

## TEN FESTYN TO STRZAŁ W DZIESIĄTKĘ

Relacja Dawida Roika



W ZAWODACH LICZNIE BRALI  
UDZIAŁ RODZICE



BIEG NA 60M



POKAZ KARATE



TRUDNY WYBÓR BO WSZYSTKIE  
CIASTA PYSZNE!



TANIEC SALSY



DZIEWCZYNY GÓRA!)

p. B. Siodłak

O festynie sportowo-rekreacyjnym organizowanym przez Szkołę Podstawową nr 34 i Gimnazjum nr 21 mówiło się już od dawna. Każdy chciał, by z tego zwyczajnego, czerwcowego dnia powstała okazja do świetnej zabawy, wypoczynku, ale też sprawdzenia swoich umiejętności sportowych. Jak się okazało, udało się to w stu procentach. Rozpoczęto o godzinie dziewiątej trzydziści na terenie Szkoły Podstawowej nr 34. W samo południe impreza przeniosła się na teren Gimnazjum nr 21. Tam od samego rana trwały intensywne przygotowania nagłośnienia, sprzętu i stanowisk sportowych. Bo to właśnie sport miał tu odgrywać główną rolę. Rozpoczęto meczem piłki nożnej pomiędzy reprezentantami klas pierwszych gimnazjum i klas szóstych szkoły podstawowej. W międzyczasie trwała intensywna rozgrywka w siatkówkę rodziców obu szkół. Chociaż mecz piłki nożnej zakończył się wynikiem 9:5 i wygraną reprezentantów klas pierwszych naszego gimnazjum, to szkoła podstawowa więcej szczęścia miała w piłce siatkowej. Tu zwycięstwo musieliśmy oddać w ręce rodziców swoich młodszych kolegów. I dzieci, i młodzież, i dorośli mieli szanse spróbować swoich sił w otwartych zawodach sportowych. Do dyspozycji mieli bieg na sześćdziesiąt metrów, skok w dal, rzut piłką lekarską i kręcenie hula hopem. Kolejki do każdej z konkurencji wydawały się nie mieć końca. Zanim przedstawione zostały wyniki i rozdano nagrody, śmiałkowicie mieli szanse popróbować się w przeciąganiu liny. Okazało się, że nie było to tak łatwe zadanie, jak większości się wydawało. Dziewczyny miały też okazję do nauki salsy z profesjonalistami z Ogólnopolskiej Szkoły Tańca i Fitnessu „Fit”, a chłopcy – do obejrzenia efektownego pokazu karate z śląskiego klubu karate „Goliat”. Obie atrakcje cieszyły się olbrzymim zainteresowaniem ze strony obu poci. Całość zakończono rozdaniem przez panią Dyrektor medali, dyplomów i nagród. Jeszcze tylko pamiątkowe zdjęcie i... do zobaczenia za rok.

## Telewizja – nowy świat



To był świetny wieczór

M. Stolarska



Z gośćmi programu

ks. T. Mandrysz

18 maja wybraliśmy się do studia „Telewizyjna 1”, aby dowiedzieć się czegoś o dziennikarstwie telewizyjnym. W końcu prasa to nie wszystko.

Zostaliśmy przyjęci przez prowadzącą odcinka – Panią Mariannę Durczok.

Przed rozpoczęciem programu opowiadała nam o swojej pracy i o tym, że jedną z jej największych zalet jest możliwość nawiązania znajomości z wieloma ciekawymi osobami. Żadne z zadanych pytań nie zostało pozostawione bez odpowiedzi.

Potem mogliśmy zobaczyć pomieszczenia pełne sprzętów, dzięki którym realizowany jest każdy odcinek. Oczywiście za każdym urządzeniem stoi człowiek. Wbrew pozorom stworzenie programu na żywo nie jest takie proste. Trzeba być naprawdę wykształconym, żeby zorientować się w tym gąszczu rozmaitych przycisków.

Gdy już zaspokoiłmy naszą ciekawość przyszedł czas na zwiedzenie „serca Telewizyjnej 1”.

Weszliśmy do nowoczesnie urządzonego pomieszczenia, gdzie na suficie znajduje się ponad sto lamp. Wiadomo, bez właściwego oświetlenia efekt końcowy nie byłby tak dobry.

Trudno było nie potknąć się o leżące na podłodze kable. Ogromne, profesjonalne kamery przeczesywały czujnie studio. Jeszcze tylko poprawa makijażu i możemy zaczynać.

