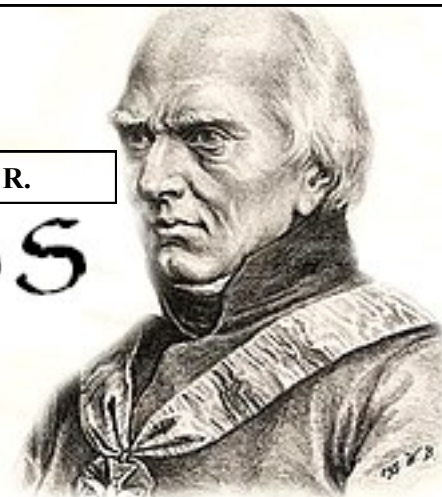


# Stachpress

LISTOPAD NR 3 (8) 2013 R.



## WAŻNE TEMATY

- Konkurs Staszicowski
- Fotoreportaż z Wszystkich Świętych
- Jak spędzamy andrzejki?

## DZIEŃ PATRONA SZKOŁY I ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI

W dniu 8 listopada 2013 r. w naszej szkole odbyła się uroczysta akademia, której celem było uczczenie dwóch niezwykle ważnych świąt: szkolnego, jakim jest Dzień Patrona i narodowego - Święta Niepodległości (...).

Po części oficjalnej nadszedł czas na niezwykłą część artystyczną przygotowaną przez uczniów klasy I b, pod kierunkiem wychowawcy klasy, pani profesor Beaty Samojluk.

**c. d. na s. 4**



## W TYM NUMERZE

Fonoholizm	3
Stasionalia II D	10-11
O paleniu	12-13
Rozrywka	15

## WOLNOŚĆ NIGDY NIE JEST DANA RAZ NA ZAWSZE

*(...) Pokolenia daremnie latami marzyły  
żeby dożyć Ojczyzny własnej – choćby biednej.  
Uskrzydlała nadzieja ich myśli i czyny  
i nigdy nie przestali śnić o Niepodległej.*

*Jawiła im się Polska z dziecinnych, jasnych snów,  
w ojczystych pieśniach i opowieściach przetrwała.  
Wierzyli, że gdy w chwale powróci kiedyś znów,  
to będzie sprawiedliwa, wolna i wspaniała. (...)*

*Zapomnieli współcześni historii niełatwej,  
Polskie sprawy im z oczu nie spędzają już snu.  
A wolność nigdy nie jest dana raz na zawsze,  
tak wielu obojętne co po nas będzie tu...*

*A ci, dla których wiara i Polska to nie mit,  
cierpliwie muszą czekać na nowy w kraju świt,  
a póki co przechować za każdą nawet cenę  
niepodległość niepewną; na wyborców życzenie.*

*Cecylia Pasławska*



**REDAKCJA GAZETKI****Opiekun gazetki:**

p. Beata Kuzko

**Udostępnianie sprzętu****komputerowego:**

p. Magdalena Nowosielska

p. Sebastian Biesiada

**Wydruk gazetki:**

p. Jadwiga Łukjańczuk

p. Jarosław Jednas

**Oprawa graficzna:**

Marta Barceluk II B

**Fotografia:**

Bartosz Wołoszko I F

Radosław Czyż I F

**Artykuły prasowe, sondaże,****wywiady:**

Ewelina Niemirowska III E

Paulina Dębicka III F

Natalia Michalak III F

Marta Barceluk II B

Kamila Iwańczuk II B

Natalia Pietruczuk II B

Karolina Welik II B

**Adres redakcji:**

Zespół Szkół Ogólnokształcących

nr 4

IV LO im. Stanisława Staszica

ul. Akademicka 8

21-500 Biała Podlaska

e-mail: gazetka.staszic@gmail.com

*Załopoczcie radośnie sztandary na wietrze,  
Tańczcie z wiatrem najmiłsze – bo biało-czerwone.  
Tyle lat ukrywane, długi czas przemilczane.  
Niech nam się święci Święto Polski Odrodzonej.*

*Pokolenia daremnie latami marzyły  
żeby dożyć Ojczyzny własnej – choćby biednej.  
Uskrzydłała nadzieja ich myśli i czyny  
i nigdy nie przestali śnić o Niepodległej.*

*Jawiła im się Polska z dziecinnych, jasnych snów,  
w ojczystych pieśniach i opowieściach przetrwała.  
Wierzyli, że gdy w chwale powróci kiedyś znów,  
to będzie sprawiedliwa, wolna i wspaniała.*

*A trzeba było jednak aż wojny światowej,  
hekatombę poległych, męczeństwa i męstwa,  
by się w świecie wyłonić mógł wreszcie ład nowy;  
Ta częściowa przyczyna polskiego zwycięstwa.*

