

Wstępniak

Wydawaloby się, że listopad to najbardziej smutny i ponury miesiąc w roku, ale nie w naszym liceum. Dzieje się u nas wiele. Przebieramy się na Halloween, czcimy pamięć zmarłych, świętujemy kolejną rocznicę niepodległości i staramy się zrozumieć współczesny świat. Mamy nadzieję, że przy gorącej herbacie, pod ciepłym kocem spędzicie miło czas, czytając nowy numer naszej gazetki.

REDAKCJA

W tym numerze:

Rozważania maturzystki	str. 3
Myszę, więc piszę	str. 5
Poznaj swojego wychowawcę—wywiad z prof. Iwoną Frączek	str. 7
Młodzi zdolni	str. 9-10



WYKŁAD W RAMACH OBCHODÓW ŚWIĘTA NIEPODLEGŁOŚCI

Jak wszyscy wiemy, 11 listopada to szczególne święto w naszym kraju, zazwyczaj celebrowane uroczystymi akademiami w szkołach. Tym razem w naszym liceum było inaczej. Uczniowie mogli wziąć udział w wykładzie prowadzonym przez doktora ha-



Z pamiętnika

Okazało się, że liceum to całkiem inna rzeczywistość niż nasze poprzednie szkoły. Tu nauczyciele mają znacznie wyższe wymagania niż w podstawówce, lecz nie oznacza to nic negatywnego. Poza tym traktowani jesteśmy jak dorośli, co bardzo nam się podoba. Na szczęście nie oznacza to tylko, że mamy więcej obowiązków. W szkole zdarzają się różne przyjemności. Dobrym przykładem był Piknik Powitalny dla pierwszaków,

który odbył się w pięknych okolicznościach jesiennego przyrody. Dzięki niemu mogliśmy poznać szkolne kółka zainteresowań, a do niektórych z nich dołączyliśmy. Mieliśmy okazję zintegrować się z resztą szkoły podczas tańców ta-

skołowanego pierwszoklasisty

skich jak: belgijka czy skrzypek. Z przyjemnością wspominamy Dzień Jabłka, promowanie czytelnictwa, Halloween i wiele innym imprez, które długo będziemy pamiętać.

Ola

bilitowanego Marka Białokura z Uniwersytetu Opolskiego. Przedstawił on prezentację związaną z historią naszego kraju. Przypomnieliśmy sobie, jak wyglądała całość walk Polaków o niepodległość na przestrzeni 123 lat niewoli. Pan doktor wspominał o ważnej roli Józefa Piłsudskiego i Romana Dmowskiego w naszej historii oraz ich znaczącym wpływie na sposoby walki narodu polskiego i budowanie świadomości obywatelskiej - ludzi mieszkających już w niepodległym kraju. W czasie wykładu aula była wypełniona uczniami. Było tak wielu zainteresowanych, że część chę-



nych musiała na stojąco wysłuchać wykładu. Nic dziwnego, bowiem doktor Białokur niewątpliwie ma w sobie dużo charyzmy i talent do wypowiedzi publicznych, które zachęcają słuchaczy do interakcji. Całość spotkania dopełnił występ szkolnego chóru.

Bardzo podobała nam się taka forma obchodów Święta Niepodległości. Nareszcie historia stała się punktem wyjścia do głębszych refleksji.

Ela



W kronikach szkoły minionej epoki trudno było odszukać śladów obchodów święta 11 Listopada. W tym miesiącu obchodzono przede wszystkim kolejne rocznice Rewolucji Październikowej. Czasem wspomniano rocznice Powstania

11 listopada w tamtej epoce

Listopadowego. Poniżej kronikalne znaleziska.

11. XI. 1949 W dniu tym po 5 lekcji odbyło się wolne zebranie Koła Szkolnego TP.R.P. Na porządek dzienny zebrania złożyły się: 1) sprawy organizacyjne; 2) referat pt. „Młodzież w ZSRR”.

12. XI. 1949 W związku z nominacją nowego Marszałka Polski ob. Konstantego Rokosowskiego wszyscy junaczki i junacy „S.P” zebrali się po piątej lekcji w auli, i przedstawiciel z województwa zapoznał młodzież z powyższym.

Dnia 07. XI. 1951r. w auli tut. zakładu odbyła się uroczysta akademia w związku z 34 rocznicą Rewolucji Październikowej. Na program złożyło się: Referat o znaczeniu Rewolucji Październikowej, pan prof. Florkowski. Po cz. oficjalnej odśpiewaliśmy „Międzynarodówkę”. Cz. artystyczna – recytacja zbiorowa kl. 9b pt. „Serce partii”, deklamacja uczennicy kl.1 Trzy fragmenty

książki M. Ostrowskiego pt. „Jak hartowała się stal” w wykonaniu kl.10a i 11. Na zakończenie odśpiewano Hymn ŚFMD.

Dnia 7. 11. 1957 odbyła się w Kędzierzynie na tamtejszym cmentarzu wojskowym wielka manifestacja z okazji 49. rocznicy wybuchu Wielkiej Socjalistycznej Rewolucji Październikowej. Manifestację zakończył uroczysty apel poległych ku czci żołnierzy radzieckich, którzy zginęli w walce o wyzwolenie naszej Ojczyzny spod okupacji hitlerowskiej.

Dnia 29. bieżącego miesiąca odbył się apel poświęcony 126. rocznicy wybuchu powstania listopadowego. Została także zorganizowana wystawa starej broni, które cieszyła się dużym powodzeniem.

8-11-1968 r. odbył się apel z okazji odzyskania Polski po Wielkiej Rewolucji Październikowej w 1918 r.