Przycupnęliśmy cichutko, żeby nikomu nie przeszkadzać i obserwowaliśmy przeprowadzenie rozmów z gośćmi.

Patrzyliśmy na to, co widzimy często w telewizji, lecz tym razem z zupełnie innej perspektywy.

Dzięki naszej wyprawie dowiedzieliśmy się o dniach Pszczyny, podczas których można odpocząć z rodziną i znajomymi w tym pięknym mieście.

Poruszono też ważny temat związany z otwarciem Muzeum

Energetyki w Łaziskach Średnich. Później studio odwiedził pan Mirosław Szoltysek.

Ostatnim gościem Pani redaktor był słynny, polski aktor Bernard Krawczyk. Była to bardzo ważna rozmowa, ponieważ Pan Bernard obchodził w maju 85 urodziny. Ku zdziwieniu Jubilatki redakcja zaskoczyła go pysznym tortem i uhonorowała serdecznymi życzeniami.

Po zakończeniu programu nadszedł czas na obowiązkowe zdjęcia na niecodziennym tle telewizyjnego studia. Każdy z nas często będzie wracał wspomnieniami do tego wieczoru.

Praca dziennikarza telewizyjnego jest bardzo pasjonująca i mam nadzieję, że nie zostanie wyparta przez dobę internetu.

Justyna Kost kl. 1a



W studiu Telewizyjna 1

M. Grajner



## Przygotowanie takiej imprezy jak IEM trwa ponad rok.

Z Danielem "@datbiker" Nowakiem - organizatorem wszystkich eventów pod szyldem ESL w Polsce i imprez związanych z World of Tanks na całym świecie, oraz Finałów Intel Extreme Masters w Katowicach rozmawiają: Marcin Olszok i Aleksander Roczniok

### **Jakie szkoły ukończyłeś?**

Skończyłem technikum poligraficzne, ale wykształcenie nie ma nic wspólnego z tym, co teraz robię.

### **Ile już zorganizowałeś eventów?**

Ciężko policzyć, ale mam na koncie już około 100 mniejszych i większych imprez.

### **Która z nich jest dla Ciebie najważniejsza?**

Oczywiście IEM Katowice, gdyż jest to największa impreza w Europie organizowana w pełni przez moją polską ekipę. To wydarzenie na międzynarodową skalę z kilkoma scenami i wieloma atrakcjami.

### **Jak długo trwa przygotowanie do wydarzenia?**

Ciężko określić dokładnie. Wiele rzeczy musi być gotowe już rok – dziesięć miesięcy wcześniej.

Pełną parą przygotowania idą już na cztery miesiące przed imprezą.

### **Jak sądzisz, czy e-Sport to przyszłość? Czy ma szansę przejąć miejsce np. piłki nożnej?**

E-Sport nie przegoni raczej piłki nożnej. Jednak takie dyscypliny jak hokej, piłka ręczna mogą być kiedyś wyparte przez sport elektroniczny.

### **Jak zabezpiecza się tak wielkie imprezy jak IEM?**

Wszystko musi być zgodne z wytycznymi i zasadami organizowania imprez masowych. Zawsze wszystko w tej kwestii musi być dograne w najdrobniejszych szczegółach. Bezpieczeństwo uczestników to sprawa priorytetowa.

### **Z jak dużymi kosztami wiążą się takie imprezy?**

Wszystko zależy od skali przedsięwzięcia. Nie znam dokładnych sum, ale IEM zamyka się w około 10 milionach.

### **Organizujesz eventy e-Sportowe, a czy sam grasz w jakieś gry?**

Owszem, gram tyle, na ile czas mi pozwoli. Nie mam go, niestety, zbyt wiele. Jeżeli już siadam do gry, włączam jakąś dobrą strzelankę.



Adam Nowak- pierwszy z prawej intel M. Olszok

### **Njak się zachowują zawodowi gracze podczas takich imprez?**

Różnie. Prawdziwi profesjonalści zachowują się zazwyczaj normalnie. Oczywiście jeśli wygrają lub przegrają to są adekwatnie źli, szczęśliwi, smutni. I to widać po ich zachowaniu. Wszystko zależy też od tego, jaka faza turnieju, jaka stawka i jaki zawodnik. Jedni się skupiają na grze, taktykach. Inni przyglądają się przeciwnikom, żeby ich rozgryźć.

