

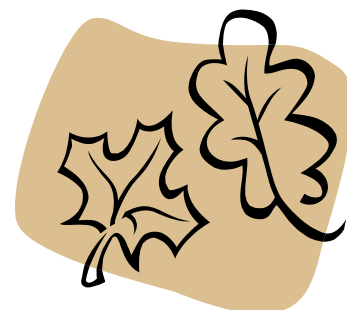
2zł

# FOLIO PRESS

+NIEPYTKA



Wrzesień 1/2015





# **WSTĘPNIAK**

Wrzesień się pomału kończy, powakacyjny smaczek pomału opada całkowicie, pierwszoklasiści są z nami jak by byli od zawsze, a gazetka przyszykowała dla was kolejną porcję między innymi newsów z życia szkoły, artykułów na tematy wszelakie, od kultury po najgłębsze zakamarki głów redaktorów, oraz masę innych ciekawych rzeczy, które gorąco polecam odszukać na własną rękę. A co chyba najważniejsze, jeżeli czujesz, że czegoś w SQLPressie brakuje, że można coś dodać, ulepszyć, pamiętaj: redakcja czeka na ciebie i twoje pomysły! Zatem nie przedłużając to wszystko czytelniku znajdziesz w trzymanej przez ciebie gazetce szkolnej wraz z niepytką i standardowo w cenie 2 złociwszy. Miłej lektury!

*Cyprian Sobolewski*

# Newsy z życia szkoły

- **01.09.2015r.** Uroczyste rozpoczęcie roku szkolnego
- **07.09.2015r.** Wyjazd klas III LO do Szczecina na „Salon motorzysty”
- **14.09.2015r.** Gra miejska oraz otrzęsiny klas I
- **24.09.2015r.** Spotkanie z podróżnikiem Mariuszem Kurcem
- **25.09.2015r.** Integracja klas LO w Szaraku



# WYWIAD Z PIERWSZOKLASISTĄ

Z racji tego, że „pierwszaków” w szkole sporo, postanowiłem przeprowadzić małe rozeznanie wśród nich. Pytaniami zasypałem uczennicę klasy 1LO a Nikolę Groszkowską, którą z tego miejsca serdecznie pozdrawiam J

- ◆ Cześć bardzo się cieszę, że zgodziłaś się na udział w wywiadzie :)

*Ja również się cieszę i mam nadzieję, że wyjdzie dobrze.*

- ◆ No to może na początek opowiedz mi jak spędziłaś swoje wakacje?

*Bardzo fajnie. Miałam kilka wyjazdów za granicę, trochę czasu spędziłam w domu, trochę ze znajomymi i czas jakoś zleciał, nawet nie wiem kiedy.*

*Tak jeszcze z tydzień wolnego to by się przydał. :D*

- ◆ Dokładnie tak, ile by nie było wolnego to zawsze jest za mało. A wracając do gimnazjum to jak poszły ci testy? Podobno przyszyłaś do nas z najlepszym wynikiem.

*Ogólnie to jestem zadowolona, myślałam że będzie gorzej. A to pewnie jakieś plotki (śmiech :D)*

- ◆ Powiedz mi czym się kierowałaś wybierając szkołę, dlaczego akurat wybrałaś tę?

*Poszłam tutaj głównie dlatego że mam bardzo blisko, ale nie będę ukrywać, że też po części za namową znajomych.*

- ◆ Dlaczego nie Gorzów? Przecież to „PRESTIŻ”!

*Jaki prestiż? Uczymy się tego samego i będziemy zdawać taką samą maturę. Jeżeli dla kogoś prestiżem jest wstawanie ok 6 żeby zdążyć na autobus i powrót do domu ok 16 to gratuluję mu zacofanego toku myślenia.*

- ◆ Czy nie uważasz, że system trymestralny przez wielu nazywany „amerykańskim” jest dobrym rozwiązaniem?

*Każdy może sądzić inaczej, jak dla mnie fajne jest to, że mogę odbębnić w 3 msc. przedmiot, z którym normalnie mecze się cały rok.*

- ◆ Jak podoba ci się nasza szkoła i czy zmieniła byś coś po tych pierwszych tygodniach twojej obecności w jej murach?

***Szkoła bardzo mi się podoba. Lepsza niż moje stare gimnazjum. Gdybym mogła to zmieniła bym kilku nauczycieli. Tak to raczej nie poza tym.***

- ♦ Czy masz może już jakiegoś faworyta wśród nauczycieli?

***Mam w większości tak spoko nauczycieli, chyba nie da się spośród nich wybrać jednego najlepszego.***

- ♦ Jakie masz obawy i oczekiwania względem nowej szkoły?

***Boję się, że nie utworzą mi grupy na rozszerzenie w 2 klasie. A oczekiwania? Przede wszystkim, że będę mieć bardziej zintegrowaną klasę niż w gimnazjum, że nie będzie już równych i równiejszych jak kiedyś i że uda mi się zdobyć stypendium.***

- ♦ Czy gdybyś mogła wybrać jeszcze raz, to czy wybrałabyś „szkołę na górce”?

***Zdecydowanie tak. :)***

Bardzo serdecznie dziękuję Nikoli za udzielenie wywiadu i wraz z całym zarządem „SQLPRESS” życzymy owocnej nauki i samych sukcesów :D Pozdrawiam :)

Rafał Kamiński



# Okiem pierwszoklasistki

Od pierwszego września 2015 roku jestem uczennicą klasy ILOA o profilu matematyczno-politechnicznym w Zespole Szkół nr 1 im. kpt. hm. Andrzeja Romockiego „Morro” w Barlinku. Wybrałam tę szkołę, ponieważ znajduje się tylko 8 km od mojego miejsca zamieszkania. Szkoła jest duża, składa się z dwóch budynków, w których nauczyciele prowadzą lekcje. Jeden z nich- tzw. główny to dwupiętrowy gmach z wieloma salami przedmiotowymi, świetlicą, biblioteką, szatnią, sekretariatem i gabinetem dyrektora. W drugim znajduje się internat oraz pracownie językowe, w których uczymy się języków obcych. Mamy także do dyspozycji halę sportową i dodatkowo boisko do piłki nożnej, koszykówki oraz bieżnię. Jak sama nazwa wskazuje to Zespół Szkół w skład, którego wchodzi Liceum, Technikum i Szkoła Zawodowa. Dlatego uczy się tutaj bardzo dużo uczniów, jest ich 554, zaś samych nauczycieli można naliczyć 61. Przez pierwsze dni pewnie niejednemu pierwszoklasiście towarzyszyła niepewność. Jednych przerażała nowa szkoła, nauczyciele czy koledzy, innych przeciwnie. Cieszyli się na poznanie nowych kolegów i koleżanek, jak i nauczycieli. Ale po kilku chwilach spędzonych w takim otoczeniu obawy minęły. Atmosfera tej szkoły podziałała na nas-pierwszoklasistów pozytywnie. Trochę obawialiśmy się nauczycieli, jak w każdej szkole opinie o nich są różne, ale po tych kilku spotkaniach z nimi można wywnioskować, że to ludzie pozytywnie nastawieni do świata. Z reguły mówi się, że nauczyciele to osoby, których nie szanują uczniowie, ale moim zdaniem to grono pedagogiczne jest naprawdę sympatyczne.





