Miesięcznik wydawany przez uczniów Szkoły Podstawowej nr 3
im. Jana Pawła II w Mińsku Mazowieckim od września 2004 roku.

Na Marginesie

Nr 7/196
Marzec 2023

Sentymentalne obchody Dnia Kobiet

- Stołówkowe pragnienia
- Nie samą pracą żyje człowiek
- Przepiśnik
- Przygotowujemy obchody Dnia Autyzmu

Drodzy czytelnicy,
czekamy cały czas na wiosnę, choć kalendarzowy pierwszy dzień wiosny już za nami. Tymczasem w naszej gazetce wiosennych tematów nie brakuje. Wiosna przyniosła w naszej szkole także ważną zmianę na stanowisku wicedyrektora. Nową panią dyrektor została pani Agnieszka Kożuchowska (cenzorka Waszej gazetki). Serdecznie gratulujemy awansu i życzymy powodzenia w zmienianiu na lepsze szkolnej rzeczywistości. Zachęcamy do lektury marcowego wydania gazetki szkolnej. Wszystkim czytelnikom życzymy pięknych Świąt Wielkanocnych, które przed nami.

Wasze cenzorki
Agnieszka Kożuchowska
Izabela Saganowska

STOPKA REDAKCYJNA:
- dziennikarze z kl. 8b – Mateusz Jedliński, Patrycja Maciejewska, Zuzia Bała, Gabriela Antonkiewicz, Emilia Piętka, Gabriel Zgódka
- dziennikarze z kl. 8c – Dominik Szczęsny, Maciej Kożuchowski, Zosia Gągol
- **dziennikarze z kl. 8e –** Zuzia Dąbrowska, Ania Władzińska
- dziennikarze z kl. 6a – Nikola Sidor, Jakub Bożym, Mikołaj Madziar
- **okładka** – Joanna Luba z 8b

SPIS TREŚCI:

str. 3 – Odczuwać świat inaczej - autyzm
str. 4 – A po pracy… - o pasjach naszych nauczycieli
str. 5 – Powiedzonka nauczycieli
str. 6 – Ping-pong z panią Iwoną Kaletą
str. 7 – VS (pani Wioletta Kucińska i Wiktoria Kleban z 8d)
str. 8-9 – Porozmawiajmy o Wielkanocy
str. 10-11 – Może razem coś zmienimy? – wywiad z nową panią wicedyrektor
str. 12- Wiosna! – o zwyczajach i skojarzeniach
str. 13 – Stołówkowe przysmaki
str. 14 – Glow up
str. 15 – Gra w samodzielność
str. 16- K jak koncert
str. 17 – Najrzadziej odwiedzane państwa na świecie
str. 18 – Recenzja gry
str. 19 – Historycznie i sentymentalnie
str. 20- Przepis na wiosenną sałatkę warstwową

Przyjemnej lektury!

ODCZUWAĆ ŚWIAT INACZEJ - AUTYZM

Większość z nas wie, że 2 kwietnia obchodzony jest Światowy Dzień Wiedzy na Temat Autyzmu, jednak tak niewiele osób wie, co to jest autyzm.

Niektórzy z nas myślą, że jest to choroba, jednak jest to zaburzenie rozwojowe, co oznacza, że osoby z autyzmem funkcjonują inaczej, np. nie umieją zrozumieć, co czuje jakaś osoba albo inaczej przyjmują zmiany i są przywiązani do stałej rutyny. Często unikają kontaktu wzrokowego i mają trudności z nawiązywaniem przyjaźni.

STATYSTYKI WYSTĘPOWANIA

Autyzm i inne podobne zaburzenia rozwojowe występują aż 4 razy częściej u chłopców niż u dziewczynek (dlatego niebieski to symbol dnia autyzmu). Ostatnio badania wskazują jednak, że te dane mogą być nieprawdziwe, po prostu kobiety są mistrzyniami kamuflażu i dużo trudniej zdiagnozować u nich autyzm. Najczęściej autyzm diagnozowany jest u małych dzieci. Czasami wraz z autyzmem współwystępuje adhd (30-80 procent) lub epilepsja (20 procent).

JAK WYGLĄDA U DZIECI?

U najmłodszych odznacza się on specyficznym sposobem zabaw, układaniem swoich zabawek według kolorów lub kształtów. Dzieci z autyzmem często nie potrafią udawać kogoś innego w zabawie.

REAKCJE NA BODŹCE

U autystów bodźce takie jak dotyk czy słuch są nadwrażliwe albo mniej wrażliwe niż u innych ludzi. Kiedy dotkną czegoś z dziwną, nieprzyjemna teksturą lub kiedy usłyszą jakiś głośny dźwięk mają intensywne reakcje. Nietypowo reagują też na ból.

CIEKAWOSTKI:

Albert Einstein, Isaac Newton, Wolfgang Amadeus Mozart - byli autystami.
Dopiero od 2008 roku obchodzone jest międzynarodowe święto autyzmu.

