

GŁOS ÓSEMKI



Drodzy Czytelnicy!

Zapraszamy Was do przeczytania wiosennego wydania „Głosu Ósemki”. Mamy nadzieję, że nasze artykuły Was zaintrygują i że czytając je, będziecie mogli się odprężyć.

W tym numerze znajdziecie: interesujący wywiad z naszą szkolną pielęgniarką – Panią Lilianną Bogdańską, artykuły o tematyce przyrodniczej - dowiedcie się, jaką rolę w życiu ludzi odgrywa przyroda i czy warto dbać o zielen. Ponadto dowiedcie się, dlaczego warto stawiać sobie wymagania i jaka jest zasadność noszenia mundurków w szkole.

W gazetce znajdziecie też artykuły o tematyce literackiej, między innymi o odwadze Harrego Pottera, o tym, że miłość ma różne oblicza, a w naszym życiu najważniejsze jest tworzenie więzi oraz tekst o tym, jak książki wzbogacają nasze życie. W wolnym czasie możecie rozwiązać wiosenną krzyżówkę lub spróbować wypieków z przepisów, które znajdują się w rubryce „Smaczne co nieco”.

Tematy na czasie to: porozumienie między pokoleniami, hejt, przyjaźń oraz pierwszy wyjazd bez rodziców. Zachęcamy też koleżanki i kolegów z Ukrainy do przeczytania artykułów w Waszym ojczystym języku. Na zakończenie chcielibyśmy życzyć Wam udanego i bezpiecznego wypoczynku w czasie majówki.

Redaktorzy „Głosu Ósemki”

Дорогі читачі!

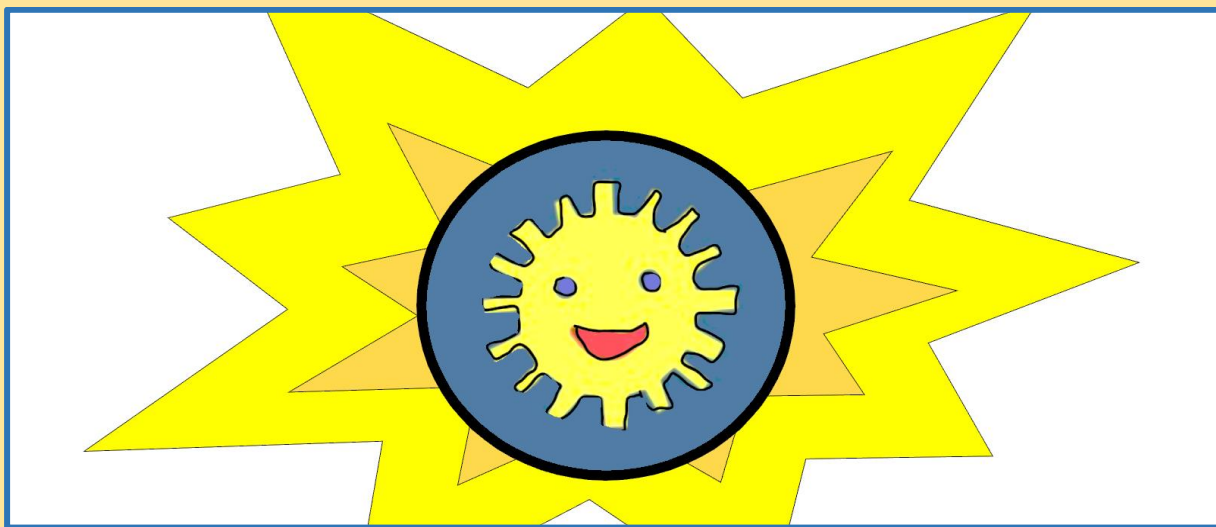
Запрошуємо вас до прочитання весняного видання „Голос Вісімки”. Сподіваємося, що Наші тексти вас зацікавлять і що читаючи їх ви матимете змогу відпочити.

В цьому номері знайдете: Цікаве інтерв'ю з нашою шкільною медсестрою Ліліаною Богданьською, статті на тему природи- Дізнаєтеся яку роль в житті людини відіграє природа і чи потрібно дбати про зелень. Крім того дізнаєтеся, для чого варто ставити собі вимоги і яке значення має носіння шкільної форми в школі.

В газетці Знайдете також статті на літературні теми між іншим про мужність Гарі Поттера, І як книжки наповнюють наше життя. В вільний час можете розв'язати весняні кросворди або спробувати щось спекти з рецептів які Знаходяться в рубриці смачне.

Теми вчасно: Взаєморозуміння між поколіннями, хейт, Дружба та перша поїздка без батьків. Заохочуємо також дівчат та хлопців з України до прочитання статі на вашій рідній мові. На закінчення хотіли б Побажати вам вдалого і безпечного відпочинку в часі Маївок.

Редактори „Голосу Вісімки”



Poznajmy się - rozmowa z gościem specjalnym „Głosu Ósemki”

Wywiad z Panią Lilianną Bogdańską – pielęgniarką pracującą w naszej szkole

LB - Pani Lilianna Bogdańska

OS i LJ - Ola Sierakowska i Lila Jarzabek

OS i LJ - **Za co lubi Pani swoją pracę?**

LB - Lubię pomagać innym. Praca daje mi dużo satysfakcji, kiedy mogę udzielić porady chorym lub zagubionym w ich niedomaganiu.

OS i LJ - **Od ilu lat pracuje Pani w naszej szkole?**

LB - We wrześniu rozpoczęłam 15. rok pracy w naszej szkole.

OS i LJ - **Jaki ma Pani kontakt z uczniami?**

LB - Wydaje mi się, że dobry. Lubię rozmawiać z dziećmi.

OS i LB - **Na czym polega praca pielęgniarki szkolnej i czy jest ona trudna?**

LB - Praca w szkole polega na profilaktyce, czyli zapobieganiu schorzeniom poprzez przygotowanie do badań bilansowych i wykonywaniu tzw. testów przesiewowych. To również udzielanie pierwszej pomocy w nagłych wypadkach oraz wiele rozmów o zdrowiu. Przeprowadzanie zabiegów fluoryzacji to również metoda profilaktyki próchnicy zębów. Trudność pracy w szkole to przede wszystkim wielka odpowiedzialność za podejmowane decyzje, np. w udzielaniu pierwszej pomocy.

OS i LJ - **Jak praca wpływa na Pani życie osobiste?**

LB - Są dni, kiedy do gabinetu przychodzą uczniowie i rozmawiamy o ich problemach zdrowotnych. Czasami rozmowy trwają dość długo i wtedy w domu zastanawiam się, czy wskazówki, jakich udzieliłam, są wystarczające, czy czegoś nie przeoczyłam.

OS i LJ - **Co doradza Pani nam, młodym ludziom, w zakresie dbania o zdrowie i higienę?**

LB - Na zachowanie zdrowia ma wpływ wiele czynników m.in.: właściwe odżywianie, wysiłek fizyczny, higiena osobista, higiena snu, higiena wypoczynku. W szkole całe grono pedagogów wraz ze mną stara się przekazać wiedzę z tych obszarów na lekcjach czy też poprzez programy profilaktyczne. Wystarczy zapamiętać i stosować na co dzień przekazane informacje.

OS i LJ - **Jakie niebezpieczeństwa związane z zagrożeniem zdrowia „czyhają” na nas w szkole?**

LB - Najczęściej występują urazy: otarcia naskórka, stłuczenia, skręcenia itp. Ze względu na dużą liczbę uczniów w częściach wspólnych (korytarzach) może dochodzić do przenoszenia drogą kropelkową schorzeń wirusowych.

OS i LJ - **Jaki był Pani ulubiony przedmiot szkolny?**

LB - Ulubiony przedmiot to biologia.

OS i LJ - **Co lubi pani robić w wolnym czasie?**

LB - Najczęściej czytam, a w sezonie letnim pracuję w ogrodzie.

OS i LJ - **Kim chciała Pani zostać w dzieciństwie?**

LB - Zawsze myślałam, że zostanę lekarzem.

OS i LJ - **Jakie jest Pani hobby?**

LB - Ze względów na coraz słabszy wzrok rzadko do niego wracam, ale kiedyś dużo haftowałam.

OS i LJ - **Jakie jest Pani największe marzenie?**

LB - Może nie jest największe. W najbliższym czasie chciałabym zwiedzić Rzym.

OS i LJ - Gdzie poleca Pani wybrać się w wolnym czasie?

LB - Każdy ma swoje zainteresowania i trudno jest coś polecić. Dla mnie ważne jest, aby dużo czasu spędzać na świeżym powietrzu.

OS i LJ - Jazda na rowerze czy spacer?

LB - Obojętnie. Najważniejsze, żeby się poruszać i zmusić mięśnie do pracy.

OS i LJ - Książka czy film?

LB - Ja wybieram książkę.

OS i LJ - Jaki typ muzyki Pani preferuje?

LB - Ostatnio często słucham muzyki poważnej.

OS i LJ - Koty czy psy?

LB - Lubię psy.

OS i LJ - Jaki gatunek filmowy lubi Pani najbardziej? Jaki film poleca Pani na długi wiosenny weekend?

