

# FATRANČEK

č.2

šk. r. 2021/2022



Obrázok 1 Vanessa Uhliarikova

## Na úvod...

Milí moji spolužiaci,

dovoľte, aby som vám predstavila druhé číslo časopisu Fatranček.

V tomto čísle sa budeme venovať vianočnému obdobiu.

Čakajú na vás rubriky: Vtipy, Maľovanky, Potulky po Slovensku, Tvorivé pero, Stránky plné zábavy, Zajalo nás, Recepty, Viete, že... Nebude chýbať ani ospravedlnenka, tak ju správne využite.

S členmi Redakčnej rady vám prajeme príjemné čítanie.

Majka



Obrázok 2 Natália

## Tvorivé pero

Tried' aj ty!!

Ak vznikne odpad použi kontajner.

Zelený ,modrý, žltý, červený máme.

Kto sa má v tom vyznať, niekde to dáme.

V škole nás učia,

separuj, tak nás mučia.

Keď' dopijem vodu, ostane mi fľaša,

vyhodím ju do žltého koša.

Krabicu, papier, kartón do modrého koša dám,

veď už aj ja separujem sám.

Keď nám dá sklenené fľaše vinár,

s nimi do zeleného koša odnesieme prasknutý pohár.

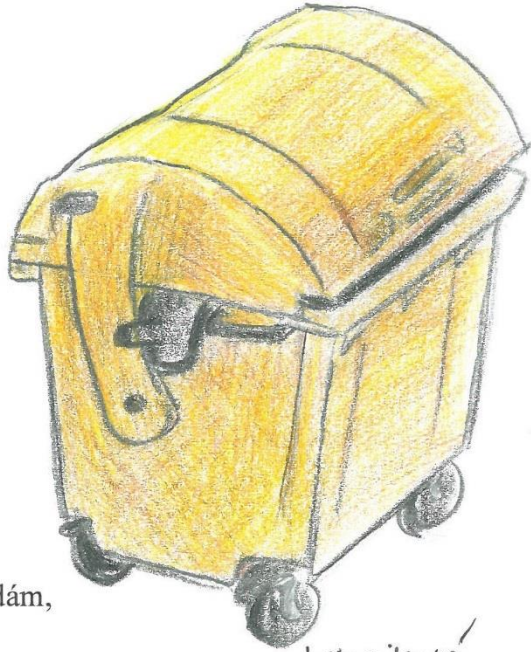
Červený kôš je určený na kov,

separujem už aj s mamkou.

A čo je odpad separovaný?

Už vieme, že je to odpad triedený.

Pre zeleninový a ovocný odpad použijeme kompostér,



uhliariková



je to prírodný kontajner.

Keď budeme odpad triediť,  
príroda sa bude tešiť.

Roman, Matej, Lucia, Katka  
(3.B, 3.C)

### Vianočné hody

Padá sneh padá,  
vločka na zem sadá.  
Farebne nám svietia stromčeky,  
a pod nimi sú darčeky.



Ráno si dám praženicu  
a večer si kapustnicu.

Na sviatky si šalát  
urobíme

a dobroty na stôl  
nachystáme.

Máme veľké hody,  
spievame pekné  
koledy.

Kapra si upečieme,  
a na večer ho  
pripravíme.



Obrázok 3 Natália

Za štedrovečerný stôl si sadneme  
a večeru si vychutnáme.

Lucia, Jano, Nika 3.D, 3.E

Vianočná báseň

Poletuje sneh ponad lesy,  
na Vianoce sa každý teší.

Deti sa už radujú,  
že Vianoce prichádzajú.