*Zapomnieli współcześni historii niełatwej,  
Polskie sprawy im z oczu nie spędzają już snu.  
A wolność nigdy nie jest dana raz na zawsze,  
tak wielu obojętne co po nas będzie tu...*

*A ci, dla których wiara i Polska to nie mit,  
cierpliwie muszą czekać na nowy w kraju świt,  
a póki co przechować za każdą nawet cenę  
niepodległość niepewną; na wyborców życzenie.*

*Cecylia Paślawska*



Fonoholizm. Często się z tym obecnie spotykamy, ale czy wiemy, co to słowo oznacza? Tak to tłumaczą specjaliści. Jeśli dziecko musi mieć telefon cały czas przy sobie, zapominając go staje się nerwowe, a odczuwając stałą potrzebę dzwonienia unika kontaktów bezpośrednich z otoczeniem, to znak, że jest uzależnione.

Teraz telefon komórkowy służy nie tylko do dzwonienia. Jest to jedna z najmniej wykorzystywanych funkcji tego urządzenia, co mija się z celem jego produkcji. Została ona wyparta przez młodzież na rzecz smsów.



Najnowsze telefony oprócz podstawowych aplikacji, bez których nie umiemy żyć typu: budzik, zegarek, posiadają obecnie nieograniczoną liczbę możliwości: coraz lepsza jakość robienia zdjęć, odtwarzacze muzyki i filmów, łącze wifi, możliwość korzystania z Internetu w każdej możliwej chwili. Kiedy chcemy coś obliczyć, to korzystamy z kalkulatora w telefonie. Dlaczego? Zawsze jest pod ręką, gotowy do dyspozycji. A co się stało z zegarkami? Owszem, nosimy je jeszcze na rękę, ale nie dla funkcji informowania nas o obecnej godzinie, tylko dla ozdoby, ponieważ akurat pasuje do ubrania, jest ładny lub jest obecnym trendem, którego należy przestrzegać, aby nie wyróżniać się na tle innych rówieśników. Zapytani na ulicy o godzinę w pierwszej kolejności sięgamy po ... telefon.

Ten problem niemożliwości rozstania się z telefonem spotyka nie tylko młodzież. Obecnie małe dzieci rozpoczynające szkołę podstawową posiadają telefon, który jest najnowszym modelem, jaki pojawił się w obecnym czasie na rynku. Skończyły się czasy, kiedy dzieci przystępujące do Komunii Świętej otrzymują w prezencie rower czy komputer. Teraz jest to najbardziej wymyślny telefon komórkowy, który można zabrać do szkoły i pochwalić się „zaszpanować” nim przed kolegami w klasie (zaryzykuję stwierdzenie, że niektóre pociechy już mają taką „zabawkę” przed Komunią św.).

Nie tylko my, młodzi, nie potrafimy żyć bez telefonu, ale również nasi rodzice nie wyobrażają sobie funkcjonowania na co dzień bez małego, poręcznego „pudełeczka”. Najczęstszą przyczyną, dla której ich telefon musi być zawsze naładowany i pod ręką jest praca, jaką wykonują. Czasami, o zgrozo, jest to jedyny kontakt rodzica z dzieckiem w ciągu dnia.



Niepokoją sytuacje widziane w życiu codziennym, gdy wsłuchani w swój najnowszy model telefonu wchodzimy bez uwagi na jezdnię, tuż pod koła hamującego auta lub widzimy osoby notorycznie rozmawiające przez telefon podczas prowadzenia samochodu, nie posiadające specjalnego aparatu słuchowego do rozmów w pojeździe.

Jak się zachować, gdy ktoś skupiony w rozmowie na osobistych sprawach „włącza” nas do słuchania prywatnych rozmów, nie zdając sobie sprawy, że w miejscach publicznych (jazda środkiem lokomocji, przebywanie w teatrze, kinie, kościele, uczestnicząc w uroczystości publicznej lub zajęciach szkolnych) jest to wysoce niestosowne. Zareagować? Powinniśmy, bo wielu z nas nie uświadamia sobie faktu, że w takiej sytuacji wypadałoby po prostu przeprosić.

Smutny obraz z życia szkoły wyłania się wśród współczesnych młodych ludzi, którzy wiedzy do sprawdzianu szukają w telefonie. Żeby jeszcze wiedzieli, co trzeba przepisać... Wiedzy szuka się w telefonie, a nie w głowie, a jak sprzęt odmówi posłuszeństwa – a ma do tego prawo – to wpadamy w panikę! A przecież kiedyś ludzie żyli w ogóle bez telefonu i musieli sobie radzić. Na telefon trzeba mieć „złoty środek” – umiar. Wszyscy musimy się go uczyć, by nie zwariować i nie popaść w nerwicę nałogowego spoglądania w zachęcające menu telefonu.

