

# Gimzетка

Jesień 2015

Nr 64

|                                         |         |
|-----------------------------------------|---------|
| Z Balamarą za pan brat                  | Str.2   |
| Festiwalowe dni i noce                  | Str.3   |
| Kącik ekologiczny                       | Str.4   |
| Wspomnienia o szkole                    | Str.5   |
| Samorząd Uczniowski                     | Str.6   |
| Pisać każdy może                        | Str. 7  |
| Gimnazjum okiem pierwszaka i absolwenta | Str.8   |
| W jesiennym nastroju                    | Str. 9  |
| Magiczna chemia                         | Str.10  |
| Z życia szkoły                          | Str. 11 |

## Do szkoły marsz!!!

Jeśli wierzyć doniesieniom prasowym 4,9 miliona uczniów i 650 tys. nauczycieli rozpoczęło nowy rok szkolny 2015/2016. W tym samych gimnazjalistów jest około milion. Oznacza to, że nie jesteście, nasi Drodzy Uczniowie, odosobnieni, bo cele przed Wami są takie same, jak przed innymi gimnazjalistami. Te same cele, te same treści do opanowania, te same wymagania edukacyjne. Dobrze by było, by również końcowe efekty były takie same, jak innych uczniów (na przykład w wielkomiejskich szkołach). Wiemy, że zadanie nie będzie łatwe, bo z Dubeczną daleko do muzeów, teatrów, kin czy centrum kultury. Mnożyć się będą trudności (często niezależne od Was), ale tym większa będzie satysfakcja, gdy uda się osiągnąć dobre i bardzo dobre wyniki. Tego życzą opiekunki Gimzетки. Życzymy także zadowolenia z nauki i szkoły trzymamy kciuki za trzecioklasistów, dla których ten ostatni rok szkolny jest szczególnie ważny.





Global Mineral Prospects

# Z BALAMARA ZA PAN BRAT !!!

17 września 2015r. Gimnazjum Publiczne im. Józefa Piłsudskiego w Dubiecznie otrzymało „paczkę multimedialną”. Darczyńcą był Pan Andrzej Zibow- dyrektor generalny Global Mineral Prospects Sp. z o.o. Grupa Kapitałowa Balamara, który w ten sposób wsparł działalność dydaktyczną szkoły. Oprócz zestawu multimedialnego, który służyć ma całej wspólnocie szkolnej, każdy uczeń obdarowany został zestawem składającym się z torby reklamowej, koszulki i smyczy.

Pan Andrzej Zibow jest dyrektorem generalnym Global Mineral Prospects Sp. z o.o. Grupa Kapitałowa Balamara, która planuje wybudować kopalnię węgla kamiennego w naszym regionie. Podczas sesji Rady Gminy Hańsk, pan Zibow przyznał, że jego firma ma koncepcję na cztery próbne odwierty, z których jeden planowa-



ny jest właśnie na terenie gminy Hańsk. Jeżeli projekt zostanie zrealizowany, wielu mieszkańców naszej gminy znajdzie w kopalni zatrudnienie. Nie będą musieli wyjeżdżać w tym celu za granicę, pozostawiając swoje rodziny na długie miesiące. Dla naszej społeczności byłaby to więc fantastyczna wiadomość!

O planach Spółki pan dyrektor opowiadał młodzieży i nauczycielom podczas spotkania w naszym gimnazjum. Spodziewaliśmy się bardzo wyniosłego dyrektora „z wielkiego świata”, natomiast pan Zibow okazał się niezwykle sympatyczny i miły. Spotkanie przebiegło w bardzo ciepłej atmosferze, która zrobiła się wręcz gorąca, gdy pan Zibow wręczył uczniom niezwykle cenny prezent: laptop i projektor!. Dzięki temu zyskaliśmy kolejne „okno na świat” i szanse na atrakcyjne lekcje.

W spotkaniu wziął także udział Przewodniczący Rady Powiatu Włodawskiego pan Romuald Pryll, który w imieniu władz samorządowych podziękował i wyraził nadzieję na współpracę gminy Hańsk ze Spółką Global Mineral Prospects. Na zakończenie uczniowie wręczyli panu Zibow i jego asystentce samodzielnie wykonane upominki.



## Rozmowa z wójtem Gminy Hańsk panem Markiem Kopieniakiem

**Co pan sądzi o wybudowaniu kopalni węgla przez firmę Balamara na terenie gminy Hańsk ?**

- Trudno w tym momencie powiedzieć, czy ta kopalnia powstanie na terenie Gminy Hańsk, ponieważ najpierw muszą być przeprowadzone badania, które określą położenie złóż węgla. Prawdopodobnie najwięcej znajduje się na terenie Wierzbicy, na terenie Hańska znajdują się tylko płytkie złoża. Tak naprawdę nie ma znaczenia, gdzie ta kopalnia powstanie, ważne, żeby była, ponieważ będzie to ogromny zakład pracy, w którym wiele ludzi znalazłoby zatrudnienie. Osobiście jestem bardzo zainteresowany tym przedsięwzięciem. Byłaby to dla nas szansa na ogromny postęp. Nasz region zyskałby impuls do rozwoju. Wystarczy tylko się przyjrzeć, jak dzięki kopalni węgla w Bogdanie rozwinął się powiat łęczyński. Zaczęły tam powstawać nowe domy, sklepy, zmniejszyło się bezrobocie nie tylko w samej Łęcznej i Bogdanie. Bardzo pragnąłbym, aby Hańsk i tereny wokół niego również się tak rozwinęły. Na razie firma Balamara jest na etapie poszukiwania złóż węgla. Oczywiście kopalnie nie powstaną natychmiast, ponieważ spółka musi najpierw ten węgiel zlokalizować, następnie ocenić jego jakość. To proces, który niestety wymaga czasu. Musimy jednak wierzyć w pomyślność tego projektu i uzbroić się w cierpliwość.

**Bartek Wójtowicz**



# Festiwalowe dni i noce

Synagoga, cerkiew, pieśni żydowskie, muzyka klezmerska – to tylko niektóre pojęcia, które możemy skojarzyć z najsłynniejszą imprezą kulturową naszego powiatu. Tradycyjnie na Festiwalu Trzech Kultur nie mogło zabraknąć reprezentantów z naszego gimnazjum. W tym roku pojawiliśmy się tam dość liczną grupą wraz z paniami K. Gonerską i M. Kończal.



