



**I Liceum Ogólnokształcące**  
im. Marii Skłodowskiej-Curie w Złotowie

**L**

**KOMOTYWA**



**LATO 2018**

**KIRIJCZYK TO BRZMI DUMNIE!  
LATO Z KOMARAMI!  
O MUNDIALU 2018 MYŚLI PARĘ**

**WYWIAD Z  
TOMASZEM WIESE**

# Słowo od redakcji

*Wakaaacje, znów będą wakacje... Na pewno mam rację, WAKACJE będą znów!*

*"Bogu dzięki, przyszło już lato i wreszcie możemy zacząć pracować... odpoczywać" ~ Cecily von Ziegesar*

*W tym numerze dowiecie się m.in. o modnych kolorach lata, czy jak zrobić pyszne lody domowe. Nie obej-  
dzie się bez informacji o wydarzeniach z naszej szkoły oraz ciekawostek z innych krajów.*

**Zachęcam do czytania!**

*P.S. Dziękuję wszystkim redaktorom tego roku za świetną współpracę  
i do zobaczenia we wrześniu, również z nowymi pisarzami :)*

*redaktor naczelna  
Wiktoria Brzezińska*



*rys. Patrycja Zawada*

## Spis treści

Nowy przewodniczący SU	3
KIRIJCZYK TO BRZMI DUMNIE!	4
Dni otwarte	4
Lato z komarami	5
Wywiad z Tomaszem Wiese	6
Warto biegać	7
O mundialu 2018 myśli parę	8
Ulice obok nas	9
Gdzieś na świecie	10
Hiszpania moją miłością	10
"Promyki uśmiechu na lato"	11
Modne i kolorowe lato	12
Upały na Saharze	13
Sposoby na opaleniznę	14
Kącik kinomaniaka	15
Książka na plażę	16
Słodka inspiracja Natalii	17
Sejmik 2018	18
Domowa czekoladowa magia	18
Wymiana Wuppertal	19

# Nowy przewodniczący Samorządu Uczniowskiego - Piotr Oldenburg w oparach pytań Lokomotywy

**Piotr Oldenburg, uczeń klasy IIb, przejął berło władzy w Samorządzie Uczniowskim na rok szkolny 2018/2019. Wiktoria Brzezińska postanowiła przybliżyć nam nieco postać szkolnego samorządowca, szefa drugiej władzy w szkole.**

Dzień zaczynam od... pójścia do łazienki  
 Na bezludną wyspę zabrałbym... telefon  
 W wolnym czasie... lubię oglądać mecze piłkarskie oraz inne kategorie sportu jak np. kolarstwo  
 Mój sport to... piłka nożna  
 Marzę o... wyjeździe na mecz Realu Madryt :D  
 Lubię w sobie... otwartość  
 Najbardziej denerwuje mnie... brak szczerości w ludziach  
 W innych ludziach cenię... szczerość  
 Moja ulubiona książka to... "Zemsta" Fredry  
 Mój autorytet to... Sergio Ramos  
 Szkoła to... Mój drugi dom  
 Boję się o... jak poradzę sobie na studiach  
 Moja pasja to... jazda na rowerze oraz gra w piłkę nożną  
 Muzyka/ wykonawca, których chętnie słucham... aktualnie Taconafide  
 Lubię swoją szkołę za... otwartość nauczycieli względem uczniów  
 Ulubione danie... spaghetti  
 Uwielbiam... piłkę nożną  
 Jestem dobry w... szeroko pojętym sporcie



*fot. archiwum szkolne*

Wywiad z Piotrem Oldenburgiem:

## **Dlaczego właściwie zdecydowałeś się kandydować na przewodniczącego SU?**

Słyszałem, że w SU jest super od kumpli z Samorządu, więc stwierdziłem, że ja też mógłbym dać tej szkole coś od siebie, jako, że jestem aktywny we wszystkich akcjach szkolnych. A skoro miałem szansę się dostać, to kandydowałem.

## **Co zamierzasz zmienić w szkole? Masz już jakieś konkretne plany?**

Chciałbym kontynuować dobrą pracę poprzedniego Samorządu, który się świetnie sprawował, a to, co będę chciał zmienić, myślę że wyjdzie po kolejnych spotkaniach SU.

## **Czy wiążesz funkcję przewodniczącego ze swoją przyszłością?**

Jeszcze nie jestem pewien, czy wiąże to ze swoją przyszłością, ale myślę, że bardzo mi się to przyda w dorosłym życiu... doświadczenie, praca z innymi ludźmi.

*Wywiad z Piotrem Oldenburgiem przeprowadziła  
Wiktoria Brzezińska*

# KIRIJCZYK TO BRZMI DUMNIE!

27 kwietnia pożegnaliśmy uroczystym apelem tegorocznych maturzystów. Piękne słowa przemówień pani Dyrektor oraz gości rozpoczęły ceremonię. Z wielkich

braw przeszliśmy do wręczenia świadectw, nagród książkowych i mnóstwa podziękowań, których było aż 120! Ponadto rodzice zostali uhonorowani listami gratulacyjnymi.

Zrobiliśmy duże "wow", kiedy przyszła pora na wręczenie statuetek "Marysieńki". Gratulujemy zwycięzcom: Karolinie Pawlak czyli „dusza towarzysstwa”, Izabeli Kozak w kategorii

„wszystko załatwiacz”, Marcie Peplińskiej „największego talentu”, Erykowi Kulengowskiemu jako „Championowi sportu”, Wojciechowi Rzeczyckiemu

z tego, że należała do drużyny kirijczyków. Tak więc w naszym szkolnym słowniku znalazło się nowe pojęcie.

Z pewnością był to dzień szczególny, pełen wrażeń i wspomnień. Mamy nadzieję, że po latach absolwenci z "łezką w oku" wspomną dawne chwile, które spędzili w murach naszej szkoły. To był dzień, w którym coś się dla nich skończyło i coś się zaczęło.



*fot. archiwum szkoły*

w kategorii „mistrz ciętej riposty” oraz Kacprowi Tłock w kategorii „pomocna dłoń”.

