ZIMA NR 2 (102)

OPATÓW LO im. Bartosza Głowackiego 1917 2017 100 LAT

Bartek News

GAZETKA LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCEGO W OPATOWIE

„Nie szczędź czasu, żeby być szczęśliwym."

Phil Bosmans

PRZESĄDY MATURALNE str. 3

WYWIAD Z PANIĄ REDAKTOR str. 5

PRZEPOWIEDNIE NA NOWY ROK str. 8

JAK SPĘDZIĆ FERIE ZIMOWE? str. 17

BARTEK NA ZIMĘ

3 SZKOŁA

3 Z PAMIĘTNIKA MATURZYSTY...

3 PRZESĄDY MATURALNE

4 BOHATEROWIE

4 CIEKAWA OSOBOWOŚĆ UCZNIOWSKA

5 WYWIAD Z PANIĄ REDAKTOR

6 CO SIĘ DZIEJE POZA SZKOŁĄ

6 JAK I GDZIE BAWI SIĘ DZISIEJSZA MŁODZIEŻ?

7 JĘZYK WSPÓŁCZESNEJ MŁODZIEŻY

7 MODA NA TATUAŻE

8 PRZEPOWIEDNIE NA NOWY ROK

8 KĄCIK JĘZYKA NIEMIECKIEGO

9 RECENZJE KSIĄŻEK

10 RECENZJA FILMU

11 PREMIERY FILMOWE

12 NASZA TWÓRCZOŚĆ

12 WIERSZE

13 CIAŁO I DUSZA

14 MUZYCZNE PODSUMOWANIE ROKU 2023

15 ATRAKCJE TURYSTYCZNE REGIONU

15 PORADY ZDROWOTNE

15 KĄCIK ARTYSTYCZNY

17 JAK SPĘDZIĆ FERIE ZIMOWE?

17 SPORT

18 KĄCIK PSYCHOLOGICZNY

18 KULINARIA

20 ROZRYWKA

20 CIEKAWOSTKI

21 KOMIKS

22 KRZYŻÓWKA

22 ZESPÓŁ REDAKCYJNY

Z pamiętnika maturzysty...

Przed nami nowy rok 2024. Kolejne 366 nowych dni, 52 nowe tygodnie i 12 nowych miesięcy. Masa planów, celów, zmian do wprowadzenia, które każdy człowiek chce poczynić.

Jednak dla nas-maturzystów, to będzie rok pełen wyzwań, decyzji, dylematów, stresu. Coraz większymi krokami zbliża się nasz przysłowiowy „egzamin dojrzałości". Dni mijają jeden za drugim, czasu coraz mniej, a presja z każdej strony narasta. Ciągłe pytania o kierunek studiów, postępy w nauce, przygotowania, nawet przy świątecznym stole padały częściej niż jakiekolwiek inne. Wszyscy dookoła dają nam (w ich mniemaniu) złote rady, napędzając to błędne koło niepokoju. Wpadamy w wir szaleństwa i wątpliwości, zamykając się w bańce:gdzie wszędzie wokół widzimy tylko to okropne słowo „MATURA".

Dla niektórych z nas pocieszającą myślą jest nadchodzący bal studniówkowy. Prawdopodobnie jeden z najbardziej wyczekiwanych dni podczas całej edukacji w szkole średniej. Większość dziewcząt pewnie od dziecka ma gdzieś z tyłu głowy obraz tej pięknej sukni, podniosłego poloneza i bajkowej zabawy do białego rana. Ale przecież ten temat również nie może przejść bezstresowo. Pytania o partnera lub partnerkę, kreację i całokształt składający się na to wydarzenie frustrują wbrew pozorom tak samo jak te o nasze plany na przyszłość.

Razem z końcem roku kalendarzowego przyszedł także czas zakończenia naszego przedostatniego semestru w murach tej szkoły. Poprawki, sprawdziany, powtórki zarówno w szkole, jak i te na własną rękę, pomimo wsparcia ze strony nauczycieli niezmiernie przytłaczają. Na szczęście za nami kilka dni przerwy świątecznej, podczas której mogliśmy oczyścić głowę od natłoku nauki, natomiast przed nami… ostatnie kilka bardzo intensywnych miesięcy. Zapewne nieprzespanych nocy, ogromu wysiłków i przemyśleń, które miejmy nadzieję doprowadzą nas do miejsc, o których marzymy, do dróg, którymi chcemy naprawdę podążać.

Natalia Charymska

Przesądy maturalne

1. Nauka dopiero po studniówce.
Nauki do egzaminów maturalnych nie wolno rozpocząć przed studniówką. Według przesądu cała wiedza ucieka z głowy po studniówkowej imprezie.

2. Czerwone dodatki podczas studniówki.
Najpopularniejszy zabobon dotyczy czerwonej bielizny oraz podwiązek. Na egzamin maturalny należy założyć czerwone majtki – najlepiej te, które miało się na studniówce. Kolor ten ma odganiać złe moce.

3. Czyszczenie butów w jedną stronę.
Chłopcy powinni czyścić buty tylko w jedną stronę i założyć ten sam garnitur, który mieli na studniówce. W ubraniu tym została skumulowana cała dobra energia z wcześniejszej imprezy.

4. Brak zmian we fryzurze.
Unikanie obcinania włosów od studniówki aż do zakończenia egzaminów ma zagwarantować pomyślne ich zdanie. Właśnie we włosach znajduje się esencja wiedzy gromadzona w trakcie nauki. W dniu egzaminu chłopcy nie powinni także używać maszynek do golenia.

5. Nie dziękuj!
Na słowa: ,,powodzenia" nie można nigdy odpowiadać: „dziękuję". Jeśli jednak się to zrobi, należy splunąć trzykrotnie przez lewe ramię, aby odczynić zły urok.

6. Wizyta w Częstochowie
Każdy maturzysta powinien udać się na pielgrzymkę na Jasną Górę. Obejście częstochowskiej Drogi Krzyżowej ma zapewnić jasność w głowach oraz wlać w serca radość z powodu ukończenia szkoły.

7. Wycieczka w Góry
Jedna z legend głosi, żeby dobrze zdać maturę, należy wspiąć się na Giewont. Zdobycie góry gwarantuje osiągniecie szczytu własnych możliwości intelektualnych podczas całej matury.

8. Coś pożyczonego
Na czas trwania egzaminów warto pożyczyć od kogoś dowolny przedmiot. Im darczyńca jest mądrzejszy tym lepiej, ponieważ siła pochodząca z jego wiedzy pomoże

napisać maturę z doskonałym wynikiem!

9. Amulety
Czterolistna koniczyna, przypinki w kształcie podkowy czy figurki słoni z zadartą trąbą to jedne z najpopularniejszych amuletów. Jednak trudno je wnieść na salę egzaminacyjną. Czerwona nitka na nadgarstku najlepiej zawiązana na godzinę przed maturą przez najlepszego przyjaciela będzie doskonałym rozwiązaniem.

10. Skoki dookoła pomnika.
Po studniówce powinno się udać cała klasą pod najbardziej znany pomnik w okolicy i okrążyć go, skacząc na jednej nodze.

11. Wiedza pod poduszką
W przeddzień egzaminu warto położyć się spać z książką pod poduszką. Przez noc wiedza powinna wniknąć do głowy. Pomocna będzie także wizualizacja tematów i pytań, które mają znaleźć się na maturze.

12. Ostatnia prosta
Odprowadzający na egzamin nauczyciele i znajomi powinni nie mieć na sobie butów, aby zapewnić maturzystom szczęście. Po dobrze zdanej maturze mają oni wytrzeć bose stopy w galowy strój zdającego.

13. Kopniak na szczęście
Koniecznie przed wyjściem z domu powinno się dostać kopniaka na szczęście od kogoś bliskiego. Byleby nie za mocno

14. Dzień prawej nogi
W dniu egzaminu poranek należy rozpocząć prawą nogą, ale aby rezultat był jeszcze lepszy, warto stosować ten przesąd już na tydzień przed maturą i wszystkie czynności zaczynaćod tej kończyny. W dniu egzaminu dojrzałości należy przekroczyć nią próg sali egzaminacyjnej, a jeśli arkusz upadnie na podłogę, trzeba go przydepnąć. Oczywiście prawą nogą.

Wszystkim maturzystom życzę powodzenia!!! Tylko nie dziękujcie, a jeśli już to zrobiliście, odsyłam do punktu nr 5.

Zuzia Piątek

CIEKAWA OSOBOWOŚĆ UCZNIOWSKA

Tym razem do wywiadu zaprosiliśmy jedną z drużyn ligi halowej, a mianowicie Fc Katedrę, której skład wygląda następująco: Kacper Bień, Mikołaj Gardian, Kacper Gawryś, Karol Gierada, Wiktor Kowalczyk, Bartek Kutyła, Karol Maluszczak, Kacper Roguski, Marcin Siwecki oraz Mateusz Wójcik.

Red.: Powiedzcie mi chłopaki, jak to się zaczęło? Jak powstała wasza drużyna i skąd pomysł na nazwę Fc Katedra?
Mikołaj: Wszystko zaczęło się na w-f –ie w ubiegłym roku, na którym podzieliliśmy się na drużyny. Jedną z nich nazwaliśmy właśnie Fc Katedra. Później, gdy dowiedzieliśmy się o lidze halowej organizowanej w naszej szkole, stwierdziliśmy, że weźmiemy w niej udział właśnie jako drużyna pod tą nazwą. I tak się to zaczęło.

Red.: Z tego co nam wiadomo, nie jesteście wszyscy z jednej klasy, więc opowiedzcie o relacjach w drużynie. Dogadujecie się i nie ma między wami konfliktów?
Marcin: Nasz drużyna składa się z uczniów z obecnych klas 3B i 3C, więc to, że jesteśmy z jednego rocznika, na pewno wpływa pozytywnie. Dogadujemy i mamy bardzo dobry kontakt. Wiadomo, czasami dochodzi do jakiś nieporozumień, ale myślę, że to normalne i szybko temu zaradzamy.

Red.: Słyszałyśmy też, że macie swoje drużynowe koszulki?
Mateusz: Tak, każdy ma na koszulce swój numer oraz nazwę drużyny i gramy w nich na każdym meczu.

Red.: Opowiedzcie, jak to wygląda od strony boiska. Jest stres?
Kacper: Podczas meczu wiadomo, jest napięcie i stres, ale jako drużyna jesteśmy zgrani, nawet Pan Profesor Jacek Cheba - sędzia podczas rozgrywek ligi halowej – powiedział, że dobrze dogadujemy się na boisku.

Red.: Przechodząc do obecnego sezonu ligi, to jak Wam idzie?
Marcin: Obecnie jesteśmy na 3 miejscu w tabeli na 6

drużyn, ale jeszcze wszystko przed nami, ponieważ do zakończenia sezonu zostało nam jeszcze kilka meczy do rozegrania, więc trzymajcie kciuki.

Red.: Opowiedzcie nam też o facebooku ligi halowej, bo słyszałam, że Marcin, Mateusz i Karol ją prowadzą.
Karol: Tak, przejęliśmy konto ligi na facebooku od ubiegłorocznych absolwentów naszej szkoły, którzy również brali udział w meczach. Na tej stronie staramy się na bieżąco zamieszczać informacje dotyczące rozgrywek. Publikujemy wyniki oraz harmonogram najbliższych meczy, dlatego zachęcamy do zaglądania na naszą stronę „Liga Halowa - Bartosz 2023/2024".

Red.: Dziękujemy wam bardzo za wywiad i życzymy powodzenia!

Drużyna: My również dziękujemy i zachęcamy innych do zgłaszania się, by grać i rozwijać swoje pasje, bo pamiętajmy, że sport to zdrowie.

