

# GŁOS ÓSEMKI



## **Drodzy Czytelnicy!**

Witajcie po długiej wakacyjnej przerwie w pierwszym, w tym roku szkolnym, numerze „Głosu Ósemki”. Chcielibyśmy przekazać, że wracamy do Was w powiększonym składzie i z większą siłą do działania.

Ten numer „Głosu Ósemki” jest o tematyce jesienno-zimowej, a w nim znajdziecie między innymi: artykuł o pogodzie ducha, wiersze, „pyszne przepisy” na jesienną chandrę oraz wiele innych. Dowiedziecie się także, co uczniowie sądzą o noszeniu makijażu do szkoły oraz dlaczego warto brać udział w konkursach.

Ponadto przygotowaliśmy dla naszych Czytelników wywiad z Panią Agnieszką Dobrowolską – przewodniczącą szkolnej rady rodziców oraz wywiad, którego... nie było – z Marią Skłodowską-Curie.

Na wolne popołudnia polecamy krzyżówkę, a na smutne jesienne wieczory - dowcipy.

Dopełnieniem artykułów są piękne, autorskie ilustracje. Mamy nadzieję, że gazetka Wam się spodoba. Życzymy miłej spędzonego czasu z naszym szkolnym czasopisem i odsyłamy Was do naszych tekstów - zapraszamy do przeczytania jesiennego wydania „Głosu Ósemki”!

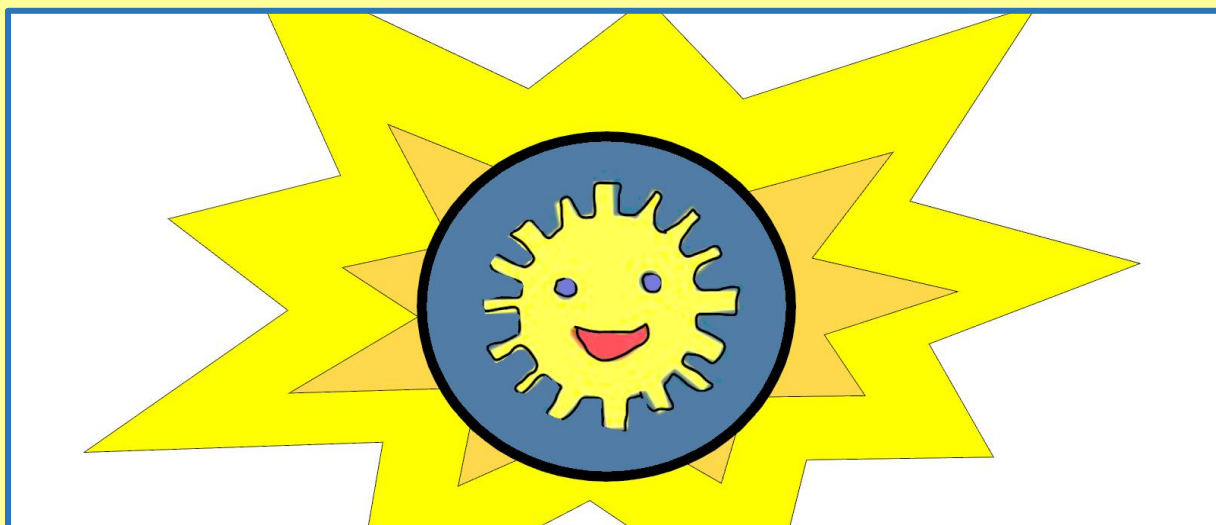
Kochani Czytelnicy, w tym wstępniaku wyjątkowo zwracamy się nie tylko do Was, ale także do naszych nowych redaktorów. W ostatnim, przedwakacyjnym, numerze „Głosu Ósemki” zamieściliśmy artykuł Pawła Puśleckiego, który zachęcał do dołączenia do naszego zespołu dziennikarskiego. A dzisiaj już widać tego efekty! W imieniu zespołu redakcyjnego witamy nasze nowe Koleżanki i Kolegów z kółka dziennikarskiego. Mamy nadzieję, że zostaniecie wspaniałymi dziennikarzami. Życzymy Wam, abyście zawsze mieli świetne pomysły na artykuły oraz weny do ich pisania. Oczywiście zachęcamy też Czytelników gazetki szkolnej, aby przyłączyli się do naszej drużyny, ponieważ im nas więcej - tym lepiej :) .

**Redakcja „Głosu Ósemki”**

Дорогі читачі!

Вітаємо вас по довгих канікулах.

У цій газетці ви зможете читати статті про літературу, спорт, їжу та події в нашій школі. Ви також дізнаєтеся, що думають учні про макіяж у школі. Ви також побачите фотографії, зроблені нашими редакторами. Запрошуємо вас прочитати осіннє видання «Голос Вісімки»!



## **Poznajmy się - rozmowa z gościem specjalnym „Głosu Ósemki”**

**Odslaniamy kulisy działalności rady rodziców - wywiad z Panią Agnieszką Dobrowolską – przewodniczącą rady rodziców**

**L i K** – Lila Jarząbek i Karol Konarzewski

**AD** – Pani Agnieszka Dobrowolska

**L i K – Jak to się stało, że została Pani przewodniczącą rady rodziców? Jakie to uczucie?**

**AD** – Moja najmłodsza córka była w pierwszej klasie, średnia w trzeciej, a najstarsza w siódmej. Po raz pierwszy poszłam na zebranie rady rodziców i okazało się, że trafiłam na wybory przewodniczącego. Zainteresowałam się, jakie obowiązki ma przewodniczący, to był trudny wybór. Znałam problemy dzieci z całego przekroju szkoły, więc zdecydowałam się podjąć to wyzwanie. Na początku byłam zdenerwowana samą rolą, zastanawiałam się, czy sobie poradzę, jak ułożę sobie relacje z dyrekcją, rodzicami, jak podołam obowiązkom. Teraz na przestrzeni czasu jestem dumna z powierzonego mi zaufania i zadowolona z tego, że mam realny wpływ na ważne decyzje w szkole.

**L i K – Na czym polega to zajęcie? Czy jest ono trudne? Proszę uzasadnić Czym zajmuje się Rada Rodziców?**

**AD** – Zadaniem przewodniczącego rady jest organizowanie zebrań i koordynowanie komunikacji pomiędzy rodzicami a dyrekcją szkoły w ważnych sprawach dla uczniów i pracy placówki. Sprawnie działająca rada rodziców ma realny wpływ na funkcjonowanie szkoły, uczniów i nauczycieli. Opiniujemy i wspieramy różne projekty; harmonogram prac szkoły, wybieramy dostawców ubezpieczenia, mundurków szkolnych, obiadów.

**L i K - Jak dużo czasu spędza Pani na swoich obowiązkach?**

**AD** – Dobrze pytanie, ale tak naprawdę trudno to policzyć. Jestem w stałym kontakcie z dyrekcją oraz sekretariatem szkoły w sytuacjach wymagającej szybkiej reakcji rady. W ciągu roku organizujemy kilka godzinnych zebrań celem omówienia najważniejszych spraw np. dofinansowań czy opiniowania różnych aktywności i projektów. Jeden dzień w roku muszę być w szkole w celu koordynacji akcji „Mikołajek”. W tym dniu zanosimy dla każdego ucznia czekoladę. W rozniesieniu ponad 660 tabliczek czekolady pomagają zaangażowani w tą inicjatywę uczniowie ze starszych klas. Jest to cudowny, czekoladowy dzień, który spędzamy razem w szkole. No i festyn szkolny - tutaj poświęcam najwięcej czasu, chodzi nie tylko o sam dzień festynu, ale przede wszystkim o przygotowania i koordynację prac wszystkich

angażujących się rodziców. Pozwala nam to na zebranie funduszy, dzięki którym dofinansowujemy np. monitoring, wycieczki szkolne, pomoce naukowe, diagnozy uczniów itp.

**L i K - Kim są Pani współpracownicy?**

**AD** – Moimi współpracownikami są fantastyczni rodzice, którzy mają czas i ochotę na pracę w radzie. Najbliższymi osobami są rodzice, którzy są w zarządzie rady: Ewa Kossowska - skarbnik RR, Jacek Bomba - protokolant oraz Bartek Biros - zastępca; nie mogę też nie wspomnieć mojego kilkuletniego zastępcy Rafała Fasugi. Wielu wspaniałych rodziców z innych klas również angażuje się w działania rady, a w szczególności organizowanego we współpracy z nauczycielami festynu szkolnego, który cieszy się dużą popularnością w naszej szkole. Korzystając z okazji, chciałam, na łamach naszej szkolnej gazetki, ponownie podziękować tym wszystkim rodzicom oraz podkreślić, że ta współpraca jest dla mnie, dla szkoły bardzo ważna i potrzebna. Jest ich tak wielu, że gdybym chciała podziękować imiennie każdemu, nie wystarczyłoby miejsca w gazecie

**L i K - Jaki wpływ mają Pani działania na społeczność szkolną?**

**AD** – Przede wszystkim to, co powiedziałam wcześniej: dofinansowania (wycieczki, pomoce naukowe) i rozwój możliwości rozwojowych uczniów (diagnozy; pomoce do nauki, książki), wsparcie różnych interesujących projektów (np. Naukobus Centrum Nauki Kopernika) oraz nagrody dla wyróżniających się uczniów.