Czy powinniśmy się tym martwić? Nie jest to jedno z najgorszych uzależnień, z jakimi możemy się spotkać. Oczywiście, jak wszystko w nadmiarze ma wpływ na nasze życie. Jest ono tak negatywne w skutkach jak każdy problem z kategorii – uzależnienie. Świat się zmienia i my jesteśmy zmuszeni przystosować do tych zmian, jeśli chcemy przetrwać. Jednak nikt nie zwalnia nas od myślenia, jak to robić rozsądnie.



W dniu 8 listopada 2013 r. w naszej szkole odbyła się uroczysta akademie, której celem było uczczenie dwóch niezwykle ważnych świąt: szkolnego, jakim jest Dzień Patrona i narodowego - Święta Niepodległości.

Cała uroczystość rozpoczęła się tradycyjnie od hymnu państwowego oraz przemówień zarówno dyrektora liceum, Stanisława Romanowskiego, jak i zaproszonych gości m.in. księdza Henryka Jakubowicza, proboszcza parafii p.w. św. Michała Archaniola, p. Renaty Romaniuk, przewodniczącej Rady Rodziców. Na uroczystość zostali również zaproszeni emerytowani nauczyciele. Z okazji Dnia Patrona złożono kwiaty przy popiersiu Stanisława Staszica, znajdującego się w naszym liceum.

Uroczystość była okazją do uhonorowania dyplomami nowych członków Samorządu Uczniowskiego. Są nimi: Marta Barceluk, Sylwia Brodowska, Sławomir Chmiel, Patrycja Flaga, Klaudia Gasek, Ewelina Hryciuk, Artur Koza, Monika Lewczuk, Anna Lewkowicz, Nicol Michaluk, Emilia Pikacz, Katarzyna Pikacz, Zuzanna Pikacz, Kamila Sakowska, Mateusz Skawiński.

Podczas akademii wręczono nagrody zwycięzcom kolejnej edycji Konkursu Staszicowskiego pod hasłem: „Nasz Patron - Stanisław Staszic”. Laureatami zostali: I m – Ewelina Stefaniak I c; II m – Izabela Treska I e; III m – Beata Kaczmarek I f.

Po części oficjalnej nadszedł czas na niezwykłą część artystyczną przygotowaną przez uczniów klasy I b, pod kierunkiem wychowawcy klasy, pani profesor Beaty Samojułk. Występ przykuł uwagę wielu uczniów, przez co na sali panował nastrój powagi, stosowny do przedstawianych w akademii treści. Dotyczyły one nie tylko aspektu historycznego, ale także współczesnego podejścia do tematu patriotyzmu i umiłowania ojczyzny. Niejednokrotnie, bowiem, jako ludzie żyjący w czasach wolnej Polski zapominamy o tym, co działo się w przeszłości, jak zmieniał się nasz kraj, o co walczyli nasi przodkowie.

Poza lekcją życia i historii akademie okazała się także doskonałym przypomnieniem literatury polskiej związanej z czasami zniewolenia kraju. Wśród przytoczonych utworów znalazły się fragmenty



słynnej inwokacji z „Pana Tadeusza”, cytat z „Dziadów” A. Mickiewicza, fragment „Mojej piosnki” C. K. Norwida, cytat z „Testamentu mojego” autorstwa J. Słowackiego oraz fragmenty „Dzienników” S. Żeromskiego. Występ uzupełniło wystąpienie uczennicy klasy III b, Pauliny Murdzek, dotyczące działalności księdza Stanisława Brzózki. Miłym akcentem było wkomponowanie w akademię myśli przewodnich Stanisława Staszica, którego to przecież dzień świętowaliśmy 8 listopada na równi ze Świętem Niepodległości.

Niezwykły nastrój części artystycznej dopełniły tłem muzycznym utwory patriotyczne, które pełniły rolę podkładu do recytacji poezji, jak również były wykonane przez chór prowadzony przez panią Iwonę Świdorską. Kto uważnie słuchał, ten usłyszał dzieła wybitnego, polskiego kompozytora - Fryderyka Chopina. Miło było usłyszeć po akademii słowa śpiewane przez młodzież z jednej z pieśni chóralnej, która utkwiała im w głowie i poruszyła serce – „Kocham Cię, Polsko!”

