

Czym żyje szkoła? WYBORY, RKO!



Co z Meritem?

Wegańskie
ciasto z cukinii.
Słodko i zdrowo



Bo przecież każdy ma
zainteresowania, prawda?
Wywiad z uczennicą klasy
2aLO.

Bo warto jeść
miód. Co jak i
dlaczego?

Co nieco dla
fanek
makijażu

Aktualny przegląd
postów na szkolnym
FB, co jest
popularne?

Szkolne życie
przedstawione w
memach!

Zbliża się matura? Chciałbyś poćwiczyć?
Mamy dla Ciebie specjalną krzyżówkę.
Sprawdź się!

Sportowe Meritum emocje,
tenis stołowy i zawody
sztafetowe

CO W SZKOLE SŁYCHAĆ

16 października uczniowie ZSTiO „Meritum” po raz kolejny przyłączyli się do bicia rekordu w jednoczesnym przeprowadzaniu resuscytacji krążeniowo- oddechowej. Akcja została przeprowadzona w ramach programu Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy Ratujemy i Uczymy Ratować, a przystąpiło do niej aż 133 uczniów naszej szkoły. Uczestnicy byli podzieleni na 13 dziesięcioosobowych grup reprezentujących jedną klasę. W tych grupach przez pół godziny bez przerwy przeprowadzali RKO.

Wielkie podziękowania za udostępnienie manekinów należą się Laerdal Medical Poland i Państwowej Straży Pożarnej w Siemianowicach Śląskich. Bez ich pomocy cała ta akcja nie miałaby miejsca. Nie możemy zapomnieć o chłopcach z Radiowęzła 2.0, którzy specjalnie na tę okazję przygotowali playlistę składającą się z piosenek, których rytm pomaga nam przeprowadzić RKO w odpowiednim tempie.

Czy rekord został pobity dowiemy się 23 października. Niezależnie od wyniku jeszcze raz dziękujemy wszystkim zaangażowanym.

Ania Gigla



RKO

ZSTiO Meritum FB



PRZEWODNICZĄCY SAMORZĄDU

ZSTiO Meritum FB

29 września w naszej szkole odbyły się wybory do Samorządu Uczniowskiego. Za lokal wyborczy posłużyła nam biblioteka szkolna, w której każdy obecny w tym dniu uczeń mógł oddać swój głos. Oczywiście po pokazaniu Komisji ważnej legitymacji szkolnej. W głosowaniu nie przeszkodziła wycieczka do Mohacza. Dzięki naszej Komisji głosowanie było możliwe za granicami naszego państwa.

Wyniki głosowania przedstawiają się następująco:

Przewodniczący SU Meritum- Bartosz Gołębiowski

Zastępca- Wiktoria Mikołajczyk

Sekretarz- Alicja Rybczuk

Wszystkim serdecznie gratulujemy i życzymy owocnej pracy przez ten rok szkolny.

Ania Gigla

WOŁONTARIUSZE W AKCJI CZYLI O MERICIE SŁÓW KILKA

Rok szkolny zaczął się stosunkowo niedawno, przed oczami wciąż przewijają nam się wakacyjne wspomnienia, z tyłu głów grają skoczne piosenki, a w stronę drzwi mimowolnie kierujemy stęsknione spojrzenia. Ogólnie rzecz ujmując, wszyscy dobrze wiemy, że proces wdrażania się w nowy rok szkolny wcale nie należy do najbardziej energicznych i ekscytujących chwil w naszym życiu. Czas jednak porzucić wakacyjny werteryzm i przerodzić nostalgię w siłę do działania.

Chociaż mamy dopiero październik, Klub Młodego Wolontariusza Merit wcale nie próżnuje. Wiele jeszcze przed nami – wolontariuszami – w tym roku wyzwań i pracy. Na razie możemy pochwalić się sporą ilością nowych rąk do pomocy i zaangażowaniem starych jak i nowych wolontariuszy w sprawę Psiej Chaty w Chorzowie. W minioną sobotę członkowie Merita odwiedzili schronisko wraz z opiekunem naszego klubu, panią Basią Niemiec-Falkus. Zajęli się tam między innymi wyprowadzaniem psiaków, zostawili kilka niezbędnych dla zwierząt drobiazgów takich jak koce, poduszki czy karma, a starsi członkowie pomagali młodszym kolegom zaaklimatyzować się w nowej pracy. A to dopiero początek, cały rok jeszcze przed nami!