Ta szkoła różni się trochę od gimnazjum, w którym się uczyłam. A mianowicie mówię tu o Publicznym Gimnazjum nr 1 im. Mikołaja Kopernika w Pełczycach. Przede wszystkim nie obowiązuje tutaj strój szkolny jaki był u nas, tzw. mundurek. Większość uczniów, którzy ukończyli to gimnazjum i uczą się obecnie „w Liceum na górcie w Barlinku” bardzo to cieszy. To pozytywna zmiana. Możemy teraz ubierać się jak chcemy, według własnego gustu, pamiętając oczywiście, aby zachować jakieś wyznaczone normy. System oceniania też jest inny. W tej szkole średnia końcowo roczna jest wystawiana na podstawie średniej ważonej, dlatego, że prace klasowe są liczone podwójnie. W gimnazjum nie było takiego czegoś- to dla mnie nowość. Wstępując do tej szkoły musiałam związać się z wieloma kontraktami na każdym z przedmiotów. Tu nie było dużych różnic. Jedyłą to dodatkowa informacja o „niepytce”. Niepytka to kartka, którą można uzyskać kupując gazetkę szkolną „Sqlpress”. Pozwala ona na dodatkowe zgłoszenie nieprzygotowania, jeśli np. komuś się skończyły, więc jest to ulga dla niektórych uczniów. Byłam również zaskoczona tym, że nauczyciele po pierwszych lekcjach zadawali nam już zadania domowe, fakt, że nie były one trudne, ale chyba większość uczniów nie lubi odrabiać prac domowych. Dodatkowo w szkole działa Librus- elektroniczny dziennik. Wgląd do niego mamy my i nasi rodzice, którzy będą na bieżąco informowani o naszych postępowaniach. Nic się przed nimi nie ukryje, każda ocena, każda nieobecność lub uwaga będzie do niego wpisywana. Podsumowując szkoła wywarła na mnie ogromne wrażenie i myślę, że podjęłam dobrą decyzję, wybierając tę szkołę, jaką jest szkoła ponadgimnazjalna w Barlinku.



## *Amandi*



# JAK WYBRAĆ STUDIA-ZAWODY Z PRZYSZŁOŚCIĄ

Decyzja, co studiować przyprawia wielu maturzystów o ból głowy. Istnieją kierunki, po których znalezienie pracy graniczy z cudem. Dla jednych, wybór dalszej edukacji nie stanowi żadnego problemu, lecz są i tacy którzy nie potrafią się zdecydować. Ten artykuł pomoże nam, licealistą, wybrać ciekawe i opłacalne kierunki studiów.

**Informatyk-** Absolwenci studiów informatycznych mają wiele możliwości na rozwijanie swojej kariery. W dzisiejszych czasach zapotrzebowanie na informatyków jest bardzo duże. Prace można otrzymać m.in na stanowisku programisty, administratora sieci czy nawet jako nauczyciel informatyki.

**Handlowiec-** Zajmuje się głównie sprzedażą. Wyszukuje dostawców towarów i usług, których potrzebuje i chciałby sprzedawać, następnie znajduje chętnych, którzy mieliby ochotę te towary zakupić. Handlowcy, bardzo często mają do czynienia z klientami, więc osoba decydująca się na ten zawód musi odznaczać się niezwykłą kulturą osobistą oraz zdolnościami do negocjacji.

**Budowlaniec-** Mimo, że niedawno budowlanka przechodziła kryzys, wykształceni inżynierowie nadal są pożądanymi na rynku pracy. Jest to kierunek, przeznaczony dla osób, które są dokładne w powierzonych im zadaniach, potrafią planować i organizować pracę zarówno swoją jak i innych.

**Medycyna-** Mimo, iż jest to kierunek, który wymaga wiele pracy i nauki, jest również bardzo opłacalny. Nadaje się dla osób, mających wiele samozaparcia, silnej woli i chęci pomocy, ratowania życia innym.

**Logistyka z wiedzą branżową-** To osoba, która wyspecjalizowała się w obsłudze logistycznej podmiotów z konkretnej branży. Mówiąc prościej, jeśli będziemy specjalistami w każdej dziedzinie, to nie wiele firm będzie zainteresowanych współpracą, jeśli natomiast nasza wiedza na temat konkretnego sektora, będzie rozległa i szeroka, pracy nie zabraknie.

**Biotechnologia-** zastosowanie technologiczne, które używa systemów biologicznych, organizmów żywych lub ich składników, żeby wytwarzać lub modyfikować produkty lub procesy w określonym zastosowaniu.

Wiedząc już jakie stanowiska są najpotrzebniejsze w dzisiejszych czasach, łatwiej podjąć decyzję dotyczącą dalszej edukacji. Mimo, iż pieniądze są ważną rzeczą w życiu, pamiętajmy o tym, aby przy wyborze studiów kierować się przede wszystkim swoimi zainteresowaniami i umiejętnościami, ponieważ najważniejsze jest to, aby dobrze odnaleźć się w przyszłym zawodzie i pracować z przyjemnością.

## P&A





# Jak się uczyć ?

Z pewnością wielu z was zastanawiało się jak się uczyć żeby się nauczyć. To nie jest trudne. Wystarczy że spełnicie niektóre z niżej wymienionych sposobów a wasza nauka przyniesie efekty.

**1.Słuchanie muzyki klasycznej**, poprawi nasze skupienie podczas uczenia się.

**2.Fiszki**, czyli małe karteczki pomogą nam w zapamiętaniu pojęć, lub słówek z języków obcych. Na jednej stronie piszemy słowo po polsku a z drugiej w innym języku.



**3.Skojarzenia** przydadzą się nam w nauce np. mapy z geografii.

Stolica Mołdawii- Kiszyniów może kojarzyć się wam z ogórkami kiszonymi .

