

**W numerze:** Cwierć wieku jeździłem na zawody zagraniczne i poznałem niemal całą Europę, reprezentując Polskę. Byłem też w Ameryce, Chinach czy Singapurze. Wywiad z Krzysztofem Włosikiem, olimpijczykiem, jednym z najlepszych zawodników w historii polskiego łucznictwa ▪ Ja i konie – początek nowej pasji ▪ Klasa 5a w Międzynarodowym Centrum Kultury ▪ Przedsmak prawdziwej wiosny już mamy ▪ Nie wahałam się ani chwili i nie żałuję swojej decyzji. Jeśli ktoś może zrobić to samo, niech nie zwleka! ▪ Ludzie skazali swoich wiernych przyjaciół na bezdomność ▪ Dlaczego mieszkańcy kazachstańskiej wsi zapadali w kilkudniowy sen? ▪ Nasz udział w Astra Dance Cup 2021 ▪ Jak przygotować się do rowerowych wypraw? ▪ Gdyby wszyscy byli odpowiedzialni i myśleli o innych, a nie tylko o sobie, sytuacja polepszałaby się, zamiast pogarszać ▪ „Jeszcze nie jest za późno. Możemy wszystko naprawić” – apel Davida Attenborough, legendarnego dziennikarza BBC i podróżnika ▪ Znowu klasowe spotkania świąteczne tylko online ▪ Życzenia wielkanocne

**Cwierć wieku jeździłem na zawody zagraniczne i poznałem niemal całą Europę, reprezentując Polskę. Byłem też w Ameryce, Chinach czy Singapurze. Wywiad z Krzysztofem Włosikiem, olimpijczykiem, jednym z najlepszych zawodników w historii polskiego łucznictwa**

Krzysztof Włosik jest sześciokrotnym złotym medalistą Mistrzostw Polski

w Łucznictwie i trzykrotnym zdobywcą Pucharu Polski w Łucznictwie oraz drużynowym brązowym medalistą Halowych Mistrzostw Europy w Łucznictwie. Na Igrzyskach Olimpijskich w Moskwie zajął dziesiąte miejsce. Reprezentował barwy sekcji łuczniczych krakowskich klubów, jak Energetyk, Garbarnia, Nadwiślan i Płaszowianka. Zakończył karierę sportową w połowie lat dziewięćdziesiątych. Obecnie jest członkiem zarządu Polskiego Związku Łuczniczego z siedzibą w Warszawie oraz trenerem Uczniowskiego Klubu Sportowego „Ósemka” w Krakowie i Miejsko-Gminnego Ośrodka Kultury i Sportu w Dobczycach.

Dzień dobry, panie trenerze.  
Dzień dobry, Julio.



Krzysztof Włosik z Julką

fot. P. Góralczyk

Ile miał pan lat, gdy wziął pan pierwszy łuk do ręki?  
Moja siostra i mój brat uprawiali łucznictwo. Zawsze byłem tym zafascynowany. Gdy oni przed wyjazdem na zawody przynosili do domu łuki, naciągałem je. Mając dwanaście lat, rozpocząłem regularne treningi, a w wieku piętnastu lat trafiłem do pierwszego klubu sportowego i rozpocząłem swoją karierę łuczniczą.

Wiem, że ma pan na swoim koncie wiele sukcesów. Które ceni pan najbardziej? Sześć razy wywalczyłem tytuł mistrza Polski, pobiłem siedemnaście rekordów, w tym jeden rekord świata, i wyrównałem rekord świata na 50 i 30 metrów. A jeśli chodzi o mój największy sukces, to z pewnością jest nim zakwalifikowanie się na olimpiadę w 1980 roku i zajęcie dziesiątego miejsca, bo dołączenie do rodziny olimpijskiej było moim wielkim marzeniem.

Czy dalej startuje pan w zawodach? Staram się przygotowywać do zawodów, ale już od dziesięciu lat trenuję młodzież i pokazuję, jaka jest to wspaniała dyscyplina. Nie mam więc za bardzo czasu na to, żeby brać udział samemu. Ćwierć wieku jeździłem na zawody zagraniczne i poznałem niemal całą Europę, reprezentując Polskę. Byłem też w Ameryce, Chinach czy Singapurze.

Łucznictwo to pana ukochana dyscyplina sportowa. Czy ma pan inne zainteresowania? Oczywiście. Dbam o kondycję – biegam, jeżdżę na rowerze itp. Gdy byłem młodszy, miałem kilka innych hobby niezwiązanych ze sportem. Bardzo dużo malowałem, ale nie ściany, tylko obrazy. Tworzyłem też różne pejzaże ze skóry, które bardzo ładnie wyglądały.

Jakie są podstawowe części łuku? Do łuku należą ramiona, majdan, stabilizatory, cięciwa z bardzo mocnego materiału i celownik, który na początku jest po prostu szpileczką, a później już dokupujemy taki profesjonalny celownik. To jest cały łuk, z którego można strzelać.

