

# Szpila

GAZETKA SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 2 IM. POLSKICH NOBLISTÓW W PAJĘCZNIU

**MARZEC 2021 NR 97**

## **W numerze:**

- ↪ W kręgu wartości. Mądrość
- ↪ Problem – otyłość
- ↪ Sposoby na nudę
- ↪ List otwarty do uczniów. O rzetelnym uczeniu się.
- ↪ Nasza twórczość. Wiersz "Zimowy marzec"
- ↪ Konkurs wielkanocny
- ↪ Co i kiedy? Kartka z kalendarza
- ↪ Prima aprilis
- ↪ Śmigus-dyngus. Tradycja, granice i ostrzeżenia
- ↪ „Ten chłód”-ostatni fragment opowiadania Kingi Korus
- ↪ Subiektywna lista książek
- ↪ Kulinaria
- ↪ Humor



# Od redakcji

Witamy w marcowym numerze Szpili. Cieszymy się, że nasze grono szkolnej gazetki powiększa się o nowych redaktorów z klasy 6a. Mamy nadzieję, że to wydanie Szpili Wam się spodoba. Niedługo kwiecień, a co za tym idzie mamy już wiosnę! Może narazie za oknem jej nie widać, lecz wszyscy czujemy już wiosenny klimat. Narazie nie możemy cieszyć się piękną pogo-

dą, lecz nie smućcie się, ponieważ przygotowaliśmy dla nas mnóstwo ciekawych artykułów. Miłego czytania :)

Redaktorki naczelne

Nadia Posmyk

Nadia Gołębiowska

# W kręgu wartości

**MĄDROŚĆ** - celowe przyczynianie się do dobra poprzez właściwe wybory. Chodzi tu o dobro ogólne, wspólne, a nie tylko własne. Wszystko, co robimy, prędzej czy później do nas wraca. Jeśli chcemy żyć w świecie przyjaznym i sprawiedliwym, powinniśmy stać się częścią działań na rzecz takiego świata. Aby postępować mądrze, nie wystarczy same intencje. Potrzebne są też wiedza, doświadczenie, a także refleksja, które pozwalają patrzeć dalej, szerzej i głębiej, rozważyć możliwe scenariusze wydarzeń i przewidzieć konsekwencje wyborów. Nie tylko natychmiastowe, na przykład w postaci własnych korzyści, ale także te, które na skutek podjętych decyzji pojawią się za wiele lat, zarówno w naszym życiu, jak i w życiu innych ludzi. Mądrość to także umiejętność dokonania wyboru w sy-

tuacji konfliktu wartości -wartości. Pozwala wybrać wartość w danych okolicznościach ważniejszą, na przykład: czy być bezwzględnie prawdomównym, czy może przemilczeć jakąś informację, by niepotrzebnie kogoś nie zranić.

Anna Trawczyńska



# MAMY PROBLEM! OTYŁOŚĆ

Niestety, niektórym z nas się przytyło w czasie zdalnego nauczania. A szybkimi krokami zbliża się lato!

Aktualnie bardzo dużo ludzi zмага się z otyłością. Otyłość u dzieci i młodzieży spowodowana jest m.in. przez lekcje online. Nie wychodzimy z domu i mało się ruszamy. Gdy uczęszczaliśmy do szkoły, naturalne było dla nas wyjść na dwór, ćwiczyć na wuefie czy wrócić ze szkoły do domu na piechotę, a teraz? Teraz ledwo potrafimy wstać z łóżka z rozleniwienia, ale także z przemęczenia spowodowanego siedzeniem 7-8, a czasami nawet dłużej godzin przed laptopem. Brak ruchu powoduje otyłość, może też powodować choroby takie jak: cukrzyca typu II, bezdech senny, kamicę pęcherzyka żółciowego, kamicę nerkową, śluszczenie wątroby. Otyłość negatywnie wpływa na układ kostnowstawowy, szczególnie zagrożone są stawy kolanowe, biodrowe oraz kręgosłup.

Z otyłością w wieku dziecięcym związane są również zaburzenia w rozwoju psychospołecznym. Występujący bezdech ściśle łączy się z trudnościami w nauce, zaburzeniami zachowania oraz pogorszeniem jakości życia. Natomiast zaburzenia psychologiczne, jakie powoduje ta choroba, wynikają przede wszystkim z kompleksów, bra-



## OTYŁOŚĆ wśród małych dzieci i młodzieży

ku akceptacji własnego ciała, niską samooceną. Otyłe dzieci bardzo często są wyśmiewane oraz odrzucane przez rówieśników.

Rozwojowi nadwagi sprzyja również spożywanie napojów słodzonych cukrem w różnej postaci, niezdrowe przekąski.

Oto kilka rzeczy które możecie robić codziennie, aby zapobiegać nadwadze:

- Gdy jest ładna pogoda, wyjdźcie do lasu, na spacer po okolicy czy choćby wokół bloku.

(Zachęcam również do sprzątnięcia naszej planety!).

- Wyprowadzajcie swojego pupila na spacer, bawcie się z nim. (Psy w schronisku też potrzebują spacerów!)
- Wykonujcie bezpieczne ćwiczenia gimnastyczne (Chociaż raz dziennie!).
- Starajcie się ograniczyć spożywanie napojów wysoko słodzonych oraz niezdrowych przekąsek. (Trudne, ale

do zrobienia!)

Pamiętajcie nie możecie stwierdzać sami czy jesteście chorzy na otyłość czy jakąkolwiek inną chorobę. Jeśli

macie podejrzenia, udajcie się do specjalisty.