LB - Najczęściej oglądam filmy obyczajowe i dramaty. Co pewien czas wracam do filmu „Zabić drozda”, który serdecznie polecam.

OS i LJ - Dziękujemy Pani za rozmowę.

Na czasie

Jak ciekawie spędzić weekend majowy?

Okazało się, że na weekend majowy nie masz żadnych planów i pozostało Ci tylko siedzenie przed telewizorem przez kilka kolejnych dni. Nie brzmi to zbyt ciekawie. W tym artykule postaram się przedstawić kilka sposobów na produktywne (i trochę mniej produktywne) spędzenie czasu w nadchodzący i wyczekiwany weekend majowy.

Pierwszy sposób jest dla tych, którym brakuje wytchnienia w nieustannym szkolnym biegu. Mianowicie jest to nadrobienie zaległości... książkowych! Z pewnością masz na półce książki, na które zawsze brakuje Ci czasu, a one tylko leżą i czekają, aż weźmiesz je do ręki.

Kolejnym sposobem na weekendowe zabicie nudy jest wyjście na dwór. W słoneczne dni spróbuj nowego sportu. Jest to fantastyczna zabawa, ale również zdrowy, aktywny wypoczynek dla Twojego organizmu. Możesz też zrobić sobie małą wycieczkę – z przyjaciółmi czy w pojedynkę - choćby do pobliskiego parku, lasu czy nad staw.

No dobrze, a co robić w deszczową niedzielę? Gdy skończyła nam się już kolejka książek do przeczytania, a na dworze nie mamy czego szukać, warto sięgnąć po farby lub pastele i wyczarować nowe dzieło sztuki! Jeśli nie czujemy się w tych tematach jak ryba w wodzie, zawsze można

spróbować abstrakcji – tylko rozłóżcie gazety, by nie pobrudzić otoczenia podczas szalonego malarstwa!

Oczywiście dopełnieniem czasu mogą być również gry planszowe oraz komputerowe czy też leniwe wieczory przed telewizorem. Najważniejsze jest jednak, by nie zapomnieć o innych ciekawych aktywnościach, których możemy doświadczyć w tym czasie!

Anna Szeredi



Wiosna

Jedną z moich ulubionych pór roku jest wiosna. Wtedy przyroda zaczyna żyć od nowa. Wszystkie drzewa stają się zielone, zaczynają rosnąć piękne kwiaty. Ptaki przylatują z ciepłych krajów. Ale również chce zauważyć, że wiosną bardzo często zmienia pogoda: jednego dnia grzeje ciepłe słońce a następnego leje jak z cebra. Osobiście lubię wiosnę, bo rozumiem, że po niej zaczyna się słoneczne lato.

Mariya Tsebak

Весна

Однією з моїх улюблених пір року є весна. На весні ніби оживає природа після довгої зимової сплячки. Всі дерева починають зеленіти, починають рости гарні квіти. Птахи прилітають з теплих країв. Але також хочу зауважити, що на весні дуже часто змінюється погода: одного дня гріє тепле сонце а наступного лие як з відра. Особисто люблю весну томущо розумію, що по весні наступає тепле літо.

Марія Цебак

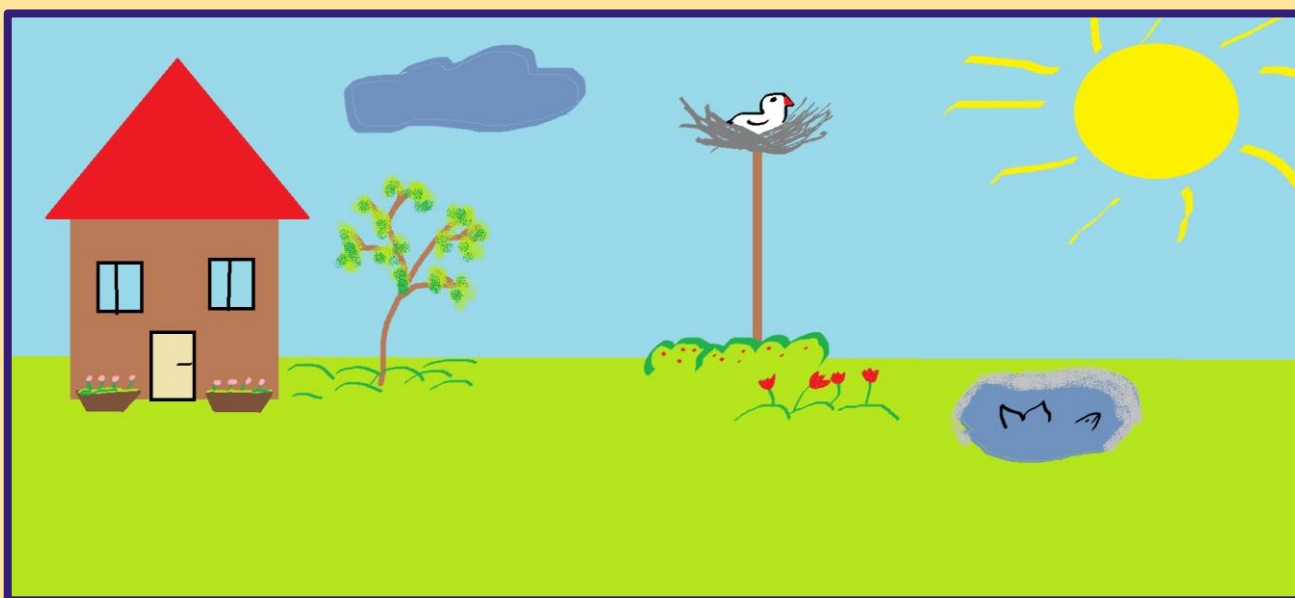
Wiosna

Wiosna jest piękną porą roku, wszystko kwitnie, robi się zielono. Podoba mi się, że wracają ptaki i zaczyna być kolorowo. Można pójść do parku lub pojechać na rowerze. Czasem jednak pada deszcz i jest zimno, wtedy lepiej zostać w domu i poczekać na... ciepłe lato.

Danylo Rodin

Весна

Весна є прекрасною порою року, все розквітає, робиться зелене. Подобається мені, що повертаються птахи і все навкруги стається кольорове. Можна піти до парку або поїздити на велосипеді. Часами однак падає дощ і на дворі зимно, тоді краще залишитися в дома і почекати на тепле літо.



Данило Родін

Pierwszy wyjazd bez rodziców

Minęła już połowa roku szkolnego, niedługo wakacje. Zastanawialiście się, jak wygląda wyjazd bez rodziców? W tym artykule dowiecie się najważniejszych rzeczy o pierwszym wyjeździe, na przykład na obóz. Mam dla Was kilka cennych rad.

Jeśli nie wiecie, czy odnajdziecie się w jakiejś grupie osób, zapytajcie przyjaciół, czy pojedą z Wami. Będzie Wam różniej i nie będziecie się bać czy wstydzić zagadać do innych. Osoba, z którą pojedziesz, będzie Ci towarzyszyła i razem będziecie spędzać czas, dzięki czemu nie będziesz odczuwać tak braku rodziców.

Jedziesz sam? Nie bój się nawiązywać nowych znajomości. Na takich wyjazdach jest mnóstwo miłych osób. Nie bój się zagadać. Być może jest tam ktoś, kto tak jak Ty pojechał, nikogo nie znając. Kiedy byłeś mały, pewnie rodzice pomagali Ci nawiązać kontakt z kimś, na przykład czy pobawi się z Tobą w piaskownicy. Na wyjeździe, gdy nie ma z Tobą rodziców, nie musisz się obawiać zagadać do kogoś, ponieważ nie osiągniesz sukcesu, nie próbując.

Myśl o miłym spędzaniu czasu, zrelaksuj się. Jeśli nadal boisz się pojechać na wyjazd bez rodziców, pomyśl o tym, jak możesz spędzić miło czas, odpocząć. Zamiast myśleć o tym, że jedziesz sam, pomyśl o na przykład o atrakcjach, jakie będziesz miał na wyjeździe, nawiązaniu nowych znajomości, zwiedzaniu nowych miejsc.

Liliana Jarząbek

Czy można uniknąć konfliktu pokoleń?

Drodzy Czytelnicy! Przychodzę do Was z artykułem o starciu pokolenia Z z pokoleniem X oraz Y.

Pokolenie Z to osoby urodzone po 1995 roku, które nie znają życia bez Internetu i social mediów. Charakteryzują się mobilnością, szybką reakcją na zmiany i realistyczne podejście do życia. Natomiast pokolenie X i Y to osoby urodzone między rokiem 1965 a 1994. Ich dzieciństwo przypało na okres transformacji ustrojowej w Polsce.

Już od najmłodszych lat utwierdzamy się w przekonaniu, że sprzeczki między dzieckiem a rodzicem są nieuniknione. Ciągłe słyszymy od rodziców, że mamy beztrudne życie, a naszym jedynym obowiązkiem jest nauka, dostanie się do szkoły marzeń. Czy oni nie wiedzą, że każdy człowiek na tej ziemi ma problemy odpowiednie do swojego wieku? Dla małego dziecka końcem świata jest to, że stopniał śnieg. Co jest problemem dla nas, młodych osób? Tu się zaczynają schody. Pierwsze miłości, nauka, zakazy, nakazy, zranienia, odrzucenia, stres. Mamy masę wyborów akurat w wieku, w którym mamy kłopot z dobrym podejmowaniem decyzji. Ciężko nam przystosować się do zmiany otoczenia, gdy już się do czegoś przywiązemy.

