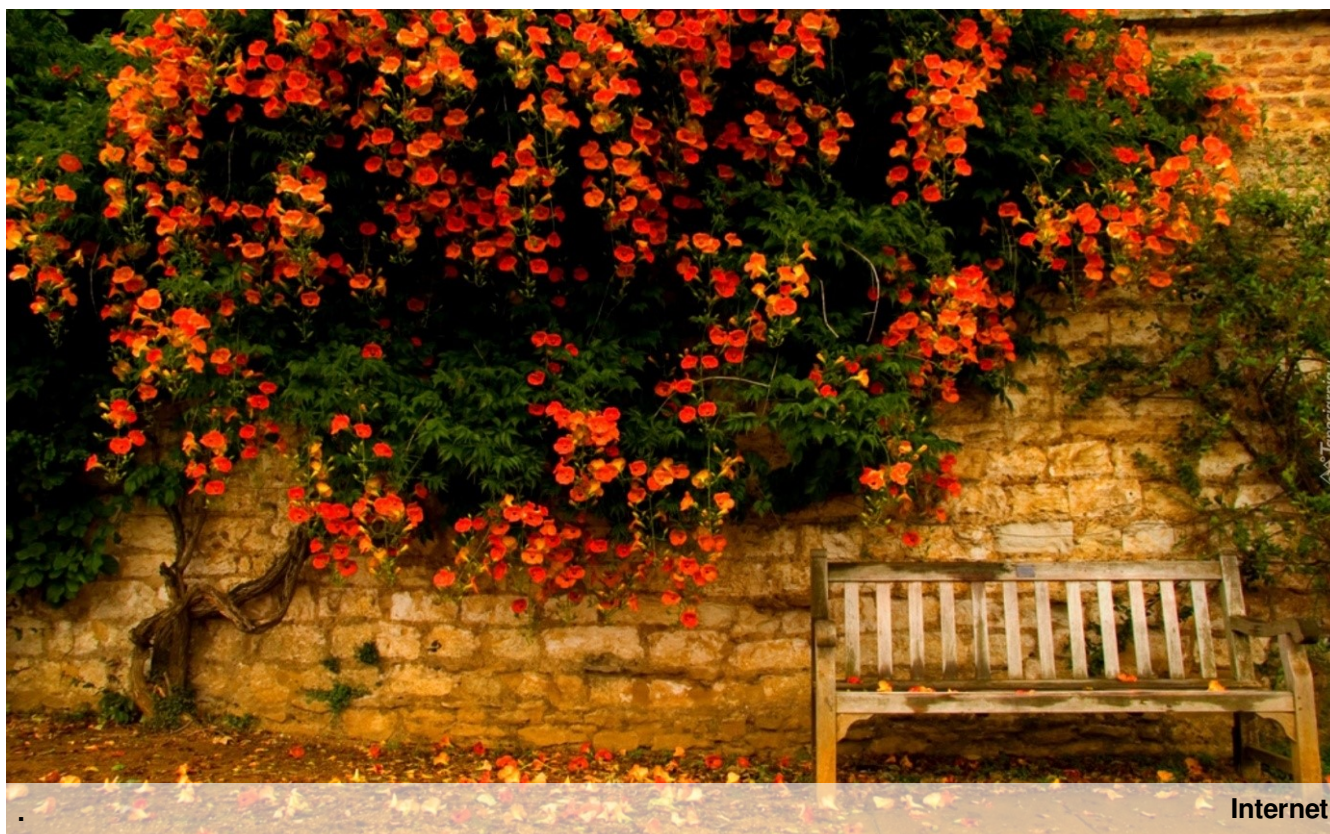


WSTĘPNIAK

Drodzy Czytelnicy, oddajemy do Waszych rąk drugi w tym roku szkolnym numer gazetki. Trochę w nim o patriotyzmie, ponieważ przypominamy 11 listopada 1918 r.

i nasze szkolne obchody 99. rocznicy Odzyskania Niepodległości przez Polskę. Zastanawiamy się, czym dla młodych ludzi jest dzisiaj patriotyzm. Przybliżymy też, czym jest Wolontariat i przybliżymy pracę Samorządu Uczniowskiego, prezentując wywiad z przewodniczącą SU. Analizujemy listopadowe skłonności do depresji, ale też udzielamy rad, jak się nie poddać smutkowi. Trochę narzekamy na niełatwą dolę ucznia, który musi odrabiać prace domowe. Nie zapomnieliśmy też o rozrywce – recenzji filmu, odrobinie humoru.

Życzymy miłej lektury!
Zespół Redakcyjny



„NIEPODLEGŁOŚĆ, TRUDNE SŁOWO”

11 listopada 2017 r. minęła 99. rocznica Odzyskania Niepodległości przez Polskę. Wszyscy tego dnia wspominali tragiczne dla Polaków czasy rozbiorów, a potem równie dramatyczne walki o odzyskanie wolności zakończone sukcesem po 123 latach przelewania krwi. W naszej szkole we wtorek, 14 listopada, mieliśmy okazję uczestniczyć w apelu upamiętniającym Odzyskanie Niepodległości.

Tego dnia lekcja szósta była inna niż pozostałe. Wszystkie klasy gimnazjalne oraz szóste i siódme zebrały się w sali gimnastycznej. Powitała ich symboliczna watra, która wprowadziła w nastrój zadumy i wspomnień o tych, którzy oddali życie za ojczyznę. Koordynatorką przedsięwzięcia była Pani Magdalena Ładyko, która zaproponowała, by w apel włączyły się wszystkie klasy, przygotowując i wykonując jakiś, przynajmniej jeden, utwór muzyczny lub poetycki. Pani Ładyko opracowała scenariusz uroczystości, a uczniowie jej klasy poprowadzili apel. Każdy utwór został poprzedzony komentarzem historycznym, przybliżającym uczniom lata niewoli i walk o niepodległość.

Uczniowie poważnie podeszli do przedsięwzięcia i niektóre klasy przygotowały więcej niż jeden utwór, np. klasa VI b, III b. Śpiewy patriotyczne udzieliły się również widzom, którzy włączali się w wykonanie niektórych pieśni. Bardzo podobały nam się występy, szczególnie klasy VI b, która zaśpiewała „Niepodległość – trudne słowo” i klasy III d, która wykonała współczesną pieśń „Żeby Polska była Polską”. Duże wrażenie zrobiła powaga występujących i ich zaangażowanie się w wykonanie utworu. Poruszyła nas też pieśń wykonana przez Agnieszkę Dunin-Borkowską z klasy III a i recytacja „Reduty Ordona” Adama Mickiewicza w wykonaniu ucznia klasy III b.

Dla części uczniów apel był powodem do radości, bo wolna lekcja zawsze jest w świecie uczniów mile widziana. W dodatku można było podziwiać talenty wielu osób. Choć uroczystość przedłużyła się, wszyscy z przyjemnością śpiewali „Wojenko, wojenko”, czy „Rozkwitają pąki białych róż” i oglądali slajdy przypominające postać Tadeusza Kościuszki. Gratulujemy oryginalnego pomysłu Pani Ładyko i dziękujemy zarówno Jej jak i wszystkim Artystom.