NASZE OBCHODY

W tym roku Światowy Dzień Wiedzy na Temat Autyzmu będzie obchodzony w naszej szkole **4 kwietnia**. Tego dnia w trzech miejscach w mieście koło teatralne, które prowadzi pani Iwona Karwowska oraz koło muzyczne, którym kieruje pani Magdalena Jakubowska wystawią etiudę teatralno-muzyczną o tym, jak funkcjonuje osoba z autyzmem. Będziemy zachęcać przechodniów do zgłębiania wiedzy na temat autyzmu. Im więcej wiemy, tym więcej rozumiemy i umiemy sobie wzajemnie pomagać. Uczniowie z naszej szkoły także będą mogli obejrzeć ten występ.

Nikola Sidor, 6a

A PO PRACY…? COŚ TRZEBA ROBIĆ!

Gdy wracamy do domu po lekcjach w szkole, najczęściej choć przez chwilę odpoczywamy – niektórzy spotykają się ze znajomymi, inni czytają książki lub oglądają odcinek (lub kilka) ulubionego serialu. Nasi nauczyciele po godzinach pracy też relaksują się, robiąc to, co sprawia im przyjemność. Wśród naszych nauczycieli są tacy, którzy rozwijają swoje hobby lub udoskonalają swoje umiejętności. Chcecie wiedzieć, jak niektórzy nasi nauczyciele spędzają czas po pracy? Przeczytajcie!

p. Joanna Sterna - Najbardziej odprężają mnie spacery po lesie.

p. Marzena Grzyb - Czytanie książek jest jednym z moich ulubionych zajęć po godzinach pracy.

p. Wioletta Kucińska – Wszystko, co związane z odpoczynkiem offline oraz praca w ogrodzie.

p. Magdalena Jakubowska - Jazda rowerem, słuchanie muzyki, za którą przepadam, ale nie tej w szkole i lepienie z gliny.

p. Martyna Woźnica - Po godzinach pracy spotykam się ze znajomymi albo oglądam ulubiony serial.

p. Agnieszka Kożuchowska – Gdy pogoda na to pozwala, lubię pracę w ogródku: sadzenie, przesadzanie roślin, przycinanie, nawożenie, podlewanie…

p. Artur Jankowski - Malowanie i gra na gitarze.

p. Aldona Szewczyk - Po godzinach pracy lubię biegać i obejrzeć interesujący film.

p. Izabela Saganowska - Czytanie książek, zajmowanie się ogrodem oraz podróże wraz z rodziną.

p. Agnieszka Nowak - Oglądanie demotywatorów.

Jak widać, nasi nauczyciele też mają swoje przyjemności, przy których mogą na chwilę zapomnieć o pracy. Na szczęście jeszcze tylko 3 miesiące nauki do wakacji, a później wszyscy będziemy mogli oddać się w pełni naszym ulubionym zajęciom.

Mateusz Jedliński, 8b

ULUBIONY TEKST NAUCZYCIELA

Wszyscy posiadamy swoje „powiedzonka", wyrażenia, którymi często się posługujemy. Czasami nawet nie potrafimy wskazać, kiedy zostały one przez nas użyte, ze względu na ich częstotliwość w naszym języku. Podobnie jak Cześnik Raptusiewicz nie kontrolował, kiedy powtarzał swoje słynne „mocium panie". W tym miesiącu zapytałyśmy uczniów, jakie są ich ulubione teksty, którymi posługują się nasi nauczyciele. Oto wyniki ankiety:

- **„Aniołeczki" (p. Agnieszka Rycharska)** – Marysia Kałuska 8c
- **„Zaraz was spacyfikuję" (p. Agnieszka Nowak)** – Piotr Bakuła 8e
- **„Wszyscy nie zdacie" (p. Sławomir Rybiński)** – Emilia Piętka 8b
- „Wszyscy będziecie żyć z renty rodziców" (p. Sławomir Rybiński) – Mateusz Jedliński 8b
- **„Przebrzydłe bachory" (p. Sławomir Rybiński)** – Tosia Ruta 8c, Julia Gizak 8d
- **„Kartkówcyna" (p. Sławomir Rybiński)** – Mikołaj Królak 8e
- **„Cebula ma warstwy, ogry mają warstwy i społeczeństwo średniowieczne ma warstwy" (p. Agnieszka Nowak)** - Julia Gerszańska 5b
- **„Bez komentarza" (p. Anna Redosz)** - Julia Gerszańska 5b
- **„Tylko brzydkie dziewczyny czeszą się i malują w sali numer 10" (p. Sławomir Rybiński)** - Gabrysia Antonkiewicz 8b
- Gdy na lekcji fizyki powiedziałam, że jesteśmy daleko w książce, pan Rybiński odpowiedział mi na to: **„Ja tyle przerobiłem, a ty nawet książki nie zdążyłaś otworzyć" -** Gabrysia Antonkiewicz 8b

Niektórzy uczniowie za to podeszli do tematu z humorem:

- **„Dzień dobry" (p. Agnieszka Nowak)** - Norbert Chrapek 8e
- **„Zaraz będziesz miał ciepło w majtkach" (p. Sławomir Rybiński)** - Michał Kalinowski 8e

Jak widzicie, „królem" uwielbianych przez uczniów powiedzonek jest pan Sławomir Rybiński. Prawdziwy mistrz!

