

Stopka redakcyjna

Dział techniczny:

Cyprian Sobolewski IIILOa
Dominik Lesiak IIILOa
Mateusz Szklarz IIILOa

Redaktor naczelny:

Cyprian Sobolewski IIILOa

Z-ca red. Naczelnego:

Monika Teodorczyk IIILOb

Sekretarz:

Marta Jagodzińska IIILOb

Opiekun:

Pani Marta Szafkowska

Redaktorzy:

Klaudia Sieczkowska IIILOb
Patrycja Gawin IIILOb
Beata Kierepka IIILOb
Eliza Lindner IIILOb
Joanna Urbanowska IIILOb
Klaudia Kobiątka IIILOb
Julia Welc IIILOb
Manuela Zajko IIILOb
Marta Zmarzlik IIILOb
Marta Jagodzińska IIILOb
Anna Grodowczyk IIILOc

Eliza Pyrka IIILOc

Karolina Zwierzchowska III-
LOc

Klaudia Jabłońska IIILOb

Szymon Czerwonka IIILOa

Julita Podsiedzi I LOa

Magdalena Bunda I LOa

Katarzyna Szczerba I LOa

Małgorzata Strzemecka I
LOa

Magdalena Olszacka I LOa

Rafał Kamiński I LOa

Magdalena Heyser I LOa

Zarząd gazetki:

Mateusz Szklarz IIILOa

Cyprian Sobolewski IIILOa

Dominik Lesiak IIILOa

Marta Jagodzińska IIILOb

Monika Teodorczyk IIILOb

MAILE NA ADRES:

sqlpress@gmail.com

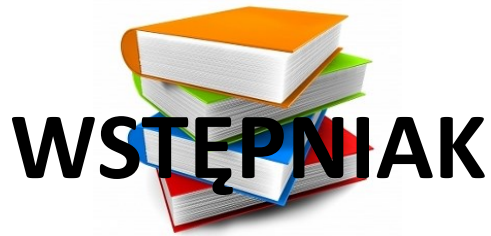
SQLPRESS

CENA: 2zł

+ niepytka



Wrzesień 2014



WSTĘPNIAK

No niestety miśki, wakacje minęły bezpowrotnie i w sumie jedynym co może większą część z was ucieszyć jest to, iż za jakiś czas rozpoczną się na nowo. I znów będziecie mieli wizję dwóch miesięcy odpoczynku. Na pewno osłodzić się roku szkolnego nie da, ale na takie lekkie przełamanie goryczy mamy dla was nowy numer gazetki. Ładny, stylowy, zgrabny – jak zawsze. Oczywiście bogaty również we wszelakie artykuły z najróżniejszych dziedzin. Jakich? Sprawdzenie tego pozostawiam już tobie czytelniku i życzę miłej lektury oraz znalezienia czegoś dla siebie!

Zespół Gazetki

POZDROWIENIA:

- Pozdrowienia dla przystojnego chłopaka z 1Ti/e <3
- Pozdro dla Wiesi ;***! :D
- Pozdrowienia dla Kubisia :D :*!
- Pozdrowienia dla najlepszej wychowawczyni Pani Urszuli Piotrowicz! :) <3
- Pozdrawiam całą szkołę :D
- Pozdrowienia dla Wiktora Romanowskiego i Tomka Staszko :DD
- Pozderki dla dziewczyn z klasy 1LOa :>
- 1Ti/e pozdrawia najlepszego wychowawcę pod słońcem ever, oraz dwóch chłopaków z ekonomika- obyśmy wytrwali do końca razem <3 <3 <3 <3
- Pozdro dla 4 mośków z 3Tm/ J :D
- Pozdrawiam Rafała Kamińskiego, wiedz, że jesteś najlepszym głupolem :D :*!
- Pozdrawiam Julite Pe, Magdzie Bru... Bunde, Rafała Krzemienia Kaminskiego oraz Michaline Michalak z dzikiem Weroniką Koma-dą haha <3 :*

Fall bucket list

Zapraszam do listy rzeczy na jesień, które warto zrobić, aby ta pora roku nie była taka szara i ponura

Jesień zbliża się już wielkimi krokami, a więc czas zacząć przygotowania na jej przyjęcie. Proponuję kilka prostych, przyjemnych pomysłów na umilenie sobie czasu podczas tego najbardziej depresyjnego okresu.

- Nazbierać kasztanów, szyszek i żołądzi.
- Udekorować dynię.
- Upiec ciasteczka.
- Wskoczyć w stos liści.
- Urządzić noc filmową.
- Pójść na jesienny spacer po lesie/parku.
- Kupić świece zapachowe do pokoju.
- Ubierać żywe, kolorowe ubrania.
- Utworzyć jesienną playlistę muzyczną na poprawę humoru.