Uważamy, że starsze osoby nie rozumieją problemów dzisiejszej młodzieży. Jest w tym trochę prawdy, lecz trzeba pamiętać, że obecni starsi też byli młodzi. Przeżywali podobne sytuacje do naszych. Wiadomo, że trzydzieści lat temu czasy były inne. Nie było przede wszystkim Internetu, a cenione wartości mogły się różnić od tych dzisiejszych. Społeczeństwo nie naciskało na bycie pewnym siebie. Liczyło się coś więcej niż prezentowanie się z zewnątrz. Liczyła się charyzma i cechy charakteru, to czy ktoś był pomocnym człowiekiem. Teraz, gdy świat im pokazał, że nie wszystko jest sprawiedliwe, nauczyli się radzić sobie z problemami. Nabrali więcej odpowiedzialności i stabilności emocjonalnej.

Bywa, że od starszych pokoleń wciąż słyszymy, że byli lepszymi dziećmi, pomagali rodzicom, a w szkole żadnej jedynki nie dostali. To nieprawda. Ponoszenie konsekwencji w przeszłości zachęciło ich, aby pomyśleć dwa razy, zanim zrobią. Dlatego tak często ostrzegają nas przed różnymi działaniami. Z czasem jednak i my zaczniemy rozumieć naszych rodziców. Coraz mniej konfliktów będzie miało miejsce. Upodabniamy się do nich i martwimy się o sprawy istotne.

Mówi się, że historia zatacza koło. Prawdopodobnie sprawy związane z brakiem zrozumienia

dzieci i rodziców wystąpią też między nami a naszymi pociechami. Czasy znowu się zmieniają, a maluchy też będą myśleć, że wiedzą najlepiej. W taki sposób działa świat. Podsumowując, nie da się uniknąć konfliktu pokoleń.

Sabina Tomzik

Mundurek szkolny - szansa na równość czy utrata indywidualności?

Wprowadzenie jednolitego stroju szkolnego wciąż jest tematem dyskusji, najczęściej między uczniami a nauczycielami. Dlatego w tym artykule chciałbym rozważyć wszelkie "za i przeciw" tego rozwiązania.

Wprowadzenie stroju szkolnego, takiego samego dla wszystkich uczniów, pozwala na zatuszowanie różnic w sposobie ubierania się, a tym samym zapobiega to dyskryminacji osób o gorszym statusie materialnym. Wszyscy uczniowie mieliby równe szanse na zaakceptowanie przez innych, co wpłynęłoby pozytywnie na atmosferę w szkole i nie dopuściłoby do rywalizacji w aspekcie ubioru.

Dodatkowo, jednolity strój szkolny to oszczędność dla rodziców. Nie będą oni musieli kupować swoim dzieciom coraz to nowszych ubrań, co nie tylko zabiera czas, ale też pieniądze. Dzięki mundurkom będzie można oszczędzić zarówno jedno, jak i drugie.

Jednak wprowadzenie jednolitego stroju szkolnego ma też swoje negatywne strony. Jednym z argumentów przeciwko jest zmniejszenie indywidualności i poczucia własnego stylu uczniów. Jednakże, jednolity strój szkolny nie musi oznaczać kompletnej utraty indywidualności. Uczniowie wciąż mogą wyrażać siebie poprzez inne części garderoby lub dodatkowe akcesoria, takie jak: spodnie, obuwie czy plecak.

Podsumowując, mundurki szkolne mogą przynieść wiele korzyści dla uczniów i samej szkoły. Pomimo lekkiego naruszenia indywidualności ubioru, posiadają głównie pozytywne aspekty. Osobiście jednak uważam, że jednym z ważniejszych punktów życia młodzieży jest właśnie wyrażanie siebie i własnego stylu, lecz w niektórych przypadkach rzeczywiście jednolity strój może być lepszym rozwiązaniem.

Paweł Puślecki

Dlaczego równy ubiór w szkole jest tak ważny?

Drodzy Czytelnicy, czy zakładając przed lekcjami obowiązkowy strój uczniowski, zwróciliście uwagę na to, po co nosimy mundurki w szkole? Czy zastanawialiście się, dlaczego został wprowadzony obowiązek ich noszenia?

Zacznijmy od najbardziej oczywistego powodu - czyli reprezentacji szkoły. Jeśli razem z klasą lub całą szkołą gdzieś wychodzicie, np. do teatru, otoczenie będzie wiedzieć, skąd jesteście i łatwo

będzie was odróżnić od innych.

Jest jednak znacznie ważniejszy powód. Pochodzimy z różnych domów i rodzin, więc nasz ubiór będzie znacząco się różnił od innych. Należy pamiętać, że inni mogą również nas krytykować, skupiając się tylko i wyłącznie na ubiorze. Jeśli założymy mundurek, nikt nie może nas ocenić po tym, w co się ubieramy w myśl zasady „Nie oceniaj książki po okładce”.

Karol Konarzewski

Ciekawostki - warto wiedzieć!

Dlaczego warto dbać o zieleni?

Często słyszy się o tym, że warto dbać o zieleni, ale czy kiedyś zastanawiałeś się, dlaczego? Naszym zdaniem dbanie o zieleni jest bardzo ważne. Zieleni jest dla nas bardzo dobra, a co smutne, wiele osób o tym nie wie lub to ignoruje.

Po pierwsze zieleni sprzyja aktywnemu wypoczynkowi. Na przykład w parku, w lesie, na łące. Dzięki aktywnemu wypoczynkowi jesteśmy w stanie pozostać zdrowi. Jesteśmy też w stanie się zrelaksować.

Po drugie zieleni oczyszcza powietrze w procesie fotosyntezy, pobierając dwutlenek węgla, a oddając czyste powietrze.

Po trzecie w obecnych czasach nasz świat jest opanowany śmieciami, widać to gołym okiem na ulicach czy nawet w parkach. Nieśmiecenie pozwala nam zachować piękno świata. Przyroda kreuje piękne krajobrazy, bo to przecież ona tworzy zjawiskowe zachody słońca, łąki z kwiatami czy widoki na góry.

Ponadto zieleni jest nam potrzebna, by żyć; natura daje nam żywność. Ludzkość postarała się i stworzyła jedzenie, lecz nie zastąpi świeżego i pysznego daru natury.

Podsumowując, dbanie o zieleni da nam dalsze szczęśliwsze życie. Dzięki przyrodzie człowiek ma możliwość spędzić miło czas i się odprężyć.

Michał Trzeźniewski, Mateusz Woźniak

Чому варто дбати про зелень?

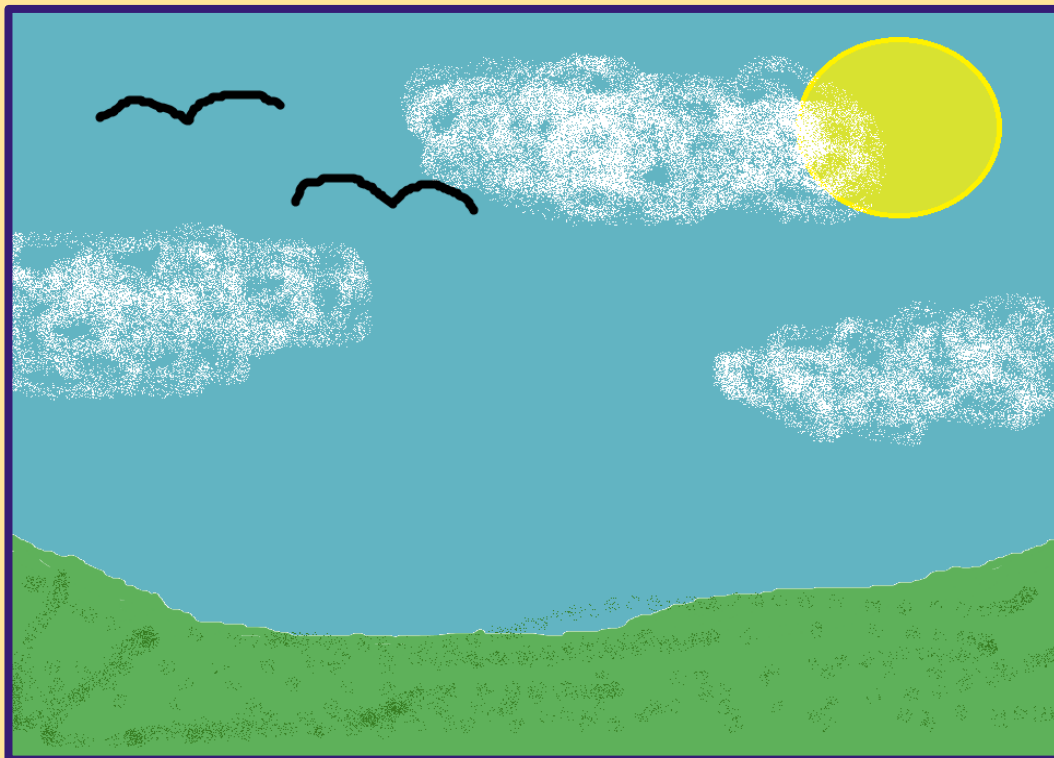
Часто чуємо про те, що потрібно дбати про зелень але чи ви колись замислювалися, чому?