11. 11. 1968 na dużej przerwie odbył się apel poświęcony rozpoczynającemu właśnie swe obrady V Zjazdowi PZPR. Po szóstej lekcji odbyła się akademia z okazji mijającej właśnie 50. rocznicy odzyskania niepodległości przez Polskę po przeszło wiekowej niewoli.

10.11.78 Po lekcjach dla klas trzecich i czwartych odbyła się sesja popularno-naukowa pod hasłem „Narodziny II Rzeczypospolitej”. W sesji wygłoszone zostały trzy referaty.

WSZYSTKICH ŚWIĘTYCH

W dniu uroczystości Wszystkich Świętych - 1. listopada, a także następnego dnia Dzień Zaduszny - 2 listopada, odwiedzamy cmentarze, aby ozdobić groby swoich bliskich kwiatami i zapalić znicze. Są to też święta obchodzone przez część innych wyznań, a także zwyczaj praktykowany przez osoby bezwyznaniowe i niewierzące, będące wyrazem pamięci oraz oddania czci i szacunku zmarłym. 1 listopada to ustanowione już w IX wieku kościelne święto - Dzień Wszystkich Świętych, podczas którego wierni modlą się za wszystkich tych, których wyniesiono na ołtarze. Ze względu na święto, które jest też dniem wolnym, w Polsce przyjęła się tradycja odwiedzania grobów bliskich właśnie 1. listopada. Powinniśmy to robić jednak przede wszystkim 2. listopada,

i DZIEŃ ZADUSZNY

w Zaduszki, czyli w dzień modlitwy za dusze naszych zmarłych. Są to dni pełne zadumy, przemyśleń i refleksji.

Natalia



Kolejny miesiąc nauki minął, czas w maturalnej klasie jak zawsze biegnie o wiele szybciej. Nudno by

Z pamiętnika

było, gdybym ciągle pisała o tym samym, więc, tu nowość, MATURA próbna już za mną. Bardzo się stresowałam tym wszystkim, zresztą jak reszta moich znajomych. Bardzo dużo się działo, różne pytania krążyły mi po głowie, na które nigdzie nie potrafiłam znaleźć odpowiedzi. Ogólnie rzecz biorąc,

uświadomiłam sobie jak bardzo jestem rozczochrana i zupełnie niepotrzebnie spanikowana. Teraz zastanawiam się, czemu tak emocjonalnie do tego podeszłam. Drogi Pamiętniczku, chciałabym się przestać stresować na zapas, być jak moja siostra i powtarzać słowa "gorzej, to już raczej być nie będzie". Spróbuję więc, poukladać swoją wiedzę, poćwiczyć umiejęt-

rozcochranego maturzysty

ności i mimo wszystko, spojrzeć optymistycznie w swoją przyszłość!

Aga





Halloween - „All Hallows' Eve”, czyli wigilia Wszystkich Świętych. Najhuczniej obchodzone w Stanach Zjednoczonych, Kanadzie, Irlandii, Australii i Wielkiej Brytanii. Mimo że dzień nie jest świętem urzędowym, cieszy się po święcie Bożego

przez zлыми duchami. Zwyczaj związany z przebieraniem pozostał do dzisiaj, innymi symbolami tego święta są: wydrążone dynie, duchy, czarownice, nietoperze, czarne koty, pajęczyny itp. Halloween nie jest zbyt popularne w Polsce ze względu

HALLOWEEN

Narodzenia największą popularnością. Dawniej uroczystości te kończyły żniwa i witaly zimę. Ważnym elementem Święta Zmarłych z nocy 31 października na 1 listopada było palenie ognisk, które miały wskazywać drogę do domu dobrym duchom i odstraszyć te złe. Brudne i podarte ubrania czy maski, które zakładali ludzie, również miały zapewnić ochronę

na wiarę, chęć wyciszenia się przed następnym dniem i wizytą na cmentarzu. Nie znaczy to, że musimy kompletnie zrezygnować z obchodzenia tego święta. Wycinanie girland czy drażenie dyni może być dla nas czymś relaksującym, a dla dzieci wysmienitą zabawą.



Jesień kojarzy się ze smutkiem. Z ogarniającą człowieka tęsknotą za latem, słońcem i upałem.

Myślę, więc piszę...

Kolorowe liście – choć piękne – nijak mają się do smaku sezonowych truskawek. Wrzesień, październik uderzają w nas szkolną rzeczywistością. Pomimo, że pociesza nas intensywny koloryt przyrody, z czasem – nadchodzi szarość - pełen zawodu, melancholijny listopad.

Przytłoczeni poranną mgłą nastolatkiem zapominają o szczęściu, jakie dawał im lipiec. Chowają w szafach letnie ubrania, przeciwsłoneczne okulary i pamiątki z wakacji. Teraz ich biurka zapelnia sterka podręczników, nieczytanych lektur oraz tony makulatury. W koszach pod blatem piętrzy się piramida z wypisanych długopisów, zgniecione w rozżaleniu kulki papieru i połamane w emocjach ołówki. Nadeszła szarość – a w szarości – słońca nie przynosi nawet ukochana kawa.

Pies merda wesoło ogonem i trąca nosem o nogę właściciela. Chce się bawić. A właściciel zapomina o figlach, bo w głowie ma tylko smętne piosenki. Brakuje mu sił, by wytłumaczyć pupilowi swój

podły stan. Uroczy wążacz nie daje jednak za wygraną. Po kilku nieudanych próbach, wskakuje swojemu ludzkiemu przyjacielowi na kolana. Słońce wychodzi zza chmur.