**L i K - Jakie są Pani zainteresowania poza pracą? Co lubi Pani robić w wolnym czasie?**

**AD** – Zawsze lubiłam muzykę i śpiew, w ostatnim czasie odkryłam śpiewanie w chórze. Zaczęło się od kościelnego chóru przy naszej zaprzyjaźnionej parafii pw. Św. Andrzeja Boboli i rozwinęło się na dwa kolejne chóry. Wspólne śpiewanie daje moc: moc przyjaźni, spełnienia i realizacji ciekawych koncertów w Świdnicy i poza nią.

**L i K - Jaki wpływ ma Pani praca na życie osobiste?**

**AD** – Kiedy zaczynałam działalność jako przewodnicząca rady rodziców, trójka moich dzieci była uczniami SP nr 8. Bardzo cenię sobie działanie na rzecz szkoły, mogę być bliżej dzieci i mieć wpływ na ważne aspekty funkcjonowania naszej szkolnej społeczności.

**L i K - Czy ma Pani zwierzątko domowe? Jakie?**

**AD** – W tej chwili w domu mamy trzy zwierzątka: pies Avi rasy border colie - trzykolorowy, piękny, energiczny i pełen radości piesek, który uwielbia spacerować i aportowanie; kotka Zorka - również trzykolorowa, która, jak to koty, chodzi swoimi drogami, a ostatnio do rodziny dołączył młodziutki rudy kotek - Cheedar.

**L i K - Jakie jest Pani największe marzenie?**

**AD** – Wielka podróż trwająca kilka miesięcy w poprzek Ameryki Północnej i Południowej, a później relaks na małej ciepłej wysepce. Tak, zdecydowanie!

**L i K - Jaki sport Pani preferuje?**

**AD** – No, ze sportem to mi trochę na bakier ... mało czasu i zacięcia sportowego. Chociaż może Was zaskoczę, ale uwielbiam jeździć na nartach razem z całą rodziną.

**L i K - Kim chciała Pani zostać, gdy była Pani dzieckiem?**

**AD** – Niestety nie pamiętam.

**L i K - Co sądzi Pani o naszej szkole? Dlaczego warto uczyć się w Ósemce?**

**AD** – Bardzo lubię tę szkołę, jestem z nią już długo związana. Moja najstarsza córka rozpoczęła w niej naukę 12 lat temu, średnia jest teraz w ósmej klasie, a najmłodsza będzie uczęszczała do niej jeszcze 3 lata. Uwielbiam panującą tu atmosferę, życzliwość nauczycieli i pracowników szkoły, zaangażowanie rodziców i bardzo pozytywną współpracę z parafią. Uczniowie szkoły osiągają wysokie wyniki w egzaminach oraz konkursach, z czego możemy być dumni.

**L i K - Co najbardziej chciałaby dostać Pani pod choinkę? Dlaczego?**

**AD** – Lubię dostawać praktyczne prezenty. Chciałabym dostać koc i piękny wazon na kwiaty.

**L i K - W jakie miejsce chciałaby Pani pojechać na ferie zimowe?**

**AD** –Chciałabym wybrać się na narty, na dobrze mojej rodzinie znane stoki Bubakov i Herlikowice.

**L i K – W takim razie życzymy Pani udanego wyjazdu na ferie i wymarzonego prezentu pod choinką. Dziękujemy za rozmowę.**

**Lila Jarząbek i Karol Konarzewski**

**Madame Curie**

Drodzy Czytelnicy!

Tym razem zapraszam Was na wywiad z Marią Skłodowską-Curie, nazywaną również Madame Curie, pierwszą kobietą, która zdobyła Nagrodę Nobla oraz pierwszą osobą, która zdobyła je aż dwie. Rozpoczęła walkę o prawa kobiet, przyczyniła się do rozwoju nauki oraz społeczeństwa.

**Dziennikarz:** Dzień dobry. Czy mogłabym przeprowadzić z Panią wywiad?

**Maria Skłodowska-Curie:** Dzień dobry. Oczywiście, że tak.

**D:** Mówi się, że ciekawość to pierwszy stopień do piekła. Pani jednak udowodniła, że czasami kończy się ona sukcesem. Więc co było według Pani najciekawsze w nauce i dlaczego wybrała Pani właśnie kierunek matematyczno-fizyczny?

**M:** Prawdopodobnie najbardziej ciekawiła mnie złożoność świata, to, jak jest zbudowany. Myślę, że pokochałam liczby bardziej od haftu, dlatego postanowiłam iść w kierunku liczenia i nauki. Matematyka i fizyka to dla mnie najciekawsze dziedziny nauki, choć oczywiście w dużym stopniu opanowałam również chemię.

**D: Nauka była Pani pasją. Jak zareagowała Pani na to, że razem z mężem otrzymaliście Nagrodę Nobla?**

**M:** Oczywiście oboje byliśmy bardzo zaskoczeni, ale i zadowoleni, że ktoś docenił naszą pracę i prawdopodobnie zostaniemy zapamiętani na dłużej. Na pewno nie było łatwo zdobyć takie wyróżnienie, nie tylko dlatego że badania nad polonem były skomplikowane, ale i dlatego że w czasach mojej działalności być kobietą-naukowcem to prawdziwe wyzwanie.

**D: Dzięki Pani zawziętości oraz wytrwałości kolejne kobiety mogły zdobywać nagrody. Można więc powiedzieć, że przetarła Pani szlaki dla przyszłych naukowczyń. Czy było to trudne?**

**M:** Owszem, spotkałam się z naprawdę wieloma przeciwnościami losu, ale uważam, że było warto. Dzięki temu, że mężczyźni dostrzegli mnie jako kobietę, naukę mogło zgłębiać wiele wspaniałych kobiet po mnie. Mogły one być doceniane na równi z przedstawicielami płci męskiej. Sama zmagalam się z dużą ilością problemów, na uniwersytetach nie było nawet żeńskich toalet, więc za każdym razem musiałam iść do pobliskiego sklepu.

**D: Wiemy, że w Pani ślady poszło wiele kobiet, a jedną z nich była Pani starsza córka, która również otrzymała Nagrodę Nobla. Czy uważa Pani, że to dobrze, że Irene poszła w Pani ślady bądź czy jest Pani zawiedziona, że młodsza z Pani córek nie podzieliła tych zainteresowań?**

**M:** Jestem bardzo dumna z obu moich córek. Niezwykle cieszę się, że poszły swoją ścieżką i robiły to, co kochały. Byłam zadowolona z tego, że Irene postanowiła robić to co ja i niezwykle dumna, że także została wyróżniona Nagrodą Nobla. Eve jednak wolała mniej ścisłe przedmioty, dlatego też została pisarką, co również bardzo mi zaimponowało. Obie je kocham i żadna z nich mnie nie zawiodła.

**D: Uczyla się Pani w Paryżu, co więc robiła Pani poza nauką na Sorbonie?**

**M:** Oprócz nauki grałam również w teatrze, ponieważ kochałam sztukę. Nie było to profesjonalne aktorstwo, raczej hobby, coś dla przyjemności. Chodziłam również na spacer, a także poznawałam nowych ludzi.

**D: Zamiłowanie do sztuki, ale nie tylko, pokazują, że jest Pani niezwykle wrażliwą osobą. Wiadomo, że była Pani bardzo pomocna i chętnie dzieliła się wiedzą. Założyła Pani także**

**Instytut Radowy, czyli Instytut da Radium, który obecnie nosi nazwę Instytut Curie. Co Panią skłoniło do tak wielkiej pomocy?**

**M:** Dzielenie się wiedzą sprawiało mi ogromną radość. Uczyłam dzieci z biedniejszych domów czytania, pisania oraz liczenia. Lubiłam pomagać, a także chciałam, aby każdy mógł mieć szansę na naukę i poszerzenie swojej wiedzy tak jak ja. Mimo że nie było to proste, chciałam ułatwić możliwość nauki tak bardzo, jak tylko mogłam, byłam z tego powodu szczęśliwa.

**D: Jednak nie były to jedyne dowody Pani gotowości do niesienia pomocy i wrażliwości na ludzką krzywdę. Przysłużyła się Pani razem ze swoją córką, Irene, podczas I wojny światowej, ratując życie wielu żołnierzom. Jak Pani tego dokonała?**

**M:** Chciałam pomóc ludziom w bitwie, choć nie wiedziałam, jak się walczy. Jako kobieta nigdy nie zostałam dopuszczona do broni, dlatego postanowiłam zrobić to, co umiałam najlepiej, czyli zająć się nauką. Zorganizowałam samochody, w których umieściłam aparaty rentgenowskie, co pozwoliło na prześwietlenie nawet w trudnych warunkach. Te samochody zostały później nazwane "Małe Curie". Zasługi należą się również innym lekarzom wojskowym, którzy towarzyszyli mi podczas pracy oraz mojej córce.