### **Oprócz imprez, które Ty organizujesz, jeździsz też na inne. Robisz to z powodu hobby, czy przyglądasz się, co można zrobić też na eventach, który jest organizowany przez Twoją ekipę?**

Raczej jeżdżę głównie spotkać się ze znajomymi, z którymi nie mam okazji pogadać / spotkać się na moich imprezach, bo jestem zbyt zajęty. Czasami sprawdzam też rozwiązania technologiczne, ale nasza firma jest liderem, więc to głównie inni „ściągają” od nas, a nie na odwrót.

### **Lubisz to co robisz?**

Tak, lubię swoją pracę, bo jest zmienna ciągle coś innego, nowego, większego. To nie siedzenie w biurze od 8 do 16 i robienie codziennie tego samego. Dokszałca, wymaga kreatywności, oszczędności, zarządzania. Człowiek cały czas się uczy.

### **Jakie są minusy Twojej pracy?**

Minusy to np. częste delegacje. Czasami zdarza się miesiąc poza domem. Dużo nadgodzin, napięty kalendarz. Ciężko planować urlopy, wyjazdy. Na eventach dniówki trwają czasem po 20h, zdarza się, że nie ma czasu na sen. Jest za to adrenalina.

Dziękujemy i czekamy na kolejny IEM.

## Odwieczny problem:

Justyna Kost kl. 1a

„Nikt nie ma pojęcia, z jakim obrzydzeniem patrzę codziennie w lustro. Nikt nie ma pojęcia, jak nienawidzę swojego ciała. Nikt nie wie, jak nienawidzę wszystkiego, co we mnie. Nikt nic nie wie...” - to autentyczne zapiski anorektyczki.

Takie myśli nękają, z pewnością niejednokrotnie osoby cierpiące na zaburzenia odżywiania. Niestety, ich liczba cały czas rośnie. Ponad 25% polskich nastolatków chciałoby schudnąć, z czego połowa zgłasza objadanie się, 40% boi się przytyć, 28% odczuwa jadłowstręt, a 10% prowokuje wymioty.

Badania wykazały, że 33% polskich nastolatków próbowało się odchudzać, stosując rozmaite metody. Ponad połowa ankietyowanych była niezadowolona a 36% nie akceptowało swojej sylwetki.

Młodzież w wieku 11 – 15 lat ocenia masę swojego ciała nieadekwatnie do rzeczywistości.

Prawie 50% dziewcząt uważa, że są za grube. W przypadku chłopców liczba ta wynosi 25%.

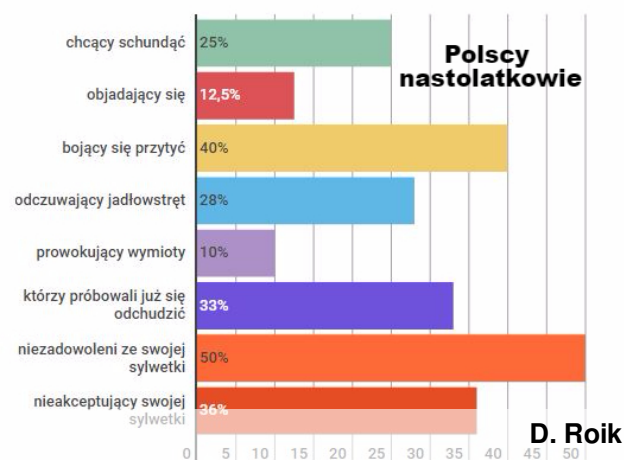
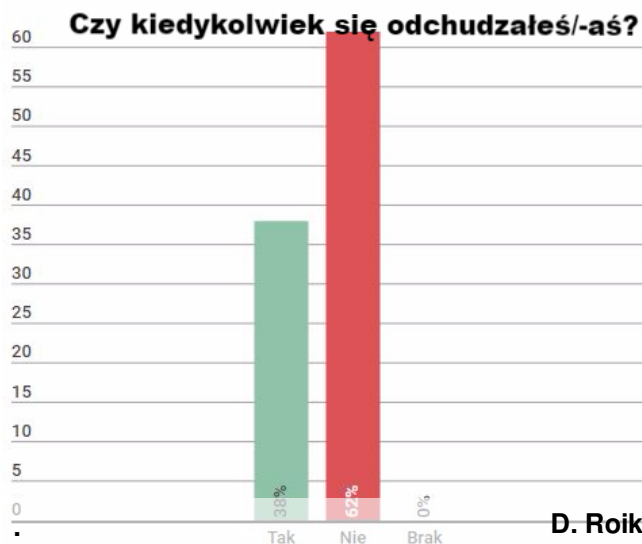
Opinie te nie znajdują żadnego potwierdzenia we wskaźnikach BMI. W 75% stany chorobowe związane z odżywianiem rozpoczynają się przed 25 rokiem życia.