Jaka jest technika strzelania? Technika strzelania nie jest trudna. Trzeba być ładnie wyprostowanym, dociągnąć cięciwę do brody, a później spokojnie wycelować i strzelić do tarczy lub do maty, zwalniając cięciwę.



Julka na treningu

fot. P. Góralczyk

Z jakiej największej odległości można strzelać? Dzieci młodsze strzelają z 5 i 10 metrów, a dzieci trochę starsze celują z 10, 15, 20 i 25 metrów. To nie są aż tak długie dystanse, jak mogłoby się wydawać, przynajmniej w porównaniu do osób dorosłych. Kobiety z 50 i 60 metrów, a mężczyźni z 70 i 90 metrów. Panie i panowie mogą też strzelać na krótsze dystanse, ale to są te najdłuższe.

Panie trenerze, bardzo serdecznie dziękuję za wywiad. Cieszę się i jestem dumna, że mogę trenować pod pana okiem. W imieniu zespołu redakcyjnego „Primo” życzę panu dużo szczęścia na co dzień oraz wielu utalentowanych i pracowitych uczniów, którzy będą odnosić zwycięstwa w krajowych i międzynarodowych zawodach łuczniczych. Dziękuję. Zachęcam do trenowania łucznictwa. To piękna dyscyplina sportu. W Polsce są bogate tradycje w strzelaniu z łuku. Polscy działacze uczestniczyli w założeniu Światowej Federacji Łucznictwa, czyli FITA (skrótowiec z języka francuskiego). W naszym kraju odbywały się mistrzostwa świata w tym sporcie, a wielu polskich zawodników ma tytuł mistrzów świata.

Rozmawiała: Julia Góralczyk

## Ja i konie – początek nowej pasji

Kiedy dowiedziałam się, że będę mogła spędzić wakacje w towarzystwie koni, byłam bardzo szczęśliwa. Od dawna fascynowały mnie te zwierzęta. Dzięki przebywaniu w stadninie mogłam poznać konie, ich zachowanie, a przede wszystkim na nich pojeździć. Dowiedziałam się, jak ważne jest przed każdą jazdą odpowiednie przygotowanie konia do niej.

Jazda konna zwykle ludziom kojarzy się tylko z przyjemną przejażdżką. W rzeczywistości powinno się włożyć dużo pracy, zanim wsiądzie się na koński grzbiet. Przed założeniem siodła i ogłowia należy dokładnie wyczyścić konia, aby się nie obtarł i nie odparzył. Trzeba zwierzę wycesać odpowiednimi szczotkami (szczotka ryżowa, szczotka włosiana, szczotka plastikowa, zgrzebło gumowe) i wyczyścić kopyta tak zwaną kopystką. Nie wolno zapomnieć o rozczesaniu grzywy i ogona szczotką do tego przeznaczoną. Gdy jest ciepło, można też umyć konia, pamiętając o tym, żeby woda nie lała się po jego głowie. Wodę ściągają się z grzbietu konia zbierekiem.



Zwierzę musi wyschnąć przed osiodłaniem, czyli założeniem czapraka, siodła, popręgu i ogłowia (czasami podkładki) – koniecznie w takiej kolejności. Wszystkie te części muszą być dopasowane rozmiarem do danego konia. Ważne jest odpowiednie ułożenie siodła, aby ruchy konia były swobodne. Siodłanie odbywa się od lewej strony. Niezbędny w czasie wykonywania tej czynności jest spokój, żeby nie wystraszyć i nie urazić wierzchowca.

Jeździec musi być odpowiednio ubrany. Najważniejsze jest nakrycie głowy, czyli toczek (kask). Jako obuwie na początek wystarczą buty sportowe (ważne tylko, aby obuwie okrywało całą stopę i miało w miarę twardą podeszwę). Z czasem warto wyposażyć się w sztyblety, czyli specjalne buty do jazdy konnej (chronią całą stopę, posiadają twardą podeszwę, usztywniają kostkę).



Arletka na treningu

fot. M. Rozumek



Arletka w stajni

fot. M. Rozumek

Jeśli chodzi o spodnie, na jazdę konną ubieramy długie, niekrępujące ruchów (profesjonalne spodnie do jazdy konnej to bryczesy).

Gdy jeździec i koń są już gotowi, można udać się na przejażdżkę. Na początku należy poruszać się stępem (najwolniejszy chód konia), następnie stopniowo przechodzić do kłusa, a na końcu do galopu.