**W jaki sposób dowiedziała się pani, że zostanie prowadzącą XVI Festiwalu Trzech Kultur?**

Napisano do mnie e-maila z prośbą, czy nie mogłabym tego zrobić. Bardzo się ucieszyłam, bo lubię festiwale, gdzie przeplatają się różne kultury. Nigdy w życiu nie byłam we Włodawie, a słyszałam, że to piękne miejsce.

**Czyj występ w szczególności się pani spodobał?**

Jestem pod wrażeniem piosenki Olgi Bończyk pt. „Moja mama”, bo jako mama, ale i córka przeżywam to, o czym ona śpiewała. Bardzo piękny był też występ Leopolda Kozłowskiego i wczorajszy, Leny Piękniewskiej. Każdy trochę inny, ale na pewno każdy z wykonawców miał inne zadanie do wykonania i każdy coś ciekawego wniósł do festiwalu.

**Jakie wskazówki dałaby Pani przyszłym dziennikarzom?**

W szczególności, żeby byli ciekawi i żeby się nie bali, bo to bardzo ważne w życiu dziennikarza. Oczywiście na front wojenny bym nie poleciła jechać, ale odwaga i ciekawość to dwie najważniejsze cechy dziennikarza.

**Z Anną Popek rozmawiał Bartek Wójtowicz**

**Którą z ról wspomina pani najmilej?**

Oczywiście, że Doris z „Za rok o tej samej porze”. Może to dlatego, że była to rola wycoziakiwana dająca bardzo duże możliwości.

**Jakie rady dałaby pani młodym aktorom?**

Przede wszystkim, żeby nie rezygnowali ze swoich marzeń, nawet jeśli po drodze zdarzą się przeciwności. Najważniejsza jest wytrwałość i cierpliwość, bo to jest bardzo trudny zawód. Sukces nie przychodzi tak szybko, jak nam się wydaje. Trzeba na niego zapracować. Miarą tego, czy w życiu idziemy dobrą drogą jest to, czy jesteśmy na niej szczęśliwi.

**Z panią Olgą Bończyk rozmawiał B. Wójtowicz**



Włodawa jest wielokulturowym miastem z ciekawą historią. Festiwal organizowany od 1995 roku cieszy się ogromną popularnością. Tradycyjnie wszystkie trzy dni obfitowały w wiele atrakcji. Pierwszy dzień zawsze przeznaczany jest kulturze żydowskiej. Program oferował nam więc m. in. koncert muzyki klezmerskiej, który przypadł do gustu wszystkim. Sobotę, czyli dzień kultury prawosławnej, wykorzystaliśmy maksymalnie, ale mieliśmy też czas wolny. Stragany, na których było dosłownie wszystko, cieszyły nasz wzrok i przyjemnie się robiło od samego patrzenia na nie. Przypominały beztroskie lata dzieciństwa, a w czasie przechadzki aż się prosiło, żeby zanucić pod nosem „Kolorowe jarmarki”. W ciągu całego festiwalu, czas umilali nam: dziennikarka Anna Popek i aktorzy z Teatru Gry Wstępnej, ucharakteryzowani w stylu barokowym. Trzeba przyznać, że mimo złej pogody na festiwalu panowała miła atmosfera. W niedzielę padał ulewny deszcz, więc większość towarzystwa musiała pojechać do domów trochę wcześniej, niż było w planach. Jednak czteroosobową grupą reprezentantów postanowiliśmy zostać jeszcze dłużej, aby być obecnym na spotkaniu z aktorką Olgą Bończyk, która okazała się bardzo sympatyczną i ciepłą osobą. Po ciekawym (i momentami wzruszającym) spotkaniu, również my udaliśmy się do domów. Zabraliśmy ze sobą nowy bagaż wspomnień oraz doświadczeń, jakie dał nam tegoroczny Festiwal Trzech Kultur.

**Agata Trojanowska**





# Kącik ekologiczny



Tematem jesiennego kącika ekologicznego będą pszczoły. Te małe stworzenia odgrywają ogromną rolę w środowisku, warto więc poświęcić im trochę czasu i miejsca w naszej gazetce. Albert Einstein powiedział, że po wyginięciu pszczół ludziom pozostaną jeszcze 3-4 lata egzystencji. Niestety nie był to koszmarny żart tylko wynik obserwacji i przemyśleń. Jeżeli istnienie ponad 80% roślin jest uzależnione od zapylania przez owady, to jak przyroda mogłaby bez nich funkcjonować? Jeżeli pszczoły wyginą to prawdopodobnie nikt więcej nie zapyli roślin.

## Ciężkie życie pszczoły

Każdy z nas widział pszczołę, każdy kiedyś jadł owoc jej starań- miód. Niektórzy pewnie też zostali uzależnieni przez to pracowite stworzątko. Jak dobrze wiemy, owady te dbają o to, by nasze rośliny zostały zapylone i zaowocowały. Ciężko pracują, by człowiek miał z ich pracy korzyści. A on, używając różnych środków chemicznych, nie pomaga im w tym, a wręcz utrudnia im życie, często unicestwia. Człowiek w pogoni za zyskami przyczynia się do wyginięcia pszczół. Pszczelarze mówią, że owady te umierają. Porównują ich śmierć ze śmiercią człowieka. Istnieje teoria, iż po wyginięciu pszczół człowiek jest w stanie przeżyć tylko kilka lat. Dlatego ważne jest, abyśmy chronili i pomagali tym owadom. Może warto zrezygnować z chemicznych środków ochrony roślin lub przynajmniej ograniczyć ich ilość?

Patrycja Tokarska

Kasia Obara



19 lipca 2015 r. odbył się Dzień Pszczelarza. Festyn organizowany był na placu, przy remizie OSP w Hańsku. Jest to coroczna impreza poświęcona tematyce pszczół i pszczelarstwa.

Na tym festynie miałem okazję z moją siostrą Amelką i siostrą cioteczną Magdą być wolontariuszami. Na całym placu było pełno straganów, zjeżdżalni i oczywiście ludzi! Impreza ta była dobrą okazją na wspólną zabawę z rodziną, przyjaciółmi i bliskimi. Ogłoszono wyniki konkursów, m.in. konkursu plastycznego, skierowanego do przedszkolaków, uczniów szkoły podstawowej i gimnazjalistów. Gwiazdami tegorocznego festynu byli zespół Pawkin i Power Play oraz idolka za czasów młodości naszych rodziców Halina Frąckowiak. Dzień Pszczelarza był zaplanowany do późnej nocy, ale z powodu burzy musiał zakończyć się wcześniej.

