



Miesięcznik Liceum Ogólnokształcącego
im. Królowej Jadwigi w Kowalu
z k o l o w i z j e r

ROK 2015,

NUMER 2 (15)

MOTTO NA WAKACJE:

LICZY SIĘ

CHWILA, EMOCJE

I FAJNA ZABAWA!!

Po co są wakacje?

A po to,

aby słoneczne ciepło was złota,

aby wiatry żywiczne owiały,

aby wody błękitne skąpały,

aby łąki pachniały skoszone,

by las śpiewał piosenki zielone,

by was ptaki budziły o świcie,

by łan zboża makami się kłaniał,

no, i po to,

byście, kiedy już wrócicie,

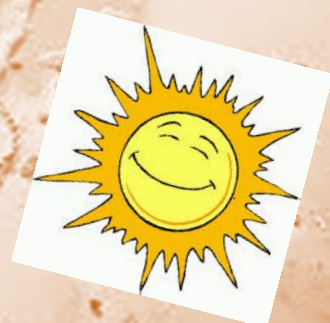
odpowiedzieć mogli na pytania



W tym numerze:

Propozycje spędzenia wakacji	2
Gotuj z Magdą	5
Kącik kulturalny	5
Felieton o młodym pokoleniu	6
Szkolne podwórko	7
Kącik uśmiechu	8
Profilaktyka	9

**Wpatruj się w niebo i śpiewaj
z radości, gdyż słońce otula cię
cieplem i opromienianiem
światłem za darmo.**



JUŻ NIEDŁUGO WAKACJE!!!!

Jak przeżyć ostatni miesiąc szkoły? Oto przepis.

Godz. 6:30 – wstajemy z uśmiechem na ustach (koniecznie prawą nogą!). Myjąc zęby, nucimy wesołą melodię (uwaga na pianę!).

Godz. 7:30 – w czasie drogi do szkoły i po wejściu do niej uśmiechamy się do wszystkich (nawet do nauczycieli!).

Godz. 8:00 – 15:00 – w czasie pobytu w szkole staramy się nie rzucać w oczy nauczycielom (co będzie trudne, ale ćwiczenie czyni mistrza). Może nawet spróbować świecić jak księżyc całkiem przyzwoitym przykładem.

W czasie godzin popołudniowych spędzanych z rodziną nadużywamy wręcz słów “proszę – dziękuję – przepraszam” i stwarzamy wrażenie, że się w pocie czoła uczymy się (wskazane szczególnie dla osób, których średnia ocen na świadectwie nie jest zbyt wysoka).

Wieczorem skreślamy miniony dzień w kalendarzu, a kładąc się do łóżka, wspominamy najpiękniejsze chwile ubiegłego lata (ale niech wspomnienia nie spędzają nam snu z powiek!).

Zasypiamy z myślą:

Wakacje coraz bliżej!

Angelika Śmiałek

EKSTREMALNE WAKACJE

Czy myślałeś/aś kiedyś, aby podczas wakacji zrobić coś szalonego? Nie mam na myśli zwykłego opalania się na plaży, tylko coś w stylu... sportów ekstremalnych!

Zacznijmy może od definicji. „Sporty ekstremalne - uważa się je za dyscypliny sportowe, których uprawianie wymaga ponadprzeciętnych umiejętności, odwagi i działania w warunkach dużego ryzyka, często zagrożenia życia, w szczególności: skoki bungee, speleologia, sporty lotnicze (z wyjątkiem sportu balonowego, spadochronowego i paralotniarstwa), kolarstwo górskie, motocross, jazda na skuterach wodnych, wyścigi łódek motorowych itp.”

Poza sportami ekstremalnymi są również sporty wysokiego ryzyka, za które uważa się rafting i inne sporty wodne uprawiane na rzekach górskich, nurkowanie z wykorzystaniem aparatów oddechowych, wspinaczkę, sport spadochronowy i balonowy, paralotniarstwo, sztuki walki i wszelkiego rodzaju sporty obronne, myślistwo, jazdę konną, narciarstwo, snowboard, bobsleje, skoki narciarskie, surfing, windsurfing, jazdę na nartach wodnych oraz

sporty, w których wykorzystywane są pojazdy przeznaczone do poruszania się po śniegu lub lodzie. Po zapoznaniu się z tymi definicjami teraz śmiało możemy wybrać, jaki dokładnie sport ekstremalny chcemy uprawiać. Wiadomo jednak, że cenowo to sporty wysokiego ryzyka są o wiele tańsze od typowych sportów ekstremalnych. Jednak wybór należy do Was.