Stromček sa už ligoce,

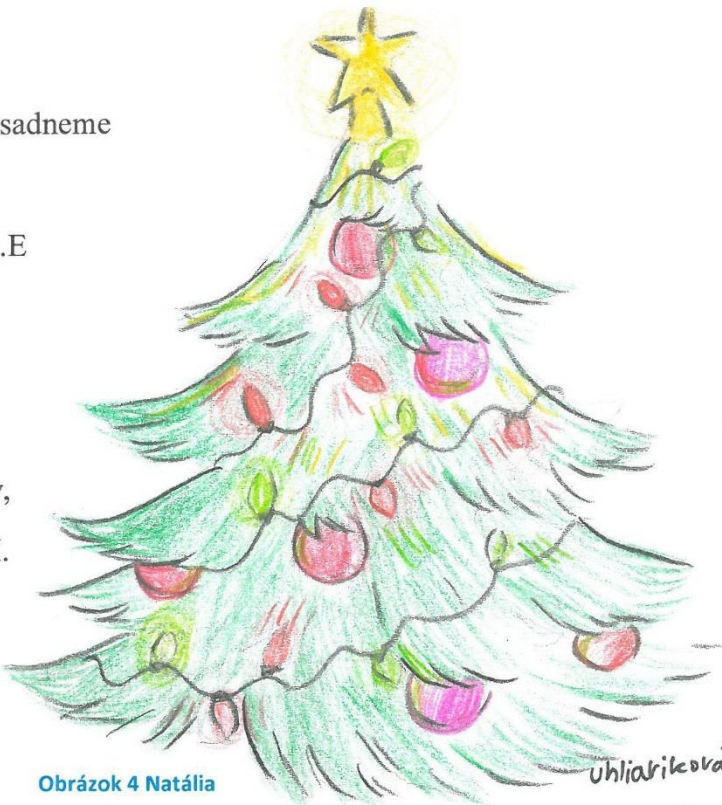
nech už sú tu Vianoce.

Za stôl si všetci sadajú,  
nech sa všetci milujú.

Po večeri každý vstane  
a stoličku zasunie.

Na stromčeku salónky  
a všelijaké dobroty.

Nech sa všetci radujú  
a darčeky rozbaľujú.



Obrázok 4 Natália



Je to veľký zážitok,  
tešíme sa znova o rok.

Terezka , Marek, Matej, 3.B

Vianoce

Na Vianoce máme oddych,  
všetci si doprajeme prepych.

Zdobíme si vianočný stromček,  
Pod stromčekom si nájdem darček.



Uhlariková

Na stromčeku svieti  
svetielko,  
ligoce sa na ňom pozlátko.  
Na stôl chystáme rôzne  
jedlo,  
chceme, aby sa všetko  
zjedlo.

Tiež si kapustnicu varíme

a chutného kapra upečieme.

Teším sa na vianočnú  
atmosféru,  
vypočujem si vianočnú koledu.



Obrázok 5 Natália



Žiaci 3. ročníkov OU

Vianočný čas

Keď nastane vianočný čas,  
stromček si postavíme zas.

Deti si postavia snehuliaka,  
každého z nich zima láka.

Mama pečie rezne,  
na Vianoce je to bežné.

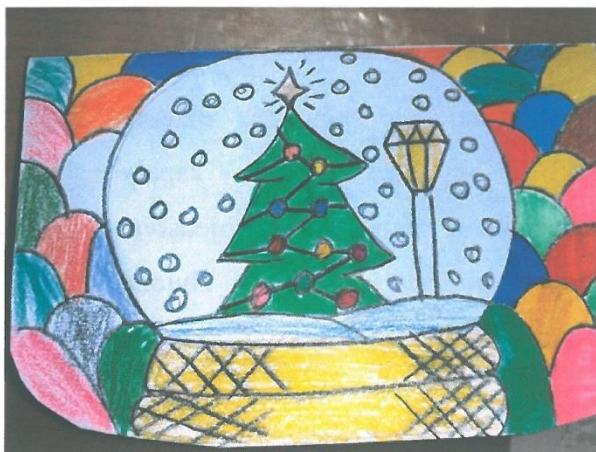
Oco kričí hurá,  
išiel zobrať kura.

Varí kuraciu polievku,  
pre celú našu rodinku.

Dnes padá sneh a je silný  
mráz,

zima zavítala zas.

Fero, Jakub, Kristián 3.D



Obrázok 6 Natália



Uhliariková

Viete, že...  
*Medzinárodný deň bez fajčenia je 18.11.2021*

Na fajčenie a na nikotín, látku obsiahnutú v dyme z cigariet, vzniká u ľudí závislosť.

Život fajčiarov sa skracaje pri vyfajčení jednej cigarety priemerne o 5 minút, celkove je to približne o 8 -10 rokov.