W uroczystość zaangażowani byli: p. Elżbieta Centkowska (dekoracja), p. Henryk Protasiuk (część oficjalna), p. Piotr Tymoszuik (poczet sztandarowy), p. Iwona Świdorska i p. Piotr Kalisz (oprawa muzyczna) oraz główny opiekun uroczystości, p. Beata Samojluk.

Na koniec należy podkreślić, iż prawie wszyscy uczniowie naszej szkoły wykazali się taktem i poszanowaniem dla owej ceremonii, stosując się do zaleceń, dotyczących stroju galowego w owym dniu. Postawa młodzieży zasługuje na pochwałę.

Ewelina Niemirowska



*Więcej zdjęć na  
stronie internetowej  
szkoły:  
[staszicbiała.pl](http://staszicbiała.pl)*



Konkurs „*Nasz Patron – Stanisław Staszic*” odbywa się w naszej szkole co roku, w październiku, dla wszystkich klas pierwszych jednocześnie. Opiekun konkursu rozdaje wychowawcom materiały i regulamin, które są niezbędne do przygotowania się do tego przedsięwzięcia. Przez wrzesień, na podstawie specjalnie przygotowanej broszury o biografii Stanisława Staszica, młodzież zgłębia potrzebną wiedzę na temat patrona. Wychowawcy nadzorują przygotowania do konkursu na godzinach wychowawczych.

W wyznaczonym i zatwierdzonym przez dyrektora terminie wszystkie klasy pierwsze piszą test sprawdzający znajomość sylwetki Stanisława Staszica. Koordynatorem konkursu była p. Elżbieta Reszotnik, nauczyciel historii. Obecnie organizacją konkursu zajmuje się p. Beata Kuzko, nauczyciel języka polskiego, po dokonaniu modyfikacji tego przedsięwzięcia i zgodnie z wymogami TSS.

Przybliżając postać Stanisława Staszica młody człowiek ma mieć świadomość tego, że jego patron był wzorem pracowitości oraz sumienności, zatem warto go w tym naśladować. Uczniowie ZSO nr 4 IV LO im. Stanisława Staszica mogą przyjąć od swojego patrona otwartość, ciekawość poznania świata, a także nie zrażanie się w dążeniu do celu, podczas realizacji marzeń.

W skład jury, sprawdzającego wyniki konkursu wchodzi dwie osoby z klas trzecich, wytypowane przez opiekuna konkursu i jego przewodniczący - p. Beata Kuzko. Najlepsze wyniki poszczególnych klas są podane na tablicy ogłoszeń, a rezultaty wszystkich uczniów są przekazane wychowawcom, którzy informują wychowanków o wynikach na godzinach wychowawczych.

Trzy osoby z najlepszym wynikiem w klasie otrzymują cząstkową ocenę z historii- bardzo dobrą. Laureaci trzech najlepszych miejsc w szkole otrzymują nagrodę rzeczową i dyplom, wręczone przez dyrektora szkoły, podczas uroczystości Dnia Patrona Szkoły, połączonej z obchodami Święta Niepodległości. Osoba z najlepszym wynikiem w szkole bierze udział w Ogólnopolskim Konkursie o Stanisławie Staszicu i jego epoce podczas Sympozjum Staszicowskiego, które odbywa się w czerwcu.



**Laureaci najlepszych miejsc w konkursie 2013/2014:**

**I miejsce Ewelina Stefaniak kl. I C**

**II miejsce Izabela Treska kl. I E**

**III miejsce Beata Kaczmarek kl. I F**

Dnia 29 października o godzinie 10.00 w naszej szkole miało miejsce otwarcie wystawy - „Wojsko Polskie w Misjach Międzynarodowych”. Patronat nad nią objął Prezydent Miasta Biała Podlaska – Andrzej Czapski, dyrektor ZSO nr 4 - Stanisław Romanowski oraz Stowarzyszenie Kombatantów Misji Pokojowych ONZ Koło nr 43 w Białej Podlaskiej. Można było ją oglądać aż cztery dni, na głównym korytarzu IV LO.

Wernisaż rozpoczął się od krótkiej przemowy przewodniczącego koła, Artura Ardeckiego. Przedstawiono przybyłych gości. Podziękowanie i wdzięczność za to spotkanie w naszej szkole, wygłosił dyrektor, Stanisław Romanowski.

Spotkanie społeczności szkolnej z gośćmi miało miejsce na długiej przerwie, między lekcjami. Nasze liceum było pierwszą z bialskich szkół, do której trafiła wystawa. Organizatorom zależało na tym, aby nie została ona zamknięta jedynie w czterech ścianach sal wystawowych.

