Kokurs piosenki patriotyvznej

Wywiad z p. dyrektorem

Wyjście integracyjne nad Wisłę

ZESPÓŁ SZKÓŁ nr 5 im. Stefana Kisielewskiego

PRZEGLĄD KISIELA

NUMER:1 Wrzesień-Grudzień 2019

"Z pieśnią ku wolności" Konkurs Piosenki Patriotycznej

Redakcja

Redaktor naczelny:
Bartosz Utnicki 1Cm

Zastępca redaktora naczelnego:
Julia Patyrek 1Fm

Opracowanie graficzne, korekta techniczna:
Damian Jałowiecki 1dei

Członkowie redakcji:
Gracjan Witkowski 1Cm
Kacper Kurlanc 1Cm
Kinga Rawa 1Cm
Oliwia Waśkiewcz 1Cm
Wiktoria Szachsznajder 1Cm
Wiktoria Dolina 1Aai
Dominika Rumińska 1Aai
Liliana Laguta 1Aai
Marek Syska 1Aai
Dominik Kaczmarek 1Fm

KONTAKT

Zespół Szkół nr 5
im. Stefana Kisielewskiego
w Warszawie
04-089 Warszawa
ul. Szczawnicka 1
E-mail redakcji:
przegląd_kisiela@wp.pl

Nasza redakcja.

Witajcie drodzy czytelnicy w pierwszym numerze „Przeglądu Kisiela”! Będziecie mogli w nim przeczytać trochę o szkole i świecie. Z okazji zbliżających się Świąt nasza redakcja przekazuje Wam najserdeczniejsze życzenia.
Miłej lektury.

SPIS TREŚCI

Przegląd Kisela numer:1

Str.3,4 - Z kadry narodowej na Szczawnicką 1
Str.5 - Relacja z wolontaratu i Dzień nauczyciela
Str.6,7 - Konkurs Pieśni Patriotycznej
Str.8 - Wycieczka do Mielna
Str.9 -Robert Kubica zmienia serię
Str.10 - Wyjście Integracyjne
Str.11,12 - Highway 61 revisited
Str.13 - Niezwykły człowiek
Str.14 - Dzień wszystkich Świętych w Hiszpanii
Str.15 - Ukryta gra - film
Str.16 - Film kwartału "Joker"
Str.17 - W poszukiwaniu szczęścia i Cudoziemcy w Polsce
Str.18 - Idą Święta...
Str.19 - Wystawa sztuki i Spektakl "Metro"
Str.20 - BohaterON
Str.21 - W Polsce zapomnieni, w Holandii zapamiętani
Str.22 - Polska Niepodległa
23 - Depresja jako choroba XXI wieku
24 - Jak stać się bardziej ekologicznym i Wiersz promujący dbanie o środowisko

Z Kadry Narodowej na Szczawnicką 1

Bartosz Utnicki 1Fm

Prezentujemy wywiad z Panem Janem Pilczukiem, Dyrektorem naszej szkoły, który poświęcił nam swój cenny czas. Dowiedzieliśmy się m.in., że był członkiem Kadry Narodowej w lekkoatletyce.

Redaktor: Od kiedy Pan pracuje w szkole?

Dyrektor: W szkole zacząłem pracować od 1 marca 1988 r. Jako nauczyciel uczyłem wtedy w kilku placówkach, do szkoły na Szczawnickiej 1 trafiłem też 1 marca 2004 r. Stąd pracuję tutaj już 15 lat.

R.: Jak to się stało, że został Pan dyrektorem?

D.: Kiedy dostałem tę propozycję, miałem 1 dzień na zastanowienie i postanowiłem wtedy zaryzykować. Przyznam, że początki były trudne, gdybym wiedział, co mnie czeka, chyba bym się nie zdecydował. Jednak stało się inaczej, więc zostałem dyrektorem tej szkoły.

R.: Jakie zmiany wprowadził Pan w tej szkole?

D.: Najlepiej trzeba by było zapytać innych pracowników szkoły, którzy ze mną pracowali. Sam nie chciałbym się oceniać. Jeśli jednak chodzi o zmiany to m.in. wprowadziłem nową numerację sal, klasy na parterze rozpoczynają się od zera. Na pewno jest to udogodnienie dla uczniów i pracowników szkoły, a przede wszystkim dla gości.

R.: Czy szkoła bierze udział w zawodach sportowych?

D.: Oczywiście! Sport jest mi bardzo bliski, sam uprawiałem lekkoatletykę przez kilkanaście lat, przez 5 lat byłem w Kadrze Narodowej. Obecnie nadal kocham sport, a szczególnie jazdę na rowerze, chodzę na siłownię i czasami też pobiegam. Choć największy bieg, to oczywiście z czasem!

R.: Czy jest planowany remont boisk szkolnych?

D.: Od wielu lat upominamy się o remont boiska, niestety z racji tego, że do tej pory byliśmy liczebnie małą szkołą, odkładano tę inwestycję. Teraz przyszły do nas 2 roczniki, więc mam nadzieję, że jeszcze za mojej kadencji, uda się wyremontować boisko.

R.: Chcieliśmy też zapytać o wyjścia integracyjne klas pierwszych, czy to już tradycja szkoły?

D.: Tak, oczywiście, jak co roku organizuje je pani Iwona Kulczyk, która jest pomysłodawczynią tej corocznej imprezy nad Wisłą. Jest to dobra okazja do integracji klas pierwszych.

R.: Nasze liceum nosi imię Stefana Kisielewskiego, dlaczego?

D.: Kiedy zacząłem pracę w tej szkole, już został wybrany patron, więc nie miałem na to wpływu. Myślę, że był to dobry wybór. Stefan Kisielewski to bardzo ciekawy człowiek. Był utalentowany w wielu dziedzinach, to pisarz, dziennikarz, kompozytor. Pisał powieści, a także słynne felietony, które publikował w Tygodniku Powszechnym. Z tego co wiem, ludzie w pewnym momencie kupowali to czasopismo ze względu na jego felietony. Osobiście nie miałem przyjemności spotkać się z nim, ale słynął z tego, że był człowiekiem niesłychanie dowcipnym i inteligentnym. Znane jest jego podsumowanie poprzedniego systemu ustrojowego - socjalizmu. Stwierdził, że jest to system, który ustawicznie walczy z trudnościami, które sam stwarza.

R.: W 2022 r. nasza szkoła będzie obchodzić stulecie założenia, czy już są planowane jakieś przedsięwzięcia?

D.: Tak, oczywiście! Na razie wszystko jest w sferze planów. Mamy 2 lata na przygotowanie się na ten dzień. Mam nadzieję, że pięknie uczcimy tę okrągłą rocznicę, w której również wy weźmiecie udział.

R.: Dziękujemy za wywiad.

Relacja z wolontariatu

Dominik Kaczmarek 1Fm

13 listopada 2019

Do naszej szkoły zawitała grupa przedszkolaków z Przedszkola nr 227 „Wesołe Nutki”. Maluchy miały dwie części zajęć: plastyczną i muzyczną.

Babeczki z piankoliny

Podczas części plastycznej dzieciaki usiadły w kole razem z wolontariuszami i zaczęły robić babeczki z piankoliny. Gotowe babeczki nasi wolontariusze spakowali maluchom do torebek po to, aby mogły się pochwalić rodzicom swoimi dziełami.