To dane ogólne. Żeby przekonać się, czy w naszym najbliższym otoczeniu również występują problemy związane z odżywianiem i akceptacją swojego lub rówieśników wyglądu, przeprowadziliśmy ankietę, której wyniki przedstawione są w infografikach. Ankieta obejmowała uczniów klas I – III gimnazjum. Łącznie przebadanych zostało 128 osób.

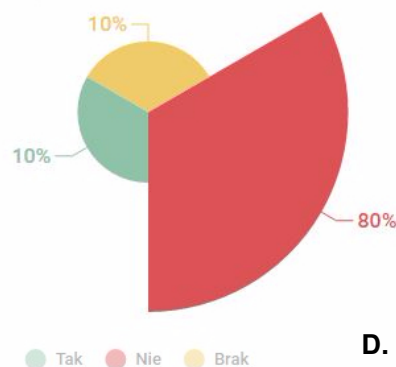
Generalnie, zaburzenia odżywiania są coraz częstszym zjawiskiem. Ich śmiertelnymi ofiarami pada co dziesiąta osoba. Na czym polegają?

Anoreksja, tak jak bulimia, bo o nich słyszymy najczęściej, to choroby o podłożu psychicznym. Pierwsza z nich opiera się na panicznym lęku przed utyciem, który prowadzi do unikania posiłków. Chorzy mają niską samoocенę i czują wstręt do swojego ciała. Są coraz bardziej zdesperowani w dążeniu do celu. Patrząc w lustro, widzą grubasa, chociaż to tylko złudzenie. W rzeczywistości mają w sobie coraz więcej ze szkieletu.

Bulimia to tak zwana żarłoczność psychiczna. Objawia się okresowym nadmiernym objadaniem i traceniem kontroli nad ilością pokarmu.



**Czy przez odchudzanie miałeś/-aś problemy ze zdrowiem?**



# „Jestem grubasem”

Między napadami choroby dręczą się wyrzutami sumienia i obawą przed przytyciem. Stosują diety odchudzające, intensywnie ćwiczą, i prowokują wymioty albo biorą środki przeczyszczające i moczopędne.

Wszystkie te schorzenia są bardzo poważne i wymagają natychmiastowego leczenia farmakologicznego oraz psychiatrycznego, nierzadko trwającego przez całe życie. Nielezione, wyniszczają organizm i prowadzą do śmierci.

Co powoduje, że młodzi ludzie tak uparcie dążą do idealnego wyglądu?

Przyczyn jest wiele. Jedną z nich jest stres, wrażenie, że nie spełnia się oczekiwań innych.

Silna potrzeba kontroli siebie i otoczenia również ma znaczenie. Kolejna to dążenie do „ideału”.

Media, portale społecznościowe promują wzór urody i sylwetki. Młodzież usilnie stara się osiągnąć taki efekt, ryzykując swoje zdrowie i życie.

Jak można poznać, że coś jest „nie tak”?

Objawy anoreksji to: pogorszenie kondycji skóry, która staje się szara, zmęczenie, złe samopoczucie, niski poziom cukru, duży spadek masy ciała i chorobliwe myślenie o sylwetce a także zatrzymanie miesiączki,

podwyższona łamliwość kości, a także meszek pokrywający skórę.

Bulimia cechuje się objadaniem

wysokokalorycznymi potrawami i słodyczami.

Pożywienie jest łapczywie połykane. Zaburzony jest obraz własnej osoby.

W jaki sposób nie popaść ze skrajności w skrajność?

Najważniejsze jest to, aby jeść racjonalnie i zdrowo.

Wtedy będziemy wyglądali i czuli się lepiej.