Dzień Pszczelarza na stałe wpisał się w tradycję naszej gminy i jest naprawdę ciekawą propozycją na integrację środowiska lokalnego. Miłosz Mazurek



Kasia Obara

## Miód

Każdy wie, że miód jest produkowany przez pszczoły. Mamy wiele rodzajów miodów, na przykład: wielokwiatowy, rzepakowy, spadziowy i lipowy. „Dar Pszczół” jest bardzo powszechny na polskim rynku, ponieważ jest składnikiem wszelkich rodzajów kosmetyków oraz produktów spożywczych. Spożywanie go jest dla nas przyjemnością i lekarstwem. Miód naprawdę wzmacnia organizm. Aby się o tym przekonać, wystarczy jeść codziennie przez 30 dni łyżkę miodu. Sprawi to, iż nabierzemy odporności. Bardzo dobrą kurację jest również picie wody miodowej (łyżeczka miodu rozpuszczona w 3/4 szklanki wody pozostawiona na noc pod przykryciem). Powinniśmy się stosować do wszelkich kuracji naturalnych w tym miodowych, aby nie wydawać pieniędzy na drogie lekarstwa.

Klaudia Pawlik



# Wspomnienia o szkole

Naukę rozpocząłem w wieku 7 lat, idąc od razu do pierwszej klasy. Nie było wówczas klas zerowych. Był to rok 1970, wtedy do naszej szkoły uczęszczało ponad 200 uczniów. Była to ośmioklasowa szkoła z podwójnymi klasami. Gdy byłem w klasach starszych, zmieniono ją na zbiorczą szkołę gminną. Od tego czasu dowożono dzieci z okolicznych miejscowości.



Pisać i czytać uczuliśmy się w oparciu o Elementarz Falskiego. Pisaliśmy w pierwszej i drugiej klasie atramentem i piórem ze stalówką. Podczas pisania trzeba było uważać, żeby nie połamować stalówki, ani nie poplamzić siebie i zeszytu atramentem. W tamtym okresie podręcznik służył uczniom przez kilka, a nawet kilkanaście lat, gdyż zostawał odsprzedawany innym rocznikom. Nie było możliwości wyboru innych podręczników, było tylko jedno wydawnictwo.

Pomimo bardzo licznych klas, w których mogło dochodzić nawet do 30 uczniów, nauczyciele potrafili utrzymać bardzo wysoką dyscyplinę, stosując różnorodne nagrody i kary. Popularne było pozostawianie uczniów po lekcjach w tzw. „kozio”. W tym czasie uczniowie odrabiali zaległe prace domowe lub pisali po kilkaset razy, np. „Nie będę przeszkadzał w prowadzeniu lekcji”. Obowiązkowym elementem każdej lekcji były co najmniej pięciominutowe ćwiczenia gimnastyczne w połowie zajęć. Miało to na celu pobudzenie uczniów do pracy i zwiększenie koncentracji. Wymagany był także obowiązkowy strój szkolny, czyli granatowe mundurki z białymi, przypinanymi kołnierzykami i przyszytymi tarczami szkoły. Moja mama prasowała ten strój jeszcze żelazkiem z „duszą”. To była prawdziwa udręka, bo należało rozgrzać wkład znajdujący się wewnątrz żelazka, poczekać aż on zagrzeje podstawkę



**Wiesław Korona, nauczyciel matematyki i techniki, radny Gminy Hańsk**



i dopiero wtedy można było prasować. To zdecydowanie nie to samo, co dzisiejsze urządzenia z wymyślnymi funkcjami. Często również odbywało się sprawdzanie czystości ucznia, a przede wszystkim rąk, głowy, uszu, szyi, a nawet nóg. Świadomość wagi higieny była u niektórych wyjątkowo niska. Robiono więc wszystko, by wykształcić pozytywne nawyki uczniów i ich rodziców. Starano się w ten sposób uniknąć wielu chorób i ciągle obecnej wszawicy. Uczniowie klas starszych pełnili dyżury i mieli obowiązek bawić się z uczniami klas młodszych. Było wiele zabaw zarówno dla dziewcząt, jak i chłopców. Chłopcy grali w piłkę nożną, dziewczyny zaś w „gumę”. Spotykaliśmy się także po lekcjach. Sam nie miałem zbyt dużo wolnego czasu, ponieważ musiałem pomagać rodzicom w gospodarstwie. Część czasu poświęcałem na zabawę z młodszym bratem. Wtedy bardzo prężnie działały drużyny zuchowe oraz harcerskie, do których należałem. Raz w tygodniu mieliśmy dzień mundurowy, wówczas większość uczniów ze szkoły przychodziła w mundurach. Należałem również do LOKU (Ligi Ochrony Kraju). Mieliśmy tam musztrę oraz strzelanie z wiatrówki.

Dziś jestem nauczycielem gimnazjum. Znalazłem się po drugiej strony barykady. Zauważyłem, że o wiele trudniej jest utrzymywać dyscyplinę, młodzież jest bardziej wyluzowana, bardziej roszczeniowa, wyposażona w różnego rodzaju media. Dawniej tego nie było. Tamte czasy były o wiele bardziej spokojne. Dzieci miały mniejsze możliwości wyboru rozrywki, zaspokojenia ciekawości świata. Nie czuliśmy potrzeby tego potworzonego biegu, by dorównywać innym narodom. Propaganda komunistyczna zrobiła swoje, a izolacja od zachodniego świata dopełniła reszty. Na szczęście wszystko się zmieniło. Żyjemy w wolnej Polsce, jesteśmy w gronie państw Unii, możemy swobodnie wyjeżdżać za granicę i poznawać świat. Wzrosły także nasze oczekiwania i potrzeby. To bardzo dobrze! Patrząc z perspektywy 32 lat pracy nauczycielskiej w tej szkole, jestem zadowolony z drogi, którą wybrałem w życiu, chociaż jest trudna i wymagająca.

**Z Wiesławem Koroną rozmawiała Magdalena Korona.**



# Samorząd Uczniowski

Rok 2015 to rok demokratycznych wyborów. Polacy wybierali nowego prezydenta i nowy rząd, nasi gimnazjaliści wybierali nowy Samorząd Uczniowski i nowego opiekuna. Wszystko przebiegało zgodnie demokratycznymi zasadami.