Część muzyczna

Następnie były zajęcia muzyczne. Tak samo jak w poprzedniej części zajęć dzieciaki usiadły w wielkim kole. Jeden z wolontariuszy podchodził do każdego przedszkolaka z bębnem i maluchy, grając na bębnie, śpiewały swoje imiona w rytm muzyki. Później prowadzący zajęcia, Pan Rafał Saszko, grał na bębnie a nasi mali artyści, wraz z wolontariuszami, tańczyli i skakali po całej sali. Na koniec zajęć dzieciaki zaśpiewały piosenkę, którą przygotowały. Miło się patrzyło na to, jak mimo takiej różnicy wieku wolontariusze dogadywali się z przedszkolakami

Dzień Nauczyciela

Wiktoria Szachsznajder 1Cm

14.10.2019 w naszej szkole odbył się Dzień Nauczyciela. Uroczystość uświetnił występ zespołu muzycznego naszej szkoły. Na uroczystości pojawili się: Dyrekcja, nauczyciele, pracownicy szkoły oraz rada pedagogiczna. Dwójka uczniów, prowadzących część artystyczną, rozpoczęła od przywitania gości a następnie wystąpił zespół. Wśród piosenek można było usłyszeć różne znane przeboje ze zmienionymi tekstami np.: „Mój przyjacielu” zmienione zostało na „nauczycielu”. Po występie zespołu przemówił Pan Dyrektor i wręczył nauczycielom dyplomy. Następnie nauczyciele udali się na poczęstunek.

II MIĘDZYSZKOLNY KONKURS PIEŚNI PATRIOTYCZNEJ pt.” Z pieśnią ku wolności”

Bartosz Utnicki 1Cm
i Wiktoria Dolina 1Aai

W czwartek 14 listopada w naszej szkole odbył się „Warszawski Konkurs Piosenki Patriotycznej”, w którym wzięli udział uczniowie z ponad 20 szkół! Akademia rozpoczęła się uroczystą przemową Pana Dyrektora, przedstawieniem jury oraz powitalną piosenką. Występy rozpoczęli uczniowie szkół podstawowych z klas 1-3. Najmłodsza uczestniczka miała tylko 6lat! O godzinie 11 przyszedł czas na 30-sto minutową przerwę z poczęstunkiem i atrakcjami dla najmłodszych. Następnie zaczęli występować uczniowie szkół podstawowych z klas 4-8 i szkół średnich. Najliczniejszy zespół, uczestniczący w zdarzeniu, liczył aż 27 osób! Po wystąpieniu wszystkich uczestników, przyszedł czas na podziękowania i nagrody, a całość zakończyła się podziękowaniami Pana Dyrektora.
Konkurs odbył się pod honorowym patronatem:
- Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego,
- Burmistrza Dzielnicy Praga-Południe,
- Centralnej Biblioteki Wojskowej im. Marszałka Józefa Piłsudskiego.

Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego

zakochaj się w Warszawie na Pradze Południe

Wyniki Konkursu

Szkoły podstawowe

Zespoły – klasy 1-3

I miejsce

Zespół Małe Animato
Szkoła Podstawowa Nr 231 im. Gen. Mariusza Zaruskiego

Soliści – klasy 1-3

I miejsce - Agata Krukowska, kl. III
Szkoła Podstawowa nr 120 z Oddziałami Integracyjnymi im. Pułków Piechoty „Dzieci Warszawy"

Zespoły – klasy 4-8

I miejsce

Szkoła Podstawowa Nr 168

II miejsce

Zespół VOX ANGELI
Szkoła Podstawowa Nr 341 z Oddziałami Integracyjnymi im. Twórców Literatury Dziecięcej

III miejsce

Szkoła Podstawowa Specjalna Nr 240

Soliści – klasy 4-8

I miejsce – Zuzanna Kędzierska, kl. VII
Szkoła Podstawowa Nr 96

II miejsce – Zuzanna Pontus
Szkoła Podstawowa Nr 373 im. Ignacego Jana Paderewskiego

III miejsce – Sara Ahmed Ali Ahmed
Szkoła Podstawowa Nr 255

Szkoły ponadpodstawowe

Zespoły

I miejsce

Społeczne Liceum Ogólnokształcące Nr 4 im. Batalionu AK „Parasol"

II miejsce – Zespół KISIEL
Zespół Szkół Nr 5 im. Stefana Kisielewskiego

II miejsce

CLVIII Liceum Ogólnokształcące z Oddziałami Dwujęzycznymi im. Księżnej Izabeli Czartoryjskiej

Soliści

I miejsce - Magdalena Księżycka
Zespół Szkół Nr 5 im. Stefana Kisielewskiego

II miejsce – Wiktoria Szachsznajder
Zespół Szkół Nr 5 im. Stefana Kisielewskiego

Organizator i pomysłodawca:

Iwona Kulczyk

Nauczyciele:

Marta Wróblewska
Joanna Śliżewska
Barbara Jurczewska
Alicja Wojtczuk – Tataj
Katarzyna Kyc
Marcin Galas
Rafał Szaszko
Aleksandra Zielińska
Piotr Jankowski
Sławomir Mucha

Wycieczka integracyjna do Mielna klas IFm i ICm

WYDARZENIA

Integracja w Mielnie

Klasy pierwsze ICm oraz IFm w październiku miały okazję pojechać na tygodniową wycieczkę do Mielna. Cel był jeden - poznać się lepiej i zintegrować się. Tygodniowy pobyt nad morzem był pełen atrakcji, uczniowie codziennie mogli cieszyć się widokiem jesiennej aury nad Bałtykiem, ponieważ ośrodek położony był tuż nad morzem. Poza tym odbyła się wycieczka do Koszalina, Sarbinowa, do stadniny koni, gdzie niektórzy mogli pojeździć konno. Wieczorami uczniowie brali udział w warsztatach dziennikarskich oraz integracyjnych.in. pod hasłem: "Stop hejtowi!". Pobyt był też okazją do bliższego poznania nauczycieli, nad uczniami czuwali: pani wicedyrektor Marta Wróblewska, szkolny pedagog Iwona Kulczyk oraz nauczyciele Iwona Galas, Aleksandra Zielińska, Michał Czajkowski, Ewa Koczwara. Dla wielu nadmorski pobyt był niezapomniany i spowodował, że klasy wróciły odmienione, zadowolone i zintegrowane. Cel został osiągnięty!

Julia Patyrek IFm

Wspomnienia z Mielna

-„Moim zdaniem to była cudowna wycieczka. Zwiedziłam wiele nowych miejsc i miałam okazję bardziej poznać się z nowymi ludzmi. Na pewno będę ten wyjazd pamiętać na długie lata. Cieszę się , że miałam okazję tak wspaniale spędzić te pięć dni"

Małgorzata z klasy ICm

-„To były niezapomniane chwile . Bardzo mi się podobało. Było dobre jedzenie, a mimo to byliśmy cały czas głodni. Najbardziej cieszy mnie fakt, że zintegrowaliśmy się tak klasą. Nie tylko naszą, lecz z młodszymi także są tam super i najlepsze psiapsióły, które bardzo polubiłam"