Miłośnicy jazdy konnej uczą się tej sztuki od instruktora. Dla niektórych nie jest to łatwe, ale jeśli chcą kiedyś galopować na wierzchowcu i mieć z tego przyjemność, muszą włożyć mnóstwo wysiłku podczas systematycznych treningów. Powinni uzbroić się w cierpliwość, nie złościć się i nie denerwować się na konia, kiedy coś nie wychodzi, bo koń wyczuje te emocje i może przestraszyć się, a wtedy robi się niebezpiecznie zarówno dla człowieka, jak i rumaka. Absolutnie nie wolno do konia podchodzić od tyłu, ponieważ zwierzę może poczuć się zagrożone i kopnąć. Konie dają nam radość, a jazda konna sprawia, że człowiek staje się szczęśliwszy i zrelaksowany. Dodatkową zaletą jest fakt, że jeździć konno można przez cały rok, nawet gdy pada, jest zimno czy wieje wiatr.

Arleta Rozumek



## Klasa 5a w Międzynarodowym Centrum Kultury

Piątoklasiści 24 marca wirtualnie odwiedzili Międzynarodowe Centrum Kultury z siedzibą w Krakowie. Za pośrednictwem platformy Zoom aktywnie uczestniczyli w zajęciach dydaktycznych z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej, które poprowadziła pani Joanna Majewska, edukatorka MCK. Ich temat brzmiał: Moja mała ojczyzna – dziedzictwo lokalne.

Uświadomili sobie, czym jest dziedzictwo w aspekcie lokalnym i w jaki sposób można i należy je chronić. Poznali podstawowe pojęcia z tego działu wiedzy. Zastanowili się nad zagadnieniami związanymi z dziedzictwem materialnym i niematerialnym, wielokulturowością oraz społeczeństwem obywatelskim.



MCK

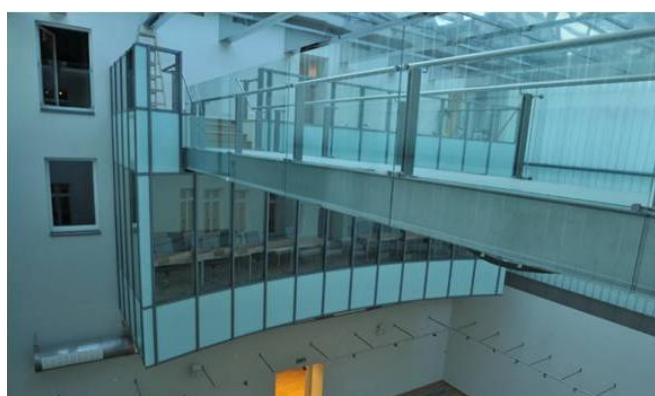
fot. z <https://mck.krakow.pl>

Mieli szansę przypomnieć sobie lub dowiedzieć się, jaką rolę pełnili w życiu wielkich twórców literatury ich małej ojczyzny, zwłaszcza kiedy utracili je w wyniku różnych wydarzeń politycznych bądź osobistych.

Na zakończenie wzięli udział w quizie w aplikacji Kahoot, aby sprawdzić, ile zapamiętali. Najlepiej i najszybciej poradził sobie Szymon Kiełek. Wielkie brawa!

To była bardzo interesująca i równocześnie cenna lekcja z zakresu kształcenia kulturowego, edukacji historycznej i patriotycznej. Międzynarodowe Centrum Kultury zorganizowało ją dla klasy 5a bezpłatnie w ramach projektu „Użyj dziedzictwa!”, dostosowanego do wymogów podstawy programowej z kilku przedmiotów szkolnych.

Krystyna Tokarz



MCK

fot. z <https://mck.krakow.pl>

Przekonali się, jak ważna dla każdego człowieka w budowaniu tożsamości jest mała ojczyzna, zarówno w wymiarze geograficznym i społeczno-kulturowym, jak i symbolicznym. Szczególnie zainteresowała ich definicja profesora Leszka Kołakowskiego, wybitnego polskiego filozofa, eseisty i prozaika, który wygłosił ją w 1993 roku, odbierając tytuł honorowego obywatela Radomia (jego rodzinne miasto): „[Mała ojczyzna] to miasto czy wieś, w której się urodziliśmy, to środek świata. To przestrzeń niewielka, w której się obracamy – nasze domy, ulice, cmentarze, kościoły, to przestrzeń niewielka wielkim wysiłkiem ludzkim zabudowana, przez wojny niszczone i odbudowywana, to centrum świata”.



MCK

fot. z <https://mck.krakow.pl>



## Przedsmak prawdziwej wiosny już mamy

Ach, jak ja lubię, gdy otoczenie zmienia się wraz z kolejnymi porami roku. Lada moment przyroda na dobre obudzi się do życia. Znow będziemy robić porządki po zimie i spacerować wśród kwitnących kwiatów i świeżej zieleni. Więcej czasu będziemy spędzać na łonie natury. Przedsmak tego już mamy.