O szczęściu się nie zapomina. Wspomnienia dają radość nawet po latach. A co przyjdzie nam wspominać na bujanych fotelach, jeśli pogrzążymy się w żalobie? Pochowaliśmy lato – nadejdzie następne. Teraz, jesienią szczęście wydaje się być zakopany skarbem. A wystarczy spojrzeć w dół, na kolana. Radość właśnie patrzy na nas czarnymi ślepiami, merda ogonem i pragnie się bawić. Szczęście mamy pod nosem. Uśmiech od losu może mieć sierść, metalowe struny, bądź zapach papieru. Ambrozja każdemu zasmakuje inaczej, ale przecież – każdy z nas ma swoje, ulubione jedzenie. Wystarczy poszukać i zasmakować.

Mapą do skarbu może być wszystko. Ulubiona książka, kubek kakao z piankami, przyjaciel z sąsiedztwa. Dajmy sobie chwilę wytchnienia. Doceńmy siebie, tak ciężko pracujemy. Listopad potrafi być radosny. Pełen wspomnień, ciepła, zaangażowania. Nie bądźmy bierni, nie przeczekujmy do zimy. Szukajmy uciechy w detalach. A wtedy, ku naszemu ogromnemu zdziwieniu - słońce zaświeci nawet w deszczu.

Mariola

CZAS NA REFLEKSJĘ

Współczesnym *memento mori* społeczeństwa można nazwać wypadające 1. i 2. listopada Święto Zmarłych. Nieodłącznymi elementami tego dnia są wspominki świętych, bliskich i modlitwa o ich wieczne odpoczywanie. Jednocześnie, przechadzając się cmentarnymi alejkami, z tyłu głowy pozostaje świadomość o nieuchronnym końcu. Wiemy, że umrzemy. Rodzimy się z tą świadomością i wrodzonym strachem przed bólem. Fakt, iż zapominamy o nieuchronnym finale, może być rozpatrywany zarówno w pozytywny, jak i negatywny sposób. W końcu, nie powinno się żyć ze świadomością śmierci, jednocześnie, nie powinno się ignorować wynikającego z samego faktu istnienia ryzyka. Życie jest jak taniec. Tancerz ma świadomość zagrożenia kontuzji, ale zdobywa się na odwagę, by wykonać piruet. Bez piruetu, jego występ okaże się dla widza nudny, dla artysty – bezcelowy.

Życie i śmierć związane są nierozzerwalnym łańcuchem. Jedno nie istnieje bez drugiego. Nikt nie wie na pewno, co jest po śmierci, czy istnieje świat poza krainą żywych. Pośmiertne istnienie nazywane jest umownie „życiem pozagrobowym”. Myślę, że właśnie dlatego, spotkamy się w ten listopadowy dzień nad grobami bliskich. Wspominamy ich twarze, a jeśli nie pamiętamy ich obrazu – stoimy w milczeniu i pozwalamy myślom szukać wspomnień.

Memento mori

„Ciekawe, czy ktoś będzie o mnie pamiętał?” Trudne pytanie. Wszystkie, przycho-



CZAS NA REFLEKSJĘ cd. dzące mi do głowy odpowiedzi zawierają zatrważające „ale” po krótkim „tak”. „Tak, będą o tobie pamiętać... Ale...”. No właśnie. „Ale”. Na pamięć nie trzeba sobie zasłużyć. O dobrą pamięć – należy zadbać zawczasu.

1.listopada nie należy do najradośniejszych dni w roku. Często, jak to bywa późną jesienią, wprawdzie na cmentarz nie dopisuje pogoda. Słońce raczej nas nie rozpieszcza, wiatr targa splecione włosy, a deszcz splywa po śliskim materiale pa-

rasolki. Mamy wrażenie, że pogoda płacze. Wiatr i deszcz chyba też mają uczucia. Chyba też myślą o życiu i śmierci. Może na swój sposób próbują uświadomić smutną prawdę - dzień zmarłych, kiedyś będzie i naszym świętem. W tym roku był to piękny i mam nadzieję, że refleksyjny dzień.

Memento mori. - Pamiętaj, że umrzesz.

Mariola



BĄDŹ EKO!

Szalone, ale ekologiczne pomysły

Jesienne porady na ekologiczne celebrowanie złotej pory roku! Jak świętować Halloween oraz Święto Zmarłych w stylu eko? Oto kilka wskazówek! Zaczynając od celebrowania



wania upiornego Halloween, warto pomyśleć o dekoracjach:

- klasykiem jest wykorzystanie dyni jako lampionu. Wykorzystaj miąższ do ugotowania zupy lub upieczenia ciasta. Gdy dynia-lampion zacznie się już psuć, z pewnością będzie doskonałym składnikiem kompostu i pozwoli na użyczenie gleby w naszym ogródku. W ten sposób nic się nie zmarnuje.
- moim faworytem do zdobień pokoju jest użycie włóczki na stworzenie pajęczyny- twórcze li bardzo proste.
- jeżeli posiadasz jakieś stare prześcieradła, to możesz je użyć do przebrania za ducha.
- jak zamierzasz częstować innych słodyczami, to przygotuj je sam! Domowe słodycze są znacznie zdrowsze i nie mają plastikowych opakowań

O ekologii pamiętajmy też w kolejnym dniu – podczas Święta Zmarłych.

- jeśli składasz na grobach kwiaty, to postaraj się o żywe – nie plastikowe wieńce. Plastikowe ozdoby, które nie rozłożą się, niebawem zamienią w śmieci zanieczyszczające nasze cmentarze.
- jeżeli chodzi o znicze, to unikaj tych plastikowych i szklanych. Wbrew temu, co można pomyśleć, szklane znicze nie nadają się do recyklingu – szkło, z którego są wykonane, ma inny skład chemiczny niż butelkowe, a dodatkowo zanieczyszczone są trudną do usunięcia parafiną. Zamiast tego skorzystaj z ceramicznych lampionów.