Madzia Wit i Iza Gołyska

WYWIAD Z PANIĄ REDAKTOR

Podczas czerwcowych Szkolnych Dni Kariery w Bartoszu mogliśmy się spotkać z wyjątkowymi osobami - absolwentami naszej szkoły, którzy odnieśli olbrzymi sukces zawodowy. Praca, którą wykonują, jest spełnieniem ich marzeń i realizacją wyznaczonych celów. Droga do ich spełnienia nie była prosta, często wymagała od nich poświęceń i wyrzeczeń. W poprzednim numerze pisaliśmy o Panu Damianie Rusaku, który jest sędzią. Dziś chcemy przybliżyć sylwetkę Pani Anny Roży- dziennikarki. Odwróciliśmy role i tym razem to nasza bohaterka udzieliła odpowiedzi na kilka pytań redakcji.
Anna Roży- dziennikarka prasowa, radiowa i telewizyjna. Pracę w mediach rozpoczęła w 2001 r. Związana z ogólnopolskimi tytułami prasowymi -„Gazetą Wyborczą", „Życiem", później Polskim Radiem Kielce. W latach 2012-2016 kierowała działem promocji Kieleckiego Parku Technologicznego.
Od 2016 r. do 2023 roku pracowała w kieleckim oddziale TVP, gdzie kierowała redakcją.
Autorka wielu tekstów prasowych, programów radiowych i telewizyjnych. W czasie ponad dwudziestoletniej pracy zawodowej rozmawiała z najważniejszymi polskimi politykami, ludźmi świata kultury, artystami. Prowadziła programy publicystyczne, medyczne i kulturalne, wśród nich emitowany na antenie ogólnopolskiej „Poczytalnie TV" .
Wielbicielka dobrej kuchni i literatury. Uwielbia literaturę, utwory G.G. Marqueza, Alessandro Baricco, a także Wita Szostaka, Ignacego Karpowicza i Szczepana Twardocha.

Red.: Dlaczego wybrała Pani zawód dziennikarza?
A.R.: Myślę, że zdecydowała o tym ciekawość świata i ludzi. Dzięki tej pracy można tak naprawdę zadać pytania każdej osobie na świecie. To niezwykle interesujący zawód, ale jednocześnie ogromnie wymagający, wielokrotnie wiąże się z wieloma wyrzeczeniami. To nie jest praca w godzinach od-do. Dziennikarzem jest się przez całą dobę. To trudne, ale przynoszące też ogromną satysfakcję, kiedy czytelnicy, słuchacze, czy widzowie doceniają pracę, czekają na kolejne teksty, czy programy.

Red.: W jakiej dziedzinie dziennikarskiej specjalizuje się Pani?
A.R.: Obecnie zajmuję się głównie dziennikarstwem medycznym, a także związanym z literaturą. Bardzo lubię pokazywać ludzi, którzy do swojej pracy podchodzą z pasją, lubię opisywać nowoczesne zabiegi, ale także opowiadać słuchaczom o interesujących książkach.

Red.: Czy pamięta Pani swój pierwszy artykuł/program? Czego dotyczył?
A.R.: Swoją pracę dziennikarską rozpoczęłam w kieleckim oddziale Gazety Wyborczej. Pierwszy artykuł dotyczył przygotowania pisanek, kolejny zmian nazw ulic na jednym z kieleckich osiedli. W redakcji Gazety zajmowałam się tematyką samorządową, myślę, że w ciągu kilku lat pracy w tym miejscu napisałam setki tekstów. Pierwszy program radiowy to rozmowa z prezesem Targów Kielce Andrzejem Mochoniem, a pierwszy wywiad telewizyjny przeprowadziłam z prof. Stanisławem Góździem dyrektorem Świętokrzyskiego Centrum Onkologii.

Red.: Co w zawodzie dziennikarza jest fascynujące?
A.R.: Fascynująca jest możliwość rozmowy z interesującymi ludźmi, pokazywanie ich zdania, umiejętności, pasji innym. To także możliwość niesienia pomocy, edukowania, w pewien sposób naprawiania świata.

Red.: Czy były jakieś trudne momenty, reportaże, z którymi musiała się Pani zmierzyć, a może podczas pracy zdarzyło się Pani coś niezwykłego?
A.R.: Najtrudniejsze było przygotowanie materiału o spełnieniu przez jedną z fundacji marzenia śmiertelnie chorej, kilkuletniej dziewczynki. Jej marzeniem był lot helikopterem, udało się ten pomysł zrealizować, ale przyglądanie się tej sytuacji, opisanie jej, było ogromnie trudne. Trudno pogodzić się z chorobą i śmiercią dzieci.

Red.: Proszę nam opowiedzieć, jak wygląda Pani typowy dzień w pracy.
A.R.: W pracy dziennikarza nie można mówić o typowym dniu pracy. Każdy dzień jest inny, bo każdy to spotkanie z innymi ludźmi. Inaczej pracuje dziennikarz

prasowy, inaczej radiowy, a jeszcze inaczej telewizyjny. Miałam okazję przygotowywać materiały zarówno do gazety, radia, jak i telewizji, każdy rodzaj dziennikarstwa jest inny.

Red.: O czym marzy dziennikarz?
A.R.: O ciekawych tematach, dobrych rozmówcach, o tym, by to właśnie jego teksty, wywiady, były cytowane, ale myślę, że przede wszystkim, żeby swoimi materiałami pomagać, dawać radość, przybliżać i opowiadać o świecie, który może wydawać się niedostępny. Dla mnie ogromnie ważna jest misja edukacyjna, profilaktyczna i społeczna. Ważne jest, że mogę pomagać.

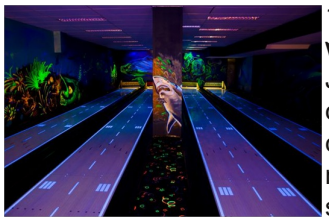
Red.: Na koniec naszej rozmowy, mam prośbę - jakich cennych rad może Pani udzielić przyszłym, potencjalnym dziennikarzom?
A.R.: Jeśli ktoś zastanawia się, czy chciałby być dziennikarzem, to powinien odpowiedzieć sobie na pytanie, czy jest ciekawy świata, ludzi. Jeśli tak, to musi pójść za swoimi marzeniami. Dobrze mieć pracę, która jest pasją, bo wtedy każdy dzień rozpoczyna się z radością.

Red.: Serdecznie dziękuję za poświęcony czas.
A.R.: Również dziękuję.

Natalia Wójcik

Jak i gdzie bawi się dzisiejsza młodzież?

Zapewne nie jeden z nas już w połowie tygodnia odliczał dni do weekendu, kiedy w końcu będzie mógł odpocząć od nauki i przyjemnie spędzić czas. Weekend można zorganizować w domu, oglądając film, grając z najbliższymi w ulubione planszówki, czy czytając swoją ulubioną książkę otulony w kocyk z herbatką w ręku. Jednakże wielu młodych ludzi woli spędzać go poza domem, spotykając się ze znajomymi, drugą połówką, czy idąc w nowe miejsce, gdzie można zapoznać się z nowymi osobami. Nie wiesz, gdzie możesz spędzić weekend pełen wrażeń? Oto kilka przykładów miejscw naszej okolicy, które są warte odwiedzenia i które polecam.



1. Kręgielnia "Atlantyda" w Starachowicach
Jeśli wraz z przyjaciółmi chcecie spędzić aktywnie czas, a przy okazji poczuć nutkę rywalizacji, wybierzcie się do kręgielni "Atlantyda" przy ul. Szkolnej 14B w Starachowicach. Znajdują się tam wygodne sofy, z których można obserwować swoich rywali. Czas umilić wam może pyszna pizza, którą zakupicie na miejscu. Jeśli zaś wolicie bilarda lub automaty tj. Cymbergaj, "bokser" czy piłkarzyki, to też znajdziecie tam atrakcje dla siebie.

2. Klub "LUX CLUB BRZOZOWA" w Brzozowej
Jeśli ty i twoi znajomi wolicie bawić się przy rytmach różnorodnej muzyki, na pewno spodoba się Wam impreza w tym miejscu. Klub ten posiada 2 sale: disco i techno, więc na pewno znajdziecie coś dla siebie, aby móc się pobawić i zapomnieć o szarej rzeczywistości. Bardzo często koncertują tam gwiazdy disco polo, a także raperzy, więc możecie tam spotkać swojego idola! Koncerty grali tam m.in.: Zeamsone, Ronnie Ferrari, Tymek, Boys, Skolim itp. Odbywają się także imprezy tematyczne, np. "White Party", czyli osoba z białym elementem ubioru dostaje shota gratis, czy "Single Party", wtedy można znaleźć drugą połówkę lub nowych znajomych. Możecie wykupić specjalne loże, by usiąść z innymi i obserwować trwającą zabawę. Na dwóch salach znajdują się bary, które będą ukojeniem dla spragnionych. Koszty wstępu do klubu są zróżnicowane. Warto zaobserwować ich profil na Facebook'u, aby być na bieżąco z imprezami. Osobiście, bardzo polecam.

3. Klub "Milano" w Baćkowicach
Jeśli interesują Cię imprezy bliżej Opatowa, udaj się do klubu "Milano" w Baćkowicach. Podobnie jak poprzedni klub, "Milano" posiada 2 sale (disco i techno). Jest możliwość odsapnięcia na lożach obok parkietu, a także w odrębnym pomieszczeniu, które mieści się pomiędzy dwoma salami, gdzie znajduje się także bar. Bardzo często odbywają się koncerty gwiazd: Cypis, Czadoman, Sequento itp. Jedną z ciekawszych imprez jest tzw. "Wesele na Baćkach". Jest to idealna okazja dla tych, którzy chcą poczuć swojski klimat wesela, ale nie mają takiej możliwości. Aby być na bieżąco z aktualnymi imprezami, zaobserwujcie profil "Milano Club Baćkowice" na Facebooku.

4. Stok narciarski i lodowisko w Bałtowie

Nie zawsze imprezy i spędzanie czasu ze znajomymi musi kojarzyć się z zatłoczonymi klubami. W Bałtowie przy melodiach piosenek na czasie możesz zjeżdżać ze stoku narciarskiego. Jeśli nie umiesz jeździć na nartach, nic straconego! Na miejscu znajduje się wielu instruktorów, z którymi możesz doszkalać swoje umiejętności narciarskie. Dla początkujących polecam najpierw spróbować swoich sił na tzw. "Oślej Łączce",

a gdy już się poduczycie, wyciągiem talerzykowym możecie spróbować zjechać samodzielnie. Dla bardziej odważnych i umiejących jeździć nie tylko na nartach, ale też snowboardzie, polecam większy stok, na który można się dostać poprzez wyciąg krzesełkowy. Dla zwolenników podziwiania pięknych widoków, polecam wykupić wjazd wraz ze zjazdem tym wyciągiem, kupić grzańca i zachwycać się zaśnieżonymi krajobrazami. Jeśli natomiast wolicie popróbować swoich sił na łyżwach, nieopodal stoku znajduję się lodowisko. Dla osób początkujących w ofercie znajdują się pomoce tj. pingwinki, które umożliwią utrzymanie równowagi przy nauce jazdy na łyżwach. Czas na lodowisku umilą wam znane piosenkii światełka typowo imprezowe.

5. Restauracja "Bałtowski Zapiecek"

Jeśli poczujecie głód po wyżej wymienionych aktywnościach, zachęcam do wstąpienia do restauracji "Bałtowski Zapiecek". W przytulnym miejscu, w staropolskim klimacie będziecie mieli okazje na wypróbowanie przepysznych dań oraz napoi, które widnieją w karcie menu. Każdy znajdzie coś dla siebie, a przy okazji spędzi czas z bliskimi w ciepłym, cichym i komfortowym miejscu przy smacznych daniach.