Ula Urbanek



Apel z okazji 11 listopada

Oliwia Gontarek



Apel z okazji 11 listopada

Oliwia Gontarek



Apel z okazji 11 listopada

Oliwia Gontarek

PATRIOTYZM W NASZYCH CZASACH

Pojęcie patriotyzmu w różnych epokach było rozumiane nieco inaczej. Zawsze nawiązywało jednak do słownikowej definicji informującej, że patriotyzm „to umiłowanie ojczyzny i gotowość do poświęceń dla niej”. **Czym jest patriotyzm współcześnie?**

Za najbardziej heroiczny czyn patriotyczny uważa się oddanie życia dla ojczyzny, dlatego współcześnie przywołuje się postacie bohaterów walczących o niepodległość, którzy ginęli lub narażali się, broniąc Polski. Nie oznacza to jednak, że w czasach pokoju nie ma ludzi, którzy mogliby być uważani za patriotów bez walecznych czynów dokonanych w obronie ojczyzny.

Patriotyzm nie oznacza wieszania coraz to większej flagi w oknie w czasie świąt narodowych czy noszenia T-shirta z flagą Polski podczas wyjazdu za granicę. Czyny wynikające z miłości do Ojczyzny mogą być drobne, ważne jednak by wynikały one z prawdziwej potrzeby i nie były tylko okazjonalne. Może to być na przykład:

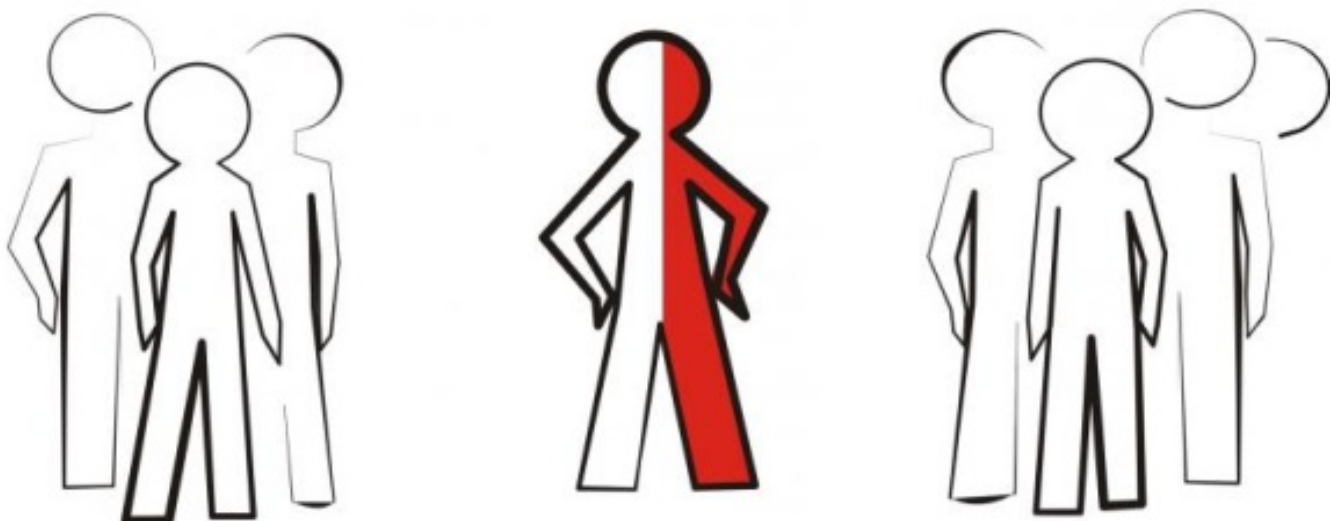
- dbałość o rodzinę oraz rozwijanie i pielęgnowanie wiedzy o jej przeszłości,
- interesowanie się historią swojego kraju,
- dociekanie prawdy historycznej,
- pielęgnowanie wiedzy o kulturze i tradycjach (świętach, obrzędach),
- dbałość o czystość języka,
- czynny udział w świątach narodowych,
- dbałość o środowisko naturalne.

Jeśli ktoś uważa, że są to czyny blahe, oznacza, że nie dorósł do współczesnego patriotyzmu - należy bowiem pamiętać, że w dzisiejszych czasach, czasach umiarkowanego pokoju, najlepszym narzędziem w walce o swoją Ojczyznę jest wszechstronna wiedza, dbałość o tradycje, język i obywatelska aktywność, a nie szabla czy pałka.

Miłość do Ojczyzny nie powinna być jednak ślepa. Nie może być także usprawiedliwieniem dla czynów złych. Miłość nie wyklucza bowiem tolerancji i szacunku dla innych nacji. W końcu, na tej podstawie budujemy naszą własną, wyjątkową Ojczyznę.

Szymon Połaski

PATRIOTYZM



....RZADKA CECHA CHARAKTERU

MAŁE GESTY - WIELKIE DOBRO, CZYLI WOLONTARIAT

Bezinteresownie, nieodpłatnie i z potrzeby serca opiekują się chorymi ludźmi i zaniedbanymi dziećmi. Wolontariuszem może zostać każdy. W Polsce najbardziej rozpowszechnioną formą wolontariatu jest pomoc osobom niepełnosprawnym, dzieciom w domach dziecka i hospicjach. 5 grudnia przypada Światowy Dzień Wolontariusza.

Dowiedzieliśmy się, że w tym roku szkolnym Wolontariatem w naszej szkole zajmuje się nie tylko Pani Alicja Siemińska, ale wspiera ją Pani Beata Gościńska. Postanowiliśmy, że porozmawiamy z nową opiekunką. Zapytamy, czy planuje jakieś zmiany w działaniach naszego szkolnego Wolontariatu.

Dz.: Czy Wolontariat działa na terenie naszej szkoły?

B.G. Wolontariat to bezinteresowne otwieranie się na potrzeby innych. W naszej szkole są prowadzone działania mające na celu pomoc drugiemu człowiekowi i innym żywym istotom, dlatego z pewnością mogę powiedzieć, że działa Wolontariat.

Dz.: Jakie działania można uznać za wolontariackie?

B.G. Do akcji regularnie organizowanych na terenie szkoły należy sadzenie Pól Nadziei, które wspiera funkcjonowanie Ośrodka Hospicjum Domowego zajmującego się ludźmi nieuleczalnie chorymi. Gimnazjaliści dobrowolnie wpłacają 5 zł i zebrane pieniądze są zawożone do Hospicjum. W tym roku nie do Hospicjum przy Tykocińskiej, ale do nowego Hospicjum na Wawrze.

Dz.: Niektórzy twierdzą, że takie zbieranie pieniędzy to żaden Wolontariat. Czy zgadza się Pani z taką opinią?

B.G. Uważam, że wsparcie materialne jest potrzebne, by mogły działać, np. hospicja. Moglibyśmy oczywiście zbierać pieniądze do puszek i wtedy nasze odczucia na temat zbierania pieniędzy byłby pewnie inne. Moje doświadczenia pokazują jednak, że do puszek wrzucamy mniej, a przecież chodzi o wymierną pomoc. Nie tylko w naszej szkole, ale w wielu innych, praktykowany jest taki właśnie sposób pozyskiwania funduszy. Podobnie jak nasza uznały one, że lepiej wpłacić więcej niż mniej. Od razu przypomnę, że również druga stała akcja przeprowadzana w październiku polega na zbieraniu pieniędzy na utrzymanie oślicy Radostki- podopiecznej naszej szkoły w warszawskim ZOO. Na nią też wpłacamy 5 zł. W sumie na Radostkę wpłacamy rocznie 1200 zł, a dla Hospicjum ok. 1000 zł. Oczywiście wolontariat to nie tylko przekazanie 10 zł. Wolontariat zakłada systematyczność prowadzonych działań, nie jednorazowe zaangażowanie.