Najpopularniejszym sportem ekstremalnym wydaje się być skok na bungee, ponieważ tu nie jest ważny wiek oraz to, czy jest się wysportowanym. Wystarczy decyzja – skaczą albo nie. Najpopularniejszym miejscem na świecie do skoku na bungee jest most Royal Bridge w stanie Kolorado, zawieszony 321 metrów nad rzeką Arkansas.

Najpopularniejszym sportem wysokiego ryzyka jest wspinaczka. Jednak jest to bardzo wyczerpujące. Oczywiście najlepszymi wspinaczami na świecie są Himalajczycy. Dla tych, którzy dopiero zaczynają możemy jednak zaproponować trochę mniejsze wyzwania.





Najpopularniejszymi miejscami do wspinaczki w całej Polsce jest Wyżyna Krakowsko – Częstochowska, zaczęli tutaj najwybitniejsi polscy grotolazi. Drugim dosyć popularnym miejscem są Góry Sokole w Rudawach Janowickich. Początkujący nie mają problemu ze znalezieniem prawidłowej drogi. Ceny sprzętu wynoszą ok. 500, a nawet 1000 zł.

Kolejnym sportem ekstremalnym, który chcemy Wam polecić, to emocjonujący motocross, czyli forma wyścigów motocyklowych rozgrywana na specjalnych torach do tego przystosowanych. Tory motocrossowe usypane są zazwyczaj z piasku, gliny lub ziemi. W wyścigu motocrossowym przeważnie bierze udział 40 zawodników. Długość wyścigu zależy od rangi zawodów. Zawodnicy ścigają się na specjalnie przeznaczonych do tych wyścigów motocyklach o pojemnościach od 50cm³ do 525cm³.

Uprawiać ten sport najczęściej można nad polskim morzem, dokładnych cen jednak nie znamy.

Ostatnim sportem wysokiego ryzyka, który chcemy Wam polecić, to skoki narciarskie. Jakby ktoś nie wiedział, jest to dyscyplina sportowa rozgrywana na skoczniach narciarskich od połowy XIX wieku. Od 1924 roku skoki mężczyzn są konkurencją olimpijską na normalnej skoczni, od 1964 także na dużej. Najbardziej sławnym polskim skoczkiem jest oczywiście Adam Małysz, który rozślał ten sport w naszym kraju. Skoki narciarskie podczas lata można uprawiać w Zakopanem w tamtejszej szkółce. Można również brać udział w letnim konkursie „Grand Prix Zakopane”, który odbywa się podczas wakacji, 22 i 23 sierpnia.



Angelika Śmiałek

W 60 dni dookoła świata. . .

Wakacje – nadchodzą wielkimi krokami. Na podwórku wszystko budzi się do życia, a słońce muska przechodzących ludzi swoimi promykami. Wszyscy już myślą o opuszczeniu szkolnych murów i ostatnim dzwonku, ale póki co -zamknijcie oczy -i dajcie się porwać w niezapomnianą podróż dookoła świata. Mam nadzieję, że zapamiętacie ją na długo.



Uwaga drodzy pasażerowie! Zbliżamy się do Grecji! Jest to niewątpliwie cudowny kraj, a najważniejsze, że do Grecji należy mnóstwo wysp. Najpiękniejsza z nich to wyspa Rodos, jest drugą co do wielkości wyspą turystyczną. Rodos oblewają ze wszystkich stron wody morza Egejskiego. Podobno wyspa powstała, gdy z niebios wyłonił się Bóg Słońca Helios, oświetlając ją swoim blaskiem, a zarazem czyniąc najpiękniejszą na świecie. Na wyspie Rodos można się opalać przez całe lato, dlatego nazywana jest „wyspą słońca”. Stolicą wyspy jak i jej najpiękniejszym miastem oraz atrakcją dla turystów jest Rodos. Spacer po zatłoczonych uliczkach tego miasta to doskonała lekcja historii, która pozwala nam ponieść się fantazji i wzbudza ogromne emocje. Piękna pogoda, błękitne niebo, wspaniała gościnność mieszkańców, wyśmienita kuchnia, będąca połączeniem kuchni greckiej i europejskiej oraz cudowne krajobrazy i pejzaże sprawiają, iż można się w wyspie Rodos zakochać od pierwszego wejrzenia. Można by tak długo opowiadać, ale przed nami następnym celem podróży.



skosztować wyśmienitej francuskiej kuchni oraz pospacerować średniowiecznymi uliczkami. To miejsce, do którego ciągle chce się wracać! W takim razie cała naprzód, lecimy dalej.