Osobiście polecam wszystkie z tych miejsc. Jeśli nie byliście w którymś z nich, serdecznie zachęcam do zabrania tam swoich bliskich, przyjaciół czy znajomych, w zależności od tego, w jaki sposób chcecie spędzić weekend.

Klaudia Ciszowska

Język współczesnej młodzieży

Użytkownicy języka zdecydowali: tytuł Młodzieżowego Słowa Roku 2023 powinien należeć do „rel". To właśnie na nie oddano najwięcej, bo 19 tysięcy głosów. „Rel" stanowi wyraz aprobaty wobec tego, co mówił przedmówca, i pochodzi od angielskiego „relatable", czyli „możliwy do powiązania z tematem". Ma również swoje warianty: rzeczownikowy „relówa" i czasownikowy „relować", o podobnym znaczeniu.

Na podium plebiscytu Młodzieżowe Słowo Roku 2023 znalazła się „sigma" (posiadająca wariant „sigma male"). To określenie wywodzące się z manosfery i odnoszące się do mężczyzny niezależnego, pewnego siebie, intrygującego, odnoszącego sukcesy, ale nieafiszującego się z nimi. Trzecie miejsce w plebiscycie zajęło z kolei „oporowo", czyli „dużo", „do końca", „intensywnie".

Współcześnie język staje się coraz bardziej plastyczny. Warto zaznaczyć, że niektóre wyrażenia językowe, które w przeszłości były uważane za błędy, dzisiaj zostały uznane za językową normę. Co więcej, obecnie język polski jest bardzo zróżnicowany, a jego stałym elementem są nowe słowa, pojawiające się zwłaszcza w przestrzeni internetowej.

Niestety w języku współczesnej młodzieży występuje wiele wulgaryzmów, które są bardzo rażące zwłaszcza dla osób starszych. Młodzi ludzie coraz częściej uważają takie słowa za naturalne wyrażenie negatywnych emocji. Trzeba jednak pamiętać, że wulgaryzmy naruszają normy kulturowe i zwłaszcza w miejscach publicznych należy kontrolować swoje wypowiedzi. Język, jakim się posługujemy, jest naszą wizytówką. Warto zadbać o pozytywny wizerunek na tej płaszczyźnie.

Natalia Olejarska, Natalia Czernik

Moda na tatuaże

W dzisiejszych czasach tatuaże stały się nie tylko popularną formą ozdabiania ciała, ale także ważnym elementem kultury młodzieżowej i wyrazem indywidualności.

Współczesna moda i tatuaże łączą się w niezwykły sposób. Coraz więcej osób, zwłaszcza młodych, decyduje się na zdobienie swojego ciała tatuowanymi wzorami. Wielu projektantów mody i celebrytów promuje tatuaże jako formę wyrażania siebie i podkreślania swojej oryginalności.

Jednakże dla wielu osób tatuaże to nie tylko chwilowa moda, ale prawdziwy styl życia. Ludzie, którzy zde-

cydowali się na nie, często tworzą z nimi głębokie emocjonalne więzi. Dla nich są wyrazem przekonań, doświadczeń życiowych, pasji czy rodziny. Innym powodem, dla którego tatuaże stały się tak modne, jest fakt, że teraz są one bardziej dostępne i łatwiejsze do wykonania. Dzięki rozwijającym się technologiom, są teraz bardziej precyzyjne i trwalsze niż kiedykolwiek wcześniej, a także bardziej bezpieczne i higieniczne.

Należy jednak bardzo dobrze przemyśleć swoją decyzję, gdyż tatuaż to decyzja na całe życie, a usunięcie go nie należy do najłatwiejszych zadań.

Ania Sasak

PRZEPOWIEDNIE NA NOWY ROK 2024

Dla każdego z nas rozpoczęty nowy rok jest pełen tajemnic, niepewności. Zadajemy sobie pytania, które dotyczą tego, jak go spędzimy i czy wydarzy się coś ciekawego lub zaskakującego. Niestety odpowiedzi na te pytania nie są nikomu znane. Możemy jednak bazować na tzw. przepowiedniach, które wynikają z horoskopów lub widzeń ludzi, którzy uważają się za jasnowidzów.

Oto kilka przepowiedni na rok 2024.
1. W tym roku ma nastąpić przełom w dziedzinie medycyny. Prawdopodobieństwo odkrycia leku na nowotwór i Alzheimera ciągle wzrasta.
2. Opracowana ma zostać technologia, dzięki której opóźniony zostanie proces starzenia. Określany jest on „eliksirem młodości".
3. Wiele mówi się o wynalezieniu drukarki 3D, która pozwoli na drukowanie i kopiowanie organów ludzkich takich jak wątroba czy serce.
4. Na zachodzie Europy ma pojawić się młody przywódca, który będzie miał bardzo duży wpływ na światową politykę.
5. Wiele osób przewiduje zakończenie się wojny na Ukrainie. Będzie to skutek odejścia Putina od władzy jesienią tego roku.
6. Będzie to rok pełen tajemniczych zjawisk meteorologicznych takich jak tsunami, burze, huragany i ulewy. ,,Miałem wizję, w której zobaczyłem rodzaj tornada na Bałtyku, od strony północy, jak i od wschodu i zachodu''. Myślę, że jakieś potężne tornada mogą dotknąć również naszych okolic, czyli tam, gdzie najmniej się tego spodziewamy."

7. Od stycznia w życiu wielu ludzi może dojść do nieodwracalnych zmian, które niekoniecznie będą musiały oznaczać coś złego. Będzie to okres, w którym owe zawirowania będą nawet bardzo korzystne. Szykują się przełomowe momenty życiowe!
8. U wodnych znaków zodiaku jesienią nastąpi przełom w życiu miłosnym.
9. Końcówka roku będzie dla każdego znacznie weselsza i beztroska. Możemy spodziewać się mniejszej melancholijności, smutku oraz przeciążenia związanego z pracą lub szkołą. Rozstrzygną się także sprawy związane z rodziną i wieloma wahaniami w relacjach z bliskimi.

Pamiętajmy jednak, iż wszelkie przepowiednie należy traktować z ogromnym dystansem. Nie możemy opierać naszych działań i przekonań tylko i wyłącznie na nich, gdyż jest to w większości jedynie domyślanie się. Często wiele przepowiedni nijak ma się do rzeczywistości i nie sprawdzają się w codziennym życiu.

Wiktoria Zimnicka

KĄCIK JĘZYKA NIEMIECKIEGO

Karnawał w Niemczech

TRZY MIESIĄCE KARNAWAŁU – PIĄTA PORA ROKU
Karnawał w Niemczech wywodzi się z kilku różnych tradycji: ludy germańskie wypędzały zimowe duchy, Rzymianie obchodzili Saturnalia, podczas których panowie i niewolnicy świętowali przy jednym stole, a po przyjęciu chrześcijaństwa okres ten stanowił okazję do hucznej zabawy tuż przed rozpoczęciem postu, zwłaszcza w katolickich regionach Niemiec. Dzisiejszy karnawał czerpie ze wszystkich tych tradycji – to radosne święto uliczne, które stanowi okazję do buntu przeciwko autorytetom oraz do cieszenia się życiem.

KARNAWAŁOWA JEDENASTKA – OTWARCIE SEZONU DNIA 11.11 O GODZ. 11:11
Karnawał w Niemczech rozpoczyna się 11 listopada o godzinie 11.11. W tym czasie wybierane są książęce pary, które mają sprawować opiekę nad błazeńskimi zabawami aż do środy popielcowej. W Kolonii wybierany jest nawet tzw. triumwirat („Dreigestirn"), czyli książę, rolnik i panna. Wszystkie te role tradycyjnie odgrywają mężczyźni, a cała trójka występuje nawet 400 razy w ciągu jednego sezonu.

W Nadrenii istnieje Korpus Stowarzyszeń Karnawałowych. Pierwsze takie stowarzyszenia zakładano już na początku XIX wieku w Kolonii. Mundury przypominały ubiór armii napoleońskiej, która w latach 1801-1813 okupowała tereny na lewym brzegu Renu. W ten sposób mieszkańcy tego regionu do dziś kpią sobie z wojskowej dyscypliny.

Stowarzyszenia karnawałowe organizują też tzw. posiedzenia karnawałowe, które są transmitowane nawet w telewizji.Podczas nich występują lokalne zespoły mu-

zyczne, które grają muzykę w lokalnym dialekcie, a tzw. „Büttenredner“ wygłaszają satyryczne przemowy o polityce.

BURMISTRZ ODDAJE KLUCZ – KARNAWAŁ SIĘ ROZPOCZYNA

Najważniejszy moment karnawału następuje w lutym. Uliczne święto rozpoczyna się podczas „Weiberfastnacht“ czy też „Altweiber“ (ostatni czwartek karnawału – w Polsce obchodzony jako tłusty czwartek) i kończy się dopiero w nocy przed środą popielcową. Tego dnia to kobiety przejmują władzę, a mężczyznom obcinają krawaty.

W wielu miastach o godzinie 11:11 burmistrz symbolicznie przekazuje władzę mieszkańcom i oddaje klucz do ratusza grupie kobiet albo lokalnemu stowarzyszeniu karnawałowemu.

PRZEBRANIA

Podczas ulicznego święta kostium jest wręcz obowiązkowy – każdy może na sześć dni przyjąć zupełnie nową rolę, która corocznie jest zmieniana.Kostium musi dobrze utrzymywać ciepło na ulicy, ale jednocześnie nie być zbyt gruby tak, aby podczas zabawy w barach i klubach wciąż można było go mieć na sobie.

Zupełnie inny charakter niż nadreński karnawał ma szwabsko-alemańska „Fastnacht“. Zimę wypędzają tu upiorne postaci – ulicami przechadzają się diabły, czarownice, postaci z legend i „dzicy ludzie“ noszący charakterystyczne, starannie wykonane maski, zazwyczaj z drewna. Przebrani karnawałowicze, którzy tutaj nazywani są „Narrenhästräger“, nie zmieniają strojów – każdego roku mają na sobie ten sam kostium.

POCHODY KARNAWAŁOWE – SŁODYCZE I POLITYKA

Podczas karnawałowego święta ulicznego w całych Niemczech odbywają się kolorowe pochody. W każdej wiosce i każdej dzielnicy miasta organizowane są parady, podczas których ulicami idą zespoły muzyczne i taneczne, stowarzyszenia karnawałowe, grupy sąsiadów i reprezentanci szkół, tworząc blok pieszy lub jadąc na platformie. Szczególnie dzieci cieszą się ze słodyczy rzucanych w kierunku stojących z boku obserwatorów. Oprócz słodyczy rozrzucane są też bukiety kwiatów albo maskotki.

„W ŚRODĘ POPIELCOWĄ WSZYSTKO SIĘ KOŃCZY“: POCHÓD DUCHÓW I PALENIE KUKŁY

Karnawał nie zawsze jest kolorowy – w Blankenheim, małej miejscowości w górach Eifel, w sobotę wieczorem całe miasto opanowują duchy i upiory. Także w Kolonii podczas „Jeisterzoch“ (parady duchów) przechodniów straszą przerażające postaci. Dołączyć się może każdy, kto się przebierze. W sobotnią karnawałową noc ulicami idą więc zjawy i szkielety, połykacze ognia i grupy bębniarzy.

Równie mroczna atmosfera panuje podczas ostatniego wieczoru karnawałowego. Gdy zbliża się środa popielcowa, wszystkie grzechy karnawału muszą zostać szybko zapomniane i przebaczone. Kozłem ofiarnym staje się więc „Nubbel“ – słomiana kukła, którą we wtorkowy wieczór pali się w Kolonii przed barami. Podczas ceremonii w stylu średniowiecznym postaci przebrane za księży, mnichów i katów, obarczają kukłę winą za wszystkie haniebne występki ostatnich dni. Gdy „Nubbel“ już spłonie, a grzechy zostaną odkupione, nadchodzi środa popielcowa, a tym samym – koniec karnawału.