Na początku marca poszłam razem z babcią szukać wiosny. Znalazłyśmy tylko przebiśniegi, ale mam nadzieję, że wkrótce wokół nas pięknych kwiatów będzie mnóstwo, do tego świergot ptaków, wiosenny wietrzyk i ciepłe promienie słońca.

Karolina Lipczyńska



Zwiastuny wiosny

fot. K. Lipczyńska

## Nie wahałam się ani chwili i nie żałuję swojej decyzji. Jeśli ktoś może zrobić to samo, niech nie zwleka!

Niemal każdego dnia jakieś dziecko dowiaduje się, że ma raka, a właściwie dowiadują się o tym jego rodzice. Kilkułatek zwykle nie wie, czym jest rak i jak bardzo zmieni jego życie. Nastolatek już ma pewną wiedzę na ten temat. Z czasem jeden i drugi zacznie boleśnie odczuwać skutki choroby i dostrzegać najbardziej widoczne jej symptomy. Po chemioterapii, która jest jedną z podstawowych form walki z nowotworem złośliwym, wypadną mu włosy. Jak to przyjmie? Ktoś uzna, że to tylko włosy i niedługo znow będzie je miał, więc nie ma się czym przejmować. Inny nie pogodzi się ze swoim nowym wyglądem i będzie dręczył się,

szczególnie gdy usłyszy jakiś złośliwy komentarz lub dostrzeże czyjeś drwiące spojrzenie. Podobnie jest w przypadku dorosłych chorych. Można i warto im pomóc.

Dwa tygodnie temu mama zaproponowała mi, abym obcięła włosy i oddała je na potrzeby osób, które w wyniku leczenia onkologicznego straciły włosy. Powiedziała, że Fundacja Rak'n'Roll. Wygraj Życie! prowadzi program „Daj włos!”. Wystarczy po obcięciu włosów (nie krótszych niż 25 centymetrów) upleść warkocz, związać gumką na obu końcach i przesłać na warszawski adres fundacji albo zrobić to w salonie fryzjerskim, który zajmie się ich dostarczeniem. Z nich powstanie naturalna peruka. Wcześniej oczywiście trzeba wypełnić odpowiedni formularz. Nie wahałam się ani chwili, chociaż zawsze lubiłam nosić długie włosy. Gdy wracałam z zakładu fryzjerskiego do domu, rozplakałam się ze szczęścia, bo dopiero wtedy dotarło do mnie, że dałam komuś ciężko choremu promyczek radości i szansę na odrobinę lepsze życie w czasie zmagania z groźną chorobą.



Julka Kozak

fot. D. Kozak

Nie żałuję swojej decyzji, a do krótszych niż zwykle włosów już się przyzwyczałam. Jeśli ktoś może zrobić to samo, niech nie zwleka. Gorąco zachęcam! Warto pomagać i dzielić się sobą z innymi!

Strona internetowa fundacji: <https://www.raknroll.pl>.

Julia Kozak



Julka Kozak

fot. D. Kozak

## Ludzie skazali swoich wiernych przyjaciół na bezdomność

Czwartego kwietnia obchodzony jest Światowy Dzień Bezdomnych Zwierząt. To doskonała okazja, aby pomyśleć o zwierzętach pozbawionych kochającego domu.

W schroniskach jest bardzo dużo zwierząt czekających, aż ktoś je przygarnie. Wiodą smutne życie, ale jest im tam na pewno o wiele lepiej niż na ulicy. Najgorsze jest to, że ciągle ich przybywa, bo ludzie je porzucają, przywiązują do drzew czy płotów. Można pomóc, uczestnicząc w zbiórkach, włączając się w wolontariat w schronisku, dając dom tymczasowy bądź podejmując się adopcji.



Pani Agnieszka z Zosią

fot. B. Gramont

W celu zebrania materiału do tego tekstu pojechałam do Schroniska dla Bezdomnych Zwierząt przy ulicy Rybnej w Krakowie. Zanim wysiadłam z samochodu, już słyszałam głosy szczekających psów. Po wejściu do budynku zobaczyłam recepcję, a przy niej ogromną tablicę ze zdjęciami czworonogów, które czekają na swój dom. To był bardzo przykry widok.

Przedstawiłam się i poprosiłam o zgodę na publikację wypowiedzi i zdjęć. Pani Agnieszka Gryźniak, pracownik tego schroniska, zaczęła oprowadzać mnie po obiekcie. Najpierw zatrzymałyśmy się w jednym z pokoi dla kotów. Było ich tam pięć, między innymi Kacper, który jest niezwykle komunikatywny, nie ma ogonka, za to lubi się przytulać i czeka na to, ale szanse ma raczej małe. Na moje pytanie, ile zwierząt obecnie jest w schronisku, pani Agnieszka odpowiedziała:



„W tym momencie jest około 200 psów i 100 kotów. W mieście ludzie porzucają psy przez cały rok z różnych przyczyn, na przykład z powodu wyjazdów czy przeprowadzek. Jeżeli chodzi o koty, brak odpowiedzialności ludzi doprowadza do tego, że o ile w zimie bywa ich tutaj mniej więcej 60-80, z czego większość to są dzikie koty po wypadkach, to w sezonie rozrodczym miesięcznie musimy przyjąć ich 300. Ludzie traktują zwierzęta jak rzeczy. Najtrudniej jest w lecie. Niektórzy, wyjeżdżając na zagraniczne wakacje, nie wliczają zwierzęcia w swoje plany, dlatego ukochane dotąd pupile trafiają do schroniskowych boksów”.

