



W tym numerze:

Jakie cechy lubimy u innych ludzi? (str. 2.)

Recenzja filmu (str. 2.)

Czy dbasz o Ziemię? (str. 3.)

Dzień Świętego Patryka (str. 4.)

Rowerem do szkoły (str. 4.)

Dlaczego śniadanie jest ważne?

Jajecznicą, jogurt, kanapka...

W internecie, telewizji, szkole oraz w domu mówi się o tym, że śniadanie jest najważniejszym posiłkiem dnia. Wielu z was pewnie zadaje sobie pytanie, dlaczego jest ono takie ważne? Tym bardziej, że czasami nie chce się nam nic zjeść, bo albo nie mamy czasu, albo akurat postanawiamy przejść na dietę.

Według badań, jeśli codziennie rano będziemy jedli posiłek, będziemy też w stanie uchronić się przed poważnymi chorobami. Na przykład przed cukrzycą. Pomoże nam to również w skoncentrowaniu się podczas lekcji, a wiele osób ma z tym problem. Moim skromnym zdaniem, gdy wstaniemy trochę wcześniej

i zrobimy sobie coś do jedzenia, nic nam się nie stanie, a może nam to pomóc w funkcjonowaniu przez resztę dnia. Będziemy mieli siłę na cały dzień i nasze samopoczucie będzie bardzo dobre. Jednak nie każdy jest w stanie rano przygotować dla siebie posiłek. W pośpiechu czasami można

o tym zapomnieć lub budzik może nie zadzwonić i wstanie się później, niż zwykle. Mam na to sposób. Jeżeli rano nie masz czasu, przygotuj sobie (w miarę możliwości) śniadanie wieczorem. Może być to kanapka, jogurt lub jakiś owoc. Nic na tym nie stracimy, a nasz humor może być poprawiony

na cały dzień. Moim zdaniem warto jeść rano śniadanie i jest ono dla nas ważne, bo nie dość, że będziemy mieli świetny nastrój, to zmniejszamy tym ryzyko zachorowania na choroby.

Kinga Stachowska

Dlaczego lubimy naszych przyjaciół? Dlaczego za niektórymi nie przepadamy?

Jakie cechy lubimy w innych ludziach?

Cechą, którą chyba najbardziej lubimy, jest bycie miłym. Nie chcielibyśmy, żeby przyjaciel codziennie się na nas obrażał lub nawet krzyczał. Gdy już się pokłócimy, chcemy, aby przyjaciel potrafił też wybaczyć. Niektórzy lubią, aby ich przyjaciel był spokojny, opanowany i łagodny. Inni wolą, aby był zaskakujący, nieprzewidywalny i odważny. Ważną wartością jest również asertywność.

Gdy nasz przyjaciel potrafi powiedzieć „nie”, czujemy się pewnie. Cieszymy się też, kiedy nie musimy sami podejmować decyzji, ponieważ nasz przyjaciel ma swoje zdanie. Istotną cechą jest też empatia. Dobrze jest, gdy przyjaciel czuje to, co my i nas rozumie. Wie, jak nas pocieszyć. Ważną cechą jest też bycie zabawnym, gdy kolega jest dowcipny nie czujemy przy nim nudy. Chcemy też, żeby osoba,

z którą spędzamy czas, była życzliwa. Potrafiła się dzielić, była otwarta. Dobrze jest też, gdy nasz przyjaciel nie zamyka się w sobie. Nie uważa, iż jak rozmawiamy z kimś innym, to od razu znaczy, że go nie lubimy. Istotne jest dla nas, aby nasz przyjaciel nas akceptował. Moim zdaniem ważne jest po prostu, żeby lubić siebie nawzajem i sobie ufać.

Alicja Starzec



:)

JZ

Queen

Queen

JZ

Recenzja filmu „Bohemian Rhapsody”

Jest to film opowiadający o historii sławnego zespołu „Queen”. Tytuł filmu jest nazwą piosenki kapeli. Rolę Freddiego Mercurygo zagrał aktor Rami Malek znany między innymi z filmów takich jak „Noc w Muzeum” lub saga „Zmierzch”. Opowieść zaczyna się w momencie, w którym Freddie Mercury staje się wokalistą w zespole oraz zmienia jej nazwę z „Don't forget to smile” na „Queen”.