Kochani podróżnicy, docieramy do ostatniego celu po-



Pierwszego dokładnego opisu wyspy dokonał Amerigo Vespucci, który przybył do Brazylii z wyprawą. Macie szczęście, bo Fernando de Noronha to wręcz idealne miejsce do nurkowania, to raj w wodzie dla nurków. Nurkowie mają tu ciepłą wodę i bujną podwodną faunę i florę na głębokości od 25 do 45 m.

To już koniec podróży dookoła świata, starałam się przenieść Was w najpiękniejsze zakątki naszej planety. Mam nadzieję, że oczarowała Was osobliwość tych miejsc? Tymczasem trzeba otworzyć oczy i wrócić do rzeczywistości, czy się to nam podoba, czy nie. Wkrótce będziecie mogli sprawdzić, czy jest tam naprawdę tak cudownie, odwiedzając te miejsca. Szerokiej drogi!

Angelika Śmiatek



Szanowni państwo! W oddali już widać Wieżę Eiffla. Tak, tak, to Paryż. Lądujemy!

Udając się do Francji, musimy zahaczyć o Lazurowe Wybrzeże znane jako Riwiera Francuska. To najważniejszy region turystyczny Francji, odwiedza go ponad dziewięć tysięcy turystów rocznie. W obrębie całego wybrzeża jest mnóstwo kąpielisk i kasyn. Stolicą lazurowego wybrzeża jest Nicea. W tym miejscu macie okazję nie tylko wypocząć, ale również spotkać sławnego muzyka, polityka czy nawet biznesmana. Riwiera Francuska to istny raj na ziemi, możecie tu wspaniale wypocząć,



droży, jakim jest Brazylia! Zmierzamy do obejrzenia Fernando de Noronha, czyli pięknego archipelagu, położonego na Oceanie Atlantyckim. Archipelag ten składa się z 21 wysp, licznych wysepek oraz skał pochodzenia wulkanicznego. Główna wyspa stanowi około 91% archipelagu.



Gotuj z Magdą

Czas wakacyjnej laby to niepowtarzalna okazja do kulinarnych eksperymentów. Chciałabym wam zaproponować całkiem proste w przygotowaniu, a zarazem przepyszne kąski. Świetne na każdą okazję. Idealne w upalne dni- orzeźwiające i energetyczne.

Orzeźwiająca Sałatka

Wakacje zbliżają się wielkimi krokami. Sezon na grillowanie, imprezy rodzinne i mnóstwo czasu wolnego. Orzeźwiająca sałatka to genialny pomysł na przekąskę, która jest odpowiednia na każdą okazję.

Składniki

3 średnie pomidory
5 ogórków kiszonych
1 duża cebula
sól
pieprz



Sposób przygotowania

1. Warzywa myjemy. Ogórki i pomidory kroimy w średnią kostkę, a cebulę w drobną. Ogórki posypujemy solą i pieprzem, oddzielnie solimy i pieprzymy pomidory.
2. Na talerzu układamy ogórki, a następnie pomidory. Sałatkę obficie posypujemy cebulą.

Szejk truskawkowy

W upalne dni to idealny "ochładzacz" ;). Poza tym uwodzi przepyszny smakiem. Kto nie lubi lodowej uczty!!!!

Składniki

3 gałki lodów truskawkowych
2/3 szklanki bardzo zimnego mleka
truskawki do dekoracji



Sposób przygotowania

1. Lody i mleko miksujemy w blenderze, przelewamy do wysokiej szklanki i dekorujemy truskawkami.)

Szybko, tanio i smacznie :)

Magdalena Pasternak

Kącik kulturalny

Wakacje to czas zawiązywania nowych przyjaźni. Chciałabym wam zaproponować wyjątkowego kompana, który zabierze was w niepowtarzalną podróż do krainy fantazji, pokaże wam nieznaną zakątki, nawet te najbardziej mroczne. Dzięki niemu wasza codzienność z szarej stanie się niezwykle zajmująca. I nawet nie będziecie musieli pakować walizek, pokonywać setek kilometrów. Wystarczy wygodny fotel lub ławeczka w ogrodzie. Czy rozszyfrowaliście moją zagadkę? Miałam na myśli, jak zapewne domyśliście się, książkę, wcale niebanalną, intrygującą i przepelnioną aurą tajemnicy: powieść Jessiki Bendinger „Siedem promieni”.

Dziewczyna naznaczona magicznym darem – tajemniczym i... śmiertelnie niebezpiecznym dla miłości... Co zrobisz, jeśli zaczniesz widzieć rzeczy, których nikt nie widzi? Dostawać tajemnicze listy? Czytać w ludzkich myślach? Co zrobisz, jeśli twój pocałunek ma siłę elektrycznego wstrząsu i... może zabić was oboje? Co zrobisz, jeśli jesteś kimś więcej, niż ci się wydaje... Jeśli chcesz poznać odpowiedzi na powyższe pytania, sięgnij po powieść Jessiki Besinger.