Nadia Posmyk 7a



# Ile jest kostek cukru w szklance napoju (250 ml)



WODA

0 g



WODA  
SMAKOWA

ok. 12,5 g



NAPÓJ  
HERBACIANY

ok. 12,5 g



ORANŻADA  
POMARAŃCZOWA

ok. 27,5 g



SOK JABŁKOWY

ok. 25 g



KOLA

ok. 26 g



NAPÓJ  
ENERGETYCZNY

ok. 27,5 g



SMAKOWY  
JOGURT PITNY

ok. 30 g

# *Zimowy marzec*

Marzec wędruje, zagląda przez okna,  
ogłasza wszystkim, że zbliża się wiosna.  
Wypuszcza skowronki z wielkiego worka,  
zapala jasne promienie słońka.  
Lecz pewnego roku w dalekiej wiosce  
marzec zimowym stał się miesiącem.  
A za tym wielkim nieporozumieniem  
Stał zapomniany przez wszystkich styczeń.  
Pierwszy miesiąc roku, wielce obrażony,  
oddał swoje dary młodemu marcowi.  
I od tamtej pory trzeci miesiąc marzec  
raz przynosi śnieg, a innym razem kwiaty.

Wiktoria Gajęcka

# Ten chłód

Prezentujemy kolejny, ostatni już fragment opowiadania nagrodzonego w Powiatowym Konkursie Literackim „**O laur Bielskiego**”.  
**Jego autorką jest Kinga Korus z klasy VIIIA.**

Australia, Canberra, 13 kwietnia 2018 roku

Atmosfera była niezemska. Kolorowe światła, jazgot muzyki, tańczący ludzie i głośne rozmowy, często uzupełniane śmiechem. W powietrzu unosił się zapach taniego alkoholu i potu. Nie jest to zbyt przyjemna mieszanka dla ludzkiego nosa, ale nastolatkom bawiącym się w tym klubie to odpowiadało. Nie mieli nawet czasu zwrócić na to uwagi, zajęci oszalałym tańcem.

Kluby w stolicy Australii były zwykle nudne. Ten jeden wyróżniał się na tle innych, zapewne dlatego, że mogły do niego wchodzić (nielegalnie, ale jakimś cudem policja nigdy się tym nie zainteresowała) osoby poniżej osiemnastu lat.

Dlatego właśnie tam Julia planowała udać się w piątkowy wieczór. Na dworze było chłodno, ale dziewczynie cienka dżinsowa kurtka wystarczała, by dostatecznie się ogrzać. W środku budynku i tak było gorąco.

Spotkała się ze znajomymi przed swoim domem, a tam miała po nich podjechać taksówka. Wkrótce tak się stało, zatem wszyscy wsiedli i udali się w

drogę.

Julii przypadło miejsce pasażera. Nie była osobą nieśmiałą, ale wołała unikać relacji z osobami nieznanymi, chyba że miałoby to jej uratować życie. Kiedyś postanowiła złamać tę nigdy niewypowiedzianą zasadę i poprosić o przysługę pewnego mężczyzny. Był znany jako osoba, która wyświadcza innym przysługi, pod warunkiem że gdyby on był w potrzebie, ta osoba spłaci mu dług o cokolwiek poprosi. Julia wiedziała, że nie powinna wtedy była do niego pójść, ale była zdesperowana. Dowiedziała się, że jakiś chłopak w jej szkole rozpowiada o niej niemiłe i nieprawdziwe rzeczy. Była pośmiewiskiem wśród rówieśników, mimo że jej rzekome sekrety rozprowadane przez chłopaka były wysane z palca.

Postanowiła coś zrobić. Była osobą z natury spokojną, dlatego agresja nie wchodziła w grę - ognia ogniem nie pokona. Rozmowa z nauczycielem też nie, bo wtedy byłaby bardziej dręczona. Postanowiła wynająć mężczyznę, prosząc o pomoc. Chciała, by kolega ze szkoły zaprzestał swoich nieprzyjemnych działań. Nie miała zamiaru dłu-

żej siedzieć w domu i płakać przez jakiegoś głupiego chłopaka i to wydawało się jej jedynym wyjściem. Obiecała, że dług spłaci najszybciej, jak będzie mogła.

Dwa dni potem Julia stała przy trumnie swojego dręczyciela. Ubrana na czarno, trzęsąca się i zapłakana. Jack, bo tak miał na imię chłopak, został znaleziony w swojej łazience z kuchennym nożem głęboko wbitym w brzuch. Brak odcisków, brak śladów. Policja z jakiegoś powodu uznała to za samobójstwo i zamknęła sprawę.

Julia nie chciała w to uwierzyć. Spowodowała czyjąś śmierć, ale przecież zupełnie nie o to jej chodziło! Powiedziała mężczyźnie, żeby z chłopakiem porozmawiał, może go nastraszył. Ale popełniła straszny błąd, wybierając się do niego. Co najlepszego zrobiła!

Rickman nigdy nie zadzwonił ani nie spotkał się z nią, nie poprosił o spłacenie długu, mimo że nadal miał taką możliwość. Julia miała nadzieję, że o niej zapomni, ale codziennie miała ten sam przerażający sen.

W tym śnie była sama w swoim domu, w kuchni. Nalewała sobie szklankę wody, opierając się o blat. Nagle czuła przenikliwy chłód. Zamknęła okno i powróciła do pisania ze znajomymi na czacie. W pewnym momencie poczuła, jak całe jej ciało sztywnieje. Nie potrafiła ruszyć nawet palcem, jakby ktoś zostawił ją na szczycie Mount Everest w krótkich spodenkach i koszulce na

ramiączkach, po czym kazał zrobić dziesięć brzuszków. Chciała wydusić z siebie jakiegokolwiek słowa, ale nie mogła. Zaczęła z trudem łapać powietrze i upuściła szklankę, która spadła na ziemię i rozbiła się na setki kawałków. Złapała się za szyję. Czuła, jakby ktoś ją dusi, próbowała temu zapobiec, ale nie mogła. Czuła, że obok stoi ktoś lub coś. Zbliżało się do niej powoli, a z każdą sekundą robiło jej się zimniej i coraz trudniej było jej oddychać.

