbu nanášame na linoryt a následne otláčame. Prečo „MONO“, keď je pestrofarebná? Lebo vzniká iba jeden jedinečný výtlačok, ktorý už identicky nezopakujeme.



**POMŮCKY:** linoryt – matrica, grafické valčeky, penový valček, handry, stierky, papiere, farby (tlačiarenské, temperové, akrylové, farebné tuše), ak chceme dotvoriť linoryt, všelijaké predmety rôznej štruktúry, štetce, penové hubky.





#### POSTUP:

Na linoryt alebo platňu zo skla, kovu alebo z plastickej hmoty sa naniesie olejová, temperová alebo tlačiarenská farba podľa vlastnej predstavy. Farbu môžete nanášať štetcom alebo technikou tupovania. Potom sa na platňu priloží mierne pijavý papier a pritlačí sa. Môžeme použiť grafický lis, ale postačí aj klasická lyžica. Vrstva farieb sa otláčí na papier a jedinečný unikát je na svete. Výtlačok môžete ďalej dotvárať rôznymi spôsobmi, napríklad otláčať doň ďalšie predmety, kombinovať ho s kresbou alebo malbou. Predmety môžu byť nájdené v prírode, ako napríklad lístky, kvietky či trávy. Zaujímavé však môžu byť aj predmety nájdené u vás doma. Napríklad šnúrky, hrebeň, bublinková fólia, rolka z toaletného papiera, formičky na pečenie, lego, sieťka. Ak sa pustíte do tejto techniky, určite vás dostane jej rozmanitosť, ktorá dáva možnosť na vymýšľanie si nespočetného množstva vlastných postupov. Čím viac sa ponoríte do tvorenia, tým viac sa vám bude uvoľňovať kreativita. Jedným z najkrajších momentov tejto techniky je moment prekvapenia, keď otláčený predmet odkryjete. Výsledok je síce pre vás dôležitý a potrebný, ale nie viac ako radosť zo samotného procesu.

Mgr. art. Barbora Molnárová  
Foto: Barbora Molnárová



## CHÉMIA je ZÁŽITKOVÁ VEDA

CHEMWEEEK je niečo podobné ako Deň otvorených dverí na strednej škole, keď záujemcovia môžu navštíviť jednotlivé katedry na Fakulte chemickej a potravinárskej technológie Slovenskej technickej univerzity, aby mali reálny pohľad na obsah štúdia daného odboru aj na praktickú činnosť pracovníkov a študentov katedry.

FCHPT sa pýši minimálnou nezamestnanosťou svojich absolventov. Pre záujemcov ponúka aj nultý ročník na lepšiu prípravu pre štúdium na fakulte. Študenti majú možnosť bezplatne študovať 4 semestre aj v zahraničí. Rov-

nako majú uplatnenie aj po škole, keďže inžinierske tituly získané na fakulte sú uznávané v celej EÚ.

Žiaci vyšších ročníkov z triedy III. G a IV. G sa vybrali na návštevu Katedry polymérov na Oddelenie polygrafie a aplikovanej fotochémie. Ing. Vladimír Dvonka, PhD., a Ing. Miroslav Kováč nás sprevádzali kvalitne vybavenými výskumnými laboratóriami, v ktorých sa riešia ochranné prvky cenín, 3D tlač, spektrofotometrické merania, sieťotlačová technológia, vek a degradácia grafických objektov, forenzné určenie vlastností dokumentov a pod. (mk)



Foto: Nikola Štefániková a M. Kováčsová



Školský kalendár na rok 2024 sa, ako po každý rok, rodil ťažko, ale výsledok stojí za to, veď sme získali

**2. miesto v súťaži**

## **Najkrajší kalendár roka 2024.**

Žiaci našej školy nám dodali tak veľa fotografií, že už teraz pripravujeme kalendár na rok 2025. Držte nám palce!

Autori fotografií:

Andrej Biro, I. GMA

Ester Elizabeth Balázová, II. GMB

Štefan Drihak Györödi, III.TMT

Katarína Bieliková, I. GMB

Nina Nerádová, III. GMB

Lenka Vitálošová, III. G

Laura Valentíková, III. GMB

Saskia Sojáková, III. GMB

Stela Kosztolányiová, III. GMB

Úprava kalendára: Daniela Gondeková

Martin Petřík, majster ODV



## ***Darček! v podobe záložky***

Prílohou aktuálneho čísla nášho časopisu je záložka vytvorená na školskom vyrezávacom plotri.

Od septembra 2024 otvárame nový študijný odbor Obalový dizajnér (3434 K Operátor obalových materiálov), preto sme doplnili naše strojové vybavenie o ďalšie vzácne kusy. Rovnako máme pripravený aj špeciálny softvér pre tvorbu obalovín. (mk)

Foto: Martin Petřík







# Kalendár

alebo cesta dvanástich džúsov  
– druhá časť.