Najbardziej przyszłościowe zawody

Trudne czasy, w których przyszło nam funkcjonować są doskonałą okazją do rozwoju wielu branż i specjalizacji.

Mimo kryzysu gospodarczego wielu specjalistów nie musi martwić się o swoją przyszłość. Jakie stanowiska są najbardziej przyszłościowe? Jaki kierunek studiów wybrać, żeby w przyszłości nie martwić się o zatrudnienie? O to 5 najlepszych i najbardziej przyszłościowych zawodów, które zapewnią stabilność i możliwość dalszego rozwoju.



1. E-commerce Manager

Internet jest cenionym źródłem informacji. Na gruncie biznesowym ma jednak znacznie więcej zastosowań. Coraz więcej przedsiębiorstw wykorzystuje globalną sieć jako swój kanał sprzedaży.

2. Specjalista ds. e-marketingu

To stanowisko w zestawieniu nie powinno nikogo dziwić – Internet jest obecnie najlepszym gruntem do prowadzenia działań biznesowych. Umiejętność efektywnego dotarcia do klientów i zainteresowania ich ofertą danej firmy to umiejętność wysoko ceniona przez pracodawców. Kreatywność, niezliczona ilość pomysłów i branżowa, specjalistyczna wiedza to podstawy dla tego stanowiska.

3. Programista

Rozwój nowoczesnych technologii i stale rosnące zapotrzebowanie na informatyków wydaje się tendencją stałą. Czy informatycy będą kiedyś narzekać na problemy z zatrudnieniem? Na pewno nie! Warto w takim razie poświęcić kilka lat studiów na to, żeby zdobyć niezbędną wiedzę teoretyczną i praktyczną, która stanie się podstawą do efektywnego wykonywania obowiązków w naszej, przyszłej pracy. Kogo



4. Logistyk z wiedzą branżową

Brzmi enigmatycznie? Logistyk z wiedzą branżową to osoba, która wyspecjalizowała się w obsłudze logistycznej podmiotów z konkretnej branży. Mówiąc krótko – jeśli jesteście „specjalistami od wszystkiego” to wiele firm nie będzie zainteresowanych współpracą z Wami. Jeśli jednak dysponujecie szeroką wiedzą i doświadczeniem z zakresu obsługi logistycznej firm z konkretnego sektora gospodarki to pracy dla Was nigdy nie zabraknie

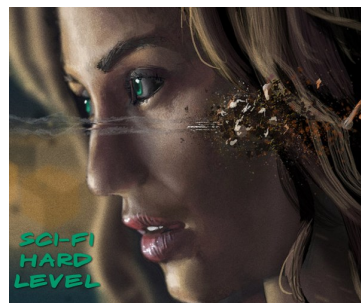
5. Lingwista

Ukończenie filologii nie zawsze musi wiązać się z wiecznym udzielaniem korepetycji z zakresu danego języka obcego lub posadą nauczyciela w szkole. Wiele zagranicznych i krajowych firm prowadzi procesy rekrutacyjne, w których głównym wymogiem jest znajomość niszowego języka obcego. Jeśli znacie biegle język szwedzki, norweski, arabski lub chiński to ze znalezieniem pracy nie będziecie mieć żadnych problemów. Współcześni pracodawcy wychodzą z założenia, iż prościej i łatwiej jest nauczyć pracownika zawodu niż konkretnego języka obcego.



- Wypróbować nowego przepisu na ciasto.
- Zrobić własny kostium halloweenowy.
- Zorganizować ognisko.
- Zjeść pieczone pianki i jabłko na ogniu.
- Pić gorącą czekoladę i kakao.
- Pamiętać o dniu nauczyciela
- 21 października – Międzynarodowy Dzień Bez Skarpetek
- 30 października – Międzynarodowy Dzień Spódnicy

Ostatnimi czasy obrodziło nam w sporo tytułów na które fani Science Fiction powinni spojrzeć przychylnym okiem. Warto wspomnieć iż jeszcze całkiem niedawno typowego, dobrego Sci-Fi bardzo brakowało grom przy dokładnie odwrotnej sytuacji w literaturze i filmach (choć im dalej w las tym jakość gorsza). Ale zacznijmy od początku.