Dlhodobé fajčenie spôsobuje zúženie ciev, vysoký krvný tlak, zápaly dýchacieho a tráviaceho ústrojenstva, choroby obličiek a najmä zhubné rakovinové ochorenia.



*Čo povedať tým, ktorí fajčia – rodičom, dospelým, kamarátom?*

*„Dofajčíte poslednú cigaretu a už po 20 minútach sa budete cítiť lepšie.“  
Pretože...*

**...o 20 minút:** Krvný tlak, pulz sa vráti k normálu, teplota rúk a nôh sa vráti k normálu.

**...o 8 hodín:** Hladina CO v krvi klesne k normálu, vráti sa normálna hladina kyslíka.

**...po 1 dni:** znižuje sa pravdepodobnosť infarktu,

**...po 2 dňoch:** nervové zakončenia začínajú rásť, zlepšuje sa chuť a čuch, lepšie chodí,

**...po 2 týždňoch:** zlepšuje sa krvný obeh, funkcie pľúc sa zlepšia o 30%,



**...po 1-9 mesiacoch:** ustúpi kašeľ, únava, dýchavičnosť, uvoľnia sa dutiny, v pľúcach opäť začnú rásť riasy, ktoré znížia riziko infekcie a vyčistia pľúca.



- 20 kníh
- 1500 kusov jabĺk

Keď si odpustiš tri cigarety denne, môžeš si kúpiť:

- Predplatné časopisu
- 1 značkové nohavice
- 6 lístkov na koncert

Nepodliehaj vplyvu fajčiarov, buď sám sebou, riaď sa vlastným rozumom, nie si predsa taký hlúpy, že by si si dobrovoľne ničil zdravie.

**Najlepšia prevencia je s fajčením ani nezačať!!!**

Spôsobu ako povedať **"NIE"** ponúkanej cigarete:

- 🚫 **Povedz "nie" a choď preč.** Neobzeraj sa a nepostávaj.
- 🚫 **Ignoruj návrhy.** Buď predstieraj, že si nepočul, alebo sa začni rozprávať o niečom úplne inom.
- 🚫 **Nájd si výhovorku.** Vymysli si niečo, čo by si "mal" robiť a odíď preč.
- 🚫 **Vysmej sa tomu nápadu.** Vysmej sa návrhu a povedz im, aký je smiešny.
- 🚫 **Vráť výzvu.** "Keby si ty bol skutočne mojím priateľom, nežiadal by si ma spraviť to."

# Potulky po Slovensku

## Skalité

Táto bežecká trasa začala svoju púť v roku 2012. Združenie obcí Mikroregión Kysucký Triangel, ktorý združuje obce Skalité, Čierne a Svrčinovec, získalo finančnú podporu na zakúpenie stroja na úpravu lyžiarskych bežeckých trás, tzv. lavínu.

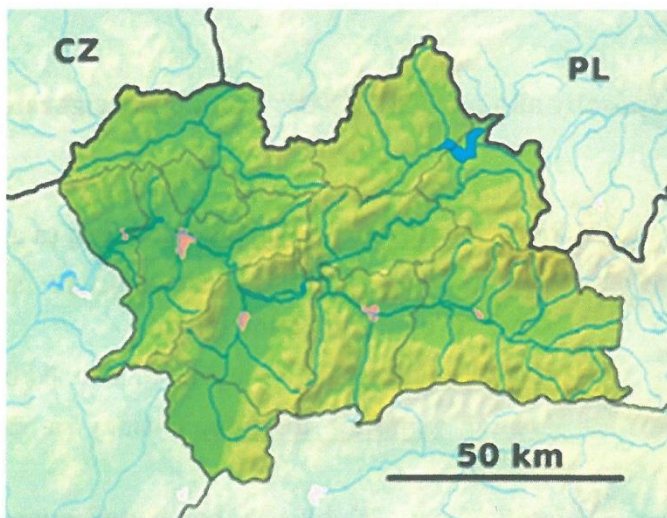


Medzinárodná stopa zdravia bola pôvodne plánovaná a realizovaná ako 45 km zokruhovaná trasa s prevýšením

od 436 m n. m. vo Svrčinovci po 836 m n. m. na vrchu Liesková nad Skalitým.