Kolejnym przystankiem były boksy psów. W każdym umieszczone były dwa, trzy pieski. Niektóre na mój widok podbiegały do krat i domagały się uwagi, inne były przestraszone i chowały się w kącie. Nie wszystkie mogłam pogłaskać. Trzeba pamiętać, że psy w schronisku najczęściej mają za sobą trudne przeżycia, często były krzywdzone przez człowieka. Niektóre jeszcze nie oswoiły się z zimnymi, betonowymi boksami.



**Pani Agnieszka w pracy**

**fot.B.Gramont**

Zapytałam następnie panią Agnieszkę, kto i jak może zostać wolontariuszem w schronisku. W odpowiedzi usłyszałam: „Przede wszystkim trzeba mieć ukończone szesnaście lat i konieczna jest zgoda rodziców. Należy zgłosić chęć bycia wolontariuszem, wypełnić ankietę, przyjść na spotkanie organizacyjne, następnie przejść miesięczne szkolenie. Wolontariusz w schronisku musi być osobą samodzielną i odpowiedzialną, musi wiedzieć, jak i które psy może wyprowadzić na spacer, gdyż psy w schronisku różnie reagują. Wolontariusze mają inny zakres obowiązków niż pracownicy, którzy dbają przede wszystkim o czystość i zdrowie zwierzków. Wolontariusze są po to, aby psom w schronisku żyło się lepiej,



**Krakowskie schronisko**

**fot.B.Gramont**

wyprowadzają je na spacer, wyczesują, dbają o kontakt z człowiekiem. Wolontariusz musi spędzić w schronisku minimum dwadzieścia godzin miesięcznie. To jest duże zobowiązanie. W okresie pandemii nabór wolontariuszy jest wstrzymany”.

Na końcu pani Agnieszka pokazała mi boksy dla psów, które muszą mieszkać same lub nie lubią towarzystwa, koci blok z przylegającym do niego osiatkowanym wybiegiem z drapakami i zabawkami oraz pomieszczenie przeznaczone dla nowo przybyłych kotów poddanych kwarantannie. Widoku tych zwierzków chyba długo nie zapomnę. Trudno jest mi zrozumieć, jak ludzie mogli je tak bardzo skrzywdzić, skazując na bezdomność.

Zofia Gramont



**Krakowskie schronisko**

**fot.B.Gramont**



Krakowskie schronisko

fot.B.Gramont

## Dlaczego mieszkańcy kazachstańskiej wsi zapadali w kilkudniowy sen?

W niewielkiej wsi Kałaczi w północnym Kazachstanie (państwo nad Morzem Kaspijskim) kilka lat temu działy się dziwne rzeczy. Mieszkańcy skarżyli się, że podczas wykonywania codziennych czynności nagle zasypiali, niezależnie od pozycji, w jakiej się znajdowali. Zapaść w taki nieplanowany sen zdarzało im się nawet kilka razy w ciągu doby. Niektórzy spali bez przerwy kilka dni i nie sposób było ich obudzić. Co było przyczyną?

Naukowcy mieli różne teorie na temat tej tajemniczej choroby. Najpierw podejrzewali, że to efekt oddziaływania na środowisko zamkniętej kilka dekad temu pobliskiej kopalni uranu. Zlecili więc przebadanie mieszkańców pod kątem obecności w ich organizmach toksycznych substancji i zmierzenie poziomu napromieniowania oraz zbadanie stanu wody pitnej, powietrza i gleby, ale to nie dało odpowiedzi. Później uznali, że to pewnie jakiś wirus, jednak nie potrafili go zidentyfikować. Władze zdecydowały, że mieszkańców należy szybko przesiedlić w bezpieczne rejony kraju.

Dopiero niedawno zagadka została rozwiązana. Odkryto, że powodem niekontrolowanego przez ludzi zasypiania był niedobór tlenu przy nadmiarze tlenku węgla w powietrzu w związku z sąsiedztwem kopalni uranu.

Barbara Bocheńska

## Nasz udział w Astra Dance Cup 2021

6 marca w Łęczanach odbył się III Ogólnopolski Turniej Tańca Nowoczesnego i Sportowego „Astra Dance Cup 2021”, zorganizowany przez Szkołę Tańca Astra z Oświęcimia. Wzięły w nim udział zespoły taneczne z całej Polski, wśród nich FUN Kids, czyli grupa, której jestem członkinią.