## nowe otwarcie!



Chyba wszyscy zdają sobie sprawę z tego, iż szkoła jest nie tylko miejscem nauki, ale również wychowania i przygotowania do życia w społeczeństwie obywatelskim. Uczniowie i uczennice mogą mieć wpływ na to, co dzieje się w szkole (oczywiście pod warunkiem, że będą tego chcieli) i wspólnie z nauczycielami decydować o wspólnych sprawach. Taką szansę daje im właśnie Samorząd Uczniowski. Umożliwia on aktywną działalność i podejmowanie mądrych oddolnych inicjatyw oraz konkretnych działań. Zdając sobie sprawę z tego, że reprezentantami uczniów muszą być osoby wyjątkowe, w szkole zorganizowano demokratyczne wybory. Oto wyniki: przewodnicząca-Agata Trojanowska, zastępca- Klaudia Pawlik, skarbnik-Magdalena Prościńska. W skład Samorządu weszli także Roksana Biegańska, Ola Bednarek i Jakub Ganczaruk. **Gratulujemy!**

Samorząd Uczniowski jest także procesem uczenia się młodych ludzi samorządności, w którym ważnym przewodnikiem są nauczyciele. W końcu tak blisko samorządności jest zwykła samowola. O to, by taka pomyłka nie miała miejsca w tym roku szkolnym dbać będzie **pani Elżbieta Deczkowska**, którą uczniowie wybrali na swojego opiekuna.

**Redakcja**

## SU dla chłopaków

Tradycyjnie 30 września -Dzień Chłopaka. Pojawiło się wiele ciekawych i oryginalnych pomysłów na to, jak uczcić to wydarzenie. Obok tradycyjnego tortu czy batonów pojawiła się też pizza. Z okazji tak ważnego święta Samorząd Uczniowski, pod opieką pani Eli, zorganizował wybory na Mistra Szkoły w różnych kategoriach. Głosowały same dziewczyny! Oto wyniki plebiscytu:

- 1.**Mister szkoły:** Artur Krzesiak i Krystian Żyszkowski
- 2.**Dżentelmen:** Artur Krzesiak
- 3.**Najmilszy chłopak w szkole:** Bartek Wójtowicz
- 4.**Najlepszy sportowiec:** Rafał Jurek i Kacper Stasiuk
- 5.**Najzabawniejszy chłopak:** Jakub Błaszczuk

**Gratulujemy!**

**Agata Trojanowska i SU**



## 1 dla świata!

Na początku października 2015 roku Samorząd Uczniowski ogłosił początek akcji charytatywnych:

- „Zakręcona akcja” - **Zamień śmieci w radość chorych Dzieci!** Zachęcamy w niej do zbierania nakrętek, które będą przekazane Lubelskiemu Hospicjum dla Dzieci im. Małego Księcia. Dzięki zebranym środkom pomagamy spełniać marzenia podopiecznych Hospicjum .
- **Ogólnopolska akcja „Oddaj telefon—odbierz aparat fotograficzny”**, organizowana przez Ekophone w związku z nadchodzącym “Dniem Ziemi”. Zbieramy zużyte telefony, które zostaną przekazane do profesjonalnego recyklingu. Zachęcamy wszystkich do aktywnego uczestnictwa! **Opiekun SU**



# Pisać każdy może



## Halloweenowa magia

Była to halloweenowa noc. Byłaby cicha, gdyby nie dzieciaki poubierane w stroje duchów, zombiaków i wampirów. Już dawno przestałem się w to się bawić. Jestem samotnikiem. Z wyboru. Nienawidzę towarzystwa, bo mnie wprawia w zażenowanie. Do szczęścia nie potrzebni mi są przyjaciele. Wielu mnie już zraniło. Siedziałem u siebie w pokoju, włączyłem laptop i oglądałem swój ulubiony serial „Glee” w Internecie. Tylko laptop rozpraszał mą samotność. Zatrzymałem odcinek i wszedłem na swojego bloga, żeby zamieścić nowy wpis. „Witajcie! Dzisiaj Halloween, więc wam życzę, aby odwiedził was Michael Myers z nożem rzeźnickim albo duch małej Azjaty, wychodzącej z telewizora. Znowu siedzę sam. Myślicie, że ganiam z dziećmi po cukierki? A co mi to da? Przecież mogę sobie kupić takie same w supermarkecie. Jestem zwykłym nastolatkiem. Jak to mówi mój szkolny pedagog, że poszukujemy własnej drogi. Przestałem czuć klimat Halloweenu. Może dlatego, że dorastam...Tyle z mojej strony. Nagle ktoś zapukał. Myślałem, że to mama zapomniała kluczy do domu i wyrwała się na chwilę

z przyjęcia. Jednak nie była to mama.. - Cukierek albo psikus!- wyrecytowała wesoło formułkę dziewczyna. To Chloe. Moja sąsiadka. Blondynka, szczupła i gadatliwa. Ubrała się w czarną koszulkę i jasne dżinsy, a na głowie miała kapelusz czarownicy. -Masz owoce może cukierki?- spytała, mając nadzieję, że mam. Miałem w kredensie. Rzadko je jem. Poza tym jestem jedynakiem, więc więcej dla mnie. Weszliśmy do pokoju..

-Nawet mi nie mów, że oglądasz samotnie to beznadziejne Glee? - spytała dziwnie poirytowana.

-Takie moje życie — westchnąłem. - Obejrzyjmy jakieś horrory! W końcu to Halloween - krzyknęła

Chloe na cały pokój.

-Na początek „Krzyk”. Wiadomo, że jak odbierzesz telefon, to i tak zginiesz! -powtarzaliśmy sobie reguły horrorów. Zapomniałem, jak to jest poczuć tą halloweenową magię i samą przyjaźń...



## SSSSSSStresssss

W naszym szybkim i skomplikowanym życiu codziennym zdarzają się napięcia i brakuje nam czasu na wypoczynek. Dzieje się tak, ponieważ układ nerwowy otrzymuje zbyt wiele informacji na raz i nie działa tak sprawnie, jak powinien. Często przy rzeczach trudnych dla nas, np. lekcje matematyki, nauczenie się wiersza na pamięć czy występ przed szeroką publicznością atakuje nas stres. Czym jest stres? „Stres to reakcja, która wywołuje napięcie organizmu przy nowej sytuacji wymagającej większej aktywności”. Krótkotrwały stres,

czyli pozytywny, powoduje, że jesteś zdolny do większego wysiłku. Mobilizuje do nauki i uzyskujemy wysokie wyniki. Taki stan jest potrzebny w życiu. Zdarza się również, że czujemy stres negatywny, czyli silny i długotrwały. Jest bardzo niebezpieczny dla zdrowia. Zamiast mobilizować, sprawia, że człowiek jest przytłoczony, zagubiony, napięty i niezdolny do działania.