Agata Koniarek, żgnając szkołę w imieniu maturzystów, powiedziała m.in. że jest dumna

*Wiktoria Brzezińska,  
Cecylia Stefaniak*

## Curie otwiera drzwi dla gimnazjalistów.

**14 Kwietnia 2018r. w I LO w Złotowie odbył się dzień otwartych drzwi.**

**Przedsięwzięcie to ma na celu zachęcić niezdecydowanych uczniów trzeciej klasy gimnazjum do wyboru naszego liceum, które jak głosi nasza dewiza jest drzwiami do sukcesu.**

Na samym początku przedsięwzięcia, przybyłych gimnazjalistów powitano koncertowo- koncert zagrani ab-

solwenci i uczeń naszej szkoły. Następnym punktem był porywający występ „cheerliderek” z klasy 1a oraz krótkie przemówienie pani dyrektor, Katarzyny Cielas i przedstawienie naszych wykwalifikowanych przewodników, którymi byli uczniowie naszego liceum. Bo kto będzie bardziej wiarygodny w ocenie szkoły, niż jej uczniowie. Gimnazjaliści oprowadzani przez przewodników mieli okazję bliżej przyjrzeć się ofercie naszego liceum, porozmawiać z nauczycielami



*fot. archiwum szkoły*

mi i pracownikami szkoły, ale także mogli uczestniczyć w różnych warsztatach przygotowanych przez nauczycieli i uczniów. Do ich dyspozycji była również kawiarenka, w której został przygotowany słodki poczęstunek. Drzwi otwarte w naszej szkole uważam za udane. Dużo osób po bliższym poznaniu naszej szkoły stwierdziło, że chętnie zawita tu we wrześniu. Cieszy nas to, bo przecież „CURIE-TWOJE DRZWI DO SUKCESU”!

*Kaja Gołembiewska*

# Lato z komarami

**Naturalne sposoby na komary pomogą nam nie tylko spokojnie zasnąć, lecz także obudzić się bez swędzących ukąszeń. Dzięki domowym sposobom możemy odstraszać komary skuteczniej niż za pomocą środków chemicznych. W Polsce występuje około 50 gatunków komarów. Część gatunków żeruje na ludziach, inne z kolei wolą krew zwierząt. Polskie komary nie przenoszą chorób jednak mogą być bardzo uciążliwe – głównie przez swędzące bąble i odczyny zapalne powstające w miejscu ukąszenia.**

**T**arczę ochronną przed komarami stanowią rośliny, takie jak:

1. kocimiętka - zapach kocimiętki odstrasza komary dziesięciokrotnie skuteczniej niż tradycyjne środki dostępne w aptekach, wszystko dzięki olejki eterycznemu neptalakton.
2. Pelargonia ma podobne właściwości odstrasżające, co kocimiętka.
3. Bodziszek cuchnący, znany także jako "anginka" po przetarciu liści wytwarza bardzo intensywne i odrażające dla komarów olejki eteryczne.
4. Bazylkę najlepiej postawić na parapecie. Dzięki swojej silnej woni stworzy w naszym domu niewidzialną tarczę ochronną przed komarami.
5. Liść pomidora ma podobne działanie do bazylii.
6. Liście mięty, dzięki swemu orzeźwiającemu aromatu, skutecznie przegonią komary na całe lato. Doniczkę z mięcią można postawić obok bazylii czy liści pomidorów.
7. Cebula i czosnek, zjedzenie większej ilości tych warzyw spowoduje zmianę zapachu naszego potu, dzięki czemu stajemy się mało atrakcyjni dla komarów.



Innymi substancjami mogą być olejki eteryczne, wystarczy niewielką ilość wetrzeć w skórę i możemy czuć się bezpiecznie, nawet popularny olejek waniliowy, który jest używany do wypieku ciast może być skutecznym środkiem przeciwko komarom.

Należy też pamiętać, że komary są przyciągane przez pewne zapachy. Dlatego warto unikać perfum oraz kosmetyków o kwiatowych i owocowych zapachach. Również kolor naszych ubrań ma znaczenie – lepiej wybrać jasne kolory. Wyjątek stanowią jaskrawe barwy, np. żółty, które przyciągną muszki i pszczoły. Magnezem na komary jest też pot, dlatego przed wyjściem warto wziąć prysznic.

*Hubert Janowski*  
Źródła ; <http://www.ekologia.pl/>

# "Jestem szczęśliwym człowiekiem i nie muszę nic zmieniać"

**Tomasz Wiese - absolwent naszej szkoły oraz AWF Poznań zgodził się porozmawiać z naszymi redaktorkami i opowiedzieć o sobie.**



## **Czym się Pan zajmuje?**

Jestem nauczycielem wychowania fizycznego, trenerem piłki nożnej oraz instruktorem fitness.

## **Od kiedy uczy Pan w szkole?**

Pracę w szkole zacząłem od razu po skończonych studiach, czyli w 2014 roku.

## **Co Pan robi najchętniej?**

Oprócz pracy, którą chętnie wykonuję, najbardziej lubię aktywnie spędzać czas wraz ze swoją narzeczoną. Razem jeździmy na wycieczki rowerowe, chodzimy biegać, podróżujemy po Europie. Lubię także spotykać się ze swoimi znajomymi.

## **Czy jest coś, czego Pan nie robi, a chciałby robić?**

Póki co jestem zadowolony z tego co robię i szczęśliwy. Poza tym nie miałbym nawet czasu robić co innego.

## **Jakie były Pana ulubione przedmioty w szkole?**

Na pierwszym miejscu oczywiście było wychowanie fizyczne, ale również bardzo lubiłem geografię, biologię, matematykę, chemię oraz przedmioty artystyczne, czyli plastyka i muzyka.

## **Jakich lekcji Pan nie lubił?**

Nie lubiłem nigdy historii i wiedzy o społeczeństwie. Język polski też nie był moją mocną stroną, ale całkiem nieźle sobie z nim radziłem.

## **Czy miał Pan inne plany na przyszłość? Jeśli tak, to jakie?**

O dziwo wszystko, co sobie wcześniej zaplanowałem się sprawdza. Jestem szczęśliwym człowiekiem i nie muszę nic zmieniać.

## **Czy chciałby Pan wrócić do szkoły?**

Chciałbym wrócić do czasów studiów, kiedy musiałem sam na

sobie polegać, radzić sobie ze wszystkimi przeciwnościami z dala od rodziców i domu. Na studiach poznałem wielu wspaniałych ludzi, z którymi mam kontakt do dzisiaj i z którymi przeżyłem naprawdę bardzo fajne chwile. Mile wspominałem też czasy spędzone w liceum i serdecznie pozdrawiam wszystkich nauczycieli uczących w I LO.

## **Jakie były Pana największe marzenia kiedyś, a jakie są teraz?**

Moje marzenia zawsze były i są takie same. Największym z nich jest założenie rodziny i postawienie domu, a z tych mniejszych to odwiedziny stadionu Camp Nou podczas meczu FC Barcelona.

## **Czy jest Pan zadowolony ze swojej pracy?**

Jak wcześniej wspomniałem, jestem szczęśliwy i zadowolony ze swojej pracy. Praca z dziećmi i młodzieżą, daje mi dużo satysfakcji oraz fakt, samorealizacji i rozwoju. Zwłaszcza kiedy widzę postęp w wychowaniu i sprawności fizycznej u moich wychowanków.