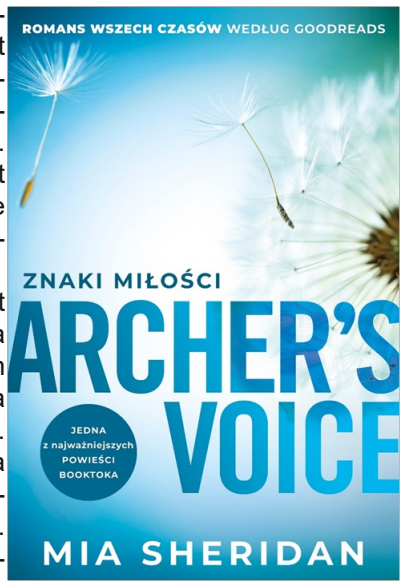
Zuzia Piątek

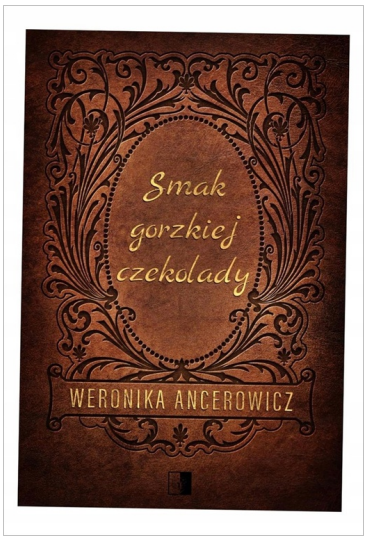
RECENZJE KSIĄŻEK

„Archer’s Voice. Znaki miłości”– Mia Sheridan

„Chciałam ukryć się w małym, spokojnym miasteczku. Zapomnieć o wszystkim. O nocy, kiedy moje życie roztrzaskało się w drobny mak. I gdy już zaczęłam układać sobie wszystko na nowo, spotkałam Archera Hale’a. Trzęsienie ziemi nawiedziło moje życie… a ja już nie chciałam odbudowywać go w pojedynkę. Archer od wielu lat z nikim nie rozmawiał - zapomniany przez ludzi z miasteczka, odtrącony i zamknięty w sobie. W jego historii było jednak coś więcej niż to, co opowiadał mi swoimi dłońmi. Całe miasto tonęło w tajemnicach i zdradach, a Archer okazał się osią tych sekretów. Rozdarci między namiętnością i cierpieniem, szukaliśmy sposobu, aby sobie zaufać. Słowa nie są jedynymi znakami miłości. To w ciszy Archera znaleźliśmy wszystko, co potrzebne, by się uleczyć… i żyć.”

Chociaż Archer był głuchy i nie mógł mówić, jego miłość i troska o Bree była widoczna na każdym kroku. Miłość, którą darzyli się nawzajem, nie musiała być wypowiadana, ponieważ była odczuwalna na każdy inny możliwy sposób. Niesamowite jest to, jak ich życie się splata i jak pomagają sobie nawzajem. Ich relacja jest bezinteresowna, odważna i piękna wewnątrz i na zewnątrz. Historia Archera jest tragiczna, ma w sobie tyle bólu, a jednak pozostaje nadal życzliwy i niewinny. Natomiast Bree nie patrzyła na Archera w taki sam sposób jak inni. Była wspierająca i kochana. Ani razu nie osądzała Archera, którego osądzano przez całe życie. Książka uczy nas słuchać innych i ich historii, ponieważ nigdy nie wiemy, ile bólu ktoś przeżywa, dopóki nam tego nie powie.





„Smak gorzkiej czekolady" – Weronika Ancerowicz

„Charlotte Lynch to szesnastoletnia miłośniczka rocka, której największą miłością jest Kurt Cobain. Nawet sobie nie wyobraża, że mogłaby zakochać się w kimś innym. Wszystko jednak zmienia się pod koniec lata tysiąc dziewięćset dziewięćdziesiątego czwartego roku. W starym sklepie z płytami, podczas kupowania albumu jednego ze swoich ulubionych zespołów, poznaje Nicholasa Crawforda. Okazuje się, że chłopak jest kimś więcej niż jej bratnią duszą. Ich serca zaczynają bić w rytm tej samej melodii, a losy przeplatają się niczym takty najpiękniejszej muzyki. Jednak w miarę, gdy ich relacja się rozwija, na jaw zaczynają wychodzić tajemnice chłopaka. Charlotte odkrywa, że nie do końca jest on tym, za kogo go brała. To opowieść o pierwszej miłości, pocałunkach składanych ukradkiem, tańcach w deszczu, pierwszych razach, uśmiechach i łzach. Łzach smakujących niczym najbardziej gorzka czekolada."

W książce możemy odnaleźć niesamowity klimat lat dziewięćdziesiątych i muzyki, która towarzyszy nam na każdym kroku w tej historii. Mała kawiarenka z gorącą czekoladą to z pozoru nic nadzwyczajnego, ale kryje się za nią wiele wsparcia i komfortu. Postać Charlotty jest ogromnie urzekająca, ma w sobie tyle ciepła i spokoju. Zawsze walczy o swoje i zna swoją wartość. Nicholas jest w stanie oczarować każdego swoim dobrym sercem. Za troską i czułością kryją się ciężkie przeżycia. Relacja tej dwójki była niezwykła ito, w jaki sposób się dopełniali. Czytając można po prostu poczuć miłość, jaką Charlotte i Nicholas darzą siebie nawzajem, a zakończenie ich historii pozostaje na długo w naszej pamięci.

Agata Motyła

„Pamiętaj, to tylko gra"

Kiedy już wejdziesz do magicznego świata Caravalu, nie zdołasz się od niego uwolnić. Już od pierwszych stron książka wciąga czytelnika i ujawnia mu swój oryginalny i niesamowity klimat. Autorka pokazała, że każda postać zupełnie pogubiła się w Caravalu i często zapominała, że to wszystko było jedynie grą. Stephanie Garber napisała powieść, od której nie da się odejść, a nuda przy niej jest niemożliwa.
Nie tylko świat jest cudownie wykreowany, ale i bohaterowie skradli moje serce. Uwielbiam to, jak Scarlett i Tella troszczą się o siebie i robią wszystko, by zapewnić sobie nawzajem lepszą przyszłość. Siostrzana więź jest opisana idealnie. Scarlett stara się cały czas zachować zdrowy rozsądek i nie zwariować przy poszukiwaniu swojej siostry. Potrafi popełniać błędy i jednocześnie wyciągać z nich pewne wnioski na przyszłość. Bardzo polubiłam w tej książce to, że fantastyka i te poszukiwania siostry stały na pierwszy planie, a wątek romantyczny stanął tym razem z boku. Według mnie był delikatny, ale i przepięknie poprowadzony.
Książka idealnie sprawdzi się dla każdego fana fantastyki i tajemnic. Historia Scarlett i Telli jest przepiękną opowieścią o siostrzanej więzi, miłości i magii, która przeplata się z rzeczywistością. Serdecznie polecam po nią sięgnąć i tym samym zatracić się w niebezpiecznym świecie Cravalu.

Aleksandra Faliszewska

RECENZJA FILMU

„WONKA" – reż. Paul King

Film opowiada o tym, jak największy na świecie wynalazca, magik i producent czekolady w nieprawdopodobny sposób stał się ukochanym Willy Wonką, którego znamy dzisiaj.
To niezaprzeczalnie żywiołowe i pomysłowe wielkoekranowe widowisko, z Timothée Chalametem w roli tytułowej, pokazuje widzom młodego Willy'ego Wonkę, pełnego pomysłów i zdeterminowanego, by zmienić świat dzięki swoim smakowitym wynalazkom. Udowadnia zarazem, że to, co najlepsze w życiu, zaczyna się od marzenia.

Film wciąga i bawi. Sytuacje, w jakie pakuje się bohater, są często absurdalne, ale wcale nieprzekombinowane, a w dodatku totalnie spójne z logiką funkcjonującą w przedstawionym świecie.

Scenografia zachwyca już od samego początku. Łączy

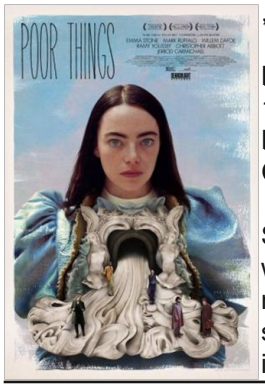
kolorowy i szalony surrealizm z realistycznymi, uroczymi sceneriami.
Piosenki są dopasowane do klimatu, dużą zaletą okazuje jest nieprzesadzona liczba utworów, dzięki czemu mocniej zapadają w pamięć i nie zlewają się ze sobą.

Chociaż to familijna produkcja, która skierowana jest

również do dzieci, to Wonka porusza zaskakująco wiele problemów natury ekonomicznej. Przede wszystkim to ciepła i miła opowieść o realizacji własnych marzeń, ale również otwieraniu innym okna na świat i niesieniu pomocy, aby zgodnie z przesłaniem filmu, dzielić się własnym szczęściem.
To idealna propozycja na świąteczny okres, po której robi się cieplej na sercu.

Wiktoria Nowak

PREMIERY FILMOWE



,,Biedne istoty"

Polska premiera kinowa: 19.01.2024
Reżyseria: YorgosLanthimos
Gatunek: Romans

Sci-FiBelle Baxter jest kobietą wskrzeszoną do życia po śmierci, niczym postać w filmie „Frankenstein". Wszystko przez genialnego i bardzo niekonwencjonalnego naukowca, Godwina Baxtera, który zastępuje mózg zmarłej, mózgiem jej nienarodzonego dziecka. Pod opieką doktora bohaterka pragnie odkryć świat i zaspokoić swoją ogromną ciekawość. Bella jest wolna od uprzedzeń czasów, w których żyje. Razem z Duncanem, rozpustnym i przebiegłym adwokatem, wyrusza ona w podróż poprzez kontynenty, podczas której odnajdują w sobie odwagę i siłę, aby walczyć o równość i wyzwolenie.Film jest nietypową, groteskową i nieco surrealistyczną opowieścią o miłości, odkrywaniu siebie i otoczenia, a także o naukowej odwadze.

,,Kos"

Polska premiera kinowa: 26.01.2024
Reżyseria: Paweł Maślona
Gatunek: Historyczny, Akcja

Wiosna 1794 roku, w Polsce wrze. Do kraju wraca generał Tadeusz „Kos" Kościuszko, który planuje wzniecić powstanie przeciwko Rosjanom, mobilizując do tego polską szlachtę i chłopów. Towarzyszy mu wierny przyjaciel i były niewolnik, Domingo. Tropem Kościuszki wraz z listem gończym podąża bezlitosny rosyjski rotmistrz, Dunin, który za wszelką cenę chce schwytać generała, zanim ten wywoła narodową rebelię. W tym samym czasie młody chłop, Ignac, szlachecki bękart, marzy o nadaniu herbu i majątku przez swojego nieprawego rodzica, Duchnowskiego, który tuż przed śmiercią uwzględnia go w testamencie.