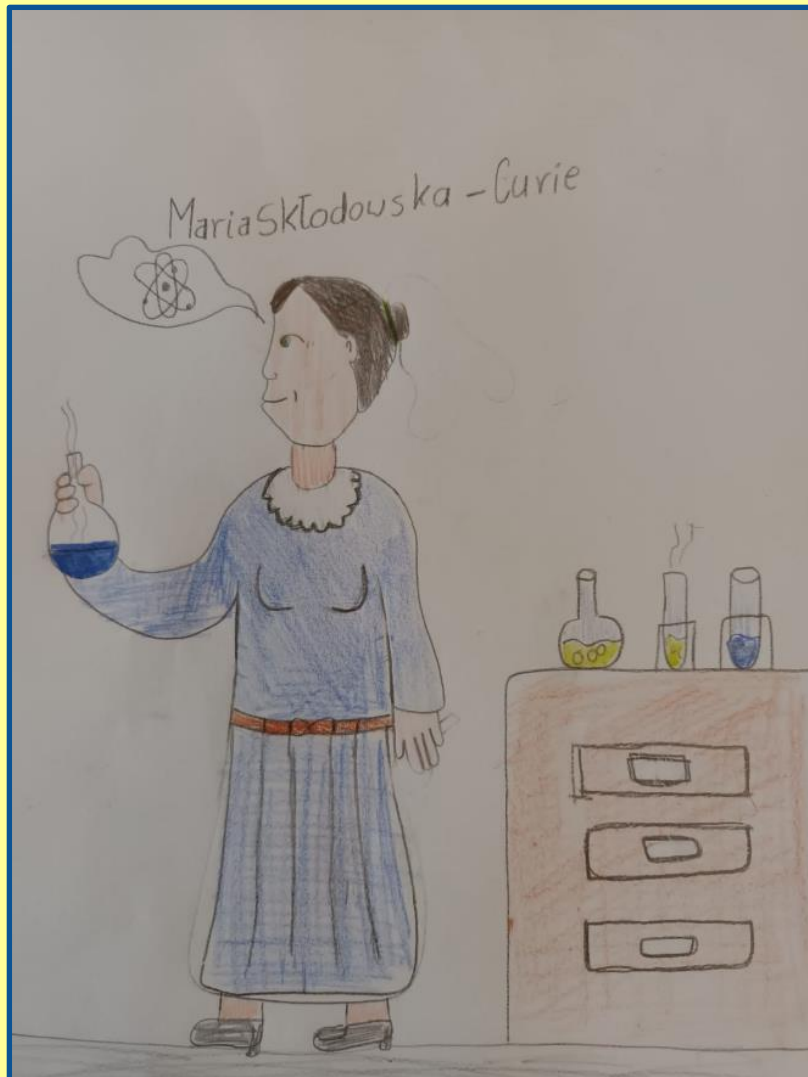
**D: Serdecznie gratuluje tak wielu dokonań. Bardzo dziękuję Pani za rozmowę. Do widzenia.**

**M:** Do widzenia i również dziękuję.

Redagując ten artykuł, korzystałam z podanego źródła:

[https://pl.wikipedia.org/wiki/Maria\\_Sk%C5%82odowska-Curie](https://pl.wikipedia.org/wiki/Maria_Sk%C5%82odowska-Curie)

**Aleksandra Thrun**



### **Марія Склодовська Кюрі Maria Skłodowska-Curie**

Марія Кюрі була відомим Польським хіміком та фізиком. 7 листопада 1867 року Марія народилася в сім'ї польської інтелігенції, мама Броніслава керувала школою для дівчаток, а батько був директором гімназії. Батько піклувався про освіту доньки та інших чотирьох дітей. Вже в чотири роки Марія вміла читати а також мала дуже хорошу пам'ять.

Дівчина знала аж 5 мов: Польська, англійська, російська, французька та німецька. В 15 років Марія закінчила гімназію, і в 1884 році вирушила в село домашньою вчителькою. В віці 24 років навчалася в Паризькому університеті - Сорбонна. У 1894 році Марія познайомилася з П'єром Кюрі. Спільна робота в лабораторії та симпатія зв'язали їх назавжди. У них було 2 дочки. У 1898 році П'єр та Марі відкрили новий елемент - полоній. У 1906р після смерті П'єра, Марії пропонують місце глави кафедри



фізики, яке раніше займав її покійний чоловік. Марія ззадоволенням погодилася. Марія Кюрі перша жінка-лауреат Нобелівської премії. Вона отримала премію з фізики в 1903 р. І з хімії в 1911.

Померла Марія Кюрі 4 липня 1934 року від лейкемії в невеликій лікарні містечка Санселлемоз у французьких Альпах.

**Maria Tsebak**

## Na czasie

### **Pogoda ducha**

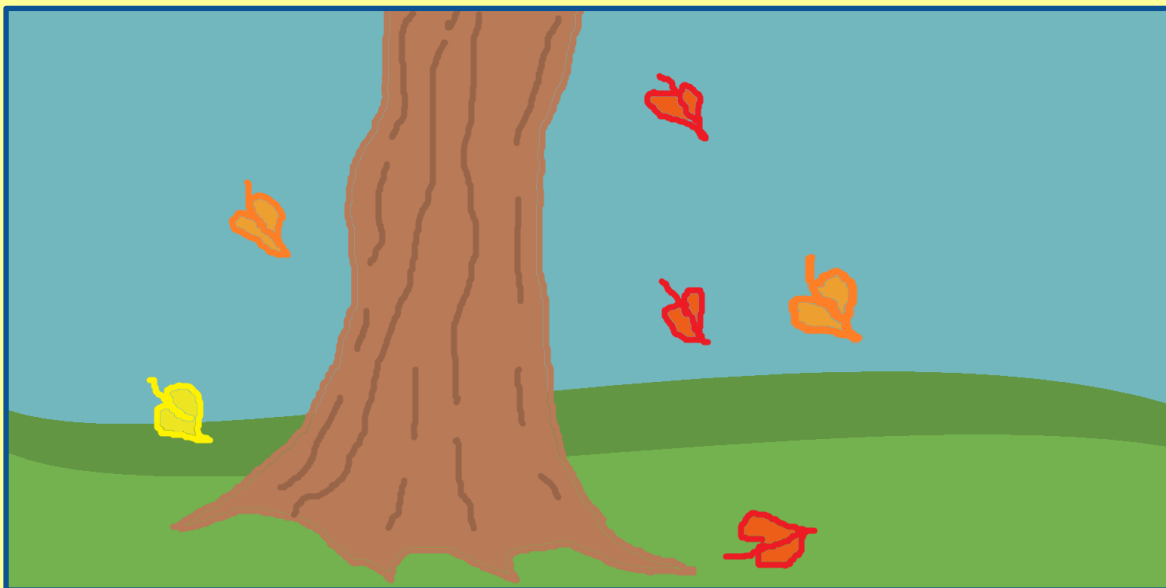
Drodzy Czytelnicy, w tym artykule postanowiłem opowiedzieć Wam o kolejnym rodzaju pogody, lecz nie o pogodzie występującej jesienią, latem, wiosną czy zimą, tylko wewnętrznej pogodzie ducha i jak ją osiągnąć.

Pierwszą rzeczą, na którą warto zwrócić uwagę, jest to, że aby zachować pozytywne nastawienie, nie należy martwić się naszymi problemami, lecz skupić się na tym, co możemy uzyskać, rozwiązując je. Innymi słowy, należy zwrócić uwagę na to, co pozytywnego może nam dać dążenie do pozbycia się problemu lub ujrzenie w nim pozytywnych stron, czyli „nie ma tego złego, co by na dobre nie wyszło”.

Innym sposobem na osiągnięcie harmonii jest niepoddawanie się, gdy jest nam w życiu trudno i cieszenie się najmniejszymi sukcesami. Nieustanne dążenie do celu sprawia, że droga do perfekcji staje się łatwiejsza. Przysłowie mówi: „Przez trudy do gwiazd”.

Kolejną receptą na zachowanie pogody ducha jest zachowanie pewności, że ludzie wokół (najbliżsi) będą nas wspierali w zdobywaniu coraz to nowych osiągnięć i sukcesów. Należy również pamiętać, że nie trzeba bać się pytać i prosić innych o pomoc.

Mam nadzieję, że ten artykuł pomoże Wam znaleźć i utrzymać w sobie pogodę ducha.