*tekst i fot.: Wiktoria Brzezińska,  
Cecylia Stefaniak*

# Warto biegać

**Aby poprawić kondycję, pozbyć się zniechędzonych zbędnych kilogramów, znaleźć pasję, pokonać swoją słabość a może nawet wystartować w maratonie. Powodów, dla których warto polubić bieganie jest wiele.**

- S** pójrzmy na dobroczynne działanie biegania dla naszego organizmu i psychiki:
- zgodnie z badaniami opublikowanymi w czasopiśmie "Journal of the American College of Cardiology" bieganie może zmniejszyć ryzyko chorób układu sercowo-naczyniowego aż o 45%
  - pomaga spalać mnóstwo kalorii
  - regularna aktywność może poprawić Twoją zdolność do wytrwałości podczas wykonywania różnych czynności
  - doskonały sposób na zredukowanie stresu
  - "Podczas joggingu zwiększa się ilość krwi, która dostaje się do Twoich stawów, zwiększając tym samym dostawę tlenu i wypłukując z nich toksyny - tłumaczy Hamilton. - Poza tym bieganie wzmacnia także więzadła, które stabilizują stawy, dzięki czemu mogą Cię ochronić przed ewentualną kontuzją i bólem".
  - poprawia koncentrację, motywuje i daje wiele satysfakcji
  - "Journal of Nutrition" wykazał, że regularna aktywność fizyczna związana jest z niższym ryzykiem zachorowania na niektóre nowotwory
  - łagodzi napięcie przedmiesiączkowe .



*fot. wolne zasoby*

I co ważne jest to sport tani i nigdy nie jest za późno, aby zacząć biegać. A zatem do biegu, gotowi, start! Niech Was zmotywuje myśl:

„Nie dotarłem jeszcze do mety, ale jestem już bliżej niż wczoraj”

(źródło cytatu: bieganie uskrzydla)

*Wiktoria Brzezińska*

**J** eśli chcesz coś wygrać - biegnij na 100 metrów.  
Jeśli chcesz coś doświadczyć - przebiegnij maraton.

Emil Zatopek

## O mundialu 2018 myśli parę

Mistrzostwa świata w piłce nożnej nazywane także mundialem, na to wydarzenie każdy kibic kochający piłkę nożną czeka długie 4 lata. Kolejna (XXI) edycja, zapowiada się niesamowicie emocjonująco. Początkowe eliminacje były bardzo wymagające, a sam turniej jest kolejnym wyzwaniem dla każdej reprezentacji, które muszą dać z siebie wszystko by sięgnąć po najważniejszy tytuł - upragnione Mistrzostwo Świata. Wśród kibiców i samych piłkarzy chodzi wiele typów do wygrania a są to: Brazylia, z najwięcej zdobytymi tytułami (mają ich aż 5!), na pokładzie z Neymar, Coutinho, Thiago Silvą oraz wieloma innymi gwiazdami zapowiadają się na największego faworyta! Niemcy - Tak jak na nich przysłało są brani za jednych z głównych faworytów, obecni Mistrzowie chcą powtórzyć sukces z 2014, jako wielka drużyna stać ich na to aby obronić tytuł Mistrzów Świata, Argentyna - na pokładzie z Leo Messim mogą zdobyć to o czym marzą, "piłka nożna jest winna właśnie to Mistrzostwo Argentynczykowi" ~, według wielu bukmacherów magicznym trafem oni zdobędą puchar a sam Leo zostanie królem strzelców, Hiszpania - z jednym tytułem pragnie więcej, wielka piłka, wielkie gwiazdy które pokazują swoją siłę w najsilniejszych ligach na świecie, kto wie być może to oni sięgną po tytuł. Po cichu na tytuł także liczy nieoczekiwany zwycięzca EURO 2016 Portugalia z gwiazdą zespołu C. Ronaldo Francja - po udanym Euro 2016 mają chęć



*fot. Czarek Sokołowski*

na kolejne trofeum, w ich zespole nie brakuje wielkich talentów min. Kylian Mbappe czy Antoine Griezman, którzy zapowiadają się na kolejne wielkie gwiazdy, Mundial będzie dla nich wielką szansą by coś udowodnić światu Polska także ma wielkie szanse,

"Lewy i spółka" będą mieli okazję do pokazania swojej siły i umiejętności. Cóż każdemu może się udać, taka jest piłka właśnie nieprzewidywalność może okazać się największym szczęściem albo zgubą dla danego kraju. Nigdy nie wiadomo czy jakaś przypadkowa sytuacja, gol, czy odgwizdany faul przez

sędziogo nie może zdecydować o trofeum. Miejmy nadzieje, że dla naszej reprezentacji te Mistrzostwa przyniosą to czego oczekujemy, a zespół pokaże na co ich stać. Dla przypomnienia Polska zagra z Kolumbią, Senegalem i Japonią

**Mistrzostwa zaczynają się 14 czerwca meczem otwarcia Rosji z Arabią Saudyjską. Liczymy na naszych chłopaków w biało-czerwonych koszulkach, bo z całego serca pragnę tak jak miliony moich rodaków aby Puchar Świata trafił właśnie do nich.**

*Cecylia Stefaniak*

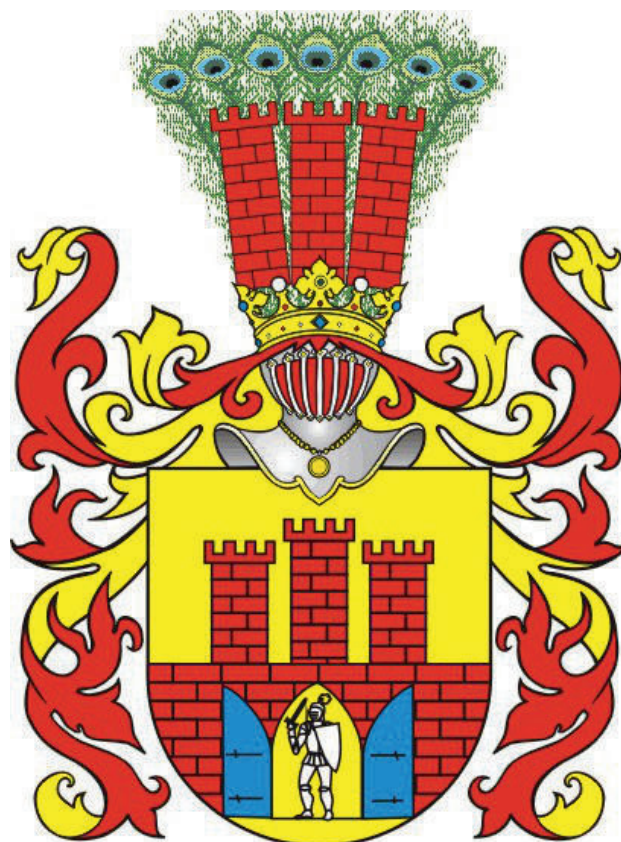
# POLSKA DAWAAAAAJ!!!