Z dôvodu výstavby diaľnice a obmedzených snehových podmienok sa v súčasnosti Medzinárodná stopa zdravia neupravuje v pôvodnom rozsahu.

Východiskovým bodom trasy je areál bývalého lyžiarskeho vleku Skalité - Serafínov, v ktorom sa nachádza upravený bežecký okruh, ktorý využíva aj Klub biatlonu ŠKP Skalité na svoje tréningy. Ak natrafíte počas svojej návštevy na členov biatlonového klubu, radi vám pomôžu aj s technikou bežkovania.



## SKI AREÁL Skalité

SKI AREÁL Skalité – Serafinov sa nachádza v obci Skalité v krásnom prostredí Kysuckých Beskýd. Lyžiarsky areál priamo nadväzuje na poľský



lyžiarske a turistické stredisko Zwardoň, s ktorým je spojené dvoma turistickými hraničnými priechodmi, železničnou traťou Skalité – Zwardoň a cestným hraničným priechodom Skalité – Zwardoň.

Lyžiarske svahy strediska sú vhodné pre nenáročných a stredne náročných lyžiarov. Parkovanie vozidiel je priamo pri lyžiarskych vlekoch. Návštevníci strediska môžu využiť aj bežecké trate Kysuckej lyžiarskej magistrály.

Martin





# ROZHOVOR s pani majsterkou Martinou Slížovou

## **Aká je vaša oblúbená farba?**

Moja oblúbená farba je sivá.

## **Čo robievate vo voľnom čase?**

Rada pracujem vonku okolo domu, pečiem koláče, pustím si dobrý film a trávim voľný čas s deťmi a priateľmi.

## **Aké je vaše oblúbené jedlo?**

Moje oblúbené jedlo je pizza a čínska kuchyňa.

## **Aké je vaše neoblúbené jedlo?**

Moje neoblúbené jedlo je vajcová polievka, ryžový nákyp.

## **Aký bol váš oblúbený predmet na základnej škole ?**

Dejepis.

## **Ktorý predmet ste neznášali?**

Matematiku .

## **Aké je vaše oblúbené zvieratko?**

Mačka.

## **Čo ho sa bojíte?**

Asi tmy, keď som sama doma a pozerám horory.

## **Ste vydatá?**

Áno už 10 rokov.

## **Máte deti?**

Áno, dve.

V dnešnej novej rubrike ste sa dočítali o našej pani majsterke Slížovej. Dozvedeli ste sa veci, ktoré ste nevedeli? Dúfame, že vás tento článok zaujal. Nebojte sa pripravíme ďalší. Koho by ste chceli vypovedať? Dajte nám do zborovne vedieť a my ho vypovedáme.

Zuzana

# Vianočné recepty

## Horalkové guľičky

### SUROVINY

250 g maslo

150 g práškový  
cukor

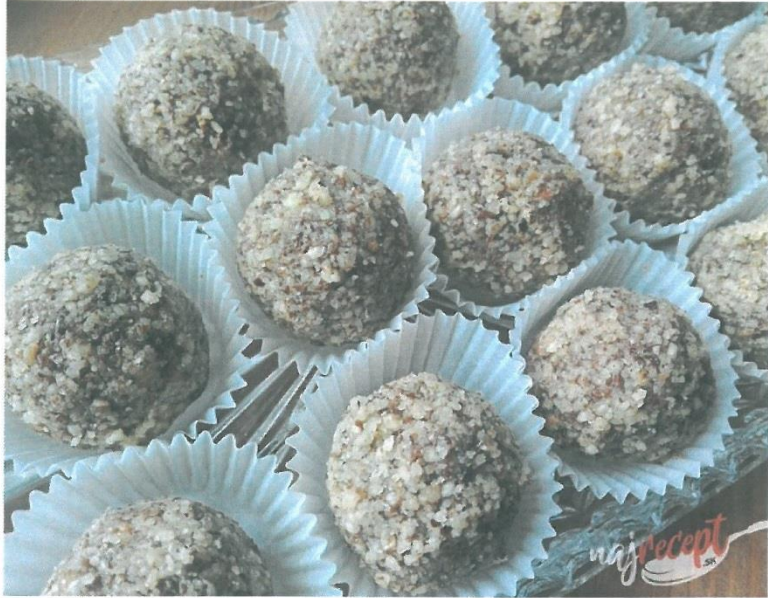
8 ks oblátky  
Horalka (po 50 g)