Dz.: Jakie akcje są jeszcze organizowane?

B.G. W grudniu będziemy, jak co roku, pomagać pensjonariuszom Domu Seniora w Radości. Każda klasa przygotowuje ok. 15 paczek świątecznych, które zawieziemy mieszkańcom tego domu, z pewnością sprawiając im wiele radości. Warto dodać, że przez cały rok uczniowie pracują w świetlicy szkolnej, pomagając młodszym uczniom w odrabianiu lekcji i wspierając personel świetlicy.

Dz.: Kto może zostać wolontariuszem?

B.G. Tak naprawdę każdy, kto czuje, że chce się dzielić dobrem z drugim człowiekiem, może zostać wolontariuszem. W naszej szkole przyjęliśmy, że wolontariusz angażuje się w akcje stałe, okolicznościowe i podejmuje działania na rzecz innych na terenie szkoły poprzez różne formy samopomocy koleżeńskiej. Jedną z nich jest pomoc w świetlicy, ale taka pomoc może też odbywać się w obrębie klasy, między klasami.

Dz.: Czy planuje Pani rozszerzenie działań Wolontariatu?

B.G. . Już obecnie uczennice naszej szkoły pomagają w Bibliotece w Miedzeszynie.

Chciałabym, by uczniowie włączyli się w pomoc przy organizacji przynajmniej jednego z maratonów warszawskich, o ile pozwolą nam na to przepisy prawne. Uczniami naszej szkoły są niepełnoletni i to mocno ogranicza możliwości zaangażowania się w akcje zewnętrzne organizowane poza szkołą. Od roku szkolnego 2017/18 weszły też w życie szczegółowe regulacje dotyczące zakresu działań szkoły w obszarze wolontariatu, które z jednej strony otwierają nowe możliwości, z drugiej mocniej ograniczają. >> str. 5

>> **Dz.: Czy działanie na rzecz wolontariatu wpływa na świadectwo końcowe? Jak jest punktowane?**

B.G. Potwierdzenie pracy w Wolontariacie zapisem na świadectwie ukończenia gimnazjum skutkuje powiększeniem liczby punktów w rekrutacji do liceum o 3 punkty. Nie jest to dużo, ale warto zauważyć, że jeszcze niedawno wolontariusz otrzymywał tylko 2 punkty.

Dz.: Czy myśli Pani, że uczniowie biorą udział w Wolontariacie ze względu na punkty czy z „dobrej woli”?

B.G. Myślę, że głównym powodem angażowania się uczniów w działania społeczne jest potrzeba serca. Nie mogę jednak wykluczyć, że punkty mogą kogoś zachęcić do pracy dla dobra innych.

Dz.: Jaka będzie najbliższa akcja Wolontariatu?

B.G. Spróbujemy rozpropagować ideę wolontariatu, ale też rozpoczynamy przygotowanie wspomnianych już paczek świątecznych.

Rozmawiała Ula Urbanek



WYWIAD Z OLIWIĄ GONTAREK - PRZEWODNICZĄCĄ SU

DZ.: Witaj. Dziękuję, że zechciałaś udzielić wywiadu do naszej gazetki szkolnej „PoTemacie”

OLIWIĄ GONTAREK: Cześć. Nie ma za co, robię to z wielką przyjemnością.

DZ.: Dlaczego zdecydowałaś się kandydować na przewodniczącą gimnazjalnego Samorządu Uczniowskiego?

O. G.: Właściwie nigdy nie myślałam o tym, żeby kandydować na stanowisko przewodniczącej SU. Szczerze mówiąc, decyzja ta była raczej spontaniczna, podjęta przy pomocy Zosi Sowackiej. Jednak nie żałuję swojej decyzji.

DZ.: Czy masz jakieś doświadczenie w działalności na rzecz szkoły lub klasy? Pełniłaś już jakieś wysokie funkcje w klasie czy w szkole?

O. G.: W obecnym roku szkolnym jestem skarbnikiem klasowym. Zawsze lubiłam się udzielać w mojej klasie, bo kocham organizować różne wydarzenia klasowe czy wycieczki.

DZ.: Może chciałabyś pełnić w przyszłości podobne funkcje, np. w liceum lub chciałabyś rozwinąć skrzydła w polityce?

O. G.: Szczerze, nie zastanawiałam się nad tym. Nie wiem jeszcze nawet, jaki profil wybiorę w liceum, tym bardziej, nie umiem powiedzieć, co chciałabym robić w przyszłości. Myślę jednak, że w mojej kolejnej szkole również będę osobą udzielającą się w klasie lub szkole. >>str. 6

>> DZ.: Jakie są Twoje propozycje zmian w szkole? Może nam zdradzisz jakieś pomysły, które są w trakcie realizacji?

O. G.: Razem z innymi członkami SU mamy kilka pomysłów. Niektóre z nich są już gotowe, a inne jeszcze w trakcie realizacji. Jednym z naszych najbliższych i, myślę, że jednym z najważniejszych planów oraz najbardziej oczekiwanych przez wielu uczniów jest remont sklepiku, który odbędzie się w ferie. Niedługo też każda klasa będzie uczestniczyć w warsztatach tematycznych z psychologami oraz czeka nas jeszcze wiele ciekawych dni tematycznych. Klasy trzecie zaczęły planować bal gimnazjalny. Naszym najbliższym planem jest długo oczekiwana i kilkukrotnie przekładana noc filmowa, w której będą uczestniczyć chętni uczniowie z każdej klasy. W przyszłości chcielibyśmy, aby takich nocy było więcej, jednak nie wiemy, czy uda nam się to zorganizować.

DZ.: Wielu z nas w piątek 17 listopada uczestniczyło w nocy filmowej. Czy mogłabyś opowiedzieć nam, czy minęła zgodnie z planem oraz jakie są Twoje wrażenia?

O. G.: Planowaliśmy tę noc filmową bardzo długo. Cieszymy się, że w końcu doszła do skutku. Niestety, nie każdy mógł w niej uczestniczyć, ale frekwencja była i tak bardzo duża. Powstała też spora lista rezerwowa osób, które nie zdążyły na czas oddać zgody. Chcielibyśmy organizować więcej takich nocy, ale niestety, to nie zależy tylko od nas, ale przede wszystkim od nauczycieli. Przy tej okazji warto podziękować wszystkim Nauczycielom, którzy pilnowali nas w nocy oraz Pani Dyrektor za pozwolenie na tak wspaniałą zabawę. Noc przebiegła zgodnie z planem, tak jak w poprzednich latach. Wszyscy o jednej porze zaczęliśmy oglądać filmy i równo zakończyliśmy seanse. Co do zamówienia pizzy, też się zgraliśmy. Trzech dostawców pizzy z różnych restauracji przyjechało w tym samym czasie, co rozbawiło wiele osób.