Od rana byłam stremowana, nogi miałam jak z waty, ale bardzo chciałam dobrze zatańczyć. Po rozgrzewce ja i moje koleżankami czekałyśmy na naszą kolej. Kiedy zapowiedziano „kategorię hip-hop, grupę do lat 11” i usłyszałyśmy nazwę naszej formacji, pojedynczo wchodziłyśmy na parkiet i prezentowałyśmy nasze choreografie. Niestety, nie zakwalifikowałyśmy się do finału, chociaż bardzo się starałyśmy. Tancerki z innych grup tego dnia zatańczyły lepiej i to one walczyły później o miejsca na podium. Mimo wszystko możemy być z siebie dumne i cieszymy się, że spróbowałyśmy swoich sił. Dopiero zaczynamy przygodę z tym tańcem i na pewno wiele jeszcze przed nami. Mam nadzieję, że kiedyś sięgniemy po wymarzone trofea.

Julia Kozak



Plakat

\*\*\*



## Jak przygotować się do rowerowych wypraw?

Przed nami sezon na wyprawy rowerowe, warto więc dokonać przeglądu sprzętu po zimie, aby przejażdżki i wycieczki na jednośladach były przyjemne i bezpieczne.

Trzeba koniecznie sprawdzić jakość opon i stan hamulców, nasmarować łańcuch oraz ustawić kierownicę. Niezbędne jest też wyregulowanie siodełka, które może być za nisko, bo właściciel urósł nieco od jesieni. Nie wolno zapomnieć o założeniu zabezpieczającego głowę kasku oraz o zabraniu ze sobą pompki, zestawu łatek do naprawy opon i uniwersalnego klucza do drobnych napraw. Można zaopatrzyć się w specjalne rękawiczki, jeśli planuje się jeździć po wyboistym terenie, na przykład po kamienistej drodze (wiem to z doświadczenia).

Na początku sezonu lepiej planować krótsze trasy, a potem stopniowo je wydłużać. O wiele milej jeździ się z kimś niż samemu (przynajmniej moim zdaniem), więc warto zadbać o dobre towarzystwo i upewnić się, w jakiej jest kondycji, by dostosować stopień trudności wycieczki.



Wiosenny przegląd

fol. K. Boroń

Ważna jest też znajomość prognozy pogody, żeby uniknąć potężnej burzy, porywistego wiatru czy ulewy. O odpowiedniej ilości jedzenia i wody chyba nie trzeba przypominać. Życzę wszystkim uczestnikom rowerowych wypraw wspaniałych przeżyć, pięknych widoków i sprzyjającej aury!

Wiktorja Boroń



Wiosenny przegląd

fol. K. Boroń



Próbna przejażdżka Wiktorji

fol. K. Boroń



## Gdyby wszyscy byli odpowiedzialni i myśleli o innych, a nie tylko o sobie, sytuacja polepszałaby się, zamiast pogarszać

Tegoroczny sezon narciarski w Polsce i na świecie zdecydowanie należy uznać za nieudany. Nie dlatego że zima była zbyt łagodna czy brakowało odpowiedniego przygotowania stoków, ale z powodu drugiej i trzeciej fali epidemii koronawirusa SARS-CoV-2.

Miłośnikom nart i snowboardu, którzy musieli ograniczyć się do jednego albo dwóch weekendów na narciarskich trasach, a z długiego urlopu w górach zrezygnować zupełnie, nie było łatwo pogodzić się z tym.

Niezadowolenie niektórych narciarzy było tak wielkie, że szusowali mimo wyraźnych zakazów i czyhającego niebezpieczeństwa, chociaż stoki oficjalnie były zamknięte i nie działały wyciągi (wyjątek zrobiono dla sportowców wyczynowych).

Zdarzył się w Zakopanem nawet sobotni wieczór, w czasie którego na słynnych Krupówkach bawiły się tłumy ludzi, nierzadko bez maseczek, i zachowujących się tak, jakby pandemii nie było już wcale. Na przykry efekt tej fali gniewu i ignorowania obostrzeń nie trzeba było długo czekać.