Wakacje są udane wtedy, gdy spędzamy je w towarzystwie szlachetnych ludzi, gdy znajdujemy czas na wartościową lekturę, na pasjonującą wymianę zdań, na osobistą refleksję nad sobą i życiem, na zwiedzanie ciekawych okolic, na zachwycanie się naturą i kulturą." Benedykt XVI

Felieton o młodym pokoleniu

„Młodości! Dodaj mi skrzydeł!”

Skąpo ubrane dziewczyny, „przypakowani” chłopacy, wszyscy prawie pijani, rozmowa o wszystkim i o niczym, przerywana niecenzuralnymi słowami – tak wygląda obraz dzisiejszej bawiącej się młodzieży. Ale jaka naprawdę jest polska młodzież na co dzień?

Co charakteryzuje młodych ludzi? Na pewno jednolitość. Nie ma wśród nich indywidualistów i oryginalnych ludzi. Na co dzień chodzą do szkoły. Wagary zdarzają im się raczej sporadycznie. Osiągają przeciętne wyniki w nauce. Niejednokrotnie szkoły nie traktują poważnie, raczej jako miejsce, gdzie przebywa się ze znajomymi, z którymi często rozmawia o innych (czasem ich obrażając) lub o sprawach szkolnych.

Kontakty z innymi rówieśnikami – są burzliwe. Jednego dnia dana osoba oświadcza innej, że ją lubi, a kolejnego pokłócone o byle jaką bzdurę – wyzywają się za pomocą wulgaryzmów i rozgrzebuja najgorsze wspomnienia z przeszłości. Kolejnego dnia oczywiście jest już zgoda, a kolejnego znowu konflikt... Brak tym ludziom stałości.

Niewątpliwie modne jest „posiadanie” chłopaka lub dziewczyny. Taka „wielka miłość” młodzieży polega na tym, że wybucha znikąd, na Facebooku ustawia się status związku i wstawia kochanej osobie durne komentarze typu KoFFam Ciem MisiacQu=*** A za kilka dni koniec związku, burzliwe rozstanie... Może nawet z użyciem obraźliwych słów, w „pożegnalnym” esemesie. Krótko mówiąc, w miłość nie należy wkładać zbyt dużo serca. Zresztą nie chodzi o uczucia, raczej o wirtualny status uwodziciela.

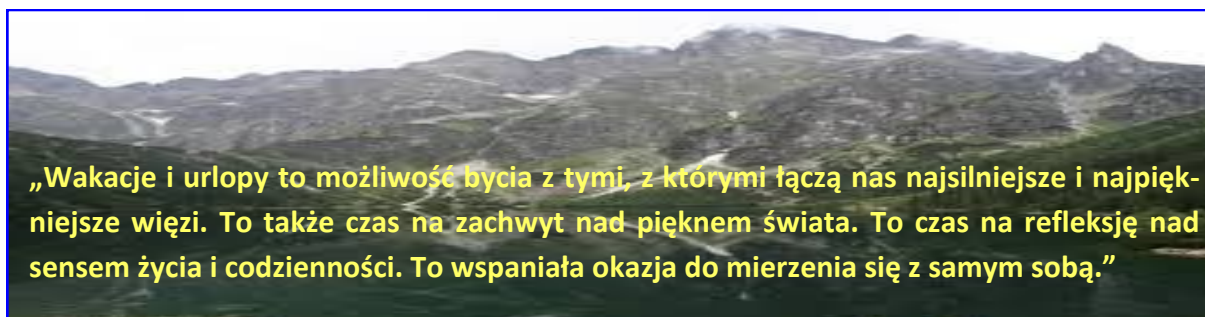
Facebook – to portal, na który młodzi, wchodzi co pięć minut. Wrzucają na niego kilka durnych zdjęć zrobionych w szkole lub w domu, przedstawiających ich z głupią miną na tle „najlepszych” przyjaciół, wykonujących podobne gesty. Chwilę po wstawieniu zdjęcia posypują się komentarze w stylu: „Pięknie wyszłaś”, „Świetne zdjęcie”, „Słodkie”! =*, niezależnie od tego, jakie by to zdjęcie nie było. Nie liczy się przecież samo zdjęcie, tylko kto je wrzucił i kogo przedstawia. Jednym słowem, portret frazesem malowany. W dodatku każdego wrzuca się w ten sam napiętnowany bylejakością uniform. Totalny brak głębszych więzi i autentyczności sądów.