По-перше Зелень Сприяє активному відпочинку наприклад В парку, В лісі, На лузі. Дякуючи Активному відпочинку ми здатні Залишитись здоровими. По-друге зелень очищує повітря.

По-третє в теперішніх часах наш світ переповнений сміттям, це можна побачити неозброєним оком на вулиці чи навіть в парку. Відсутність сміття дозволяє нам зберегти красу світу. Між іншим зелень нам потрібна, щоб жити природа дає нам їжу.

Підводячи підсумок дбанн про зелень дасть нам дальше щасливе життя . Дякуючи природі людина має можливість проводити добре час і відпочити.

Махал Тшешнієвскі і Матеуш Возніак



Tworzenie więzi jest najważniejsze

Drodzy Czytelnicy, mam przeczucie, że choć jeden raz w życiu sięgnęliście po książkę „Mały Książę” lub widzieliście film na jej podstawie. Opowiadanie o Małym Księciu zawiera w sobie bardzo dużo mądrości, o czym zapewne się przekonaliście. Na podstawie książki możemy wywnioskować, że tworzenie więzi to jedna z najważniejszych, jak i nie najważniejsza rzecz w życiu ludzkim. Dlaczego?

Zaczynając od początku, możemy zauważyć, jak bardzo ważna dla bohatera była jego pierwsza przyjaźń. Niestety, jak wiadomo, róża, z którą stworzył więź, była bardzo kapryśna, co pokazuje nam, że warto lepiej poznać kogoś, ponieważ niektóre osoby mogą mieć złe intencje.

Patrząc dalej, Mały Książę podróżował po planetach, nie do końca poszukując przyjaźni, lecz odnajdując ją przy pomocy lisa, który nauczył go, co znaczy nawiązać więź: „Jeżeli mnie oswoisz, będziemy się nawzajem potrzebować. Będziesz dla mnie jedyny na świecie. I ja będę dla ciebie jedyny na świecie.” Przyjaciela ma się głównie po to, aby sobie nawzajem pomagać. Jeżeli stworzymy z innymi więzi, będziemy otoczeni jedynie wsparciem.

Właśnie dlatego warto tworzyć więzi, jak możemy się przekonać na podstawie przygód Małego Księcia.

Karol Konarzewski

Przyjaźń



Uważam, że przyjaźń to najlepsze, co jest na świecie. Bez przyjaźni jest trudno żyć. W Ukrainie miałem dużo przyjaciół, w Polsce mam jednego. Przyjaźń jest dla mnie bardzo ważna, ponieważ dzięki niej jestem w dobrym stanie. Możemy podtrzymywać się na duchu oraz porozmawiać o sporcie, o szkole. Przyjaciel pomoże i jest z nim wesoło.

Viktor Chuprikov

Дружба

Я вважаю, що дружба це найкраще що є на світі. Без дружби важко жити. В Україні я мав багато друзів, а в Польщі маю одного. Дружба для мене дуже важлива тому, що дякуючи їй я почуваюсь добре. Друг завжди допоможе і з ним є весело.

Віктор

Przyjaźń

Przyjaźń to nie proste słowo, to nadzieja, że wszystko będzie dobrze. Nie każdy ma przyjaciół. Przyjaciel przyjdzie do Ciebie z pomocą. Kiedy jesteś z przyjacielem, czujesz, że nie jesteś w życiu sam.

Danylo Rodin

Дружба

Дружба це не просто слово, це Надія на те, що все буде добре. Не кожен має друзів. Друг прийде до тебе з допомогою. Коли ти є з другом відчуваєш, що ти не сам в житті.

Данило Родін

Przyjaźń

Przyjaźń jest ważna w naszym życiu, jest bezcenna. Nie można jej kupić. Przyjaciele to jak bracia lub siostry - z nimi zawsze trzeba trzymać się razem. Przyjaciele to takie osoby, które Cię wspierają w ważnej dla Ciebie godzinie. Możesz na nich liczyć, zadzwonić do nich. Rzeczywiście przyjaźń jest ważna w naszym życiu.

Kyrylo Padafei

Дружба

Дружба є важлива в нашому житті, вона безцінна. Не можна її купити. Друзі це як сестри або брати- з ними завжди потрібно триматися разом. Друзі це такі люди, які тебе підтримують в важливій для тебе годині. Можеш на них розраховувати, подзвонити до них. Настправді дружба є важлива в нашому житті.

Кирило

Przyjaźń to skarb

Dużo ludzi sądzi, że przyjaźń nie jest najważniejsza w życiu człowieka. Myślą, że mogą sobie poradzić ze wszystkim sami. Moim zdaniem tak uważają ludzie, którzy nie mieli prawdziwej przyjaźni. Uważam, że naprawdę przyjaźń jest bardzo potrzebna w naszym życiu.

Przyjaźń nie tylko oznacza zabawę i spędzanie czasu razem. Oznacza ona również wsparcie i poczucie tego, że jesteś potrzebni. W dzisiejszych czasach niełatwo znaleźć prawdziwych przyjaciół, ale jeżeli ich macie, to powinniście się bardzo cieszyć. Przyjaźń nie pojawi się sama. Trzeba ją budować krok po kroku. Prawdziwa przyjaźń polega na szczerości, zaufaniu i wzajemnym szacunku.

Jest bardzo życiowe przysłowie: Prawdziwych przyjaciół poznaje się w biedzie. Większość ludzi właśnie w taki sposób poznaje swoich przyjaciół. Przyjaciele nigdy nie zostawią Was samych w trudnych sytuacjach. Wysłuchają Was i podpowiedzą, jak lepiej zrobić. Im możecie powiedzieć Wasze sekrety.

Mariya Tsebak

Багато людей вважають, що дружба не найважливіша в житті людини. Думають, що можуть впоратися зі всім самі. На мою думку так вважають люди які не мали справжньої дружби. Думаю, що наставді дружба є дуже потрібна в нашому житті. Дружба не тільки означає гра і проведення часу

разом.

Означає вона також підтримка і розуміння, що ти є важливий. В теперішній час не легко знайти справжніх друзів, але якщо ви маєте їх то ви повинні дуже радіти. Дружба не появиться сама. Її треба будувати крок по кроку. Справжня дружба ґрунтується на щирості, довірі і взаєморозумінні.

Є дуже життєве прислів'я: „Справжній друг пізнається в біді“. Більшість людей власне в такий спосіб зустрічають своїх друзів. Друзі ніколи не залишать вас самих в тяжких ситуаціях. Вислухають вас і порадять як зробити краще. Їм можете розказати ваші секрети.

Марія Цebak

W życiu należy kierować się sercem czy rozumem?

W trudnych chwilach dużo ludzi staje przed dylematem, jak powinno postąpić. Niektóre momenty wymagają rozebrania zdarzenia na czynniki pierwsze, podsumowania myśli i zadecydowania. To, co utrudnia nam proces sprawnego podejmowania decyzji, to problem, gdy wiemy, co jest dla nas dobre, ale nasze serce podpowiada nam inaczej.

Uczucia często przysyłają nam realistyczne spojrzenie na świat. Sprawiają, że nieprzemyślane decyzje nabierają później większego znaczenia i sprowadzają nas na złe tory. Ale czy konieczne jest kierowanie się tylko rozumem? Zmuszanie się do czegoś, wzorowanie się na, zdaniem innych, „rozsądnym rozwiązaniu” odbiera nam możliwość posiadania tego, co kochamy. Jako przykład może posłużyć nam sytuacja z wybraniem szkoły średniej. Załóżmy, że naszym hobby jest fryzjerstwo. Poświęcamy temu znaczną część naszego życia i marzymy o pójściu do technikum fryzjerskiego. Jednak rodzice zachęcają nas do pójścia do liceum, bo „to jest porządna szkoła”. Serce mówi co innego, ale mimo to przez wpływy rodziców decydujemy się na „tę lepszą szkołę”. Czy będziemy szczęśliwi? Jest to tylko jedna z wielu przykładowych sytuacji, które przedstawiają wybór pomiędzy kierowaniem się rozumem a sercem.

Zapytałam uczniów naszej szkoły, co sądzą o zagadnieniu podanym w temacie. Oto jakie odpowiedzi otrzymałam:

„W życiu najlepiej kierować się sercem, ponieważ to, co ci podpowiada serce, jest dość szalone, a to właśnie o to chodzi, żeby zaznać w życiu delikatnego "szaleństwa", a nie ciągłej rutyny. Najlepiej patrzeć na życie spontanicznie, tak właśnie podpowiada mi serce.” - Aleks Zalewski, 8e.

„Gdy w życiu kierujemy się sercem, mogą dziać się rzeczy, których nie przewidzimy, ale gdy kierujemy się rozumem, wszystko będzie pod kontrolą.” - wypowiedź anonimowa.