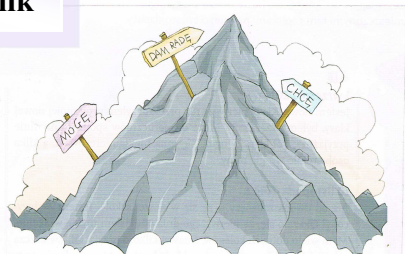
Jak radzić sobie ze stresem? Jest dużo sposobów, a wymienię tylko kilka z nich: muzyka - uspokaja, odpręża, joga- pomaga zachować równowagę emocjonalną, przezwyciężać stres i niwelować ból. Medytacja- kontroluje ból, łagodzi stres, walczy z bezsennością oraz przezwycięża poczucie niepokoju i paniki. Dzięki rozmowie z bliskimi staniesz się pewniejszy siebie i szybko zapomnisz o stresie. Pomocny jest też sport: gimnastyka, bieganie, koszykówka. Pomoże rozładować negatywne emocje i przy okazji wyrobisz sobie świetną sylwetkę oraz sprawność fizyczną. Trzeba dużo przebywać na świeżym powietrzu, mózg szybko się męczy, gdy otrzymuje za mało tlenu, dlatego korzystnie wpływa na stres aktywny wypoczynek. To pomoże nam uniknąć depresji tak częstej u ludzi żyjących w stresie.

**Milosz Mazurek kl. II b**

Twój własny Mount

EVEREST

**Monika Cieślik**





# Gimnazjum okiem pierwszaka

Domyślamy się, że przed 1 września pierwszacom dokuczały koszmary. Nowa szkoła, większe wymagania, nieznani nauczyciele i wreszcie obawa przed starszymi kolegami. Chcąc sprawdzić, jakie są Wasze wrażenia po miesiącu nauki, poprosiliśmy uczniów klasy I b o napisanie krótkich opinii na temat naszego gimnazjum. Okazuje się, że nie taki diabeł straszny i w nowej szkole czujecie się znakomicie. Przyznajemy, że bardzo nam miło i trzymamy Was kciuki!

Redakcja



Bartek Wójtowicz

Przed rozpoczęciem roku najbardziej bałam się nowych ludzi, lecz szybko okazało się, że niepotrzebnie. Największym pozytywnym zaskoczeniem byli nauczyciele. Są wyrozumiali, weseli i sympatyczni. Bardzo cenię, że w tej szkole tak bardzo zwraca się uwagę na kulturę. Cieszę się, że tu jestem....

Anonim



Miłosz Mazurek

W nowej szkole najbardziej podoba mi się w-f i chemia. Nikt mnie nie zaczepia, jest mi tu dobrze i wesoło.

Anonim

Po miesiącu uczęszczania do gimnazjum mogę śmiało stwierdzić, iż cieszę się, że tu trafiłam. Poznałam kilka nowych osób i bardzo związałam się z moją klasą. Myślałam, że w gimnazjum będzie mnóstwo nauki, ale nie jest tak trudno. Wystarczy uczyć się systematycznie.

Maja Prill

Byłam zdziwiona panującą tu atmosferą, nikt nikomu nie dokucza, nauczyciele są fajni a uczniowie mili. Czuję się tutaj jakbym była w domu. Anonim

Na początku myślałem, że w gimnazjum będzie trudno. Byłem zaskoczony, że panuje tu tak przyjemna atmosfera. Czuję, że będzie mi tu całkiem dobrze przez najbliższe trzy lata.

Anonim

W gimnazjum czuję się dobrze, ale nie podoba mi się, że muszę dojeżdżać do szkoły rowerem.

Kordian

W gimnazjum bardzo mi się podoba. Przed rozpoczęciem roku bardzo się bałam, ponieważ myślałam, że wszyscy będą mi dokuczać. Myliłam się. Jestem tutaj akceptowana i myślę, że każdy, podobnie jak ja, czuje się tutaj bardzo dobrze. Podobają mi się nauczyciele, którzy starają się przekazać nam dużo wiedzy. Jedyną rzeczą, która mi się nie podoba to mała hala gimnastyczna i duża odległość do orlika.

Julia

Przed przyjściem do gimnazjum myślałam, że będzie tu nudno. Okazało się, że jednak jest ciekawie, często przytrafiają się śmieszne sytuacje. Nauczyciele są fajni.

Ewelina

W nowej szkole jest po prostu dobrze! Zarówno lekcje, jak i przerwy, są ciekawe i fajne. Uczniowie uprzejmi i mili, co mnie bardzo zaskoczyło.

Anonim

## Oraz naszych absolwentek

Życie gimnazjalisty wspominamy jako niesamowity okres. W szkole spędziłyśmy niezapomniane trzy lata i chętnie wróciłybyśmy do tamtych czasów, starych znajomych i nauczycieli. Nasze gimnazjum jest dość małe i wszyscy się znali. Czuliśmy, że ta szkoła to nasz drugi dom, a klasa była jak rodzina. Nauczyciele – choć kiedyś tak nam się nie wydawało – byli bardzo mili i pomocni. Zawsze można było ze wszystkim się do nich zwrócić. To były czasy... Pamiętamy, że kiedy byliśmy jeszcze w gimnazjum, nie mogłyśmy się doczekać szkoły średniej. Chciałyśmy jak najszybciej wkroczyć w „dorosłe życie”. Jednak teraz śmiało możemy przyznać, że nie jest tak kolorowo. Chociaż dopiero zaczynamy nową szkołę, już możemy odczuć, jak wysokie są wymagania, jak wiele czasu trzeba poświęcić na nau-

kę, przygotowanie się do zajęć i odrabianie prac domowych. Już nie mamy czasu, żeby pochodzić ze znajomymi czy wyjść na boisko. Nie spodziewaliśmy się, że jest tak wielka różnica pomiędzy uczęszczaniem do gimnazjum i szkoły średniej. Teraz dopiero widzimy, że warto było uważać na lekcjach i uczyć się w gimnazjum, bo czym więcej wiedzy posiadasz, tym później łatwiej jest zaaklimatyzować w nowej średniej szkole.

Gimnazjum pozostaje już tylko w naszych wspomnieniach, są one bardzo ciepłe, a to najważniejsze.