**4.Neonowymi flamastrami** zakreślajcie ważne pojęcia, daty lub wzory.



Katarzyna Lewandowska 1LO „B”

# Jak zwalczać stres ?

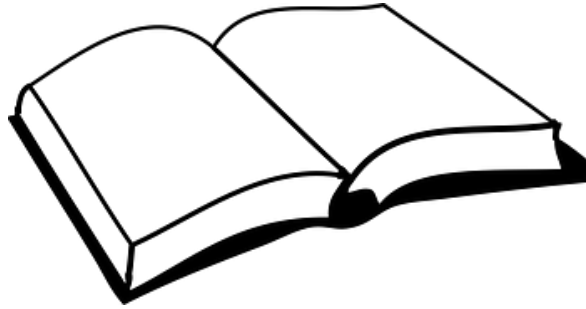
Każdy z nas odczuwa stres z innych powodów oraz inaczej reaguje na stres, dlatego też nie ma uniwersalnej metody na walkę ze stresem. Poniżej prezentujemy najbardziej popularne techniki redukujące nadmierny stres:

**1.Hobby.** Oddając się ulubionym zajęciom, zapominamy chwilowo o problemach i dajemy organizmowi czas na regenerację sił przed powrotem na pole walki .



# Welcome

Zmiany są nieodwracalną częścią życia człowieka, więc także tutaj czas na remont. Poprowadzimy Was w świat książek i filmów, które zdecydowanie powinniście poznać. Od klasyków kina amerykańskiego po polskie komedie poprzez fantastyczny świat magii i elfów, zdeformowanych potworów, które odwiedzają nas w koszmarach czy wzruszających scen miłosnych, do których tak tęskno paniom. To wszystko znajdziecie u nas. Na pierwszy ogień pójdzie „Dziewczyna z pomarańczami” Josteina Gaardera i „Lśnienie” Stephen Kinga.



## **Recenzja książki „ Dziewczyna z pomarańczami”**

Czasami proste historie bywają wyjątkowe. Taką właśnie opowieścią jest "Dziewczyna z pomarańczami". Została wydana w 2003r., a jej polski przekład ukazał się rok później. W 2009 r. Doczekała się ekranizacji w reżyserii Evy Dahr. Książkę tą czyta się jednym tchem, ponieważ jest krótka. Nie jest ona bardzo znana, ale za to ma piękne wnętrze. Głównym bohaterem jest piętnastoletni George. Pewnego dnia otrzymuje on list od swojego ojca. W liście opowiada historię swojej znajomości z tajemniczą dziewczyną z pomarańczami. Pojawiają się tam różne pytania sens życia, kiedy śmierć wydaje się nieunikniona. Opowieść ta jest pełna piękna i miłości. Po jej przeczytaniu stajemy się bogatsi o mądrość życiową.



### Cytaty z książki:

- 1." Czasami w życiu trzeba umieć trochę potęsknić"
- 2." Nie próbuj mi wmawiać, że natura nie jest cudem. Nie próbuj mi wmawiać, że świat nie jest baśnią"

# Recenzja filmu "Lśnienie"

Chyba każdy wyznawca Stephena Kinga lub dobrych horrorów oglądał "Lśnienie". Nakręcony przez Stanleya Kubricka w 1980r. film zdobył wiele uznania. Głównym bohaterem jest Jack Torrance (Jack Nicholson), który wraz z rodziną przeprowadza się do górskiego hotelu. Spokój opuszczonego poza sezonem kurortu ma pomóc mu w skupieniu się na pracy jednak złowroga atmosfera miejsca stopniowo popycha go w obłąd. Kluczową rolę w filmie odgrywa muzyka dlatego najlepiej oglądać go z napisami. Film wiele osób skrytykowało na czele z samym autorem książki, po latach jednak zyskał status klasyka gatunku. "Lśnienie" okazało się dużym sukcesem komercyjnym i wciąż cieszy się dużą popularnością. Do historii kina grozy przeszła szczególnie jedna scena gdy Jack próbuje wdrzeć się za pomocą siekiery do łazienki dzielnie bronionej przez Wendy. Każdy fan horroru zna chyba tę scenę gdy Jack przystawiając twarz do dziury w drzwiach z szyderczym uśmiechem wypowiada słowa "Here's Johnny!". Według mnie jest to najlepsza scena w filmie. Uważam że jest to najlepszy horror jaki kiedykolwiek oglądałam.

W.B.& W.W.



# Czekoladowe ciasteczka owsiane

## **Składniki:**

*1/2 szklanki mleka*

*1 i 1/4 szklanki cukru*

*3 i 1/2 szklanki płatków owsianych*

*3 łyżki kakao*

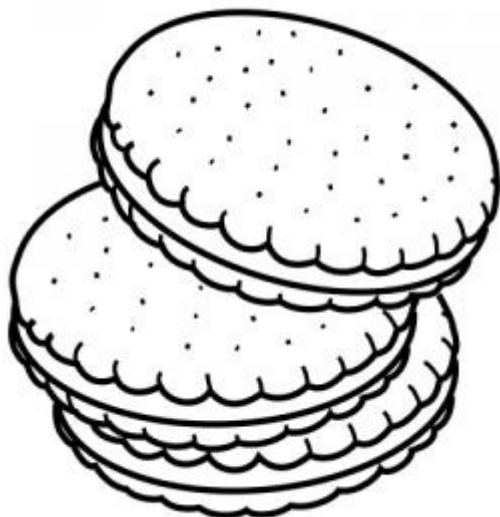
## **Sposób przygotowania:**

*Melko z cukrem, margaryną i kakao zagotować*

*Wsypać do masy płatki owsiane i gotować ok. 3-4 minuty.*

*Z masy formować kulki lub dowolne kształty.*

*Ciasteczka są gotowe po zastygnięciu*



**SMACZNEGO ! :)**

# Moda i Uroda

*Czy odnalazłaś już styl, który najlepiej do Ciebie pasuje? A może Twoja szafa jest wypchana rzeczami, które ze sobą zupełnie nie współgrają?*

Własny styl i strój dopasowany do Twojej sylwetki to podstawa modnego wyglądu. Ubrania dobrane do Twojej osobowości zwiększą Twoją pewność siebie i sprawią, że się dobrze poczujesz. Mają one wpływ na to, jak Cię postrzegają inne osoby. Odzwierciedlają Twoje samopoczucie, potrzeby, pragnienia i aspiracje. Dzięki nim możesz dowolnie bawić się swoim wizerunkiem i wyrażać swoją indywidualność.