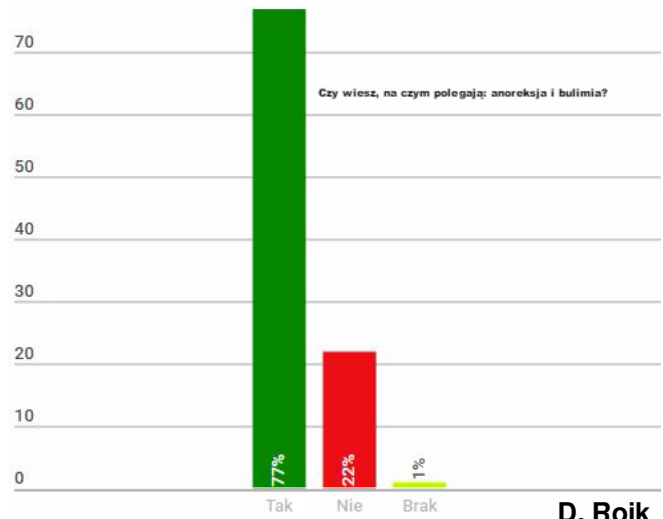
Słodycze zastępujemy owocami. Jedzmy więcej świeżych warzyw. Alternatywą dla kalorycznych przekąsek są pyszne orzechy, migdały, pestki dyni itp. Pomogą nam też kasze i ryż. Nie zapominajmy o płynach. Woda jest ogromnie ważna.

Wystarczy, że zastąpimy nią słodkie i chemiczne napoje, a efekt będzie widoczny bardzo szybko.

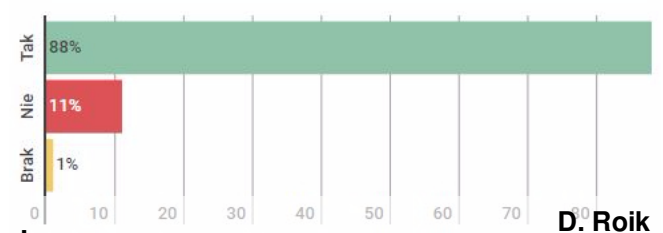
Zamiast pisać godzinami ze znajomymi, można spotkać się i np. pojeździć na rowerze.

Każdy jest inny i ma inną sylwetkę. Dzięki temu wszyscy jesteście piękni.

Jeżeli odchudzanie, to nie tylko dla figury, ale dla zdrowia przede wszystkim. Nie dajmy się zwariować.



## Czy wiesz, czym grozi drastyczne odchudzanie się?





## NOSPR, Muzeum Śląskie, Teatr Śląski - byliśmy tam ostatnio

Kolejne klasy odwiedziły nową siedzibę Muzeum Śląskiego!

Młodzież z klas 2b, 3a i 3b miała okazję obejrzeć wystawę malarstwa romantycznego (między innymi dwie słynne wersje „Pomarańczarek” Aleksandra Gierymskiego) i porównać je ze sztuką współczesną. Szczególne zainteresowanie wzbudziła interaktywna i bardzo obszerna ekspozycja poświęcona historii naszego regionu od czasu jego powstawania aż do czasów współczesnych. Multimedialność eksponatów umieszczonych w muzeum sprawia, że doskonale przybliżają młodym minione czasy.

M.S.

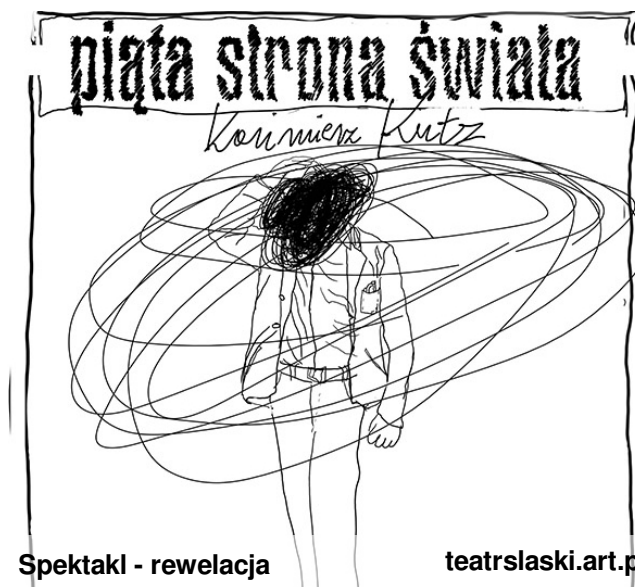


Muzeum Śląskie jest ok.