FIKCJA LITERACKA

Fantastyka naukowa od początku istnienia swoje tematy najczęściej opiera na rozwoju techniki (często także na związanych z nią tragediach i upadkach), kontaktach z obcymi cywilizacjami zasiedlonymi daleko w kosmosie czy podróżach w przyszłość lub przeszłość. Jej podgatunki to:

space opera, fantasyka socjologiczna, steampunk, cyberpunk, postapokalipsa

Z literatury warto wymienić tu Pięć tygodni w balonie Jules Verne'a z 1863 roku i Podróż do wnętrza Ziemi tego samego autora wydaną rok później. Autor naprawdę świetnie łączy w nich fantastykę z opowieścią przygodową, niejako książki te były także jednymi z prekursorów całego gatunku, innymi powieściami na które warto zwrócić uwagę, a które także przyczyniły się do powstania gatunku są Wehikuł czasu i Wyspa doktora Moreau, Herberta George'a Wellsa wydane odpowiednio w 1895 i 1896 roku. Z polskich pisarzy zajmujących się tematyką bez wątpienia warto wymienić Jerzego Żuławskiego jak i Stanisława Lema (ze szczególnym wskazaniem na tego drugiego). Z (nie całkiem, ale jednak) świeższych tytułów warto popatrzeć przychylnym okiem na książki oparte o uniwersum Mass Effect (bez względu na to co sądzicie o literaturze na kanwie gier, trzeba przyznać iż wybranie Drewa Karpyszyna do napisania tych powieści było strzałem w dziesiątkę) i dla małej odmiany na genialne Pod Kopułą Stephena Kinga (wyglądała mi ona bardziej na powieść science fiction z elementami horroru niż na horror z elementami science fiction).

ZDROWIE ODŻYWIANIE

Zdrowe odżywianie jest bardzo ważne w życiu każdego człowieka, lecz coraz więcej ludzi coraz częściej o tym zapomina. A do czego to prowadzi? Oczywiście jest, że do nadwagi i innych problemów zdrowotnych. Oto 10 wskazówek zdrowego odżywiania:

1. Dużo napojów

Codziennie powinno się wypijać co najmniej 2 litry płynów. Najlepiej nadają się: woda mineralna, herbaty ziołowe i niesłodzone soki owocowe.

2. Zredukowanie ilości spożywanych tłuszczów

Zaleca się zmniejszenie ilości spożywanych tłuszczów. Dziennie nie powinno się przekraczać granicy 60 gram tłuszczu. Wskazane jest spożywanie nisko tłuszczowych produktów, takich jak np. chude mięsa i ryby, ziemniaki, ryż, makaron, warzywa i owoce.

3. Zredukowanie ilości spożywanych mięs

Spożywanie mięsa dwa razy w tygodniu w zupełności wystarczy aby pokryć zapotrzebowanie na żelazo. Zaleca się przyrządzanie chudych mięs, takich jak mięsko z kurczaka czy indyka.

4. Dużo warzyw i owoców

Spożywanie 5 porcji warzyw lub owoców rozłożonych w ciągu dnia jest jak najbardziej wskazane. W ten sposób organizm zostaje zaopatrzony w cenne witaminy i substancje mineralne oraz wspomagające zdrowie drugorzędne substancje roślinne.

5. Spożywanie ryb raz w tygodniu

Regularne spożywanie ryb jest szczególnie zalecane ze względu na zawarte w nich wysokowartościowe białka, wielokrotnie nienasycone kwasy tłuszczowe (omega-3) oraz witaminy D oraz B12. Poza tym ryby morskie zawierają cenny dla zdrowia jod.



6. Regularne spożywanie produktów pełno zbożowych

Produkty z mąki pszennej czy oczyszczony ryż, zastąpić produktami z pełnego ziarna jak np. gryka, proso czy orkisz.

7. Unikać soli

Sól wiąże niepotrzebnie wodę w organizmie, dlatego zaleca się przyjmowanie ziołami.

8. Zdrowe tłuszcze/oleje

Zaleca się stosowanie tłuszczu i olejów pochodzenia roślinnego, bogatych w nienasycone kwasy tłuszczowe, np. oliwa z oliwek.

9. Oszczędnie z alkoholem

Alkohol powinien być spożywany przy specjalnych okazjach w umiarkowanych ilościach. Czerwone wino, któremu przypisuje się pozytywny wpływ na układ krwionośny powinno również być spożywane z umiarem.

10. Rozkoszowanie się smakiem

Ważną zasadą jest czerpanie przyjemności z jedzenia bądź jego przyrządzania. Osoby przestrzegające zasad zdrowego odżywiania mogą pozwolić sobie od czasu do czasu na chwilę zapomnienia, jednak to zdrowe posiłki smakują najlepiej.

ŚWIATŁA, KAMERA, AKCJA!