*Modne kolory na jesień 2015*

*\*pomarańczowy*

*\*limonkowy*

*\*mandarynkowy*

*\*cytrynowy*

*\*wiśniowy*

*\*kobaltowy*

*\*fuksja*



**Jesienny must have dla dziewczyn J**

**Modne na jesień są kratki, frędzle, szale, czapki**








# **Domowe maseczki na piękną cerę!**



## **Maseczka z kakao dla skóry suchej i podrażnionej**

### **Składniki:**

- 1/3 szklanki ciemnego, niskotłuszczowego kakao w proszku
  - 1/4 szklanki miodu
  - 3 łyżki śmietany
  - 2 łyżki płatków owsianych
- 

### **Sposób przygotowania:**

Wymieszaj wszystkie składniki w miseczce na kremową pastę.

### **Jak stosować:**

Nakładać na oczyszczoną skórę twarzy. Zmyć po 15 minutach.

## **Oczyszczająca maseczka z miodu**

### **Składniki:**

- 1 łyżka miodu
- ½ łyżeczki soku z cytryny
- 2 łyżeczki zmielonych migdałów



### **Sposób przygotowania:**

Dokładnie wymieszaj wszystkie składniki w miseczce.

### **Jak stosować:**

Maseczkę наносimy na oczyszczoną skórę twarzy i trzymamy 5 minut.

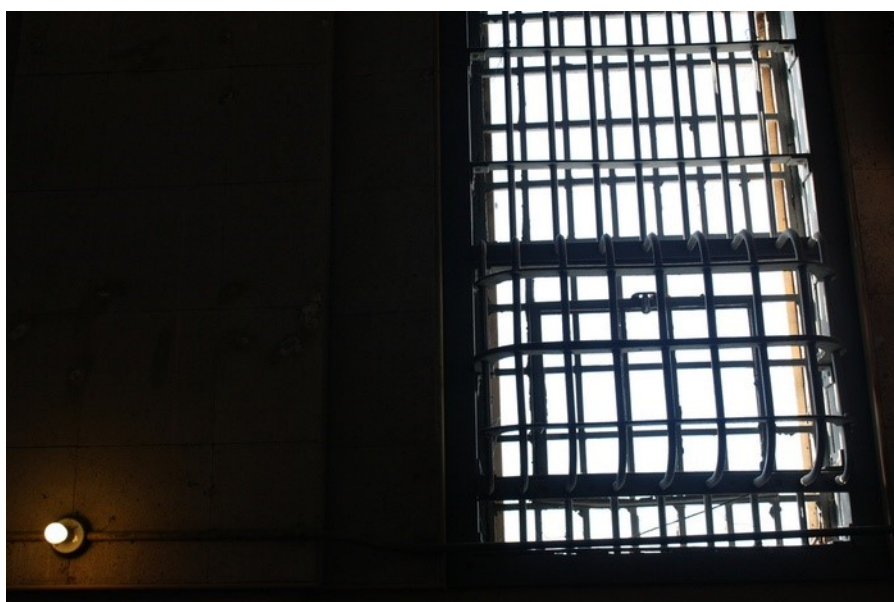




# ORANGE IS THE NEW BLACK

Czy można opowiedzieć o żeńskim więzieniu bez sentymentalizmu, nie popadając jednocześnie w cynizm? „Orange Is the New Black” to odważna próba spojrzenia na trudne tematy – takie jak patologie systemu penitencjarnego – z nowej perspektywy. Świeżość tego serialu ma swoje źródło w polifonicznej narracji.

Przewodnikiem po zakładzie karnym w Litchfield jest Piper Chapman (Taylor Schilling), skazana na 15 miesięcy za przewożenie pieniędzy pochodzących ze sprzedaży narkotyków. Reprezentuje ona świat uprzywilejowanych białych Amerykanów. Jednak głównym „bohaterem” jest tak naprawdę samo więzienie oraz jego zróżnicowana struktura społeczna. Ten fakt scenarzyści początkowo sprytnie zakamuflowali przed widzami. W pierwszych kilku odcinkach Chapman wydaje się protagonistką „Orange Is The New Black” (serial stanowi adaptację pamiętników dziennikarki Piper Kerman dotyczących jej więziennych doświadczeń), lecz z czasem staje się tylko jedną z wielu barwnych postaci, które stopniowo odsłania przed nami Litchfield: więźniarek, strażników oraz pracowników administracji więziennej. Twórcy serialu wykorzystali historię Piper jako przynętę, za pomocą której wciągają widzów do nieznanego im świata. Podążając za oswojonym i bezpiecznym punktem widzenia jednej bohaterki, odbiorcy zyskali dodatkowo cały szereg nowych perspektyw.



# Dział gier

**FIFA 16** - kolejna odsłona corocznego symulatora piłkarskiego.

W tej edycji dodano wiele nowych ulepszeń. Jednym z nich jest dodanie kobiecych reprezentacji, a także wprowadzenie kilku zmian do trybu Ultimate Team, między innymi uproszczono tryb tworzenia drużyny. W tym wydaniu kanadyjski koncern EA dodał również 25 nowych opcji związanych z poruszaniem się. Premiera w Polsce – 24 września.



# Dział sprzętowy

**Firma Intel** - na początku sierpnia zaprezentowała odblokowane procesory **Skylake** przeznaczone dla entuzjastów - modele **Core i5-6600K** oraz **i7-6700K** w cenie do 1600zł.

Dla większości użytkowników jest to ogromna cena. Jedynym sensownym pomysłem jest więc oczekiwanie na zablokowaną wersję tych jednostek. Przewidywana data premiery to 27 września tego roku.

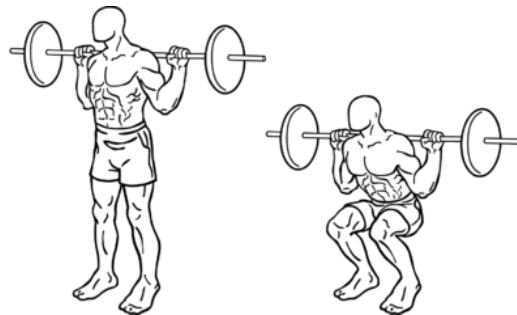


**Firma Radeon** niedawno wypuściła na rynek swój topowy model – był nim **Radeon R9 Nano** wyposażony w rdzeń **Fiji** wraz z najnowszymi pamięciami **HBM**. Karta graficzna choć jest piekielnie małych rozmiarów (bo to zaledwie 15 centymetrów) posiada potężną moc – porównywalną do topowych modeli Nvidii. Minusem tej karty graficznej jest jej cena która wynosi nie mniej niż 2900 – 3000 zł, oraz temperatura - która może dochodzić do 80°C w „stresie” ze względu na małe rozmiary chłodzenia karty graficznej.