Poczuła potrzebę spojrzenia się w tamtą stronę. Niewiele myśląc, zrobiła to.

Na tym sen się kończył.

Zupełnie nie wiedziała, co oznaczał, ale ten sam miewała co jakiś czas już od dwóch lat i nadal przerażał ją tak samo. Nie wiedziała dlaczego. Chyba bała się tego, o co Rickman mógłby ją poprosić i ile by ją to kosztowało. Nie chciała skończyć jak Jack, do dziś pamiętała jego bladą twarz, gdy martwy leżał w trumnie. Miał tylko szesnaście lat i przez nią nigdy nie dostał szansy dorosnąć.

Otrząsnęła się z myśli, gdy znajomi siłą wyciągnęli ją z auta. Byli na miejscu. Odetchnęła głęboko i przylepiła na twarz szeroki uśmiech. Postanowiła sobie, że będzie się dobrze bawić i nie pozwoli sobie na myślenie o tych wszystkich rzeczach, które dręczyły ją w taksówce.

Udało jej się. Całą noc spędziła tań-



cząc, śmiejąc się i rozmawiając z przyjaciółmi. Bawiła się świetnie, przełamała swoje bariery i poznała kilka nowych osób, z którymi wymieniła się numerami. W drogę powrotną wyruszyła z Markiem, jednym ze swoich najbliższych przyjaciół. Postanowiła, że tę noc musi kiedyś powtórzyć, bo udało jej się usnąć choć na parę godzin łęki i naprawdę dobrze się bawić.

Mark nie chciał zostawić Julii samej, wiedząc, że jej rodziców nie ma w domu. Poza tym jego dom był oddalony od Canberry o cztery kilometry, a wszystkie pieniądze, które mogły pójść na taksówkę, wydał na drinki. Zgodnie postanowili, że będzie spał na kanapie.

Po dotarciu do domu oboje zaczęli narzekać, jak bardzo są zmęczeni i właściwie zasypiali na stojąco. Postanowili zjeść szybki posiłek i udać się do łóżek.

Oboje usiedli na kuchennym blacie, czekając aż mikrofalówka skończy podgrzewać ich tosty z serem. Mało kreatywny posiłek, ale nie mieli siły na wymyślne potrawy. Śmiali się i rozmawiali o wszystkim, co się wydarzyło. Julia czuła się beztrosko, przynajmniej chwilowo opuściły ją zmartwienia. Szczerze i głośno się śmiała, opowiadając Markowi, jak przewróciła się na parkiecie i trzy nieznajome dziewczyny pomagały jej wstać.

Mikrofalówka wydała głośny dźwięk, co oznaczało, że ich kolacja jest gotowa.

Oboje zaklaskali w dłonie, a Julia wyciągnęła ostrożnie talerze, trzymając je przez bawełniany ręcznik. Położyła naczynia na blacie i uśmiechnęła się szeroko. Zaczęli jeść tak chętnie, jakby od miesięcy dostawali tylko wodę na obiad.

Mark chwycił dziewczynę za ramię i pobiegł w stronę drzwi prowadzących na podwórko. Razem wyszli i usiedli w trawie, nie zważając na to, że była całkowicie mokra.

Jedząc tosty, patrzyli w gwiazdy.

"Wiesz co, ten dzień dużo dał mi do myślenia. W życiu w sumie nie powinniśmy się martwić rzeczami, które już nas nie dotyczą i są przeszłością. Ja na przykład codziennie martwię się takim jednym snem, który miewam dosyć często, od bardzo długiego czasu. Jest strasznie głupi, naprawdę. A wciąż nie mogę przestać się go bać, nie wiem sama dlaczego. Ale dziś przestałam się przejmować, choć na chwilę, i czuję, że spokojnie będę mogła pójść spać. Żeby coś zrobić, trzeba tylko przełamać swoje własne bariery, wiesz?" - mówiła Julia.

Nie dostała odpowiedzi. Nie dziwiło jej to jednak, zważywszy na to, że było późno w nocy i Mark prawdopodobnie nie miał ochoty na poważne rozmowy. I tak była wdzięczna, że ktoś przynajmniej ją wysłuchał, bez pytań i przerywania. Chyba właśnie tego jej brakowało. Mimo że otaczało ją wielu przyjaciół, czuła się jak szara mysz,

zwykle samotna.

Westchnęła cicho i spojrzała na telefon. Była dwudziesta trzecia dwanaście - pora się zbierać.

W momencie, w którym odłożyła telefon, poczuła, jak wstrząsa nią niespodziewany dreszcz. Nagle przeszło ją przenikliwie zimno. Była zaskoczona. Przyszło jej do głowy, że noc zrobiła się zimna i trzeba wrócić do środka, zanim zacznie padać. Jednak zrozumiała, że to nie jest jakiś tam zwykły i nagły spadek temperatury.

Powoli połączyła fakty. Zrozumiała, że właśnie tak toczył się jej sen - ale przecież w nim była w kuchni? Czy to jest jakiś głupi żart Marka? Nie, nie mógł być. Jej poprzednie koszmary były tylko zapowiedzią tego, co miało wydarzyć się teraz. Miało to stać się tak samo jak we śnie, ale w kuchni była z chłopakiem, za to teraz...