M. Stolarska

"Śląsk piątą stroną świata? Tak naszą małą ojczyznę opisał Kazimierz Kutz. Zobaczyć sztukę na podstawie jego powieści wyreżyserowaną przez Roberta Talarczyka mieliśmy okazję 10 czerwca na scenie Teatru Śląskiego. Spektakl odbył się w ciekawej mieszance języka polskiego i śląskiego. Anonimowy bohater opowiedział w nim nie tylko historię swoją, swoich przyjaciół, ale i ich rodzin, sąsiadów, słowem wszystkich, którzy wpłynęli na jego życie w większym lub mniejszym stopniu. Lekko humorystyczna, choć w rzeczywistości tragiczna sztuka, poruszyła widownię. Śmiałyśmy się i płakaliśmy razem z bohaterami, nawet, gdy ślonska godka stawała się dla nas niezrozumiała. Spektakl "Piąta Strona Świata" to widowisko godne polecenia.

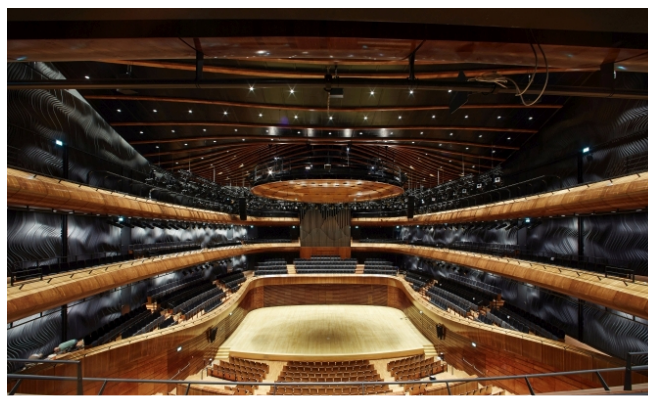
Zuzia Grajner kl. 2a



Spektakl - rewelacja

teatrslaski.art.pl

8 czerwca uczestniczyliśmy w koncercie filharmonicznym z cyklu "Muzyka między sacrum i profanum". Tytuł koncertu to "Miłość, nienawiść i śmierć". Zapewne wielu z nas było w filharmonii po raz pierwszy. Wszystko było dla nas nowe. Nowa siedziba Narodowej Orkiestry Symfonicznej Polskiego Radia naprawdę zrobiła imponujące wrażenie. Piękna olbrzymia sala, orkiestra, dyrygent we fraku i spora dawka muzyki poważnej, w tym Uwertura do opery Tannhouser Ryszarda Wagnera, Romeo i Julia Sergiusza Prokofiewa i dobrze nam znany Marsz weselny Felixa Mendelssoona - Bartholdiego.



NOSPR Wielka Sala Koncertowa

wikipedia.org

## Udana apokalipsa na ekranach kin

Bryan Singer, reżyser kolejnej części widowiskowej serii „X-Men” już raz udowodnił, że jest w stanie stworzyć film ze świetnym scenariuszem, żwawą i ekscytującą akcją i dobrze rozpisаныmi bohaterami. Jego „Przeszłość, która nadejdzie”, poprzednik tegorocznego „Apocalypse” z pewnością można nazwać filmem udanym. I choć wiele osób na pewno nie zgodzi się z tym stwierdzeniem – tytułem tym możemy też okrzyknąć „Apocalypse” – obraz, który z pewnością spowoduje u fanów serii nieoczekiwaną, wszechogarniającą radość. Bo kto nie ucieszy się z powrotu ukochanych bohaterów, potężnego, niebezpiecznego złoczyńcy i ekscytującej, rozgrywanej się pomiędzy nimi walki?