### **Nie takie straszne konkursy, jak je malują.**

Drodzy Czytelnicy, od rozpoczęcia roku szkolnego mogliście już usłyszeć o różnych konkursach. Jednym z nich jest na przykład „zDolny Ślązak”, który odbywa się co roku, a jego laureaci są zwolnieni z pisania egzaminu, jeżeli byli najlepsi akurat w jednym z egzaminacyjnych przedmiotów. W tym artykule postaram się Wam co nieco opowiedzieć o turniejowych wyzwaniach oraz zachęcić Was do uczestniczenia w nich.

Biorąc udział w konkursie, warto pamiętać, że nie zawsze musimy go wygrać. Czasami warto uczestniczyć w takich wydarzeniach, aby zaznajomić się z nimi, by w przyszłości nie mieć problemów związanych chociażby ze stresem. Dobrze jest też brać w nich udział, aby utrwalić wiadomości na dany temat lub sprawdzić swój poziom wiedzy. Podczas odpowiadania na pytania można przypomnieć sobie zagadnienia, które były omawiane na lekcji.

Warto też brać udział w zmaganiach konkursowych, ponieważ nic nie tracimy, a możemy wygrać lub zająć wysokie miejsce. Nawet, gdy nie do końca coś wiemy, możemy przecież zgadywać i mieć możliwość wygrania nagród. Oczywiście nie zapisujcie się, gdy dany temat nie jest Wam kompletnie znany, jednak kiedy macie tylko lekkie braki, warto jest się zgłosić i uzupełnić je oraz poszerzyć wiedzę, przygotowując się do konkursu.

Mam nadzieję, że udało mi się przekonać Was do uczestnictwa w konkursach. Pamiętajcie, że nawet, gdy nie jesteście w stu procentach pewni czy chcecie zapisać się, czy nie, bądźcie aktywni i uczestniczcie w tego typu wydarzeniach, bo inaczej możecie stracić wiele

korzyści płynących ze szkolnych turniejów. Waszą wygraną będą zawsze wiedza i doświadczenie.

**Paweł Puślecki**

### **Pokonać samą siebie**

Niedawno, z okazji Narodowego Święta Niepodległości, odbył się recytatorski konkurs poezji patriotycznej, w którym wzięłam udział.

Najpierw odbyły się eliminacje szkolne. Byłam bardzo podekscytowana, ponieważ w zeszłym roku nie udało mi się dostać do następnego etapu. Teraz musiałam tylko zmienić wiersz na ciekawszy. Pani zaproponowała mi utwór Katarzyny Grochowskiej pod tytułem „Co to jest Polska?”.

Wraz z dwiema innymi uczestniczkami poszłam do Klubu „Bolko”, gdzie odbyły się eliminacje do etapu powiatowego. Czułam lekki stres, mimo to byłam pewna siebie (przynajmniej próbowałam). Ręce zaczęły mi się pocić, kiedy nagle wyczytano moje imię. Weszłam na scenę spokojnie, nie spiesząc się. Reflektory świeciły mi prosto w oczy. Zaczęłam recytować wiersz. Nie mogłam opanować drżenia nóg, za to udało mi się ustabilizować głos. Mówiłam spokojnie, wolno i donośnie. Zeszłam ze sceny i usiadłam na swoim miejscu.

Po wysłuchaniu wszystkich uczestników jury ogłosiło krótką przerwę. W tym czasie zrelaksowałam się i postanowiłam nie oczekiwać niczego. „Będzie, co ma być” - myślałam. Potem wróciliśmy do sali. Stało się coś, czego naprawdę się nie spodziewałam: pośród uczestników, którzy wystąpią w konkursie powiatowym, znalazło się moje imię! Chciało mi się skakać ze szczęścia. Dla innych może być to zwyczajne zadowolenie, ale ja byłam w siódmym niebie!

Tydzień później odbył się etap powiatowy. Miał on miejsce w teatrze. Tym razem nie czułam takiego stresu. Byłam dumna z tego, co już osiągnęłam. Oczywiście byłoby wspaniale, gdyby okazało się, że jestem jedną z „wybranych”, ale cieszyło mnie to, co jest. Ponownie wyszłam na scenę, tym razem już zdecydowanie większą. Chociaż wydawało mi się, że nie czułam stresu, zaczęła drżeć mi ręka! Ach, chyba nigdy tego nie opanuję... Starałam się mówić spokojnym, ale donośnym głosem. W końcu musiał on wybrzmieć na cały teatr (a nie było tam mikrofonów!). Skończyłam recytować, usiadłam na miejsce i z ulgą wysłuchałam występów innych. Przyszedł czas na krótką przerwę. Pochodziłam trochę po teatrze, a później trzeba było wracać na miejsca. Zaczęto wyczytywać finalistów, a następnie uczestników nagrodzonych, wśród których znalazłam się i ja! Byłam dumna jak paw.

Przez cały dzień chodziłam z podniesioną głową. Inne lekcje i zajęcia zleciały mi w mgnieniu oka. Po powrocie do domu czekała na mnie mała niespodzianka: mama przyrządziła moje ulubione danie! Posiedziałam chwilę z rodziną, a potem udałam się do łóżka. „Zapamiętam ten dzień na długo” - pomyślałam.

**Anna Szeredi**

### **Makijaż w szkole – co my na to?**

Jak wiadomo, każdy z nas rośnie, dojrzewa. Szybciej czy wolniej, jednak zaczynamy zauważać zmiany w sobie samych i... nie do końca je akceptować. Z czasem przestaniemy podobać się sobie, a zacniemy podchodzić do swojego wyglądu bardziej krytycznie.

Mimo że jest to normalne i doświadcza tego każda osoba w nastoletnim wieku, zdaje się, że dorośli zapomnieli już, jak to jest i nie zawsze zgadzają się z naszymi wyborami. Podczas kiedy chcemy poczuć się piękniej, stać się bardziej pewnymi siebie, bywa, że czujemy się niezrozumiani i nieakceptowani. Jednak czy tak naprawdę powinniśmy móc wyrażać siebie w sposób, jaki nam odpowiada?

Przeczytajmy wypowiedzi naszych koleżanek i kolegów, aby przekonać się, co oni sami sądzą o tym:

"Uważam, że jeżeli chcemy, powinniśmy móc się malować, ponieważ czujemy się wtedy ładniej, pewniej i po prostu bardziej komfortowo. Niektórzy z nas mają kompleksy, na przykład przez problemy z cerą i dlatego makijaż powinien być dozwolony." – Ewa Jasionek, 8c;

"Moim zdaniem malowanie to nasza sprawa. Jeśli makijaż jest bardzo mocny, to nauczyciele mają prawo zwrócić nam uwagę. Natomiast jeśli makijażu nie widać aż tak bardzo albo jest delikatny, to według mnie nauczyciele nie powinni zwracać uwagi." – Martyna Nerka 8c

"Moim zdaniem makijaż powinien być dozwolony, ponieważ niektórzy czują się w nim pewniej. Często naprawdę dodaje on dużo uroku." – Anna Dziubek, 8e;

"Odnosząc się do makijażu w szkole, myślę, że to jest indywidualna sprawa. Oczywiście dziewczynki z młodszych klas moim zdaniem nie powinny się malować, a dziewczyny w klasach starszych nie powinny nakładać całej palety kosmetyków. Makijaż w szkole podstawowej jest ciężkim tematem, ponieważ każdy uważa inaczej i nie chciałabym nikogo urazić, gdyż jest to indywidualna sprawa dziecka i rodzica." – Liliana Jarząbek, 7b;

"Uważam, że makijaż nie powinien być dozwolony, ponieważ zakrywa naturalność osoby, która go nosi i ukrywa jej naturalne piękno." – Aleks Zalewski, 8e;

"Uważam, że makijaż powinien być dozwolony. W statucie mogą być zapisane kosmetyki albo czynności, których nie można wykonywać, ale jeśli ktoś się czuje bardziej pewny siebie bądź

po prostu tego potrzebuje, to może robić delikatne makijaże do szkoły." – Zuzanna Kaczyńska, 8e;

"Moim zdaniem to, czy ktoś ma makijaż, nie powinno być powodem do zwracania komuś uwagi. Niektórzy mają problemy z cerą czy trądzikiem i jeżeli chcą przykryć jakieś zaczerwienienia dla własnego komfortu, to powinni mieć do tego prawo. Młodzież lubi się oceniać pod względem wyglądu, co bardzo często prowadzi do konfliktów między uczniami. Podkreślenie swoich atutów (np. rzęs) też powinno być dozwolone, żeby lepiej i pewniej czuć się we własnym ciele. Natomiast jeżeli chodzi o mocniejszy makijaż (np. kolorowy), uważam, że choćby z własnego szacunku do innych nie powinno się występować tak w szkole. Dziękuję za możliwość udzielenia mojej opinii." – wypowiedź anonimowa;