3 lyžice kakao

100 g mleté  
lieskové oriešky

4 lyžice rum

na obalenie mleté  
orechy



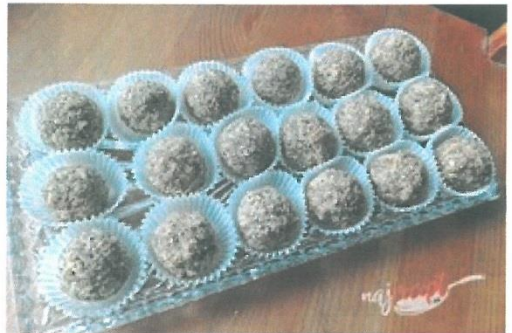
### POSTUP PRÍPRAVY

Maslo, ktoré sme vopred vybrali z chladničky a má izbovú teplotu, vymiešame mixérom do peny spolu s práškovým cukrom.

Pridáme podrvené horalky, kakao a mleté oriešky.

Ochutíme to rumom (ak by to mali jesť deti, odporúčam pridať iba arómu) a premiešame.

Z takto pripraveného cesta tvarujeme guľôčky, ktoré ešte obalíme v mletých orieškoch a dáme do chladničky stuhnúť.



## Parížske rožky

Recept na výborný sviatočný zákusok.

### Ingrediencie

#### rožky

4 kusy bielka  
280 gramov práškového cukru  
180 gramov mletých orechov  
1 polievková lyžica polohrubej múky (ja som nedávala)

#### krém

4 kusy žltka  
1 kus vajíčko  
200 gramov práškového cukru  
4 polievkové lyžice Kakao

250 gramov maslo

#### Dokončenie

200 gramov čokoládovej polevy ((180g horkej čokolády a 30g cery))

#### Inštrukcie

### Rožky

Bielka s práškovým cukrom

vyšľaháme nad parou, do tuhého snehu, chvíľu to trvá. Čím dlhšie tým lepšie min však 10 min. Začínáme šľahať za studena. Dáme dole z tepla a zľahka primiešame orechy a múku. Hmotu dáme do zdobiaceho sáčka s ozdobným hrotom na konci. Na plechu vystlanom papierom na pečenie robíme rožky,





podľa fantázie. Vložíme do rúry vyhriatej na 220°C a hneď znížime teplotu na 130°C a pečieme - sušíme ich ešte cca 25-30 minút. Teplotu prispôbte skúsenostiam s vašou rúrou.

## Krém

Žltka, vajíčko a práškový cukor šľaháme nad parou, kým nie je hmota horúca. Primiešame kakao a hmotu necháme vychladnúť. Po vychladnutí vyšľaháme spolu so zmäknutým maslom na krém. Opäť naplníme zdobiaci sáčok a krém nastriekame na rožky. Dáme na chvíľu stuhnúť do chladničky.



## Dokončenie

Čokoládu roztopíme a máčame v nej rožky krémovou časťou dole. Necháme stuhnúť v chladničke, kde zákusky aj skladujeme.