# Ulice obok nas

**Spacerując po Złotowie, mijamy ulicami, których nazwy pobudzają nas do rozważań. W jaki sposób patron danej ulicy związany jest z Krajną? Co ma wspólnego z tym czy z tamtym? Kontynuujemy cykl o ulicach naszego miasta. W dzisiejszym numerze kolejne ul. ks. Maksymiliana Grochowskiego i ul. Grudzińskich.**

Ulica Maksymiliana Grochowskiego jest prostopadła do ulicy Bohaterów Westerplatte, Moniuszki i Alei Piasta, położona jest w centrum Złotowa. Skąd wzięła się w Złotowie ulica Maksymiliana Grochowskiego? Kim on był? Maksymilian Grochowski urodził się 1869 roku w Borzechowie. Po zdaniu egzaminu dojrzałości wstąpił do Seminarium Duchowego w Pelpinie. Świecenia kapłańskie przyjął 24 marca 1897 roku. W 1907 roku został proboszczem parafii w Głubczynie. 1 marca 1920 roku w Krajence stanął przed Międzynarodową Komisją Graniczną. W imieniu swoim, jak i Polaków szukanowanych przez urzędników pruskich domagał się o przyłączenie Ziemi Złotowskiej do Polski. Gdy to nie przyniosło skutku, pozostał w parafii i zachęcał innych, aby nie opuszczali ziemi ojców. Ks. Grochowski został prezesem Polsko-Katolickiego Towarzystwa Szkolnego na obwody rejencyjne w Pile i Koszalinie. W Głubczynie nie było szkoły polskiej, więc ks. Grochowski wykupił grunt i wybudował na nim szkołę. Jej otwarcie nastąpiło 20 października 1930 roku. Patronował również Towarzystwu Ludowemu i Polsko-Katolickiemu Towarzystwu Młodzieży w Podróznej i Głubczynie. Za jego poświęcenie nazwano jedną z ulic Złotowa jego imieniem i nazwiskiem. Na naszych terenach ulic jego imienia jest więcej.



Ulica Grudzińskich jest prostopadła do ulicy Panny Marii, Kościelnej oraz Zamkowej. W połowie wieku XVII Złotów znalazł się w rękach rodziny Grudzińskich. Najbardziej znany jej członek, to Andrzej Karol Grudziński, starosta nakielski oraz wojewoda kaliski i poznański. Nazywany „złotowskim Kmiciem”, bo wstawił się zdradą na rzecz wojsk szwedzkich podczas „potopu”. Potem ponownie przeszedł na stronę polską, prowadząc wojnę partyzancką przeciw najeźdźcy z północy. W odwecie Szwedzi spalili miasto i zamek (1657). W 1674 roku miasto strawił wielki pożar, niszcząc niemal całą zabudowę. Po zakończeniu działań wojennych ufundował liczne kościoły, m.in. farę złotowską pw. Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny (1661 - 1664), gdzie najprawdopodobniej uwieczniony został w ołtarzu głównym jako dwie spośród postaci na obrazie Paulusa Hacka pt. "Koronacja Najświętszej Marii Panny" z 1666. Krypty tego kościoła są również miejscem spoczynku rodziców fundatora oraz jego syna Zygmunta, zmarłego w wieku kilku lat wskutek choroby zakaźnej. Za jego poświęcenie i wybudowanie kościoła nazwano jedną z ulic w Złotowie jego imieniem i nazwiskiem.

*Hubert Janowski*

<http://muzeum-zlotow.pl/historia-zlotowszczyzny-lokalnymi-bohaterami-pisana/>

# Gdzieś na świecie

## Norweskie fiordy

Latem można podziwiać tu niezachodzące całą noc słońce.

Fiordy można zobaczyć w wielu miejscach na Ziemi, jak np. w Nowej Zelandii, czy na Grenlandii, ale to w Norwegii są one najpiękniejsze i to tu jest ich najwięcej...

Norwegia liczy sobie ponad tysiąc fiordów, z czego najbardziej znane są: największy fiord- Sognefjord; najpiękniejszy- Nærøyfjord; otoczony wodospadami "Ślubny Welon" i "Siedem Sióstr"- Geirangerfjord; słynąca z otaczających ją sadów jabłoni królowa fiordów- Hardanger.



*fot. wolne zasoby*

Fiordy, których przykładami są Geirangerfjord i Nærøyfjord w 2005 r. zostały wpisane na listę światowego dziedzictwa UNESCO.

W jaki sposób korzystać z uroków fiordów? Można tu m.in. spacerować, wędkować, czy wyruszyć na rejs statkiem.

Ciekawostka:

Dzięki ciepłemu Prądowi Zatokowemu i prądom powietrznym będącym efektem Coriolisa, w pobliżu fiordów panuje łagodny klimat i co ciekawe- nie są one pokryte lodem.

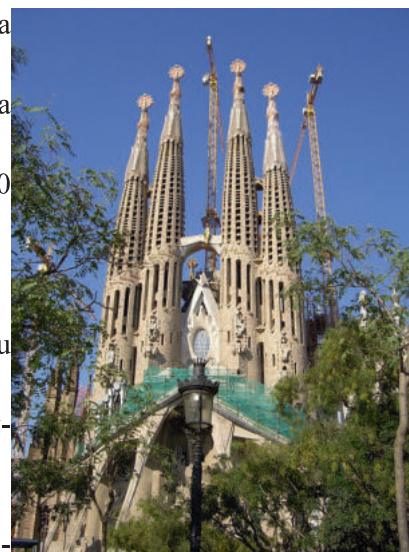
Pływają tu różne gatunki ryb, foki, czy wieloryby, a ponad fiordami szybują orły i inne ptaki.

*Wiktoria Brzezińska*

# Hiszpania moją miłością

## "Z Hiszpanią za pan brat", czyli ciekawostki na temat Hiszpanii.

1. W Bilbao znajduje się "Puppy" - wykonana z kwiatów 12-metrowa konstrukcja w kształcie szczeniaka znajdująca się przed Muzeum Guggenheima
2. Na Monte Urgull można zobaczyć ruiny XII- wiecznego zamku Castillo de la Mota i potężna figura Chrystusa
3. Od 1924 r. na festiwalu Sanfermines (gonitwa byków) zginęło 15 osób i 200 zostało rannych. Mimo to jest nadal organizowany
4. Różowe muzeum w Figures zdobią... jajka!
5. Madryt położony jest 646 m n.p.m., najwyżej ze stolic w Europie
6. Toledo do miasto-muzeum. Nazywane tak, ponieważ w żadnym innym miejscu w Hiszpanii nie ma tylu zabytków na tak małej powierzchni
7. W Mazarron przy plaży Bolnnevo można zobaczyć formacje skalne wyrzeźbione przez wodę i wiatr
8. Andaluzja jest ojczyzną cudownego tańca zwanego Flamenco
9. Najwyższy szczyt Hiszpanii to wulkan Pico del Teide znajdujący się na Teneryfie
10. Najśłynniejsze regionalne danie kuchni galisyjskiej- tapas (egzotyczna ośmiornica ze swojskimi ziemniaczkami)



<https://pixabay.com>

*Wiktoria Brzezińska*

# „Promyki uśmiechu na lato”

## **Blondynka u doktora:**

- Niech mi pan pomoże! Trzmiel mnie użądlił!
- Spokojnie, zaraz posmarujemy maścią..
- A jak go pan doktor złapie? Przecież on już poleciał!
- Nie! Posmaruję to miejsce, gdzie panią użądlił!
- Aaaa! To było w parku, przy fontannie, na ławce pod drzewem.
- Kretynko! Posmaruję tą część ciała, w którą cię uciął!
- To trzeba było od razu tak mówić! W palec mnie użądlił. Boże, jak to boli!
- Który konkretnie?
- A skąd mam wiedzieć? Wszystkie trzmielie wyglądają podobnie...