# *Siłownia też jest dla kobiet*

Ile razy słyszałyście po co idziesz na tą siłownię? to nie jest dla ciebie to miejsce dla facetów, a to nie prawda. Każda dziewczyna ma jakąś pasję i to jest właśnie ten czas kiedy możemy szukać swoich pasji i celi w życiu. Jedna woli czytać książki, druga wyjść ze znajomymi, a jeszcze inna iść na siłownię i trochę poćwiczyć. W głowach ludzi panuje jeszcze stereotyp że to facet może chodzić na siłownię, że gdy dziewczyna zaczyta podnosić ciężary będzie wyglądała jak chłop. A to jest jedna wielka nie prawda. Dajmy taką Lewandowska lub Chodakowska są to kobiety sukcesu które mają w sobie bardzo dużo seksapilu. Ktoś może powiedzieć ale ma mięśnie ale to jest to co ją uszczęśliwia i niech każdy zajmie się swoim życiem a nie ocenianiem innych. Więc polecam każdej dziewczynie żeby się nie przejmowała głupim gadaniem innych ludzi że to nie jest miejsce dla dziewczyn tylko żeby zaczęła ćwiczyć jeśli to jest może to co pokocha, a może i nie. Ale warto się przekonać o tym samemu. Co każde wydanie chciała bym wam dawać choć dwa fajne ćwiczenia które kształtują sylwetkę i nie są tylko dla chłopaków.

1. Przysiady ze sztangą- kształtują nie tylko pośladki i nogi, ale i całe ciało. Ale uwaga ważna jest właściwe wykonywanie ponieważ można sobie zrobić dużą krzywdę



2. Martwy ciąg-to ćwiczenie wymaga idealnego skupienia, i idealnej techniki ale działa cuda na nasze ciało. Ale tak ja ówczesne ćwiczenie jest niebezpieczne gdy jest wykonywane nie poprawnie.



Jak widzicie nawet sztanga może zostać najlepszym przyjacielem dziewczyny na siłowni.



# Co mówi o tobie twój znak zodiaku?

## **BARAN**

Baran jest życiowym entuzjastą. Wszystko, co robi, to robi z zapałem i wiarą w to, że zamierzenia muszą się udać. Czasami jednak popada w zwątpienie i wtedy na jakiś czas odkłada swoje plany. Kocha wolność w każdej dziedzinie życia i nienawidzi jakichkolwiek ograniczeń.

## **BLIŹNIĘTA**

Podstawową cechą Bliźniąt jest ich dwojaka natura. Dlatego też bardzo często zachowują się w typowy dla nich sposób: chce, ale się boi. Ta dwoistość odbija się również w wielu innych aspektach życia. Bliźnięta są domatorem z wielkim zamiłowaniem do dalszych i bliższych podróży.

## **BYK**

Urodzeni pod znakiem Byka, to ludzie bardzo silni tak pod względem psychicznym, jak i fizycznym. To prawda, że czasami mają zachwiania i załamania, ale to tylko wzmacnia ich siłę. Są typowym przykładem dla powiedzenia: „co mnie nie zabije, to mnie wzmocni”.

## **KOZIOROŻEC**

Ambicja jest podstawową cechą każdego Koziorożca. Wszystko jest dobrze, gdy ta ambicja jest zamknięta w określonych ramach i nie wykracza poza nie. Gorzej jest wtedy, gdy następuje przerost ambicji. Wówczas ludzie urodzeni pod tym znakiem są skłonni do kroczenia przed siebie za wszelką cenę, choćby po trupach.

## **LEW**

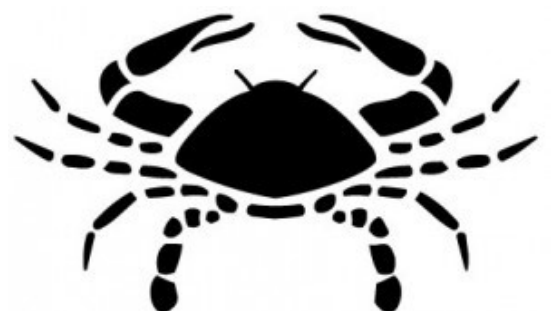
Ludzie urodzeni pod tym znakiem Zodiaku są obdarzeni wielką siłą wewnętrzną i niespożytą energią. Bardzo rzadko załamują się, gdy coś im nie wychodzi. Zamiast przeżywać z tego powodu duchowe rozterki - albo działają, albo odpuszczają nie przejmując się konsekwencjami.

## **PANNA**

Panna to zawzięta intelektualistka o duszy filozofa. Każdy aspekt życia rozkłada na czynniki pierwsze i zastanawia się dlaczego tak się dzieje, a nie akurat inaczej. Przez ludzi często postrzegana jest jako dziwaczka, nieco zakręcona i postrzelona. Są też tacy, którzy wyrażają się o niej jeszcze dobitniej i mówią - wariatka!

## **RAK**

Najważniejszym mottem życiowym dla Raka jest: „co jest twoje, to może być także moje, ale to co moje, to nie wolno ci tego ruszyć”. Rak prędzej da sobie odciąć szcypce niż oddać to, co raz zdobył. Jest nieustępliwy i waleczny, a jednocześnie bardzo konsekwentny w działaniach.



## **RYBY**

Uczucia ludzi urodzonych pod znakiem Ryb są subtelne, delikatne i głębokie. Jednocześnie bardzo rzadko uzewnętrzniane. Wynika to z faktu, że Ryby boją się złych ludzi, a że z natury nie ufają nikomu, to boją się wszystkich. Wolą nie mieć przyjaciół niż zawieść się na kimś, komu zaufali.

## **SKORPION**

Ten znak i ludzie urodzeni, gdy Zodiak jest w znaku Skorpiona wywierają duży wpływ na otoczenie. Wśród Skorpionów było wielu wielkich władców, przywódców, generałów i innych, którzy prowadzili wielkie ludzkie zbiorowości. Nie jest wiadome dlaczego Skorpion wywiera tak wielki wpływ na innych ludzi skoro robi w życiu całą masę błędów.