DZ.: Następnego dnia roboczego, czyli w poniedziałek 20 listopada, uczestniczyliśmy w tematycznym dniu, jakim był Dzień Krawata. Jakie są Twoje wrażenia? Czy dużo osób wzięło udział w tej akcji? Może SU ma pomysły na kolejne tematyczne dni?

O. G.: Niestety, nie mogłam uczestniczyć w Dniu Krawata, ale na podstawie otrzymanych wiadomości i zdjęcia od znajomych mogę stwierdzić, że bardzo dużo osób, jak nie wszyscy, wzięło udział w tym wydarzeniu. Oczywiście, planujemy więcej takich "świąt". Sprawia nam to dużo radości i zabawy. Gratulujemy jednocześnie zwycięskim klasom, jakimi są 3A oraz 2D.

DZ.: Myślę, że podstawą bycia przewodniczącym SU jest umiejętność i, co najważniejsze, chęć pracy w grupie. Co Ty o tym myślisz?

O. G.: Jestem osobą łatwo nawiązującą kontakty z nowymi ludźmi. Bardzo lubię pracować w grupie, a zwłaszcza w grupie, która jest ze sobą zżyta i się lubi.

DZ.: Czy obowiązki przewodniczącej SU uważasz za trudne? Jakie są Twoje odczucia?

O. G.: Według mnie zadania przewodniczącej SU wcale nie są takie trudne jak się wydaje. Zwłaszcza, że organizacja wszystkich tych wydarzeń wcale nie sprawia mi trudności, a raczej doświadczam przyjemności. Dostaję też dużo wsparcia od naprawdę wielu osób, co jest miłe, pomocne i bardzo to doceniam.

DZ.: Pewnie wielu z czytelników zastanawia się, czy wszystko musisz robić sama. Masz osoby z samorządu do pomocy? Czy mogłabyś nam zdradzić sekrety Twojej pracy?

O. G.: To nie jest tak, że robię wszystko sama. Otrzymuję też wiele pomocy od całej grupy ludzi, szczególnie takimi wspaniałymi pomocnikami w klasie są Kacper Czapliski i Zosia Sowacka, a w szkole Kacper Składanek i Kuba Wdowiak. Bardzo pomocni są też nauczyciele, którzy nigdy nie odmawiają pomocy

DZ.: Dziękuję bardzo za rozmowę

O. G.: Dziękuję również :)

Rozmawiał: Kacper Składanek

NOC FILMOWA

Maraton filmowy w szkole, a może bardziej integracja nocna społeczności uczniowskiej albo inaczej szkoła przyjazna uczniom, otwarta na ich potrzeby.

W nocy z 17 na 18 listopada w naszej szkole, za zgodą Pani Dyrektor, odbyła się noc filmowa. Wydarzenie te było inicjatywą Samorządu Uczniowskiego, który miał różne pomysły na ten wieczór, jak i na jego termin. >> str. 7

>> Przygotowania zaczęły się jeszcze przed Świętem Niepodległości. Samorzady Klasowe szukały chętnych z swoich klas, a następnie zbierały propozycje filmowe. I się zaczęła... wyścig po zgody. Chętnych było naprawdę wielu, ale niestety, liczba miejsc była ograniczona.

Ruch w szkole dało się zauważyć już ok. 19:00, choć sama noc miała się zacząć o 20:00. Wszyscy uczestnicy, po wcześniejszym wyborze swoich sal, zaczęli przygotowywać je do nocy. I zaczął się kolejny wyścig... tym razem po materace szkolne. Szybko, bo po jakichś 5 minutach nie został ani jeden. Przyniesienie wygodnych posłań, wyniesienie ławek i krzeseł oraz przygotowanie pierwszego filmu zajęło wszystkim niecałe 20 minut. Po kontroli Pań, które jako pierwsze miały dyżur, we wszystkich salach zgasło światło. Maraton się rozpoczął na dobre ...

Wieczór przebiegał w spokoju i ciszy, dopóki... nie padła propozycja, by zamówić pizzę. Wtedy się zaczęło: „Kupujemy razem?”, „Nie z tej pizzerii, tylko z tamtej!”, „A może jednak sushi?”... I tak upłynęło około 20 minut. Po szale zakupowym kontynuowaliśmy seanse. Oczywiście, kiedy zrobiło się już miło, wtedy rozdzwoniły się telefony i ruszyła akcja otwierania i zamykania drzwi, bo czyjaś pizza przyjechała. Rozległy się pokrzykiwania: „Ty zapłać, my Ci oddamy”, „Czemu zawsze ja?”, „Idę zapłacić, Wy dacie mi potem po 20 złotych”. Gdy już wszyscy byli w „siódmym niebie”, najedzeni i szczęśliwi, zaczęliśmy oglądać na nowo i tak trwaliśmy do około 4:00 nad ranem.

Dla niektórych ostatnie trzy godziny nocy filmowej były męką. Biedne osoby, które się pozakładały z rówieśnikami, że nie zasną, zazdrościły osobom, które po prostu poszły spać.

No, ale niestety. Wszystko, co dobre, szybko się kończy! Wybiła godzina 6:15 i zagrzmiało hasło: pobudka. Zaczęliśmy sprzątać, a uwierzcie, było co. Potem kontrola czystości sal i o godzinie 7:00 nasza opiekunka samorządu oficjalnie ogłosiła zakończenie nocy filmowej.

Kacper Składanek

A oto opinia jednej z uczestniczek nocy filmowej:

„Byłam już na dwóch lub trzech nocach filmowych. Najbardziej zirykowało mnie przenoszenie się z sali do sali, bo robiłam to chyba ze trzy razy. Nie podobały mi się ograniczenia filmowe! Nie mogliśmy oglądać „Stranger Things”, podczas gdy inni oglądali „Wilka z Wallstreet”. Podobało mi się, że spędziłam bardzo dużo czasu ze znajomymi, integracja z innymi klasami oraz oczywiście pizza. Z wielką chęcią będę uczestniczyć w następnej nocy filmowej.”

Ania z klasy 3A



SPORTOWE EMOCJE

Z KRAJU I ZE ŚWIATA

1. W sobotę 18 listopada został zainaugurowany Puchar Świata w skokach narciarskich. Odbył się w Wiśle. Pierwszy konkurs drużynowy wygrała reprezentacja Norwegii, na drugim miejscu uplasowała się ex aequo reprezentacja Polski i Austrii. W niedzielę 19 listopada odbył się konkurs indywidualny. Pierwsze miejsce zajął Junshiro Kobayashi, drugi był Kamil Stoch, a trzeci Stefan Kraft.

2. Łukasz Kubot i Marcelo Melo zostali najlepszą deblową parą 2017 roku. Przeszli do historii, ponieważ nie przegrali w tym roku żadnego meczu na trawie.

3. Real Madryt ma poważne problemy w La Liga. Mają 10 punktów straty do lidera tabeli FC Barcelony, a Cristiano Ronaldo dotychczas strzelił tylko jednego gola.

4. Problemy ma także Borussia Dortmund, która po znakomitym początku sezonu, ma ogromną obniżkę formy. W ostatnich 5 rozegranych meczach przegrała 4 razy, a raz zremisowała.