"Mark, Mark, lepiej już chodźmy stąd, chodźmy do ..." - ucięła, gdy zobaczyła, że go nie ma. Jej błękitne oczy szybko wypełniły się łzami. Była sama i wiedziała, że nic jej teraz nie uratuje.

Poczuła, jak jej całe ciało sztywnieje, ale spodziewała się tego, jakby już przez to przechodziła, ale nie we śnie, tylko na jawie. Jej gardło powoli zaczęło się zamykać, uniemożliwiając prawidłowe oddychanie. Złapała się za nie i zaczęła się dusić.

Zimno nasilało się. Wiedziała, że będzie musiała unieść wzrok w górę i

spojrzeć na to, cokolwiek tam było. Pociągnęła nosem, wytarła łzy, by widzieć dokładnie i czysto.

Uniosła głowę.

Gdybyś ty widział to na własne oczy, nie umiałbyś tego opisać. Ani wyglądu tego czegoś, ani strachu, który w tym momencie byś poczuł. Lęk tak silny, że paraliżuje, zatrzymuje oddech w piersi, ciągnie do siebie.

Nie krzyknęła, nie pisnęła, nawet nic nie powiedziała. Po prostu pozwoliła temu czemuś zrobić, co zamierzało. Może dlatego, że już wiedziała, co będzie się dziać. W prawdziwym życiu wydało jej się to mniej straszne niż we śnie.

Przerażająco czysta biel i oślepiające światła.

To jest pierwsza rzecz, której troje bohaterów doświadczyło po przebudzeniu. Każdy z nich był w szoku, tak wielkim, że pragnęli znów zasnąć, by nie musieć układać myśli. Wiedzieli, że umarli, a jednak żyją.

Najszybciej do pełnej przytomności powróciła Julia. Mrugając co sekundę, próbując przyzwyczaić oczy do światła, jakby nie widziała go przez długie lata. Nadal czuła zimno, ale nie aż tak przenikliwie. Całe jej ciało było słabe, obolałe jakby po długiej operacji.

Gdy przyzwyczaiła się do jasności na tyle, by otworzyć szeroko oczy, rozejrzała się. Była w pokoju, ze ścianami

idealnie białymi i lampami na suficie. Leżała na szpitalnym łóżku, podpięta do kroplówki, a także wielu innych urządzeń, których nawet nie próbowała rozpoznać. Spróbowała ruszyć ręką, potem nogą - czucie w nich ma, ale są mocno przypięte skórzanymi pasami do łóżka, zupełnie jak w filmach o szpitalach psychiatrycznych.

Spojrzała w bok. Zobaczyła dwa inne łóżka, na których leżeli mężczyzna w wieku średnim i młoda kobieta. Oboje wyglądali, jakby też się przebudzali.

-H-halo?- odważyła się odezwać Julia. Struny głosowe miała nierozgrzane, czuła, jakby była po wieloletniej śpiączce.

Mężczyzna obok niej zdawał się pojmować to samo, co ona przed paroma chwilami. Spojrzał na nią szerokimi oczami.

-Jest-jestem Tom- rzekł, jękając się zapewne nie ze strachu, ale ze zdziwienia, prawdopodobnie czując ten sam dyskomfort podczas mówienia.

-Co do- odezwała się kobieta przy ścianie. Wyglądała na jeszcze bardziej zdziwioną niż Julia i Tom razem. Kim wy...Co się tu stało? Ja przecież umarłam- przerwała i wzięła głęboki wdech.-Jestem Laura Jones.

Julia przygryzła dolną wargę. Sama nie wiedziała, co myśleć o tej sytuacji, ale czuła, że to, co się stało jeszcze parę minut temu, to tak naprawdę nie była jawa. Jak inaczej wytłumaczyć to,

że parę chwil przed wybudzeniem się czuła, jakby ktoś wbijał jej strzykawkę w ramię? I to, że są w jakimś szpitalu, oraz to, że czują się, jakby właśnie wybudzili się ze śpiączki.

Miała zamiar podzielić się swoimi przemyśleniami z Laurą i Tomem, gdy drzwi naprzeciwko jej łóżka nagle się otworzyły.

Do środka weszły trzy pielęgniarki z wózkami pełnymi różnych fiolek, strzykawkę i przyrządów medycznych, które przerażały całą trójkę. Siostrą towarzyszył doktor ubrany w niebieską koszulę i spodnie od czarnego garnituru z narzuconym na to białym fartuchem lekarskim. Na nosie miał czarne okulary, a w przedniej kieszeni trzymał długopis. Normalni ludzie, przynajmniej tak się mogło wydawać.

Tylko jeden szczegół uczynił tę sytuację dziesięć razy bardziej przerażającą.

Laura poznała w nim swojego szefa, Tom byłego współpracownika, a Julia mężczyznę, którego prosiła o przysługę.

-Och, widzę, że już czas! Pobudka! Nazywam się Robert Rickman, jestem doktorem i biochemikiem, a wy jesteście w Podziemnym Centrum Szpitalnym Eksperymentów na Ludziach...

# NUDA

Są dni, kiedy nie mamy pojęcia, co ze sobą zrobić. Nie mamy pomysłu, jak możemy poradzić sobie z nudą. Przygotowałam dla Ciebie 30 pomysłów, które pomogą Ci uporać się z tym problemem.