Zdecydowanie równie popularną formą eksponowania gatunku Sci-Fi co literatura, są filmy. Chociaż wielu się z tym nie zgodzi moim zdaniem najważniejsze z nich to 2001: Odyseja Kosmiczna i 2010: Odyseja kosmiczna brawurowo zrealizowane przez Stanleya Kubricka w oparciu o powieść Arthura C. Clarke'a i oczywiście Blade Runner (w Polsce to łowca Androidów, jeden z moich ulubionych filmów) nakręcony przez Ridleya Scotta na podstawie powieści Philipa K. Dicka, Czy androidy marzą o elektrycznych owcach? (Jeśli nie oglądałeś zdecydowanie polecam nadrobić tę zaległość, a raczej niedopatrzenie, poza tym przede wszystkim warto zaopatrzyć się w książkę). Należy wspomnieć także o tym iż ten sam reżyser zapoczątkował uwielbiany przez wielu (i mnie) cykl Obcy.



Przy jakimkolwiek tekście o Sci-Fi nie można pominąć Gwiezdných Wojen zrealizowanych przez George'a Lucasa. Co ciekawe obraz bardziej wpisuje się w gatunek fantastyki (tej bez science) nie wyjaśniając widzowi jak działają przedstawione na ekranie technologie (napędy, miecze świetlne itd.), pozostawiając swoją przynależność gatunkową temu co utarło się przez lata. Warto także przypomnieć sobie Bliskie spotkania trzeciego stopnia Stevena Spielberga, serię Terminator Jamesa Camerona i jak na razie, trylogię Matrix w reżyserii braci Wachowskich.

Fani oglądania seriali pochodzących z gatunku na pewno znają Star Treka (Gene Roddenberry), Babilon 5 (J. Michael Straczynski), Battlestar Galactica (Pierwsza wersja serialu wyreżyserowana została przez Glen A. Larsona w roku 1978, dwa lata później powstała krytycznie przyjęta przez fanów kontynuacja pierwowzoru, przez co spoczęto po nakręceniu 10 odcinków, wydano adaptacje książkowe, komiksy i gry komputerowe z uniwersum by w roku 2004 powstał pierwszy sezon nowego serialu, który doczekał się czterech serii. W marcu 2009 kanał Sci-Fi Channel wyemitował ostatni odcinek nowej wersji serialu), Gwiezdne Wrota (polecam szczególnie spin off z podtytułem Atlantyda) i Doctor Who (ciekawostka: serial jest rekordzistą Księgi Guinnessa jako najdłuższy na świecie, pobił tu nawet Star Treka liczącego 726 odcinków).



GAME OVER

CYPRIAN SOBOLEWSKI

Dobra, ale jak to całe gędzenie ma się do gier? No trochę się ma. Na pierwszy rzut oka ciężko znaleźć coś, co naprawdę potrafi zachwycić i wgnieść w fotel.

Na pierwszy rzut oka. Posiadacze Xboksa 360 (w tym ja) mają przyjemność grać w doskonałe pod wieloma względami, Halo (tak, jestem jedną z niewielu osób w Polsce które kochają tę serię) zaś nabywcy PS3 nie bez powodu cieszą się wodotryskami Killzone'a (nie dość iż to świetny FPS to jeszcze efektowny pokaz możliwości konsoli, szczególnie oglądany w 3D), a pecetowcy chociażby dwie części Knights of The Old Republic (każdy kto twierdzi, że BioWare nigdy nie potrafił robić dobrych gier RPG powinien jak najszybciej polecieć do sklepu i przekonać się jak bardzo jego zdanie jest mylne).

Bardzo eksponowany od jakiegoś czasu jest także wspomniany cyberpunk (koncentruje się głównie na tragicznych skutkach dążenia człowieka do doskonałości za pomocą maszyn i technologii), na co niewątpliwie miał wpływ sukces nowego Deus Exa z podtytułem Human Revolution (w Polsce, Bunt Ludzkości, po prostu trzeba zagrać). Jeśli ktoś jeszcze nie miał okazji go sprawdzić to szczerze polecam to nadrobić, jak dla mnie to wciąż jedna z najlepszych gier 2011 roku i jedna z lepszych gier w ogóle.