Anna Władzińska, Zuzanna Dąbrowska 8e

PING-PONG Z… PANIĄ IWONĄ KALETĄ

Pani Iwona Kaleta pracuje w naszej szkole jako księgowa. Zajmuje się ona m.in. analizowaniem rachunków, przyjmowaniem faktur i wpisywaniem ich do systemu, planowaniem i rozliczaniem szkolnego budżetu. Niewielu uczniów zdaje sobie sprawę z tego, że jest to bardzo trudna i czasochłonna praca. Chcemy zaprezentować panią Iwonę Kaletę, dlatego zagrałyśmy w „ping-ponga" z panią księgową. Oto efekty:

PING (my: Patrycja i Zuzia)		**PONG (pani Iwona Kaleta)**
Dzień Dziecka	→	zabawa
przedmiot szkolny	→	matematyka
liczba	→	siedem
obowiązek domowy	→	sprzątanie
dzień tygodnia	→	piątek
zapach	→	świeżość
potrawa	→	obiad
emocje	→	złość
szczęście	→	rodzinne
prezent	→	urodzinowy
wycieczka	→	do ciepłych krajów
kolor	→	zielony
czas wolny	→	wakacje
gra planszowa	→	Monopoly
postać z książki	→	Pinokio

Patrycja Maciejewska
i Zuzia Bała, 8b

VS – WOLĄ WIECZORNE SPACERY…
(pani Wioletta Kucińska i Wiktoria Kleban z 8d)

	PANI WIOLETTA KUCIŃSKA (nauczycielka biologii)	WIKTORIA KLEBAN Z 8D
matematyka vs język polski	matematyka	język polski
spacer rano czy wieczorem?	wieczorem	wieczorem
jedzenie z mięsem czy vege?	vege	z mięsem
Dzień Dziecka czy Dzień Kobiet?	Dzień Dziecka	Dzień Kobiet
Kolor, który kojarzy się z wiosną to…	zielony	zielony
dzień wagarowicza vs pierwszy dzień wiosny?	pierwszy dzień wiosny	dzień wagarowicza
ulubiony zapach…	zapach domowego ciasta i świeżo pieczonego chleba	mleczna truskawka
w wiosenny wieczór…	Można mieć w domu świeże kwiaty, być offline i bujać się na huśtawce.	Netflix

Informacje zebrały Zuzanna Bała i Gabriela Antonkiewicz z 8b.

NR 7/196

POROZMAWIAJMY o WIELKANOCY

Kwiecień już nadchodzi, a to znaczy, że Wielkanoc tuż, tuż. Wielkanoc to święto ruchome, w tym roku przypada 9 kwietnia. Jak spędzają te święta uczniowie naszej szkoły?

[Jakub Bożym i Nikola Sidor] - Jaka jest tradycja wielkanocna w Twoim domu?
[Kornelia 4A] - *Wymyślamy nowe pisanki.*
[Julka 4A] - *Spotykamy się przy stole z rodziną.*
[Marysia 4B] - *Siedzenie przy stole i jedzenie potraw.*
[Zosia 5A] - *Zawsze mama chowa jajka.*
[Nina 5C] - *Śniadanie wielkanocne.*
[Damian 6A] - *Nie mam żadnych. Zwykła Wielkanoc.*
[Maciek 6B] - *Nie mam.*
[Piotr 8E] - *Szukajcie jajek.*

[Jakub Bożym i Nikola Sidor] - Jaka jest Twoja ulubiona potrawa wielkanocna?
[Kornelia 4A] - *Jajka.*
[Julka 4A] - *Jajka, kiełbasa, sałatka, żurek babci, pierogi.*
[Marysia 4B] - *Kiełbasa, jajka, sałatka, pierogi, barszcz, bigos.*
[Zosia 5A] - *Jajka z majonezem.*
[Nina 5C] - *Żadna.*
[Damian 6A] - *Jajka, kiełbasa bułka.*
[Maciek 6B] – *Różnie.*
[Piotr 8E] - *Kiełbasa biała.*

[Jakub Bożym i Nikola Sidor] - Jakie potrawy są zawsze u Ciebie na stole?
[Kornelia 4A] - *Pierogi i jajka.*
[Julka 4A] - *Jajka , kiełbasa, żurek, barszcz czerwony, babka cytrynowa, bigos, żurek babci, krokiety, pierogi.*
[Marysia 4B] - *Sałatka, kiełbasa, jajka, pierogi, barszcz, bigos.*
[Zosia 5A] - *Ciasto, sernik, żurek, jajka.*
[Nina 5C] - *Jajka, sałatka.*
[Damian 6A] - *Kiełbasa, jajka. bułki, barszcz biały, żurek.*
[Maciek 6B] - *Pierogi z kapustą.*

NR 7/196

[Piotr 8E] - *Kiełbasa, jajka, sałatka.*

[Jakub Bożym i Nikola Sidor] - Czy dostajesz prezenty na Wielkanoc, jakie?

[Kornelia 4A] - *Czekoladowe króliczki i słodkie jajka.*
[Julka 4A] - *Czekoladowe jajka i króliczki.*
[Marysia 4B] - *Nie dostaję.*
[Zosia 5A] - *Nie dostaję.*
[Nina 5C] - *Słodycze, czekoladowe jajka.*
[Damian 6A] - *Pieniądze.*
[Maciek 6B] - *Nie dostaję.*
[Piotr 8E] - *Nie dostaję.*

[Jakub Bożym i Nikola Sidor] - Jak spędzasz Wielkanoc?