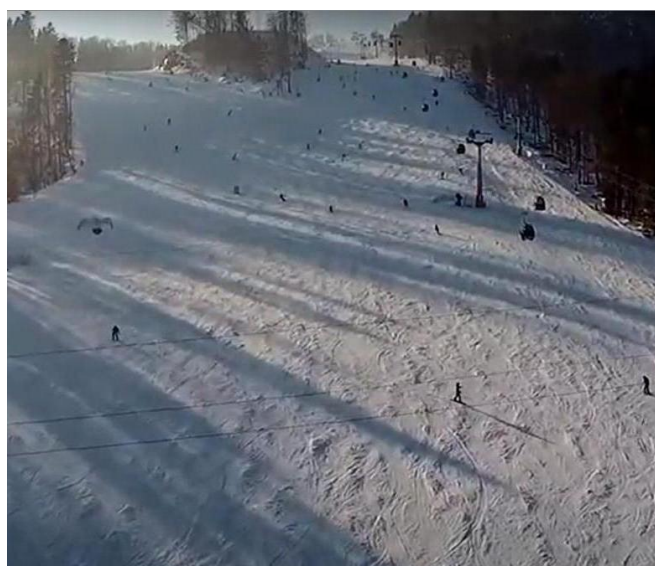
Dolina Kościeliska 2018

fot. K. Tokarz

Niestety, ludzi, którzy nie stosują się do zaleceń epidemiologów, można spotkać chyba w każdym mieście. Szkoda, bo być może sytuacja polepszałaby się, zamiast pogarszać, gdyby wszyscy byli odpowiedzialni i myśleli o innych, a nie tylko o sobie.

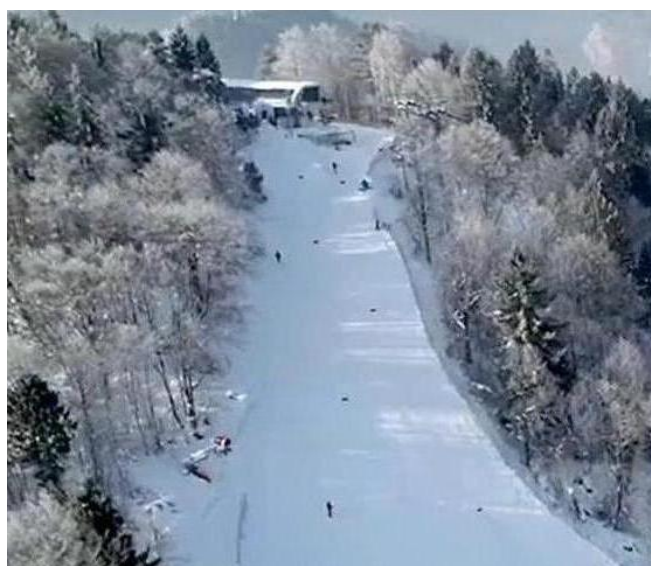
Wszystkim pandemia daje się mocno we znaki. W Polsce aktualnie lista restrykcji jest bardzo długa, liczba zakażonych i chorych rekordowa, a personel medyczny w szpitalach leczących pacjentów covidowych u kresu wytrzymałości. Co dalej?

Szymon Kiełek



Jaworzyna Krynicka 2017

fot. K. Tokarz



Palenica 2018

fot. K. Tokarz



## „Jeszcze nie jest za późno. Możemy wszystko naprawić” – apel Davida Attenborough, legendarnego dziennikarza BBC i podróżnika

Ostatnio przeczytałem książkę pt. „Życie na naszej planecie. Moja historia, wasza przyszłość” Davida Attenborough, sławnego popularyzatora przyrody. Wydała ją Wydawnictwo Poznańskie niespełna dwa miesiące temu, a powstała w ubiegłym roku. David Attenborough, urodzony w 1926 roku legendarny brytyjski dziennikarz i podróżnik z tytułem szlacheckim, jest absolwentem University of Cambridge. Odbył dwuletnią służbę w Królewskiej Marynarce Wojennej. W 1952 podjął pracę w stacji BBC. W ramach programu Zoo Quest w latach 1954-1964 podpatrywał z kamerą dziką przyrodę w najodleglejszych zakątkach świata. Jest autorem tak znakomitych filmów przyrodniczych, jak „Życie na Ziemi” (1979), „Żyjąca planeta” (1984), „Błękitna planeta” (2001) czy „Planeta Ziemia” (2006). Mocno angażuje się w ochronę ginących gatunków.



D. Attenborough fot. z <https://www.newsweek.pl>

Książka „Życie na naszej planecie. Moja historia, wasza przyszłość” składa się z trzech części. Poprzedza je wstęp zawierający opis miasta Prypec, które od 1986 roku jest opustoszałe, martwe, bo wszyscy jego mieszkańcy musieli nagle opuścić swoje domy, gdy w pobliskim Czarnobylu wybuchł reaktor w elektrowni jądrowej. W części pierwszej David Attenborough opowiada o swoim niezwykłym życiu i o katastrofalnych

zmianach, jakie zaszły w środowisku naturalnym na przestrzeni ponad dziewięćdziesięciu lat. W części drugiej pisze o nieuchronnej zagładzie natury, jeśli ludzie nie zaczną dbać o planetę, a w ostatniej części snuje wizję, jak przywrócić dziką przyrodę. Na zakończenie apeluje: „Jeszcze nie jest za późno. Możemy wszystko naprawić, ograniczyć wpływ na przyrodę, zmienić kierunek naszego rozwoju i przywrócić harmonijną relację z przyrodą. Musimy tylko chcieć. Mamy tylko kilkadziesiąt lat, by zbudować sobie bezpieczny dom i przywrócić cudowny, różnorodny i zdrowy świat, który dziedziczyliśmy po przodkach. Stawką jest nasza przyszłość na Ziemi – w jedynym znanym nam miejscu, w którym istnieje życie”.