„W życiu należy kierować się rozumem, ponieważ to właśnie on nam podpowiada, co będzie dla nas lepszym i korzystniejszym wyborem.” - wypowiedź anonimowa.

„Szczерze, uważam, że w życiu powinno kierować się głównie sercem. Sam nie raz tak postąpiłem i wyszło mi to na dobre. Ale też nie powinno się zupełnie odstawić rozumu na bok. Czasem trzeba podejść do sprawy realistycznie, żeby się chociażby nie zawieść.” - wypowiedź anonimowa.

„Według mojej opinii raczej rozumem. Uważam tak, ponieważ gdy kierujemy się sercem, możemy odnieść więcej porażek i nie dać sobie z tym rady.” - wypowiedź anonimowa.

„Uważam, że w życiu powinniśmy kierować się rozumem, ponieważ najważniejsze jest logiczne myślenie. Przykładem jest przywiązanie do kogoś, np. przyjaźnimy się z daną osobą, a ona założy, krzywdzi nas psychicznie, pogrążając nas „dla żartu” bądź widać, że jest przy nas cały czas poirytowana. Nasze serce mówi nam, żebyśmy zostali, mimo tego że dobrze wiemy, że ta osoba nie jest dobra dla nas, czujemy się przy niej niekomfortowo i jej zachowanie nie zmienia się od długiego czasu. Powinniśmy w takiej sytuacji kierować się rozumem. Według mnie też kierowanie się sercem jest zupełnie bezsensowne, bo rozum pozwala nam analizować różnorodne sytuacje oraz emocje.” - wypowiedź anonimowa.

„Powinno się kierować rozumem, ponieważ emocje potrafią spowodować podjęcie nieopłacalnej decyzji.” - wypowiedź anonimowa.

„Moim zdaniem w życiu powinno się kierować rozumem. Emocje i uczucia są ślepe, a po za tym są złym doradcą. Gdy kierujemy się sercem, robimy wszystko bez wcześniejszego przemyślenia, co nie jest korzystne.” - Zosia Białokórska, klasa 7b.

„Moim zdaniem w życiu należy kierować się sercem. Nie podejmować pochopnych decyzji, ale przy tym słuchać tego, co podpowiada nam serce.” - Zuzia Kaczyńska, klasa 8e.

Opinie są wyraźnie podzielone. Ci, którzy stwierdzili, że zdrowy rozsądek powinien być ostatecznym czynnikiem decydującym o naszym wyborze, prawdopodobnie przeszli w życiu przez wiele sytuacji, w których pochopne czyny pod wpływem emocji zmusiły ich do poniesienia za to konsekwencji. Są uważni i analizują każdy krok, by nie popełnić błędu, który może zaważyć na ich przyszłości. Osoby, które wskazały serce, być może mają większe umiejętności społeczne i sprawniej nawiązują głębsze kontakty z innymi. Nie biorą pod uwagę zaleceń ludzi, podążają własną ścieżką, którą sami uważają za słuszną.

Sabina Tomzik

Wymagania - klucz do sukcesu

W życiu ciągle walczymy o to, by zrealizować swoje cele i marzenia. Aby to osiągnąć, potrzebne jest stawianie sobie wymagań, zarówno dotyczących szkoły sukcesów edukacyjnych, lecz także rozwoju osobistego. Bez wymagań nie robimy postępu, a życie staje się bezcelowe, szare i monotonne. Wymagania to narzędzie, które pozwala nam na realizację celów. Dzięki nim możemy lepiej organizować swoje życie i być bardziej efektywnym.

Stawianie sobie wymagań to pierwszy krok do samorozwoju i zdobywania nowych umiejętności. To także sposób na rozwijanie swojej samooceny i budowanie poczucia własnej wartości, ponieważ gdy osiągniemy swój cel, czujemy euforię oraz spełnienie. Wymagania pomagają

nam także w radzeniu sobie z trudnościami i wyzwaniem, które napotykamy na swojej drodze. Gdy mamy jasno określone cele i wiemy, do czego w życiu dążymy, łatwiej jest przetrwać trudne chwile i nie poddawać się wobec przeciwności losu.

Stawianie sobie wymagań to także forma motywacji. Kiedy postawimy sobie dane wymagania, wiemy, że osiągnięcie ich wymaga ciężkiej pracy i poświęcenia. Jednak to właśnie te wymagania motywują nas do działania i zyskujemy zachętę do ich zrealizowania. Warto jednak pamiętać, że stawianie sobie wymagań nie oznacza, że musimy być perfekcyjni we wszystkim. Ważne jest, aby określać realistyczne cele, które są dla nas osiągalne. Nie można także zapominać o odpoczynku oraz dbaniu o swoje zdrowie psychiczne i fizyczne, ponieważ to właśnie zdrowie jest w życiu najważniejsze.

Podsumowując, warto sobie stawiać wymagania, ponieważ są one narzędziem, które pomaga nam w osiągnięciu celów i marzeń, a także w samorozwoju. Dzięki nim jesteśmy bardziej efektywni, skuteczni i zmotywowani do działania.

Paweł Puślecki

Вимоги- Ключ до успіху в житті

Ми завжди боремося про те, щоб реалізувати свої цілі і мрії. Щоб це досягнути потрібно ставити собі вимоги. Вимоги це інструмент який дозволяє нам на досягнення цілей. Дякуючи ним можемо краще організувати своє життя і бути більш ефективнішим.

Ставлення собі вимог це теж форма мотивації. Також потрібно пам'ятати що ставлення собі вимог не означає що ми повинні бути Ідеальні у всьому. Важливо ставити собі такі цілі які можливо досягнути. Не можна також забути про відпочинок і турботу Про своє здоров'я психічне і фізичне, Тому що якраз здоров'я є в житті найважливіше.

Підводячи підсумок варто собі ставити вимоги тому що вони є інструментом який допомагає нам досягнути цілей і мрій.

Павло Пуслецький

Hejtowanie w internecie świadczy o niskim poczuciu własnej wartości

Internetowi hejterzy bardzo często mają niskie poczucie własnej wartości. Dlaczego tak jest? Często jest to spowodowane jakimiś konfliktami czy też problemami bliżej nam nieznanymi. W każdym razie nie wszystko jest w porządku u takiej osoby, a ona chce przelać swoje negatywne emocje na kogoś innego w internecie. Jeśli hejterzy nie cieszą się ze swoich osiągnięć i sukcesów, to robią wszystko, by odebrać tę radość innym. Hejterzy uwielbiają też zwracać uwagę na siebie. Często podstawą hejtu są stres i frustracja oraz niskie poczucie własnej wartości.

Osoby, które notorycznie krytykują kogoś w Internecie, zazwyczaj działają anonimowo. Przez swoje złe samopoczucie wylewają wszystkie negatywne uczucia na niewinne osoby i sprawiają, że hejtowanym osobom jest przykro. Hejterzy działają pod wpływem emocji, chcąc jak najszybciej

rozładować np. gniew lub lęk, ale także na zimno kalkulują i dobierają słowa tak, żeby jak najbardziej zaboląły odbiorcę.

Czasami osoby w internecie nie używają hejtu, lecz wykorzystują konstruktywną krytykę. Ważne jest, żeby umieć je od siebie odróżnić. Konstruktywna krytyka to przede wszystkim udzielanie porad na dany temat. Ktoś krytykuje daną pracę, lecz pisze również, jak wykonać ją lepiej. Dzięki konstruktywnej krytyce twórcy mogą poprawić jakość swoich prac, a przez hejt tylko się pogрузzyć i mogą nawet przestać robić to, co robią. Jednym słowem: konstruktywna krytyka (zwykle) pomaga, a hejt – zupełnie odwrotnie.

Hejt, jak wiadomo, nie jest ani zdrowy, ani przyjemny, więc jeśli widzimy kogoś, komu on doskwiera należy reagować. Jeśli natomiast widzimy hejtera, który ma niskie poczucie własnej wartości spowodowane wydarzeniami z przeszłości – również trzeba reagować – podnieść na duchu i spróbować nakierować na właściwą drogę, gdyż hejter nie szkodzi tylko innym, ale też sobie.

Podczas pisania artykułu korzystałam z następujących źródeł: psychologholandia.nl, hpba.pl

Anna Szeredi

Хейт в інтернеті є ознакою низької самооцінки.

Інтернет хейтери Дуже часто мають низьку самооцінку. Чому так? Це часто викликано якимись конфліктами чи проблемами які ми не знаємо. У будь-якому разі не все добре в цієї особи, А вона хоче виказати свої негативні емоції на когось іншого в інтернеті.

Хейтери обожноють звертати на себе увагу. Часто основою хейту є стрес розчарування і низька самооцінка. Хейтери діють під впливом емоцій, вони хочуть якнайшвидше розвантажитись наприклад від гніву, також вони підбирають слова так щоб людину яка прийняла цей хейт дуже заболіло. Хейт, як ви знаєте не є ані здоровий ані приємний, тому якщо ми бачимо когось хто від нього страждає, потрібно реагувати.

Також якщо бачимо хейтера який має низьку самооцінку через минулі події потрібно теж відреагувати. Підняти натрій, і спробувати скерувати на правильний шлях.