Natalia z klasy IFm

-„ Na wycieczce wiele się działo i było sporo atrakcji, ale chciałbym się skupić na wydarzeniach z czwartku gdzie nauczyciele przygotowali dla nas warsztaty o hejcie. Dla mnie z początku wydawał się to temat nudny, bo był często powielany w poprzednich latach, ale jak się okazało nie było tak jak założyłem. Zajęcia prowadziły pedagog Iwona Kulczyk i wicedyrektor Marta Wróblewska, przedstawiły co się będzie działo na zajęciach. Zaczęło się od pracy w 4- grupach, każda miała jakiś temat, Moja grupa miała „ przykre sytuacje jakie mogą nas spotkać w życiu". Po prezentacji naszych wypocin puszczono nam krótki o pewnym chłopcu, który 2 lata temu mając 14 lat, popełnił samobójstwo, bo nie dawał sobie rady z hejtem. Kilka osób po zakończeniu filmiku wyszło z sali z płaczem, niektórzy z powodu że to smutna historia inni z powodu nawrotu smutnych wspomnień a niektórzy byli po prostu obojętni i gdzie niegdzie śmieszył ich całokształt sytuacji. Potem podzieliliśmy się na dwie grupy w których mieliśmy „określić czy są sposoby walki z hejtem czy też nie. Jestem zdania , że jest to kwestia indywidualna i każdy powinien to sobie przetrawić sam w swojej oazie spokoju. Podsumowując te zajęcia, z góry założyłem, że niczego się nie dowiem a niesamowite było to jak różne opinie na ten temat i to, że osoby, które były zazwyczaj wycofane i ciche, uaktywniły się i dzięki temu dało się mniej więcej zrozumieć , dlaczego zachowują się w ten sposób a ja zdałem sobie sprawę że to nie jest wcale tak przerobiony temat.

Dominik z klasy IFm

- „Bardzo podobała mi się cała wycieczka. Począwszy od męczącej podróży, skończywszy na tęsknocie za domem. Najbardziej jednak pozostanie mi w pamięci wyjście do stadniny koni oraz kontakt z tymi wyjątkowymi i pięknymi zwierzętami. Długo nie zapomnę również walki i rywalizacji na placu paintballowym."

Gabriela z klasy ICm

Robert Kubica po sezonie 2019 opuści zespołu ROKiT Williams Racing

WYDARZENIA

W Abu Dhabi 22 listopada 2018 Claire Williams (szefowa zespołu) ogłasza ,że Robert Kubica będzie kierowcą wyścigowym zespołu ROKiT Williams Racing. Nikt wtedy nie mógł przypuszczać ,że sezon 2019 będzie tak fatalny. Szefowa zespołu przed sezonem zapewniała ,że walka o 4 pozycje w klasyfikacji konstruktorów jest osiągalna lecz zespół nie zdążył nawet przygotować samochodów na przedsezonowe testy pod Barceloną. Wtedy właśnie wszyscy zdali sobie sprawę,że to będzie ciężki sezon ale nikt nie przypuszczał ,że aż tak ciężki.

Robert pierwszy raz po 8 latach stanął na prostej startowej wyścigu. Był to ekscytujący moment dla wszystkich Polaków. Niestety ten sezon od pierwszego zakrętu nie układał się dobrze gdzie uszkodził skrzydło i podłogę.
Kolejne wyścigi nie były lepsze. Polak zawsze okupował ostatnie miejsca w wyścigu mając gorszy samochód do reszty kierowców o 1,5 s a od kolegi z zespołu o 0,5 s.Robertowi jak na razie udało się zdobyć 1 punkt w szalonym wyścigu w Niemczech gdzie zajął 10 pozycje po dyskwalifikacje 2 kierowców Alfy Romeo i nic nie
wskazuje na więcej. Najlepszym jak do tej pory wyścigiem był Singapur . Polak od początku rozumiał i czuł samochód. Udało mu się nawet dokonać pierwszego manewru wyprzedzania. Wyprzedził Kevina Magnussena kierowcę Hassa. Z tym zespołem był łączony właśnie Polak. Jednak szef zespołu Günther Steiner zdecydował się pozostawić na kolejny rok ten sam skład kierowców.

Grand Prix Niemiec było jak dotąd najllepsze,Polak zajął wtedy 10 miejsce

Właśnie przed tym Grand Prix Robert ogłosił odejście z zespołu Williams. Chwile później PKN Orlen również ogłosił rozstanie z Brytyjską ekipą. Polski koncern jednak zapowiedział zostanie w F1 nie zależnie od losów Kubicy ale poinformował również ,że Robert pozostanie dalej członkiem „Orlen Teamu". Na 2020 wszystkie fotele są zajęte nie licząc Williamsa. Krakowianin może pozostać w F1 wyłącznie jako kierowca rezerwowy i symulatora. Jednak chciałby dalej ścigać się czynnie. Wszystko wskazuje na to że Robert znajdzie się w innej serii wyścigowej. Najbardziej prawdopodobny wydaje się DTM czyli Deutsche Tourenwagen Masters. Jest to najważniejsza seria samochodowa w Niemczech. Jeździło tam wielu kierowców byłych kierowców Formuły 1, m.in. Ralf Schumacher, David Coulthard czy Mika
Häkkinen. Na pytania czy da się pogodzić te dwie serie odpowiada „Nie wiem"
Robert zawsze chciał wrócić do F1 po feralnym wypadku w 2011 roku w rajdzie Ronde di Andore. Walczył o powrót kilka lat lecz nie chce pozostać za wszelką cenę dlatego odszedł z Williamsa. Kubica jest bardzo ceniony w motorsporcie więc nie ma co się martwić o jego przyszłość. Widać po nim ,że od kiedy ogłosił odejście z zespołu to spadł mu kamień z serca i ponownie widać uśmiech na jego twarzy.

Bartosz Utnicki 1Cm

Wyjście integracyjne

Marek Syska 1Aai

Dnia 13.09.2019 wszystkie klasy pierwsze wybrały się na ognisko nad Wisłą w celu integracji. Po dotarciu na plażę przygotowaliśmy miejsca do siedzenia przenosząc i ustawiając pnie.Wraz z wychowawcami rozpaliliśmy ogniska i podgrzewaliśmy jedzenie.

W trakcie zbieraliśmy w lesie drewno na opał. Po zjedzeniu grilowanego jedzenia wszystkie klasy zebrały się w jednej dużej grupie. Czas umilała muzyka w wykonaniu Pana Galasa i Pana Szaszko. Integracja naprawdę się udała i wycieczka odniosła zamierzony cel. Zostały wykonane zdjęcia na pamiątkę.

Zajęcia z chemii nad Wisłą

Marek Syska 1Aai

Dnia 29.10.2019 klasa IAai miała okazję wziąć udział w zajęciach z chemii, które odbyły się nad Wisłą. W ramach tej lekcji zadaniem klasy było wykonanie badania wody. Klasa została podzielona na zespoły, które pobrały próbki a następnie przeprowadziły badanie zawartości pierwiastków chemicznych w wodzie. Na zakończenie zajęć pozostało wypełnienie dokumentacji badawczej oraz zrobienie pamiątkowego zdjęcia. Pomysłodawczynią przedsięwzięcia była Pani Marta Mocarska, która chętnie zorganizowała te zajęcia dla nas.