Alicja Więcierzewska, Oliwia Sadłowska



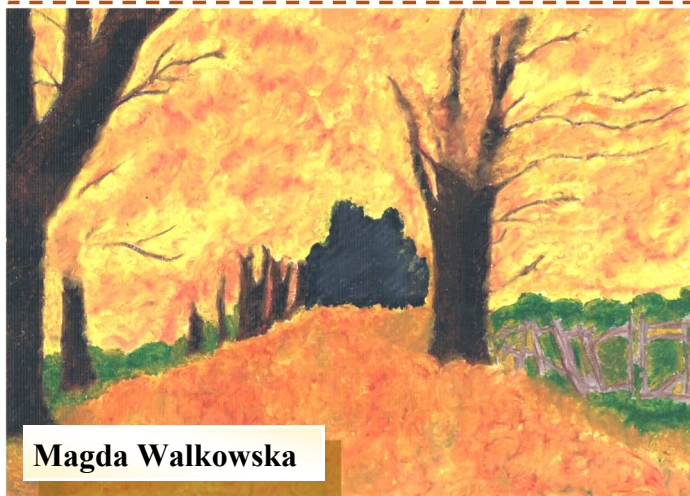


# W jesiennym nastroju

Każda pora roku ma swój specyficzny urok. Musimy tylko nauczyć się dostrzegać piękno, jakie ze sobą niesie ciągle upływający czas.

Jesień to smutna pora roku. Jest to czas, kiedy cała przyroda żegna się z nami, przygotowując się do zimowego snu. Woda w stawach, jeziorach i rzekach nabiera szarego i smutnego koloru. Barwne ptaki odlatują niczym żywa chmura. Pola stają się ciche i opustoszałe. Coraz częściej pojawiają się przelotne mżawki i obfite ulewę. Na ponurych łąkach wymierają ostatnie barwy natury. Dni stają się szare i krótkie. Coraz częściej witają nas poranne przymrozki. Mimo wszystko jesień ma też swoje zalety. Z drzew spadają ognistożółte pomarańczowe i czerwone liście, tworząc piękny barwny dywan. Lazurowe, rubinowe liście tańczą w rytmie silnego wiatru, pokrywając złote włosy traw. W lasach rosną dorodne grzyby, z których robi się przetwory na zimę. Po letniej, ciężkiej uprawie rolnicy w końcu mogą zebrać swoje plony.

**Maja Prill**



**Magda Walkowska**

Za oknem jesień. Łzy deszczu utworzyły lustro wody. Trawy są jak wysuszone pustynie. Jest to czas, gdy cała przyroda żegna się z nami i przygotowuje się do zimowego snu. Ta pora roku nie powinna nam się kojarzyć ze smutkiem, gdyż pełna jest rozmaitych barw. Zamglone lasy na jesiennym wietrze szumią cicho i lekko piękną muzykę. Liście figlarnie wirują w powietrzu, jakby bawiąc się z porywistym, jesiennym wiatrem, aby ostatecznie opaść na jedną z parkowych ławek. Jeszcze więcej niesamowitości dodają widokowi ubranemu w rubinowe i lazurowe liście poranna mgła, która snuje się wszędzie i tworzy pierzynę dla powoli budzącego się dnia. Pajęczyny są jak nić rozwieszona pomiędzy drzewami.

**Magda Prościńska**



**Patryk Stalowski**

Miesiące jesienne są zazwyczaj ponure, szare. Za oknem deszcz i plucha, lecz są też dobre strony jesieni. Są to jej barwy. Jesień cechuje różnorodność kolorów. W parku dostrzegamy piękne, kolorowe drzewa i krzewy, a na łące suche letnie kwiaty. W sadach szumiące liście jabłoni zachęcają do posłuchania jesiennych muzyki. Liście ocierają się o siebie, wydają szelest przyjemny dla naszego ucha. Możemy usiąść w sadzie i odprężyć się słuchając szumu liści, oglądając złotą trawę i dojrzewające jabłka. Naszym oczom ukarzą się pomarańczowe, czerwone, żółte, ogniste barwy drzew. Brązowe kasztany namalują nam całą jesień! Świergot ptaków utuli nas do snu. Nie jeden, lecz tysiące ptaków zaśpiewają nam koncert! Gdy już tak przyśniemy w jesiennym, malowniczym parku, pocujemy lekki łaskoczący nas po policzkach wiatr, ogrzewający nas niczym miękki kocyk. Jak tu nie kochać tej najpiękniejszej pory roku?!

**Dominika Koziol**



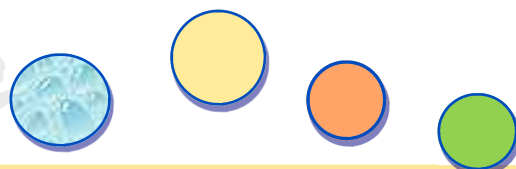
**Patrycja Godula**

W czasie jesiennych pory, można zobaczyć przyrodę powoli zapadającą w sen zimowy i przygotowującą się do śnieżnego okresu. Każdy doskonale wie, kiedy nadchodzi jesień. Drzewa, a właściwie ich liście, przybierają niesamowite barwy w tonacji czerwieni, żółci i brązu. Te spadające liście stają się natchnieniem dla wielu malarzy.

**Paweł Radko**



# Magiczna chemia



Polskie Towarzystwo Chemiczne i Wydział Chemii Uniwersytetu Warszawskiego realizowały projekt edukacyjny dla wybitnie uzdolnionych uczniów „I Ty zostaniesz Olimpijczykiem” współfinansowany ze środków MEN. Grupa uczniów z naszej szkoły pod opieką pana Grzegorza Kocandy wzięła w tym projekcie udział. Składał on się z zajęć laboratoryjnych z chemii organicznej, analitycznej i nieorganicznej. Były też zajęcia rachunkowe i warsztaty z psychologii.



zachodzących reakcji chemicznych. Wykonywanie doświadczeń sprawiło nam wielką radość. Były wybuchy te małe i większe, a oprócz tego wiele pobitych próbówek. Na zajęciach kontroli poddawana była nasza cierpliwość, gdyż czasami musieliśmy czekać na efekty naszych eksperymentów. Zasady bezpiecznej pracy w laboratorium chemicznym mamy już „w małym paluszkach”, ponieważ powtarzaliśmy je kilka razy. Uczestniczyliśmy również w zajęciach rachunkowych. Wyjaśniono nam tam pojęcie mola i stężenia molowego, a także objętości molowej gazów. Ponadto wzięliśmy udział w warsztatach psycho-