Plánovanie kalendára, tému a štýl máme za sebou, aj najťažšiu úlohu, a to výber grafických listov. Žiackych prác bolo viac, ako sa nakoniec zmestilo do kalendára. Vybrali sme si 14 fotografií vo vysokom rozlíšení na obálku, jednu na každý mesiac a jednu do tiráže, ktoré zachytávajú podstatu zvolenej témy.

Grafiky po vysušení poputovali do skenera a následne sme ich vyčistili a upravili v Adobe Photoshope. Pre optimálnu kvalitu tlače majú fotografie rozlíšenie 300 dpi.

Na rozvrhnutie kalendára sme použili softvér na návrh, u nás v škole pracujeme v Adobe InDesign. Experimentovali sme s rôznymi rozloženími mriežky kalendára, umiestnenia fotografií a akýchkoľvek ďalších prvkov dizajnu. Po náročnom rozhodovaní o tom správnom rozložení, vhodnom názve sme mohli ísť do tlačne. Proces

začal výberom vhodného typu papiera, napríklad lesklý, matný alebo pololesklý, podľa dizajnu a preferencií.

Po skúšobnej tlači sme zrealizovali vytlačenie kalendára.

Z tlačiarne putoval kalendár do našej knižárne na dokončovacie spracovanie. Rozhodli sme sa pre spôsob viazania kalendára, špirálová väzba, dierovanie a závesný mechanizmus.

Teraz je už kalendár zavesený u žiakov doma a tiež poputoval ako prezent, napríklad do Nemecka do našej partnerskej školy. V súťaži Najkrajší kalendár Slovenska 2024 mu porota udelila diplom Čestné uznanie v kategórii autorský kalendár.

Vytvorenie kalendára bolo pre žiakov obohacujúcim a príjemným procesom, ktorý im hlavne umožnil predviesť svoju kreativitu.

Mgr. art. Barbora Molnárová





## ERASMUS+ PROGRAMME THROUGH THE EYES OF OUR STUDENTS



STREDNÁ ODBORNÁ ŠKOLA  
POLYGRAFICKÁ



I took part in the Erasmus Plus programme in the 4th grade. We went to Granada, Spain for three weeks. We were very pleased with our accommodation as well as the food and of course the places we had an opportunity to visit at weekends such as Gibraltar, Malaga, and Nerja.

On the first day of our mobility we went to meet our bosses and mentors at companies we were supposed to work with. Me personally, I worked at a company called STARTIDEA and I couldn't have asked for a better place. My co-workers were young and thankfully understood English decently; I am still in contact with them till this day and sometimes receive jobs from them. For the whole three weeks I was doing graphic design. It's safe to say that my workflow in a team has improved, I learned to pick up work after others and I also learned a bit of Spanish.

The thing I liked most about Erasmus, were the evenings spent with my friends either in the city or by the hotel pool. It was a good feeling to talk with someone you know after a whole day of being at work.

I would recommend you to attend the Erasmus programme if you can, if you want to learn something new or possibly get yourself a job in the country you visit. If I were you, I wouldn't hesitate signing up, go and explore new places unknown to you, it may definitely change your life.

**Denis Kollárovič, IV. GMA**

Erasmus+ really caught my eye for many reasons but the ones that made me apply were mainly the possibility to experience real workplace abroad, get to know a different culture and travel.

We went to Sicily, Millazzo, which is a small medieval town with the oldest castle on Sicily, situated on the northern coast of the island. The architecture and the environment were stunning. Our accommodation was really close to the sea and we could see the beach from our balcony and used to go for a swim almost every day. We had breakfast at a café in the centre and indulged ourselves every day with typical sweet Italian cornetto or brioche. Quite late dinners were served in local restaurants so we tried a lot of dishes peculiar to Sicily.

The whole stay was an amazing experience, I got to see how real work looks like, spent three weeks doing graphic designs and I think it will help my future career a lot. At weekends we went on trips and visited Mount Etna, which is one of the most active volcanoes in Europe, a picturesque town of Taormina and explored timeless beauty of the ancient city of Syracuse.

**Martin Fajtl, IV. GMA**

I have decided to apply for Erasmus mobility for many reasons. I wanted to make special memories with my friends, experience living and working in a foreign country and try their local food.

I worked for a company called Highfly located in Millazzo for which I did graphics, social media ads, posters and even logos for a perfume company. It really gave me a lot of experience in a foreign work environment, for the first time in my life I worked for a real firm and I worked in the industry in which I want to work in the future.

The thing I enjoyed most was probably the Italian style of living – no stress as they don't worry about anything really. I am a very tense and stressed person so it was great to let that side of me go for a few weeks.

It's definitely worth applying for the mobility. If you do so, I promise, you will enjoy it like I did; you will gain a lot of new skills and meet a lot of interesting people, make new friends and learn a lot about yourself. It is once in a lifetime chance to live and work abroad for a short period of time and take all the advantages of being a student. If you take part, you will never regret it.