Highway 61 Revisited

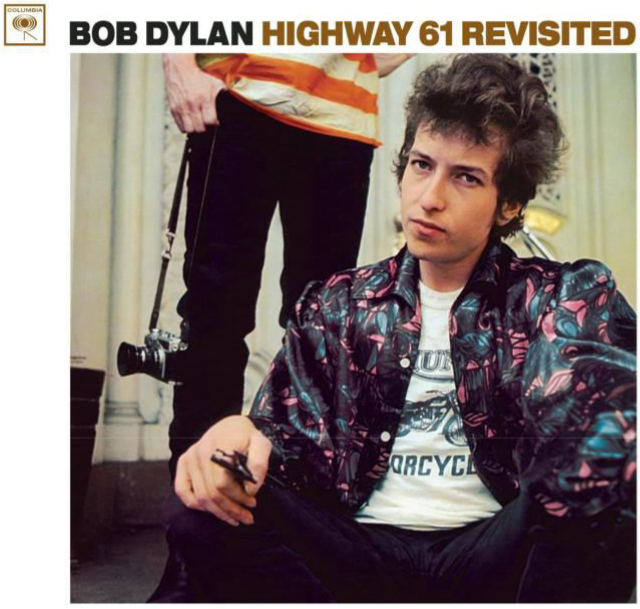
Krótko o albumie

30 sierpnia roku 1965 - tego dnia wydany został szósty album studyjny amerykańskiego muzyka Boba Dylana, który to na zawsze zmienił oblicze szeroko pojmowanej muzyki rockowej. Bob Dylan szukał pełniejszego brzmienia, (dotychczas występował zazwyczaj z gitarą i harmonijką) połączenia bluesa z folkową emocjonalnością. Już w poprzednim albumie (Bringing It All Back Home) wprowadzał instrumenty elektryczne, teraz Dylan na przekór fanom stworzył cały album elektryczny, pierwszy w towarzystwie grupy rockowej.

Tytuł

Nazwa albumu pochodzi od autostrady 61 łączącej małe miasto górnicze Hibbing, w którym wychował się Dylan z położonymi na południu stanów Memphis czy Nowym Orleanem- miastami słynącymi z muzycznego dziedzictwa.

Na płycie znalazło się dziewięć utworów, od tych trzyminutowych, aż po jedenastominutowe ,,Desolation Row". Otwierająca ten album piosenka ,,Like a Rolling Stone", znalazła się na pierwszym miejscu utworów wszech czasów według magazynu ,,Rolling Stone", powstałego dwa lata później, w 1967 roku.



,,Ballad of a Thin Man"

,,Ballad of a Thin Man" - tytuł zaczerpnięty został z filmowej serii komediowo-kryminalnej z lat 30 XX wieku, oprócz tego,filmu z piosenką nic nie łączy. Utwór ten trwa sześć minut i składa się z siedmiu zwrotek, w których to Dylan wrzuca nas w sam środek dziwnej, niecodziennej sytuacji. Na pierwszy rzut oka utwór nie ma wiele sensu, którego to nabiera po zrozumieniu kim jest ,,Pan Jones" z refrenu. "Nieoczekiwanie jednak ten powierzchowny i płytki filister wkracza w coś, co całkowicie go przerasta - w ciemny krąg Piekła, gdzie Pan Jones który spodziewał się zatriumfować nad innymi, zostaje całkowicie pozbawiony swojego znaczenia." (-o ,,Panu Jonesie") Myślę, że w ,,Panu Jonesie" każdy może dostrzec odbicie samego siebie.

,,Just Like Tom Thumb's Blues"

W ,,Just Like Tom Thumb's Blues" Dylan zabiera nas do meksykańskiego miasta graniczącego ze Stanami - Juarez. Pokrótce podmiot liryczny spotyka się z biedą, alkoholem, korupcją i cierpieniem. W końcu zrezygnowany dochodzi do wniosku, że chce wrócić do Nowego Jorku. Jest to zdecydowanie najbardziej poetycki z utworów znajdujących się na płycie.

,,Desolation Row"

Wracając do jedenastominutowego ,,Desolation Row", to jest to ostatni utwór zagrany na gitarze akustycznej w towarzystwie harmonijki ustnej. Dylan stworzył już kilka podobnych piosenek, jednak w każdej z nich istniała chociażby minimalna szansa, na odkupienie bądź wyzwolenie, ,,Desolation Row" nie daje już takiej szansy. Jest to prawdopodobnie najbardziej antagonistyczne spośród dzieł Dylana. Bob Dylan tworzy miejsce, w którym pojawiają się postacie historyczne, postacie z przeróżnych powieści jak i sam autor. Postacie te skrywają się we wszystkich ciemnych zakamarkach świata utworu, z którego nie ma ucieczki. Dylan łączy postacie w przedziwne pary, takie jak chociażby Albert Einstein przebrany za Robin Hooda i zazdrosny mnich w dyskusji religia kontra nauka.

Podsumowując ,,Highway 61 Revisited" jest kamieniem milowym, zarówno w karierze Dylana jak i w całej historii muzyki, której to zmienił oblicze, już na zawsze. Bob Dylan dzięki temu albumowi przekroczył Rubikon, nieodwracalnie porzucając wizerunek skromnego chłopca z gitarą i harmonijką na rzecz rozwoju muzycznego.

Gracjan Witkowski ICm

NIEZWYKŁY CZŁOWIEK

Pan Mariusz Kwiatkowski jest bohaterem tej opowieści. Ma 54l. a urodził się 1 stycznia 1965r. Mieszka w małej miejscowości pod Rzepkowem. Jest ojcem i dziadkiem trójki wnucząt, które dają mu wiele radości i miłości. Pierwszą pracą Pana Mariusza było spawanie, w tym zawodzie pracował 37 lat, co znacznie wpłynęło na jego zdrowie. Jest również wojskowym spadochroniarzem, który przeleciał całą Polskę. A oto jego historia…

Pan Mariusz to mężczyzna, który na spotkaniu bardzo mnie wzruszył. Jest stajennym w stadninie koni w Rzepkowie. Jego problemy zaczęły się, gdy stracił słuch przez poprzednią pracę. Był spawaczem. Przez dłuższy czas nie pracował i utrzymywał się z renty przysługującej mu za utratę słuchu. Pan Mariusz nie dosłyszy już od 10 lat! Znalazł pracę we wspomnianej stadninie koni, która pomogła mu zamienić tę rutynę w życiu. Konie to jego pasja i zamiłowanie od najmłodszych lat, gdyż jego ojciec posiadał te zwierzęta. Stajenny opowiadał nam jak to kiedyś wyglądało.

-Ja Ci powiem tak: nie pamiętam, ile miałem wtedy lat, ale mój ojciec miał konie. I te konie trzeba było codziennie wyprowadzać- w tą i z powrotem, po asfalcie. I tak codziennie. Cały czas na koniu jeździłem. Wie Pani jak to się na skoki jeździ?

-Tak, a czy jeździł Pan kiedyś bez siodła?

-W sensie to było jak siodło, ale na oklep. Wsiadało się nie tak jak tutaj, że się staje na stołek- wskakiwało się bez tego całego sprzętu. Wtedy to się jechało. Bardzo szybko, a na wieczór tak samo trzeba było przyprowadzić – powiedział w rozmowie Pan Mariusz.

Jego dzieciństwo to również ciekawa sfera jego życia. Interesująca był jego historia, która zostawiła po sobie bieliznę. A było to tak. Kiedyś razem z kolegami wymyślili, że w lato na środek jeziora wbiją żerdkę a na zimę, gdy woda zamarznie, przyczepią do tego linę z sankami i będą się kręcić wokół tego. W jednej z takich zabaw Pan Mariusz wypadł z sanek i uderzył głową prosto w korzeń. Blizna została mu do dziś. Historię tą opowiedział nam, jak i swoim wnuczkom, dzięki którym cieszy się każdym dniem. Podsumowując mój wywiad z panem Mariuszem: pokazał mi, że z pozoru zwykli ludzie mogą skrywać swoje ciekawe historie. Od tamtej pory zaczęłam częściej interesować się historiami przypadkowych przechodniów, mijających mnie każdego dnia. Jestem wdzięczna Panu Mariuszowi za otworzenie się przede mną oraz przekazanie wielu informacji na swój temat.

Julia Patyrek 1Fm

Dzień Wszystkich Świętych w Hiszpanii

Día de Todos los Santos - czy to pogańskie święto?