5. Pośród ekspertów zajmujących się Formułą 1 rozgorzała dyskusja dotycząca ewentualnego powrotu Roberta Kubicy na tory. Przeciwnicy twierdzą, że Robert nie jest wystarczająco sprawny, aby się ścigać na światowym poziomie i nie stwarzać zagrożenia innym kierowcom. My jesteśmy optymistami i nieustająco trzymamy kciuki za naszego mistrza.

ZE SZKOŁY

- Szkolna dziewczęca drużyna unihokejowa zajęła 1. miejsce w dzielnicowym turnieju unihokejowym. Gratulujemy!!!
- Mateusz Maliszewski w dniu 9.11.2017r. pobił rekord szkoły w próbie wytrzymałości biegowej testu Eurofit - przebiegł 140 odcinków! Gratulujemy!!!



Mateusz Maliszewski

fot. Wiesław Ruta



Dziewczęca drużyna w unihokeja



Mateusz Maliszewski

fot. Wiesław Ruta

SZKOŁA W DOMU

Czy to prawda, że nasi rodzice pracują więcej od nas? Czy uczniowie pracują, ucząc się? Ile czasu poświęcają na naukę?

Pracujemy więcej niż nasi rodzice! Oni średnio spędzają w pracy 40 godzin w tygodniu, a my w tym samym czasie od 30 do 35 godzin lekcyjnych. Do tego dochodzą zajęcia dodatkowe, korepetycje i czas poświęcony na odrabianie prac domowych. To tak, jakbyśmy pracowali na półtora etatu. I trzeba to zmienić.

To właśnie zadawanie prac domowych przez nauczycieli powoduje, że rzetelny uczeń, nie ma czasu na przyjemności typu: kino, wyjście lub spotkanie z przyjaciółmi, wyjazd, czy, w moim przypadku, zwiedzanie. Zgadzam się, że prace domowe są potrzebne. Pozwalają utrwalić materiał i nauczyciel jest w stanie zobaczyć, który uczeń z czym sobie nie radzi. Ale wystarczy popatrzeć na Skandynawię. Tam nawet stosunek do nauczania jest zupełnie inny. Szkoły wyglądają jak galerie sztuk nowoczesnych. W wielu z nich zlikwidowano nauczanie przedmiotowe. Oznacza to, że dany temat jest omawiany pod różnym kątem, a co najważniejsze, uczniowie nie otrzymują prac domowych. Kraje skandynawskie są od wielu lat w czołówce państw z najlepszymi wynikami nauczania. Jednak, „Polak (też) potrafi“. W Warszawie jest Szkoła Podstawowa nr 323 im. Polskich Olimpijczyków, która przestała zadawać pracy domowe. Wprowadzona została też metoda „zielonego ołówka“, która polega na zaznaczaniu w pracy ucznia wszystkiego, co mu dobrze poszło.

Czy prace domowe zostaną ograniczone bądź zniesione? Mam nadzieję, że tak się stanie i w tej dziedzinie zbliżymy się do Skandynawii. Niestety, zawsze możemy podążać też śladami Dalekiego Wschodu.

Hubert Gostyński



DEPRESJA

Czy depresja dopada ludzi młodych? Czy cierpią na nią tylko dorośli?

„Depresja - przyczyny i objawy tej choroby często są niejednoznaczne, jest bardzo trudna do zdiagnozowania, a jednocześnie dotkliwie utrudnia życie i funkcjonowanie człowieka dotkniętego tym schorzeniem. Na depresję cierpi nawet co dziesiąty człowiek na świecie, przez co została ona uznana chorobą cywilizacyjną.”

Podstawowym objawem depresji jest długotrwałe pogorszenie nastroju i ogólny brak radości z życia. Jeśli towarzyszy temu brak energii i motywacji do działania, a także niska samoocena, to warto udać się do lekarza. Trzeba jednak pamiętać, że sezonowe pogorszenie nastroju, najczęściej jesienią i zimą, nie jest zwykle oznaką choroby, choć w niektórych przypadkach pojawia się depresja sezonowa. U chorych cierpiących na depresję często występuje też duże poczucie winy, które zwykle nie jest uzasadnione. Wiele osób dotkniętych tą chorobą ma lub miewa myśli samobójcze. Depresja to także ogromne zaburzenia aktywności. To trudności w wykonywaniu codziennych czynności. Problemem tu może być nawet zwykłe mycie zębów czy przygotowanie sobie śniadania.

Depresja jest także przyczyną nieustającego braku koncentracji oraz uczucia wielkiego zmęczenia, które w świadomości chorych nie pozwala na jakąkolwiek aktywność. Zaburzenia depresyjne to też zwykle nieuzasadnione logicznie stany lękowe, niezwykle męczące i paraliżujące jakiegokolwiek działania. W skrajnych przypadkach chorzy boją się wyjść z domu, czasem w obawie przed nie wiadomo czym. Kolejnym objawem tej choroby jest unikanie kontaktów towarzyskich, problemy ze snem, które powodują, że chory nie jest w stanie wypocząć, a jego organizm nie ma możliwości regeneracji. Zdarza się brak apetytu i związane z tym przybieranie na wadze lub utrata masy ciała.

Jeżeli podejrzewasz u siebie depresję, warto wykonać test na depresję lub zwyczajnie udać się do lekarza.

Helena Kuźmicz

DEPRESJA ZDANIEM UCZNIÓW

Niektórym listopad kojarzy się z depresją ze względu na pogodę - deszcz, wiatr, nieprzyjemne zimno i brak światła. Dla innych jest to jeden z najpiękniejszych miesięcy w roku. Zapytaliśmy uczniów naszej szkoły, co sądzą na temat depresji listopadowej.

Co to jest depresja jesienna?

"Depresja, ale jesienią" ~ Wiktor 2d

"Wiem, że jest to takie zjawisko, kiedy nie ma słońca. Ludziom jest wtedy smutno." ~ Ula 2a

"Tak ogólnie, to nie wiem, ale wiem, czym jest depresja spowodowana przez szkołę. Jesienna depresja jest przede wszystkim spowodowana przez rozpoczynający się we wrześniu rok szkolny. Jest to stres związany z przejmowaniem się sprawdzianami i testami." ~ Martyna 2a

Czy w listopadzie masz depresję?

„Lubię listopad. Nie działa na mnie depresyjnie. Przywołuje mi miłe wspomnienia.” ~ Oxy

„Listopad działa na mnie przygnębiająco, ale nie mam depresji. Po prostu mam wtedy gorszy nastrój.” ~ Ania

„Moim zdaniem listopad jest jednym z najpiękniejszych miesięcy w roku, ponieważ jest kolorowy.” ~ Lucia

„Lubię listopad, ponieważ mam wtedy urodziny i jest coraz bliżej zimy i wolnego od szkoły.” ~ Tygrysek

„W listopadzie przeważnie mam depresję, chociaż zależy to od dnia.” ~ Gall Anonim

A czy masz jakieś sposoby na taką depresję?

"Polecam anime i mangę." ~ Wiktoria 2a

"Ja lubię tańczyć i rysować, a moimi filmami na depresję jesienną są wszystkie części Harrego Pottera." ~ Pola 2a

"Staram się ją przeczekać." ~ Ula 2a



Siła człowieka...