Gorąco polecam tę książkę! Mam nadzieję, że sięgniecie po nią i przeczytacie z ciekawością. Ja nie mogłem się od niej oderwać.

Michał Popielak



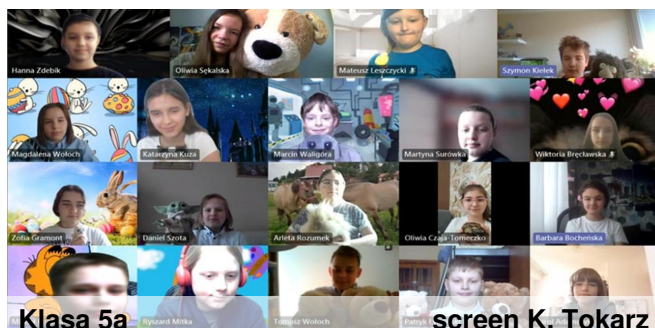
Okladka

skan M. Popielak

## Znowu klasowe spotkania świąteczne tylko online

To już drugie Święta Wielkanocne w ciężkich czasach pandemii. Niebezpiecznie przybierająca na sile transmisja koronawirusa jest przyczyną wprowadzenia bardzo ostrych wymogów sanitarnych, nie tylko w naszym kraju. My, uczniowie, szczególnie wyczekiwaliśmy tych świąt, ponieważ od 18 stycznia uczyliśmy się nieprzerwanie, czyli ponad dziesięć tygodni bez dnia wolnego, nie licząc weekendów. Zanim rozpoczęliśmy wiosenną przerwę świąteczną, uczestniczyliśmy w uroczystych klasowych spotkaniach wielkanocnych, wirtualnie oczywiście. Czy naprawdę były uroczyste? Zrobiliśmy wszystko, co w naszej mocy. Zadbaliśmy o odpowiednią oprawę, przygotowaliśmy sporo różnych atrakcji i stworzyliśmy nastrój wspólnoty. Wpatrzni w ekrany laptopów czy tabletów wyobrażaliśmy sobie, że siedzimy przy jednym stole. Wystarczyło? Musiało.

Redakcja



## Życzenia wielkanocne

*Bo jest w piersiach u człowieka taka dziwna moc,  
Że z nadzieją słońca czeka, choć na ziemi noc;  
Bo w nim żyje siła taka, taki pęd w nim tkwi,  
Że się zrywa lotem ptaka do jutrzejszych dni.  
Maria Konopnicka*

Drodzy Czytelnicy! Oby trudne doświadczenia ostatnich miesięcy, z którymi wszystkim przyszło się zmierzyć, nie skrzywiły Was, nie złamały, ale uczyniły lepszymi i silniejszymi.

Oby nie zgasała w Was nadzieja na szybki powrót do normalności.

Oby udało się Wam poczuć głęboką radość płynącą z istoty świąt paschalnych oraz odnaleźć wytchnienie i spokój. Obyście z tymi, z którymi w okresie świątecznym musicie być z dala fizycznie, potrafili być blisko duchowo.

Zespół redakcyjny „Primo”



## Stopka redakcyjna

Adres redakcji:  
30-836 Kraków, ul. Jerzmanowskiego 6  
tel./faks: 12 658 43 28, e-mail: sp41@interia.pl

Wydawca: Szkoła Podstawowa nr 41  
im. Jana Kochanowskiego w Krakowie

Redaktor naczelna: Krystyna Tokarz  
Zastępca redaktor naczelnej: Zofia Gramont  
Fotograf: Michał Popielak  
Operator kamery: Franciszek Kuźma  
Dziennikarze: Barbara Bocheńska, Wiktoria Boroń,  
Wiktoria Bręclawska, Marek Budzowski, Iga Chwastek,  
Iga Figuła, Julia Góralczyk, Szymon Kiełek,  
Julia Kozak, Katarzyna Kuza, Karolina Lipczyńska,  
Hanna Matusik, Arleta Rozumek

Redakcja „Primo” laureatem XXI edycji  
Ogólnopolskiego Konkursu Mediów Szkolnych  
„Forum Pismaków” (trzecie miejsce w kraju)  
i laureatem Małopolskiego Konkursu  
na Gazetkę Szkolną „Prasówka” 2015  
(pierwsze miejsce w województwie).