Анна Шереди

Ciekawa książka – polecamy

Co nam daje czytanie książek?

Kiedy nie mamy co zrobić w domu, a na dworze pada deszcz, często sięgamy po telefon. A może dla odmiany warto byłoby przeczytać jakąś książkę? „Czytanie książek to najpiękniejsza zabawa, jaką sobie ludzkość wymyśliła.” - jak powiedziała Wisława Szymborska. Przecież nie ma nic do stracenia! Zaczynaj czytać już dziś!

Książki wzbogacają nasze życie. Osoby, które dużo czytają, mają bardziej rozwiniętą

wyobraźnię. Co z tego wynika? Wyobraźnia pomaga w nauce, rozwija kreatywne myślenie, pomaga przejść smutne dni z uśmiechem na twarzy... Chciałbyś przeczytać jakąś książkę, która poszerzy Twoje twórcze myślenie? Polecam Ci powieść pt. „Dziewczynka, która wypła księżyc”! To bardzo ciekawa książka o wiedźmach, dziwnym mieście, Pożeracze Smutku i dziewczynie, która przez przypadek (z pomocą dobrej wiedźmy) wypła magię księżyca.

Lektury poszerzają także nasz zakres słownictwa. Jeśli będziesz dużo czytać, będziesz pisać lepsze wypracowania i rozprawki. Kiedy jeszcze dodatkowo przeczytasz cały słownik synonimów, ortografii, interpunkcji... Szóstkę masz zagwarantowaną! Ale żeby nie męczyć się przy czytaniu grubych tomów leksykonów, polecam sięgnąć po serię powieści obyczajowych autorstwa Małgorzaty Musierowicz pt. „Jeźycjada”. Jest to cykl opisujący historię wielopokoleniowej rodziny Borejków.

Tak więc, Drodzy Czytelnicy, mam nadzieję, że po przeczytaniu mojego artykułu sięgniecie po jakąś ciekawą powieść, ponieważ „Czytanie książek to najpiękniejsza zabawa, jaką sobie ludzkość wymyśliła”.

Marysia Lizurej

Odważny Harry Potter

Drodzy Czytelnicy, w tym artykule przeczytacie o bohaterze literackim, który wykazał się odwagą. Jest to Harry Potter - nastolatek uczęszczający do Szkoły Magii i Czarodziejstwa w Hogwarcie. Od małego mierzył się z przeciwnościami losu, ponieważ czarnoksiężnik Voldemort zabił jego rodziców. W związku z tym Harry mieszkał u swojego wujostwa, jednak krewni nie darzyli go sympatią.

Jedną z sytuacji, w której bohater wykazał się odwagą, była walka ze śmierciożercami, czyli czarodziejami posługującymi się czarną magią. Walką ta miała miejsce z Ministerstwie Magii, w piątej części sagi. Harry walczył z Voldemortem, który był od niego o wiele bardziej doświadczony w temacie magii. Niestety, w tym czasie zginął Syriusz Black – ojciec chrzestny Harrego.

Kolejne ukazanie się odwagi bohatera miało miejsce w ostatniej części sagi. Kiedy toczyła się bitwa o Hogwart, Voldemort powiedział do chłopca, że jeśli nie chce, żeby jego przyjaciele zginęli, musi zjawić się w Zakazanym Lesie o wyznaczonej porze. Harry poświęcił się i wyszedł na spotkanie z czarnoksiężnikiem. Kiedy przybył na miejsce, okazało się, że to on jest ostatnim horkruksem, którego poszukiwali z przyjaciółmi. Kiedy na chłopca zostało rzucone śmiertelne zaklęcie, okazało się, że to Voldemort sam siebie zabił, ponieważ czarnoksiężnik był częścią Harrego Pottera (horkruksem). W ten sposób świat magii stał się bezpieczny.

Podsumowując, chłopiec był bardzo odważny, nie bał się wyjść na spotkanie ze śmiertelnie niebezpiecznym czarodziejem. Poświęcił się dla dobra przyjaciół i całej społeczności szkolnej.

Ola Sierakowska

Różne oblicza miłości

Drogi Czytelniku, zastanawiałeś się kiedyś nad miłością bohaterów literackich i roli, jaką to uczucie odgrywa w ich życiu? W naszym życiu codziennie mamy do czynienia z różnymi emocjami. Podobnie mają bohaterowie literaccy: czasem są smutni, a czasem szczęśliwi. Moim zdaniem miłość w życiu bohaterów literackich odgrywa istotną rolę.

Dzięki miłości możemy stworzyć silną więź i trwałą relację z drugą osobą. To uczucie pozwala zbliżyć się do siebie. Gdy będziesz gdzieś daleko od osoby, którą kochasz, szczerze zatęsknisz za nią i postarasz się z nią spotykać, rozmawiać, utrzymywać kontakt, a jeśli będziesz mógł, to jak najszybciej wrócisz do niej. W literaturze to uczucie również odgrywa znaczącą rolę. Przykładem jest Mały Książę, który uświadomił sobie, że kocha różę, dlatego postanowił do niej wrócić, bo była dla niego wyjątkowa. Poprzez więzi, które dzięki miłości zacieśnia się pomiędzy tytułowym bohaterem lektury Antoine'a de Saint-Exupéry'ego „Mały Książę” a kwiatem, bohaterowie stali się dla siebie ważni, jedyni na świecie. Chłopiec przyznał, gdy spotkał wiele róż: „(...) lecz dla mnie ona jedna ma większe znaczenie niż wy wszystkie razem, (...) ponieważ... jest moją różą.”. Wynika z tego, że dzięki miłości tworzymy ze sobą silne więzi, mamy poczucie wyjątkowości.

Miłość wpływa również na podejmowanie przez nas decyzji. Człowiek zakochany myśli inaczej. Jego świat kręci się wokół osoby, którą kocha. Przykładem jest Mały Książę, który z miłości do róży wrócił ze swojej podróży specjalnie do niej, mimo że musiał porzucić swoje ciało na pustyni. Podczas wędrówki na Ziemię cały czas myślał o niej, tęsknił za nią. Miało to wpływ na jego decyzję o powrocie.

Niestety, miłość może mieć także moc wyniszczającą. Tak jak wcześniej wspomniałam, gdy coś lub kogoś kochamy, nie widzimy świata poza obiektem naszego uczucia. Jest to dobre, ale nie w każdym przypadku. Przykładem literackim jest dramat Juliusza Słowackiego „Balladyna”, w którym tytułowa bohaterka była tak zakochana we władzy, że zabiła własną siostrę, aby zostać władczynią. Gdy już jej się to udało, zaczęła zabijać jeszcze więcej osób, aby osiąść władzę absolutną. Tak oto przez miłość do władzy można popełnić błędy, a nawet i zbrodnie.

W tym artykule warto też wspomnieć o miłości wiążącej się z żalem i smutkiem po stracie osoby, którą kochamy. Gdy bliska nam osoba odejdzie, uczucie smutku i cierpienie jest dojmujące. Przykładem mogą być „Treny” Jana Kochanowskiego. Możemy w nich przeczytać, jak wielka rozpacz ogarnęła poetę po stracie córeczki Urszuli. To właśnie jej poświęcił cykl swoich utworów, w których między innymi porównuje Urszulę do gałązki oliwnej, która ścięta przez nieuważnego ogrodnika, spadła przed „dorosłym matczynym” drzewem, podobnie jak Urszulka upadła martwa przed stopami swoich rodziców. Swoją rozpacz natomiast porównuje do rozpaczki matki słowików -

piskląt, których nie zdołała ona ocalić przed smokiem – symbolem śmierci. Tak więc można przyznać, że miłość wiąże się również z bólem po stracie osoby którą kochamy.

Miłość w życiu, nie tylko naszym, ale również bohaterów literackich, odgrywa istotną rolę. Mały Książę stworzył silną więź z różą, dlatego tęsknił za nią, co miało wpływ na podjętą przez niego decyzję o powrocie na planetę. Balladyna zaślepiona miłością do władzy dążyła po trupach do celu, a Jan Kochanowski z rozpaczy po śmierci córki przelewał swoje uczucia na papier.

Liliana Jarzabek

Nasza twórczość

Każdy jest kowalem swojego losu

- Już jestem! – zawołała Kasia, stając w progu. W pośpiechu zdjęła trampki i pobiegła do swojego pokoju. Zasiadła przed ekranem komputera, włożyła słuchawki. Zaczęła grać w nową grę, którą tego dnia kupiła od kolegi z klasy. Mama nic o tym jeszcze nie wiedziała...

- Kasiu, chodź na obiad! – zawołała mama dziewczynki.

- Za chwilę, tylko skończę rundkę...

Po dziesięciu minutach dziewczyna zeszła na dół do kuchni, patrząc na malutkie puszyste kotki i rozmyślając o nowej grze.

- Jak było w szkole?

- Może być...

- Jak ci poszedł sprawdzian z matematyki?

- Średnio – Kasia odpowiadała, przesuwając palcem po ekranie telefonu.

Mama zaczęła denerwować się, że córka zamiast porozmawiać, ogląda małe kotki na Youtube.