Nie polega na tym, że nigdy nie upada, ale na tym, że potrafi się podnosić...

Internet

www.demotywatory.pl

SPOSOBY NA JESIENNĄ DEPRESJĘ SEZONOWĄ

Mamy ponury listopad, który, jak już czytaliśmy i zapewne wiemy, sprzyja depresjom. Niektórym z nas naprawdę nic się nie chce. Z różnych powodów bywamy zdolowani i chce nam się płakać. Jednak są pewne sposoby, by chronić się przed depresją. Oto moje rady:

Jeśli Twoja depresja wynika z problemów szkolnych:

- ucz się więcej,
- pomagaj rodzicom,
- chodź zawsze z uśmiechem na twarzy,
- nie daj się prowokować,
- zachowuj się poprawnie,
- słuchaj na lekcji (nie będziesz musiał/a uczyć się dodatkowo w domu),
- nie denerwuj nauczycieli (po co Ci kolejne kłopoty!!!).

Jeśli jesteś nieszczęśliwie zakochany:

- spróbuj się odkochać – szukaj wad obiektu swoich uczuć,
- przyglądaj się innym – może ta właściwa osoba jest obok, a ty kochasz nie tę, co trzeba,
- pomyśl, że życie jest długie i „każda potwora, znajdzie swego amatora”,
- przypomnij sobie, że kto kocha, też cierpi, to normalne!
- uzbrój się w cierpliwość i myśl pozytywnie. Może w ten sposób przyciągniesz ku sobie obiekt swoich uczuć. >> str. 10

>> Jeśli nie wiesz, dlaczego dopadł Cię smutek:

- wbrew sobie ubieraj się kolorowo,
- ćwicz uśmiechy przed lustrem, uśmiech dodaje uroku i wymusza optymizm,
- powtarzaj kilka razy dziennie „Jest wspaniale, inni mają gorzej” lub „Życie jest piękne”,
- jedz dużo czekolady,
- sprawiaj sobie przyjemności.

Jeśli to nie pomoże!

- Nie rozweselaj się na siłę! Czasem po prostu potrzebujemy chwili smutku, czy też refleksji. Osobom w naszym wieku nie przytrafiają się same „radości”, wiadomo: rodzice, oceny, nauczyciele... Jeśli masz ochotę się trochę poużalać - pozwól sobie na to,
- Porozmawiaj z kimś o tym, co cię dręczy i spójrz na swoją sytuację z innej perspektywy lub opisz to, co czujesz, narysuj, bądź znajdź muzykę, która zastąpi słowa,
- Zrób coś, co poprawi ci humor: obejrzyj ulubiony film, przeczytaj dobrą książkę albo posłuchaj energicznej muzyki,
- Jeśli nic nie pomoże, wybierz się do specjalisty – jest naprawdę niedobrze!

Więc nie trać czasu i zacznij od zaraz!

NIE DAJ SIĘ DEPRESJI, jak spędzić czas w jesienne dni, czyli ciąg dalszy dobrych rad!

Jak wiecie, w jesienne dni, w pluchę, nie ma się czym zająć. Siedzenie w domu to kiepski pomysł, chociaż są tacy, którzy w listopadowe wieczory uwielbiają czytać książki przy aromatycznej gorącej herbacie i szarlotce z cynamonem... Tym, którzy aktywnie lubią spędzać czas i niestraszne im jesienne słońce, podam kilka propozycji miejsc, w których można spędzić wolny czas. Mam nadzieję, że przypadną wam do gustu. Chodzi o to, by miło „przeczekać” okres jesienny, nie dać się szarzyźnie, niedostatkowi słońca i bez „deprechy” dotrzeć do wiosny.

Oto kilka przykładowych propozycji:

- Pizzeria – wspólny wypad z paczką przyjaciół na pizzę, poprawia nastrój, pizza pachnie bazylią i oregano - ziołami ze słonecznych Włoch,
- Kino – można wybrać się do kina samemu lub w gronie przyjaciół, warto pójść na jakiś film - czy to upiorny horror, mrozący krew w żyłach thriller, romantyczną komedię, czy może coś bardziej ambitnego...
- Kawiarnia – przy ciastkach i gorącej czekoladzie można się rozgrzać i odprężyć, przy tym czekolada poprawia humor (zawiera składniki podobne do endorfiny – hormonu „radości”) i mnóstwo odświeżającego magnezu. To działa! Udowodnione naukowo!
- Centra handlowe – wiadomo, że zakupy powodują, że zapomina się o całym świecie. Jeżeli ktoś ma środki (grube kieszonkowe) i lubi tłum, ta opcja jest dla niego. Chłopcy zamiast sklepów z ciuchami mogą odwiedzić sklepy z gramami lub sprzętem RTV.
- Basen, siłownia, lodowisko – każda forma aktywności jest bardzo zdrowa, o tym wie każdy. Fakt, że jesienią może być chłodno, powinien zachęcać do wzmożonej aktywności, bo nie ma lepszego sposobu na rozgrzanie „od wewnątrz” organizmu. Należy tylko pamiętać, żeby po basenie dobrze wysuszyć włosy i trochę odczekać przed wyjściem na dwór. Osobiście polecam „gorąco” lodowisko. Teraz jest taniej.
- McDonalds – idealna opcja dla miłośników fast foodów. Miła atmosfera, dużo jedzenia, tanio. Można tu przychodzić na randki, ale nie za często, bo fast foody są niezdrowe.
- Parki – propozycja na wczesną jesień i ładną słoneczną pogodę jesienną. Można odprężyć się po długim siedzeniu w szkolnej ławce, rozruszać. Można dokarmiać orzechami wiewiórki lub zbierać pięknie przebarwione liście.
- Muzea – spokojnie, muzeum jest nie tylko dla „sztywniaków”, wystarczy pozytywne nastawienie do prawdziwej sztuki. Gorąco polecam muzea interaktywne, gdzie wszystkiego można dotknąć i przeprowadzać różne eksperymenty.
- Teatr – sztuka w teatrze jest zwykle ciekawsza od najlepszego filmu w kinie, dostarcza prawdziwych emocji i mamy okazję spotkać się z aktorami „na żywo”. Warto poprosić o autograf!

To tylko niektóre propozycje. Życzymy Wam przyjemnie spędzonego czasu i uśmiechu!

Helena Kuźmicz

NASZE OPINIE

PAŹDZIERNIKOWE BOŻE NARODZENIE

Chociaż Boże Narodzenie zaczyna się dopiero w grudniu, to w sklepach ekspozycje świąteczne pojawiają się już w październiku. Oczywiście jest to efekt dużej komercjalizacji świąt, ale czy gwiazdkowe pierniki i czekoladowe mikołaje w drugim miesiącu jesieni to już nie przesada?

Tak wczesne pojawianie się świątecznych eksponatów na wystawach sklepowych ciągle wzbudza wiele kontrowersji. Wiele osób z przymrużeniem oka podchodzi do choinek czy bombek, które możemy kupić już w październiku i wrzucają do sieci wiele fotografii ze świątecznymi produktami w sklepach, aby w ten sposób wyrazić swoją ironię.

Nam też się to nie podoba! Nie komercjalizujmy świąt!