Martyna Bujok



PSIA CHATA

ZSTiO Meritum FB

SPORTOWE EMOCJE W MERITUM



SZTAFETA DZIEWCZYN ZSTiO Meritum FB

10.10.2017 r. wokół stawu Rzęsa w Siemianowicach Śląskich dzielnie biegali sztafetowcy. Mimo niesprzyjających warunków pogodowych, reprezentanci Meritum dawali z siebie wszystko. W zawodach stanęły cztery szkoły do konkurencji dziewczyn oraz pięć szkół do konkurencji chłopców. Reprezentantki naszej szkoły zajęły drugie miejsce, chłopcom udało się wywalczyć złoto. Gratulacje!

Paulina Żwaka



TENIS STOŁOWY ZSTiO Meritum FB

17.10.2017 r. w naszej szkole odbyły się międzyszkolne zawody w tenisie stołowym. Przed rozpoczęciem zawodów uczestnicy zapoznali się z regulaminem, następnie dyrektor ZSTiO "Meritum" wystąpił z przemówieniem. Każdy z uczestników dawał z siebie wszystko. Reprezentanci naszej szkoły byli w świetnej formie. Nasze dziewczyny zdobyły srebro a chłopcy brąz. Gratulujemy!

Paulina Żwaka

WEGAŃSKIE CIASTO Z CUKINII - PRZEPIS

Czy to w ogóle może smakować?-Czyli troszkę o wegańskim jedzeniu.

Zacznijmy od tego, że jest to moje ulubione ciasto, brzmi trochę abstrakcyjnie, ale uwieźcie mi pokochacie je od razu. Jest bardzo proste w wykonaniu, a na pewno zainteresuje nie jedną osobę, którą poczęstujecie.

Składniki:

1 Duża cukinia

Szklanka migdałów (opcjonalnie)

2 szklanki mąki pszennej

2 banany

Skórka otarta z 1 cytryny

1 łyżeczka ekstraktu waniliowego

Pół szklanki cukru

Sól

1 łyżeczka proszku do pieczenia

Pół łyżeczki sody

1 szklanka oleju do smażenia

1.Cukinię należy zetrzeć, ale nie odsączać. W misce wymieszać mąkę, proszek do pieczenia, sodę i szczyptę soli.

2.Zblendować banany, cukier, olej, ekstrakt oraz skórę z cytryny. Masę wlać do suchych składników i lekko wymieszać po czym dodać cukinię oraz posiekane migdały. Dokładnie wymieszać na jednolitą masę.

3.Swoją formę wysmarować olejem i obsypać bułką tartą. Wylać ciasto i piec przez 50-55minut w temp.180 stopni. Ostudzić i można poczuć się jak w niebie

Ważna uwaga!

Gdy robiłam to ciasto za pierwszym razem byłam pewna, że wyszedł mi zakalec z powodu wskazującej na to konsystencji upieczonego już ciasta. Nie myśląc za dużo zrobiłam od razu nowe, po czym okazało się iż z pierwszym ciastem wszystko było w porządku. Nie przejmujcie się więc troszeczkę „mokrym wnętrzem”.

Zosia Durczok



"Nowa jadłonomia"

CO I JAK? MIÓD

Miód jako lek na wszystko.

Zwłaszcza w chłodne jesienne wieczory, chętnie sięgamy po gorącą herbatę z miodem. Poza smakiem miód ma nam do zaoferowania znacznie więcej. Poniżej przedstawiamy kilka dodatkowych zalet spożywania miodu:

-Poprawia odporność i zwalcza przeziębienie dzięki swojemu przeciwbakteryjnemu działaniu,

-Zwiększa poziom insuliny, a za tym idzie uwalnianie się serotoniny, która następnie przekształcana jest w melatoninę. A więc nie tylko poprawia samopoczucie, ale także przyczynia się do dobrego snu,

-Oczyszcza organizm z toksyn oraz działa jako przeciwutleniacz. Skutki tych działań możemy zaobserwować na swojej cerze, której stan zdecydowanie się poprawi,

-Przyspiesza gojenie się ran, poprawia pamięć oraz reguluje poziom cukru we krwi.