Prezentowanie młodzieży tematyki misji międzynarodowych w ten właśnie sposób, zapewnia lepsze efekty edukacyjne. Zdaniem Bialskiego Koła Stowarzyszenia Kombatantów Misji Pokojowych ONZ jest to swoista „lekcja historii na dużej przerwie”. Taka forma wystawy ma na celu ułatwienie dostępu młodym pokoleniom do poznania polskiego wkładu w misje pokojowe na świecie oraz ideę uczenia i przygotowywania młodych pokoleń do rozumienia i reagowania na skutki różnych zagrożeń. „Wystawy nie mogą zajmować pólek w magazynach, lecz żyć, dawać wiedzę oraz informację wszystkim bez względu na status społeczny. Mają kształcić świadomość, zrozumienie i wrażliwość”.

Wystawa składała się z czternastu tablic. Każda z nich zawierała inną historię, w tzw. pigułce. Tablice poprzez zdjęcia oraz krótkie opisy bardzo dobrze ilustrowały misje w poszczególnych państwach. Informowały nas o służbie żołnierzy w błękitnych beretach, w hełmach. „Nie jest to informacja martwa historycznie. Cały czas się rozwija, trwa i trwać będzie dopóki na świecie trzeba będzie bronić pokoju.



Wystawę trzeba tylko zrozumieć. Trzeba się nauczyć „pojmwować.” - twierdzą członkowie bialskiego Koła.

Karolina Welik

*Więcej zdjęć na  
stronie internetowej  
szkoły:  
staszicbiala.pl*











13 listopada b.r. klasa II d wraz z wychowawcą, p. Bożeną Kłoczewską rozpoczęła udział klas drugich w Stasionaliach, które wkomponowały się w tradycję naszej szkoły od wielu już lat. Opiekunem tej imprezy szkolnej jest p. Anna Wojtiuk, która wraz z pedagogiem szkolnym, p. Beatą Pawluk i Samorządem Uczniowskim jest w składzie jury, oceniającego poszczególne klasy. Szczególnie informujemy o tym klasy pierwsze, które przyglądają się tej formie zabawy, bowiem za rok sami wezmą w niej udział.

Tematem przewodnim klasy o profilu plastycznym był GangStach, o czym świadczył nie tylko napis w szkole (m.in. zaproszenia na terenie szkoły), ale również ten przed głównym wejściem do budynku. Młodzież „pod krawatem” i „przy muszce”, ubrana w eleganckie stroje, rodem z mafii (biało-czarne, z czerwoną różą, znakiem charakterystycznym ojca chrzestnego) zachęcała do brania udziału w loterii nieprzygotowań do zajęć u nauczycieli, jak również w grach kasyno.

Po korytarzach szkoły rozbrzmiewała muzyka, stosowna do tematyki Stasionalistów. W specjalnie przygotowanym bufecie, znajdującym się w pracowni historycznej, na parterze segmentu A i B częstowano różnorodną gamą ciast i sałatek. Słodki poczęstunek dostało również grono pedagogiczne.

Przystrojone korytarze odmieńły w tym dniu wizerunek szkoły, przenosząc nas do świata nocy-gangsterskich porachunków, ciemnych interesów, cichych i tajemniczych zbrodni, „prania brudnych” pieniędzy. Na ścianach widniały talie kart i waluta amerykańska. Dodatkowo pojawił się wspomniany wcześniej motyw czerwonej róży na zielonym tle.

Pracownia biologiczna – 48 zamieniła się w „komisariat”, pokój nauczycielski zamienił się w salę V.I.P.-ów, a pracownia plastyczna zyskała nową dekorację drzwi.

Główna część artystyczna odbyła się o 11.45 na hali sportowej. Przy specjalnie przygotowanej dekoracji (oświetlony most, a w tle miasto nocą) młodzież prezentowała skecze i dialogi m. in. ze znanych filmów gangsterskich, zapewniając widowni dobrą zabawę, (kto nie zna różowego sweterka z żółtą „gruchą”? J). Wychowawca klasy, p. Bożena Kłoczewska wystąpiła w roli policjantki, skutecznie rozprawiającej się z mafijnym światem. Była bowiem w posiadaniu różowych kajdanek, których nie bała się użyć.

Mimo profilu plastycznego klasa zaprezentowała też umiejętności instrumentalne i taneczne. Nie obyło się również bez konkursu i quizu z nagrodami, w których chętnie wzięła udział nasza młodzież.

W tym dniu, jak na każdych Stasionaliach wszyscy zapomnieli o problemach dnia codziennego i choć na chwilę przenieśli się w inny wymiar czasowy. Klasa II d Stasionalia ma już za sobą, natomiast kolejnym klasom życzymy miłej zabawy i uczciwej rywalizacji.