Helena Kuźmicz



TOP GEAR & THE GRAND TOUR

Nie oglądam filmów romantycznych. Dlatego po przejrzeniu kilku stron z propozycjami na: jesienne wieczory, jesienną depresję i jesienną chandrę (cokolwiek to znaczy...), przyswojeniu wiadomości, że prawie wszystkie filmy pochodzą z gatunku - romantyczne, uznałem, że zaproponuję coś z innej półki.

Teoretycznie, TG i TGT są dokumentami o samochodach. Jednak jest to tylko teoria. W rzeczywistości te „dokumenty” są o trzech starych mężczyznach, którzy się przewracają i niszczą wszystko, a szczególnie samochody. Z tych programów nie dowiecie się, jaki przebieg ma Porsche, ale jak przepłynąć Kanał La Manche Toyotą-amfibią. Najważniejszym elementem tych programów są prezenterzy i chemia między nimi. Jeremy Clarkson (a.k.a. „Orangutan”), James May (a.k.a. „Kapitan Snuja”) i Richard Hammond (a.k.a. „Chomik”) to trójka najbardziej nieprzewidywalnych osób na świecie. Każdy z nich posiada też własną, odmienną osobowość. Clarkson jest głośny i przebojowy, May to stereotyp brytyjskiego dżentelmena, a Hammond jest gdzieś pośrodku i w duszy jest przede wszystkim Amerykaninem. Właśnie dzięki temu program odniósł taki sukces. Inną ważną częścią TG i TGT są przygody. Każdy, kto od dawna ich ogląda, na pewno pamięta próbę przepłynięcia kanału La Manche w samochodach-amfibiach, niszczenie Toyoty Hilux, wyprawę do źródła Nilu, czy Hover Vana (czyli poduszki-wana). Przygody i wyzwania to kwintesencja tych programów (zwłaszcza, że często skutek jest odwrotny). Kolejnym nieodłącznym elementem jest humor. Zapewniam Was, że jeżeli traficie na dobry odcinek, będziecie śmiać się co dwie minuty. Zwykle „źródłem” humoru jest sytuacja, słowa jednego z prezenterów bądź... ich śmiech. Na koniec jedna, mała rada. TG i TGT, a dokładnie Clarkson zasłynął z obrażania dosłownie wszystkiego. Radzę więc się psychicznie przygotować.

Mam nadzieję, że przekonałem kogokolwiek do obejrzenia tych filmów. Dla mnie są to najlepsze „dokumenty” lub programy, jakie kiedykolwiek widziałem. Już 8.12.2017 kolejny sezon TGT!

Moja ocena 10/10. Hubert Gostyński

MODA I URODA

GRAJ W ZIELONE

Zielone owoce i zioła w mig poprawią Ci humor w listopadowe szare dni. Możesz je na zdrowie zjeść, wypić, jak również własnoręcznie stworzyć z nich mini-laboratorium kosmetyczne: wspaniałe maseczki, balsamy i odżywki do skóry i włosów.

Oto oliwka

Oliwa wytłoczona na zimno z zielonych oliwek to prosty i naturalny kosmetyk bogaty w witaminy: E, B, C oraz żelazo i fosfor.

· Balsam do ust

Kroplę oliwy z oliwek wymieszaj z odrobiną miodu, posmaruj usta, po 15 minutach ...po prostu zliź.

· Odżywka do włosów

Do 1 żółtka dodaj łyżkę oliwy, wymieszaj jak majonez, wsmaruj w końce włosów, po 10 minutach umyj włosy szamponem. Można już nie stosować kupionej odżywki, włosy są miękkie i cudownie lśniące!

Oto limonka

Zawiera duże ilości witaminy C.

· Peeling

Sok z 1 limonki połącz z łyżką oliwy z oliwek i 1 łyżeczką brązowego cukru, wmasuj w ciało podczas kąpieli, następnie spłucz.

Oto jabłko

Wzmacnia odporność organizmu, reguluje metabolizm, oczyszcza z toksyn nagromadzonych w jelitach; zewnętrznie zastosowane rozświetla cerę, a zawarte w nim kwas nabłyszcza włosy.

· Maseczka

Ubite białko na sztywną pianę połącz ze startym na drobnej tarce jabłkiem i natychmiast skrop sokiem z cytryny, wymieszaj, nałóż na twarz i na dekol. Po 15 minutach zmyj letnią wodą.

· Płukanka

Umyte włosy spłucz 2 litrami letniej wody z 6 łyżkami octu jabłkowego.

Oto winogrona

Smaczne i bardzo zdrowe, zawierają polifenole wzmacniające skórę, kwasy zawarte w miąższu działają natomiast antybakteryjnie.

· Peeling

10 winogron przekrój wzdłuż i rozgnieć widelcem, połącz z 1 łyżeczką płatków owsianych, papką masuj zwilżoną twarz okrężnymi ruchami ok.5 minut, następnie spłucz letnią wodą.

Wyszukały Zuzia Balczun, Monika Treła i Ula Urbanek

WARTO WIEDZIEĆ

NAJDŁUŻEJ ŻYJĄCY KRÓL POLSKI

Dwukrotnie wybierany na króla Stanisław Leszczyński [1677-1766] żył 88 lat i 4 miesiące. W chwili śmierci nie był już królem. Zginął, gdy od ognia na kominku zapaliło się na nim ubranie.

NAJDŁUŻEJ PANUJĄCY KRÓL POLSKI

Rekord długości rządów należy do Władysława Jagiełły – władał Polską przez 48 lat, 2 miesiące i 27 dni.

NAJMŁODSZY I NAJSTARSZY KORONOWANY KRÓL POLSKI

Zygmunt I Stary doprowadził do elekcji swego syna Zygmunta Augusta II, który miał wówczas 9 lat i 7 miesięcy. Najdłużej na koronę królewską czekał Władysław I Łokietek. Kiedy został koronowany na króla Polski miał 59 lat.

REKORDOWE MOSTY

Najstarszy zachowany most w Polsce prowadzi do Grodziska w miejscowości Żydowo koło Polanowa [powiat koszaliński]. Drewnianą konstrukcję wybudowane w 937r.

Most Solidarności w Płocku jest najdłuższym mostem w naszym kraju. Jego całkowita długość to 1200 m.

Konstrukcję wzniesiono na 16 podporach w dnie Wisły i podwieszono na dwóch pylonach. >> str. 14

>> NAJSTARSZA STACJA BENZYNOWA

Zachowała się w Janowie Podlaskim i pochodzi z 1928r. Można tu zobaczyć ręczne dystrybutory firmy Temper Extakt z tego samego okresu

NAJMNIEJSZE MIASTO

Wyśmierzyce to najmniejsze miasto w Polsce. Ma 670 lat i 945 mieszkańców. Posiada herb, ratusz, własną drużynę piłkarską i 130 zabytków. A poza tym bardziej przypomina wieś: ulice brukowane kocimi łbami, drewniane domki i bocianie gniazda na dachach i słupach. Zgodnie z obecnymi wymogami Wyśmierzyce nie otrzymałyby praw miejskich – miasto musi mieć 2 tysiące mieszkańców.