- Może po obiedzie wyjdiesz na dwór?

- Będę grała.

- No to może w coś razem zagramy? Pomogę ci w lekcjach... z tego, co wiem, masz do zrobienia plakat z biologii na jutro, mogę ci w coś pomóc – mama dziewczynki próbowała odciągnąć Kasię od smartfona.

- Zostaw mnie! Mówiłam, że będę grała! – krzyknęła Kasia i pobiegła do pokoju, trzaskając drzwiami z całej siły.

Kiedy adrenalina po kłótni, a właściwie po krzyku, ją opuściła, zaczęła żałować tego, co zrobiła. „Nie powinnam tak do niej krzyczeć, chciała dobrze. Nie wiem, czemu jestem tak zapatrzona w komputer... Mogłabym spędzić ten czas z mamą. I jeszcze ją okłamałam... Bardzo źle się z tym czuję. W ogóle nic nie powtórzyłam do tego sprawdzianu, w ogóle! Pewnie dostanę jedynkę. Jestem

okropną córką” – myślała. „I tak nie cofnę przeszłości. Muszę iść na dół i ją przeprosić, nie zasłużyła na moje krzyki” – pomyślała, po czym z wolna zeszła do kuchni, w której siedziała mama.

- Mamó? Ja... Ja chciałam cię przeprosić. Za te krzyki. Po prostu... Byłam tak pochłonięta graniem, że...

- Nic się nie stało. Tylko może nie graj już tak dużo? – co zdziwiło Kasię, mama ani trochę się nie złościła. Miała minę pełną troski o córkę.

- Jesteś najlepszą mamą na świecie! A co do tego sprawdzianu, niezbyt dobrze mi poszło. Tak naprawdę w ogóle do niego nie powtarzałam, po prostu nie miałam czasu, bo...

- ...Grałaś – dokończyła za nią mama.

- Już nie będę, obiecuję!

- Wiesz co? Może ustalmy regulamin. Mam nawet pomysł – odparła z przekornym uśmiechem mama.

- Grasz maksymalnie godzinę dziennie i to dopiero po odrobieniu lekcji. I jeszcze jedno – musisz nauczyć mnie obsługiwać ten komputer! Dojdę do szafu, nic tam nie jest objaśnione! – rzekła mama podirytowanym tonem.

- Jasne. Może w coś zagramy?

- W „Chińczyka”? Tylko nie licz na to, że ze mną wygrasz!

Od tamtego czasu Kasia nie grała dziennie dłużej niż godzinę (po odrobieniu lekcji oczywiście). Okazało się, że na podwórko za jej domem przychodzi wielu jej rówieśników. Gdy ją zobaczyli, myśleli, że się przeprowadziła i jest nowa, ponieważ nigdy wcześniej jej nie widzieli! Strach pomyśleć, co by było, gdyby mama nie dała jej do zrozumienia, że za dużo gra i nie tworzy sobie tym pięknej przyszłości. Cóż, pewnie... grałaby dalej.

Ta historia jest przykładem, że każdy jest kowalem swojego losu. A jeśli czujemy, że zboczyliśmy na złą ścieżkę, wystarczy się rozejrzeć, bo z pewnością mamy w swoim otoczeniu takie osoby jak mama Kasi. Dziewczynka nie dość, że znalazła nowych kolegów, to jeszcze znacznie poprawiła swoje stopnie w szkole. A mama to jej najlepsza przyjaciółka.

Anna Szeredi

Wiosenne niebo

Wiosenne niebo

Jak błękit rozlany

Na płótnie malarza

Płynie jak nurtem rzeka.

A po nim porwane

Obłoki bielą pobrudzone

Chmury nad wodą

W toń wpatrzone
Wiatr zabiera ze sobą
Tam gdzie rośnie wierzba młoda
Opłakuje los swój.
„Nie płacz”
Szepcze cicho bocian.
Kwitną kwiaty,
A wczesne promienie słońca
Twe gałązki w wodzie obmyją,
W środku ciepłej nocy
Kołysankę trzciny usłyszysz,
A gwiazdy zatańczą walce najpiękniejsze.
Idzie wiosna.
Raduj się świecie!
Liliana Jarzabek

Smaczne co nieco

Ciasto migdałowe z konfiturami

Kiedy siedzisz w domu z książką, a za oknem pada wiosenny deszcz i czujesz, że masz ochotę na coś słodkiego, może skusisz się na zdrowe ciasto migdałowe? Jest przepyszne. Tak pyszne, że znika z talerza w kilka chwil. Z mojego zniknęło tak szybko, że... nie zdążyłam zrobić dla Was zdjęcia.

Składniki:

6 jajek, 100g cukru trzcinowego, 300g mielonych migdałów, 2 łyżki jasnej mąki orkiszowej, 50g płatków migdałowych, 200g dowolnej konfitury, 4 łyżki jogurtu naturalnego.

Sposób przygotowania:

1. Oddzielić żółtka od białek. Białka ubić z cukrem na sztywną pianę. Pod koniec dodać żółtka i ubijać jeszcze przez chwilę.
2. Dołożyć mielone migdały, mąkę i delikatnie wymieszać.
3. Ciasto przelać do tortownicy o średnicy ok. 20 cm wyłożonej papierem do pieczenia. Piec w piekarniku rozgrzanym do 180° C. Piec przez 25 minut.
4. Po upieczeniu ostudzić. Następnie przekroić na pół. Dolną część posmarować konfiturą, przykryć drugą połówką ciasta. Wierzch posmarować jogurtem i posypać migdałami.

Marysia Lizurej

Pyszny wiosenny deser w 5 minut

Składniki:

- biszkopty,
- śmietana 30%,
- serek mascarpone,
- cukier waniliowy lub cukier puder,
- truskawki,
- różne owoce (takie, które lubisz).

Sposób przygotowania:

1. W pierwszej kolejności kruszymy biszkopty i kładziemy je na spód pucharka.
2. Śmietanę ubijamy, po ubiciu śmietany dokładamy serek mascarpone i cukier waniliowy lub cukier puder i miksujemy wszystko razem.
3. Na biszkopty kładziemy bitą śmietanę z serem mascarpone. Na śmietanę nakładamy zmiksowane wcześniej truskawki następnie nakładamy kolejną warstwę bitej śmietany z serem mascarpone.
4. Na koniec układamy ulubione owoce np. borówki, maliny, truskawkami i ustrajamy listkami mięty.



Julia Kosmowska

Przepis na babkę marmurkową

Drodzy Czytelnicy, zachęcam Was do wykonania przepisu na pyszną babkę. Najlepiej smakuje w połączeniu z zieloną herbatą lub kawą.

Składniki:

- 300 g masła pokrojonego na kawałki,
- 270 g mąki pszennej,
- 280 g cukru,
- 1 łyżeczka cukru waniliowego,
- 1 szczypta soli,
- 5 jajek,
- 1 czubata łyżka proszku do pieczenia,
- 70 ml mleka,
- 30 g kakao.

Przygotowanie:

1. Rozgrzać piekarnik do temperatury 180° C.
2. Formę do babki śr. 22 – 24 cm natłuścić masłem i opruszyć mąką; odstawić.
3. Do miski włożyć masło, dodać 25 dag cukru, cukier waniliowy, sól, jajka, mąkę, proszek do pieczenia i 40 ml mleka, wymieszać.
4. Połowę masy przełożyć do przygotowanej wcześniej formy na babkę.
5. Do pozostałej części dodać 30 g cukru, 30 ml mleka, wymieszać.
6. Masę kakaową przełożyć do formy na babkę. Dla uzyskania efektu marmurku wymieszać obie warstwy widelcem.
7. Piec 50 – 60 minut w 180° C.

Ola Sierakowska

Wiosenne zdrowe odżywianie

Zdrowe odżywianie jest bardzo potrzebne naszemu organizmowi. Wpływa ono również na naszą kondycję. Żeby czuć się lepiej, musicie jeść dużo warzyw i owoców. Jeżeli chcecie czuć się dobrze, należy zrezygnować z niezdrowych przekąsek. Wiosną zaczynamy się lepiej czuć, ponieważ w zimie nie mamy takich okazji, żeby często wychodzić na dwór. Również wiosną pojawiają się takie produkty, których brakowało w zimie dla zdrowego odżywiania się. Co Wam da zdrowe odżywianie? Lepszy wygląd skóry. Z pewnością lepsze samopoczucie i dobry humor. Ponadto Wasz mózg będzie lepiej pracować. Zadbajcie o zdrowie teraz i w przyszłości.

Mariya Tsebak





Здорове харчування

Здорове харчування є дуже потрібне нашому організму. Впливає воно також на наше здоров'я. Щоб почуватись краще, Ви повинні їсти багато овочів і фруктів. Якщо хочете почуватись краще, потрібно відмовитись від нездорової їжі. Весною починаємо почуватись краще тому, що в зиму не маємо такої можливості, щоб часто виходити надвір. Також весною появляються такі продукти яких бракувало в зиму для здорового харчування. Що вам дасть здорове харчування? Кращий вигляд шкіри. Звичайно що краще самопочуття і гарний настрій. Крім цього ваш мозок буде краще працювати. Подбайте про здоров'я зараз і в майбутньому.