**Nikola Jančiová, IV. GMA**

## Všetko nejlepší!

Blahoželáme jubilantke  
**pani Helene Kardošovej**,  
našej kolegyni, majsterke  
odborného výcviku a dlhoročnej  
pracovníčke našej školy.  
Žiaci a zamestnanci SOŠP



## Všetko nejlepší!

Blahoželáme jubilantke  
**pani Mgr. Milene Šuranovej**,  
našej kolegyni, vedúcej  
vychovávateľke na školskom  
internáte.  
Žiaci a zamestnanci SOŠP

## GREATAZMUS EXPERIENCE

The main reason why I applied for Erasmus was that I would be able to experience a new culture; some may even say or call it a new way of life. Sure, Sicily is a bit dirty, what I mean by that is that from time to time I had to walk through some piles of garbage like a racoon... but my God, the beaches and nightlife were awesome.

As soon as we arrived at our accommodation, I immediately knew that those two weeks would be legendary and they certainly were. The apartment house we stayed in was spacious, clean, beautiful from the outside and inside as well. It was just a minute walk from the beach... all of us felt like royalty!

In terms of food, our breakfasts and dinners were paid for, which was great and we had the opportunity to try all the local dishes. We had to make our own lunches, which allowed us to be creative, learn how to work with our allowances and also cook something we enjoy and love.

What I liked most about Erasmus was the company I worked for. It was a small business in the middle of the city selling phones and routers. My job

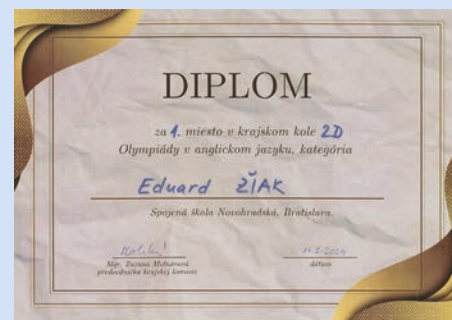
was to design posters and stickers in Adobe Photoshop that would attract new customers but also fit in shop displays and look professional. Every day, me and my boss would meet in his office, I'd turn on my laptop on and we'd discuss daily jobs and work together

I think Erasmus had an enormous impact on my personality and career. I'm more laid-back now, talkative, friendly, but also serious when I need to be. It helped me realize that a true graphic designer should be less tense and more creative because great ideas are born in a relaxed, friendly environment.

I'd highly recommend to all of my schoolmates who are thinking about applying for Erasmus to give it a go. You will learn a new language, explore new places, try new cuisine, get to know new customs and traditions, and on top of that, you will gain some valuable working experience in a foreign company in the field of printing and publishing! So, will next Erasmus project be the one you apply for?

**Martin Klčo, IV. GMA**

Foto: Martin Petřík

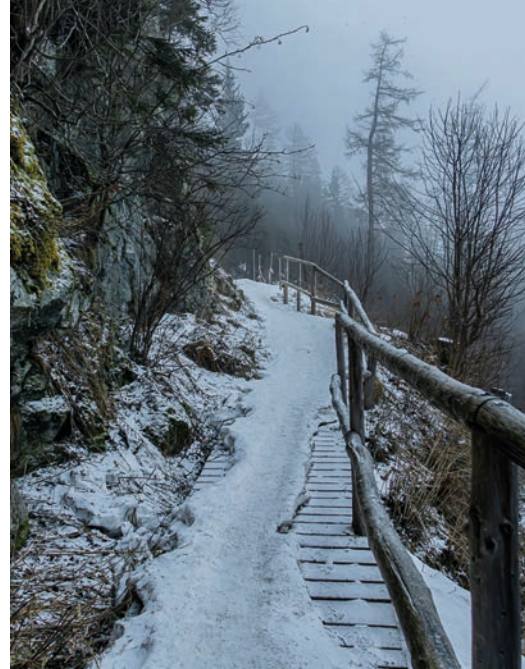


## EDO THE BEST

Po úspešnom a hlavne víťaznom ťažení cez školské a okresné kolo Olympiády v anglickom jazyku sa **Eduard Žiak** z III. GMB prebojoval do krajského kola, ktoré sa uskutočnilo **14. februára 2024** na Spojenej škole Novohradskej v Bratislave a sme veľmi radi, že medzi konkurenciou najlepších z Bratislavy opäť potvrdil svoje jazykové zručnosti a obsadil prvé miesto.

Dňa 8. apríla 2024 sa na Evanjelickej základnej škole na Palisádach uskutoční celoštátne kolo Olympiády v anglickom jazyku a sme presvedčení, že svojimi jazykovými vedomosťami a zručnosťami dokáže konkurovať tým najlepším z ostatných krajov Slovenska a určite dokáže obstať so ctou. **Takže, we'll keep our fingers crossed for you, Edo.**

(PK CUJ)



Fotografický krúžok: Martin Petrik

Vodopády Studeného potoka z Hrebienka vo Vysokých Tatrách  
fotografovala Soňa Hincová, I. GMB