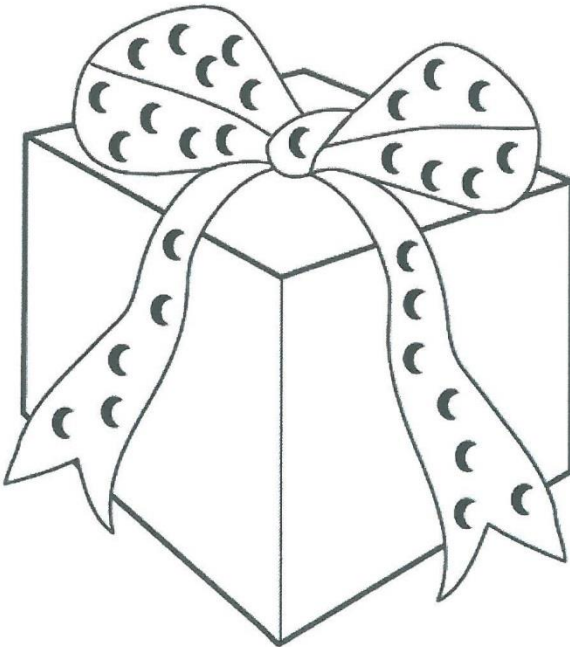
## Broňa

## Ospravedlnenka

**Aj v tomto čísle vám prinášame ospravedlnenku.**

### *Ospravedlnenka z Fatrančeka !*

Prosím, ospravedlňte ma.....,  
že som sa nepripravil/la na vyučovanie dňa .....  
z predmetu.....podpis vyučujúceho.....



Ad'ka

## Stránky plné zábavy

### Vianočná tajnička

Zabav sa a vyhľadaj slová. Keď sa ti podarí vyškrtat' všetky, tak ti vznikne

B	V	I	A	N	O	C	E	E
T	L	Á	S	K	A	L	E	H
P	O	K	O	J	H	E	M	E
R	Č	A	S	Y	A	C	O	N
A	L	E	Č	M	O	R	T	S
D	A	H	V	I	E	Z	D	A

slovo, ktoré je symbolom vianočných sviatkov.

HVIEZDA,  
VIANOCE,  
SNEH,  
LÁSKA,  
POKOJ, RAJ,  
STROMČEK,  
DAR, ČASY,  
NOC

Nájdí správnú cestu:

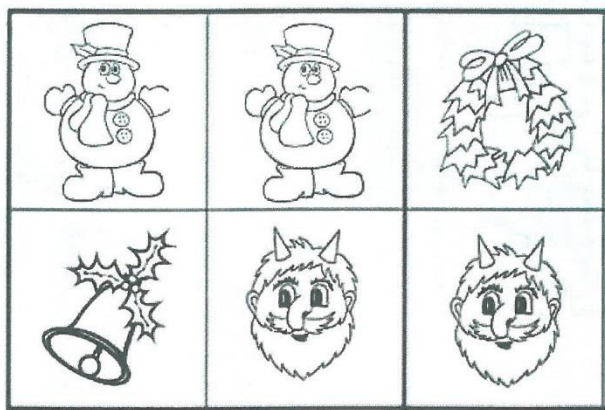
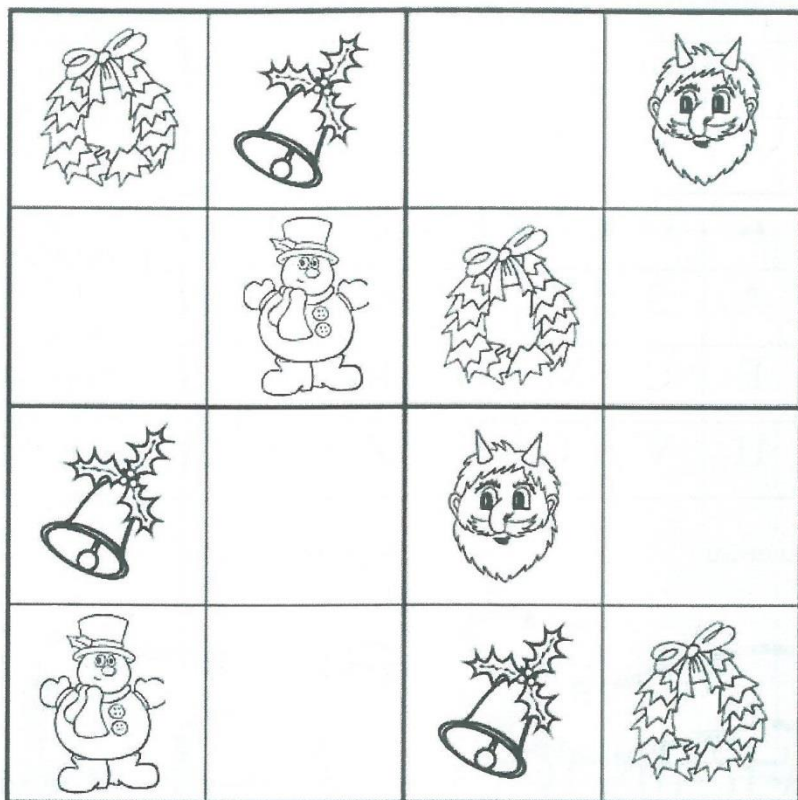


Nájdí rozdiely:





Doplň sudoku



# Historické okienko

Prečítajte si historické udalosti z decembra.