Марія Цебак

Sposób na nudę

Moja pasja: piłka nożna

Lubię grać w piłkę nożną. W Ukrainie trenowałem pięć razy w tygodniu. Obecnie, aby utrzymać formę, po szkole gram z kolegami na boisku. Lubię ruch i aktywne spędzanie czasu. Piłka nożna dodaje mi sił i poprawia nastrój.

Viktor Chuprikov

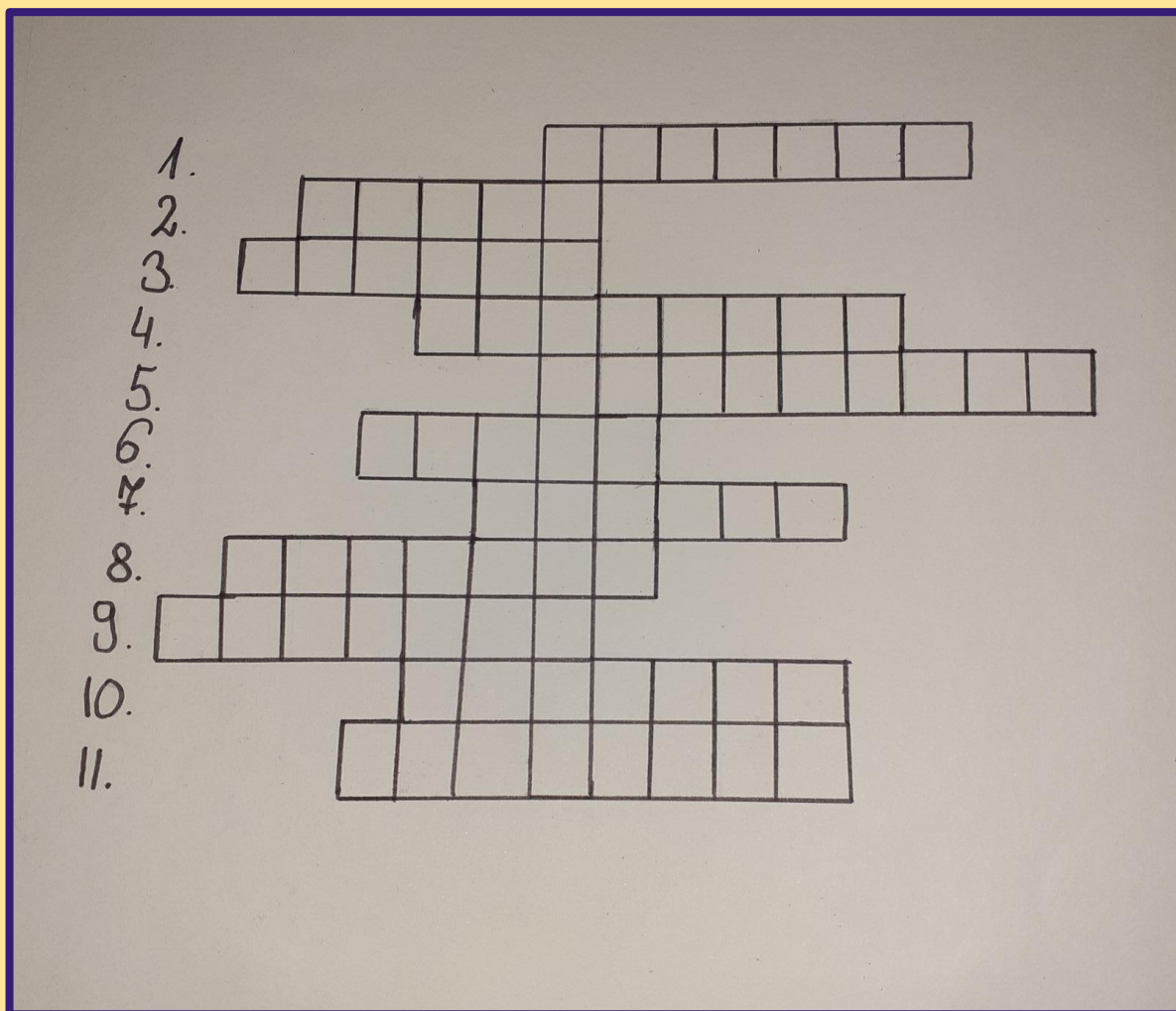
Я люблю грати в футбол

В Україні я тренувався 5 разів в тиждень. Зараз, щоб підтримати форму після школи я граю з друзями на футбольному полі. Я люблю рух і активно проводити час. Футбол додає мені сил і піднімає настрій

Віктор

Wiosenna krzyżówka

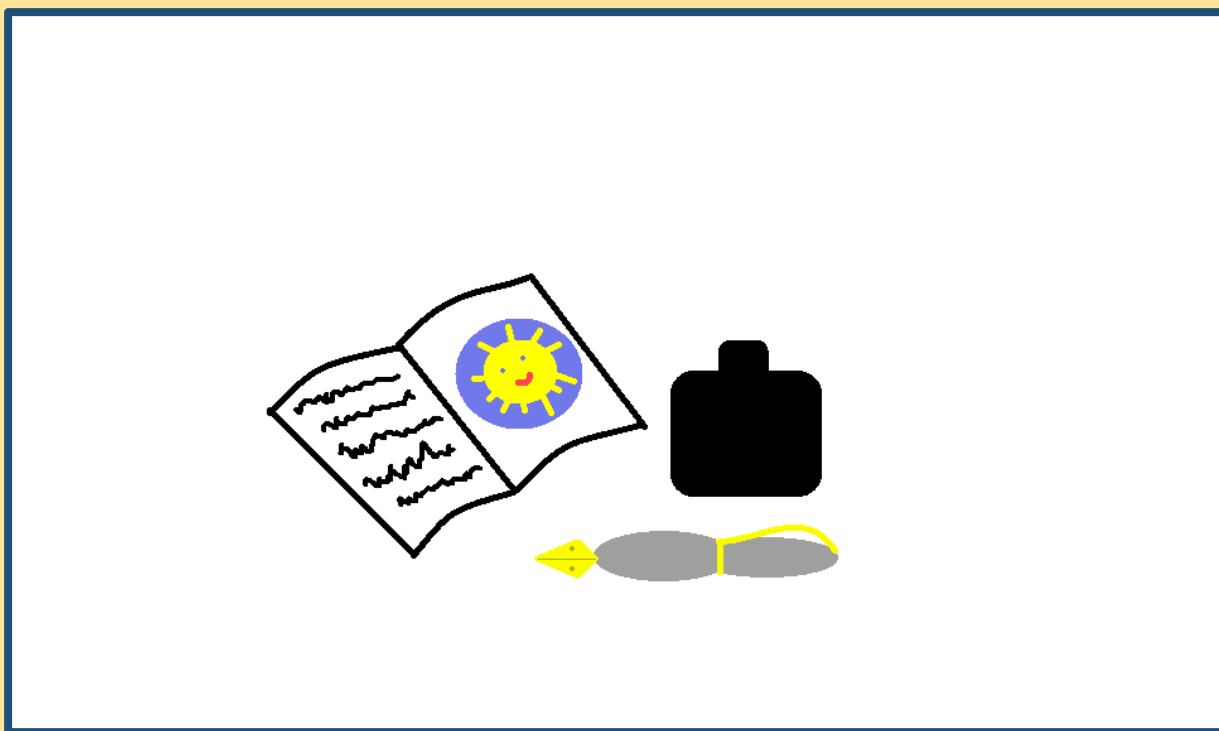
Drodzy Czytelnicy! Zachęcam Was do rozwiązania autorskiej, wiosennej krzyżówki. Nada się ona



szczególnie na wolne popołudnia. Mam nadzieję, że podczas wykonywania jej odprężycie się.

1. Wielkanocne, malowane jajka.
2. Na jaki czas zmieniamy zegary w ostatni weekend marca? Z zimowego na ...
3. Coraz dłużej widnieje na niebie.
4. Żółty, wiosenny krzew z kwiatami.
5. Święta obchodzone w kwietniu.
6. Gałązki z miękkimi kuleczkami tzw. Kotkami.
7. Duże ptaki powracające do Polski z ciepłych krajów.
8. Fioletowe, żółte lub białe kwiaty.
9. Kwiaty kojarzone z Holandią
10. Kwiecień ... , bo przeplata trochę zimy trochę lata.
11. Jedna ... wiosny nie czyni.

Ola Sierakowska



Redakcja „Głosu Ósemki”:

Viktor Chuprikov, Lila Jarzabek, Karol Konarzewski, Julia Kosmowska, Maria Lizurej, Kyrylo Padafei, Paweł Puślecki, Danylo Rodin, Ola Sierakowska, Anna Szeredi, Sabina Tomzik, Michał Trzeźniewski, Mariya Tsebak, Mateusz Woźniak; pod opieką Pani Natalii Jezierskiej.

Zdjęcia pochodzą z prywatnego archiwum autorów artykułów.

Autorami rysunków są redaktorzy „Głosu Ósemki”.

Tłumaczenie tekstów na język ukraiński: Mariya Tsebak

Kwiecień - maj 2023