W ślady Eidosu poszło chociażby Electronic Arts wypuszczając (swoją drogą całkiem niezłego) Syndicate'a (nie odniósł sukcesu i teraz już pewnie większość o nim zapomniła). W kategorii growego Sci-Fi nie mógłbym pominąć także trylogii Mass Effect od BioWare w którą każdy fan tego typu gier (szczególnie space opery) musi zagrać, co do tego nie ma dyskusji (uwielbiam tę serię i sequel cz tam prequel zamówię od razu jak tylko będzie można). Na głodnych fantastyki naukowej czekają jeszcze choćby Doom, Remember Me, StarCraft (lub jego równie świetna część gruga), Half-Life, Prey, Fallouty... i wiele, wiele innych których za dużo by je tu przytaczać. Słowem dla każdego coś miłego.

JA I TY

Siedzimy tu

cały dzień

*rozmawiając szep-
tem*

Ja i Ty.

Obok nas miejsca brak,

a w powietrzu Lady Pank

sączy się cichutko.

Kelner połat jeszcze raz

wznieśmy toast

za ten czas.

Tak szczęśliwi swym widokiem

wychodzimy późnym zmrokiem

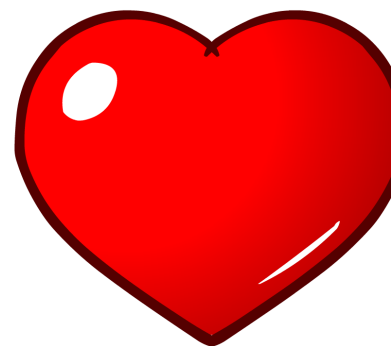
odprowadzasz mnie do domu

że nie oddasz już nikomu

szepczesz czule

znów.

Patrycja Gawin 3LOB





Pielęgnacja włosów po lecie

Sezon wakacyjny za nami. Lato było wyjątkowo upalne i słoneczne, co niezwykle nas cieszyło. Niestety nasze włosy pod wpływem promieniowania UV, wiatru, wody morskiej stały się matowe i przesuszone. Podamy Ci kilka domowych sposobów, które pomogą Ci poprawić kondycję Twoich włosów.

Płukanka z octu jabłkowego

Do 250 ml zimnej wody dodać 2 łyżeczki octu jabłkowego, całość wymieszać. Po umyciu włosów poleć je roztworem i pozostawić na ok. 2 minuty, następnie opłukać włosy letnią wodą. Już po kilku zastosowaniach Twoje włosy staną się gładkie i lśniące!

Maska z jogurtu naturalnego, miodu i żółtka

2 łyżki jogurtu naturalnego wymieszać z łyżeczką miodu i jednym żółtkiem. Otrzymaną papkę trzymaj na umytych wilgotnych włosach ok. 10 minut. Następnie dokładnie spłucz włosy letnią wodą. Po kilku zabiegach Twoje matowe włosy nabiorą blasku!

Maska bananowa

Jednego dojrzałego banana rozgnieć na papkę, dodaj dwie łyżki oliwy z oliwek i dokładnie wymieszaj. Maskę nałóż na włosy na ok. 30 minut. Dla uzyskania lepszego efektu możesz owinąć włosy folią. Zmyj maskę letnią wodą. Po tym zabiegu Twoje suche, zniszczone i niesforne włosy staną się miękkie, błyszczące i jedwabiste gładkie.

Mamy nadzieję, że nasze porady będą przydatne i nie wypadną Wam włosy :).

Pozdrawiamy

W&B



TOP LISTA NAJWIĘKSZYCH PRZEBOJÓW „SCHOOL LISTA”

Największe hity i topowe nowości. To wszystko pojawi się w naszym dziale. Znajdziecie tu piosenki, których chętnie słuchamy w drodze do szkoły, pracy czy domu. Ta lista została stworzona dla największych miłośników muzyki! Nie zabraknie tutaj prawdziwej dawki energii.

Muzyka – jedna z dziedzin sztuk pięknych, która wpływa na psychikę człowieka przez dźwięki. Taką definicję ukazują nam encyklopedie i inne źródła, lecz dla prawdziwych fanów jest ona czymś więcej. Nie możemy bez niej funkcjonować. Możemy nawet powiedzieć, że jest uzależnieniem, ale z pewnością nie jest to szkodliwe, jeżeli zachowamy odpowiednie normy. Mamy tutaj na myśli słuchanie muzyki przez słuchawki. ;)

Powracając do TOP . PRZEBOJÓW, zostaną w niej przedstawione utwory, które okazały się największymi „hiciorami” ostatnich miesięcy, tygodni, dni...

SCHOOL LISTA – NAJWIĘKSZE PRZEBOJE!

Najnowsze notowania hitów...