---

1. december

---

- 1960 – Štart vesmírnej misie Korabl'-Sputnik 3 s posádkou dvoch psov *Pčolka (Včielka)* a *Muška*. Na spätočnej ceste začala kapsula kozmickej lode horieť a v atmosfére sa úplne rozpadla.

2. december

---

- 1864 – cisár František Jozef I. vydal nariadenie rešpektovať v úradovaní jazyky nemaďarských národností Rakúskeho cisárstva

4. december

---

- 1563 – skončil sa Tridentský koncil

10. december

---

- 1936 – Britský panovník Eduard VIII. sa po 325 dňoch svojej vlády vzdal svojho postu a tým sa stal prvým britským monarchom, ktorý sa dobrovoľne vzdal trónu.

12. december

---

- 1963 – Keňa získala nezávislosť od Spojeného kráľovstva

14. december

---

- 1946 – Medzinárodná organizácia práce sa stala špecializovanou organizáciou OSN so sídlom v Ženeve.

16. december

---

- 1946 – Thajsko sa stalo členom OSN

17. december

---

- 2001 – pristátie misie STS-108 raketoplánu Endeavour

18. december

---

- 1860 – v Konštantínopole bola uzavretá únia Bulharskej gréckokatolíckej cirkvi s Katolíckou cirkvou

19. december

---

- 1916 – Prvá svetová vojna: bitka pri Verdune na západnej fronte sa skončila

20. december

---

- 1860 – Južná Karolína ako prvá vystúpila zo Spojených štátov

21. december

---

- 1968 – program Apollo: štart kozmickej lode Apollo 8 s trojčlennou posádkou k Mesiacu
- 1066 – Viliam I. Dobyvateľ bol korunovaný za anglického kráľa

26. december

---

- 2004 – Vlny cunami spôsobené zemetrasením v Indickom oceáne zasiahli pobrežie juhovýchodnej Ázie (India, Srí Lanka, Maldivy, Bangladéš, Myanmar, Thajsko, Malajzia a Indonézia). Zasiahli aj ďalšie ostrovy v Indickom oceáne a pobrežie Afriky. Zabili najmenej 290 000 ľudí a spôsobili rozsiahle materiálne škody.

27. december

---

- 1968 – program Apollo: veliteľský modul Apollo 8 úspešne pristál v Tichom oceáne

29. december

---

- 1987 – po 326 dňoch strávených vo vesmíre sa sovietsky kozmonaut Jurij Romanenko vrátil na Zem

Marek



## Vtipy

Pani Mlynárová telefonuje domov:

- Zlatičko, musíš sem okamžite prísť. Do karburátora sa mi dostala voda.
- To nie je také strašné, hneď som tam. A kde stojíš s tým autom?
- V Dunaji.

Janko príde do školy a učiteľka sa ho pýta:

- Janko, z čoho máš takú veľkú modrinu na hlave?
- Ale, uštipla ma osa...
- No z toho takú veľkú modrinu mať nemôžeš.
- To mám z toho, že ju chcel ocko zabiť lopatou, ale nestihol.

Janko, plávaj otvoriť dvere, ide inštalatér.

Žena vraví manželovi:

- „S tými novými okuliarmi nevyzeráš vôbec dobre.“
- „Ale veď ja nemám žiadne okuliare,“ bráni sa manžel.
- „Ty nie, ale ja.“

Minister zdravotníctva varoval, že svadby znamenajú riziko. My starší to vieme už dávno.