[Kornelia 4A] - *Z rodziną w domu.*
[Julka 4A] - *Z rodziną w naszym domu.*
[Marysia 4B] - *Zostaję w domu.*
[Zosia 5A] - *Jedziemy do dziadków na śniadanie i do cioci.*
[Nina 5C] – *Wyjeżdżam do dziadków.*
[Damian 6A] - *Wyjeżdżam do rodziny.*
[Maciek 6B] - *Bez rodziny. Nie wyjeżdżam.*
[Piotr 8E] - *Z rodziną.*

[Jakub Bożym i Nikola Sidor] - Jaka jest najciekawsza przygoda jaką przeżyłeś/aś w Wielkanoc?

[Kornelia 4A] - *Usiadłam na jajko.*
[Julka 4A] - *Przyłapałam mamę, jak chowała słodycze i wiedziałam, gdzie niektóre były.*
[Marysia 4B] - *Nie mam.*
[Zosia 5A] - *Przyłapałam mamę, jak chowa jajka.*
[Nina 5C] - *Nie mam żadnej.*
[Damian 6A] - *Nie mam.*
[Maciek 6B] - *Nie mam żadnej.*
[Piotr 8E] - *Wypiłem za dużo soku.*

Wielkanoc to najstarsze i najważniejsze chrześcijańskie święto. Tradycyjnie łączą się z nim pisanki, baranki, lany poniedziałek, mazurki i babki. Życzymy, by dla każdego z Was był to czas wytchnienia i rodzinnych spotkań.

Nikola Sidor i Jakub Bożym, 6a

Może razem coś zmienimy?

Od 1 marca nową wicedyrektorką w naszej szkole jest **pani Agnieszka Kożuchowska**, nauczycielka języka polskiego i logopeda. Czy ta zmiana przyniesie jakieś zmiany? Jakie są plany i marzenia nowej pani wicedyrektor? Czy cieszy się z awansu? Nie tylko na te pytania znajdziecie odpowiedzi w rozmowie, którą przygotowali redaktorzy szkolnej gazetki.

Dlaczego się Pani zdecydowała na przyjęcie awansu i zostanie wicedyrektorką szkoły?

Funkcja, którą mi powierzono, jest dużym wyzwaniem i na pewno świadczy o tym, że wiele osób mi zaufało – przede wszystkim pan dyrektor i nauczyciele, czyli moje koleżanki i moi koledzy. Moja decyzja to wynik pewnych zbiegów okoliczności – zobaczymy, czy się sprawdzę, na pewno będę się starała nikogo nie zawieść.

Jakie są Pani pierwsze wrażenia na nowym stanowisku? Pani nowe stanowisko to w tym momencie dla Pani stres czy wyzwanie, a może jeszcze coś innego? Proszę uzasadnić swoją odpowiedź?

Początek nie jest łatwy ze względu na mnóstwo zadań, z którymi mierzą się osoby zarządzające szkołą. Na pewno wiele muszę się jeszcze nauczyć. W każdym razie po tych pierwszych tygodniach jestem przekonana, że mam wokół siebie życzliwych ludzi, na których mogę liczyć i którzy mnie wspierają. Jestem za to bardzo wdzięczna.

Na czym będzie polegała Pani praca? Czym się będzie różniła od dotychczasowej?

Nadal będę uczyła języka polskiego, a poza tym będę odpowiedzialna za dodatkowe zadania, które dzieją się w szkole – przykładowo będę przydzielała zastępstwa za nieobecnych nauczycieli, będę bliżej współpracowała z nauczycielami uczącymi w zerówkach i klasach 1-3. Pewnie dopiero w praktyce w najbliższych tygodniach okaże się, co ostatecznie będzie moim zakresem obowiązków.

Jakie zmiany w szkole wprowadzi Pani jako wicedyrektorka lub jakie by Pani chciała wprowadzić?

Na pewno nie będzie żadnej rewolucji w związku z tym, że na stanowisku wicedyrektora jest zmiana. Zmiana to proces, który ma służyć rozwojowi naszej szkoły, uczniom, którzy się tutaj uczą, nauczycielom, którzy tu pracują. Chętnie posłucham uczniów i od Was dowiem się, jakich zmian Wy potrzebujecie. Może razem coś zmienimy?

Jak osoby z Pani otoczenia zareagowały na Pani awans?

Usłyszałam dużo wspierających słów, wiele osób życzliwie zareagowało na tę informację – to dla mnie bardzo budujące, ale też zobowiązujące do niezmieniania się i dalszej pracy na rzecz naszej szkoły.

Co Pani uważa za największy atut naszej szkoły?

To, że umiemy ze sobą współpracować: dyrekcja – nauczyciele – uczniowie – pracownicy szkoły i rodzice. Dobre relacje między nami pozwalają nam radzić sobie w każdej sytuacji i polegać na sobie nawzajem. To jest najważniejsze!

Gdyby miała Pani magiczną moc, to nasza szkoła byłaby...