- Coldplay – A Sky Full Of Stars
- Jason Derulo – Wiggle
- Beccel x Zbuku – Oddech
- Bob One ft. Pokahontaz – Przestań
- Iggy Azalea – Franczy
- Kiesza – Hideaway
- Pawbeats ft. Paluch – Na miarę

TOP LISTA NAJWIĘKSZYCH PRZEBOJÓW „SCHOOL LISTA”

- NPWM – Zawsze do celu
- Grzegorz Hyży – Wstaję
- K2 ft. Buka – 1 moment
- Kasia Popowska – przyjdzie taki dzień
- Ariana Grande - Problem
- Magic – Rude
- Sam Smith – Stay With Me
- Anders Nilsen – Salsa Tequila
- Oliver Heldens x Becky Hill – Gecko (Overdrive)
- Deorro – Five Hours
- Sheppard – Geronimo
- Elena ft. Glance – Mamma Mia (He’s Italiano)
- Pitbull – Fireball



WYWIAD Z PIERWSZOKLASISTKĄ

Nowa szkoła, nowi ludzie, nowe wyzwania to świat widziany oczami pierwszoklasistów, nadszedł czas żeby poznać opinie, plany oraz wrażenia dotyczące szkoły. Wywiad przeprowadzony z Weroniką Wiśniak z klasy 1 LO B.

Cześć co u ciebie ?

Wszystko w porządku nowa szkoła jakoś daje rade.

Dlaczego wybrałaś tę szkołę?

Szkoła jest na miejscu o interesujących i odpowiednich profilach klasowych nie przeszło mi przez głowę słowo żałuje.

3.Co podoba ci się w tej szkole?

Wiele jest rzeczy które przypadły mi do gustu jak np. to że szkoła współpracuje z różnymi organami takimi jak współpraca z dziećmi z Bratka czy uczniowie mogła być dawcami krwi. Widać wyraźnie szkolny wolontariat i samorząd oraz ich prace na tle nie tylko szkoły ale i miasta".

4. Jak się tu odnajdujesz?

Osobiście nie mam żadnych problemów z odnalezieniem się w nowym otoczeniu, fakt, że problem z odnalezieniem klasy jest trudności wyłącznie w pierwszych tygodniach.

5. Czy poziom nauczania ci odpowiada?

Trudno ocenić to po pierwszym tygodniu, ale jeśli ufać statystykom zdawalności matur w naszej szkole czy słowem starszych kolegów i koleżanek myślę, że poprzeczka jest wysoko postawiona.

7. Jakie masz oczekiwania wobec szkoły?

Oczywiście tego, żebym jak najlepiej została przygotowana do matury.

8.Dziękuję za poświęcony czas, życzę powodzenia w nowej szkole.

**Reszka Agnieszka
Kamiński Rafał**



Dlaczego facet, który idzie przez kotlinę jest zdołowany?
Bo przechodzi przez depresję.

Dzisiaj widziałem najszybszy sposób zasysania danych - 32GB w sekundę!

Odkurzacz wciągnął mi pen-drive'a.



Polscy siatkarze MISTRZAMI ŚWIATA!

Uff..... nieprawdopodobne!!!! Polscy siatkarze pod wodzą Stephana Antigi zdobyli MISTRZOSTWO ŚWIATA W SIATKÓWCE na mundialu rozgrywanym w naszym kraju!!!!!!

W finałowym starciu pokonali reprezentację Brazylii 3:1, która trzykrotnie z rzędu zdobywała puchar mistrzów. Brąz zdobyła reprezentacja Niemiec, wygrywając z Francją 3:0.

Choć Polacy nie byli murowanymi kandydatami do złotego medalu my wszyscy po cichu liczyliśmy na sukces. Po upragnione medale i puchar polscy siatkarze przebyli bardzo długą i obfitą w wiele meczów drogę. Zaczynając od meczu na Stadionie Narodowym z 62 tysiącami kibiców na trybunach poprzez wygrane z wszystkimi grupami w I fazie, później wygrane z Włochami, Iranem, Francją, Brazylią, Rosją i Niemcami.

Wygrana w mundialu to powtórka z przed 40 lat, gdzie wówczas drużyna prowadzona przez Huberta



Mati Szklarz

Sam Winchester

Sam Winchester urodził się 2 maja 1983 roku, jako syn Johna i Mary Winchester. Ma starszego o 4 lata brata Deana, który, gdy Sam miał 6 miesięcy, wyniósł go z pożaru domu, w którym to zginęła ich matka. Po tym wydarzeniu, bracia wraz z ojcem wyjechali z Lawrence. John poprzysiął pomścić śmierć Mary. W poszukiwaniu tego, co ją zabiło, podróżowali po całym kraju. Kiedy ojciec wyruszał na polowanie, mały Sam pozostawał pod opieką Deana. Nosi imię po dziadku ze strony matki, Samuelu Campbelle.