Julia Krawczyk

Makijaż w jesiennych kolorach? Niedawno na sklepowe półki trafiło nowe dziecko marki Wibo. Paletka Modern (nie mylić z Modern Renaissance, bo można całkiem przypadkiem wydać dorobek życia) z wierzchu wygląda olśniewająco, dosłownie. Czy jednak pod tak zachęcającym opakowaniem kryje się coś wartego swojej ceny? Według mnie, tak. W środku znajdują się 15 cieni w idealnie dopasowane do pory roku. Inaczej niż w przypadku ich pigmentacji, na której się nie zawiodłam, a można powiedzieć, że właśnie takiej się spodziewałam, ich wadą jest trwałość. Dla mnie jednak jest ona w sam raz do wykonywania makijażu na co dzień, a co więcej jest lepszą z tanich paletek widniejących na drogeryjnych półkach.

Julia Krawczyk



PALETKA CIENI WIBO

J.K

BO KAŻDY MA PASJĘ...

Dzisiaj jest ze mną Zosia Durczok - pasjonatka jazdy konnej.
Martyna: Dlaczego konie? Co właściwie natchnęło Cię do wyboru tego właśnie sportu?

Zosia: Generalnie w moim przypadku jest tak, że nie wybrałam tego sportu "tak o". Konie są ze mną w zasadzie od zawsze. Mój tata jeździł już od czasów studiów i można powiedzieć, że zaszczepił to we mnie. W sumie jeźdźcę odkąd pamiętam.

M: Jak idzie ci łączenie pasji ze szkołą? Ile razy w tygodniu jeździsz?

Z: Do stajni staram jeździć jak najczęściej, zwykle udaje mi się być tam 3-4 razy w tygodniu. Jeśli chodzi o łączenie tego ze szkołą jest na prawdę trudno. Do stajni jadę zwykle od razu po szkole, a do domu wracam po 21 i wcale nie mam już ochoty patrzeć na książki. Mimo to radzę sobie, moja średnia nigdy nie spadła poniżej 4.5, więc nie widzę przeszkód w takim stylu życia.

M: Masz własnego konia? Dzierżawisz jakiegoś? Jak to wygląda?

Z: Obecnie dzierżawię konia, jeżdżę do prywatnej stajni a nie do klubu. W zasadzie, nie licząc jednej dziewczyny, która dopiero się uczy, tylko ja na niej jeżdżę, więc traktuje ją trochę jak własną, po prostu za nią płacę.

M: Konie to charakterne zwierzęta, co ty opowiesz nam o swoim?

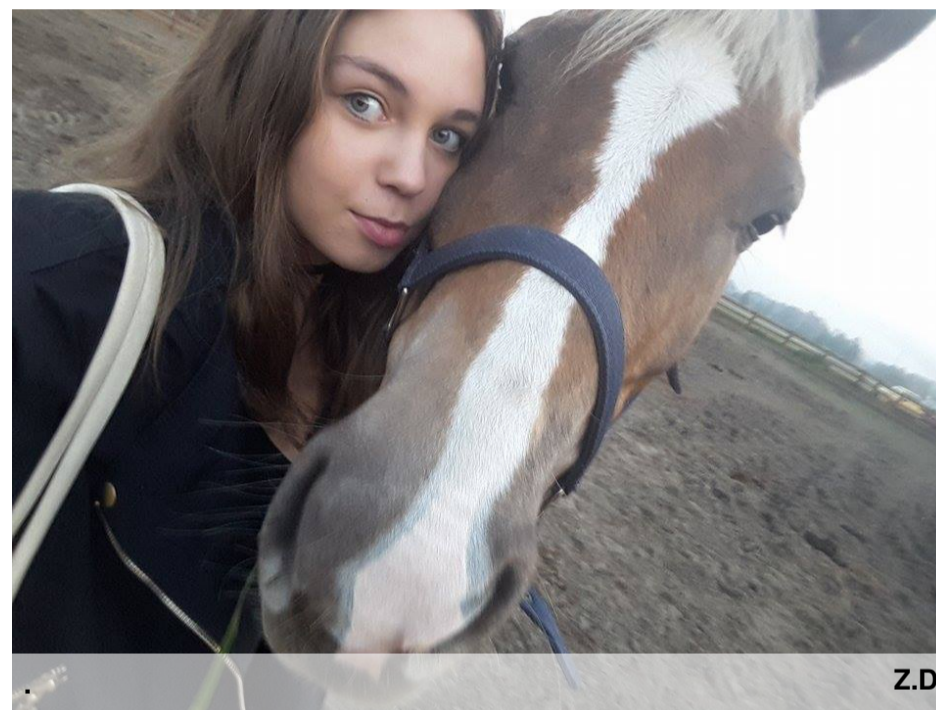
Z: Moja Ravenna to jeszcze młody koń, ma problem z posłuszeństwem, ale lubimy się. Często zdarzało mi się z niej spadać, ale nigdy nie wyglądało to tak, że Ravenna specjalnie mnie zrzuciła, a gdy już z niej spadnę nie ucieka tylko staje w miejscu i czeka aż znowu na nią wsiądę.