,,Madame Web"

Polska premiera kinowa: 16.02.2024
Reżyseria: S.J. Clarkson
Gatunek: Akcja, Sci-Fi

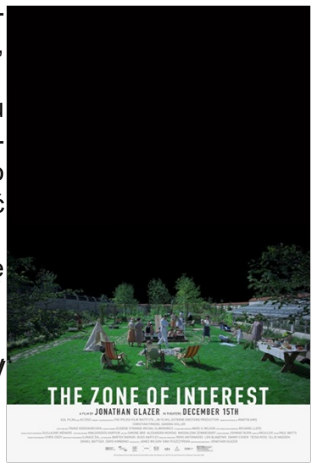
Madame Web to jedna z najbardziej enigmatycznych postaci w uniwersum Marvela. Jest to postać, która dotąd była w cieniu innych bohaterów znanych z komiksów Marvela. W rolę główną wciela się Dakota Johnson. Film ten opowiada historięratowniczki medycznej, CassandryWebb, która pracuje na Manhattanie. Okazuje się, że może mieć niezwykłe umiejętności jasnowidzenia. Poznaje trzy młode kobiety mające według jej wizji niezwykłą przyszłość. Pod warunkiem, że jej dożyją.

,,Strefa Interesów"

Polska premiera kinowa: 01.03.2024
Reżyseria: Jonathan Glazer
Gatunek: Wojenny

Niedzielne południe, pogoda bez skazy. Rodziny i grupy przyjaciół wybierają się na piknik w okolice rzeki. Wiklinowy kosz ląduje na kocu. Na Sole organizują sobie spływy kajakarskie. Coś jednak nie gra. W sielankowy obrazek zakrada się jakaś trudna do uchwycenia obawa. Autor nie trzyma nas w niepewności zbyt długo. Będzie to historia o niemieckiej rodzinie z czasów wojny. Oto sedno problemu. Jak się okazuje, ich dom z ogrodem stoi 150 metrów od krematorium. Rudolf, ojciec, przechodzi przez furtkę i jest w pracy. Komendant obozu koncentracyjnego Auschwitz-Birkenau Rudolf Höss i jego żona Hedwiga próbują ułożyć sobie rodzinne życie w domu z ogrodem, który znajduje się tuż obok obozu.

Julia Podsiadły



Odrodzona

Byłam dla Ciebie niczym kalka
herosa zanurzonego w cierpieniu.
Jak Prometeusz oddałam Ci
wszystko, czego zażądałeś.
Odleciałam jak Ikar
na skrzydłach ambicji
spalonych przez antyczny podmuch
promieni zapalających
cierpkie gniazdo.
Mówiłeś:
-Czas jest naszym niewolnikiem.
Każda chwila należy tylko do nas.
(Wierzyłam...)
Z opowieści,
w których antagonista wygrywa,
zatopiłeś się w mej pamięci
widokiem twarzy na
niebezpiecznym tronie.
Nie dosięgnie mnie
twoja złota strzała.
Wszak moja miłość
jest Feniksem.

Wiersz anty-miłosny

Pusto się czułam
Nie podzielając twej miłości, •W zażartej zazdrości.
W serduszkach złotych.
Wyznaniach pisanych
Jak przez kabotyna
Gdyż ja nie panna
Dla Afrodyty syna.
Nie szukam desperacko
By oddać się w objęcia
Materialisty - romantyka
Podwładnego Erosa.
Po cóż mi to
By serce złamane
Rozcięło mnie jak kosa?
Ulotnij się
Błagam
Sługo Amora!
Związek z tobą
To moja w wieczności zaklęta
Zmora.
Gdyż ja nie skłonną
Jestem by kochać.

Hajmon

Wydajesz krzyk na swego rodziciela,
Echem odbija się od ścian.
Morze krwi się za nim rozpościera,
Otwierając mnóstwo starych ran.
A dźwięk twego głosu,
Żałośnie owija się wokół
Twego męczeńskiego losu.
Okropnych decyzji taniec,
Nieugięty król
I o zgrozo ojciec.
Lecz gdy przyjdzie do niego
Ten, co zna przeszłość i przyszłość
Człowieka marnego.
Być może jeszcze zawróci
Zanim ostatni dzwon zabije,
Zanim Hades swoją pieśń zanuci.
Przekonać ojca,
Udać się udało,
Idziecie błędy jego naprawić,
Lecz cóż to z Antygoną się stało?
Minął czas określony by ją zbawić.
Jej stopy unoszą się nad ziemią,
A Włosy w niemrawych przebłyskach światła
Się mienią,
Jak u anioła,
Łzy spływają ci po policzkach,
Ah ta twoja niedola.
Już za późno
Celujesz ostrzem w swego ojca
Lecz potem zwracasz je ku swemu sercu
Krew.
I tak już nie zobaczyłbyś jej na ślubnym kobiercu.

Mortem

Żal

Wiele spraw się nałożyło na siebie.
Mówiłaś wciąż: "Jest dobrze, sam przecież wiesz!".
Nie było niby słów nienawiści, ale jednak...
Bolało coś, w tych konwersacjach pełnych wymarzonych słów.
Kłamstw było więcej, aniżeli szczerości i prawdy samej w sobie.

Ciężki był to czas do przebycia.
Pomimo uczuć do Ciebie - oddalanie się było tylko formalnością.
Łzy wylane - nie były już tak ogromne.
Policzki rumiane - nie były codziennością, a wyjątkiem.
Nastawienie się zmieniło, a może to ja?

Nadszedł jednak ten dzień.
Którego razem tak bardzo uniknąć pragnęliśmy.
Miało być jak w bajce, z pięknym zakończeniem.
"Żyli długo i szczęśliwie." - to Nasze marzenie.

Chociaż trochę szkoda, rozstaliśmy się bez słowa.
Z pustymi spojrzeniami, z opuszczonymi rękoma.
Jak niewinni staliśmy naprzeciw siebie.
Niby nikt nie zawinił, a tak się skończyło?
Wytłumaczyć tego się nie da.
Coś poszło nie tak, jak miało.
Koniec nastał, trudno...
Czy poradzi sobie teraz człowiek?
A może na zawsze ze smutkiem żyć będzie?
Jedno zdanie jest teraz pewne: "Nic nie jest pewne!".

Rodzeństwo

Poznałem Cię tak znienacka, jedna z pierwszych twarzy zobaczonych.
Ten pierwszy uśmiech, do bólu szczery.
Ja niczego nieświadomy, jeszcze zbyt "mały" by zrozumieć.

A więź sama się budowała, bez presji, bez pośpiechu.
Z roku na rok człowiek bardziej docenia.
Wierzy, że to dzięki tej osobie dąży do spełnienia.
Pomimo sprzeczek, wielu kłótni.
Wie, że druga osoba docenia.
Każdą frustrację ukoi.
Z każdego żartu się zaśmieje, mimo braku humoru.

Pomoże wyjść z ciężkiej sytuacji.
Powie kilka słów wsparcia, które się pamięta.
Opowie historie, które uczą Cię wiele, więcej niż Twoje własne życie.
Stara się pomóc, jak tylko może.
Zawsze będzie przy Tobie, nie powie źle za "plecami".
Może w złości, może po kłótni?
Ale nigdy prosto z serca nie obrazi.

Wie o Tobie wszystko, drobniutkie szczegóły.
Czasami człowiek nie docenia tej fajnej relacji.
Jednak przychodzi taki czas, gdy coś się zmienia - i ta osoba wyjeżdża.
Nie ma jej na co dzień, nie pójdziesz pogadać.
Zamiast do pełnego muzyki pokoju.
Wchodzisz do pustego, w ciszy zostawiony...

Nowe życie rozpoczęte, trochę zazdrościsz.
Zawsze o kilka lat do przodu. Myślisz...
Kiedy ja rozpocznę? To życie: jakby bardziej dorosłe?
Kiedy ja zacznę tak z przyszłością myśleć o życiu?
Kiedy przyjdzie czas na mnie?
Wiem, że już niedługo i może to w tym rzecz.

Mimo więzów, różnimy się tak bardzo od siebie.
Inaczej myślimy o świecie, mamy inne nastawienie.
Inne poczucie humoru, inne pasje, zainteresowania.
Ale jedno zawsze z Nami, nierozerwalnie przy Nas.
Nasza przyjaźń, wsparcie, zaufanie...

Nawet te kilometry nie przeszkodzą.
Nadal pogadamy, pośmiejemy się, choć nieco inaczej.
Zawsze Ci uwierzę.
Stanę po Twojej stronie.
Skoczę za Tobą w ogień, bo bez Ciebie to już nie to samo!
Rodzeństwo - niezastąpieni przyjaciele!
Rodzeństwo - wierni na zawsze!
Rodzeństwo - nie opuści w potrzebie.
Kochać będzie, na zawsze!

Kacper Markiewicz

Muzyczne podsumowanie roku 2023

Rok 2023 pod względem muzycznym był bardzo emocjonalny. Wielu artystów wydało nowe piosenki, albumy, odbyło trasy koncertowe. Mogliśmy zobaczyć na żywo na polskich stadionach, arenach i halach wiele zagranicznych gwiazd oraz naszych rodzimych artystów. W ubiegłym roku nie zabrakło nowości w świecie: popu, rapu, rocka, reggae, disco czy muzyki elektronicznej.

Najczęściej słuchane piosenki w Polsce:
Kizo, Bletka, BeMelo, Eddie Block, Adash – Taxi
Zeamsone – 5 INFLUENCEREK
Miley Cyrus – Flowers
David Kushner – Daylight
club2020, Oki, Otsochodzi, Taco Hemingway, Young Leosia, Dwa Sławy, Gruby Mielzky – Malibu Barbie
Dawid Podsiadło – mori
Cyrko, D3W – Prywatny bal
2115, Bedoes 2115, White 2115, double three, Taco Hemingway – DRESSCODE
Kuban, Favst – na okrągło
Męskie Granie Orkiestra, Igo, Mrozu, Vito Bambino – Supermoce (feat. Igo, Mrozu & Vito Bambino)

Najczęściej słuchani artyści w Polsce:
Taco Hemingway
White 2115
Kukon
Mata
Oki
Gibbs
sanah
Bedoes 2115
The Weeknd
Dawid Podsiadło

Najczęściej słuchane artystki w Polsce:
sanah
Taylor Swift
Lana Del Rey
DariaZawiałow
Young Leosia
Billie Eilish
Rihanna
Miley Cyrus
bambi
Lady Gaga

Najczęściej słuchane albumy w Polsce:
2115 – RODZINNY BIZNES
club2020 – club2020
Taco Hemingway – 1-800-OŚWIECENIE
Malik Montana – Adwokat Diabla
Mata – Młody Matczak
Dawid Podsiadło – Lata Dwudzieste
Kuban – spokój.
Oki – PRODUKT47
ReTo – STYXXX
Zeamsone – ???

Najczęściej słuchane utwory na świecie:
Miley Cyrus – Flowers
SZA – Kill Bill
Harry Styles – As It Was
Jung Kook – Seven (feat. Latto) (Explicit Ver.)
EslabonArmado – Ella Baila Sola
Taylor Swift – Cruel Summer
Metro Boomin – Creepin' (with The Weeknd& 21 Savage)
Rema – Calm Down (with Selena Gomez)
Bizarrap, Shakira – Shakira: Bzrp Music Sessions, Vol. 53
Taylor Swift – Anti-Hero

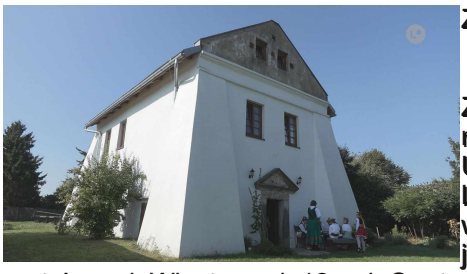
Najczęściej słuchani artyści na świecie:
Taylor Swift
Bad Bunny
The Weeknd
Drake
Peso Pluma
Feid
Travis Scott
SZA
KAROL G
Lana Del Rey

Najczęściej słuchane albumy na świecie:
Bad Bunny – Un Verano Sin Ti
Taylor Swift – Midnights
SZA – SOS
The Weeknd – Starboy
KAROL G – MAÑANA SERÁ BONITO
Morgan Wallen – One Thing At A Time
Taylor Swift – Lover
Metro Boomin – HEROES & VILLAINS
Peso Pluma – GÉNESIS
Harry Styles – Harry's House

W ubiegłymrokuswojekoncerty w Polsce zagrali m.in.: Lewis Capaldi, Sophie Ellis-Bextor, Robbie Williams, The Vamps, Welshly Arms, Red Hot Chili Peppers, Beyonce, Harry Styles, P!nk, Tom Odell, the weekend, Imagine Dragons, Andrea Bocelli, Louis Tomlinson,Loreen. Nie zabrakło również koncertów polskich wokalistów takich jak m.in. Sanah, Dawid Podsiało, bryska, kwiat jabłoni.