## **Stoi Jaś na ulicy i woła:**

- Znalazłem, znalazłem, znalazłem!
- Podchodzi starszy pan i pyta Jasia:
- Co znalazłeś?
  - Da mi pan złotówkę, to panu powiem – odpowiada Jaś.
- Starszy pan daje mu złotówkę i pyta:
- No i co znalazłeś?
  - Da pan jeszcze jedną, to panu powiem.
- Starszy pan dał się namówić i Jaś dostał drugą złotówkę. Pan go dopytuje:
- No i co znalazłeś?
  - Znalazłem głupiego, co mi dał złotego!

## **Żona wróciła do domu z kliniki chirurgii plastycznej.**

- Jak ci się podobam?
- Mąż przygląda się jej uważnie i mówi:
- Zrobili co mogli.

## **Dwie babcie oglądają walkę bokserską w tv. Po serii ciosów jeden**

- z zawodników pada na deski. Sędzia zaczyna liczyć, tłum szaleje!  
Wstanie!?! Nie wstanie!?! Wstanie!?! Nie wstanie!?!  
– Nie wstanie – komentuje jedna z babć – Znam chama z tramwaju.

## **– Synku, przynieś babci krem do ust.**

- Tato, ale który?
- Ten z napisem „Kropelka”

## **Blondynka startuje w teleturnieju.**

- Prowadzący zadaje pytanie:
- Myli się tylko raz.
- Blondynka myśli, myśli ... i odpowiada:
- Brudasy

*Zebrała Patrycja Zawada*  
źródło: <http://zakazany-humor.pl/dowcipy/>

# Modne i kolorowe lato

## Wesoło i kolorowo-czyli co warto założyć latem

### 1. Skórzana spódnica

Latem do łask wróciły jeansowe minispódniczki. Jesienią zaczęłyśmy zakładać te lateksowe i skórzane, niekoniecznie czarne. Bardzo modne są również te w kolorze złota oraz srebra. Klasyczne śmiało możemy połączyć z białą koszulą i stworzyć bardziej elegancki look.

### 2. Belt bag

Belt bag, czyli mała saszetka umieszczona na pasku i noszona w okolicach bioder to hit wśród gwiazd i blogerek. Z powodzeniem zastępuje małą torebkę, będąc idealnym miejscem na kobiece drobiazgi - klucze, portfel czy błyszczki.

### 3. Duże printy

Ogromne szale z dużymi napisami wylansował dom mody Balenciaga. Ten gorący trend od razu podchwyciły gwiazdy i sieciówki z Zarą na czele. Duże napisy będą modne nie tylko na szalach i chustach, ale też na sukienkach czy torebkach.

Na co warto zwrócić uwagę?

### 4. Nieśmiertelny trencz

Trencz to klasyk. W tym sezonie trencz jak kameleon przybierze naprawdę różnorodne formy, począwszy od tych w stylu safari, poprzez warstwowe, kolorowe, wielowymiarowe, asymetryczne, z frędzlami, z elementami przezroczystości, w kratę, w kwiaty, a nawet plastikowe!

### 5. Szorty

Długie, krótkie i ultrakrótkie. Jeansowe, jedwabne, koronkowe, bawełniane, skórzane czy lniane. Gładkie lub w print. Szorty są intrygującym elementem ubioru.

### 6. Przezroczystości

To trend idealny dla kobiet odważnych. Tiule, koronki, ale też lejące się materiały, które nie tylko wyeksponują naszą sylwetkę, ale i pokażą to, co nosimy pod spodem, czyli bieliznę. Trend nie nowy, choć wciąż lansowany, bo budzi emocje.

### 7. Color blocking

Kolejny trend, który od lat promują fashionistki. Color blocking polega przede wszystkim na łączeniu mocnych barw z pozoru kompletnie do siebie nie pasujących np. pomarańczowego z różowym, żółtego z zielonym lub granatowym, mocnej zieleni z różowym. Dla odważnych wersja podrasowana czyli łączenie nawet trzech mocnych kolorów!

### 8. Jeans nie odpuszcza

Modny jesienią, modny zimą. Wiosną jeans też nie odpuści. Tym razem najmodniejszy będzie ciemny, gładki, lśniący jeans. Mi przypomina polski, sztywny jeans, który nosiłam w podstawówce. Wówczas marzyło się o tym dużo lepszym "zachodnim" - ale jak widzicie moda po raz kolejny robi nam psikusa.

### 9. Błyszczące ubrania

Kobiety lubią błyszczeć i przykuwać uwagę. Kolejny sezon możemy więc sobie błyszczeć strojem. Cekiny i metaliczne tkaniny pozostaną z nami, dołączając do tego zestawienia wszechobecne frędzle i ażury.

*Cecylia Stefaniak*



<https://www.publicdomainpictures.net>

# Co robić gdy upały męczą na Saharze?

**Zbliża się lato, a z latem wakacje. Co za tym idzie? Upały! W naszym kraju nie jesteśmy przystosowani do ogromnych upałów, dlatego też są dla nas czasem męczące. W miejscach, gdzie królują wysokie temperatury, organizmy tamtejszych ludzi są do tego przyzwyczajone i przystosowane. Nie zmienia to jednak faktu, że ludzie z tamtych stron mają kilka patentów, aby lepiej znieść gorączki i upały. Może i my powinniśmy się od nich uczyć i te kilka pomysłów pomoże wam uporać się z wysokimi temperaturami.**

Pierwszym pomysłem, który dla niektórych może wydawać się niedorzeczny jest picie gorących napoi. Mieszkańcy Sahary zamiast pić gazowane napoje, lub słodzone soki często z dodatkiem lodu, piją gorącą słodką herbatę. Ma to oczywiście swoje wyjaśnienie, ciało produkuje wówczas więcej ciepła, dzięki czemu temperatura organizmu zostaje wyrównana. Na dodatek poci się i chłodzi organizm.



Zastanawialiście się kiedyś, dlaczego ludzie w tych wszystkich filmach o ciepłych krajach śpią na podłodze? Ma to swój cel. Jak pewnie wiecie chłodne powietrze jest cięższe, dlatego osadza się na dole pomieszczenia, natomiast ciepłe unosi się na gó-

rze. Dlatego jeśli jest taka możliwość ludzie tam śpią na matach, materacach, a nawet podłodze. Dlatego w czasie upałów nie zaleca się spania na łóżkach piętrowych.