Fotoreportaż z GangStachu II d znajduje się na stronie internetowej szkoły, do którego oglądania serdecznie zapraszamy. Czytelnikom zaś przypominamy, iż redakcja „Stachpressu” ma prawo do adiustacji artykułów prasowych ( pisaliśmy o tym, jak zawsze, w pierwszym, wrześniowym wydaniu gazetki).



*Więcej zdjęć na  
stronie internetowej szkoły:  
[staszicbiala.pl](http://staszicbiala.pl)*





Palenie wśród młodzieży staje się coraz poważniejszym problemem. Temu zjawisku sprzyja wszystko - koledzy, szkoła, starsze rodzeństwo, rodzice. Naśladując dorosłych, za namową rówieśników, z ciekawości, dla dodania sobie "fajności", wielu młodych ludzi zaczyna palić papierosy. Niekiedy w towarzystwie, w którym palenie jest normą, młoda osoba niepaląca narażona jest na drwiny i wykluczenie z grupy. Młody człowiek, który wychowuje się wśród palaczy często wyrabia w sobie przyzwolenie na takie zachowanie. Wydaje mu się, że papierosy to nic złego. Poza tym przyzwyczajenie do dymu tytoniowego sprawia, że pierwsze doświadczenia z papierosem nie wywołują tak negatywnych skutków, jak w przypadku młodzieży, która nie jest do niego przyzwyczajona.

Utrwalone w wieku kilkunastu lat przyzwyczajenia do nikotyny doskwierają często przez całe życie. Rzucanie palenia jest bardzo trudne i wielu osobom się to nie udaje. Dlatego ważne jest, aby jak najwcześniej rzucić ten nałóg.

Codziennie w Polsce zaczyna palić około pięćset nieletnich chłopców i dziewcząt. W skali roku daje to liczbę 180 tys. młodocianych do 18. roku życia, którzy wpadli w „szpony” nałogu. To przerażająca ilość! Co dziesięć sekund na świecie umiera ktoś na chorobę wywołaną paleniem tytoniu.

Można zauważyć wiele chorób, które pojawiają się u czynnego palacza takie jak: rak płuc, nerki, trzustki, rak wargi, języka, jamy ustnej, przełyku i krtani, rak pęcherza moczowego, choroba niedokrwien- na serca, przewlekłe zapalenie oskrzeli, gruźlica układu oddechowego, nadciśnienie tętnicze, Arteriosclerosis, udar mózgu, wrzody żołądka oraz dwunastnicy, przepukliny jelitowe, impotencje. Czy zapalenie papierosa jest tego warte?

Wielu młodych ludzi myśli, że choroby ich nie dotyczą. Słyszymy „przecież to nie muszą być ja”. Oczywiście, że nie, ale to również możesz być ty. Młodzi palacze zapytani o przyczynę palenia papierosów twierdzą, iż palenie ich uspokaja i odpręża, czują w sobie niepotrzebne zasoby energii i nie zauważają innych zmian w swoim organizmie.

Palenie papierosów przez dzieci i młodzież w wieku szkolnym wywołuje jeszcze większe szkody niż palenie przez dorosłych. Porównując świadectwa szkolne w Niemczech, Szwajcarii, USA, Wielkiej Brytanii i innych krajach badacze stwierdzili, że uczniowie palący mają o 25% gorsze wyniki w nauce. Na odrabianie zadań potrzebują więcej czasu, gorzej uczą się na pamięć, w badaniach testowych popełniają więcej błędów. Młodzież paląca papierosy ma niższy wzrost, mniejszą wagę ciała, mniejszy obwód klatki piersiowej, osiąga gorsze wyniki w sporcie.

Ponadto papierosy są ogólnie dostępne. Każdy może je kupić w kiosku lub sklepie, nawet - nie ukrywajmy - kiedy nie ma ukończonych osiemnastu lat. Można podkraść rodzicom lub poprosić starszego kolegę o wyświadczenie tzw. „przysługi”.

Warto również wiedzieć, co palisz. Zanim powstanie papieros, do tytoniu dodaje się wiele aromatów, a także substancji konserwujących, często o nieznanym, utajnionym przez producentów składzie chemicznym. Na przykład specjalne sole powodują, że papieros stale się tli, amoniak zmieniając pH biologicznie uaktywnia nikotynę, cukier i lukrecja poprawiają smak, a gliceryna dłużej zachowuje świeżość tytoniu. Tak chemicznie zmieniony papieros dostarcza palaczowi substancji, od której się uzależnia - nikotyny oraz innych toksycznych związków chemicznych.