Muž sa sťažuje farárovi:

- „Pán farár, som posadnutý! Niečo sa so mnou deje. Stále počujem hlasy, ktoré mi hovoria, čo mám robiť, kam mám ísť, kam nemám ísť...“

„Pane, vy nie ste posadnutý, vy ste ženatý!“

„Vraj ti veštkyňa predpovedala, že ťa opustí žena.“

„Nepovedala mi to tak priamo... Povedala len, že ma čakajú lepšie časy.“

„Dnes nejdeš do práce?“

„Kým riaditeľ neodvolá to, čo povedal, moja noha do podniku nevkročí!“

„A čože také povedal?“

„Že som prepustený.“

„Paľko, časuj sloveso plávať!“ prikazuje učiteľka žiakovi.

„Ona pláva, my plávame, vy plávate, oni plávajú.“

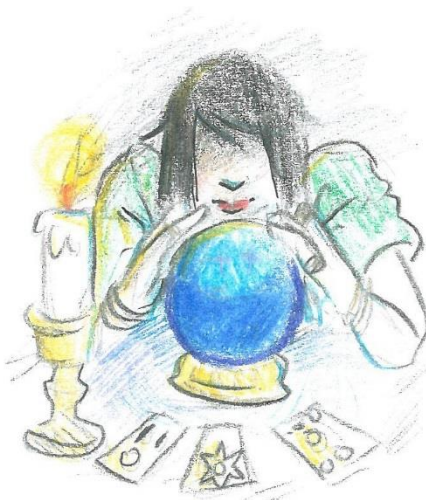
„A kde máš prvú a druhú osobu?“

„Prosím, ja plávať neviem a vám tykať nemôžem...“

Učiteľ: „Teplom sa veci roztáhujú, zimou skracujú. Uved' príklad...“

Jurko: „Prosím, prázdniny!“

Charlotte

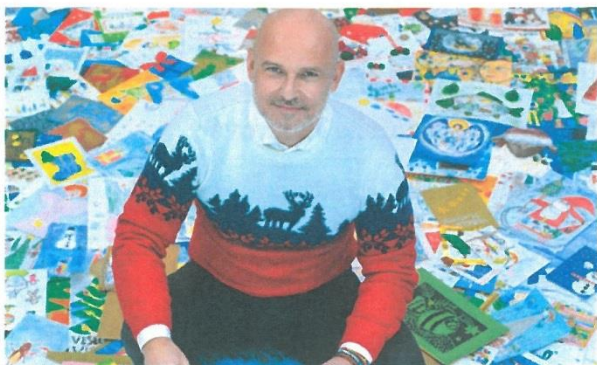


uhliariková

## Zo školy

Aj naša škola sa zapojila donávru vianočnej pohľadnice, ktorú sme posielali ministrom školstva.

Po úspešnom I. ročníku 2020, do ktorého sa zapojilo 3 600 mladých tvorcov nielen z celého Slovenska, ale aj zo zahraničia, tak ministerstvo školstva opäť oslovilo žiakov a študentov, aby využili svoju tvorivosť a vianočnou pohľadnicou priniesli radosť do najkrajších sviatkov roka.



Na obrázku vám prinášame návrhy našich vianočných pohľadníc.

Natália





## REDAKČNÁ RADA

Vydavateľ: Spojená škola internátna,  
Fatranská 3321/22, 01008 Žilina

Šéfredaktorka: Mária Cabajová

Ilustrátor: Dávid Pavelčík

Korektorka: Adriana Janurová

Fotograf: Marek Figlár

Fotoeditorka: Bronislava Hlásniková

Editorka: Natália Babíková, Zuzana  
Nadhájská

### Naše rubriky

Na úvod: Majka Cabajová

Tvorivé okienko: Ingrid Uhlichová,  
Matej Pastva, Adriana Janurová

Viete, že... : Ingrid Uhlichová

Rozhovor: Zuzana Nadhájská

Potulky po Slovensku: Martin Mišík

Stránky plné zábavy: Patrik Čerňan

Recepty: Bronislava Hlásniková

Zaujalo nás: Mária Cabajová, Dávid Pavelčík

Vtipy: Charlotte Hlaučová

Maľovanky: Matej Pastva

Tvorivé pero: Martin Mišík

Ospravedlňenka: Adriana Janurová

Zo školy: Natália Babíková

Historické okienko: Marek Figlár