Mierzy 6'5" wzrostu, ma brązowe (coraz dłuższe) włosy i zielone oczy, które zazwyczaj wydają się mieszanką niebieskiego, zielonego i brązowego. Często ma na sobie wiele warstw ubrań (podobnie jak Dean) i chociaż większość czasu golił się na gładko, w sezonie 8 bywa lekko niedogolony.

Postać Sama wzorowano na postaci Luke'a Skywalker'a. Jedynie najbliżsi (ojciec i Dean) mogą nazywać go Sammy. Był opętany zarówno przez demona (Meg Masters) jak i anioła (Lucyfer). Jest bardziej religijny od Deana i mimo poznania prawdziwego oblicza aniołów, wciąż modli się do Boga.



Koniec tak bardzo wyczekiwanych wakacji. Powrót do szkoły, nauki i nudnych obowiązków. Znów nadejdą długie, smutne i deszczowe wieczory. Mamy jednak dla was przepis na ciasto "Mleczna kanapka" które chociaż trochę umili nam życie i poprawi humor !

6 jajek
3/4 szklanki cukru
pół szklanki mąki pszennej
pół szklanki mąki ziemniaczanej
1 łyżeczka proszku do pieczenia
3 łyżki kakao

2 łyżki oleju

Białka ubić na sztywną pianę, dodając pod koniec ubijania cukier, a następnie żółtka. Zmiksować. Dodać olej i dalej miksować. Mąkę przesiać, wymieszać z proszkiem do pieczenia, kakao, wmieszać delikatnie do masy jajecznej.

Ciasto wyłożyć do formy o wymiarach 25 x 34 cm (wcześniej wyłożonej papierem do pieczenia) i piec około 20 - 25 minut w temperaturze 170°C

Składniki na mleczną masę:

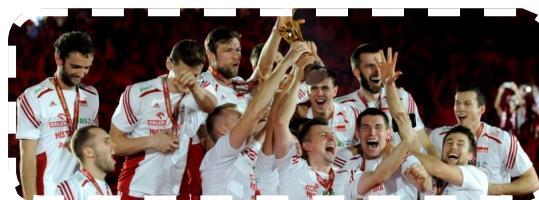
pół szklanki mleka
2 szklanki mleka w proszku
2/3 szklanki cukru
350 g masła
16 g cukru wanilinowego

Mleko (zwykłe) zagotować z cukrem i cukrem wanilinowym. Ostudzić. Masło utrzeć. Powoli dodawać do niego wystudzone mleko, dalej ucierając. Wsypać przesiane mleko w proszku i ucierać, do gładkości.

Ostudzony biszkopt przekroić wzdłuż, przełożyć masą.

Składniki na polewę czekoladową:

100 g gorzkiej lub mlecznej czekolady
70 g masła
Masło i czekoladę rozpuścić. Lekko przestudzić. Gotową polewą polać ciasto. Przechowywać w lodówce.



Jerzego Wagnera wygrała Mistrzostwo Świata.

Nagrody indywidualne powędrowały do Karola Kłosa jako najlepszego blokującego oraz dla Mariusza Wlazłego, który został najlepszym atakującym turnieju oraz prestiżową nagrodę MVP dla najbardziej

wartościowego zawodnika mundialu. Złote medale wręczyli prezydent Polski oraz prezydent FIVB. Puchar wniósł w górę kapitan reprezentacji, niezwykle wzruszony – Michał Winiarski.

Wielką radość w kraju zasmuciły jedynie odejścia czołowych zawodników z gry w reprezentacji. Z kadrą rozstają się wspomniany już Mariusz Wlazły, Paweł Zagumny, Krzysztof „Igła” Ignaczak i Michał Winiarski. Jest to niewątpliwie wielki smutek (jak dla mnie ogromny :) ale oczywiście trzeba uszanować decyzję chłopaków i podziękować im za te lata pięknej, wspaniałej gry i składać przed nimi pokłony.

Ale tym czasem cieszymy się z nowych MISTRZÓW ŚWIATA i bądźmy dumni z tego, że jesteśmy Polakami J

Dumna, najwierniejszy kibic biało – czerwonych,

Marta :D

MATURA Z BIOLOGII . CO DALEJ ?



Przyszły biolog powinien interesować się biologią lub dziedzinami pokrewnymi (np. leśnictwo, medycyna). Powinien ponadto być osobą, która jest w stanie sprostać zasadom etyki nauki - uczciwości i rzetelności. W pracy naukowej nie bez znaczenia jest postawa twórcza, dociekliwość i odwaga w stawianiu i sprawdzaniu własnych hipotez.