- jeśli zamiast parafiny wykorzystamy воск pszczeli, to znicz będzie jeszcze bardziej ekologiczny!

Pozostając przy jesiennych klimatach, jeżeli kiedykolwiek nie chce Wami się zabrać za grabienie liści na swoim ogródku, to pamiętajcie, że jest to dom wielu zwierząt np. jeżyków :) Czasami lenistwo nie jest wadą.

Natalia D.

Wywiady

Wiemy, że jest Pani absolwentką naszego liceum. Jak wspomina Pani swój pobyt w I LO?

Bardzo dobrze J Uczęszczałam do klasy o profilu ogólnym.

1. Jaką była Pani uczennicą?

Dobłą, nie miałam żadnych problemów.

2. Czy chodziła Pani na wagarzy?

W liceum NIE. Byłam raz na wagarach w szkole podstawowej w 7 albo 6 klasie, nie pamiętam dokładnie.

3. Które przedmioty były Pani ulubionymi?

Matematykę, geografię, biologię, no i oczywiście wychowanie fizyczne.

4. Czy łatwo jest uczyć w szkole, do której się chodziło?

I TAK i NIE J Na pewno jest łatwiej, bo znam zasady, jakie tu panują i co jak ma wyglądać. Obawia-

W tym numerze wywiad z panią Iwoną

Frączek, wychowawczynią kl.1b

łam się jednak, jak będę postrzegana przez moich dawnych nauczycieli. Przyszłam do pracy w liceum 3 lata po swojej maturze J W tym roku mam 25-lecie swojej pracy.

5. Gratulujemy! A co lubi Pani szczególnie w swoim zawodzie?

Pracę z uczniem. Jej różnorodność. Niby robi się te same treści programowe w klasach, ale każdy zespół jest inny i trzeba dopasować się. Nie da się pracować w każdej klasie tak samo.

6. Jaką rolę wg Pani ma do spełnienia w dzisiejszych czasach nauczyciel? Czy powinien ograniczać się do przekazywania wiedzy?

Oczywiście, że NIE. Myślę, że nauczyciel we współczesnej edukacji powinien być „drogowskazem”, partnerem w poszukiwaniu wartości i rozwoju umiejętności ucznia.

7. A teraz, chcielibyśmy zapytać o Pani pa-



sje. Co poza nauczaniem, szkołą, najbardziej Panią interesuje?

Bardzo lubię podróże. Lubię poznawać nowe miejsca



Poznaj swojego wychowawcę

które warto zobaczyć. Jak mówi powiedzenie : „Cudze chwalicie, swego nie znacie”.

8. Jak spędza Pani wolny czas?

Aktywnie. Często wyjeżdżam z rodziną w góry, bardzo lubię spacerować po górskich szlakach. Wycieczki rowerowe, zimą narty itp.



8. Jakiej muzyki lubi Pan słuchać? Co lubi Pan czytać?

Różnej, to zależy od mojego nastroju. A co do książek – to lubię literaturę łatwą i przyjemną J

9. Wracając do tematyki szkolnej, jak wg Pani powinniśmy budować dojrzałe relacje między uczniami i nauczycielami?

Ważne jest, by w szkole stworzyć przestrzeń ułatwiającą dzieciom i młodzieży nie tylko naukę programu szkolnego, ale w takim samym stopniu – naukę budowania pozytywnych relacji opartą na **wzajemnym zaangażowaniu i zaufaniu**.

10. Jest Pani wychowawczynią, jak ocenia Pani po miesiącu wspólnej pracy swoją klasę 1b?

Bardzo dobrze J Jest to bardzo fajny zespół, widzę, że się dogadują między sobą i ze mną. Oby tak dalej.

11. Co najbardziej ceni Pani u uczniów?

Szczerłość, bo uważam, że jest to podstawa stworzenia dobrych relacji interpersonalnych.

Dziękujemy za poświęcony nam czas.



KTO, Z KIM, KIEDY ... ,

Niedawno w naszej szkole pojawił się nowy automat z różnymi słodkimi przekąskami, który tak samo jak automat z kawą, cieszy się dużym zainteresowaniem wśród uczniów. Kolejne niezwykle atrakcyjne i oblegane miejsce w liceum.

Zwróciliśmy też uwagę na kreatywność naszych uczniów. Mamy tu na myśli np. ciekawe rysunki, które pojawiają się na tablicach w wielu gabinetach, a także

w toaletach.

Talent artystyczny naszych koleżanek i kolegów widoczny był też pewnego dnia na jednym z korytarzy. Podziwialiśmy niezwykle dzieło – wieżę z puf. Ciekawe, co autor miał na myśli?

Niesamowitą pomysłowością na strój i makijaż halloweenowy wykazali się nasi uczniowie. Szczególnie zachwyciły nas postacie z bajek, filmów i komiksów. BRAWO!

Teraz pomarudzimy, niestety, niezbyt nam się podoba to, że podczas przerw, wiele osób stoi na środku korytarza, blokując przejście, wystarczyłoby się przesunąć i zrobić miejsce dla

przechodzących. Podobnie dzieje się na schodach. Pamiętajmy, że obowiązuje ruch prawostronny, będzie BEZPIECZNIEJ.

czyli szkolne ploteczki

Plotkary



Trochę kulturki...

Ma zacięcie do sztuk walki.

Marta Teodorowicz jest uczennicą klasy pierwszej naszej szkoły. Jej ogromną pasją i zainteresowaniem jest karate, które trenuje o piątego roku życia. Konsekwentnie dąży, by dostać się do Kadry Narodowej, aby móc reprezentować Polskę w Kumite.