"Uważam, że nie powinno się zabraniać dziewczynom noszenia makijażu. Owszem, uważam, że nie powinien być on mocny, lecz nie sądzę, że należy go zabraniać. Moim zdaniem powinien być dozwolony lekki makijaż i tyle." – Jan Kędziński, 8c;

"Uważam, że makijaż powinien być dozwolony w szkole, gdyż nie wpływa on negatywnie na naszą wiedzę ani edukację. Niektórzy czują się w nim bardziej komfortowo i pewnie, a przez szkołę nie mogą sobie wyrażać. Bezsensowne jest według mnie zabranianie makijażu skoro funkcjonujemy tak samo niezależnie czy go mamy czy nie." – wypowiedź anonimowa;

"Uważam, że makijaż w szkole powinien być dozwolony, ponieważ dzięki niemu możemy poczuć się pewnie, lepiej, możemy zakryć swoje niedoskonałości, np. trądzik, co moim zdaniem jest głównym powodem jego stosowania w szkole. Oczywiście za zbyt kolorowy makijaż (np. oczu) – według mnie – mogłyby być upomnienia, ponieważ nie jest on wskazany. Myślę, że nie powinien być negowany lekki makijaż, czyli używanie podkładu, korektora, pudru czy jasnych błyszczków. Za mocny makijaż nie uważam też podkreślania rzęs, ponieważ nie rzuca się on w oczy i sądzę, iż nie jest »wyzywający«." – Hanna Mielnik, 8a;

"Nie widzę problemu w malowaniu się do szkoły. Niektóre z nas w ten sposób wyrażają siebie, a zrobienie sobie makijażu podkreślającego naszą urodę lub zakrycie niedoskonałości może niektórym z nas podnieść samoocenę." – wypowiedź anonimowa.

Jak widać, zdania uczniów są podzielone. Ja sama uważam, że makijaż powinien być jedynie po to, aby zakryć niedoskonałości, których nie chcemy pokazywać i przez które czujemy się niekomfortowo. Delikatna zmiana wyglądu czy podkreślenie naszych zalet często dodaje dużo pewności siebie. Powinniśmy oczywiście zachować umiar i pamiętać o tym, żeby nie ukrywać naszego piękna pod maską.

Jednak co na temat poprawiania makijażu w miejscu publicznym, na przykład podczas lekcji, bądź na korytarzu, mówią zasady *savoir-vivre'u*? Wykonywanie makijażu w obecności

innych osób jest uważane za bardzo niekulturalne. Czesanie włosów, malowanie paznokci czy tuszowanie rzęs w towarzystwie jest nieeleganckie i nie powinno się tego robić. Malowanie się jest raczej czynnością prywatną, dlatego nie powinno się jej wykonywać przy innych ludziach. Choć nie każdemu może to przeszkadzać, dla niektórych jest to dużym nietaktem. Są jednak pewne wyjątki potwierdzające tę regułę. Nie każda czynność jest niepoprawna, na przykład związywanie włosów w kucyk (bez wcześniejszego rozczesywania ich publicznie) bądź używanie pomadki ochronnej, nawilżającej.

**Aleksandra Thrun**

## **Ciekawostki - warto wiedzieć!**

### **Media społecznościowe: co dają, co odbierają?**

Na co pozwalają media społecznościowe? Na nawiązywanie i utrzymywanie kontaktów, na walkę z nieśmiałością i samotnością; pokazują, co jest modne. Co zabierają media społecznościowe? Prywatność, wolny czas.

Pamiętajmy też o zasadach bezpiecznego korzystania z sieci: nie podawaj swoich danych osobowych, w sytuacji, kiedy ktoś lub coś Cię w internecie zaniepokoi lub wystraszy, koniecznie opowiedz o tym rodzicom lub innym osobom, do których masz zaufanie, szanuj innych również w świecie wirtualnym, miej ograniczone zaufanie do osób poznanych w internecie.

Pisząc artykuł, korzystałem ze źródeł: [sieciami.pl](http://sieciami.pl), [babskiswiat.com.pl](http://babskiswiat.com.pl).

**Michał Trześniewski**

### **Sznurówki**

Wiele osób uważa, iż sznurówki są nieważne i nie trzeba ich wiązać, jest to bardzo zauważalne na szkolnych korytarzach na przykład w czasie przerw. Błąd! Zawiązane sznurowadła są bardzo ważne dla naszego bezpieczeństwa, wiele wypadków zaczyna się właśnie od niezawiązanej sznurówki.

Ja codziennie wiąże swoje z milion razy, a one i tak się rozwiązują. Robią mi na złość? Najczęściej nie chce mi się ich wiązać ponownie i chodzę z rozwiązanymi, czym denerwuję innych ludzi. Co chwilę dookoła słyszę: „Zawiąż sznurówki, zawiąż sznurowadła, no schyl się i je zawiąż” – wszyscy martwią się o mnie? Tak sędzę. Poza tym w naszym społeczeństwie jest po prostu przyjęte, że należy nosić zawiązane sznurówki.

Sznurowadła nie cieszyły się większą popularnością aż do XX wieku. Ciekawostka mówi, że współczesne sznurowadła opatentował w 1790 roku angielski wynalazca Harvey Kennedy. W 1840 roku pojawiły się buty z dziurkami wzmocnionymi metalowymi pierścieniami, co w połączeniu ze skuwkami znacznie ułatwiło przewlekanie sznurówek.

Dziś na rynku dostępne są sznurowadła tkane lub plecione, plastikowe, metalowe, ze sztucznych włókien, mieszanki tych materiałów lub ze skóry, sznurowadła woskowane, naturalne i druczane, kolorowe i jednolite... a i tak nie podbiły naszych serc. Bywa, że sznurówki przeszkadzają nam w codziennym życiu, utrudniają je, bez przerwy się rozwiązują, ale dzięki nim nie spadają nam buty podczas grania w piłkę czy skakania na skakance ☐.

Pisząc artykuł, korzystałem ze strony <https://pl.wikipedia.org/wiki/Sznurowadło>.

**Mateusz Woźniak**

### **Sport trudniejszy, niż się wydaje**



Jeździectwo daje nam możliwość zapoznania się z przepięknymi i wyjątkowymi zwierzętami, jakimi są konie. Jazda konna jest jednym z trudniejszych sportów. Na pierwszy rzut oka wygląda na bardzo prostą ale ten, kto jeździ konno, wie, że to nie jest takie łatwe jak się wydaje. Choć wielu osobom sport ten kojarzy się z siedzeniem w siodle, to podczas tej

aktywności pracują mięśnie łydek, pośladków i ud. Dlatego nie zdziw się, jeśli po jeździe będziesz miał zakwasy.

Początkujący jeździec rozpoczyna jazdę konną na lonży, czyli linie, na której koń jest prowadzony przez instruktora podczas jazdy. Instruktor kontroluje tym konia, by jeździec mógł zdobyć podstawowe umiejętności. Jeśli jeździec czyje się pewniej w siodle i ma pozwolenie od instruktora na jazdę samodzielną (bez lonży), to od kolejnych lekcji uczy się samodzielnego i poprawnego stepu, kłusu i galopu (są to chody konia). Później zaczynają się skoki i zawody. Jest to najdłuższy etap, ponieważ jazdy konnej uczymy się całe życie...

Do startów w zawodach są potrzebne odznaki jeździeckie. Odznaka „jeźdź konno” przede wszystkim gwarantuje możliwość uzyskania kolejnych odznak. Jest również brązowa, srebrna i złota odznaka. Są one zdobywane po kolei. Świadczą one, na jakim jeździec jest etapie.

Podstawowy ubiór jeźdźcy to toczeł, czyli kask jeździecki - jest on obowiązkowym wyposażeniem jeźdźcy. Jego zadaniem jest ochrona głowy przed urazami w czasie ewentualnego upadku z konia. Bryczesy - czyli specjalny rodzaj spodni przeznaczonych do jazdy konnej, które nie posiadają szwów po wewnętrznej stronie, przylegają ściśle do





ciała i są wyposażone w lej. Z kolei oficerki i sztyblety to buty do jazdy konnej. Natomiast czapsy to dla jeźdźca ochraniacze na nogi zazwyczaj wykonane są ze skóry.

## **Krystyna Koniuch**

### **Rady na bezradność**

Niemal każdy z nas miał taki moment w życiu, kiedy czuł kompletną bezradność. Przykładowo, gdy mamy ciężki tydzień w szkole, musimy odrobić wiele zadań domowych,



uczyć się na sprawdzany, zrobić projekty, może być to dla nas przytłaczające. Gdy jesteśmy w takiej sytuacji, możemy się czuć zestresowani, spięci i chętni do poddania się. Mam tu na myśli chociażby niezrobienie jednego z projektów bądź odpuśczenie nauki na sprawdzian. Jednak w tym artykule zmotywuję Was do działania i podpowiem kilka wskazówek, co robić, gdy nie mamy sił.