Takim miejscem, do którego uczniowie chętnie przychodzą, w którym rozwijają swoje pasje i zainteresowania, która sprawia, że wszyscy – i uczniowie, i nauczyciele - czują się docenieni, ważni i mogą mieć poczucie sukcesu, spełnienia… (Tyle, że to chyba nie jest magia, bo u nas tak często już jest, prawda?)

Jaką Pani była uczennicą w szkole podstawowej? Jakie przedmioty Pani lubiła, a jakich nie?

Byłam raczej sumienną i obowiązkową uczennicą. Radziłam sobie nieźle jako uczennica. Najbardziej lubiłam język polski… Przedmioty ścisłe były dla mnie większym wyzwaniem.

Czego Pani życzyć jako nowej wicedyrektorce naszej szkoły?

Żebym miała wokół siebie mądrych, życzliwych ludzi, którzy nie zawiodą w trudniejszych momentach! Trzymajcie kciuki!

Życzymy powodzenia!

WIOSNA!

W tym miesiącu (21.03) powitaliśmy nową porę roku, jaką jest wiosna. Jest to pora, na którą szczególnie się czeka ze względu na wzrost średniej tempera-tury powietrza i budzenie się organizmów do życia po srogiej zimie. W tym artykule chciałybyśmy przedstawić tradycje związane z tym okresem w roku.

Tradycja topienia marzanny: Marzanna to nazwa kukły przedstawiającej boginię, którą w rytualny sposób palono bądź topiono w czasie wiosennego święta Jarego, aby przywołać wiosnę. Współcześnie uśmiercanie marzanny odbywa się w pierwszy dzień kalendarzowej wiosny. W obrzędzie zazwyczaj biorą udział dzieci i młodzież szkolna. W niektórych regionach kraju marzannę się topi, a w innych najpierw pali.

Wiosenne porządki w pierwszy dzień wiosny: Dokładnie zamiatano wszystkie pomieszczenia w chatach, wietrzono wszystkie strychy i piwnice. Poza tym prano ubrania i zmieniano pościel na nową. Wszystko po to, by nic złego nie zagnieździło się w zakamarkach i nie zostało z rodziną na pozostały czas w roku.

Dzień wagarowicza w pierwszy dzień wiosny: Nie jest obchodzony tylko i wyłącznie w Polsce. Możemy się z nim spotkać także w kilku regionach Litwy. Nie wiadomo, kiedy został ustalony dzień wagarowicza, ale pierwsze określenia jako wagary można było usłyszeć już w XIX w.

W trakcie wiosny obchodzimy również najstarsze i najważniejsze święto chrześcijańskie, którym jest **Wielkanoc.** Przypomina nam ono o męce, śmierci i zmartwychwstaniu Jezusa Chrystusa.

Zapytałyśmy także społeczność naszej szkoły o ich **skojarzenia z wiosną**.

Mateusz Jedliński 8b: *Kwiaty, wyższa temperatura powietrza*
Emilia Piętka 8b: *Ciepło.*
Norbert Chrapek 8e: *Kwiatki*.
Ola Lewandowska 8d: *Ładna pogoda, kwiatki.*
p. Marta Ślubowska: *Jazda rowerem.*
p. Sławomir Rybiński: *Przebiśniegi i krokusy.*

Zuzanna Dąbrowska, Anna Władzińska, 8e

STOŁÓWKOWE PRZYSMAKI

Na początku marca w naszej szkole wśród uczniów i nauczycieli jedzących obiady w stołówce szkolnej zostało przeprowadzone ankietowe badanie dotyczące tego, co lubimy jeść, co nam smakuje i co chcielibyśmy widzieć na naszych talerzach. Ankietę opracowaną przez Samorząd Uczniowski wypełniali uczniowie uczący się w klasach od 1 do 8. Celem było też zbadanie poziomu satysfakcji z posiłków podawanych na szkolnej stołówce. Łącznie na pytania zawarte w ankiecie odpowiedziało 305 osób. Dzięki tej ankiecie dowiedzieliśmy się, że:

- uczniowie uczęszczający na obiady to w 60% dziewczyny, a chłopcy stanowią 40% jedzących;
- 70% uczniów odpowiedziało, że smakują im zupy na stołówce szkolnej;
- większość uczniów z naszej szkoły lubi drugie dania, te dania nam smakują!;
- tylko 44% uczniów jedzących obiady zaznaczyło, że lubi surówki;
- wszelkie dania mączne (makarony, pierogi, kluski) są bardzo lubiane w naszej placówce;
- najlepsze zupy według uczniów to:
    - 1 miejsce: rosół
    - 2 miejsce: pomidorowa
    - 3 miejsce: ogórkowa
    - 4 miejsce: biały barszcz
- najbardziej lubiane II danie na stołówce szkolnej to:
    - 1 miejsce: spaghetti
    - 2 miejsce: naleśniki
    - 3 miejsce: schabowy
- desery, które najbardziej lubią uczniowie naszej szkoły:
    - 1 miejsce: słodka bułka
    - 2 miejsce: owoc
    - 3 miejsce: mus owocowy

Co dalej? Wyniki ankiety Samorząd Uczniowski przekaże pani intendentce i paniom kucharkom, żeby wiedziały, co jemy najchętniej, co lubimy i co najszybciej znika z naszych talerzy. Chcemy, żeby obiady były jak najlepsze i żeby wszystkim smakowały.