Niektórzy lubią ścigać się z innymi na liczbę znajomych, dodając sobie przy imieniu dopisek typu: „PRZYJMUJĘ WSZYSTKIE ZAPROSZENIA”!!! bądź wysyłając je do wszystkich, których kiedykolwiek widzieli w szkole bądź na ulicy, a nie mają z nimi nic wspólnego. Na uwagę zasługują też znaki specjalne, często wpisywane w polu -Imię, Nazwisko bądź Pseudonim. Są to serduszka, krzyżyki, fale itp. Ludzie robią wszystko, by na siebie zwrócić uwagę. Wtedy być może czują się lepsi. I ta świadomość, że wszyscy nas znają i lubią, choć nie spotykamy się z nikim i tak naprawdę nikomu na nas nie zależy. Chociaż w wirtualnym świecie otaczają nas tłumy znajomych.

Osoby te mówią, że nie ma dla nich perspektyw. Ale jakiej perspektywy poszukują łysogłowi chłopacy ze znakiem Nike na czapce, butach, kapturze? I tym właśnie pytaniem wypada zakończyć ów rys generacyjny o pokoleniu z lekkością traktującym życie, a mimo tej lekkości ducha niezdolnym do wzniesienia się na szczyty, ponad przeciętność.

Angelika Śmialek



Babskie sprawy Bądź modny na lato



Kolekcje na tegoroczne lato są przede wszystkim różnorodne. Dobre na każdą okazję będą jednak bez wątpienia kwiaty. Te bardziej i te mniej egzotyczne. Te bardziej precyzyjne, jak również te w formie malarskich impresji. **Pamiętajcie – kwiaty od stóp do głów!**

Biały - to kolor, który będzie zdecydowanie dominował. Modny w każdym stylu - od romantycznego, po męski. Idealny na każdą porę dnia i nocy. Równie modnym kolorem będzie, tak dla kontrastu, czarny. Ale coraz mniej drapieżny. Już nie gotycki i nie rockowy, za to bardziej elegancki. Królować będą czarne aniołki. Jeżeli natomiast chodzi o biżuterię, to hitem sezonu będzie wszystko z złotym odcieniem. Doskonale ożywi nam twarz i idealnie nada się na letnie wieczory..

Lato, jak co roku, oswoiło modę na sklepowych półkach i poukładało ją w taki sposób, aby każdy poszukiwacz najnowszych trendów mógł znaleźć coś w sam raz dla siebie. W modzie męskiej będzie widoczna przede wszystkim swoboda w połączeniu z modnymi nowinkami.

Na ulicach będą królować **dżinsy** w odcieniu spranych szarości. Ogromną rolę odegrają też nadruki na **T-Shirtach** w spalonych letnich kolorach. Kontrast stanowić powinny bluzy i kurtki z elementami technicznymi. Za dopięcie tego stylu na ostatni guzik odpowiadać będą szale, małe apaszki oraz bransolety z przynoszącymi szczęście zawieszkami (najlepiej – żółte).

Najmodniejszy zaś – jak co roku - będzie dobry humor oraz uśmiech i przyjazny stosunek do ludzi. Pamiętajcie o tym – bądźcie modni na lato!



DLACZEGO CHCEMY MIEĆ TO CO MODNE

Po co wydajemy pieniądze na nowe ubrania i gadżety, skoro stare wcale nie są zniszczone?

Myślę, że pierwszym i najważniejszym powodem jest strach przed wyróżnieniem się spośród tłumu przechodniów na ulicy. Boimy się naszej inności, bo nie chcemy zostać z jej powodu wyśmiani. Niestety, tym samym ograniczamy sami siebie, zamykając się przed swoją oryginalnością i wyjątkowością. Nie potrafimy pogodzić się z tym, że jesteśmy inni niż otaczający nas ludzie. Gdyby modne było np. noszenie na głowie misek, większość z nas (szczególnie młodzież) na pewno nosiłaby na głowach gustowne kuchenne naczynka, byleby nie wyróżniać się z tłumu „miskogłowych”.

Drugim czynnikiem jest być może polska mentalność. W naszym kraju inność powoduje złość. Każdy, kto się wybije, zostaje natychmiast ściągnięty z powrotem do szeregu przeciętniaków. Wydaje mi się, że w wielu krajach inność nie powoduje już aż takiej sensacji. Gdy na polskiej ulicy pojawia się np. skate w „obwisłych” spodniach, muzułmanin w turbanie lub Murzyn w długiej,

kolorowej szacie wzbudza powszechne zainteresowanie. Jest inny! Często spotyka się z nietolerancją. Na europejskich ulicach te postaci nie wzbudzają chyba szczególnych emocji wśród większości ludzi.