1. Witam Marto.

Witaj.

2. Dlaczego karate i kiedy zaczęła się Twoja przygoda z tym sportem?

Szczerze mówiąc, nie ma jednoznacznej odpowiedzi, ponieważ tak naprawdę wszystko zaczęło się, gdy miałam pięć lat. Mój kolega zaczął uczęszczać na karate i byłam bardzo ciekawa jak to wygląda. Spytałam więc rodziców, czy mogliby zapisać mnie do szkoły karate. Bardzo mi się to spodobało i od tamtej pory stale trenuję.

3. Gdzie trenujesz i ile czasu w tygodniu ci to zajmuje?

Trenuję w Szkole karate, która znajduje się w Koźlu koło Baszty. Treningi mam trzy razy w tygodniu, natomiast staram się ćwiczyć pięć razy w ciągu całego tygodnia. Zajęcia trwają mniej więcej półtorej godziny.

4. Jak wyglądają rutynowe treningi? Czy do zawodów przygotowujesz się jakoś specjalnie? Dieta? Więcej snu?

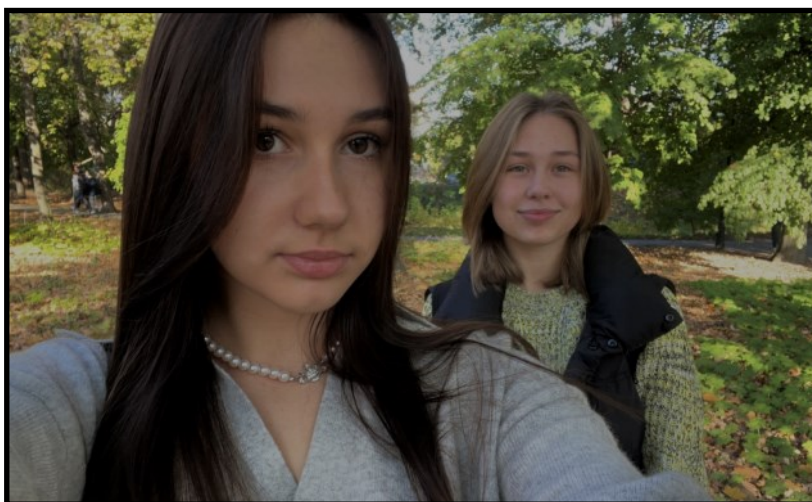
Mój rutynowy trening zaczynam oczywiście od rozgrzewki, która trwa od około dwudziestu, do dwudzie-

młodzi zdolni...

stu pięciu minut. Należy pamiętać o tym, że rozgrzewka jest bardzo ważna przed treningiem, inaczej możemy nabawić się poważnej kontuzji. Trenuję karate Shotokan, bo tak nazywa się karate olimpijskie, sportowe. Dzielimy je na dwa rodzaje, pierwsze, czyli Kata jest to układ ruchów, które prezentujemy przed sędziami na zawodach oraz drugi rodzaj, czyli Kumite jest to walka po dwie, trzy osoby. Ja, specjalizuję się bardziej w Kumite, jest dla mnie ciekawsze. Jeżeli chodzi o przygotowania do zawodów, to nie stosuję żadnej diety, nie lubię tego typu rzeczy, raczej jem to, na co mam ochotę i nie ograniczam się. Co do snu, to ostatnie parę dni przed zawodami szczególnie jeśli są to zawody wysokiej rangi, to staram się dłużej spać.

5. Kiedy pierwszy raz stanęłaś na podium i jakie emocje Ci towarzyszyły?

- Pierwszy raz stanęłam na podium osiem lat temu, były to moje pierwsze zawody, w których zajęłam trzecie miejsce. Pamiętam, że było mi bardzo przykro, gdyż chciałam zająć pierwsze miejsce. Ale za każdym razem, gdy staję na podium, niezależnie od tego czy



jest to pierwsze, drugie czy trzecie miejsce, czuje satysfakcję i dumę, czuję się spełniona, ponieważ oznacza to, że ciężko pracowałam i udało mi się wykonać chociaż kawałek tego, co chciałam osiągnąć.



cd ze str. 9 Młodzi zdolni...

6. Kto jest twoją inspiracją?

- Moją inspiracją są dwie niesamowite kobiety, Alexandra Recchia oraz Yorgelis Salazar. Yorgelis Salazar jest numerem jeden na świecie, pochodzi z Wenezueli, podobnie jak Alexandra, która również przez pewien czas była numerem jeden na ziemi i pochodzi z Francji.

7. Co motywuje Cię do tego sportu?

- Motywuje się sama, dla mnie jest ważne to, co ja robię, nie patrzę na innych, staram się przede wszystkim skupić na sobie, wyznaczam sobie cele, jestem konsekwentna w tym, co robię. Moim marzeniem jest dostać się do Kadry Narodowej, aby móc reprezentować Polskę w Kumite. Na razie jestem w Kadrze Województwa Opolskiego.

8. Co jest dla Ciebie najtrudniejsze w uprawianym przez Ciebie sporcie?

Według mnie w tym sporcie najtrudniejsza jest walka z samym sobą. Dzielę to na dwie części, 50 % jest to przygotowanie fizyczne, a drugie 50% jest to

wać. Jest to moja pasja i nie wyobrażam sobie rezygnacji z tego sportu, poświęcam temu tyle czasu, że jest to dla mnie wręcz styl życia. Tak jak wcześniej wspomniałam,



chciałabym reprezentować Polskę na zawodach, znaleźć się w kadrze Polski. Jest to moje największe marzenie. Będę ciężko pracować, aby moje marzenia dotyczące



przygotowanie psychiczne, które jest często najcięższe. Czasem czuję potężną presję wręcz, która jest na mnie nakładana, np.: oczekiwania innych osób

9. Czy wiążesz swoją przyszłość z karate?

Na pewno, a przynajmniej będę się starać. Tak długo w tym siedzę, że nie oplaca się z tego rezygno-

karate się zięciły. Wierzę, że jestem w stanie tego dokonać.