Kinga Zdyb

ATRAKCJE TURYSTYCZNE REGIONU



Zbór Ariański w Ublinku

Zbór zlokalizowany jest we wsi Ublinek, w gminie Lipnik. Miejscowość położona jest około 5 kilometrów od Włostowa i 12 od Opatowa. Budynek stoi przy drodze głównej i trudno go nie zauważyć. Aktualnie właścicielką zboru jest pani Elżbieta Baran. Dzięki pozyskanym pieniądzom unijnym ten zabytek udało się zrewitalizować.

Mało kto z mieszkańców, wtym uczniów naszej szkoły jest świadomy historii arian na tym terenie. Bracia Polscy, bo tak ich nazywano, skupieni byli w szczególności na terenie gminy Lipnik. W Ublinku znajdziemy ślady świadczące o obecności właśnie tej grupy wyznaniowej.

Obiekt powstał najprawdopodobniej przed 1630 rokiem. Jego fundatorem był Piotr Żórawski, któremu przypisuje się inicjały P.Z. umieszczone na portalu zewnętrznym nad drzwiami, obok daty i herbów. Znajdują się tam także drugie inicjały T.Ż.

W XVII wieku w obiekcie znajdował się zbór ariański wraz z pomieszczeniem dla predykanta. Od połowy XIX wieku do 1945 roku budynek był własnością rodziny Winnickich. Pod koniec wojny obiekt został uszkodzony. Zbór jest budynkiem piętrowym, podpiwniczonym (jedna piwnica z XVII wieku, a druga z XVIII wieku). Zbudowany został z kamienia i cegły. Na froncie znajduje się kamienny portal z herbem Godziemba.

W niedalekim sąsiedztwie Ublinka znajduje się kompleks pałacowy we Włostowie, przy którym zbór również istniał. Z pewnością Ublinek to ciekawe miejsce do odwiedzenia i zobaczenia. Wycieczka rowerowa w tę część gminy Lipnik to bardzo ciekawa propozycja na 2024 rok.

Mikołaj Szczygieł

Porady zdrowotne

Podczas zimy oprócz tradycyjnej, rozgrzewającej herbatki trzeba także zadbać o swoje zdrowie w inny sposób. Najważniejsze jest, aby wprowadzić kilka prostych nawyków związanych ze stylem życia. Ich regularne stosowanie przynosi korzyści dla zdrowia, odporności, a także samopoczucia.

Oto kilka przykładów:

- **Jedz zdrowe posiłki** – dieta wzmacniająca odporność powinna bazować na owocach, warzywach, kiszonkach i żywności o niskim stopniu przetworzenia;
- **Przyjmuj suplementy** – suplementy i preparaty na odporność zawierają antyoksydanty, witaminy i składniki mineralne, które wspierają pracę układu immunologicznego;
- **Unikaj sytuacji stresowych** – stres jest uważany za jedną z przyczyn osłabiających naszą odporność;

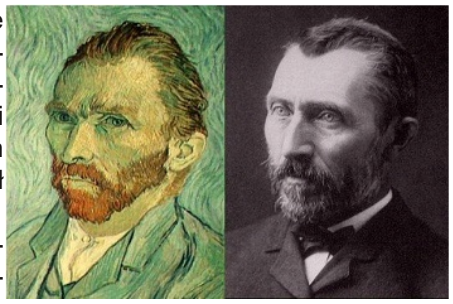
- **Zadbaj o zdrowy sen** – w trakcie snu organizm się regeneruje i potem lepiej funkcjonuje;
- **Zrezygnuj z używek** – używki obciążają organizm toksynami, czego konsekwencją jest osłabienie pracy układu odpornościowego;
- **Wprowadź aktywność fizyczną** – regularne ćwiczenia wpływają na wzrost aktywności komórek odpornościowych organizmu;
- **Pamiętaj o codziennym przyjmowaniu witaminy D**, która oprócz wpływu na odporność przynosi wiele innych, pozytywnych korzyści dla naszego organizmu.

Natalka Leśniak

KĄCIK ARTYSTYCZNY

Vincent van Gogh – największa tajemnica w dziejach malarstwa

„Szaleniec bez ucha" takim mianem zwykło się określać Vincenta van Gogha – artystę, który po dziś dzień jest dla wielu zagadką. „Gwieździsta noc", „Słoneczniki" czy słynne autoportrety malarza to tylko niektóre z dzieł, bez których ciężko wyobrazić sobie dzisiejszy świat sztuki. Artysta otrzymał imię po swoim zmarłym bracie, do którego nawiązywał w swojej korespondencji do młodszego brata Theo, liczącej aż 650 listów. Mały Vincent codziennie odwiedzał nagrobek, na którym wygrawerowane było jego imię i nazwisko. W jednym z listów napisał: „Miło jest czuć, że się ma brata i że jest on żywy."



Życie artysty nie było usłane różami, oboje z jego rodziców byli surowi wobec swoich dzieci. Vincent był dosyć wycofanym i niekoniecznie posłusznym dzieckiem. Bywały dni, kiedy wymykał się z domu bez wiedzy rodziców i podziwiał wiejski krajobraz w czasie, gdy oni odchodzili od zmysłów. W wieku siedmiu lat Vincent rozpoczął edukację w szkole, która jak twierdził jego ojciec Theodorus

van Gogh, miała „żenująco niski” poziom nauczania, więc zaledwie po roku nauki zabrał stamtąd syna. Chłopiec po dwóch latach domowej edukacji został wysłany do szkoły z internatem w Zevenbergen. Tak gwałtowna rozłąka z bliskimi w wieku zaledwie 11 lat niestety odcisnęła swoje piętno na jego zdrowiu psychicznym. W nowym miejscu towarzyszyło mu poczucie porzucenia i osamotnienia. W 1868 roku Vincent nagle porzucił szkołę. Prawdopodobnie całą drogę do domu przebył pieszo, mimo wielu próśb ze strony rodziców nie uległ namowom na powrót do szkoły.

Swój okres młodości określił słowami: „Moja młodość była ponura, zimna i jałowa.” Pierwsze przejawy talentu u Vincenta zobaczył jego brat, który w tym czasie był już cenionym handlarzem dzieł sztuki. Rzecz jasna przekładało się to na coraz wyższe zarobki, dlatego też wspomagał finansowo swojego starszego brata, regularnie przesyłając mu pieniądze, aż do jego śmierci. Pierwsze studia Van Gogha okazały się porażką, czuł się niedoceniony przez swoich nauczycieli rysunku, dlatego też po dosyć krótkim okresie wrócił do rodzinnej Holandii. Tam przeżył kolejne zawody - tym razem miłosne. Jego zaloty odrzuciła starsza kuzynka.

Vincent pod wpływem szału, jaki go rozdzierał od środka, postanowił uciec do Hagi. Tam porwała go fala natchnienia, namalował przeszło 200 obrazów olejnych oraz wiele rysunków i akwareli. Dzieła z tamtego okresu były dosyć ponure i tajemnicze, co mogło świadczyć o słabym stanie psychicznym artysty. W 1885 Vincenta spotkała kolejna tragedia, która stanowczo pogorszyła stan zdrowia artysty, bowiem zmarł jego ojciec. Artysta swoje smutki przelał na płótno i tak powstał obraz „Jedzący kartofle”, później uznany za arcydzieło.

W 1886 roku van Gogh postanowił przeprowadzić się do Paryża. Francja była dla niego miejscem przełomowym, jeżeli chodzi o malarstwo. To tam odkrył nurt zwany impresjonizmem, to wtedy zaczął sięgać po jaśniejsze odcienie barw.

Niestety, mimo iż rozwijał się artystycznie, popadł w nałóg. Uzależnienie od wysoko procentowego alkoholu spowodowało u niego stany depresyjne oraz chorobę dwubiegunową, w jego otoczeniu panował nieład i chaos.

W 1888 roku przeniósł się do Arles na południu Francji. Ten okres z życia artysty jest nazywany najbardziej twórczym, ponieważ to wtedy wypracował swój charakterystyczny, ekspresyjny styl. Ważną rolę odgrywała barwa, która miała uzewnętrznić uczucia Vincenta. W listopadzie 1888 roku na specjalne zaproszenie van Gogha do Arles przybył Paul Gauguin - ceniony francuski malarz. Początkowo stosunki między mężczyznami układały się pomyślnie. Całe dnie spędzali na dyskusjach o sztuce i malowaniu. Z czasem jednak między nimi zaczęła narastać nieprzyjemna atmosfera. Vincent starał się zaimponować bardziej doświadczonemu w fachu koledze, jednak Gauguin. mimo iż uważał się za wybitnego malarza, stawał się coraz bardziej zazdrosny. Napięte się stosunki między nimi doprowadziły do skandalicznego wypadku. Prawdopodobnie 23 grudnia 1888 roku podczas kolejnego sporu van Gogh tak się zezłościł, że zagroził Gauguinowi brzytwą. Na jego nieszczęście okaleczył się, odcinając sobie kawałek ucha. Jednak pojawiło się mnóstwo domysłów, że to Gauguin zaatakował Vincenta i go okaleczył. Rzekomo do Arles przywiózł szpadę, której już nie posiadał w dniu wyjazdu. Van Gogh miał później napisać do swojego brata: „Co za szczęście, że Gauguin nie miał broni maszynowej.”

Po tym jakże nieszczęsnym zajściu Vincent trafił do szpitala, zaś Gauguin opuścił miasteczko i już nigdy nie spotkał holenderskiego malarza. Po wyjeździe Gauguina stan fizyczny van Gogha znacznie się poprawił, czego nie można powiedzieć o jego stanie psychicznym. Na własne życzenie w maju 1889 roku rozpoczął leczenie w klinice dla psychicznie chorych w Saint-Rémy-de-Provence. W szpitalu miał do dyspozycji dwa pokoje. Jeden posłużył jako pracownia artystyczna, dzięki czemu Vincent mógł dalej tworzyć swoje obrazy. Sztuka była dla niego pewnego rodzaju terapią. Śródziemnomorski krajobraz zainspirował go do stworzenia serii obrazów z gajami oliwnymi i cyprysami. Poprzez drgające pociągnięcia pędzla pejzaże podkreślają emocjonalny stan artysty – przeszywający go strach oraz nadzieja. Po wielu tygodniach pobytu w szpitalu psychiatrycznym, stan psychiczny malarza wydawał się ustabilizowany, Przed opuszczeniem ośrodka mężczyzna namalował jedno ze swoich najsłynniejszych dzieł „Gwiaździstą noc.”