Obchodzenie Dnia Wszystkich Świętych w Hiszpanii jest oczywiście związane z chrześcijańską tradycją tego kraju. Na przestrzeni ostatnich dziesięcioleci jego sposób zmienił się tam jednak znacząco.

Día de Todos los Santos - kiedy to?

1 listopada czyli Dzień Wszystkich Świętych (hiszp. Día de Todos los Santos lub Todos Santos) jest w Hiszpanii dniem wolnym od pracy. Hiszpanie odwiedzają wówczas cmentarze by pomodlić się za dusze swoich bliskich oraz złożyć kwiaty przy miejscach ich pochówku. Nie ma tam natomiast zwyczaju zapalania zniczy. Niektórzy Hiszpanie odprawiają ten sam rytuał także w Dzień Zaduszny (2 listopada) oraz często w weekend poprzedzający Wszystkich Świętych.
Z Dniem Wszystkich Świętych w Hiszpanii powiązane są niektóre święta obchodzone lokalnie (w niektórych miastach lub gminach) lub regionalnie. Przypadają one głównie na 31 października - wigilię Día de Todos los Santos.

Ciekawe zwyczaje

Najbardziej dziwaczną formę ma święto Tosantos odbywające się w Kadyksie (Andaluzja). W halach miejskich targowisk (Mercado Central i Mercado Virgen del Rosario) wydzielone zostają miejsca, w których tworzy się wyglądające dosyć groteskowo kompozycje. Składają się one z osobliwych kukieł: głowy zwierząt (np. świń, kurczaków, ryb) oraz warzyw poprzebierane są za postacie kojarzące się głównie ze światem polityki, sportu oraz filmu.
W Hiszpanii bardzo dobrze przyjęły się zwyczaje związane z anglosaską tradycją Halloween. Wieczorem można zobaczyć krążące po ulicach miast grupki poprzebieranych w upiorne kostiumy dzieci. Żadnego Hiszpana nie dziwi już obecnie pukanie do drzwi oraz wołanie "truco o trato" (psikus albo cukierek).

Lilia Laguta 1Aai

"JEDEN RUCH MOŻE ZMIENIĆ WSZYSTKO" UKRYTA GRA

Kacper Kurlanc 1Cm

premiera 8.11.2019

Ogólnie jestem świeżo po obejrzeniu tej produkcji i szczerze mówiąc - przed wejściem na salę spodziewałem się typowego „nudziarza" a tu… miłe zaskoczenie!

Film przedstawia nam historię kryzysu Kubańskiego i porwanie przez amerykańskie służby wybitnego profesora matematyki Joshuę Manskyego (Bill Pullman). Jest to tzw. dreszczowiec, który bardzo dobrze ukazuje rzeczywistość lat 60 w warszawie. W filmie jest dużo scen nawiązujących do powstania warszawskiego z 1944 roku, które moim zdaniem zostały dobrze zrobione przez wybitnego scenografa Allana Starskiego. Solidną pracę wykonali scenarzyści chociażby w scenie ze wstępu, gdzie pokazano profesora grającego w szachy z Rosjaninem. Stawka tej gry była bardzo wysoka i… niestety nie mogę nic więcej powiedzieć. Od czasu do czasu możemy ujrzeć również sceny komediowe, w filmie jest duża ilość humoru. W skrócie mówiąc „Ukryta Gra" ukazuje się jako kino sensacyjne; ostrzega nas przed politycznym problemem, który może na całą ludzkość sprowadzić zagładę.

Chciałbym teraz powiedzieć coś od siebie na temat jednego polskiego aktora, który miał okazję zagrać w tym filmie. Sceny z jego udziałem były dla mnie były czymś najcudowniejszym. Mowa o Robercie Więckiewiczu, który wcielił się w rolę dyrektora Pałacu Kultury i Nauki. Jego zadaniem było pilnowanie profesora jednak z czasem panowie się zaprzyjaźnili. Reżyser ukazał go nam jako osobę z lekkimi zaburzeniami psychicznymi, nie potrafiącego zapomnieć o wydarzeniach, które nastąpiły w czasie II wojny światowej.

Trzeba również wspomnieć o Pałacu Kultury i Nauki, który w czasie oglądania na ekranie zmienia się w miejsce walk wywiadowczych i omawiania politycznych intryg. Jak to powiedział w jednym z wywiadów reżyser produkcji: „Pałac Kultury i Nauki to nasze Gotham City", z czym mogę się zgodzić.

Moim zdaniem film Łukasza Kośmickiego jest idealnym filmem na listopadową pogodę. Rozluźniający, można zapomnieć o innych sprawach i skupić się na seansie. Fabuła jest interesująca i co najważniejsze, można się wiele dowiedzieć o nie znanych nam sprawach politycznych z lat 60. Bardzo zachęcam do obejrzenia.

Film kwartału - "Joker"

Kacper Kurlanc 1Cm

premiera 04.10.2019

Film przedstawia nam największego zbrodniarza Gotham City.
Twórcy obiecywali, że seans będzie udany i można się z tym zgodzić.

Główna postać – Arthur Fleck (Joaquin Phoenix) opuszcza zakład psychiatryczny i po paru dniach na wolności odnajduje się w pracy klauna do wynajęcia. Codziennie późnym wieczorem razem z chorą matką ogląda talk show prowadzony przez swojego idola Murraya Franklina (Robert De Niro). Arthur zawsze pomagał chorej matce: chodził do apteki po lekarstwa i pomagał jej w domu. Czasami odwiedzał swoją panią z opieki społecznej, której opowiadał o swoich problemach i dzielił się z nią wszystkim co robi od momentu wyjścia ze szpitala. A autorzy filmu od samego wstępu pokazują nam, że główna postać ma problemy, jest chora. Pewnego dnia dostaje od swojego kolegi z pracy broń. Od tego momentu zaczęły wydarzać się nieprzyjemne sytuacje.

Jak przeczytałem w Internecie, że Joaquin Phoenix ma zagrać słynnego Jokera ucieszyłem się. Uwielbiam tego aktora za to, jak wczuwa się w swoje role i je odgrywa, złoto! Rola szaleńca z Gotham Wyszła mu najlepiej ze wszystkich poprzednich i trzymam mocno kciuki, żeby w końcu zgarnął zasłużonego Oscara. Odgrywanie zabójczego śmiechu Jokera i jego niekontrolowanych emocji wyszło mu bardzo dobrze.

Ekranizacja jest bardzo ważnym uzupełnieniem tematyki filmowych złoczyńców. Nie tylko jednak jest tu mowa o złoczyńcach – jest sporo wątków nawiązujących do historii jednego z… no właśnie kogo? Dowiecie się oglądając topową produkcję.

Polecam 9/10

W poszukiwaniu szczęścia

Liliana Laguta IAai

Liliana Laguta, uczennica klasy IAai, przyjechała z Ukrainy do Polski w marcu 2017 r. razem z młodszym bratem i rodzicami. Do 12 roku życia mieszkała w małym miasteczku na północy Ukrainy. W Warszawie ukończyła szkołę podstawową i w tym roku szkolnym rozpoczęła naukę w naszym liceum. Jakie są przeżycia Liliany w związku z przeprowadzką do Polski?

Chciałabym poruszyć temat ludzi dorosłych i nastolatków, którzy przyjeżdżają z innych krajów do Polski. Ludzie dokonują takich zmian w dążeniu do lepszego życia, by spełnić swoje marzenia. W dzisiejszych czasach każdy stara się lepiej żyć, więcej zarobić i dać jak najwięcej swoim dzieciom, na przykład: lepsze wykształcenie. Czasami młodzi ludzie chcą to sami zrobić. Marzą o tym, by studiować, rozwijać się, pracować i znaleźć nowych przyjaciół.