M: A opowiesz nam coś więcej o wypadkach?

Z: Gdy byłam w piątej klasie podstawówki jeździłam jeszcze na pewnym młodym ogierze. Nie przepadaliliśmy za sobą i jazda nigdy nam nie wychodziła. Kiedyś, gdy szło mi zaskakująco dobrze koń przestraszył się czegoś i spadłam z niego tak, że uderzyłam twarzą o przeszkodę. Założyli mi wtedy siedemnaście szwów w środku jamy ustnej i jedną na zewnątrz. Do dzisiaj mam bliznę, ale traktuje ją trochę jak trofeum. Jeżeli kiedyś nie będę mogła już jeździć będę miała w jakiś sposób konie przy sobie.

M: Czy w jakiś sposób wiążesz z końmi swoją przyszłość czy będzie to wciąż pasja przy okazji innych rzeczy?

Z: Nie traktuję koni jako pasji. To zdecydowanie za mało powiedziane. Jak już mówiłam konie towarzyszą mi przez prawie całe życie i właśnie tak zaczęłam je traktować. Są częścią mojego życia. Nie planuję zacząć traktować jazdy konnej jako sposobu na utrzymanie się, ale nie wyobrażam sobie z koni zrezygnować.



Z.D

M: Jest jakaś rasa konia, z którą sympatyzujesz najbardziej?

Z: Zdecydowanie konie fryzjskie. Jestem raczej fanką koni zimnokrwistych - dużych, pociągowych.

M: Brałaś udział w jakichś zawodach jeździeckich?

Z: Żeby przystąpić do zawodów jeździeckich trzeba mieć odpowiednie odznaki, a ja jeżdżę w prywatnej stajni i bez trenera, więc jeszcze o tym nie myślałam. Zastanawiam się nad tym. Może na wiosnę, tak naprawdę wszystko zależy od Ravenny, sama nie mogę o tym zdecydować.

M: Jazda bez trenera? Jak to wygląda?

Z: W tym momencie to nie ja potrzebuję trenera tylko Ravenna. Wsiadam w siodło i wiem, nad czym jeszcze trzeba pracować. Staram się dobierać ćwiczenia, które pomogą i jej i mnie. Stale trzeba pracować nad jej posłuszeństwem. Chociaż zaufanie i pewnego rodzaju więź między jeźdźcą a koniem to podstawa, to koń musi czuć że nad nim dominuje. Porozumiewamy się ze sobą nie za pomocą słów, a za pomocą pewnych gestów, których nie jeździec nie zrozumie. Jeśli pomylę się przy wykonywaniu danego gestu albo koń poczuje że jestem niepewna i nie musi mnie słuchać, może to skończyć się bardzo poważnym upadkiem.

M: Z tego co wiem są różne style jazdy, jest jakiś który najlepiej ci wychodzi? A konkurencje? Skoki, wyścigi, jazda w terenie, co lubisz?

Z: Ani ja ani Ravenna nie lubimy skakać. Najbardziej lubię dresaż, ale ostatnio zaczęłam jeździć z Ravenna w teren, więc nasz styl jazdy na pewno się zmieni.

Meritum Sprawy

WWW.JUNIORMEDIA.PL

Co się klika?
Ostatnio na naszym szkolnym Facebooku dużo działo się wokół Dnia Uśmiechu. Został zorganizowany konkurs na najlepsze selfie i to właśnie zdominowało naszą stronkę. Zwycięzcą jest Paulina Pudło z wynikiem 168 lajków. Gratulujemy!