## **STRZELEC**

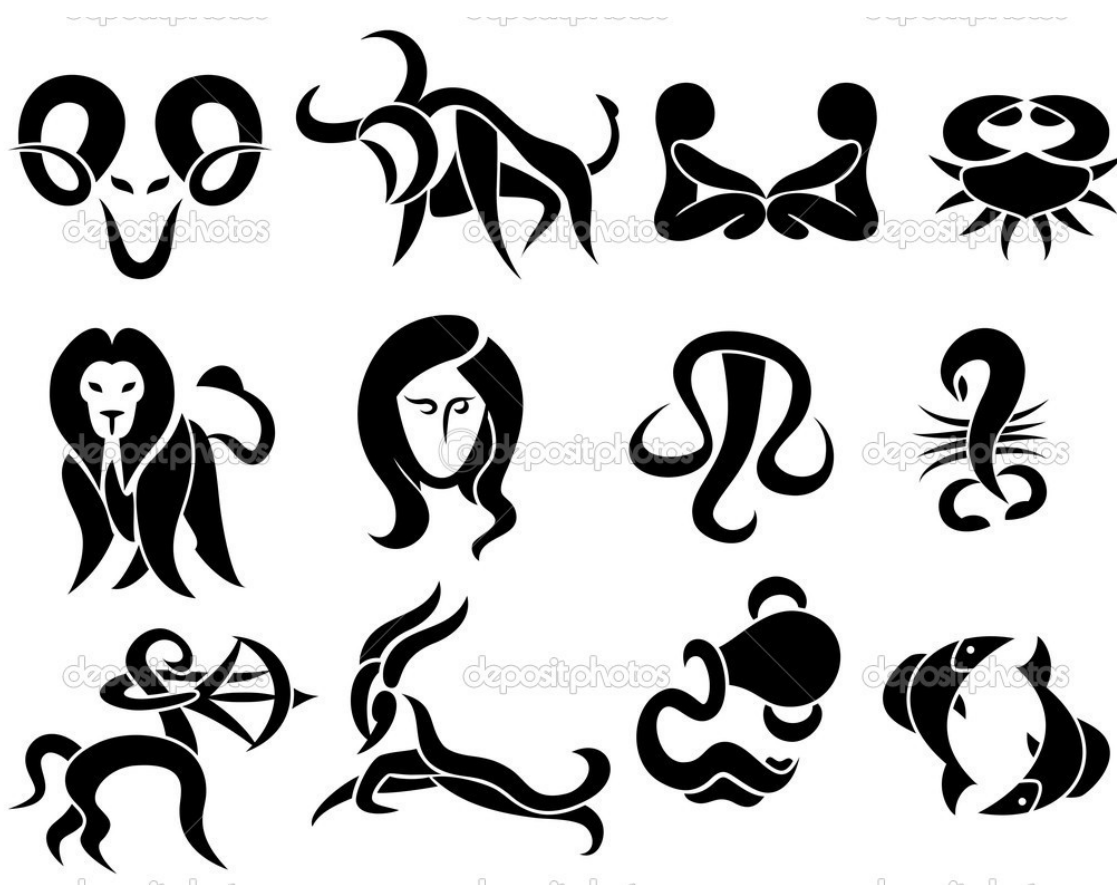
Strzelec cechuje się wielką pewnością siebie. Nie zawsze ma ku temu powody, a jednak nigdy nie traci wiary we własną osobę. Takie postrzeganie pozwala mu być człowiekiem szczęśliwym, ale jednocześnie odbija się to na innych ludziach. Spowodowane jest to nadmierną szczerością jaką prezentuje zawsze i wszędzie.

## **WODNIK**

Ludzie, którzy urodzili się w znaku Wodnika należą do najbardziej wątpiących, a jednocześnie mają bardzo silny pęd do odszukania prawdy. Poszukują jej dzięki wrodzonej intuicji, subtelności i ostrożności w podejmowaniu jakichkolwiek eksperymentów. Aby dociec prawdy poszukują doświadczeń innych ludzi.

## **WAGA**

Osoby urodzone pod znakiem Wagi, to bardzo bystrzy obserwatorzy, którzy umieją oceniać zachowanie, postępowanie, a nawet kontekst wypowiedzanych słów przez bliźnich. Bardzo trudno ich oszukać, wyprowadzić w pole i osiągnąć szczyty powodzenia wspinając się po ich plecach.





# Kilka słów o uchodźcach

Imigracyjny kryzys w Europie drukuj 05 września 2015, 8:35 Uchodźcy z Syrii. Dlaczego właśnie teraz jest ich w UE tak wielu Foto: PAP/EPA Większość uchodźców, którzy trafiają do UE, stanowią Syryjczycy Wojna domowa w Syrii toczy się już od czterech lat, jednak Europa dopiero teraz zdaje się dostrzegać skalę cierpienia, jakie niesie ze sobą ten konflikt. Wśród uchodźców, którzy codziennie napływają do UE, większość stanowią bowiem Syryjczycy. Dlaczego właśnie teraz do Europy trafiła ich tak wielu? - pyta "The Guardian".

Zgodnie z danymi wysokiego komisarza Narodów Zjednoczonych ds. uchodźców, w 2015 r. przez Morze Śródziemne przedostało się co najmniej 322 500 uchodźców, w tym 204 954 do Grecji i około 115 000 do Włoch. Rośnie również liczba uchodźców i imigrantów przybywających na greckie wyspy na Morzu Egejskim, a stamtąd przedostających się dalej przez Bałkany Zachodnie i Węgry do zachodnich i północnych krajów Europy. Większość uchodźców stanowią Syryjczycy. Dlaczego właśnie teraz tak wiele osób zdecydowało się przedostać do Europy?

1. Sytuacja w Syrii się nie poprawia Krwawa wojna domowa w tym kraju trwa już czwarty rok, a rosnąca siła Państwa Islamskiego sprawia, że sytuacja tylko się pogarsza. Zgodnie z danymi UNHCR, w konflikcie życie straciło 230 tys. osób, a ponad 11 mln Syryjczyków opuściło swoje domy. Większość z nich to uchodźcy wewnętrzni, jednak ponad 4 mln osób zdecydowało się wyjechać z kraju.

2. Sąsiedzi nie mogą już bardziej pomóc W ciągu ostatnich czterech lat wielu Syryjczyków znalazło schronienie w państwach sąsiednich: Turcji, Libanie i Jordanii. Niemal dwa miliony syryjskich uchodźców przyjęła Turcja, która jednak ledwo daje sobie radę z tym zadaniem. Warunki, w których żyją Syryjczycy w Turcji, nie są łatwe. Nie mogą legalnie podjąć pracy, a kłopoty polityczne AKP, partii sprzyjającej pomocy uchodźcom z Syrii sprawiają, że niepewność jutra wzrasta. Ogromny ciężar spoczywa na barkach Libanu, którego władze wielokrotnie zwracały się do społeczności międzynarodowej o pomoc finansową, która pozwoliłaby poprawić warunki życia syryjskich uchodźców. W związku z ciężką sytuacją, na początku roku zdecydowano się wprowadzić restrykcje, które miały zahamować napływ nowych uchodźców. Na brak środków finansowych, które pozwoliłyby zapewnić Syryjczykom pomoc bliżej ojczyzny skarży się także UNHCR. Wszystko to sprawia, że uchodźcy ruszają w dalszą drogę, by zawalczyć o lepsze życie.