Po trzecie, moda jest sposobem na pokazanie swojego stanu materialnego. Firmowe ubrania nie są wcale takie tanie. Nie wszystkich na nie stać. Oczywiście modne ubrania można kupić na rynku lub w „secondhandzie” za mniejszą cenę, ale jak wiadomo- bystre oko wcińskich koleżanek wypatrzy najmniejszy detal.

Kupowanie na rynku jest przecież oznaką biedy! Nie chcesz być obiektem kpin – musisz nadążać za modą. Często nastolatki ciężko pracują tylko po to, by kupić sobie modny ciuch i zabłysnąć przed znajomymi.

Trzeba mieć naprawdę silną osobowość i duże poczucie własnej wartości, żeby nie poddać się dyktatowi mody. Myślę, że czy ma to sens, czy nie, moda zawsze będzie towarzyszyła człowiekowi. Wydaje mi się, że wszyscy po trosze tego chcemy.

Anna Dulcka, kl. II



Ciekawostki ze szkolnego podwórka

Tym razem chcieliśmy dowiedzieć się, w jaki sposób nasze koleżanki i koledzy zdobywają i wydają pieniądze. Zbliżają się wakacje, zatem każdy z nas potrzebuje nieco więcej grosza, aby móc zafundować sobie jakieś dodatkowe atrakcje czy udać się w wymarzoną podróż.

Na podstawie sondażu okazało się, że główny i najczęściej jedyny dochód stanowi kieszonkowe. Nasuwa się pytanie, w jaki sposób licealiści zarządzają gotówką. Czy wydają ją z głową czy po prostu trwonią bez namysłu. Nie ma jednoznacznej odpowiedzi. Dla niektórych pieniądze zdobyte bez żadnego wysiłku stają się doskonałą okazją do spełnienia chwilowych zachcianek, np. kupienia najnowszej gry komputerowej czy spędzenia szalonej nocy w klubie w gronie znajomych. Dla innych (tych bardziej rozsądnych) natomiast takie pieniądze są dobrym zabezpieczeniem na przyszłość.

Warto przytoczyć niektóre wypowiedzi naszych koleżanek i kolegów, by poznać ich zdanie na temat zasadności otrzymywania kieszonkowego.

Czy to dobrze, że młodzi ludzie otrzymują kieszonkowe?

U1: „Według mnie, jest to dobry gest ze strony rodziców. Wiadomo, mamy swoje pieniądze i uczymy się nimi dysponować, wchodzimy w dorosłość, stajemy się powoli samodzielni.”

U2: "Dobra sprawa, bo masz swoje pieniądze, nie musisz się prosić rodziców o trochę gotówki na jakąś swoją potrzebę".

U3: „Mając swoje pieniądze wiemy, ile możemy wydać, by fundusze starczyły do następnej nagrody od rodziców.”

Jednym słowem, licealiści lubią mieć „swoją gotówkę”. Kieszonkowe uczy ich oszczędzania i rozważa finansowej. Z drugiej strony, pozwala zaspokoić te bardziej wyrafinowane potrzeby.

Na jaki cel przeznaczane jest kieszonkowe?

To na co licealiści przeznaczają kieszonkowe w dużym stopniu uzależnione jest od płci. Dziewczyny wydają znaczną część gotówki na nowe ubrania, kosmetyki, lub inne osobiste potrzeby najczęściej związane z dbałością o wygląd. Chłopacy dbają o zaspokojenie bardziej „rozrywkowych” potrzeb, np. kupują telefony komórkowe, gry czy karnety na siłownię.

Nieliczna grupa osób nie wydaje pieniędzy bezpośrednio po ich otrzymaniu, wychodząc z założenia, że lepiej odkładać na "czarną godzinę".

To co młodzi ludzie robią z kieszonkowym zależy również od ich systemu wartości, indywidualnych potrzeb. Jedni wykorzystują je bardziej pożytecznie, inni mniej. Wszystko zależy od stosunku młodych do pieniędzy.

Otrzymując kieszonkowe, można nauczyć się odpowiedzialności i roztropności finansowej. Przygotować się do rozumnego zarządzania gotówką. Ponadto młody człowiek zaczyna uświadamiać sobie konieczność selekcji potrzeb.