Zosia Durczok



P.P

ZSTiO Meritum FB

Choć Paulina miała swoje 5 minut została przyćmiona przez naszą znaną nauczycielkę z matematyki Panią Grażynę Gabryś, która otrzymała zasłużony Medal Komisji Edukacji Narodowej.



G.G

ZSTiO Meritum FB



KIEDY W RADIO WĘŻLE

**PUSZCZAJĄ TWOJĄ
ULUBIONĄ PIOSENKĘ**

P.Ż

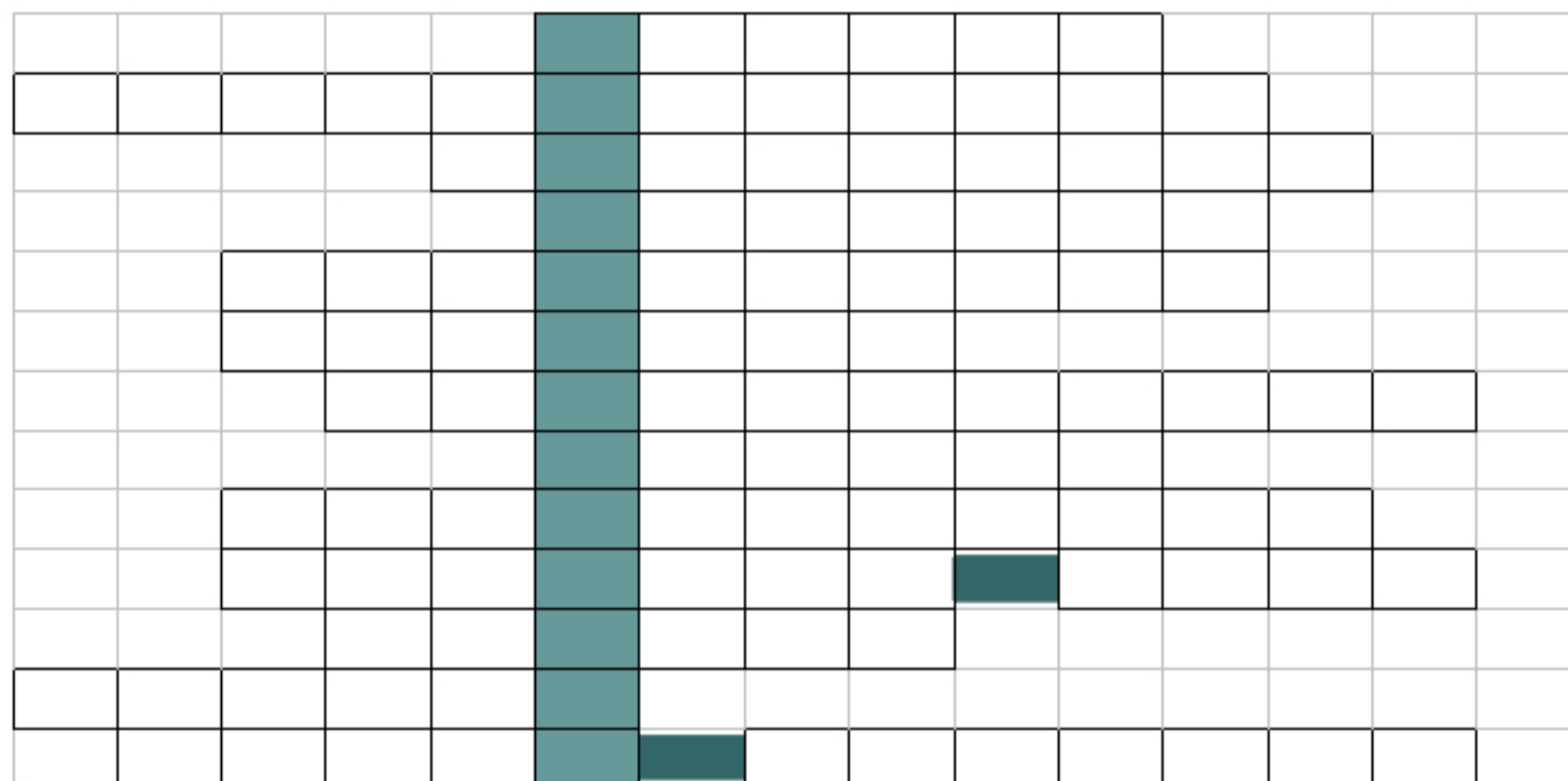


KIEDY NAUCZYCIEL MOWI:

