



## PREDNÁ HORA



Dňa 17. 3. 2009 sa žiaci našej školy zúčastnili exkurzie v liečebnom ústave na Prednej Hore.

Cesta nám príjemne ubiehala a areál Prednej Hory nás prekvapil krásnym prostredím. V jari, v lete i v jeseni tam musí byť prekrásne.

Cieľom našej cesty bola nielen exkurzia v liečebni nelátkových závislostí – akými sú: závislosť v nakupovaní, telefonovaní, počítačových hrách a závislosť od výherných automatov, ale aj prednáška k tejto problematike.

Dozvedeli sme sa ako rozpoznať symptómy, ktoré signalizujú závislosť človeka. Prednášajúci lekár nás zoznámil s metódami, formami a liečebným programom, pomocou ktorého svojim pacientom pomáhajú s touto „novodobou pliahou“ bojovať.

Program exkurzie bol zaujímavý, odchádzali sme obohatení o nové poznatky a zážitky a s túžbou, aby nikto znás, sa do tohto, aj keď krásneho prostredia, nemusel vrátiť ako pacient.



Spracovala N. Kleinová

## Rozhovor s ...

Lucia: Od kolkých rokov fajčíš?

**dedko:** Fajčím od 9. triedy základnej školy, čiže od svojich 15. rokov.

Lucia: Čo Ťa k tomu viedlo?

**dedko:** Naviedli ma na to kamaráti, chcel som sa predviesť a zapadnúť.

Lucia: Akú značku cigariet fajčíš?

**dedko:** RGD

Lucia: Snažil si sa s tým niekedy prestať?

**dedko:** Áno. Chcel som s tým prestať, ale nepodarilo sa mi to.

Lucia: Uvedomil si si, že to škodí ovzdušiu a ničí to Tvoje zdravie?

**dedko:** Áno, už veľa krát. Ale bolo to márne.

Lucia: Kolko cigariet vyfajčíš za deň? (škatuliek)

**dedko:** U mňa je to dosť ťažké vyfajčím aj dve škatulky denne.

Lucia: Ako dlho vydržíš bez cigarety?

**dedko:** Bez cigarety nevydržím veľmi dlho, podľa toho, kde sa nachádzam. Približne pol hodiny.

Lucia: Stalo sa Ti, že si nemal peniaze na cigarety a musel si ich ukradnúť alebo si požičať?

**dedko:** Nie, zatiaľ sa mi to nestalo. Dúfam, že sa to ani nestane.

Lucia: Väčšinou zvykne byť na škatulke rôzny nápis. POZOR! Fajčenie vážne ohrozuje zdravie a škodí ostatným okolo. Čo vnímaš pod týmto varovaním? Všimol si si ho už vôbec?

**dedko:** To sa nedá prehladiť. Všimol som si to už veľa krát.

Lucia: Aké ďalšie značky cigariet poznáš?

**dedko:** Poznám pomerne veľa značiek, ako sú napríklad Sparty, Petry, West.

Lucia: Máš po cigarete pocit pokoja?

**dedko:** Nedá sa to povedať, že je to pocit pokoja, ale do značnej miery ma to upokojuje.

Lucia: Ak nemajú tvoju značku, kúpiš si inú?

**dedko:** Áno, kúpim. Zvyčajne Petry.

Lucia: Pri výbere pozeráš na peniaze alebo na kvalitu?

**dedko:** Je to otázka financií, ale aj kvality.

Lucia: Chystáš sa s tým niekedy prestať?

**dedko:** Ako som už odpovedal v predošlej otázke, snažil som sa to, ale nedarilo sa mi to.

Na otázky odpovedal starý otec Lucie Ilčákovej, dedko Jano.

Spracovala L. Ilčáková