Kolejnym charakterystycznym pomysłem upalnych miejsc, jest używanie dużej ilości ostrych przypraw oraz jedzenie przede wszystkim owoców i warzyw. Właśnie dlatego na przykład w Turcji czy Egipcie miejscowe stragany uginają się latem od owoców, warzyw i przypraw. Te produkty sprzyjają dobrej przemianie materii. Do tego należy dodać picie dużej ilości wody, by organizm się nie odwodnił. We Włoszech oraz w Izraelu powszechnie jest korzystanie ze specjalnych urządzeń z wodą pitną, powszechnie dostępnych w mieście.

W naszym kraju, gdy jest gorąco często ograniczamy naszą garderobę do minimum, czyli krótkie spodenki i bluzki na ramiączkach. Jest to jednak błąd, w upalnych krajach metodą na poradzenie sobie z ciepłem jest zakrywanie całego ciała. Często są to długie przewiewne, jasne ubrania. Stąd może mieliście okazję spotkać mieszkańca Bliskiego

lub Dalekiego Wschodu ubranego w koszulę z długim rękawem, spodnie i przykrywającą głowę oraz twarz przewiewną tkaninę. Ubranie chroni nie tylko przed utratą wody, ale również przed poważnymi dla zdrowia poparzeniami skóry oraz udarami.

Niektóre sposoby dla nas czyli mieszkańców Europy Środkowej, mogły na początku wydawać się wręcz absurdalne, lecz po krótkim wyjaśnieniu i zastanowieniu się, wcale nie są takie głupie. Wręcz mogą pomóc nam poradzić sobie z upałami nawet w naszym klimacie.

*Kaja Gołembiewska*

źródło - [http://peron4.pl/wp-content/uploads/2016/01/sahara\\_zachodnia\\_kobiety.jpg](http://peron4.pl/wp-content/uploads/2016/01/sahara_zachodnia_kobiety.jpg)

# Jak uzyskać piękną i zdrową opaleniznę?

**Gdy nadchodzi lato chcemy ,aby naszą skórę zdobiła piękna złota opalenizna. Dzięki niej poprawia się nasze samopoczucie i czujemy się bardziej atrakcyjni. Jednak nadmierne opalanie niszczy naszą skórę. Czy można uzyskać opaleniznę w taki sposób, żeby nie zaszkodzić skórze?**

## **ALTERNATYWY BEZPIECZNE DLA SKÓRY:**

### **SAMOOPALACZE**

Są to preparaty, które powodują przyciemnienie skóry. Odpowiada za to ich składnik DHT. DHT reaguje z aminokwasami znajdującymi się w warstwie rogowej naskórka. W efekcie dochodzi do powstawania barwnych pigmentów. Reakcja ta zachodzi w ciągu kilku godzin i przebiega z wydzieleniem charakterystycznego zapachu. Stosowanie samoopalaczy jest całkowicie bezpieczne dla naszej skóry. Dzięki tym produktom można uzyskać ładną opaleniznę.

### **BALSAMY BRĄZUJĄCE:**

Na rynku istnieją również produkty, których działanie - w przeciwieństwie do samoopalaczy - jest stopniowe. Są to typowe balsamy pielęgnacyjne do których dodaje się niewielką ilość DHT. Dzięki temu opalenizna powstaje wolniej, a efekt końcowy jest widoczny po kilku dniach.

### **OPALANIE NATRYSKOWE:**

Obecnie zabieg ten można wykonać w wielu gabinetach kosmetycznych. Powierzchnię ciała pokrywa się preparatem rozpylanym za pomocą specjalnego urządzenia. Dzięki tej metodzie uzyskujemy piękną, złoto-brązową opaleniznę. Plusem tej metody jest także to, że poprzez sposób rozpylania preparatu na skórę, nie ma możliwości aby doszło do powstania plam.

## **SUPLEMENTY DIETY – BETA KAROTEN:**

Beta-karoten są to żółte i pomarańczowe barwniki obecne w roślinach. Poprzez stosowanie beta karotenu nasza skóra lekko ciemnieje i przybiera ładny koloryt.

*Hubert Janowski*

*<http://www.domzdrowia.pl/arttykul/jak-uzyskac-piekna-i-zdrowa-opalenizne-1139>*



*fot. Basia Michalec*

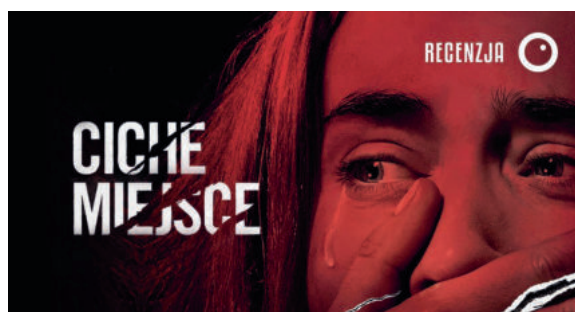
# Kącik kinomaniaka

**Razem z piękną letnią pogodą do kin weszły nowe budzące podziw filmy. W tym artykule przedstawię wam kilka takich propozycji, które są warte obejrzenia i na pewno nie zostaną zapomniane.**

Zacznijmy od moim zdaniem jednego z najlepszych polskich filmów tego roku. Film, o którym od jakiegoś czasu ciągle huczą media społecznościowe, nie bez powodu. Mowa tu oczywiście o dziele Małgorzaty Szumowskiej pt. „Twarz”, które zostało nagrodzone Srebrnym Niedźwiedziem na festiwalu filmowym w Berlinie. Premiera tego filmu odbyła się 6 kwietnia 2018r. Został on zainspirowany prawdziwą historią, a konkretnie pierwszą w Polsce transplantacją twarzy. Opowiada o losach młodego mężczyzny Jacka (Mateusz Kosiukiewicz), który stracił twarz w wypadku podczas budowy figury Jezusa. Po nowatorskiej operacji otrzymuje nową i wraca w rodzinne strony, gdzie miejscowa ludność jest nieufna i traktuje go jak obcego. Szumowska w swoim dziele poruszyła bardzo drażliwy temat, a zarazem wyciągnęła bardzo ważny wniosek. Mianowicie, że pomimo przemian i postępu nadal jesteśmy nietolerancyjnym i ksenofobicznym narodem, a wieści medialne każdego dnia nas w tym utwierdzają. Szumowska mówi to nam prosto w twarz i pokazuje, jak żenująco może wyglądać wrogość wobec najbardziej błażej inności. Nic odkrywczego, ale trzeba to ciągle wytykać.