Trzymam bardzo mocno kciuki za to, aby udało Ci się spełnić sportowe marzenia. Dziękuję Ci, że zgodziłaś się udzielić nam wywiadu!

Ja również bardzo dziękuję.

Rozmawiała Natalia Stokłosa z klasy 1e



Czytam, bo lubię

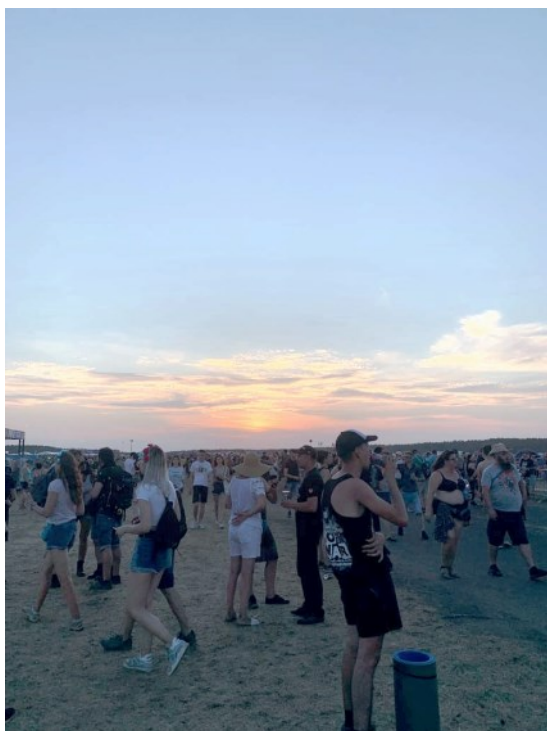
Książka Chucka Palahniuka „Podziemny krag” wzbudziła we mnie naprawdę wiele emocji. Zmęczony monotonnym życiem, bezimienny narrator, zaczyna tworzyć wraz z przypadkowo spotkanym Tylerem Durdenem, nielegalne kluby walki. Nowo spotkany mężczyzna, jest wszystkim tym, o czym Narrator kiedykolwiek marzył. W przeciwieństwie do głównego bohatera, która jest przeciętną, uległą wobec systemu osobom, z zaniżoną samooceną - jest pewnym siebie rewolucjonistą. Do czego może doprowadzić nieprzemyślana anarchia? Cała książka jest napisana niezwykle specyficznym językiem (sam tłumacz wspomniał, że była to najtrudniejsza praca, którą przekładał). Uważam, że ta nietypowa narracja jest kolejnym atutem książki. Prześiąknięta nihilizmem, boleśnie aktualna krytyka niepoahamowanego konsumpcjonizmu i toksycznej męskości.



źródło: <https://lubimyczytac.pl/ksiazka/38257/fight-club-podziemny-krag> Dostęp: 9-11-2022

“...Woodstock trzeba przeżyć ...”

Pora na nostalgiczny powrót do wakacji. Tego roku, między 4 a 6 sierpnia br., odbyło się chyba najbardziej znane wydarzenie muzyczne, czyli Pol'and'Rock Festival, szerzej znany jako polski



Woodstock. Z tego powodu nie mogłam powstrzymać się przed opisaniem tej imprezy, korzystając z jakże ciekawych wspomnień jednej z uczestniczek festiwalu, czyli Eli.

Na festiwalu zorganizowanych zostało mnóstwo

Tylko muzyka!

atrakcji. Odbyły się koncerty wielu utalentowanych artystów, takich jak Kwiat Jabłoni, Strachy na Lachy, Dziwna Wiosna, Organek i wielu innych. Mia-



ły miejsce również spotkania z różnymi osobowościami telewizyjnymi, m.in. z Marcinem Dorocińskim i Jakubem Żulczykiem. Uczestnicy Pol'and'Rock Festivalu mieli również okazję zobaczyć znanego wszystkim Jerzego Owsiaaka, który

cd. **Tylko** muzyka ... zapowiadał wydarzenia.
Zorganizowane zostały



również zajęcia z ceramiki, ścianki wspinaczkowe, codzienne poranne jogi grupowe, parada motocyklowa, występy kabaretów oraz Marsz Równości.

Jak każdego roku, na festiwalu panowała niezapomniana atmosfera. Wszyscy festiwalowicze byli dla siebie serdeczni, otwarci na rozmowy i nowe znajomości do takiego stopnia, że sprawiało to wrażenie, że wszyscy byli tam jedną, wielką rodziną. Uczestnicy bez wątpienia wierni byli hasłu "Miłość, równość, tolerancja", czyli jakże ważnym wartościom we współczesnym świecie.

Pol'and'Rock Festival jest wydarzeniem, które każdego roku przyciąga do siebie tysiące osób i każda z nich z pewnością może zgodzić się ze stwierdzeniem, że Woodstock trzeba przeżyć chociaż raz w życiu. Atmosfery panującej tam nie da się opisać słowami, trzeba ją poczuć, by zakochać się w niej, jak i w całym festiwalu.

Milena, zdjęcia autorstwa Eli



KOCHAM KINO ...