1. Przemiebluj pokój.
2. Wyjdź na spacer i porób zdjęcia.
3. Zaczynij lub dokończ rozpoczęte seriale, filmy lub książki.
4. Zadzwoń do dawnego znajomego.
5. Naucz się grać na instrumencie.
6. Upiecz ciasto lub ciasteczka.
7. Zajmij się tym, od czego uciekasz.
8. Zrób listę czegoś, o czym marzysz lub czegoś, co Cię męczy.
9. Wypróbuj ciekawe lifehacki, które ułatwią ci życie.
10. Zrób plan dnia na następny dzień, żeby nie nudzić się tak jak dzisiaj.
11. Zaczynij naukę nowego języka.
12. Poszukaj ciekawostek o ulubionej grze/książce/filmie, żeby potem zaskoczyć znajomych w towarzystwie.
13. Posłuchaj audiobooka.
14. Weź czystą kartkę i zacznij rysować.
15. Włącz muzykę i ... tańcz!'
16. Śpiewaj! Śpiew to doskonały sposób na nudę, a także na rozprawienie się ze złymi emocjami.
17. Może od dawna chcesz coś zmienić. Nowa fryzura, ubranie? Chyba właśnie masz na to czas!
18. Napisz list do samego siebie z przyszłości.
19. Dobrym sposobem na nudę są też kolorowanki.
20. Zrób sobie domowe spa.
21. Pooglądaj stare zdjęcia i pamiątki z przeszłości.
22. Weź długą odprężającą kąpiel.
23. Przerób ubranie lub uszyj coś.
24. Zrób przegląd szafy.
25. Podziel się czymś z inną osobą.

26. Jeżeli jesteś bardzo znudzony i nie chce ci się nic robić, to być może po prostu przyda Ci się mała drzemka.
27. Zagraj w jakąś grę online.
28. Posprzątaj w miejscach, w których sprzątasz bardzo rzadko.
29. Wybierz się na przejażdżkę rowerową.
30. Zrób szybki trening.

Nadia Gołębiowska 7a

## Subiektywna lista książek

Żyjemy w czasach, w których internet spycha książki na drugi plan. Ale czy słusznie? Moim zdaniem nie, ponieważ nic tak nie rozwija wyobraźni jak dobra książka. Obecnie, w czasie pandemii, bardzo dużo godzin spędzamy w domu, najczęściej przed ekranem komputera, telefonu lub telewizora. A może warto zająrzeć do książki? (Niekoniecznie podręcznika szkolnego ;))

A oto moja lista książek, które warto przeczytać:

- „Ania z Zielonego Wzgórza” i cała reszta serii - Lucy Maud Montgomery
- „Harry Potter” (wszystkie części)- J.K. Rowling
- „Mały Książę” - Antoine de Saint-Exupéry
- „Małe Kobiety” - Alcott May Louis
- „Dzieci z Bullerbyn” - Astrid Lindgren
- „Piękna i Bestia” - Jeanne Marie Leprince de Beaumont
- „Był sobie pies” - W. Bruce Cameron
- „Romeo i Julia” - William Shakespeare

„Trzy kroki od siebie” - Rachael Lipincott, Mikki Daughtry i Tobias Laconis

„Ten obcy” - Irena Jurgielewiczowa

Wszystkie te książki nosą w sobie przesłanie, a jakie? Tego musicie dowiedzieć się sami, czytając je.

Maja Sukiennik 8b



# Kartka z kalendarza. Co i kiedy?

2021						
Kwiecień						
PON.	WT.	ŚR.	CZW.	PT.	SOB.	NIEDZ.
			<b>1</b> <b>PRIMA APRILIS</b> Międzynarodowy Dzień Płatków Międzynarodowy Dzień Klauna	<b>2</b> <b>WIELKI PIĄTEK</b> <b>ŚWIĄTOWY DZIEŃ AUTYZMU</b>	<b>3</b> <b>WIELKA SOBOTA</b> <b>DZIEŃ TĘCZY</b> 	<b>4</b> <b>WIELKANOC</b> <b>DZIEŃ MARCHEWKI</b> Święto Wojskowej Służby Zdrowia 
<b>5</b> <b>PONIEDZIAŁEK WIELKANOCNY</b> Dzień Brzeczności za Kierownicą	<b>6</b> <b>DZIEŃ SPORTU</b> Dzień Niewidzialnej Pracy	<b>7</b> <b>DZIEŃ ZDROWIA</b> Dzień Pracownika Służby Zdrowia 	<b>8</b> Dzień Mitośników Zoo Międzynarodowy Dzień Opozycji Przeciw BMD	<b>9</b> Światowy Dzień Gołębia Międzynarodowy Dzień Jednorozca	<b>10</b> <b>DZIEŃ RODZENSTWA,</b> <b>DZIEŃ SŁUŻBY ZDROWIA</b>	<b>11</b> Dzień Radia Dzień Osób z Chorobą Parkinsona
<b>12</b> <b>DZIEŃ CZEKOLADY</b> Międzynarodowy Dzień Lotnictwa i Kosmonautyki	<b>13</b> Dzień Scrabble Dzień Pamięci Ofiar Zbrodni Katyńskiej	<b>14</b> <b>DZIEŃ PATRZENIA SIĘ W NIEBO</b>	<b>15</b> Światowy Dzień Trzeźwości Światowy Dzień Sztuki	<b>16</b> Dzień Sopera Dzień Włókniarza Światowy Dzień Walki z Niewolnictwem Dzieci	<b>17</b> Światowy Dzień Cherych na Hemofilię 	<b>18</b> Europejski Dzień Praw Pacjenta Dzień Pacjenta w Śpiączce
<b>19</b> Dzień Rowerowy Dzień Czosnku 	<b>20</b> Międzynarodowy Dzień Wolnej Prasy	<b>21</b> Światowy Dzień Kreatywności i Innowacji	<b>22</b> <b>DZIEŃ ZIEMI</b>	<b>23</b> <b>ŚWIĄTOWY DZIEŃ KSIĄŻKI</b>	<b>24</b> Europejski Dzień Śniadania Międzynarodowy Dzień Solidarności Młodzieży	<b>25</b> <b>DZIEŃ PINGWINA</b> Dzień DNA Światowy Dzień Malarzy Dzień Sekretarki
<b>26</b> Międzynarodowy Dzień Pamięci o Katastrofie w Czarnobylu 	<b>27</b> <b>DZIEŃ FLORYSTY</b>	<b>28</b> Światowy Dzień Pamięci Ofiar Wypadków przy Pracy	<b>29</b> Międzynarodowy Dzień Tańca Dzień Solidarności Między pokoleniowej 	<b>30</b> <b>DZIEŃ KONI</b> Dzień Uczciwości <b>DZIEŃ DRZEWA</b>		