Jestem jedną z takich osób, która przyjeżdżając do Warszawy, nie znała języka polskiego, nic o tym mieście nie wiedziałam, nie znałam tu nikogo. Wielką trudnością było dla mnie nauczenie się języka polskiego, a w szkole musiałam jednocześnie uczyć się przedmiotu i rozumieć go w tym języku. Niestety w szkołach czasami nie ma szacunku ze strony rówieśników: takie osoby jak ja są czasem poniżane, wyśmiewane. Najgorsze jest to, że chcesz dużo powiedzieć, ale po prostu nie masz słów, aby wyrazić myśl.

Dotyczy to także osób dorosłych, które przychodzą do pracy w nowym kraju. Czasami pracują jak "woły", bez szacunku. Niektórzy całymi miesiącami nie widzą się ze swoją rodziną. Oni zawsze tęsknią i chcą wrócić do domu. Wiedzą, że tam są kochani, doceniani i...oczekiwani we własnym domu.

Cudzoziemiec w Polsce

Maryia Krasnitskaya 1Bai

Nazywam się Masza lub Maryia, w moim kraju to to samo imię. Urodziłam się na Białorusi i mieszkałam tam przez 15 lat. Od 3 lat mój ojciec i siostra mieszkają w Polsce. Moja mama i ja przyjechałyśmy tu dopiero na początku października tego roku.

W Polsce jest ich coraz więcej. Możesz ich spotkać na ulicy, w sklepie; możesz z nimi porozmawiać. Nadal jednak nie rozumiesz, że przybyli z innego kraju w ogóle nie znając języka i kultury Polski. To cudzoziemcy – a ja jestem jedną z nich.

Przejazd do drugiego kraju – to ciężko, ale mam dużo różnych interesujących rzeczy.

Na początku bardzo się martwiłam, ponieważ słabo znałam język. Nie próbowałam nawet rozmawiać z ludźmi. Jednak, kiedy zaczęłam chodzić do liceum – okazało się, że rozumiem, co mówią ludzie, ale nie potrafię rozmawiać szybko.

Pierwszy dzień zapowiadał się przerażająco. Bałam się, co powiedzą nowy koledzy i koleżanki z klasy. Bałam się też, że nie będę nadążać za programem nauczania. Miałam szczęście: w nowej klasie byli bardzo zabawny i towarzyscy ludzie; nie musiałam sama rozpoczynać rozmowy. W mojej klasie było już kilka osób, które znały język rosyjski. Pierwszego dnia mogłam rozmawiać z kolegami i koleżankami z klasy i byłam bardzo szczęśliwa.

Miesiąc później poproszono mnie o napisaniu artykułu do szkolnej gazetki o moim pobycie w Polsce. Właśnie to robię. Miesiąc życia w Polsce przekonał mnie, że ludzie tutaj są mili i towarzyscy. Na Białorusi nie zdarzyła się na przykład taka sytuacja, że spieszący się do szkoły uczeń pomógłby przypadkowemu mężczyźnie na ulicy. Ludzie traktują również cudzoziemców uprzejmie: oferują pomoc i starają się wyjaśnić coś prostszymi słowami. Tęsknię za przyjaciółmi z Białorusi, ale żyjemy w erze Internetu i zawsze możemy się skontaktować.

. Moim zdaniem Polska jest krajem przyjaznym dla obcokrajowców. Cieszę się, że tu mieszkam. Mam nadzieję zostać na dłużej.

IDĄ ŚWIĘTA...

Oliwia Waśkiewicz 1C

Jak wyglądają przygotowania?

Przygotowania, jak i sam okres świąteczny zazwyczaj zaczyna się po znanym i przez
Amerykanów hucznie obchodzonym Święcie Dziękczynienia, które wypada zawsze w ostatni
czwartek listopada. Następny dzień (tj.piątek) również nie jest zwyczajny, ponieważ jest to
tzw. „Czarny Piątek", czyli dzień rozpoczynający oficjalny szał świątecznych zakupów. Tego
dnia wiele sklepów oferuje specjalne wyprzedaże, które zazwyczaj rozpoczynają się o
godzinie 3 nad ranem, a kończą o 12 w południe.

Jak w USA wyglądają świąteczne tradycje?

Jedną z głównych i myślę, że bardziej popularnych tradycji jest wizyta świętego Mikołaja. W
odróżnieniu od nas u nich Mikołaj przynosi i zostawia prezenty w nocy z 24 na 25 grudnia,
ponieważ Amerykaninie bardziej obchodzą nie samą wigilię, lecz Boże Narodzenie.

What are the preparations for the holidays in the USA and how do they differ from our traditional Polish ones?

What do the preparations look like?

The preparations, as well as the holiday season itself, usually begins after the well-known
and Americans celebrated thanksgiving, which always falls on the last Thursday in November. The next day (i.e. Friday) is also not ordinary, because it is so-called "Black Friday", the day that begins the official shopping spree. On this day, many stores offer
special sales, which usually start at 3am and end at 12 noon.

How do Christmas traditions look like in the USA?

One of the main and I think more popular traditions is the visit of Saint Nicholas. Unlike us,
Santa brings and leaves presents on the night of 24/25 December, because Americans more
celebrities Christmas than Christmas Eve

Wystawa sztuki

Marek Syska 1Aai

15.11.2019 wraz z klasą 1 Aai wybrałem się na wystawę sztuki „Nigdy więcej" wyrażającą sprzeciw dla wojny i faszyzmu, która miała miejsce w Muzeum Sztuki Nowoczesnej nad Wisłą.

W towarzystwie Pana R. Szaszko oraz Pani I. Galas oraz klasa miała okazję zobaczyć między innymi kopię słynnego obrazu Picassa zatytułowanego „GUERNICA", powstałego po zbombardowaniu hiszpańskiego miasta. Proces powstawania tego obrazu został uwieczniony na licznych fotografiach, dzięki czemu można zaobserwować zmiany zachodzące w trakcie jego powstawania krok po kroku. Na wystawie można było również podziwiać obrazy wyrażające sprzeciw postawie ksenofobii oraz różnego rodzaju kolarze, zestawiające zdjęcia z czasów pokoju i wojny. Jednym z elementów, który wzbudził moją ciekawość, była replika napisu widniejącego nad bramą do Auschwitz „Arbeit macht frei" - „Praca czyni wolnym". Był on przedstawiony w trzech częściach, ponieważ autor chciał uwzględnić historię napisu, który w 2008 roku został ukradziony i pocięty na trzy części a następnie wywieziony z Polski. Było również wiele prac ośmieszających Adolfa Hitlera i jego ideologię na przeróżne sposoby - od karykatur po wyszukaną satyrę. Wszystko to przedstawiono za pomocą grafik, szkiców i obrazów. Moim zdaniem wystawa była warta odwiedzenia. Było to doświadczenie bardzo ciekawej zarazem motywujące do głębszej refleksji na temat wojny, życia a także pokazywało do czego może doprowadzić fanatyzm.