3. Zaoszczędzili na podróż przeprowa do Europy nie jest tania. Jak wylicza "Guardian", w zależności od tego, z "pomocy" ilu przemytników korzysta się przy organizacji podróży, aby dostać się do Niemiec, trzeba wydać ok. 3 tys. dolarów. Zdobyć takiej kwoty to dla wielu osób duży wysiłek i być może część tych, którzy zdecydowali się podjąć podróż właśnie teraz, ma za sobą lata oszczędzania.

4. Wieści o nowej trasie i internet Uchodźcy i imigranci od dawna wykorzystywali bałkański szlak, by dostać się do krajów UE. Rzadko decydowali się na to jednak Syryjczycy. Sytuacja zmieniła się dopiero zeszłego lata. Wieści o nowym sposobie przedostania się do UE szybko się rozeszły. Znalezienie informacji na temat organizacji podróży do Europy, możliwych tras i sposobów dostania się do UE jest niezwykle łatwe dzięki mediom społecznościowym.

5. Paraliż UE Napływ syryjskich uchodźców nie doprowadziłby zapewne do kryzysu o takiej skali, gdyby UE - zgodnie z zapowiedziami - wcześniej przygotowała konkretne rozwiązania. Tymczasem informacje o kolejnych "rekordowych" miesiącach, w których liczba uchodźców była większa niż w latach ubiegłych, spotykały się najwyżej z ogólnikowymi deklaracjami, które z praktycznymi rozwiązaniami miały niewiele wspólnego.





# Przegląd kalendarza, czyli święta o których nie miałeś zielonego pojęcia :)

Przyszedł wrzesień, a co za tym idzie wszyscy znowu kroczymy pomiędzy ścianami naszej szkoły. Widząc się nawzajem, rozmawiamy ze znajomymi, walczymy o dobre oceny, stresujemy się przed licznymi sprawdzianami, kartkówkami. Te wszystkie emocje towarzyszą nam już teraz niemal codziennie.

## PAŹDZIERNIK

**1 października** - Międzynarodowy Dzień Muzyki; Międzynarodowy Dzień Lekarza; Międzynarodowy Dzień Ludzi Starszych; Światowy Dzień Wegetarianizmu

**2 października** - Europejski Dzień Ptaków; Międzynarodowy Dzień Bez Przemocy; Światowy Dzień Zwierząt Hodowlanych

**4 października** - Światowy Dzień Dobroci Dla Zwierząt, szanujmy swoich pupilów! dotyczy każdego człowieka. Odstawcie swoje kompleksy na bok, cieszcie się życiem!

**5 października** - Światowy Dzień Nauczyciela; Wszystkiego dobrego wszystkim profesorom!

**6 października** - Światowy Dzień Mieszkalnictwa

**9 października** - Światowy Dzień Poczty



**10 października** - Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego

**12 października** - Światowy Dzień Chorób Reumatycznych

**14 października** - Dzień Nauczyciela (Dzień Edukacji Narodowej); Dzień Normalizacji; Międzynarodowy Dzień Zmniejszania Skutków Klęsk Żywiolowych

**15 października** - Międzynarodowy Dzień Kobiet Wiejskich; Światowy Dzień Mycia Rąk; Międzynarodowy Dzień Niewidomych; Dzień Dziecka Utraconego.

**16 października** - Dzień Papieża Jana Pawła II, nie zapominajmy o Nim ; Światowy Dzień Żywności, pamiętajmy – najpierw masa! :)

**17 października** - Dzień Walki z Rakiem Międzynarodowy; Dzień Walki z Ubóstwem

**18 października** - Dzień Poczty Polskiej; Dzień Łączności; Światowy Dzień Menopauzy i Andropauzy; Światowy Dzień Monitorowania Wody

**19 października** – Dzień Ratownika

**22 października** – Światowy Dzień Osób Jąkających

**24 października** - Dzień Organizacji Narodów Zjednoczonych; Światowy Dzień Informacji Na Temat Rozwoju

**25 października** – Zmiana z czasu letniego na zimowy; przestawcie budziki! J

**31 października** – Światowy Dzień Oszczędności



# CO TO JEST DEPRESJA I CZYM JEST WYWOŁANA?

Depresja to poważna i ciężka choroba, która wpływa na nasze zdrowie jak inne choroby, choć objawia się w inny sposób. Znacznie wpływa ona na życie rodzinne i zawodowe wielu ludzi. Można jednak z nią walczyć, choć wymaga to czasu i zmiany wielu nawyków. Depresja to choroba, która należy do zaburzeń psychicznych z dominującym objawem subiektywnie odczuwanego obniżenia nastroju, wywołane np. trudną sytuacją w domu, złą relacją z osobą, na której nam zależy.

## JAKIE SĄ RODZAJE DEPRESJI?

1. Depresja epizodyczna- (najczęstsza) trwa krócej niż dwa lata, a jej początek wiąże się z istotnym doświadczeniem.
2. Depresja przewlekła- trwa dłużej niż 2 lata z możliwymi okresami bezobjawowymi, które nie trwały maksymalnie do 2 miesięcy.

## JAKIE OBJAWY NIESIE ZA SOBA?

- a) problemy z koncentracją
- b) zaburzenia snu
- c) obniżenie apetytu lub też jego brak
- d) migreny lub bóle innych części ciała

W wyniku depresji spada także nasza odporność, co może spowodować częstsze niż zwykle zachorowania na przeziębienia lub grypę. Warto pamiętać, że nasz układ odpornościowy pracuje i chroni nas każdego dnia, podczas gdy my nie zdajemy sobie z tego sprawy. Dlatego podczas depresji stajemy się podatni na każde ataki drobnoustrojów. Grzybice, zarażenia wirusowe lub bakteryjne mogą występować często.



## JAK LECZYĆ DEPRESJĘ?

Leczenia depresji nie możemy zacząć „biorąc się w garść”. Leczeniem powinien zająć się lekarz psychiatra. Jeżeli jednak zdarzy nam się rozmawiać z osobami, u których doszło do tej choroby, zaleca się unikanie stwierdzeń typu „wszystko będzie dobrze”. Nie pomagają one w żaden sposób, a każdy kto był choć raz smutny słyszał te zdanie setki razy. Zamiast tego powinniśmy uważnie słuchać osoby, nie bagatelizować jego narzekań, a także unikać surowych ocen. Zaleca się, aby w rozmowach z taką osobą zachęcać ją do podejmowania działań, które sprawiały jej niegdyś przyjemność. Depresję leczy się powoli! Efektów nie będziemy widzieli z dnia na dzień. Nawet przy podawaniu leków są one widoczne dopiero po 2 tygodniach. Depresja to jedna z chorób cywilizacyjnych. Nie warto jej lekceważyć, podobnie jak pozostałych chorób.