Jednak przed wakacjami, można zrobić tylko jedno - wszystkie oszczędności wydać na spełnienie najbardziej szalonych zachcianek. Czas podróżowania do wymarzonych zakątków Polski i świata czas zacząć! Można również zafundować sobie lokalne atrakcje: biwak, spotkanie przy ognisku w gronie znajomych, kilkudniowy rajd rowerowy po najciekawszych zakątkach naszej małej ojczyzny, piknik koleżeński i tysiąc innych atrakcji. Wydawanie pieniędzy musi przecież dawać nam radość.

Magdalena Pasternak



KĄCIK PROFILAKTYCZNY

Bezpieczne wakacje!!!!



QUIZ WAKACYJNY

Zostałeś użądłony przez osę – a może to była pszczoła? Czy znasz różnicę między tymi dwoma użądleniami?

- ▣ Nie da się odróżnić ukąszenia przez osę i pszczołę.
- ▣ Żądło osy pozostaje w ciele użądłonego, żądło pszczoły nie.
- ▣ Żądło pszczoły pozostaje w ciele użądłonego, żądło osy nie.

Jeśli żądło jeszcze tkwi w ciele, wtedy

- ▣ ... musimy udać się natychmiast do lekarza, aby ten mógł fachowo usunąć żądło.
- ▣ ... można je samemu delikatnie usunąć pęsetą.
- ▣ ... po niedługim czasie żądło samo odpada z miejsca ugryzienia.

Niektórzy reagują alergicznie na ugryzienia owadów – dostają niebezpiecznego wstrząsu alergicznego. Po jakich objawach można poznać, że właśnie ktoś doznał takiego wstrząsu?

- ▣ Traci natychmiast przytomność.
- ▣ Skóra staje się zaczerwieniona, pojawiają się na całym ciele bąble. Często dochodzą do tego trudności z oddychaniem.
- ▣ Dziecko staje się blade i zaczyna się bardzo pocić

Z wyglądu niepozorne, ale kontakt z nimi może zaboлеć: meduzy. Które z poniżej wymienionych występują w Bałtyku i Morzu Północnym?

- ▣ Bełta festonowa
- ▣ Pelagia noctiluca
- ▣ Kostkowce

Meduza w kontakcie z człowiekiem wydziela poprzez swoje komórki parzydełkowe, umiejscowione na czułkach, trującą wydzielinę.

- ▣ Należy natychmiast własnoręcznie usunąć z powierzchni skóry resztki czułek parzących.
- ▣ Należy najpierw pozwolić skórze wyschnąć a następnie lodem bądź piaskiem wytrzeć czułki – nie bezpośrednio ręką.
- ▣ Należy skórze pozwolić jedynie wyschnąć.

Podobnie bolesny może być kontakt z jeżowcem. Co należy zrobić w takim przypadku?

- ▣ Należy natychmiast udać się do lekarza
- ▣ Należy natychmiast wyjąć placami pozostałe w ciele kolce.
- ▣ Należy namoczyć miejsce ukłucia i następnie wyjąć kolce pęsetą.

Przebywanie zbyt długo na słońcu bez okrycia głowy może prowadzić do udaru słonecznego. Które z poniższych stwierdzeń nie są prawdziwe?

- ▣ Symptomy udaru pojawiają się dopiero po kilku godzinach.
- ▣ Przy udarze całe ciało jest rozpalone.
- ▣ Szczególnie narażeni na negatywne oddziaływanie promieni słonecznych są wśród dorosłych ci, z niewielką ilością włosów na głowie

Wklucie się kleszcza w skórę może zdarzyć podczas wędrówki po lesie, czy na łące. Jak należy go prawidłowo usunąć?

- ▣ Kleszcza po prostu się zdrapuje.
- ▣ Należy kleszcza udusić przykładowo olejem.
- ▣ Należy chwycić kleszcza pęsetą przy samej skórze, tuż przy wkluciu.



O czym należy pamiętać, spożywając niektóre produkty żywnościowe w krajach południowych? Na które z nich musimy szczególnie uważać?