Marianna Janus

# **Listy otwarte do rówieśników w czasie pandemii**

Pajęczno, marzec 2021

Koleżanki i Koledzy!

Moim celem jest przekonanie Was do pilnej pracy w czasie zdalnego nauczania. Jestem uczennicą i wiem, że trudno zmobilizować się do rzetelnej i regularnej nauki. Ograniczają nas social media, Internet oraz presja czasu. Czas pandemii jest wyjątkowo trudny i stresujący, każdy z nas potrzebuje wsparcia oraz wyrozumiałości, a często odnosimy wrażenie, że mamy więcej zajęć oraz zadawanych prac.

Moi Drodzy, chcę jednak uświadomić Wam, że szkoła, jaką mamy teraz przez Internet, jest tak samo ważna i potrzebna, jak ta, do której uczęszczaliśmy wcześniej.

Motywacja jest więc paliwem do naszego działania. Bez odpowiedniego bodźca trudno zdobywać wiedzę.

Dom jest miejscem specyficznym. Wiele czynników nas rozprasza i odciąga od lekcji, przez co mamy zaległości. Gdy sytuacja się powtarza, nie jesteśmy w stanie nadążyć z materiałem. Dlatego warto regularnie uczestniczyć w zajęciach, słuchać i zapisywać notatki z lekcji. Zauważcie, że gdy uczymy się systematycznie i jesteśmy przygotowani na dane zajęcia, to przezwyciężamy stres przed lekcją.

Należy podkreślić też zalety zdalnego nauczania, ponieważ pozytywne myślenie nas wzmacnia. Przykładem są atrakcyjne formy prezentowania treści, możliwość korzystania z różnych źródeł, a przede wszystkim fakt, że zdobywamy wiedzę, siedząc w wygodnym fotelu, w ciepłym domku, popijając ulubioną herbatę.

Podsumowując, systematyczność, rzetelność i ciężka praca zapewniają nam lepszą przyszłość. To dzięki naszej wiedzy możemy coś osiągnąć w życiu. Bądźmy zatem aktywni, uczmy się pilnie! Kiedyś pandemia się skończy, a to, co pozostanie w naszych głowach, zostanie na zawsze.

Z wyrazami szacunku uczennica klasy 7a

## Drodzy Rówieśnicy!

Każdy z nas wie, jaka jest obecna sytuacja na świecie. Pandemia koronawirusa spowodowała, że nasze życie znacznie się zmieniło. Pozamykano wiele obiektów i placówek, w tym również szkoły, przez co musimy uczyć się zdalnie.

Wiem, że większość z Was na wieść o zdalnym nauczaniu bardzo się ucieszyła. Pomyśleliście pewnie, że nie będzie trzeba wcześniej wstawać albo nie będzie konieczności uczenia się, bo ściąganie nie sprawi Wam najmniejszych trudności. Ale czy na pewno?

Wartość zdobywanej wiedzy nie zmieniła się pod wpływem wybuchu pandemii. Nauka zarówno teraz, jak i wcześniej, jest tak samo ważna. Nieuczciwe pisanie sprawdzianów czy kartków jest tylko tymczasowym rozwiązaniem. A co jeśli niebawem wrócimy do szkół? Wtedy nie powiecie już nauczycielowi, że macie problem z włączeniem mikrofonu lub że nie działa Wam kamerka. Nie warto oszukiwać i kombinować. Kłamstwo ma krótkie nogi – prędzej czy później prawda wyjdzie na jaw. Niestety, im później, tym gorzej.

Nie pisząc samodzielnie prac klasowych i oszukując nauczycieli, tak naprawdę oszukujecie siebie samych. Nie uczymy się dla dobrych ocen, nauczycieli czy rodziców. Uczymy się dla siebie. Uważam, że ocena, którą się otrzyma, jest nieistotna. Istotne jest to, co się zapamięta i ile informacji zostanie nam w głowie.

Myślę, że pobudziłam Was do refleksji na temat rzetelnej nauki i przekonałam, że kształcenie się jest ważne. Nie warto jest zaniedbywać naukę i sprawiać sobie zaległości, które później ciężko nadrobić. Zapamiętajcie, że wiedza, która obecnie wydaje Wam się niepotrzebna, w przyszłości może być kluczem do Waszych sukcesów!