Artysta uwielbiał malować w plenerze. Niestety 27 lipca 1890 roku ostatni raz miał taką przyjemność. Gdy późnym wieczorem wrócił do gospody, w której wynajmował pokój, natychmiast posłano po lekarza. Właściciele zauważyli krwawą ranę na jego brzuchu. Do Vincenta prędko pospieszył również jego brat. Kiedy zjawił się na miejscu, wiedział, iż to jego ostatnie pożegnanie. Pomimo ciężkiego stanu van Gogh nie rozstawał się ze swoją fajką. W ranę wdała się infekcja, malarz zmarł 29 lipca około godziny pierwszej trzydzieści w nocy, w wieku zaledwie 37 lat. Jednak okoliczności śmierci Vincenta van Gogha wciąż pozostają niejasne. Prawdopodobnie został postrzelony przez niejakiego Rene Secretana, 16-letniego chłopca, który często mu towarzyszył. Nieszczęsny wypadek malarz ukazał jako próbę samobójczą, aby uchronić przed konsekwencjami młodzieńca. „Nic nie poradzę, że moje obrazy się źle sprzedają. Ale nadejdzie czas, gdy ludzie zrozumieją, że są warte znacznie więcej niż cena farby, której użyłem do ich namalowania – stwierdził sam Vincent van Gogh.”

Natalia Wójcik

Viva la Vida

Magdalena Carmen FriedaKahlo y Calderón była meksykańską malarką, znaną światu jako Frida Khalo. Jako dziecko przeszła polio, czyli bardzo niebezpieczną chorobę zakaźną, która nazywana jest też ostrym porażeniem dziecięcym. Cząstka tych przeżyć została z nią na zawsze, bo skutkiem przebytej choroby była różnica w długości nóg, co malarce bardzo przeszkadzało. Marzyła o medycynie, ale sama przez wypadek stała się pacjentką w wieku osiemnastu lat. Przekreślił on karierę medyczną, ale Frida odnalazła sztukę. Zaczęła od malowania autoportretów, gdy przez trzy miesiące leżała nieruchomo w szpitalu, tłumacząc, że to jej jedyny obiekt do malowania.

Kolejną motywacja do malowania był Diego Rivera, jej przyszły mąż, również artysta. Opowiadała jak wiele się od niego nauczyła, a on z radością opowiadał o jej talencie. Początki były cudne i kolorowe. Potem kolor został tylko na sukienkach Fridy i jej obrazach.

Frida, znana ze swoich barw, miała jedną, mroczną i ciemną stronę. Pochłonął ją komunizm. Swoje pokoje ozdabiała portretami komunistycznych przywódców, a przerwy pomiędzy malowaniem spędzała z Lwem Trockim, znanym rosyjskim rewolucjonistą. Nigdy tego nie ukrywała. Była członkinią meksykańskiej partii komunistycznej.

Frida gościła też w Warszawie na wystawie w Łazienkach Królewskich. Zrekonstruowano jej ,,Niebieski dom", w którym znajdowały się jej trzy oryginalne obrazy. Viva la vida oznacza żyj życiem. Khalo próbowała żyć jak najlepiej i być sobą, często głosząc to hasło.

Julia Szwajkowska

Jak spędzić ferie zimowe?

Ferie zimowe to czas odpoczynku, podczas którego mam zregenerować siły po pierwszym semestrze nauki. Sposobów na ich efektywne spędzenie jest wiele. Niektórzy z nas preferują spędzanie czasu poza domem, rozwijanie swoich umiejętności w sportach zimowych. W przypadku osób, które lubią wysiłek, można wybrać się na łyżwy, a także na narty. Jeżeli jednak chcecie spędzić czas na świeżym powietrzu, nie przemęczając się, można udać się na spacer.

Część osób woli jednak spędzić ferie w domu. Wtedy można przeczytać książkę, której nie mieliście czasu przeczytać w roku szkolnym. Drugim wyjściem jest obejrzenie filmu lub serialu. Innych sposobów na spędzenie wolnego czasu jest wiele, więc jeśli wykażecie się kreatywnością, na pewno coś ciekawego przyjdzie Wam na myśl.

Amelia Masternak

SPORT

Jazda na łyżwach

Ta dyscyplina sportowa posiada wiele zalet. Spędzanie swojego wolnego czasu na jeździe na łyżwach z pewnością wpływa pozytywnie na nasz organizm. Nie jest to bardzo wymagająca dyscyplina pod względem finansowym, jak i czasowym. Nie trzeba posiadać sprzętu, zazwyczaj można go wypożyczyć, kiedy będziemy na miejscu. Niektórym osobom nauka jazdy nie zajmuje dużo czasu, a innym troszkę więcej. Najbliższe lodowiska znajdują się w: Opatowie, Bałtowie,Ostrowcu Świętokrzyskim oraz w Kielcach.

Przykładowy cennik (lodowisko w Bałtowie).

BILETY LODOWISKO	1 godz.	Każda kolejna godzina
normalny	25 zł	18 zł
ulgowy	22 zł	15 zł
dzieci do lat 4	1 zł	1 zł

PAKIET BILET + ŁYŻWY	1 godz.	Każda kolejna godzina
normalny	38 zł	25 zł
ulgowy	35 zł	22 zł
dzieci do lat 4	15 zł	11 zł

Narciarstwo

Stoki narciarskie w województwie świętokrzyskim:
- Stacja Narciarska Konary, niedaleko Klimontowa
- Stok narciarski – Tumlin - Tumlin Podgród
- Stok narciarski - Pierścienica - Kielce
- Stok narciarski Mąchocice - Ameliówka
- Stok narciarski – Sabat
- Stok narciarski Szwajcaria Bałtowska – Bałtów

Ola Jędrzejewska

KĄCIK PSYCHOLOGICZNY

Niepewność wobec własnej tożsamości płciowej w okresie dorastania

Coraz częściej w dzisiejszych czasach można zaobserwować zjawisko jakim jest niepewność młodzieży w związku z tożsamością płciową.

W organizmie młodego człowieka zachodzą zmiany hormonalne i kształtuje się osobowość. Okres wchodzenia w dojrzewanie płciowe charakteryzuje się wieloma zmianami, również tymi, które są widoczne zewnętrznie. Gonady (jajniki u kobiet i jądra u mężczyzn) są w naszym organizmie na wczesnych etapach rozwoju, lecz w okresie dojrzewania płciowego dochodzi do ich „obudzenia". Kiedy odpowiednie neuropeptydy wydzielone zostaną najpierw z podwzgórza, a potem z przysadki mózgowej, stymulują gonady do produkcji hormonów płciowych, takich jak estrogeny, progesteron i testosteron, co umożliwia dojrzewanie płciowe. W tym okresie w organizmie odbywa się prawdziwa burza hormonalna, gdyż ich wahania są bardzo duże, a to z kolei wpływa na zmienność nastrojów nastolatków. Mogą one powodować niepewność wobec własnej tożsamości płciowej.

Wyróżniamy dwa procesy formowania tożsamości – proces eksplorencji,, czyli poszukiwanie nowych doznań i eksperymentowanie w podejmowaniu różnych decyzji. Drugi proces obejmuje dokonywanie własnych wyborów i ponoszenie konsekwencji za nie.

To jak młody człowiek odczuwa swoja tożsamość płciową, może wpływać na jego psychikę. W okresie dojrzewania młodzież może być również niepewna swojej orientacji seksualnej, co powoduje lęk lub depresję. Przy takich rozterkach młody człowiek powinien być objęty pomocą psychologa bądź psychiatry, aby pomogli mu oni w poradzeniu sobie ze znalezieniem własnej tożsamości lub pogodzeniu się ze swoją orientacją seksualną.

Dlatego młodzież nie powinna się bać, ani tym bardziej wstydzić korzystania z pomocy specjalistów, którzy pomogą im w tych trudnych decyzjach.

Klaudia Gałęza, Maja Zapalska

KULINARIA

CIASTO ŚWIĄTECZNE BEZ PIECZENIA

SKŁADNIKI:

KREM BUDYNIOWY
- 1 litr mleka
- 2 żółtka
- 3 pełne łyżki mąki pszennej
- 3 pełne łyżki mąki ziemniaczanej
- 3 łyżki cukru pudru
- 1 op. cukru wanilinowego
- 200 g masła (bardzo miękkiego)

ORAZ
- 400 g herbatników petit beurre
- 1 puszka ok. 500 g masy krówkowej

- 150 g powideł śliwkowych
- 1 łyżka przyprawy piernikowej lub korzennej
- 60 g orzechów pekan lub włoskich
- 60 g wiórków kokosowych
- żurawina suszona do dekoracji

PRZYGOTOWANIE:

KREM BUDYNIOWY

- Odlać 1 szklankę mleka i dokładnie wymieszać je z żółtkami, mąką pszenną i ziemniaczaną oraz cukrem pudrem i wanilią.
- Resztę mleka zagotować (dokładnie, aż zacznie kipieć), następnie wlewać do niego mieszankę mleka, mąki i żółtek, jednocześnie energicznie mieszając. Zagotować.
- Po zagotowaniu gotowy budyń odstawić z ognia, przelać do czystej miski i całkowicie ostudzić (na wierzch można położyć folię spożywczą, aby nie zrobił się kożuch) - budyń można przygotować wcześniej.
- Miękkie masło dokładnie ubić mikserem na puszystą masę (ok. 10 min), następnie dodawać po łyżce budyń ciągle ubijając (po 4 - 5 łyżkach dodanego budyniu dodawać go już w krótszych odstępach czasu).
- Do 1/3 otrzymanej masy budyniowej dodać masę krówkową i zmiksować. Resztę 2/3 masy budyniowej odłożyć. W ten sposób otrzymamy 2 masy - krówkową i budyniową.

ZŁOŻENIE CIASTA

• Formę 21 cm x 32 cm wyłożyć papierem do pieczenia. Na dnie ułożyć pierwszą warstwę herbatników. Rozsmarować połowę otrzymanej masy krówkowej wymieszanej
z drobno posiekanymi orzechami.
• Położyć drugą warstwę herbatników i posmarować ją powidłami, po wierzchu rozsypać połowę przyprawy piernikowej. Następnie wyłożyć połowę masy budyniowej.
• Ułożyć trzecią warstwę herbatników i rozsmarować pozostałą masę krówkową, posypać resztą przyprawy piernikowej.
• Ułożyć ostatnią warstwę herbatników i przykryć pozo-

PIERNICZKI ALPEJSKIE

Składniki:

Ciasto:
• 140 g miodu naturalnego
• 70 g masła
• 2 płaskie łyżeczki przyprawy do piernika lub pierniczków
• 1 płaska łyżeczka cynamonu
• 2 płaskie łyżki śmietany 18%
• 1 łyżeczka sody lub proszku do pieczenia
• 2 jajka
• 80 g cukru
• 400 g mąki pszennej
• 1 łyżka kakao

Dodatkowo:
• marmolada wieloowocowa
• 3/4 szklanki cukru pudru
• kilka łyżek wody

Krok 1
Wszystkie składniki na pierniczki alpejskie powinny być w temperaturze pokojowej! Wyjmij je minimum 2 godziny wcześniej z lodówki.
Do garnka wlewamy płynny, naturalny miód (około 140 g). Dodajemy także przyprawę do piernika (2 płaskie łyżeczki) oraz cynamon (1 płaska łyżeczka). Mieszamy i zagotowujemy. Po tym czasie zmniejszamy ogień i dodajemy masło (70 g). Mieszamy do momentu jego rozpuszczenia, ściągamy z palnika. Odstawiamy do całkowitego wystudzenia.

Krok 2
W miseczce mieszamy gęstą śmietanę (2 łyżki) wraz z sodą (1 łyżeczka, można zastąpić proszkiem do pieczenia). Odstawiamy na czas ubijania jajek.

Krok 3
Dwa białka ubijamy na puszystą pianę z cukrem (80 g), dodajemy żółtka i dalej przez chwilkę miksujemy.

Krok 4
Śmietana powinna nieco zwiększyć swoją objętość.

Krok 5
Do miski wsypujemy mąkę pszenną (400 g) oraz kakao (1 czubata łyżka).

Krok 6
Do mąki dodajemy przestygniętą masę z rondelka, ubite jajka, szczyptę soli oraz śmietanę. Całość miksujemy dosłownie przez kilka sekund do powstania jednolitej, bardzo gęstej i klejącej masy. Ciasto owijamy folią spożywczą i wkładamy do lodówki na minimum 12 godzin.