Dlaczego nie warto się poddawać? W momencie, gdy mamy bardzo dużo spraw na głowie, zdarza się, że czujemy chęć do poddania się, przysłowiowego "rzucenia tego" i robienia czegoś przyjemnego dla nas. Jednak nie powinniśmy tak robić. Zawsze jest lepiej poświęcić ten dzień lub dwa na dokończenie wszystkich ważnych spraw, a później mieć odpoczynek. Gdy odpoczywamy, zanim zrealizujemy obowiązki, nie jest to do końca przerwa, bo wciąż myślimy

o rzeczach niedokończonych. A jeśli przełożymy niektóre obowiązki na późniejszy termin, skumulują się one z tymi, które będziemy musieli zrobić w przyszłości. Dlatego właśnie nie warto się poddawać, a raczej spać się i zrobić wszystko, co musimy, w określonym terminie.

Ale teraz rodzi się pytanie: jak nabrać sił do skupienia się na rzeczach ważnych? Dobrze jest zrobić coś, co lubimy. Można przejść się na spacer, pobiegać, posłuchać ulubionej muzyki, wypić szklankę wody, zadzwonić do kogoś bliskiego, pobawić się z psem, nawet pomedytować. Z naukowego punktu widzenia nasz poziom odpowiednich hormonów odpowiadających za szczęście musi się ustabilizować. Po wykonaniu jednej lub paru z przytoczonych przeze nie przykładowych czynności powinniśmy poczuć się znacznie lepiej.

Pamiętajcie o tych poradach, ponieważ - choć mam nadzieję, że nie będą musiały się przydać - mogą pomóc. Nie poddawajcie się i nie przekładajcie obowiązków w czasie, bo prędzej czy później i tak będziecie je musieli zrobić. Lepiej zrobić coś teraz, a później mieć czas na beztrudny odpoczynek.

**Paweł Puślecki**

## **Ciekawa książka – polecamy**

### **„Opowieść wigilijna” - książka na zimowe, świąteczne wieczory**

O czym opowiada lektura „Opowieść wigilijna”? Utwór Karola Dickensa opowiada o Ebenezerze Scrooge’u, który jest skąpym właścicielem kantoru. Jedyne, co ma w głowie, to pieniądze. W wigilię Bożego Narodzenia nawiedza go duch zmarłego przyjaciela i współpracownika, Jakuba Marleya. Przestrzega, że jeśli Scrooge się nie zmieni, to po śmierci czeka go męka. Później nawiedzają go kolejni niezapowiedziani goście: duchy: przeszłości, teraźniejszości i przyszłości. Jakie efekty przyniosą te wizyty?...

Dlaczego warto przeczytać „Opowieść wigilijną”? Książka uczy, że pieniądze nie są najważniejsze w życiu. Opowiada też o tym, że nie można zostawić drugiego człowieka, zwłaszcza w Święta Bożego Narodzenia. Ukazuje dobroć ludzką. Książka jest wzruszająca i pokazuje przemianę człowieka w krótkim czasie.

**Liliana Jarzabek i Ola Sierakowska**

### **«Різдвяна пісня» книжка на зимові святкові вечори.**

Про що «Різдвяна пісня»? Твір Чарльза Дікенса розповідає про Ебенізера Скруджа, який є скупим власником офісу. Все, що в нього на думці, це

гроші. Напередодні Різдва його переслідує привид його померлого друга та співробітника Джейкоба Марлі. Він попереджає, що якщо Скрудж не зміниться, він страждатиме після смерті. Пізніше його переслідують інші неоголошені гості: привиди: минуле, теперішнє та майбутнє. Який ефект дадуть ці візити?...

Чому варто прочитати «Різдвяну пісню»? Книга вчить, що гроші - це не найголовніше в житті. Він також говорить про те, що не можна залишати іншу людину, особливо на Різдво. Це показує людську доброту. Книга зворушлива і показує трансформацію людини за короткий час.

**Ліліана Яржонбек та Ола Сераковська**

### **Zbrodnia nie popłaca**

Często zastanawiamy się, czy unikniemy kary. Szacujemy, czy w danym dniu nauczycielka sprawdzi zadanie domowe, czy jednak kara, którą w naszym przypadku jest zła ocena, nas ominie. Jednak „Co się odwlecze, to nie uciecze”. Po pewnym czasie nauczycielka i tak sprawdzi albo nasz zeszyt, albo zadanie domowe.

Podobną sytuację możemy zauważyć w lekturze „Balladyna”. W niej jednak, głównej bohaterki nie ściga po szkole nauczyciel, tylko sumienie, które z każdą kolejną popełnioną zbrodnią staje się brudniejsze.

Już na samym początku lektury tytułowa bohaterka dramatu Juliusza Słowackiego zabiła swoją siostrę. Pod koniec królowa osądziła samą siebie, aż trzy razy, w sposób sprawiedliwy, więc można by było odpuścić jej karę. Lecz pokuta za to morderstwo i tak się wypełniła. Dlaczego? Ponieważ „nie ma zbrodni bez kary”.

Lektura „Balladyna” nie opowiada tylko o zbrodniach głównej bohaterki, ale o sfalszowaniu korony Lecha, zabójstwie dzieci Popiela III i jego wygnaniu oraz zemście Kirkora. Z tych zbrodni można wywnioskować, że każde okrucieństwo spotkała, prędzej czy później, kara. Sfalszowanie korony zaowocowało falą nieurodzaju i głodu. Mord dzieci Popiela III oraz jego późniejsze wygnanie sprawiło, że Kirkor postanowił zemścić się na Popielu IV, a sama jego zemsta zakończyła się śmiercią grafa.

Z przytoczonych przeze mnie przykładów wynika, że jakiegokolwiek „zbrodni” byśmy nie popełnili, konsekwencje i tak nas spotkają. Dlatego też uważam, że teza „nie ma zbrodni bez kary” jest prawdziwa.

**Marysia Lizurej**

**„Kto czyta książki, żyje podwójnie.”**

Drodzy Czytelnicy, tym razem przychodzę do Was z jednym z moich ulubionych tematów, którym jest literatura. Mówi się, że książki to skarbnica wiedzy. Uczą nas o świecie, o życiu i o nas samych. Pozwalają nam spojrzeć na świat z innej perspektywy, zrozumieć wybory ludzi, którzy zmagają się z przeciwnościami losu, jakich my nigdy nie doświadczyliśmy. Dlatego właśnie, moim zdaniem, powinniśmy sięgać do literatury jak najczęściej. Utwory literackie skupiają się na tym, jakich wyborów musieli dokonywać bohaterowie i z jakimi problemami mieli do czynienia.

Nancy H. Kleinbaum w swojej książce pod tytułem "Stowarzyszenie Umarłych Poetów" przedstawia, jak wyglądało życie młodzieży we wcześniejszych latach. Ta powieść może nas wiele nauczyć. Od zawsze spora część nastolatków zмага się z brakiem zrozumienia i akceptacji przez dorosłych, a „Stowarzyszenia Umarłych Poetów” zdaje się podkreślać ten problem. Dzięki tej lekturze dowiadujemy się, jak wyglądało życie młodych osób, system szkolnictwa oraz relacje między nastolatkami i osobami dorosłymi.

Jak wynika z przywołanego przykładu, literatura ukazuje nam dawne czasy z perspektywy bohaterów, którzy w nich żyli. Możemy wyciągać z niej wnioski i wiele się nauczyć, a także przyrównać przeszłość do teraźniejszości- współczesnych czasów, w których żyjemy.

**Aleksandra Thrun**

## Nasza twórczość

### Jesienne wieczory

W jesienne wieczory na drzewach złote i brązowe liście

Tańczą choreografie jedynie sobie znane.

Na leśnym balu prezentują się niezwykle uroczyście,

A gwiazdy patrzą na nie, w ich tańcu zakochane.

W jesienne wieczory liście złote i brązowe

Zmęczone ciągłym tańcem na ziemię opadają.

Na leśnym poszyciu liście owe

Do snu wiecznego się układają.

W jesienne wieczory cykady

Ukrywają się wiecznie w wysokiej trawie.  
Grają piękną melodię niczym leśne driady,  
Dlatego za każdym razem uczestniczą w wieczornej zabawie.

W jesienne wieczory zwierzęta nocne  
Powoli budzą się ze snu.  
Każde z nich liczy tej nocy na łowy owocne,  
Aby rano znów usnąć w swoim gniazdku z kwiatów lnu.

W jesienne wieczory, księżyc każe gwiazdom  
Rozpocząć swój pokaz światła i cieni.  
Każda z nich próbuje przypodobać się księżycowi,  
Ale on i tak nigdy żadnej nie doceni.

W jesienne wieczory w drewnianej chatce,  
Tej starej, stojącej po środku polany, pod lasem  
Znajduje się kilka osób, a każda z nich trzyma po jednej kartce,  
Starając się nie dawać o sobie znać hałasem.