Studio Buffo-"Metro"

Gracjan Witkowski ICm

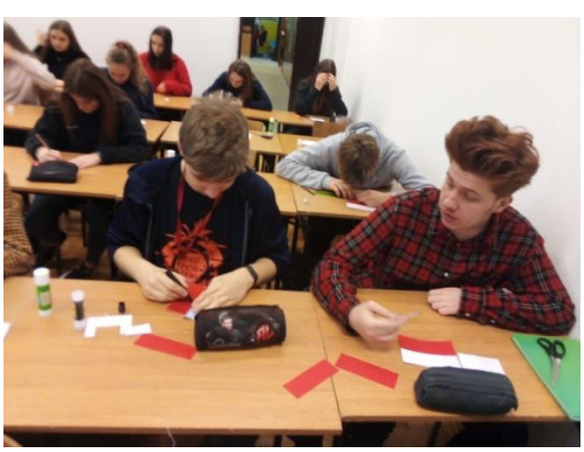
Czwartego listopada klasa 1Cm wybrała się do teatru „Buffo", znajdującego się na ulicy Marii Konopnickiej.

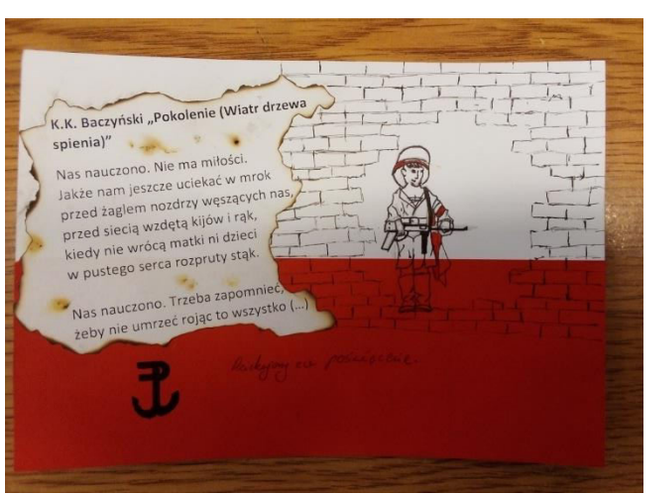
To tam uczniowie mieli okazję obejrzeć spektakl pt. „Metro", wyreżyserowany przez Janusza Józefowicza. Główne role zagrali: Jakub Józefowicz w roli Jana i Natalia Kujawa w roli Anki. Za efekty specjalne odpowiadała pani Danuta Bilińska. Mimo, iż sztuka była trudna do zagrania to aktorzy nie zawiedli i ich gra była na bardzo wysokim poziomie. Choreografia była monotonna – miało się wrażenie jakby cały czas była taka samo. Spektakl opowiada o grupie aktorów-amatorów, grających w metrze. Pewnego dnia od brata jednego z nich dostają propozycję pracy w teatrze. Na początku podchodzą do propozycji sceptycznie. Spektakl mówi o władzy pieniądza, niespełnionych marzeniach i miłości. Oprócz głównego wątku osobiście spodobał mi się mały protest wpleciony w scenę dialogu Anki i Jana. Jan wygłosił monolog na temat monotonii i powtarzalności dnia wżyciu ludzi, których codziennie mija w metrze. Według mnie spektakl jest godny polecenia, chociażby z uwagi na przesłanie i wartość artystyczną oraz grę aktorską.

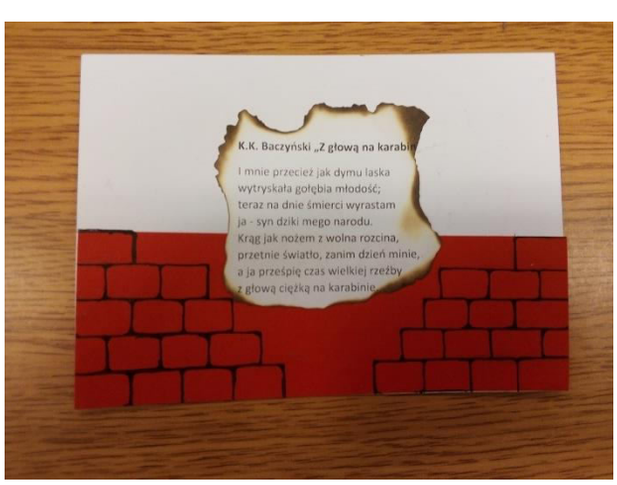
BohaterON

Damian Jałowiecki 1dei

„Warto pamiętać o historii", „Włącz historię" – są to główne hasła kampanii historycznej BohaterON. Ma ona na celu uhonorowanie i upamiętnienie osób, które uczestniczyły w Powstaniu Warszawskim. Jedną z form udziału w akcji jest wysłanie kartek do powstańców, wyrażających uznanie dla ich działań. W tym roku szkolnym dołączyliśmy do tego przedsięwzięcia. Pani Ewa Koczwara przeprowadziła lekcję przypominające historię Powstania a pan Rafał Szaszko pomógł uczniom wykonać kartki. Koordynatorem działań była pani Iwona Galas. Uczniowie przygotowali wspaniałe kartki, na których zapisali wiele osobistych słów wyrażających podziw i szacunek dla adresatów. Warto wspomnieć, że w ramach akcji BohaterON przekazano już ok. 500 tyś. kartek, które zostały wysłane z kraju i zagranicy.







„W Polsce zapomnieni w Holandii zapamiętani”

29 października obchodziliśmy 75 rocznicę wyzwolenia holenderskiego miasta Breda przez polski oddział 1 Dywizji Pancernej Stanisława Maczka. Para prezydencka uczestniczyła w obchodzeniu rocznicy. Uroczystości zaczęły się od oddania hołdu Stanisławowi Maczkowi i jego 160 żołnierzom, którzy spoczywają na Polskim Honorowym Cmentarzu Wojskowym przy Ettensebaan w Bredzie. Bitwa pod Bredą była o tyle ważna dla losów wojny, że przez miasto wiodła najkrótsza droga do ujścia Mozy. Niemcy utworzyli tam też swój bastion lub potocznie mówiąc stanowisko obronne. Spodziewali się ataku aliantów ze strony zachodniej natomiast atak nastąpił ze strony wschodniej. O zaskoczeniu Niemców wiemy z relacji jeńców wziętych do niewoli.

30 października zlikwidowano ostatnie punkty oporu Niemców. Walka była na tyle udana, że nie było strat cywilnych i zniszczeń budowli w mieście, ponieważ generał Maczek zakazał strzelania z armat, aby oszczędzić miasto.

Polacy po skończonej walce zostali serdecznie przyjęci przez Holendrów z Bredy. Na budynkach wisiały polskie flagi, w oknach były wywieszone napisy „Dziękujemy Wam, Polacy!”. Tłum wiwatował na cześć polskich żołnierzy. Było to niezapomniane przeżycie dla żołnierzy Maczka.

W 75 rocznicę klub piłkarski NAC Breda nazwał na kilka dni stadion imieniem Stanisława Maczka. Mecz tego dnia rozpoczęli dwaj krewni generała. Kibice przygotowali też piękną oprawę podczas tego spotkania.

Bartosz Utnicki 1Cm

HISTORIA

POLSKA NIEPODLEGŁA

świętujemy 101. rocznicę odzyskania niepodległości

1918-2019

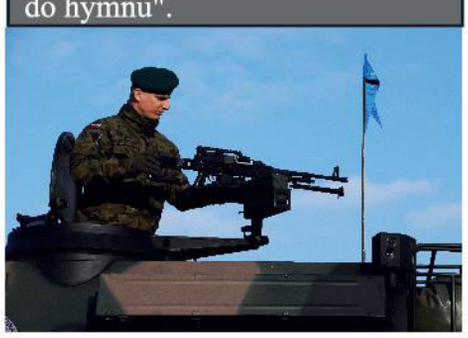
HISTORIA

11 listopada 1918 roku zakończyła się pierwsza wojna światowa. Cesarstwo niemieckie i Cesarstwo austro-węgierskie przegrały, a Imperium rosyjskie zostało wyeliminowane przez rewolucję październikową. W wyniku podpisania traktatu wersalskiego odzyskaliśmy część zabranego nam terytorium i niepodległość po 123 latach zaborów. Najbardziej do odzyskania niepodległości przyczynili się: Ignacy Jan Paderewski, Roman Dmowski i Józef Piłsudski.