Z poważaniem  
Wiktoria Gajęcka VIIa



# ŚMIGUS-DYNGUS

W tradycji ludowej poniedziałek wielkanocny jest znany jako śmigus-dyngus lub lany poniedziałek. Istotą śmigusa było smaganie różgami po nogach i udach, zaś dyngusa – oblewanie wodą i zbieranie datków stanowiących wielkanocny „okup”. W miastach panowie korzystali ze śmigusa-dyngusa skromnie, spryskując panny najwyżej wodą różaną. Na wsiach w ruch szły wiadra i kubły. Przemoczona odzież i mokre włosy panny świadczyły o jej powodzeniu. Dziś tradycja często miesza się z chuligańskimi wybrykami, które uprzykrzają życie mieszkańcom i miast, i wsi. Ciężko tego dnia o spokojny, świąteczny spacer. Dlatego w czasie świąt policjanci strzegą porządku nie tylko na drogach.



Funkcjonariusze pilnują, czy tradycyjny zwyczaj oblewania się wodą w lany poniedziałek nie przerodzi się w mokre bijatyki. Moim zdaniem podczas śmigusa-dyngusa nie można bezwzględnie oblewać wodą innych – trzeba być pewnym, że osoba nie ma przy sobie czegoś, co woda może uszkodzić, na przykład telefon czy pieniądze. Być może nasz „cel” niekoniecznie ma możliwość zmiany mokrych ubrań, co może spowodować problemy, a w ostateczności nawet przeziębienie. Nie raz bywały sytuacje, gdzie osoby, które podróżowały do pracy czy szły do kościoła zostały oblane wodą. Jednak jeśli wszystko robi się z umiarem, może to być dobra zabawa!

Wiktor Popiel 6a

# UWAGA KONKURS !!!

Wychowawcy świetlicy szkolnej zapraszają uczniów klas I-VIII naszej szkoły do udziału w konkursie świątecznym on-line

## OZDOBA WIELKANOCNA MYMI RĘKAMI

**I kategoria- kartka wielkanocna (klasy I-III)**

**II kategoria – pisanka (klasy I-III)**

**III kategoria – stroik wielkanocny (klasy IV-VIII)**

ZADANIEM WSZYSTKICH UCZESTNIKÓW JEST WŁASNO-RĘCZNE WYKONANIE, DOWOLNĄ TECHNIKĄ PRACY.

LICZĄ SIĘ WALORY ARTYSTYCZNE, POMYSŁOWOŚĆ, KOMPOZYCJA, ESTETYKA ORAZ PREZENTACJA PRACY (ZDJĘCIE).

SFOTOGRAFLOWANE PRACE PODPISANE (imię i nazwisko, klasa) PRZESYŁAMY DO 26 MARCA 2021 ROKU NA ADRES:

[magdalena.bazan@wp.pl](mailto:magdalena.bazan@wp.pl)



\*Wszyscy uczestnicy otrzymają punkty dodatnie, a zwycięzcy dyplomy i upominki. Z otrzymanych zdjęć powstanie wirtualny album Waszych prac.

# Czas na jaja!!!

Jaja faszerowane pieczarkami  
i pastą z awokado - idealne  
na wielkanocne śniadanie

Składniki:



Zdj. J.G.

gotowane jaja na twardo

starte na grubych oczkach pieczarki

cebula

awokado o miękkim, jasnym miąższu

świeży koperek, szczypiorek, natka pietruszki

masło, olej

przyprawy-sól i pieprz do smaku, / opcjonalnie: rozdrobnione w młynku ziarna kolendry/

Przygotować kilka ugotowanych na twardo jaj. Część z nich przekroić na pół i wyjąć z nich żółtka, które zużyjemy do farszu. Wypełnimy białka.

Farsz pieczarkowy:

Pokroić drobno pół małej cebuli, podsmażyć na oleju z odrobiną masła, dodać rozdrobnione na tarce pieczarki, dusić. Gdy płyn się zredukuje, dodać pokrojoną natkę pietruszki oraz drobno pokrojone jajo wraz z żółtkiem. Mieszać, doprawić solą, pieprzem, kolendrą.

Farsz z awokado:

Rozetrzeć widelcem awokado, skropić je lekko sokiem z cytryny, posolić, dodać dużo szczypiorku, nieco koperku, pokrojone drobno jajo oraz pozostałe gotowane żółtka. Wymieszać masę, doprawić solą i pieprzem.

Półowki jajek (bez żółtek) uzupełnić farszem.

Całość można udekorować szczypiorkiem, koperkiem czy rzeżuchą.  
J.G.



# PRIMA APRILIS

**Dzień żartów** - obyczaj obchodzony pierwszego dnia kwietnia w wielu krajach świata.

Polega on na robieniu żartów, celowym wprowadzaniu w błąd, nabieraniu kogoś, konkurowaniu w próbach sprawienia, by inni uwierzyli w coś nieprawdziwego. Tego dnia w wielu mediach pojawiają się różne żartobliwe informacje. Pochodzenie tego zwy-

czaju nie jest dokładnie wyjaśnione.

Prima aprilis zaczął być popularny w późnym średniowieczu. Prawdopodobnie nawiązuje on do dawnych starożytnych praktyk .

Niektórzy uważają, że geneza zwyczaju ma związek z rzymskim zwyczajem Cerialii, obchodzonym na początku kwietnia na cześć bogini Ceres. Według jednej z legend, kiedy poszukiwała ona swojej porwanej córki,

została wyprowadzona w pole. Grecy wiążą historię tego dnia z mitem o Demeter i Persefonie. Persefona miała zostać porwana do Hadesu na początku kwietnia. Matka Demeter, szukając jej, kierowała się echem głosu córki, ale echo ją zwiodło.

Prawdopodobna wydaje się również wersja, że obyczaj ten wywodzi się z rzymskiego Veneralia, połączonego często ze świętem Fortuny Virilis i Cerialiami (ku czci Ceres), obchodzonego 1 kwietnia. W tym dniu dozwolone były żarty, wygłupy i kawały. Kwiryści odstawiali komiczne występy, mężczyźni przebierali się w damskie palle (okrycia), zakładali peruki, tańczyli na ulicach, co nie przydarzyłoby się im w innych dniach.