Gabriela Antonkiewicz, 8b

GLOW-UP

Glow up z języka angielskiego oznacza wyglądać lepiej niż kiedyś, czy też wyładnieć. To przemiana nie tylko zewnętrza, ale także wewnętrzna. Co ciekawe, w Glow up chodzi przede wszystkim o to, by zaakceptować i pokochać siebie.

Glow up jest bardzo popularny w mediach społecznościowych. Spora grupa influenserek pokazuje sposoby na przejście takiego glow up'u. Możliwości są różne – każda dotyczy innego konkretnego celu, np. jeśli chcesz mieć ładniejszą cerę, to musisz pić dużo wody. Najczęściej poleca się wpleść dobre nawyki do naszego życia. Wskazane są aktywności sportowe, które nie muszą być bardzo wymagające jak podnoszenie ciężarów. Chodzi o to, by znaleźć coś dla siebie i zrobić z tego codzienną rutynę. Podstawą jest też picie większej ilości wody. Woda jest niezbędna do regulacji temperatury ciała, prawidłowej przemiany materii i procesów trawiennych. Jest również dobra dla naszej cery oraz poprawia jędrność skóry. Jeśli nie lubimy zwykłej wody, poleca się dodawać do niej owoce, cytryny, miętę lub plastry zielonego ogórka. Warto też zadbać o zdrową dietę, ponieważ to, co jemy przekłada się na nasz wygląd oraz zdrowie. Poszarzała skóra, cera w gorszej kondycji oraz łamliwe paznokcie, często są skutkiem tego, co jemy, dlatego warto urozmaicić dietę w warzywa i owoce. Jeśli nie przepadasz za warzywami lub nie wiesz, jak wprowadzić nowe zdrowe nawyki do swojego życia, to podaję kilka sposobów:

- do każdego obiadu lub kolacji dodaj jedno warzywo,
- jedz więcej sałatek,
- wprowadź do diety koktajle owocowe lub warzywne,

Warto zadbać też o sen (wskazana ilość godzin zależy od wieku). W przypadku nastolatków powinno to być 8-9 h snu.

W glow up'ie chodzi przede wszystkim o akceptację siebie, więc nie możemy się porównywać do tych wszystkich dziewczyn z Instagrama, bo w większości przypadków ich doskonały wygląd to cud z Photoshopa. Najlepiej się do nikogo nie porównywać, ponieważ to tylko źle na nas wpływa. Emilia Piętka 8b

DROGA DO SAMODZIELNOŚCI

23 marca wraz z Dominikiem Szczęsnym i Brunem Wójcickim oraz naszą wychowawczynią, panią Agnieszką Nowak uczestniczyliśmy w grze terenowej z okazji Powiatowych Obchodów Dnia Osób Niepełnosprawnych oraz Światowego Dnia Osób z Zespołem Downa. Gra miała na celu pokazanie młodym ludziom, z jakimi utrudnieniami mierzą się osoby niepełnosprawne, załatwiając różnego rodzaju formalności, takie jak złożenie dokumentu w urzędzie czy najzwyklejsze przemieszczanie się z miejsca do miejsca. Naszym pierwszym zadaniem było udanie się do Urzędu Pracy. Musieliśmy wybrać jedną osobę, która będzie niemową i złoży wniosek o pracę. Drugim naszym zadaniem było pójście do Urzędu Gminy, gdzie jeden z nas musiał założyć gogle imitujące wysoką wadę wzroku. Niewiele widząc, musiał złożyć wniosek o wydanie dowodu osobistego. Ostatnim zadaniem było udanie się do Miejskiej Biblioteki Publicznej. Tam doświadczyliśmy tego, jak się żyje osoba na wózku. Musieliśmy dostać się na 1. piętro do wystawy o Grzegorzu Kasdepke. Dla osoby zdrowej to nic trudnego, ale na wózku już nie jest tak łatwo.

Udział w tej grze terenowej był bardzo ciekawym doświadczeniem, ponieważ zobaczyliśmy, jak wygląda załatwianie spraw w urzędach oraz jak wygląda życie osób niepełnosprawnych. Pomoc życzliwych osób lub asystentów wydaje się bezcenna.

Maciej Kożuchowski, 8c

K JAK KONCERT

W styczniowym wydaniu gazetki znalazł się artykuł, o tym, kiedy i czyje koncerty odbędą się w Polsce w tym roku. Dlatego też postanowiłam zapytać uczniów oraz nauczycieli naszej szkoły, na czyj koncert wybraliby się, jeśli byłoby to możliwe.
A oto wyniki:

- **Tosia Ruta - The Weekend**
- **Zosia Jaworowska - Snoop Dogg**
- **Alicja Końska - 2Pac**
- **Carmen Kurowska - The Weekend**
- **Pani Izabela Saganowska - Sting, Adele, Katie Melua**
- **Nina Zielińska - The Weekend**
- **Janek Gągol - 21 Savage**
- **Mateusz Jedliński - Lana Del Rey**
- **Pan Sebastian Parulski - Nirvana**
- **Gabrysia Antonkiewicz - Harry Styles**

Z sondażu wynika, że większość pytanych przeze mnie osób poszłaby najchętniej na koncert **The Weekend**. Zespół ten zagra koncert w Polsce już w sierpniu tego roku, może więc uda się spełnić te koncertowe marzenia.