Kolejnym filmem, jaki niedawno zawitał na ekrany kin, jest m.in. „Ciche miejsce” w reżyserii Johna Krasinski. Co ciekawe jest to, że aktor i reżyser są z pochodzenia Polakami, który w tym filmie gra jedną z głównych postaci razem ze swoją żoną Emily Blunt. Piszę o tym filmie, ponieważ jego koncepcja nie jest standardowa w porównaniu do innych tego typu horrorów. Choćby dlatego, że jak wiemy ogromną rolę



w każdym filmie odgrywa dźwięk, a ta produkcja obniżyła to do minimum. Rozmowy przeprowadzane przez bohaterów odbywają się na migi oraz postacie chodzą na boso, aby nie wydać żadnego dźwięku. Kolejną ciekawostką jest to, że jedna z młodocianych aktorek w tym filmie jest faktycznie głucha, tak jak jej postać, dlatego sceny z nią są całkowicie pozbawione dźwięku. Ten zaskakujący i trzymający w napięciu film miał swoją polską premierę 13 kwietnia 2018. Zachęcam do obejrzenia.

Trzecim wartym obejrzenia filmem jest „120 uderzeń serca” francuski dramat społeczny w reżyserii Robina Campillo. Dlaczego wybrałam ten film? Możliwe, że dużo osób o nim nawet nie słyszało, co oczywiście jest wielką szkodą, ponieważ ten film niestety nie jest aż tak bardzo promowany w naszym kraju. Swoją światową premierę miał 20 maja 2017, a w Polsce dopiero 11 maja 2018. Przechodząc do rzeczy, wybrałam go, ponieważ sądzę, że jest bardzo wartościowy i porusza ważne tematy. Dlatego nie bez powodu został nagrodzony Grand Prix zeszłorocznego festiwalu w Cannes oraz zdobył sześć prestiżowych francuskich nagród Cezara. Ten film skupia się na organizacji ACT UP Paris czyli organizacji walczącej o dostęp do leków przeciwko HIV i problemie z tym we Francji w latach 90. Aby go zrozumieć trzeba bliżej przyjrzeć się historii organizacji ACT UP Paris i bliskości twórcy z tym tematem. Ruch ACT UP powstał w USA w 1985 roku, we Francji pierwsze komórki uformowały się dwa lata później. Film Campillo śledzi wczesne lata jego aktywności. Twórca wraca w filmie do czasów, które sam doskonale pamięta. Ponoć odium, ciężące nad wiazaną wówczas wyłącznie z homoseksualizmem chorobą było tak silne, że sam długo był przekonany, że nie

ma co marzyć o reżyserii, skoro prędzej czy później i tak czeka go bolesna śmierć. W początkowych sekwencjach filmu jeden z bohaterów informuje nowych członków organizacji, że samym wstąpieniem do ACT UP skazują się na bycie postrzeganymi jako zarażeni. Umierający młodzi ludzie spotykają się z obojętnością, bo należą do mniejszości lub do grup funkcjonujących gdzieś na skraju społeczeństwa. Dziś życie z AIDS wygląda inaczej, niż wtedy. Jeżeli wirus zostanie odpowiednio wcześniej zdiagnozowany, z nowoczesnymi lekami możliwe jest nawet dożycie spokojnej starości. Czy przez to temat przestał być aktualny, a film jest tylko hołdem do tych walczących w przeszłości? Niekoniecznie. Oprócz zmagania z chorobą, "120 uderzeń serca" mówi o walce z bezradnością, na którą nigdy nie będzie lepszego leku od jednoczenia się w imię sprawy. Myślę, że ten film jest bardzo ciekawy a zarazem potrzebny społeczeństwu. Warto do niego zajrzeć.

*Kaja Gołembiewska*

źródło: <http://www.empik.com/>



## Idealna książka na plażę

**Od kiedy wyszła ekranizacja książki „Ponad wszystko” autorstwa Nicoli Yoon w 2017 było o niej głośno, ale czy faktycznie jest warta takiego rozgłosu?**

Biorąc pod uwagę ambitność fabuły nie, ale nie patrzmy tak krytycznie na tę powieść. Przecież dla wielu ludzi głównym zadaniem książek jest rozerwać czytelnika na parę godzin i pani Yoon zdecydowanie się to udało. Historię opowiada młoda, siedemnastoletnia Maddy, która jak sama w skrócie mówi, ma alergię na cały świat – dosłownie. Obok uwięzionej w domu dziewczyny wprowadza się nieznajomy nastolatek, który sprawi, że jej życie się odmieni. Tylko czy na lepsze?

Książka wciąga czytelnika. Dzięki dodatkowym rysunkom Maddy i nie za małej czcionce powieść ta jest idealna, żeby zabrać ją nad morze i przeczytać w jeden dzień na plaży. Jestem zdania, że po całym roku czytania lektur w końcu należy nam się jakaś niezobowiązująca i relaksująca książka.



**Ps. Jest to moja rekomendacja książki na letni dzień na plaży, ale można ją też czytać w deszczowy dzień, czekając na słońce.**

*Barbara Michalec*

grafika: <http://www.empik.com/>



# Słodka inspiracja Natalii

**Kolejna słodka inspiracja Natalii. Niestety, to już ostatni przepis, ponieważ Natalia od października rozpocznie studia i zupełnie inne sprawy będą zaprzętać jej głowę. Ale mamy nadzieję, że mimo natłoku uniwersyteckich spraw kiedyś jeszcze zechce nam przesłać przepis na pyszne słodkości.**

## Deser bezowy

### SKŁADNIKI:

195 g białka kurzego  
5 g octu z białego wina  
360 g drobnego cukru  
45 g wrzątku

### SPOSÓB WYKONANIA:

Odmierzyć białka, ocet i cukier, a następnie przygotować z nich beżę francuską ręcznym mikserem. Gdy beza się usztywni, dodać wrzątek. Ubijać jeszcze kilka minut. Przenieść beżę do worka z okrągłą tyłką. Szprycować do ringu metalowego o średnicy 3-4 cm, który nada jej kształt. (Metalowy ring zanurzyć w ciepłej wodzie. Postawić na blasze i do jego wnętrza wyszprycować beżę. Zdjąć ring). Czynność powtórzyć aż do wykorzystania bezy.

Piec w temperaturze 110°C z termoobiegiem.

### SKŁADNIKI NA KREM:

250 g śmietanki 36%  
1 szt. laska wanilii  
55 g cukru  
250 g serka mascarpone

### WYKONANIE KREMU:

Zagotować część śmietanki z wanilią i cukrem. Schłodzić w lodówce. Gdy temperatura osiągnie 5°C, ubić razem z serkiem mascarpone do uzyskania gładkiego kremu.

### Malinowe coulis\*:

200g malin świeżych lub mrożonych  
1 łyżka cukru  
1 łyżka soku z cytryny

### Wykonanie coulis

Owoce należy zagotować z resztą składników aby całkowicie się rozpadły. Przetrzeć przez sito i ponownie umieścić na palniku w celu zredukowania do konsystencji sosu, następnie wystudzić.

Wystudzone bezy wypełnić i wykończyć przygotowanym kremem oraz udekorować świeżymi owocami i coulis.