Później grupa nagrywa płytę, dzięki czemu stają się sławni. Wyruszają w trasę po Ameryce Północnej i odwiedzają wiele miast, w których jest wielu ich fanów. Po pewnym czasie od zespołu odchodzi wokalista, który chciał odpocząć od życia w grupie i sam nagrać dwa albumy. Potem zespół znów się łączy i postanawia wystąpić na koncercie charytatywnym Live Aid

na rzecz biednych i głodujących w Afryce. Celem tej imprezy było zebranie miliona funtów dla cierpiących ludzi w Afryce. Występ odbył się 13 lipca 1985 roku w Londynie. Niestety, Freddy Mercury zmarł w 1991 na nieuleczalną chorobę AIDS, jednak ludzie nigdy nie zapomną o nim oraz o piosenkach, które śpiewał.

Amelia Ekiert

Dzisiaj jest 11 marca. Za 9 dni zaczyna się kalendarzowa wiosna. Zwykle o tej porze roku jest już ciepło, a my wychodzimy na dwór w samych bluzach. Teraz jednak możemy o tym jedynie pomarzyć.

A czy Ty dbasz o Ziemię?

Zamiast wspaniałej pogody i słońca, za oknem mogliśmy dziś zaobserwować śnieg. Mówi się co prawda, że "w marcu jak w garncu", ale kto spodziewałby się śniegu, kiedy za niecałe 2 tygodnie zaczyna się wiosna! Zmiany pogodowe nie wpływają tylko na nasze samopoczucie, ale też na życie roślin i zwierząt. A jedynymi winnymi w tej kwestii jesteśmy my sami. Technologia cały czas się rozwija. Wydaje nam się, że ma to same plusy. Trzeba jednak się zastanowić. Zmiany klimatyczne są spowodowane przez człowieka i jego wynalazki. Nasze auta wytwarzają spaliny, które niekorzystnie wpływają na atmosferę Ziemi.

Możemy powiedzieć, że jeden samochód nic nie zmieni. Jednak to tysiące takich "pojedynczych" aut powodują smog. Jeśli nie postanowimy się zmienić, to za kilka lat będziemy musieli pomyśleć o planie ewakuacji poza Ziemię. Wszystko na naszej planecie ma jakieś znaczenie. Rośliny

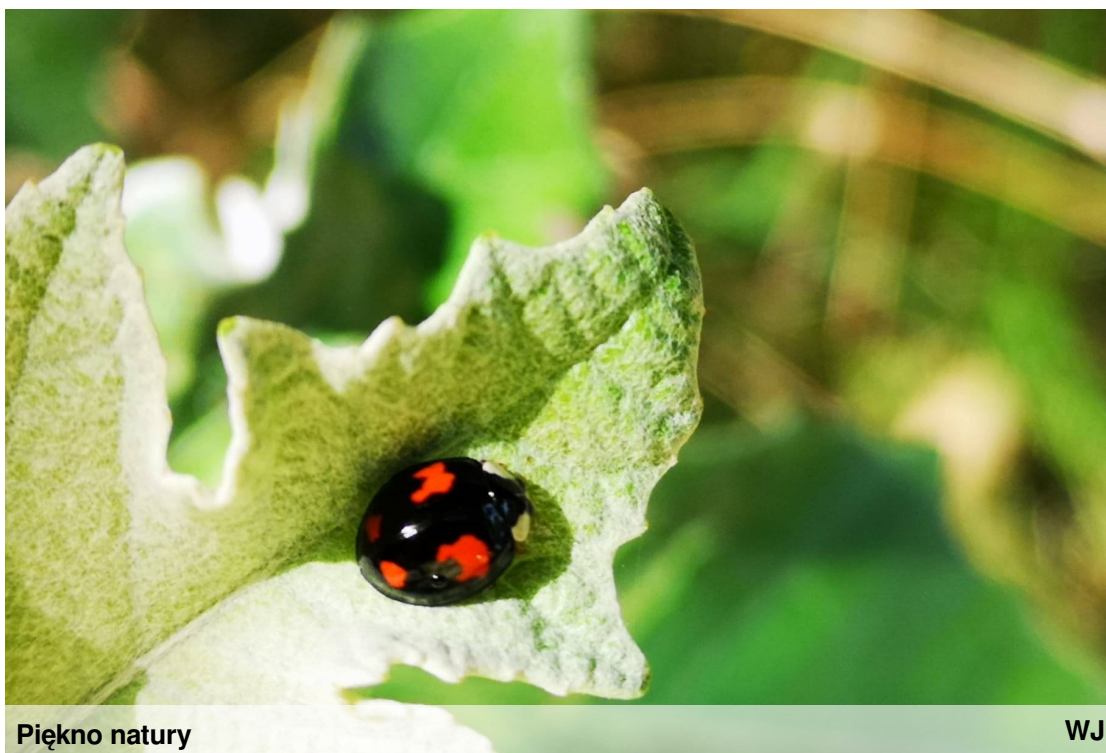
produkują tlen i są pożywieniem dla roślinożerców, a oni z kolei są pokarmem dla mięsożerców. Jeśli zmiany w klimacie nadal będą postępować, to cały ten łańcuch musi się przerwać. W marcu większość roślin zaczyna kiełkować. Kiedy tak się stanie, a pogoda się nie poprawi, prawdopodobnie