CIEKAWOSTKA

W czasie Inwazji Mocy 2000 odbył się największy koncert w dziejach naszego kraju – występ zespołu Scorpions na lotnisku w podkrakowskim Pobiedniku Wielkim na lotnisku Kraków-Pobiednik Wielki. Wzięło w nim udział według różnych szacunków 700-800 tysięcy osób.
Warto zauważyć, że z roku na rok coraz więcej wykonawców różnych stylów muzycznych wybiera Polskę na miejsce na mapie swojej trasy koncertowej. Niestety udział w dużym koncercie to niemały wydatek. Średnio na bilet trzeba wydać ok. 500 zł. Zawsze jednak usłyszenie na żywo swojego idola to ogromne przeżycie, które zostaje w pamięci na długo.
Życzymy zatem spełnienia muzycznych koncertowych marzeń.

Zosia Gągol, 8c

Najrzadziej odwiedzane państwa na świecie

Każdy chciałby już pewnie wyjechać na wakacje i odpoczywać w wybranym dla siebie miejscu, jednak mamy jeszcze kilka miesięcy do lata, na razie możemy tylko pomarzyć o podróżach. Większość z nas wybiera znane wszystkim kierunki, ale czy wiecie, jakie są najrzadziej odwiedzane państwa na świecie?

Afganistan

Afganistan targany nieustannymi walkami z talibami jeszcze w latach 70. był tłumnie odwiedzany przez turystów. Obecnie niewiele osób decyduje się na wyprawę do tego niezwykłego zakątka naszego globu. Niewiele osób zdaje sobie sprawę, że kraj ten obfituje w niesamowitą przyrodę, urzekające krajobrazy, bogate dziedzictwo archeologiczne, ciekawą architekturę i fantastycznych ludzi.

Komory

Komory to wyspiarskie państwo w północnej części Kanału Mozambickiego, leżące pomiędzy północną częścią Madagaskaru a północno-wschodnią częścią Mozambiku. Ta wyspa jest odwiedzana tak rzadko z powodu niewielu połączeń lotniczych oraz z powodu moskitów, które opanowały wyspę.

Wyspy Świętego Tomasza i Książęca

To archipelag, leżący na Oceanie Atlantyckim w Zatoce Gwinejskiej, składa się z pięciu wysp. Znajdują się one na północny wschód od punktu, w którym równik przecina się z południkiem zerowym. Jedynie dwie wyspy są zamieszkane. Mała liczba turystów jest spowodowana lotem, który może potrwać aż 40 godzin.

Turkmenistan

Terytorium tego państwa w 80 procentach zajmuje pustynia Kara-kum, jest tu sucho, gorąco, a w południowej części kraju możemy natknąć się na duży fragment słynnego Jedwabnego Szlaku. Przez dwie dekady Turkmenistan był skutecznie izolowany przez zmarłego prezydenta Saparmurada Nijazowa, co spowodowało, że mało było wiadomo o tym kraju, a turyści byli rzadkością. Turystów, którzy zdecydowali się tu pojechać, intryguje najbardziej ,,Brama do piekła" czyli ogromny krater, który płonie nieustannie od 38 lat.

Dominik Szczęsny, 8c

LET'S PLAY

RECENZJA GRY: *Workers & Resources: Soviet Republic*

Workers & Resources: Soviet Republic to strategia ekonomiczna z 2019 roku, opracowana i wydana przez słowackie studio gier 3Division. W grze wcielamy się w zarządcę, którego zadaniem jest rozwój fikcyjnego państwa wchodzącego w skład republik radzieckich. Cała rozgrywka jest osadzona w latach 60-tych i 70-tych.

Mechanika nie różni się zbytnio od innych przedstawicieli gatunku. Gracz dostaje określony teren, na którym może rozwijać własne państwo. Powinien on rozbudowywać je w taki sposób, by było w stanie na siebie zarabiać. W tym celu otrzymuje różnego rodzaju budynki takie jak fabryki, dworce czy bary, by ludzie mieli zapewnione miejsce pracy czy rozrywkę. Zbudowanie budynku wymaga odpowiedniej ilości gotówki czy surowców, a do każdego z nich musi być przypisana określona liczba pracowników z odpowiednim wykształceniem. Pracownicy muszą mieć dostęp do edukacji, dlatego w okolicy stref mieszkalnych należy postawić szkoły, które im to zagwarantują. Bardzo istotną rolę w republice ogrywa także transport. Każdy towar wymaga przetransportowania do kolejnego zakładu, czy do konkretnego magazynu. Stworzenie odpowiedniej sieci komunikacyjnej jest również konieczne do sprawnego funkcjonowania miasta. Gra jest dość skomplikowana, a obecnie nie ma ona samouczka, więc wielu rzeczy musimy domyślać się sami lub zerkać po podpowiedzi do Internetu.