W jesienne wieczory każda jedna osoba  
Pisze po jednym liście, woskiem pieczętując koperty.  
Rozmaryn i płatek róży wkładają do środka. Ot, jako ozdoba.  
A w listach opisują te piękne, wieczorne koncerty.

**Aleksandra Thrun**

### **Czar jesienny**

Patrzę przez okno  
Świat zamiera  
Ostatnie listki na gałązkach wiszą  
Próbuję dostrzec życie  
Patrzę lecz nie widzę

Pani z psem idzie  
Idzie po puchu

jasnym jak gwiazda na zimowym niebie  
Na niebie tysiące gwiazd się świeci  
Rozświetlają w nocy ciemność bezgraniczną na ziemi  
Patrzę i wzdycham ciężko

Ostatni listek spadł znikając za horyzontem  
porwany przez podmuch powietrza  
Unosi się przez świat długi i szeroki  
Wiatr porywa spojrzenie księżyca  
Świat czarem ogarnięty  
Lecz jak Feniks z popiołów  
Odrodzi się listek na gałązce  
Naturą topi w kryształowej wodzie  
Przeglądający się tam księżyc

Ukołysał ktoś w gawrze niedźwiedzie  
Jeże nakarmił i spać położył  
Co się dzieje?- synek pyta  
Odpowiadam ze spokojem  
- Zbliża się zima

**Liliana Jarząbek**

## Smaczne co nieco

### Tradycyjne potrawy ukraińskie

Ukraińskie potrawy znane są ze swojej różnorodności i wyjątkowego smaku. Kuchnia ukraińska obejmuje setki przepisów, między innymi na: barszcz i pączki, paluszki i pierogi, zupę grzybową, pierogi i kiełbaski, napoje z owoców i miodu, znanych daleko poza Ukrainą. Warto zaznaczyć, że turystyka kulinarna zajmowała pierwsze miejsce wśród intencji, dla których zagraniczni turyści odwiedzali Ukrainę.

Wiele cech kuchni ukraińskiej wynika ze sposobu życia narodu ukraińskiego - zdecydowana większość zarabiała na życie ciężką pracą w rolnictwie. Aby wykonać tak trudną pracę, ludzie potrzebowali sytego jedzenia. Dlatego kuchnia ukraińska charakteryzuje się

potrawami bogatymi w białka, tłuszcze i węglowodany.

Drogi Czytelniku, w kuchni ukraińskiej są tradycyjne potrawy, dzięki czemu jest rozpoznawana. A jeśli zagłębisz się w tradycje kulinarne, znajdziesz takie nazwy i przepisy, które mile Cię zaskoczą.

Barszcz. Czy jest Ukrainiec, który nie jadł barszczu? W książkach kucharskich można znaleźć ponad 50 przepisów na barszcz. Barszcz jest jednym z najpopularniejszych dań wśród Ukraińców. Zwykle nazywa się go czerwonym, gotowanym na zupie mięsnej, z kapustą, burakami, marchewką, natką pietruszki, pasternakiem, ziemniakami.



Pierogi. Są jednym z najczęstszych dań z gotowanego ciasta z nadzieniem. W dawnych czasach pierogi rzadko znajdowano w codziennym menu Ukraińca. Były ozdobą niedzielnego i świątecznego stołu. Pierogi były również częścią uroczystych posiłków (wesela, chrzciny, święta), gotowano je na dożynkach i żniwach.



Białe grzyby w stylu huculskim Przepis na ich przygotowanie jest bardzo prosty: zagotuj, smaż na oleju roślinnym, duś w śmietanie lub śmietance, dodaj zieloną cebulę, pietruszkę. Ale chodzi o same grzyby! Dla nich trzeba udać się na Bukowinę, ponieważ borowiki są prawdziwym atutem lokalnych lasów

**Maria Tsebak**



### **Традиційні українські страви**

Українські страви відомі своєю різноманітністю та неповторним смаком. Українська кухня налічує сотні рецептів, серед яких: борщі та пампушки, батончики та вареники, грибна юшка, вареники та ковбаси, морси та медові напої, відомі далеко за межами України. Варто зазначити, що кулінарний туризм посів перше місце серед намірів, з якими іноземні туристи відвідували Україну.

Багато особливостей української кухні впливає з побуту українського народу - переважна більшість заробляла на життя важкою працею в сільському господарстві. Щоб виконувати таку нележку роботу, людям потрібна була ситна їжа. Тому для української кухні характерні страви, багаті на білки, жири та вуглеводи.



Шановний читачу, українська кухня має традиційні страви, які роблять її впізнаваною. А якщо ви заглибитесь в кулінарні традиції, то знайдете назви та рецепти, які вас приємно здивують.

Борщ. Чи є українець, який не їв борщу? У кулінарних книгах можна знайти понад 50 рецептів борщу. Борщ – одна з найулюбленіших страв українців. Зазвичай її називають червоною, варять у м'ясному супі, з капустою, буряком, морквою, петрушкою, пастернаком, картоплею.



пельмені. Вони є одними з найпоширеніших страв для приготування пирогів з начинкою. За старих часів вареники рідко входили в повсякденне меню українця. Вони були окрасою недільного та святкового столу. Вареники також входили до складу обрядових страв (весілля, хрестини, свята), їх варили під час жнив і жнив.



Білі гриби по-гуцульськи Рецепт їх приготування дуже простий: відварити, обсмажити на рослинній олії, тушкувати у вершках або вершках, додати зелену цибулю, петрушку. Але це про самі гриби! За ними треба їхати на Буковину, адже білі гриби – справжнє надбання тутешніх лісів

**Марія Цebak**

### **Przepis na najlepsze gofry pod słońcem**

W chłodne jesienne wieczory najlepsze lekarstwo na chandrę to kubek herbaty i ciasto. A może gofry? Zainspiruję Was moim przepisem na lekkie i chrupiące gofry, których smak rozproszy ciemność w głowie.

Należy przygotować: 2 szklanki mąki pszennej, 2 szklanki mleka, 1 łyżeczkę proszku do pieczenia, szczyptę soli, 1–2 łyżki drobnego cukru do wypieków, 1/3 szklanki (80 ml) oleju, 2 jajka (żółtka oddzielone od białek).

W większym naczyniu zmiksować mąkę, mleko, proszek do pieczenia, sól, cukier, olej i żółtka. Białka ubić na sztywną pianę i bardzo delikatnie wymieszać z ciastem. Następnie włożyć miskę z ciastem na min.5 minut do lodówki. Gofrownicę rozgrzać do wymaganej temperatury.

Po wyciągnięciu ciasta, przelewać je partiami do rozgrzanej gofrownicy i piec przez około 2 – 3 minuty, do rumianego koloru i chrupkości. Podawać z bitą śmietaną lub z ulubionymi dodatkami.

Smacznego =)

Przepis pochodzi ze strony: <https://mojewypieki.com/przepis/gofry-lekkie-i-chrupiace>





**Marysia Lizurej**

### **Przepis na ciasto kakaowo – bananowe z orzechami**

Drodzy Czytelnicy, na długie, czasem nudne, jesienne wieczory polecam Wam upiec przepyszne ciasto czekoladowo – bananowe. Jest pyszne!

Składniki:

- masło, ilość do posmarowania formy;
- bułka tarta, ilość do oprószenia formy;
- 65 g orzechów włoskich, łuskanych
- 300 g dojrzałych bananów pokrojonych na kawałki;
- 2 jajka;
- 160 g mąki pszennej;
- 180 g cukru;
- 30 g oleju;
- 20 g soku z cytryny;
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia;
- 1 łyżeczka sody oczyszczonej;
- szczypta soli;
- 15 – 20 g kakao.

Rozgrzać piekarnik do temperatury 180 stopni C. Formę keksową (30x10x7) posmarować masłem, oprószyć bułką tartą, odstawić. Rozdrobnić orzechy.

Do miski włożyć pokrojone banany, dodać jajka, miksować 2 minuty. Dodać rozdrobnione wcześniej orzechy, mąkę, cukier, sok z cytryny, olej, proszek do pieczenia, sodę

i sól, miksować 2 minuty.

Połowę masy przełożyć do przygotowanej wcześniej formy, odstawić. Do miski dodać kakao, miksować 30 sekund. Przełożyć do formy z pierwszą warstwą masy.

Piec 40-50 minut w 180 stopniach C lub do czasu, aż patyczek włożony w ciasto będzie suchy.