Opowieść o „superbohaterze bez peleryny”

Autorem scenariusza filmu „Johnny” Daniela Jaroszka tak naprawdę jest samo życie. Mam



nadzieję, że są wśród nas tacy, którzy kojarzą postać tytułowego bohatera, jakim jest ks. Jan Kaczkowski. Człowiek, którego możemy nazwać śmiało superbohaterem, swoje życie

poświęcił innym, pomagając wydawałoby się w beznadziejnych sytuacjach, tworząc m.in.: hospicjum w Pucku. (Znam takich, którzy w czasie wakacji pracują tam jako wolontariusze!) Kiedy oglądamy film, widzimy, nie tylko chorych, umierających, samotnych ludzi, ale jesteśmy świadkami tak naprawdę opowieści o bezinteresownej pomocy, pięknej, lecz trudnej męskiej przyjaźni, między Johnnym a byłym więźniem, Patrikiem Galewskim, którego rolę fenomenalnie odgrywa Piotr Trojan. Za tę kreację otrzymał nagrodę za najlepszą pierwszoplanową rolę męską na tegorocznym, 47. Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni. W tytułową postać wcielił się Daniel Ogrodnik, śmiem twierdzić, najlepszy ze współczesnych polskich aktorów - nie tylko perfekcyjnie ucharakteryzowany, ale także bardzo wiarygodnie zachowujący się (sposób mówienia i poruszania się). Warto zwrócić uwagę na końcowe sceny, ukazujące autentyczne postacie, które są pierwowzorami bohaterów filmu – robią one ogromne wrażenie, dodają wiarygodności dziełu. Dopelnieniem całości obrazu jest intrygująca muzyka, która łączy elementy różnych współczesnych trendów w wykonaniu Dawida Podsiadły i Dawida Karpiuka. Polecam film choć radzę, zabierzcie ze sobą chusteczki ... Może nawet dużo!

źródło: <https://www.empik.com/nie-zrozumie-nas-z-filmu-johnny,p1325688625,ebooki-i-mp3-p>

Gosia

W świecie mody

STYL GOTYCKI

W ostatni dzień października obchodzimy Halloween. W związku z tym przedstawię Wam styl gotycki, który jest jednym z moich ulubionych. Miał on swój początek w baroku, gdzie pojawiały się długie suknie z gorsetami, dekolcami i koronkowymi wykończeniami, dzwonowatymi rękawami. Potem nadszedł romantyzm i styl ten stał się bardzo modny. Odmian gotyckich w sposobie ubierania jest mnóstwo np. romantic goth, mall goth, cyber goth, victorian goth czy pastel goth. Każdy z nich jest wyjątkowy na swój sposób i różni się od innych. Wielbicielami tych trendów są twórcy alternatywnej muzyki, bohaterowie horrorów czy innych mrocznych twórców kultury. Ogólnie moda ta charakteryzuje się w głównej mierze czarnym kolorem, ale pojawiają się rów-



cd. W świecie mody

niez elementy bordo lub bieli. Wspaniałymi dodatkami są glany lub buty na platformie. Dopelnieniem stylu są różnorakie fryzury, od zwykłych – koniecznie - czarnych włosów, po kolorowego irokeza oraz makijaż, który potrafi być bardzo różny, jednak najczęściej są to mocno pomalowane oczy i czarne usta lub czerwone z czarną obwódką. Do całej stylizacji jeszcze dodaje się naszyjniki, obroże, pierścionki i inną biżuterię (im więcej tym lepiej).

Martyna



źródło: <http://t1.gstatic.com/images?>

q=tbn:ANd9GcQtGbNdhNvaNfMV0rD1IFdii03hOp_vtaoBICLEV7t5DttNDFq5



źródło: <https://pl.aliexpress.com/item/33056729224.html> Dostęp: 9-11-2022



Ciasto z cukinii

Słodkie ciasto z cukinii, czy to możliwe? Zdecydowanie tak! To szybki, prosty, efektowny i smaczny przepis na kakaowe, puszyste ciasto.

Składniki:

- 4 jajka
- 1 i 1/3 szklanki cukru
- 1 i 3/4 szklanki mąki pszennej (przesianej)
- 1/2 szklanki kakao
- 1 i 1/2 łyżeczki sody i proszku do pieczenia

Potęga smaku

- 1 szklanka oleju rzepakowego
- około 400g cukinii

Przygotowanie:

Cukinię obieramy i ścieramy na tarce (na małych oczkach). Następnie jajka wbijamy do miski, dodajemy cukier, miksujemy na najwyższych obrotach do uzyskania jasnej, puszystej masy. Dodajemy olej, sodę, proszek do pieczenia, mąkę, kakao i miksujemy na mniejszych obrotach. Następnie wrzucamy

cd. Potęga smaku startą cukinię.

Piekarnik nagrzewamy do 180 stopni C, pieczemy około 45 minut. W garnku rozpuszczamy 150g mlecznej czekolady, 2 łyżeczki masła i 5 łyżek mleka. Mieszymy do uzyskania gładkiej masy. Po ostudzeniu ciasta polewamy wypiek polewą.



Smacznego!



Der Martinstag in Deutschland

Hier bei uns in Polen wir dam elften November der polnische Tag der Unabhängigkeit gefeiert. Währenddessen feiern die Deutschen ein anderes Fest, und zwar den Martinstag, ein Gedenktag für den römischen Heiligen Sankt Martin. Hier gibt es ihn natürlich auch, aber er ist nicht so wichtig der Unabhängigkeitstag.

In Deutschland werden am Martinstag in vielen Schulen und Kirchen Vorführungen gezeigt. Kleine Theaterstücke über den Sankt Martin, Sein Leben und für was er bekannt ist. Es ist schön, mal zuzu-



gucken, und die Kinde haben beim Schauspielen auch Spaß. Es ist ja nicht alltäglich für sie, dass man ihnen Erlaubt, Schwerter zu tragen.