27 września pojechaliśmy do Warszawy w składzie Anna Trojanowska, Klaudia Pawlik, Kacper Stasiuk, Mateusz Zamościński oraz Pan Grzegorz Kocanda na warsztaty chemiczne. Pierwszego dnia naszych warsztatów, czyli 28 września odbyło się oficjalne powitanie. Organizatorzy podzielili wszystkie szkoły na trzy grupy, a każdej z nich przyznano nazwę. Należeliśmy do grupy C, a nasza czteroosobowa „drużyna” dostała tytuł „Miedziowce”. Podczas zajęć laboratoryjnych z zainteresowaniem badaliśmy reaktywność związków nieorganicznych i organicznych. Dowiedzieliśmy się wiele rzeczy o szybkości reakcji, nauczyliśmy się prawidłowego opisywania przeprowadzonych przed siebie doświadczeń. Często porównywaliśmy nasze wyniki i nie zawsze były one takie same. Wyciągaliśmy wtedy wnioski i zadawaliśmy sobie pytanie: Co poszło nie tak? Następnie formułowaliśmy wnioski, co było bardzo ważną umiejętnością. Ileż trzeba było się nagłowić, aby sensownie ująć w słowa wynik doświadczenia. Zapisywaliśmy równania oraz tworzyliśmy schematyczne rysunki



logicznych. Poznaliśmy się bliżej z innymi grupami. Wspólnie robiliśmy wiele ciekawych zadań, jak: wykonanie wieży ze słomek i szpilek (co wcale nie jest takie łatwe, jak się wydaje), tor przeszkód z jajkiem czy kalambury.

Na zajęciach zawarliśmy nowe przyjaźnie i mogliśmy odpocząć od laboratorium. Dzięki tej „lekcji” zrozumieliśmy, jak ważna jest praca w grupie, asertywność czy radzenie sobie z konfliktami. Na koniec odbyło się oficjalne zakończenie warsztatów, wówczas dostaliśmy certyfikaty i w pełni zasłużone nagrody.

Nie chcieliśmy odjeżdżać, gdyż poznaliśmy tam wiele ciekawych osób, z którymi mieliśmy bardzo dobry kontakt. Nikt z nas nie zapomni o warsztatach jak i o najważniejszych rzeczach, których się nauczyliśmy. Wróciliśmy do domu pełni wrażeń i nowej wiedzy, zadowoleni i gotowi do nauki w szkole.



Klaudia Pawlik



# Życie Szkoły

## Ślubowanie Pierwszaków i Dzień Nauczyciela

13 października w naszym gimnazjum odbyła się wyjątkowa uroczystość—Dzień Nauczyciela. Na początku było bardzo oficjalnie. Po wprowadzeniu sztandaru odśpiewaliśmy hymn naszej szkoły. Dla nas, pierwszaków był to wyjątkowy moment. Po tej uroczystej części, każdy mógł się trochę pośmiać. Wystawiono skecz i odśpiewano piosenkę o naszych kochanych nauczycielach. Następnie odbyło się pasowanie na ucznia, podczas którego my, pierwszoklasiści złożyliśmy przysięgę na sztandar szkoły. Pani Dyrektor życzyła nam powodzenia w gimnazjum, otrzymaliśmy także życzenia od Samorządu Uczniowskiego. W tym momencie staliśmy się prawdziwymi gimnazjalistami! Na zakończenie Pani Dyrektor wręczyła podziękowania i nagrody dla nauczycieli. Pan Marek Kopieniak wręczył nagrodę Wójta gminy Hańsk pani dyrektor Teresie Maśluch za całokształt



pracy. Nagrodę otrzymała także pani Elżbieta Deczkowska za wysokie wyniki egzaminu gimnazjalnego z historii. Na zakończenie SU przedstawił wyniki plebiscytu uczniów na najlepszego nauczyciela w czterech kategoriach:

- 1.Najlepszy organizator-p.Elżbieta Deczkowska
- 2.Przyszłość szkoły- p. Emil Witowski
- 3.Robotnik roku- p.Stanisław Onyszko
- 4.Najzabawniejszy-p.Michał Krawczuk
- 4.Autorytet- p.Emil Witowski.

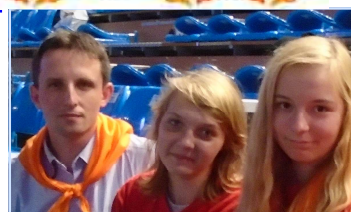
**M. Prill**

## Wybory,wybory,wybory...

20 października odbyła się symulacja wyborów powszechnych do parlamentu. Uczniowie mogli zagłosować na swojego kandydata. Koordynacją działań nad tą swoistą lekcją demokracji zajęła się pani Małgorzata Wołoszun. Wyniki poznaliśmy po 25 października. My także wybraliśmy PiS. **E. Majewska**

## Zjazd kół Caritas

12-13 września w Rzeszowie odbył się ogólnopolski zjazd szkolnych kół Caritas. Eliza, ja i pan Emil Witowski reprezentowaliśmy nasze szkolne koło.



Uroczystość odbywała się na hali sportowej, było przedstawienie grup, pokazy akrobatyki oraz koncert. Wśród atrakcji nie zabrakło także zwiedzania Rzeszowa oraz pokazów fontann. Poznałyśmy wiele wspaniałych osób i „uduchowiłyśmy się” na najbliższe tygodnie.

**Agata Trojanowska**



16 października, z okazji dnia papieskiego, odbył się kiermasz słodkości. Uczniowie z SKC samodzielnie przygotowali ciasta, które kusily smakowitym wyglądem. Musiały być również pyszne, ponieważ już na piątej przerwie nie pozostał nawet okruszek! Cały zebrany dochód zostanie przeznaczony na rzecz Fundacji Dzieła Nowego Tysiąclecia.

**Ola Budner, Weronika Ćwir**

## Rajd Partyzancki Śladami Żołnierzy Wini

Rajd zorganizowało Stowarzyszenie Miłośników Ziemi Hańskiej wraz ze Szkolnym Kołem PTTK. Celem było uczczenie 72 rocznicy akcji zbrojnej przeprowadzonej w Hańsku przez oddziały AK placówek Hańsk, Dubeczno i Lubowierz. Uczniowie obejrżeli w GOK-u w Hańsku wystawę przypominającą o tym wydarzeniu, zapalili znicze na grobach partyzantów oraz przy pomniku w Hańsku. Poznali także działalność „Oddziału Lotnego Nadbużanka” oraz odwiedzili Izbę Szkolną, Strażnicę SG i Ogród Papieski w Woli Uhruskiej. Rajd zakończył się pieczeniem kiełbasek na grillu. Mimo deszczowej pogody humory dopisywały. Przewodnikiem była pani B. Puacz -Mazurek oraz pani M.Kończal.