Zespół Redakcyjny



Internet

TY JESIENIĄ! – QUIZ

Przeczytaj, odpowiedz, a może dowiesz się czegoś o sobie!:

1. Umówiłaś/eś się z paczką na rower. Pech chciał, że akurat popsuła się pogoda. Ty:

- a) Nie rezygnujesz z wyjazdu. Najwyżej sam pojedziesz.
- b) Odwołujesz spotkanie z grupą. Albo wszystko, albo nic.
- c) Umawiasz się w inne miejsce.

2. Jesienią uprawiasz sport.

- a) Nie cierpię w ogóle się ruszać.
- b) Ćwiczę bez względu na pogodę.
- c) Czasem, jeśli mi się chce.

3. Gdy pada deszcz:

- a) Nudzę się.
- b) Czytam książki, magazyny, oglądam TV.
- c) Biorę parasol i idę na dwór.

4. Kiedy mam chandrę:

- a) Dzwonię do kumpelek/kumpli.
- b) Chowam głowę pod kołdrę.
- c) Wspominam lato.

5. Lubię jesień, ponieważ:

- a) Jest przyjemną zmianą po upalnym lecie.
- b) Nie cierpię jesieni.
- c) Nie wiem./Nie zastanawiałam się nad tym.

6. Jestem:

- a) Spokojną osobą.
- b) Dynamiczną, pełną/pełen energii.
- c) Raczej energiczną, lecz często się nudzę.

Policz, ile punktów uzyskałeś:

- 1. A 10, B 0, C 5
- 2. A 0, B 10, C 5
- 3. A 0, B 5, C 10
- 4. A 5, B 0, C 10
- 5. A 10, B 0, C 5
- 6. A 0, B 10, C 5

Teraz popatrz na wnioski

Wnioski z quizu:

Jeśli uzyskałeś 0 – 20 punktów

Uważaj! Nie zapadnij w sen zimowy! Ominie Cię wtedy całe mnóstwo atrakcyjnych rzeczy. Szczególnie spotkanie życia. Powaga to Twoja cecha główna. Podczas ładnej pogody możesz zająć się zbieraniem „skarbów” jesieni. Będziesz miał/a, co wspominać. Nie zapomnij o uprawianiu sportu. Jesienią również możesz się ruszać.

25 – 40 punktów

Lubisz jesień, lecz nie do końca. Jakoś Ci ta pora roku nie przeszkadza. Jednak otwórz oczy! Patrz, jak się zmienia przyroda wokół Ciebie. Jakie malownicze są drzewa! Wybierz się na wycieczkę do parku. Koniecznie weź aparat ze sobą. Będzie co wspominać. Pamiętaj, ktoś tam na Ciebie czeka.

45 – 60 punktów

Wulkan energii! Niesamowite! Nie przeszkadza Ci pogoda, pora roku w realizacji celów. Lubisz się ruszać, być aktywnym. Super! Jednak uważaj, byś nie przesadził! Rozglądaj się uważnie wokół, gdyż możesz przegapić szczęście. Jesienią możesz też łatwo nabawić się przeziębienia. Kaszel i katar to nic przyjemnego.



HUMOR, CZYLI REDAKCYJNE SUCHARKI

- 1) Student pyta studenta:
 - Powtarzałeś coś przed egzaminem?
 - Tak.
 - A co ?
 - Będzie dobrze, będzie dobrze....
- 2) W dworcowej restauracji kelner potrząsa za ramię klienta.
 - Proszę pana, zamykamy!
 - Dobrze, tylko nie trzaskajcie drzwiami.
- 3) Gdzie dwóch się bije,
tam korzysta dentysta.
- 4) Rozmowa kwalifikacyjna przed przyjęciem do pracy:
 - Ile ma pan lat?
 - Bliżej mi do trzydziestki niż do dwudziestki.
 - To znaczy dokładnie ile?
 - Pięćdziesiąt.
- 5) Mężczyzna zostawił auto na niestrzeżonym parkingu. Dla pewności włożył za szybę kartkę z napisem: „W samochodzie nie ma radia”. Po godzinie wraca, auta nie ma, jest tylko kartka: „Radio wykombinuję we własnym zakresie”.
- 6) W sądzie:
 - Czy to prawda, że sprzedawał pan sok poziomy, twierdząc że to eliksir długowieczności?
 - Tak, wysoki sądzie.
 - Czy oskarżony był już za to karany?
 - Tak.
 - Kiedy?
 - W 1367 roku, a potem w 1875.

Zespół Redakcyjny



ŚWIĘTA, KTÓRE MUSISZ ZACZAĆ OBCHODZIĆ

Wiedzałeś, że praktycznie codziennie możesz coś świętować? Dzień Ryby, Dzień Małpy i Dzień Anioła to tylko kilka z tych, co są w grudniu! Zapoznaj się z nietypowymi świętami w grudniu!

- 01.12 Dzień Walki z AIDS
- 03.12 Dzień Gazownika
- 04.12 Dzień Wojsk Rakietowych
- 05.12 Dzień Wolontariusza
- 06.12 Dzień Anioła
- 07.12 Dzień Lotnika
- 08.12 Dzień Kupca
- 10.12 Dzień Praw Człowieka
- 11.12 Dzień Chruścika
- 13.12 Dzień Telewizji dla Dzieci
- 14.12 Dzień Małpy
- 15.12 Dzień Herbaty
- 16.12 Dzień Pokrywania Wszystkiego Czekoladą
- 17.12 Dzień Bez Przekleństw
- 18.12 Dzień Emigranta
- 19.12 Dzień Zielonych Roślin
- 20.12 Dzień Ryby
- 23.12 Dzień Snowboardu
- 24.12 Dzień Raju
- 28.12 Dzień Gałowania
- 30.12 Dzień Serka Wiejskiego
- 31.12 Dzień Bez Bielizny

Wyszukał: Kacper Składanek

23 grudnia- Świątowy Dzień
Snowboardu

Internet



Urodzinki!

Jest Grudzień. W tym miesiącu wśród nauczycieli urodziny mają:

- p. Katarzyna Pec
- p. Andrzej Dubas
- p. Klaudia Pernal
- p. Małgorzata Milewska-Gołagusz
- p. Katarzyna Gołagusz
- p. Ewa Tułodziecka
- p. Teresa Wypyszyńska
- p. Marta Maciejec
- p. Sylwia Błazejewska
- p. Bożena Kuskowska

Cała redakcja PoTemacie życzy wszystkiego najlepszego 😊

Urodziny grudniowe

REDAKTOR NACZELNY: Konrad Szymański

NAD NUMEREM PRACOWALI: Zuzia Balczun, Helena Kuźmicz, Monika Trela, Ula Urbanek, Damian Chmielewski, Hubert Gostyński, Szymon Połaski, Kacper Składanek i Konrad Szymański

SKŁAD GAZETKI: Kacper Składanek i Konrad Szymański

KOREKTA I OPIEKA: Beata Gościńska

KONTAKT: e-mail: po.temacie@gmail.com
Facebook: PoTemacie

Pierwszy numer Cię ominął? Nic straconego! Już teraz wejdź na <http://www.juniormedia.pl/redakcje/panel/po-temacie> i przeczytaj nasze artykuły!

Może jesteś chętny do współpracy? Zgłoś się do p. Beaty Gościńskiej lub do nas :) Przyjmemy Cię z wielką radością ;)