ORGANIZACJA

Biologię można studiować na uczelniach publicznych i niepublicznych, w trybie stacjonarnym i niestacjonarnym (zaocznym, wieczorowym), w systemie studiów I (licencjat), II (magisterium) i III (doktorat) stopnia.

Oto przykładowe specjalności jakie mogą wybrać studenci na tym kierunku:

- biologia roślin
- biologia zwierząt
- biologia mikroorganizmów
- biologia ogólna i eksperymentalna
- biologia środowiskowa

OLEJOWANIE WŁOSÓW



Zapewne nieraz słyszeliście o dobroczynnych właściwościach oleji. Temat stary jak świat, ale jakże ciekawy! Po odrzuceniu chemii z jedzenia przyszedł czas na naturalną pielęgnację włosów i skóry. Oto kilka z moich ulubionych oleji:

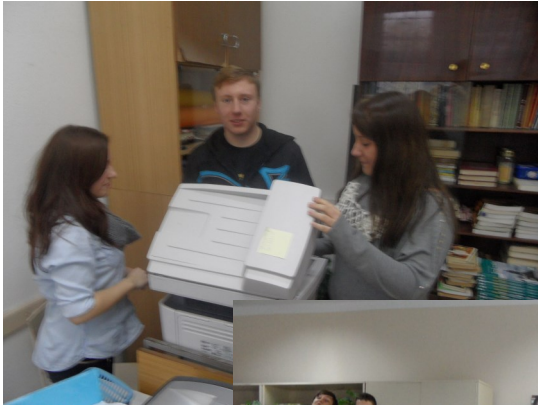
- olej arganowy- doskonale odżywia suche i zniszczone włosy, dobrze wpływa też na suchą skórę. Zaleca się stosowanie na włosy kilka godzin przed myciem lub kilka kropli po umyciu włosów.

- olej z drzewa herbacianego- idealnie wysusza wypryski, wygładza cerę, działa przeciwłupieżowo. Można go profilaktycznie w postaci kilku kropli dodać do szamponu do mycia włosów

- olej kokosowy- dobry na wszystko! Poradzi sobie ze zmyciem makijażu, odżywieniem skóry, zastąpi balsam lub krem do rąk, nawilży włosy. Dodatkowym plusem jest przepiękny zapach!

Zachęcam was do naturalnej pielęgnacji!

Kludia



Gazetkowe zdjęcia!



MOŻLIWOŚCI ROZWOJU

W zawodzie biologa istnieją olbrzymie szanse rozwoju kariery i awansu zawodowego. Biologowie pracujący naukowo, przyczyniając się do postępu wiedzy w swojej dziedzinie, mogą zdobywać kolejne stopnie naukowe (doktor, doktor habilitowany, profesor). Związane jest to na ogół z awansem w hierarchii organizacyjnej. Wyższy tytuł i staż naukowy kwalifikuje pracownika do kierowania coraz większymi zespołami ludzi (kierownik pracowni, zakładu czy instytutu).

Podobnie, pracując na stanowisku specjalisty, można doskonalić swą wiedzę i umiejętności, zdobywać doświadczenie czy poszerzać kontakty. Działania te prowadzą również do awansu w sferze organizacyjnej i zawodowej.

Również nauczyciel biologii w szkole ma duże szanse rozwoju. Może poszerzać wiedzę biologiczną i pedagogiczną na różnego typu kursach i studiach podyplomowych, zdobywając kolejne stopnie specjalizacji zawodowej. Może wreszcie tworzyć własne, autorskie programy nauczania biologii czy awansować w hierarchii organizacyjnej szkoły (np. dyrektor szkoły).

PROFIL ABSOLWENTA

Absolwent powinien być przygotowany do pracy w:

- laboratoriach badawczych, kontrolnych i diagnostycznych w zakresie wykonywania podstawowej analityki oraz prowadzenia podstawowych prac badawczych wykorzystujących materiał biologiczny w: przemyśle, administracji, placówkach ochrony przyrody oraz szkolnictwie.
- jednostkach zajmujących się ochroną i rekultywacją środowiska,
- ośrodkach hodowli roślin i zwierząt,
- administracji państwowej i samorządowej,
- placówkach zajmujących się restrukturyzacją i przestrzennym zagospodarowaniem obszarów wiejskich,
- ośrodkach doradztwa rolniczego,
- redakcjach czasopism naukowych i popularnonaukowych,
- redakcjach radiowych i telewizyjnych.

A.S.