**Bartek Wójtowicz**





## ZSPÓŁ REDAKCYJNY

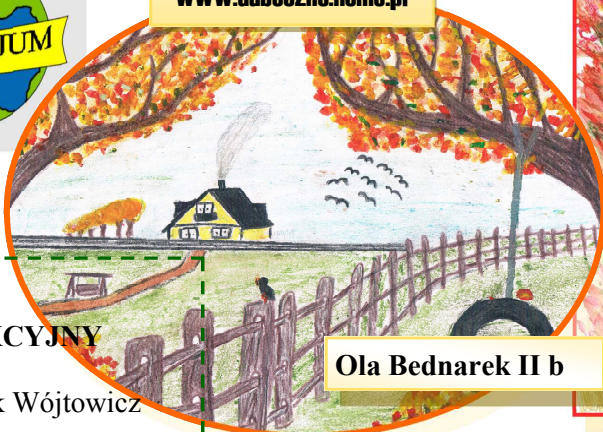
1. Bartek Wójtowicz
2. Miłosz Mazurek
3. Agata Trojanowska
4. Tokarska Patrycja
5. Klaudia Pawlik
6. Maja Prill
7. Magda Prościńska
8. Dominika Kozioł
9. Paweł Radko
10. Ola Bednarek
11. Weronika Ćwir
12. Magda Korona
13. Eliza Majewska

## RYSUNKI:

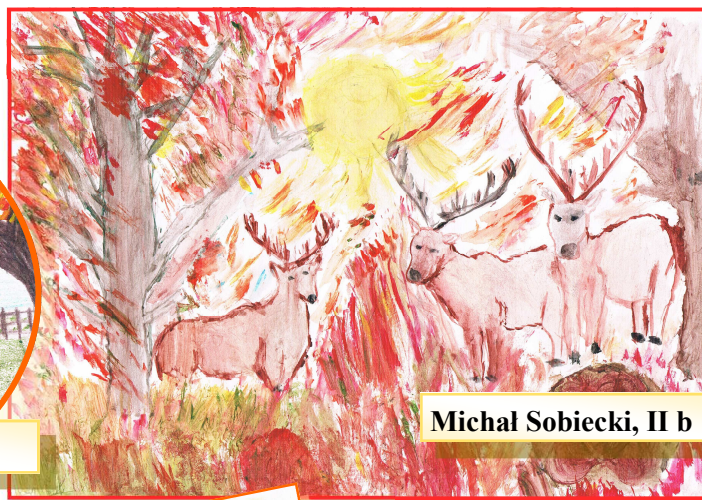
1. Bartek Rut
2. Weronika Sieradzka
3. Magda Walkowska
4. Ola Bednarek
5. Kasia Obara
6. Natalia Krzesiak
7. Michał Sobiecki
8. Patryk Stalbowski
9. Patrycja Godula
10. Anna Trojanowska
11. Miłosz Mazurek
12. Monika Cieślik
13. Martyna Jaworska
14. Bartek Wójtowicz

## OPIEKUNOWIE:

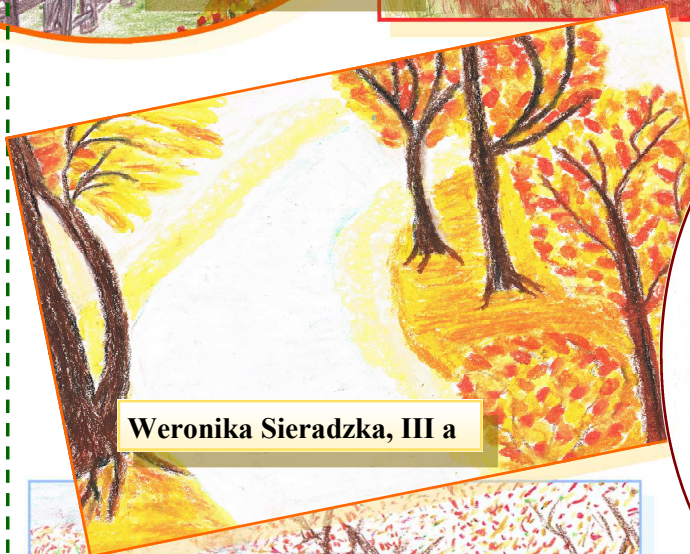
1. Barbara Fajge
2. Elżbieta Deczkowska



Ola Bednarek II b



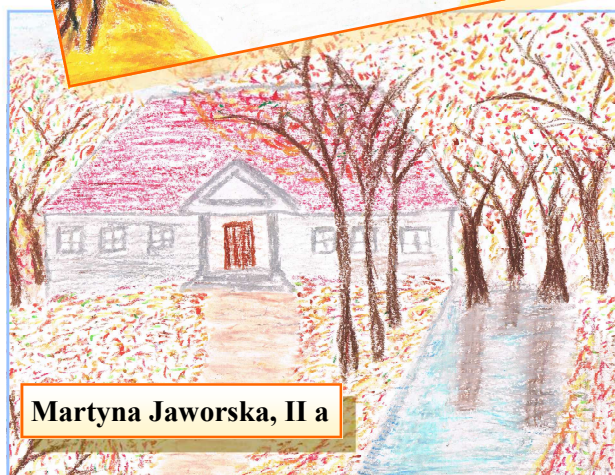
Michał Sobiecki, II b



Weronika Sieradzka, III a



Patryk Stalbowski III b



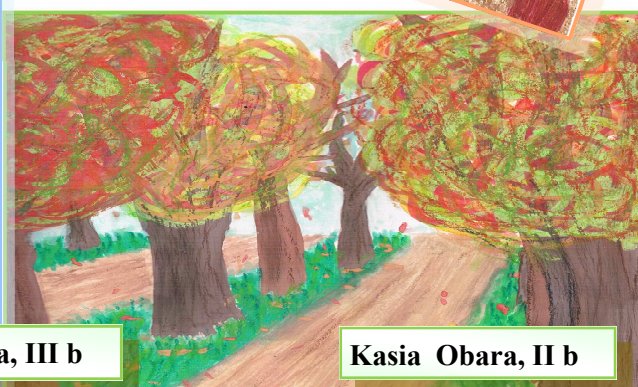
Martyna Jaworska, II a



Natalia Krzesiak III b



Anna Trojanowska, III b



Kasia Obara, II b