



nieslo sa v znamení cvičenia. Cvičili štvrtáci zo Spišskej Soboty, ale pridali sa k nim aj naši žiaci. A cvičili pod dohľadom dvoch fyzioterapeutiek, teda odborníčok, ktoré pripravili zostavu dychových cvičení, zameraných na nácvik správneho dýchania a zvýšenie vitálnej kapacity pľúc. Pre každého štvrtáka nachystali aj návod ako cvičiť doma, teda celú zostavu cvičení v obrázkoch aj s komentárom. Cvičenie nadchlo aj pani učiteľky zo ZŠ Anku Bachledovú a Silviu Potockú, ale aj kameramana z TV Poprad, ktorý deti pri zdravom pohybe zachytil a zvečnil. Ešte teraz máte možnosť nájsť si televízny záznam z tohto dopoludnia v archíve TV Poprad, ak ste ho nezachytili v aktuálnom čase.

***A potom Včielka Maja  
pozvala deti súťažiť!***

Najlepší v prebublávaní vody cez slamku a vo fúkaní loptičky vo vzduchu nad minibasketbalovým košom, boli odmenení. Sláva víťazom, česť porazeným, ale z tohto stretnutia sme všetci odchádzali s príjemným pocitom ako víťazi.

Tesne pred Vianocami Včielka

Maja priletela do Spišskej Soboty opäť a pozvala štvrtákov na exkurziu do Šrobárovho liečebného ústavu v Dolnom Smokovci. Ide o špecializované detské zariadenie na liečbu respiračných ochorení a pľúcnej tuberkulózy. Deti, ich triedne učiteľky a našich žiakov privítala námestníčka pre ošetrovatelstvo. Oboznámila nás s históriou ústavu, previedla nás po odborných pracoviskách – mali sme možnosť vidieť rehabilitačné oddele-

nie s bazénom, saunou, telocvičňou. Skoro všetci štvrtáci si vyskúšali pod dohľadom rehabilitačnej pracovníčky nosnú sprchu, prešli sme sa štandardným oddelením, pozreli sme si jeho členenie a vybavenie. Mali sme možnosť navštíviť špecializované spirometrické pracovisko. Odborné spirometrické vyšetrenie mali možnosť absolvovať niektorí štvrtáci, kde sa dozvedeli, či je ich dýchanie správne a v norme.

Priamo pod vianočným stromčekom, vo vestibule liečebného ústavu Včielka Maja odmeňovala. Drobnosťami potešila nielen štvrtákov zo ZŠ v Spišskej Soboty, ktorí s nami absolvovali Majin let od septembra do decembra 2012, ale aj ich triedne učiteľky, za ich ochotu, a samozrejme, našich triatkov, ktorým chcem takto medzi riadkami poďakovať.

**Ďakujem vám, boli ste úžasní.**

Úprimná vďaka patrí aj mojej kolegyni Adi Kakalejčíkovej, ktorá dochucovala to, čomu sa hovorí dobre uvarený projekt z dielne SZŠ Poprad.

**ZUZKA**  
koordinátor projektu