OBCHODY ŚWIĘTA NIEPODLEGŁOŚCI W POLSCE

11 listopada 2019 roku z okazji Narodowego Święta Odzyskania Niepodległości odbyło się wiele imprez masowych takich jak:
- "Koncert dla Niepodległej – Słowa, które znaczą" 10.11 w Katowicach,
- O godzinie 11:11 odbył się Bieg Niepodległości w, którym wieło udział ponad 22tys. ludzi.
- Uroczysta Zmiana Wart przy Grobie Nieznanego Żołnierza o godzinie 12:00 w Warszawie.
- Przemarsz żołnierzy pod Muzemu Wojska Polskiego 13:00 - 14:00 w Warszawie.
- "Festiwal Niepodległa" na Krakowskim Przedmieściu w godzinach 14:00 - 20:00.

Takich imprez było wiele więcej zarówno w stolicy, jak i w całej Polsce. O godzinie 12:00 w całej Polsce był odśpiewany hymn państwowy w ramach akcji "Niepodległa do hymnu".



CIEKAWOSTKA

Za czsów PRL nie obchodzono święta Niepodległości. Wyjątkiem były lata 1980/81 (czasy Solidarności)

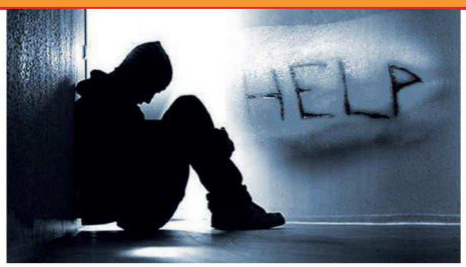
Damian Jałowiecki 1dei

ZDROWIE

Depresja jako choroba XXI wieku.

Depresja jako choroba XXI wieku

10 października odbył się Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego. Celem tego dnia jest zwrócenie uwagi na problemy psychiczne.
Życie współczesnego człowieka bardzo przyśpieszyło, oczekujemy od samych siebie coraz więcej tylko po to, aby nie wyjść gorzej na tle innych a taki przebieg zdarzeń może doprowadzić nas do poważnych chorób psychicznych min. DEPRESJA. I właśnie na tej chorobie chciałabym się skupić. Depresja jest często nazywana chorobą XXI w., ponieważ z roku na rok liczba chorych jest niestety coraz większa.



Jakie są przyczyny depresji?

Przyczyny depresji mogą być różne. Depresja może wynikać np. z jakieś traumy, stresu związanego ze stratą bliskiej osoby lub zdarza się, że niektórzy mają skłonności do tej choroby, ponieważ chory dziedziczy ją.

Co potem?

Jeśli podejrzewamy u siebie depresje należy zgłosić się do psychologa lub psychiatry. Sposób leczenia różni się od "natężenia problemu" niektórym wystarcza terapia a inni muszą sięgać po leki. Choć uważa się, że połączenie obu tych metod przynosi najlepsze efekty.

Objawy

Obniżenie nastroju, przewlekły smutek, brak przyjemności z aktywności, zaburzenie snu i apetytu. Depresji towarzyszy również poczucie winy i niska samoocena. Objawy powinny utrzymywać się nie mniej niż 2 tygodnie.

Pamiętaj depresja jak każda inna choroba jest przykrą, ale naturalną rzeczą i nie jest powodem do wstydu!

Dominika Ruminska 1Aai

JAK STAĆ SIĘ BARDZIEJ EKOLOGICZNYM?

ZDROWIE

Ekologia to słowo które pojawia sie coraz częściej i to nie bez powodu. Ponieważ problem globalnego ocieplenia i dużej ilości plastiku dotyczy nas wszystkich a z roku na roku sytuacja się pogarsza. Ale czy możemy coś z tym zrobić? Odpowiedz brzmi-TAK! Chcę wam przedstawić kilka sposobów na to by stać się bardziej ekologcznym.

• Zastąp torbe plastikową na torbą materiałową(nie dość, że eko to i dużo ładniejsza)

• Kupując zeszyty wybieraj te z RECYKLINGU

•Jadąc do szkoły wybierz komunikacje miejską zamiast samochodu a najlepiej w razie możliwości wybierz rower lub pójdź na piechotę. (jest to eko i bardzo zdrowe)

•Drugie śniadanie pakuj w papier lub pudełka zamiast w plastikowe jednorazowe torebki.

•Pij wodę w bidonach a nie kupuj butelkowanej wody (koszt bidonu to ok. 30 zł a kupując każdego dnia butelkę wody wydajesz ok. 2zł co daje, że miesięcznie wydajesz ok. 40zł więc koszt bidonu ci się zwraca i jest to jednorazowy wydatek)

•Organizując np. Wigilię klasową możesz namówić klasę na to aby nie kupować jednorazowych kubeczków i talerzyków tylko przynieść swoje talerze z domu. W ten sposób można naprawdę ograniczyć ilość odpadów na takich wydarzeniach.

•Wybieraj produkty lokalne. Nie dość, że w ten sposób wspierasz Polski rynek to i zmniejszasz ilość gazów cieplarnianych w atmosferze.

Chcę jeszcze dodać, że to czy zmienisz swój styl życia czy nie jest twoją sprawą ale ważne jest to, że podejmując decyzję trzeba być świadomym konsekwencji naszych wyborów. Bo to czy przy następnych zakupach weźmiemy tę siatkę czy nie naprawdę ma znaczenie w tym jak nasza przyszłość będzie wyglądała. I niestety ale jeśli dalej nie będziemy nic z tym robili to może się okazać, że jest już za późno bo konsekwencje naszych czynów widzimy już dziś.

Dominika Ruminska 1Aai

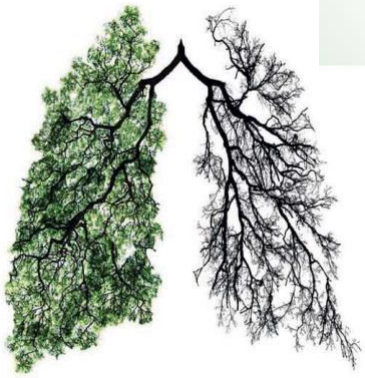
Wiersz promujący dbanie o środowisko

„Czyń sobie Ziemię poddaną
Niech ona będzie jedyną i kochaną
Na trawniku szanuj zieleń
Nie bądź jak ten głupi jeleń

Człowieku bądź EKO
Kupuj wiejskie mleko
Jedzenie nie z pestycydami,
konserwantami
I innymi chemikaliami
Jedzcie świeże, kurze jaja
Mówi matka ziemia

Utrzymuj umiar w diecie
I jedz po jednym kotlecie
Nie palcie w piecu plastiku
Używaj suchego drewna bez liku

Dzięki temu będziesz zdrowszy
Będziesz czuł się świeższy, nowszy
Żyj jak człowiek naturalny
Będziesz poprawny, moralny
Staniesz się EKO IDEALNY”



Ks. Michał Czajkowski, Julia i Olivia B. z klasy 1Fm