**"PROSZE WYCIĄGNAĆ
KARTECZKI"**

P.Ż

ROZRYWKA - KĄCIK MATURZYSTY



J.K

1. ... asceta – swoje ziemskie życie podporządkował Bogu, całkowicie wyrzekając się przyjemności doczesnych, umartwiając ciało i żyjąc w skrajnym ubóstwie, swój czas poświęcał na praktykowanie ubóstwa i pokory.
2. Idea jednolitości epoki średniowiecza opartej na wspólnej wierze – chrześcijaństwie i języku – łacinie.
3. Metoda sprawowania władzy opierająca się na systemie hierarchicznej zależności jednostek panujących
4. Filozofia głosząca, że świat składa się z dwóch sfer - materialnej (profanum) i duchowej (sacrum).
5. Uważał, że człowiek jest jednym ze stworzeń, wszystkie inne stworzenia to jego „rodzeństwo”, stąd głębokie poczucie pokrewieństwa z przyrodą.
6. Motyw charakteryzujący znikomość i bezwartościowość rzeczy i spraw ludzkich, które jest spowodowane przemijalnością życia ludzkiego
7. Ideologia średniowieczna, której istotą było podporządkowanie wszelkich ziemskich spraw Bogu. W centrum zainteresowań naukowych i filozoficznych, poszukiwań i działań człowieka stał Bóg.
8. Według doktryny średniowiecznego feudalizmu jest najwyższym seniorem i następcą Boga na ziemi.
9. Żywoty świętych; rodzaj średniowiecznego piśmiennictwa chrześcijańskiego, które zawiera biografie świętych i ascetów.
10. Przypomnienie o tym, że każdy kiedyś umrze, śmierci nie można uniknąć. W sztuce ten motyw jest często oznaczony czaszką, klepsydrą, świętymi kwiatami, szkieletem.
11. Wyrzeczenie się dóbr materialnych i przyjemności świata doczesnego.
12. Uważał, że człowiek znajduje się na ściśle określonym szczeblu drabiny bytów.
13. Jeden z najpopularniejszych motywów sztuki i literatury średniowiecza. Przedstawia upersonifikowaną śmierć, pociągającą za sobą do tańca ludzi wszystkich stanów, wieku, płci.

Polski terminpochodzi od łacińskich określeń *medium aevum* - „wiek średni”, *media tempora* - „średnie czasy”. Takimi właśnie terminami pisarze XV i XVI w. określali epokę oddzielającą starożytność od renesansu. w Europie trwało ponad 10 wieków, ok 1100 lat. Za początek epoki uznaje się rok 476, czyli Upadek cesarstwa zachodniorzymskiego, a za koniec odkrycie Ameryki przez Krzysztofa Kolumba (1492) lub zdobycie Konstantynopola przez Turków (1453). w Polsce trwało 5 wieków. Przyjmuje się, że w Polsce początkiem epoki jest rok 966 (chrzest Polski), a kończy podobnie jak w całej Europie.

Jessica Konieczna

ZAPOWIEDZI

Już wkrótce, bo 29 października Meritum będzie podbijać ... Wrocław! W planie mamy zwiedzanie miasta i wizytę we wrocławskim ZOO i Afrykarium. Niezapomnianych wrażeń będzie, co nie mara o czym przekonacie się z fotorelacji.

Jessica Konieczna

W ostatnim tygodniu października tradycyjnie odbędą się Jesienne Inspiracje Kulturowe, które są połączeniem kultury celtyckiej i amerykańskiego Halloween. W minionym roku uczniowie Meritum brali udział w quizach, debacie oksfordzkiej, konkursie na najlepszy strój, czy też najciekawszą dynię, gdzie uczniowie mogli ukazać swe artystyczno – plastyczne talenty. Poniżej możecie zobaczyć namiastkę tego co działo się w latach poprzednich. A ty, masz już gotową stylizację ? :)