Kiedy w 1582 roku Grzegorz XIII wprowadził nowy kalendarz dla świata chrześcijańskiego, a nowy rok rozpoczynał się w dniu 1 stycznia, nadal w wielu krajach prezenty noworoczne otrzymywano 1 kwietnia. Ponadto było wiele osób, które nie słyszały lub nie wierzyły w zmianę daty i nadal obchodziły Nowy Rok właśnie 1 kwietnia. Inni w tym dniu robili im kawały i nazywali ich „kwietniowymi głupcami”.

Przyпуска się, że początkowo *prima aprilis* zaczęło być obchodzone 1 kwietnia we Francji. W 1564 roku król Karol IX zreformował kalendarz,

zmieniając pierwszy dzień nowego roku z 1 kwietnia, i z innych obowiązujących dat w tym czasie w różnych regionach kraju, na 1 stycznia. Dzisiaj nazwa *prima aprilis* we Francji nawiązuje do przypinania do pleców kartki z rybą wtedy, kiedy się kogoś nabierze (zwyczaj znany może być również we Włoszech – Pesce d'aprile). Pierwotnie w zwyczaju tym osobom nieświadomym (nieświadomym) kazano iść po świeżu w czasie, w którym połowy były zakazane ze względu na okres tarła ryb.



W wielu krajach Europy panowała wiara, która mówiła, że 1 kwietnia to czas, kiedy duchy zaczynają się mścić na żywych i sprowadzać nieszczęścia. Według Elżbiety Zarych chrześcijaństwo nie mogąc się pogodzić z kolejnym pogańskim świętem *prima aprilis*, zaczęło wiązać je z Judaszem Iskariotą. Miał się on urodzić właśnie pierwszego kwietnia i dlatego dzień ów kojarzył się z kłamstwem, obłudą, fałszem i nieprawdą.

W Polsce dziś.

Obyczaj ten dotarł do Polski z Europy Zachodniej przez Niemcyw epoce nowożytnej w XVI wieku. W XVII w. został już uznany za „modę staroletnią”, zaczął on być wtedy obchodzony w podobnej formie, w jakiej występuje do dzisiaj.

Pierwszy kwietnia poświęcano opowiadaniu zmyślonych historii, robieniu przeróżnych dowcipów i naigrzawaniu się z naiwnych bądź nieostrożnych ludzi. Dzień ten uważano za niepoważny i starano się nie robić w nim żadnych ważnych rzeczy. Dziś pierwszy kwietnia obchodzimy jako dzień radośny, w którym celowo próbuje się wprowadzić innych w błąd.



**MAJA ŁUSZCZYK 6a**

# ***PORCJA HUMORU***

Mąż pyta żonę blondynkę:

- Kochanie, dlaczego masz jedną skarpetkę zieloną a drugą niebieską?
- Nie wiem. A najdziwniejsze jest to, że mam jeszcze jedną taką parę.

----

W zoo:

- Tato, dlaczego ta gorylica tak krzywo na nas patrzy?
- Uspokój się Jasiu, jesteśmy dopiero przy kasie.

----

Na budowie robotnik taszczy na plecach dwa worki cementu

Spotyka go szef:

-Nie lepiej byłoby na taczce?

-Nie, bo kółko trochę w plecy gniecie.

----

Na ławce leży pijak:

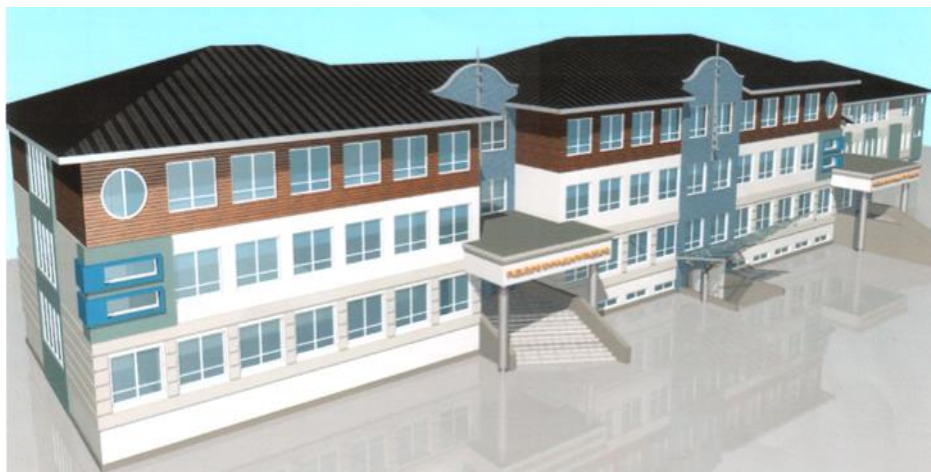
Podchodzi do niego dwóch policjantów i mówią:

- Zapraszamy do poloneza

A pijak:

- Nie, dziękujemy, nie umiem tańczyć.





### **SKŁAD REDAKCJI :**

**Redaktorki naczelne:** Nadia Posmyk i Nadia Gołębiowska

#### **Pozostali redaktorzy:**

Wiktor Popiel, Oskar Korasz, Anna Trawczyńska, Jan Gleń,  
Wiktoria Gajęcka, Maja Sukiennik, Amelia Ceglarek.

**Opieka nad numerem:** p. Karina Korasz, p. Alina Gleń

**Oprawa komputerowa:** p. Sławomir Kuligowski