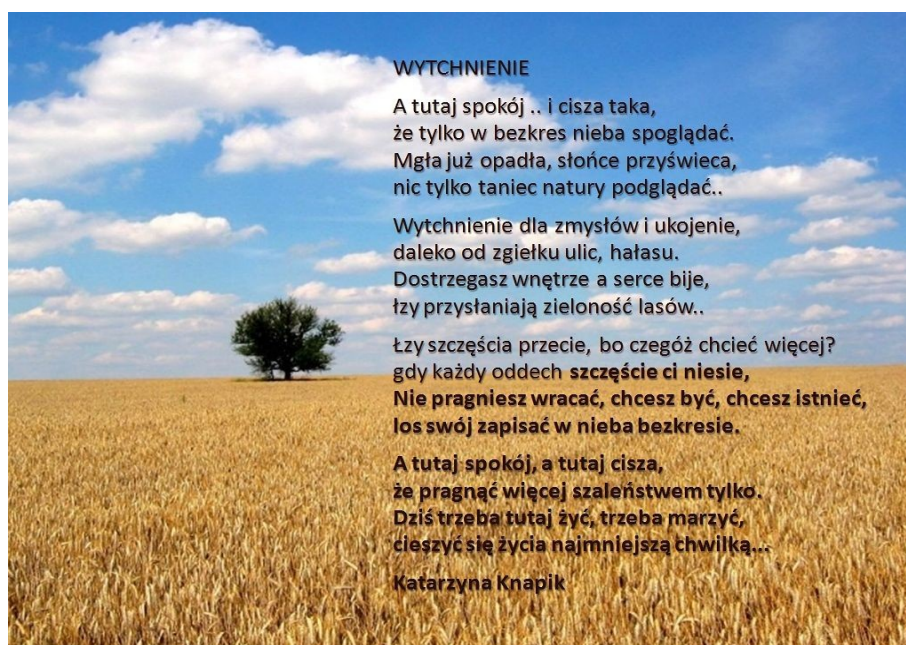
- ▣ Na kostki z lodu.
- ▣ Na nieugotowane mleko.
- ▣ Generalnie na każdy owoc



POPRAWNE ODPOWIEDZI

- 1.: Żądło pszczoły pozostaje w ciele użądłonego, żądło osy nie.
- 2.:... można je samemu delikatnie usunąć pęsetą.
- 3.: Skóra staje się zaczerwieniona, pojawiają się na całym ciele bąble. Często dochodzą do tego trudności z oddychaniem.
- 4.: Bełtwa festonowa
- 5.: Należy skórze pozwolić jedynie wyschnąć.
- 6.: Należy namoczyć miejsce ukłucia i następnie wyjąć kolce pęsetą.
- 7.: Przy udarze całe ciało jest rozpalone.
8. Należy chwycić kleszcza pęsetą przy samej skórze, tuż przy wkłuciu.
9. Generalnie na każdy owoc

Paulina Kratkowska, Ewelina Rzepnikowska



WYTCHNIE

A tutaj spokój .. i cisza taka,
że tylko w bezkres nieba spoglądać.
Mgła już opadła, słońce przyświeca,
nic tylko taniec natury podglądać..

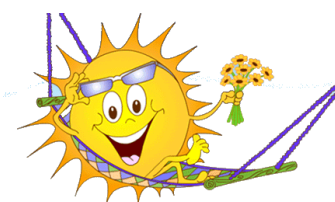
Wytchnienie dla zmystów i ukojenie,
daleko od zgiełku ulic, hałasu.
Dostrzegasz wewnątrz a serce bije,
tę przystaniają zieloność lasów..

Łzy szczęścia przecie, bo czegoś chcesz więcej?
gdy każdy oddech szczęście ci niesie,
Nie pragniesz wracać, chcesz być, chcesz istnieć,
los swój zapisać w nieba bezkresie.

A tutaj spokój, a tutaj cisza,
że pragnąć więcej szaleństwem tylko.
Dziś trzeba tutaj żyć, trzeba marzyć,
cieszyć się życia najmniejszą chwilką...

Katarzyna Knapik

CYTATOWO



Życzę ci odwagi, jaką ma słońce, które codziennie od nowa wschodzi nad wszelką nędzą świata.

Niektórzy po zapadnięciu zmroku już nie potrafią uwierzyć w słońce. Brakuje im tej odrobiny cierpliwości, aby doczekać [...]

Najpiękniejszych chwil nie zaplanujesz, one przyjdą same!

Najpiękniejsze co jest na świecie to pogodne oblicze.

KĄCIK HUMORU ☺

Skąd się wziął zwyczaj przepuszczania kobiet w drzwiach?



Kiedyś w ten sposób sprawdzało się, czy w jaskini nie ma niedźwiedzi

Po wakacjach Jasiu powiada kolegom:

- Mówię wam, było rewelacyjnie. Jaka prędkość, jakie wrażenia. Jadę na słoniu, patrzę za mną pantera, gepardy.

- I co zrobiłeś?

- Nic, karuzela stanęła i zszedłem.



Na lekcji języka polskiego nauczyciel pyta:

- Czym będzie wyraz „chętnie” w zdaniu - "Uczniowie chętnie wracają do szkoły po wakacjach"?

Zgłasza się Jasiu:

-Kłamstwem, Panie profesorze.



wszystkim Czytelnikom życzy redakcja Szkołowizjera