zmarzną one, przez co rolnicy poniosą wiele strat. Niektórzy narzekają, że ceny produktów w sklepach rosą, lecz nie zastanawiają się, dlaczego tak jest. Jeśli rolnik poniesie straty, to oby utrzymać swoją rodzinę i pole, na którym pracuje, musi podnieść cenę tego, co udało mu się wyhodować. Zanieczyszczenie powietrza

ma swoje skutki w wielu dziedzinach naszego życia. Rozpoczynając na smogu, a kończąc nawet na podniesieniu się cen w sklepach. Powinniśmy zacząć bardziej szanować naszą planetę, bo bez niej nie będziemy w stanie przeżyć. Jest wiele akcji nawołujących do zaprzestania "brudzenia" Ziemi, lecz zastanówmy się - jak wielu

z nas się do tego stosuje? Co roku topią się setki lodowców i wymierają różne gatunki roślin i zwierząt. Każdy z nas stara się mieć czysto w swoim pokoju. Pomyślmy jednak o naszym prawdziwym domu - Ziemi.

Wiktoria Janiel



Słodki Dzień Świętego Patryka

W ostatnią niedzielę w Irlandii odbył się Dzień Świętego Patryka.

Nasza klasa - 6b obchodziła go w poniedziałek.

Zorganizowaliśmy zielony kiermasz z pysznymi zielonymi smakołykami,

takimi jak: agrestowe galaretki z bitą śmietaną, magiczny

zielony napój, zielone czekoladki (barwiące zęby i języki) i wiele innych pyszności.

Każdy produkt znajdował się w przedziale cenowym od 1 do 3 złotych. Sprzedawaliśmy na pierwszej i trzeciej przerwie. Prawie

każda osoba z naszej klasy przyłączyła się do projektu

oraz większość przyniosła coś od siebie. W tym roku również odbywała się taka impreza. Tym razem zebrane pieniądze chcemy przeznaczyć na nowe rowety do klasy numer 11 w naszej szkole.

Milena Kaczmarek, Polinka Broniecka



Świątujemy

PB



Rowerem do szkoły!

AE

Może czasem warto zmienić przyzwyczajenia?

Rowerem do szkoły

Warto jeździć do szkoły na rowerze czy lepiej autem lub autobusem?

Są wady i zalety jazdy na rowerze do szkoły. Do wad można zaliczyć chociażby pogodę, która w ciągu dnia może się zmienić. Rano wyjeżdżamy z domu rowerem z zamiarem jechania w słońcu, a po lekcjach okazuje się, że pada, ale na to już nie ma rady

- nie wsiądziesz z rowerem do autobusu, musisz jechać w deszczu.

Kolejnym minusem jest też to, że z ciężkim plecakiem trudno się jeździć, a po takiej wyprawie z pewnością będą bolały nas nogi. Na szczęście jazda na rowerze do szkoły ma też wiele jasnych stron. Według mnie największą zaletą jazdy

na rowerze do szkoły jest zmniejszanie ryzyka powstawania smogu, szczególnie w miastach, oraz możliwość oddychania świeżym powietrzem (oczywiście tam, gdzie ono jest). Można również poprawić swoją kondycję. Szerokiej drogi!

Anna Spalińska

STOPKA REDAKCYJNA

Numer zredagowali: Pola Broniecka, Kinga Stachowska, Wiktoria Janiel, Anna Spalińska, Milena Kaczmarek, Alicja Starzec, Amelia Ekiert

Zdjęcia: Justyna Zaryczańska, Wiktoria Janiel, Pola Broniecka, Amelia Ekiert

Redaktor naczelna: Justyna Zaryczańska