Workers & Resources: Soviet Republic stawia mocny nacisk na realizm rozgrywki. Wszystkie budynki inspirowane są faktycznymi budowlami z czasów radzieckich. Wszystkie pojazdy takie jak ciężarówki do transportu towarów czy auta, z których korzystają mieszkańcy, pochodzą z czasów komunizmu w Europie, więc w grze możemy spotkać takie perełki jak Fiat 126p czy FSO Polonez. Dodatkowo cała oprawa graficzna utrzymana jest w ciemnych barwach, co potęguje wrażenie przebywania w jednej z radzieckich republik.

Gra bardzo mi się spodobała i musze przyznać, że spędziłem parę godzin, rozwijając swoje miasto. Niestety produkcja studia 3Division kosztuje obecnie aż 120 zł. (Steam) Nie jest to mało, ale mimo wszystko zachęcam do zakupu osoby interesujące się historią oraz osoby grające w gry skupiające się na budowaniu miast i rozwijaniu gospodarki, ponieważ jest to jedna z najlepszych gier o takiej tematyce.

Gabriel Zgódka, 8b

HISTORYCZNIE I SENTYMENTALNIE

8 marca ósmoklasiści z kl. 8b i 8c pojechali na wycieczkę do Warszawy. W pierwszej części wycieczki przenieśliśmy się w czasie do 1944 roku, czyli do czasów powstania warszawskiego. Muzeum to jest jednym z ważniejszych miejsc związanych z II wojną światową, które można zwiedzić w stolicy. Zobaczyliśmy w nim, jak wyglądała rzeczywistość ludzi, którzy walczyli w powstaniu. Na pewno w pamięci pozostały powstańcze opaski, replika samolotu czy zrzucane przez aliantów kapsuły z bronią, medykamentami i zapuszkowanym jedzeniem. Widzieliśmy również film „Miasto ruin" ukazujący zniszczenia Warszawy po powstaniu. Ta część wycieczki była zdecydowanie bardziej refleksyjna, niż drugi jej element, czyli wizyta w Muzeum Życia w PRL-u. Nie był to przypadek, że trafiliśmy do świata naszych babć po to, by zobaczyć, jak ważnym świętem był Dzień Kobiet w czasach PRL-u. Warto podkreślić, że kiedyś było to święto o charakterze państwowym. Co to oznaczało? W tym dniu były obowiązkowe akademie, wiece, kwiaty (podobno goździki) i rajstopy, których otrzymanie ówczesne kobiety musiały pokwitować, podpisując się na specjalnej liście. Przewodnicy muzealni powiedzieli nam również, że 8 marca w zakładach pracy, elegancko ubrani panowie składali pocałunki na dłoniach pań, wręczali im prezenty i przekazywali specjalne życzenia. Organizowane były też oficjalne spotkania, podczas których podkreślano rolę kobiet w budowaniu państwa socjalistycznego (hasło: „kobiety na traktory"). Wizerunek kobiety pracującej oraz świetnej gospodyni domowej był wtedy często wykorzystywany w celach propagandowych. W takiej oficjalnej formie Dzień Kobiet przetrwał aż do 1993 roku.

Dziś święto to ma zarówno zwolenników, jak i przeciwników. Wiele osób pamięta tamte sposoby świętowania i je ośmiesza, ale są też tacy, którzy tęsknią za dniem, w którym kobiety były doceniane. Ósmoklasiści podeszli do obchodów Dnia Kobiet z przymrużeniem oka, wychowawczynie również, zwłaszcza że nasze panie otrzymały od pani z biura podróży goździki i rajstopy (jak za dawnych lat).

Na koniec wycieczki (oprócz pierwszej części „dla ducha") było też coś „dla ciała" - udaliśmy się do baru mlecznego, gdzie każdy mógł zjeść to, na co miał ochotę. Doświadczenie jedzenia w barze mlecznym może się okazać bardzo przydatne w przyszłości, kiedy już będziemy (np. podczas studiowania) mieszkać poza domem.

Emilia Piętka, 8b

NAUCZYCIELE INSPIRUJĄ KULINARNIE

Warstwowa sałatka na początek wiosny

Wiosna zbliża się wielkimi krokami. Postanowiłam więc zapytać panią Marzenę Grzyb o przepis, który często wykorzystuje w swoim domu. Pani Grzyb podzieliła się z nami przepisem na pyszną sałatkę warstwową. Może ktoś z Was zainspiruje się propozycją naszej nauczycielki i zaskoczy bliskich, ponieważ przygotuje taką sałatkę na przykład na zbliżającą się Wielkanoc?

ETAPY PRZYGOTOWANIA:

1. Pierś drobiową pokroić w kostkę, przyprawić solą i przyprawą Gyros, następnie obsmażyć.

2. Jednego pora drobno pokroić, warstwę posmarować ketchupem.

3. Ogórki kiszone pokroić w kosteczkę.

4. Dodać kukurydzę z puszki.

5. Przygotować sos: jogurt naturalny z 3-4 łyżkami majonezu, polać wcześniej ułożone składniki.

6. Przykryć wszystko drobno pokrojoną kapustą pekińską.

Tak pięknie (wiosennie) wyglądający półmisek z sałatką na pewno zrobi furorę na stole.

Przepis od pani Marzeny Grzyb uzyskała - Emilia Piętka z 8b