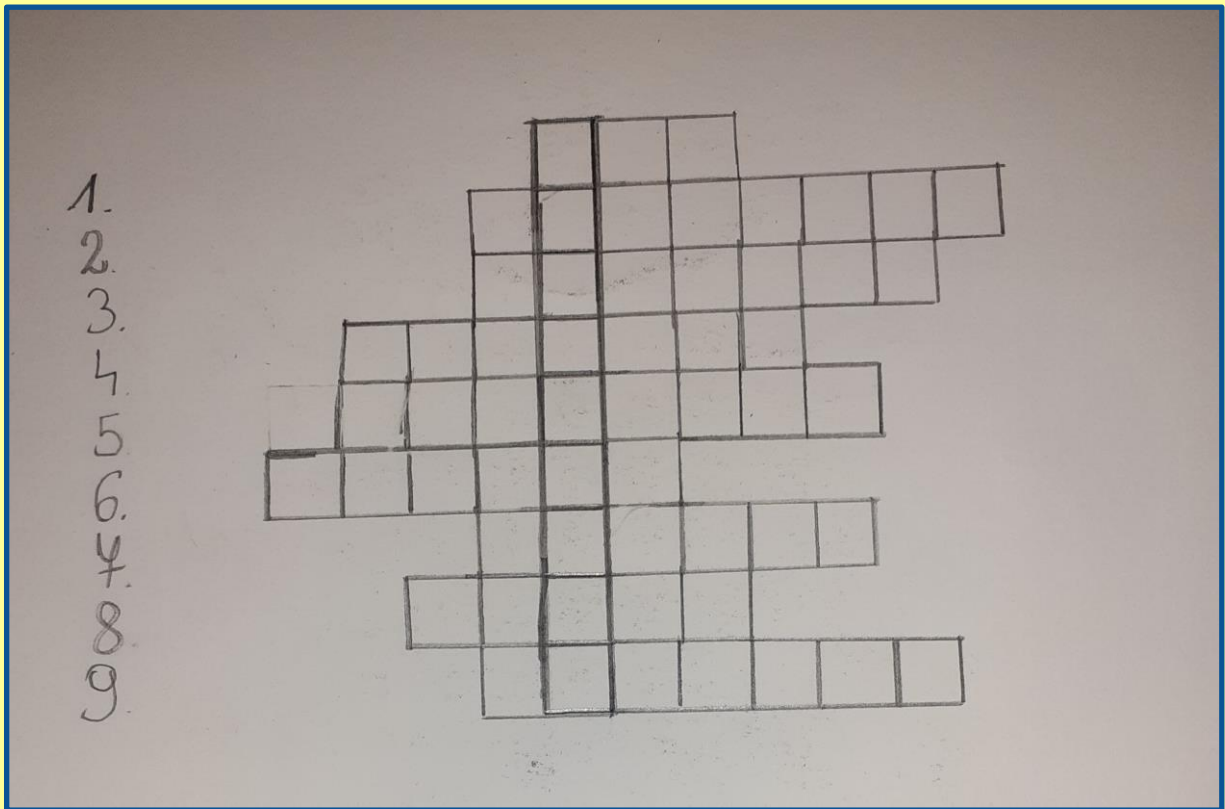


**Ola Sierakowska**

## Sposób na nudę

### Jesienna krzyżówka

Drodzy Czytelnicy, zapraszam do rozwiązania autorskiej jesienniej krzyżówki. Życzę miłej zabawy!



1. Małe zwierzę z kolcami na grzbiecie.
2. Brązowe w zielonej kolczastej skorupce, spadają z drzew.
3. Włoskie, laskowe, nerkowca.
4. Robimy je z kasztanów i żołądzi.
5. Rosną na dębie.
6. Zbieramy je w lesie, mogą być trujące albo jadalne.
7. Spadają jesienią z drzew.
8. Duże pomarańczowe warzywo.
9. Chroni nas przed deszczem.

**Ola Sierakowska**

### Dowcipy na zimne jesiennie popołudnia Жарти холодними осінніми днями

Drodzy Czytelnicy, jeśli nie macie nic w planach, a Wam się nudzi, to polecam

przeczytać kilka zabawnych kawałów. Na pewno poprawią Wam humor.

Шановні читачі, якщо ви не зайняті і вам нудно, рекомендую прочитати кілька веселих анекдотів. Вони точно піднімуть вам настрій.

Na lekcji polskiego:

- Jasiu, kiedy używamy wielkich liter?
- Kiedy mamy słaby wzrok!

Під час уроків польської мови:

- Джонні, коли ми використовуємо великі літери?
- Коли у нас поганий зір

Nauczycielka mówi do Jasia:

- Twoje wypracowanie jest niezłe, ale jest identyczne jak twojego kolegi z ławki. Wiesz co to znaczy?
- Że jego też jest niezłe?

Учитель каже Джону:

- Ваш твір хороший, але він ідентичний вашому колезі з парти . Ви знаєте, що це означає?
- Що його теж непогане ?

Ojciec sprawdza, czego jego syn nauczył się w szkole

- Masz 10 jabłek. Zjadłeś 2. Ile Ci zostanie?
- Nie wiem, tato, w szkole liczyliśmy na gruszkach.

Батько перевіряє, чого син навчився в школі

- У вас є 10 яблук. Ти з'їв 2. Скільки тобі залишиться?
- Не знаю, тату, ми в школі на груші рахували.

- Proszę Pani, czy można być karanym za to, czego się nie zrobiło?

- Nie, Kasiu, nie można tak.
- To dobrze, bo nie mam zrobionej pracy domowej.

– Pani, чи можна понести покарання за те, чого ви не робили?

- Ні, Касю, не можна.
- Добре, тому що я не зробив домашнього завдання.

Pani w szkole pyta Jasia:

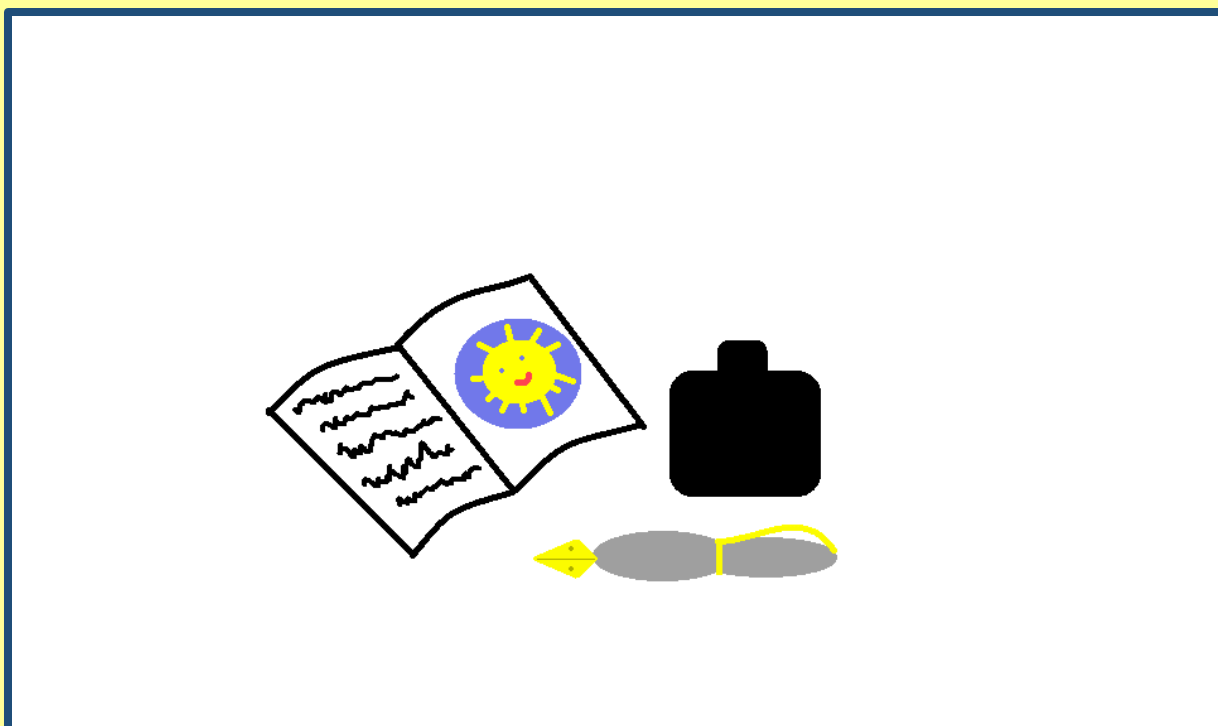
- Jasiu, kim chcesz być, jak dorośniesz?
- Świętym Mikołajem.
- Dlatego że sprawia dzieciom radość?
- Nie, dlatego że pracuje tylko raz w roku.

Жінка в школі запитує Яна:

- Джонні, ким ти хочеш стати, коли виростеш?
- Санта Клаус.
- Тому що це радує дітей?
- Ні, бо працює лише раз на рік.

Redagując ten artykuł, korzystałam z książki „Wielka księga dowcipów”.

**Ola Sierakowska Оля Сераковська**



**Redakcja „Głosu Ósemki”:**

Marcin Czerepak, Lila Jarzabek, Karol Konarzewski, Krystyna Koniuch, Maria Lizurej, Paweł Puślecki, Ola Sierakowska, Anna Szeredi, Aleksandra Thrun, Michał Trzeźniewski, Maria 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: Maria Tsebak

Listopad 2022