Istnieje również coś takiego jak bierne palenie. Wdychanie dymu tytoniowego, czyli właśnie bierne palenie, jest równie niebezpieczne jak samo palenie. Boczny strumień dymu tytoniowego zawiera trzydzieści pięć razy więcej dwutlenku węgla i cztery razy więcej nikotyny niż dym wdychany przez aktywnych palaczy. Specjaliści odnotowują wiele przypadków zachorowań na choroby odtytoniowe wśród osób, które nigdy nie paliły tytoniu. Dym ten zawiera także wiele substancji alergizujących, powodujących łzawienie oczu, podrażnienie błony śluzowej nosa, kaszel, nawracające zakażenia układu oddechowego, a także





uczulenia i w konsekwencji astmę. Także nie myśl tylko o sobie. Pamiętaj, że paląc, szkodzisz nie tylko sobie, ale również bliskim Ci osobom: przyjaciółce, bratu czy chłopakowi.

Aby przestać robić krzywdę sobie i bliskim rzuć palenie! Odmowa każdego papierosa jest dla ciebie, twoją małą wygraną. Zaprzeszanie palenia tytoniu to konieczność. Sposobów na rzucanie palenia jest niemało. Jedni zalecają działanie zdecydowane i kategoryczne, inni są zdania, że rozstanie z papieroskiem powinno odbywać się krok po kroku, by po pewnym czasie osiągnąć cel, czyli całkowicie przestać palić. Ważne, by się zdecydować i naprawdę to zrobić. Nie pocieszaj się tym, że palisz niewiele lub mniej niż kiedyś.

Sam doprowadzasz się do śmierci. Musisz to sobie uświadomić. Tylko pamiętaj w tym przypadku lepiej wcześniej, bo za parę lat może być dla ciebie za późno. Pomyśl też o swoich bliskich, jak oni będą się czuć lub jak już się czują. Nie bądź egoistą. Wybierz zdrowie.

Natalia Pietruczuk



Wieczór wróżb odprawianych w nocy z 29 na 30 listopada, w wigilię świętego Andrzeja, patrona Szkocji, Grecji i Rosji nazywamy Andrzejkami. Dzień ten przypada na końcu lub na początku roku liturgicznego. Andrzejki są specjalną okazją do zorganizowania ostatnich hucznych zabaw przed rozpoczynającym się adwentem. Niegdyś wróżby andrzejkowe miały charakter wyłącznie matrymonialny i przeznaczone były dla niezamężnych. Początkowo andrzejki traktowano bardzo poważnie, a wróżby odprawiano tylko indywidualnie, w odosobnieniu. Współcześnie przekształciły się w niezobowiązującą zabawę, gromadzącą młodzież obojga płci.

### Zwyczaje i wróżby andrzejkowe:

Do najbardziej znanych wróżb andrzejkowych należy oczywiście lanie roztopionego wosku na wodę. Wosk można lać bezpośrednio lub przez dziurkę np. w kluczu. Na podstawie kształtu woskowej figurki lub kształtu cienia rzucanego przez nią przewidujemy przyszłość lejącego.

Większość wróżb andrzejkowych ma na celu przepowiedzenie, która z panien pierwsza wyjdzie za mąż i tak na przykład: każda z panien bierze kość i układa w pokoju w dowolnie wybranym miejscu, następnie do pokoju wpuszcza się psa- której kość wybierze, ta może szykować się już do ślubu. Co przebieglejsze panny smarowały kość masłem, aby dodatkowo zachęcić czworonoga.

Innym sposobem wywrócenia szybkiego zamążpójścia jest zabawa z butami. Panny ustawiają buty z lewej nogi jeden za drugim w pokoju, po czym ostatni przestawiają na początek tak długo aż pierwszy but nie dotknie progu. Panna, której but pierwszy przekroczy próg domu, pierwsza wyjdzie za mąż.

Inne wróżby andrzejkowe, to na przykład wrózenie z obierek. Należy obrać jabłko tak, aby powstała jedna obierka, a następnie rzucić ją za siebie. Kształt obierki ma oznaczać pierwszą literę imienia przyszłego męża.