\*Coulis (wymawiamy: kuli) to niezwykle esencjonalny i zdecydowany w smaku sos z warzyw lub owoców. Przygotowuje się go z przetartych z odrobiną cukru owoców albo warzyw połączonych z bulionem, śmietaną lub mlekiem.



*fot. Natalia Chwarścianek*

# Sejmik 2018

Dnia 18 maja rozpoczął się XII Zakrzewski Sejmik Młodzieżowy, którego tematem było hasło "Nasza siła leży w nas samych". Uczestnikami sejmiku była młodzież z: Chojnic, Kwidzyna, Dretynia, Starej Wiśniewki, Zakrzewa, Dąbrowki Wielkopolskiej, Ugoszczy, Miasteczka Krajeńskiego, Brus, Brzostowa i Złotowa. Piątkowe zajęcia zaczęły się od zajęć integracyjnych, po których przystąpiliśmy do w wielu ciekawych projektów i warsztatów z np.: lepienia z gliny, czy tworzenia ozdób z filcu. Ten ekscytujący dla nas dzień, w którym mieliśmy okazję poznać wiele nowych osób i dużo się nauczyć, zakończył się koncertem poetyckim zespołu Good Staff.



fot. Kinga Szopińska

Sobota - kolejny dzień sejmiku, który rozpoczął się mszą świętą i złożeniem kwiatów na pomniku ks. dr Bolesława Domańskiego. Kolejnym punktem

programu było przejście do Domu Polskiego na Salę Rodła, gdzie odbyła się prezentacja wyników naszej pracy z dnia poprzedniego i ekscytujące dla nas rozstrzygnięcie konkursu organizowanego przez senatora Mieczysława Augustyna - pt.: V Prawd Polaków.

W konkursie tym wzięły udział dwie grupy z naszego liceum. W skład pierwszego zespołu wchodziły: Emilia Kołodziejczyk, Klaudia Kołodziejczyk oraz Aleksandra Stańczak, w skład drugiego: Adriana Mielke, Maria Brzezińska, Karolina Herudaj i Weronika Zenka. Wszystkie starałyśmy się jak najlepiej oddać sens poznanych prawd w naszych pracach. Owocem naszej aktywności było zajęcie zaszczytnego pierwszego miejsca przez grupę drugą. Całe wydarzenie

było niezwykle pozytywnie odebrane przez wszystkich uczestników. Zgodnie wyraziliśmy chęć przybycia na kolejne edycje Zakrzewskiego Sejmiku Młodzieżowego.

Weronika Zenka

## Domowa czekoladowa magia

### Składniki:

- 2 jajka
- 4 łyżki cukru
- 2 łyżki kakao
- 200g śmietany kremówki

### Sposób przygotowania:

Żółtka utrzeć z trzema łyżkami cukru, aż powstanie jasno-żółta masa, do białek dodać łyżkę cukru i ubić je na sztywną pianę, ubić śmietanę. Wszystkie masy połączyć i dodać kakao. Gotowy produkt włożyć do zamrażalnika na 4 godziny. Smacznego!



Aleksander Poczewski  
fot. <https://pixabay.com/pl>

# Wymiana Wuppertal- Złotów 2018



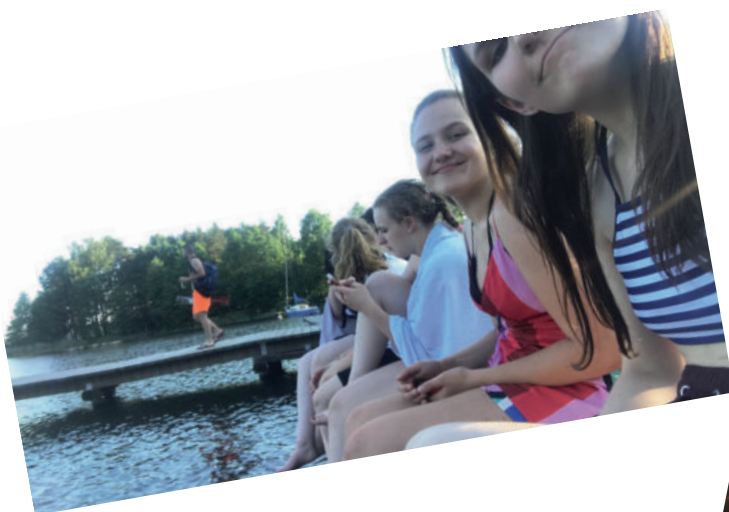
**O**d 28.05.2018r. do 04.06.2018 r. przebywali u nas niemieccy goście. Świetnie sporządzony tygodniowy plan zajęć sprawił nam dużo radości. Powitanie, quizy o Złotowie oraz warsztaty chemiczne to pierwsze chwile w naszej szkole, które odpowiadały za wprowadzenie naszych partnerów z wymiany w tutejszą atmosferę. Trzeci dzień pobytu spędziliśmy przy ognisku, ciesząc się przebytą trasą na spływie kajakowym... było super! Nie obyło się także bez historii, z którą mieliśmy do czynienia podczas zwiedzania Torunia z zabawnym przewodnikiem. Oczywiście każdy z nas dostał pamiątkę w postaci własnoręcznie robionego

piernika. Mieliśmy również ciekawe zajęcia w szkole jak np. "moje ulubione słowo w języku niemieckim" - dla polskich uczniów, a dla niemieckich "moje ulubione słowo w języku polskim". Zabawa polegała na tym, że oprócz opowiedzenia, dlaczego akurat dane słowo jest naszym ulubionym, musieliśmy dodatkowo wykonać jego rysunek. Dwie uczennice przygotowały także grę miejską, dzięki czemu nasi goście mogli lepiej poznać Złotów. Dzień z rodziną każdy uczeń naszej szkoły

przyjmujący gościa spędził różnie - morze, kino, czy nart wodne. Nauczyliśmy naszych partnerów dużo słów po polsku i mamy nadzieję, że zapadną w ich pamięci na zawsze, tak jak i my.

*Cieszymy się, że mogliśmy wziąć udział w wymianie, naprawdę było warto!*

*Wiktoria Brzezińska  
zdjęcia: uczestnicy wymiany*





**Zespół redakcyjny:**

**Autorzy tekstów:**

Wiktoria Brzezińska  
Kaja Gołembiewska  
Barbara Michalec  
Hubert Janowski  
Cecylia Stefaniak  
Weronika Zenka  
Patrycja Zawada  
Natalia Chwarścianek  
Aleksander Poczewski

**Fotografie na okładkach:**

Maria Rosińska  
Wioletta Lis

**Rysunek:**

Patrycja Zawada

**Skład:**

Miłosz Wiśniewski

**Opieka:**

Wioletta Lis  
Maria Rosińska

**Kontakt:**

e-mail: [redakcja.lo2012@gmail.com](mailto:redakcja.lo2012@gmail.com)