Znowu, tak jak w poprzedniej części, cofamy się do przeszłości. A to oznacza, że po raz kolejny spotkamy młodych, pełnych siły i energii, obdarzonych nadprzyrodzonymi mocami bohaterów. Powraca profesor Charles Xavier, pomysłodawca i założyciel instytutu dla młodych ludzi z niezwykłymi darami; mordercza mutantka Mystique i Magneto. Ten, po nieudanym zamachu na Białą Dom i prezydenta Stanów Zjednoczonych, ukrywa się na jednej z polskich wsi. Tam pracuje też w hucie, próbując ukrywać swoje moce i ochronić rodzinę. Choć jego wątek trwa niecałe dziesięć minut, to ma bardzo duże znaczenie dla bohatera i jego losów w dalszej części filmu. Uśmiech wywołuje niewątpliwie patrzeć na amerykańskich aktorów próbujących zabrzmieć jak najlepiej, wypowiadając słowa w naszym ojczystym języku. Jest to niewyobrażalnie zabawne. Koślawo wypowiedziane kwestie są jednak wybaczone, kiedy weźmiemy pod uwagę wysiłek, jaki z pewnością został włożony w naukę naszego pięknego języka. Podczas gdy szkoła pod kierownictwem Charlsa Xaviera z szeroko otwartymi ramionami przyjmuje do siebie nowych uczniów: Nightcrawlera i Cyclopa, w Egipcie budzi się pradawny bóg. Tytułowy Apocalypse, a raczej En Sabah Nur, okazuje się być pierwszym i najpotężniejszym mutantem. Żądny siły i potęgi, poszukuje czterech pomocników i przyjaciół, nazywanych przez niego „jeźdźcami”. Wraz z nimi planuje podbić planetę i wprowadzić na niej nowy porządek, którego on miałby być władcą. Żyjąc złudzeniami, nie oczekuje, że spotka się z tak wielkim oporem ze strony X-Menów, a co za tym idzie – nie spodziewa się walki. Film Bryana Singera skonstruowany jest w bardzo przystępny sposób.



Rozpoczyna się efektywnym, wprowadzającym postać Apocalypsa prologiem, by później zwolnić, dać nam chwilę, by zapoznać się z nowymi bohaterami i znowu przyspieszyć, nie pozwalając odbiorcom odlepieć wzroku od ekranu. Bardzo dobry scenariusz nie jest jednak jedyną zaletą tej produkcji. Na wielkie wyróżnienie zasługuje też fakt różnorodności, czyli coś czego brakuje w scenariuszach większości filmów o superbohaterach. Film, choć przeważnie utrzymujący się w poważnym nastroju, co jakiś czas zaskakuje nas humorystycznymi wstawkami. Taki zabieg można by uznać za irytujący i burzący klimat – tutaj jednak wypada bardzo pozytywnie. Przechodząc dalej, do najbardziej oczekiwanego w tego rodzaju produkcjach, czyli efektywnych efektów specjalnych i brnącej naprzód akcji, jest trochę gorzej. I chociaż akcja jest i trzyma w napięciu, to efekty specjalne sprawiają wrażenie niedopracowanych, jakby film został oddany do użytku o wiele za wcześnie. Niektóre sceny mogą przez to wydawać się rażąco sztuczne, lecz gdy spróbujemy skupić się na całej reszcie, czyli świetnej grze aktorskiej, śmiałych i niewymuszonych wątkach mutantów oraz tym, co najprawdopodobniej spowodowało, że filmy o X-Menach stały się sukcesywne, czyli klimacie – z kin na pewno wyjdziemy zadowoleni. Bo pomimo kilku luk fabularnych, które ciężko zaliczyć do wad, bo wynikają z błędów poprzednich filmów, obraz jest naprawdę świetny. Gdybym miał go opisać dwoma słowami, bez wahania powiedziałbym „dobra zabawa”.

Dawid Roik kl. 1a



## Starcie dobra i zła w baśniowej scenerii, czyli recenzja filmu " Królowna Śnieżka i Łowca 2"

Justyna Kost kl. 1a

Film „ Królowna Śnieżka i Łowca” odniósł tak spektakularny sukces, że podjęto decyzję o powstaniu sequela. Twórcy wpadli na pomysł połączenia dalszego ciągu historii tytułowego bohatera z jego przeszłością.

Na początku filmu przenosimy się w czasy, gdy o Śnieżce ( Kristen Stewart) nikt jeszcze nie słyszał. Zła królowa Ravenna( Charlize Theron), znana bardzo dobrze z pierwszej części, żyje w zgodzie ze swoją siostrą – pogodną i optymistyczną Freyią( Emily Blunt). Dla pierwszej z sióstr liczy się tylko potęga. Druga zakochuje się i zachodzi w ciążę. Niestety jej ukochany ma już żonę. Mimo to Freyia rodzi śliczną córeczkę i czeka na ukochanego. Pewnego dnia otrzymuje list, w którym dowiaduje się, że jej wybranek zostawił rodzinę i prosi o spotkanie.

Gdy wychodzi z zamku, dostrzega ogień w komnacie swojego dziecka. Niestety, przybiega z późno. Z bólu jej serce zamienia się w lód. Zakłada bezwzględna armię Łowców i szkoli ich na terenie Królestwa Północy. Przekonana o winie mężczyzny, którego kochała, traci wiarę w miłość.