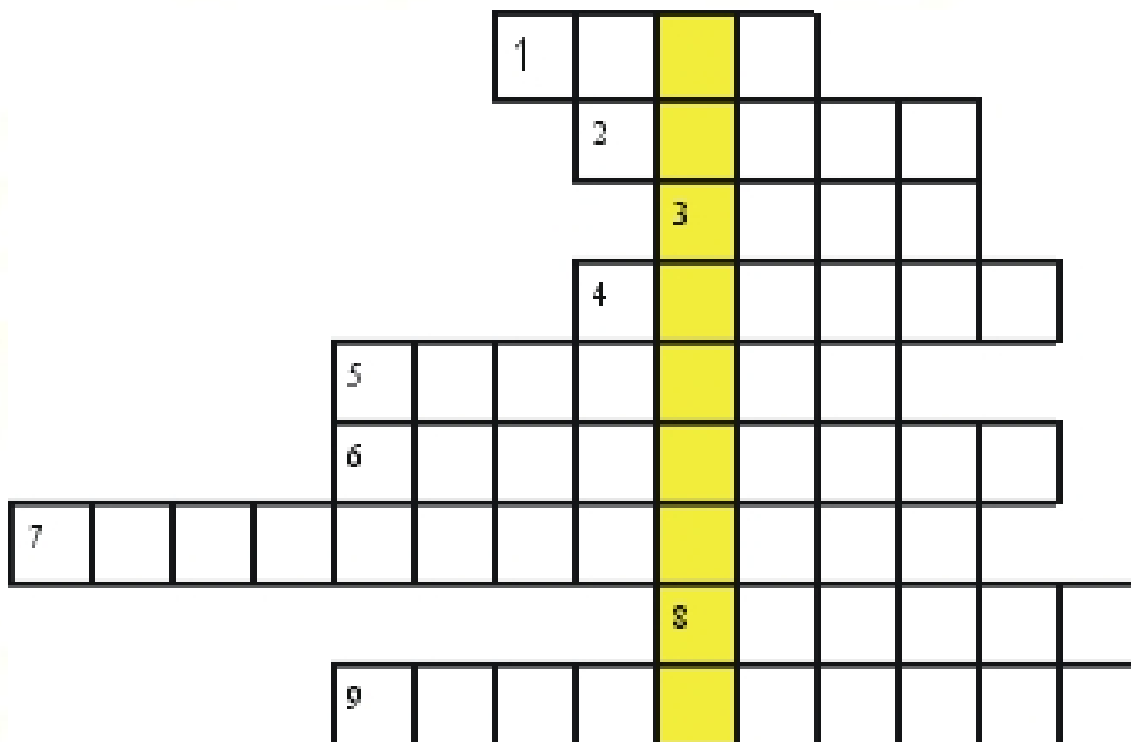
Można też położyć pod trzy filiżanki monetę, obrączkę, listek, a czwartą zostawić pustą. Po przemieszaniu filiżanek wybieramy jedną z nich i jeśli trafiliśmy na monetę wróży to bogactwo, obrączka przepowiada zamążpójście, listek-miłość, zaś pusta filiżanka oznacza, że w nowym roku nie wydarzy się nic nowego.

A jak poznać imię przyszłego małżonka/żony?. Wkładamy pod poduszkę karteczki z wypisanymi imionami. Rano po przebudzeniu się wyciągamy jedną z kartek i odcytujemy z niej imię lubego. Inny sposób na poznanie imienia ukochanego to wycięcie z papieru serca, napisanie na nim imion, po czym przebicie go igłą od tyłu. Imię, na jakie trafi igła to, oczywiście, imię przyszłego narzeczonego.

Kamila Iwańczuk







1 – z niej produkowana jest benzyna

2 - pojazd jednośladowy

3 - przechodząc przez ulicę, należy najpierw spojrzeć w ...

4 - osoba prowadząca rower

5 - część drogi

6 - jeden z manewrów na drodze

7 - przecięcia się dwóch dróg

8 - okrągłe znaki na niebieskim tle

9 - jedzie na miejsce wypadku, ... ratunkowe

3	2					5		
	9	7				4	1	8
			4		7		9	
1				2			3	
		9		5		2		
	5			1				4
	8		9		6			
9	6	3				8	7	
	7						4	6

# *Do zobaczenia*



## *w grudniu!*

*Źródła:* <http://www.panoramio.com/photo/57193060>, <http://www.balucianka.pl/>, <http://lomzynskie24.pl/2012/08/trwa-renowacja-zabytkowych-pomnikow/>, <http://www.wroclaw.pl/czas-zadumy--odwiedzamy-wroclawskie-cmentarze>, [http://lubartow24.pl/informacje/lokalne/51401/kwesta\\_na\\_cmentarzu\\_w\\_kocku/](http://lubartow24.pl/informacje/lokalne/51401/kwesta_na_cmentarzu_w_kocku/), <http://www.polskiekrajobrazy.pl>. *Galerie/276:Wielkopolska/117336:Poznan\_zabytkowy\_cmentarz\_parafialny\_przy\_ul.\_Nowina\_Pomnik\_Wdzieczności.html*