Krok 7
Ciasto przez ten czas spędzony w lodówce powinno nieco zgęstnieć, lecz dalej będzie nieco klejące. Lekko wyrabiamy je w dłoniach na lekko podsypanym mąką blacie.
Jeśli wolisz pierniczki bez nadzienia, to rozwałkuj ciasto pomiędzy dwoma arkuszami papieru, lekko oprósz je mąką i wycinaj foremkami pierniczki.
W przypadku pierniczków z nadzieniem: Dzielimy je na dwie części, ponownie lekko je oprószamy mąką.
Każdą część ciasta najlepiej rozwałkować pomiędzy dwoma arkuszami papieru do pieczenia.

Krok 8
Z obu rozwałkowanych ciast (na około 3 mm) zdejmujemy z góry jeden arkusz papieru do pieczenia.

Krok 9
Na jednym rozwałkowanym cieście nakładamy w równych odstępach po pół łyżeczki twardej marmolady.

Krok 10
Przykrywamy drugim rozwałkowanym ciastem. Powinny powstać widoczne “górki”, gdzie została przykryta marmolada. Dookoła tych górek lekko dociskamy palcami i wycinamy foremkami pierniczki.
Z pozostałego ciasta ponownie zagniatamy kulę, dzielimy na dwie części i każdą rozwałkowujemy. Następnie znowu nakładamy marmoladę i wycinamy foremkami pierniczki.

Krok 11
Pierniczki układamy równomiernie na blaszce. Mi wyszło około 35 nadziewanych pierniczków. Pieczemy przez około 10-12 minut w temperaturze 180 stopni (grzanie góra-dół).

Krok 12
Pierniczki alpejskie są już gotowe do jedzenia!

Krok 13
Jeśli chcesz, to możesz wierzch pierniczków udekorować lukrem lub polewą czekoladową. Jednak same w sobie są już bardzo smaczne. Przechowujemy je w szczelnym pojemniku. Spokojnie poleżą 2 tygodnie, a te pierniczki bez nadzienia dłużej.

Paulina Andzel

Róże karnawałowe (8 porcji)

Składniki:
• 6 - 7 żółtek
• 3 łyżki cukru
• 1/2 szklanki mąki pszennej tortowej oraz trochę do podsypania
• 1/2 szklanki piwa
• 1,5 litra oleju słonecznikowego
• cukier puder do posypania
• wiśnie w zalewie, dżem truskawkowy lub malinowy

Przygotowanie:
• Żółtka utrzyj z cukrem aż będą jasne i puszyste. Dodaj przesianą mąkę, a następnie, mieszając składniki łyżką, wlewaj piwo. Złącz wszystko w kulę.
• Wyłóż je na podsypaną stolnicę i chwilę wyrabiaj. Następnie wybij ciasto wałkiem, aż pojawią się pęcherzyki powietrza. Jeśli zrobi się płaskie, złóż je na pół i powtórz czynność kilkukrotnie.
• W dużym garnku zacznij nagrzewać olej, aby osiągnął temperaturę ok. 170 stopni Celsjusza. Gdy ją już osiągnie, zmniejsz ogień i przykryj garnek.

• Ciasto podziel na kilka części i kolejno rozwałkowuj je na cieniutkie placki, podsypując mąką.
• Wycinaj kółka trzema szklankami o różnej średnicy. Nacinaj je nożem w kilku miejscach po obwodzie na głębokość około 1 - 1,5 cm. Kładź jeden krążek na drugim od największego do najmniejszego. Palcem mocno dociśnij środek i wrzucać na olej najmniejszym krążkiem do dołu.
• Smaż na lekko złoty kolor przez około 2 minuty raz przewracając. Posyp cukrem pudrem, a w środek włóż wisienki lub dżem np. malinowy lub truskawkowy.

Zuzia Piątek

CIEKAWOSTKI

1. Łączna długość wszystkich naczyń krwionośnych u człowieka to ok. 100 000 km.

2.Zrobienie jednego kroku wymaga pracy aż 200 mięśni. W ciągu życia statystyczny mieszkaniec Ziemi robi tyle kroków, że zdołałby obejść cały glob dookoła… dwa razy.

3.Ludzki organizm jest w stanie wytrzymać dłużej bez jedzenia niż bez snu. Człowiek bez drzemki jest w stanie przeżyć jedynie 10 dni.

4.Serce przepompowuje przez naczynia krwionośne ok. 7 200 litrów krwi w ciągu doby, czyli mniej więcej 50 wanien.

5.Łza łzie chemicznie nierówna. Skład chemiczny łez wywołanych np. wiatrem i łez emocjonalnych, czyli takich, gdy płaczemy ze smutku, jest inny. W tych emocjonalnych jest więcej magnezu i prolaktyny.

6.Kiedy bierzesz gorącą kąpiel, spalasz tyle kalorii, ile byś spalił na 30-minutowym spacerze.

7.Najwyżsi ludzie wśród nas mieszkają w Holandii, gdzie średnia wysokość dorosłego mężczyzny wynosi 184 cm.

8. W starożytnym Egipciewszystkie koty były uważane za święte. Jeśli zabiłeś kota, mogłeś być skazany na śmierć.

9.Istnieją 43 kraje, które wciąż mają rodzinę królewską.

10.Ziewanie chłodzi mózg. Badania przeprowadzone na uniwersytecie w Wiedniu sugerują, że ziewanie może odgrywać istotną rolę w chłodzeniu naszego mózgu. Jednak „nie działa”, gdy temperatura zewnętrzna jest tak wysoka jak ciało.

11.Największa na świecie dynia ważyła więcej niż samo-

chód.

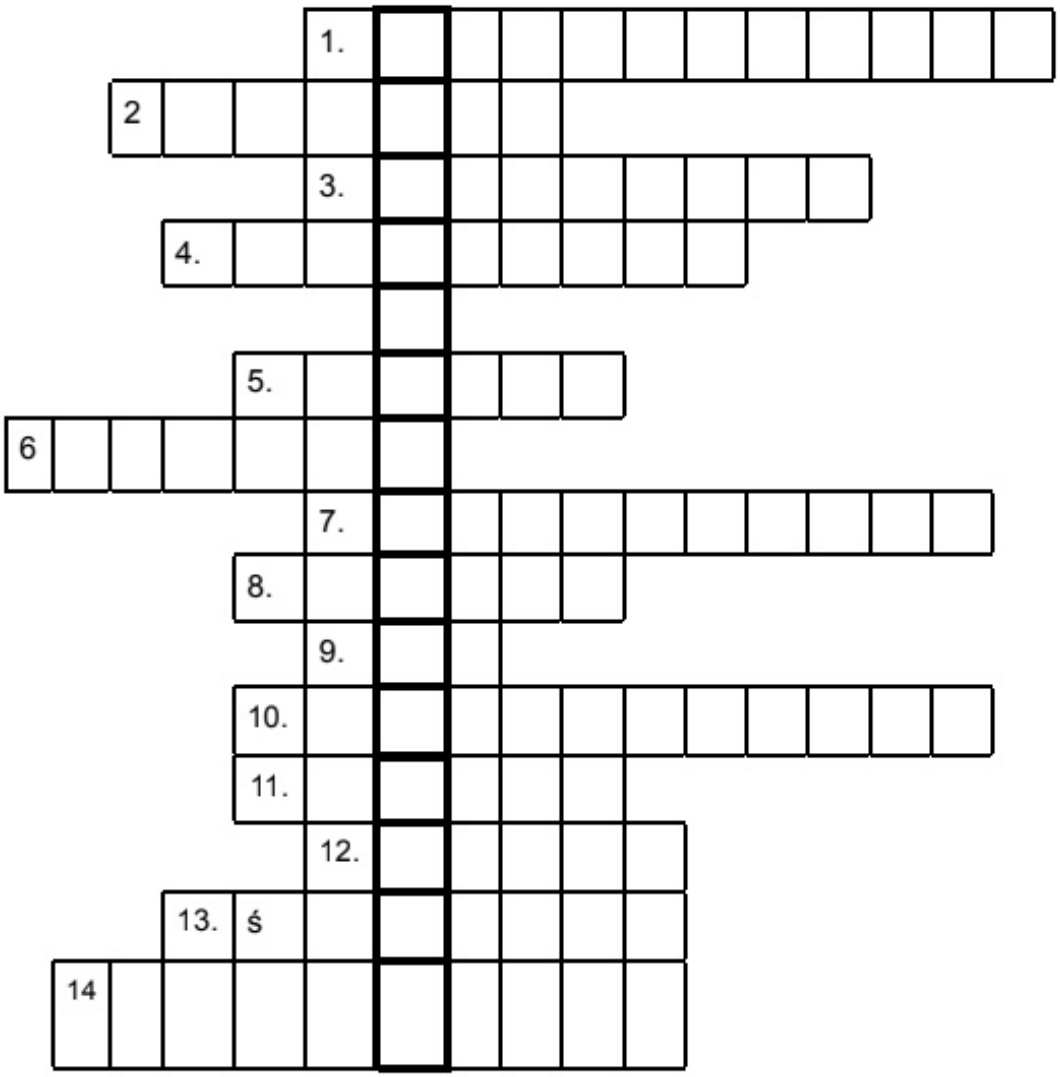
12.Dreszcze, które odczuwasz podczas słuchania muzyki, spowodowane są przez dopaminę uwalniającą się do mózgu.

13.Kiedy dwie osoby przytulają się chociaż przez chwilę, to mózg uwalnia hormony (oksytocyny), które pomagają złagodzić migrenowe bóle głowy i uspokajają skołatane nerwy na wiele godzin.

14.Stan zakochania przypomina stan po zażyciu kokainy. Zarówno narkotyk jak i miłość wprawiają nasz mózg w podobny stan wywołujący euforię. Podczas zakochania wytwarza się kilka substancji chemicznych stymulujących aż 12 obszarów mózgu w tym samym czasie.

15.Naukowcy odkryli, że jeśli przebywamy dużą ilość czasu z naszym partnerem, to po jakimś czasie nasze serca biją w jednym rytmie. Odkryto również, że to serce kobiety dostosowuje swój rytm do serca mężczyzny.

Marlena Gajek



1. Popularny świąteczny kwiatek - gwiazda....
2. Renifer o czerwonym nosie.
3. Składamy je przy wigilijnym stole, łamiąc się opłatkiem.
4. Popularny kolor, z którym łączymy święta.
5. Rodzaj opadu atmosferycznego.
6. Pieśń bożonarodzeniowa to inaczej…
7. Element garderoby zimą.
8. Wchodzi przez niego Święty Mikołaj.
9. ,, ... szopy, hej pasterze”.
10. Nazwisko Pani Dyrektor naszego liceum.
11. Przerwa w nauce między semestrami.
12. Biegowe albo zjazdowe.
13. Bitwa na…
14. Nowy Rok to inaczej…

Zespół redakcyjny: Zuzanna Piątek, Klaudia Ciszowska, Mikołaj Szczygieł, Paulina Andzel, Agata Motyła, Julia Podsiadły, Marlena Gajek, Wiktoria Nowak, Natalia Charymska, Kacper Markiewicz, Izabela Gołyska, Magdalena Wit, Sandra Radosz, Aleksandra Jędrzejewska, Amelia Masternak, Natalia Leśniak, Wiktoria Zimnicka, Anna Sasak, Natalia Wójcik, Kinga Zdyb, Natalia Czernik, Natalia Olejarska, Oliwia Kot, Klaudia Gałęza, Maja Zapalska, Julia Szwajkowska, Aleksandra Faliszewska, Maja Grześkiewicz.

Opiekun gazetki: mgr Joanna Lawęda

Skład i łamanie: Julia Wójcik