Und wie sieht es mit dem Essen aus? Posen ist doch bekannt für seine Hörnchen zum Martinstag, aber was haben die Deutschen im Gegenzug zu bieten? In Deutschland isst man traditionell eine Gans am Martinstag. Es gibt einige Legende, Warum das der Fall ist. Einige meinen, dass Martin sich einst versteckt hielt und durch eine laute Gänse gefunden wurde. Andere sagen, dass während einer Messe eine Gans

in seine Kirche kam und danach gegessen wurde. Was auch immer es sein mag, uns schmeckt sie.

Halloween

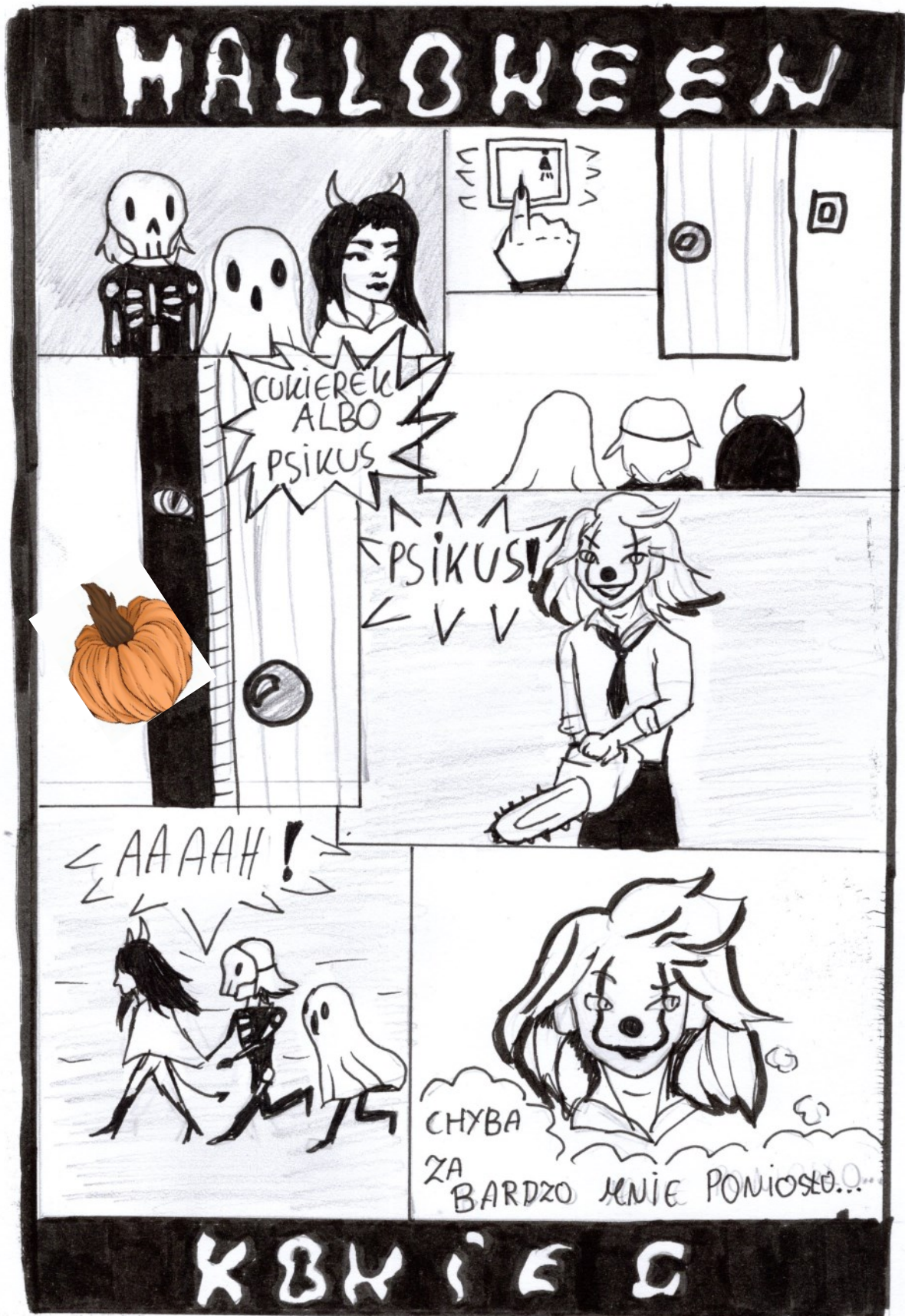
Even though many don't celebrate it in our country, there's no one who wouldn't at least know, what Halloween is. You get to dress up in creative and spooky costumes, walk around with a bunch of friends and you get candy for it. A great deal, isn't it? Thanks to the prevalence of US-american culture and traditions in our media, everyone is familiar with the concept and especially among younger people, it isn't too uncommon to see the day being celebrated here. Including here a tour school.

From simple costumes, like dressing up as your teacher, to the most accurate and detailed cosplay imaginable, you get to see a wide range of characters and designs, almost as



wide as Big Chungus. If you want inspiration or see true creativity manifested, going to a Halloween party or just walking around an american neighbourhood towards the end of october will surely be a treat for you.





Martyna



REDAKCJA „CEGLY”

Opiekun mgr B. Łydka

Piszą i tworzą:

Ola, Marta, Natalia, Natalia Stokłosa, Martyna, Alex, Ela, Natalia Ania, Zosia, Max, Basia, Milena, Natalia D., Marysia, Maja, Milena, Aga, Gosia.

Składa: dyr. R. Więcek .