Zakazuje też darzenia się tym uczuciem przez Łowców. Niestety, a może na szczęście przed miłością nikt nie ucieknie. Dopada najlepszych Łowców – Eryka( Chris Hemsworth) i piękną Sarę (w tej roli Jessica Chastain). Film jest trzymającym w napięciu kinem fantasy, pełnym klasycznych wątków magii, podróży, zła i miłości. Dzieło Cedrica Nicolasa Troyana jest poukładane, ma zaskakujące zwroty akcji, ale nie jest przeładowane. Ma też wspaniałą obsadę, którą z przyjemnością się ogląda. Utrzymuje w napięciu aż do samego końca. Czegóż więcej może chcieć nawet wymagający widz?

## Zrozumieć, to co niemożliwe do zrozumienia- – recenzja książki „Notatki samobójcy”

"Notatki samobójcy" to powieść Michaela Thomasa Forda. Autor ukazał w niej problemy coraz większej liczby dzieci na całym świecie. Przedstawia ona losy piętnastoletniego Jeffa, który po nieudanej próbie samobójczej trafia do szpitala psychiatrycznego. Ma tam spędzić dokładnie 45 dni, wraz z innymi nastolatkami z problemami. Od samego początku uważa ich za świrów. Wśród pensjonariuszy jest m.in. mała (ok. 9 letnia), nieśmiała Martha, która otworzyła się jedynie przed nim. Jest też Sadie, w której powoli bohater się zakochuje. Po kilku dniach pobytu z zakładzie Jeff zaczyna zastanawiać się, czym tak właściwie się od nich różni.

Inną ważną postacią na drodze nastolatka jest jego terapeuta. Codziennie prowadzi on sesje grupowe i indywidualne, na które w każdą niedzielę przychodzą rodzice chłopca. To terapeuta próbuje dowiedzieć się, dlaczego Jeff próbował się zabić, często używając podstępu jaki "stosują wszyscy lekarze wariatów". Jeff z powodzeniem utrzymuje tę tajemnicę, jednak wszystko zaczyna się powoli komplikować, gdy do szpitala przyjeżdża Rankin - chłopak lubiący football, który...

Przeczytajcie sami!

45 dni; 45 rozdziałów; jeden opisuje dzień od świtu, aż po zmierzch, a inny pojedyncze wydarzenie, jednak każdy zainteresował mnie tak samo. Książka warta przeczytania. Gorąco polecam.

Igor Odias kl.1a



## Potrawka z indyka według Weroniki Radłowskiej



### Składniki:

- pierś z indyka (ok. 500g)
- 1 puszka pomidorów krojonych
- 1 spory pomidor świeży
- 2 woreczki ryżu
- 1 cukinia
- kukurydza w puszcze
- zioła prowansalskie
- oliwa z oliwek
- sól, pieprz

### Przygotowanie:

1. Pierś indyka umyć przed pokrojeniem, pokroić na paski lub kostkę.
2. Na rozgrzaną patelnię wlać oliwę z oliwek i wrzucić wcześniej pokrojone mięso, posolić
3. Podczas gdy mięso się smaży, gotować ryż w osolonej wodzie;
4. Gdy mięso będzie miało złotawy kolor dołożyć do niego pokrojoną w kostkę cukinię i dusić do miękkości
5. W tym czasie pokroić pomidora w dużą kostkę i dorzucić na patelnię z mięsem
6. Gdy warzywa będą miękkie dodać do nich pomidory z puszki i kukurydzę
7. Odcedzić ryż i wyjąć z woreczków
8. Do zagotowanego sosu dodać zioła prowansalskie i odrobinę pieprzu

Na talerz nałożyć ryż i polać sosem. Podany w ten sposób, smakuje najlepiej. Jeśli ktoś lubi pieczarki można także dodać do sosu podsmażone z cebulką.

## UŚMIECHNIJ SIĘ WAKACYJNIE....



### NUMER STWORZYLI

- JUSTYNA KOST
- DAWID ROIK
- IGOR ODIAS
- WERONIKA RADŁOWSKA
- ZUZANNA GRAJNER
- MARCIN OLSZOK
- ALEKSANDER ROCZNIK
- P. BARBARA SIODŁAK (ZDJĘCIA Z FESTYNU)

## DO ZOBACZENIA PO WAKACJACH...