# Pomarańczowe muffinki

## Składniki:

- 250 g mąki orkiszowej (biała i/lub pełnoziarnista)
- 25 g mielonych migdałów
- 1/2 łyżeczki sody oczyszczonej
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- 75g cukru
- skórka z jednej pomarańczy
- 100 ml świeżo wyciśniętego soku pomarańczowego
- 100 ml pełnotłustego mleka
- 1 jajko
- 3/4 tabliczki czekolady 85% kakao



## Przygotowanie:

Masło rozpuszczamy i odstawiamy do wystudzenia.

W dużej misce mieszamy mąkę, zmielone migdały, sodę, proszek do pieczenia, cukier i skórkę pomarańczową.

W innym naczyniu mieszamy sok, mleko, jajko, ostudzone masło.

Płynne składniki dodajemy do suchych, delikatnie mieszając widelcem, tylko do połączenia składników.

Ciasto będzie grudkowate, ale takie właśnie ma być. Wszystko ma zostać ledwo, ledwo wymieszane.

Nakładamy ciasto do papilotek, do 3/4 wysokości i wtykamy pokrojoną w kostkę czekoladę.

Pieczemy w piekarniku nagrzanym do 190 stopni przez ok. 22 minuty.

**Smacznego! :)**

# Gasai Yuno - świetna postać, świetne anime

Różowe włosy, oczy tego samego koloru, przeważnie uśmiechnięta, tryskająca energią i przesłodka. Ale czy na pewno? Czy dopiero do od momentu w którym sięga za nóż?

ACHTUNG! Dwie sprawy: po pierwsze z oczywistych względów w tekście mogą znaleźć się spoilery bo bez nich raczej mało możliwe staje się opisanie postaci. Po drugie: pozostawiam do waszej interpretacji czy ten tekst jest pisany do samego końca na poważnie ^^.

Czy przepiękna dziewczyna wręcz tryskająca pozytywną energią może mieć swoją ciemną stronę? Chyba każdy kto miał do czynienia z jakąkolwiek kobietą wie, iż tak, to wielce prawdopodobne. Jednak rzadko jest ona tak hardkorowa jak tutaj. Bo chyba nie każda przedstawicielka płci pięknej przed pójściem do domu chłopaka zabezpiecza się ostrymi narzędziami na wypadek pójścia czegoś nie po jej myśli? Chociaż co ja tam wiem. Ważne, że panienkę poznajemy już w pierwszym odcinku Mirai Nikki i prosto z mostu dociera do nas krótka wiadomość: lubi ona protagonistę serii, czyli bijącego rekordy wkurzalności Amano Yukiteru. Chociaż powiedzieć, że Yuno go lubi to trochę jak powiedzieć, iż Sandler chętnie uczestniczy w idiotycznych kome-diach. Łapiecie?

Ale wracając do tematu przewodniego, co jeszcze wiemy o różowowłosej piękności oprócz posiadania alter ego i podkochiwania się w głównym bohaterze? Na jaw szybko wychodzi fakt jej szaleństwa gdyż kochać to jedno, a zdzielić dla ukochanego drugą osobę tasakiem to już trochę inna historia. Z drugiej strony trudno ukryć fakt, że o ile w swojej wesolutkiej i rozkosznej (w niektórych momentach wręcz podchodzącej pod moe) wersji bohaterka jest świetna o tyle jej psychopatyczna wersja jest najbardziej sexy. Zwłaszcza, iż nawet zabijanie zdaje się nie potrafić zdjąć uśmiechu z jej ślicznej buzi. Taki stan rzeczy też ma swoją przyczynę: pannica nie miała w życiu łatwo i to właśnie ciężkie życiowe doświadczenia zrobiły z niej groźną osobniczkę. Nieszczęśliwa miłość sprawiła tylko, że stała się yandere.

Co doprowadziło psychikę Yuno do opłakanego stanu? Słuchanie 1D? Dobra, spokojnie, aż tak źle nie było. Generalnie przybrana matka o imieniu Saika lubiła znęcać się nad córką. Może i nie dochodziło do rękoczynów, ale zamykanie w klatce też nie należy do najprzyjemniejszych rzeczy. Zwłaszcza gdy dostaje się przy tym mało jedzenia. Psychologiem nie jestem (może jedynie hobbystycznie) lecz iście więzienne warunki raczej dobrze nie wpływają na umysł czternastolatki.

Jej Pamiętnik Przyszłości (czyli kluczowy przedmiot, którego używają bohaterowie serii) to Pamiętnik Miłosny. Ma on bardzo ciekawą umiejętność. Przewiduje przyszłe wydarzenia związane z ukochanym Yuno czyli Amano. Dzięki temu ta przeważnie wie co musi robić aby uchronić go przed niechybną śmiercią z rąk innych uczestników gry (jak ktoś pomimo spoilerów postanowił przeczytać i nie wie o co chodzi, to zachęcam do zapoznania się z seria!). Sprytne rozwiązanie nieprawdaż? Dodatkową zmyłką dla przeciwników może być już w sumie sam wygląd dziewczyny: jest młoda, piękna, niewinna, niezbyt wysoka (żeby nie rzec niska, liczy sobie około 160 cm wzrostu) i ogółem nic nie wskazuje na to, że potrafi zamienić się w niebezpieczną maszynę do zabijania. A taką dla ukochanego staje się dosłownie w sekundę, kiedy wymaga tego sytuacja. W końcu jak już pisałem Yuno to yandere do kwadratu. Tylko bardziej. Stała się nawet w sumie symbolem tej osobowości.

W sumie jeśli miałbym pod groźbą śmierci zgadywać dlaczego padło akurat na Yukiteru pewnie szybko zakończyłbym swój żywot, bo jest on tak fajtłapowaty, rozhistryzowany i ogólnie wkurzający nieporadnością jak tylko można. Z tego co możemy dowiedzieć się z serialu (i równie dobrej mangi) bohater dawno temu, w ramach zadania robionego na lekcji, za sprawą manipulacji Yuno obiecał jej, że kiedyś się pobiorą. Żeby dodać całości większego dramatyzmu (dam, dam, dam!) panienska wzięła to sobie porządnie do serca i w swoim niezbyt szczęśliwym życiu, uznała za iskierkę nadziei na lepsze jutro. Tak zatem nie ma też problemu z wyeliminowaniem każdego kto mógłby jej w jakikolwiek sposób zagrozić, to znaczy jej planom. Chociaż i one nie są tak oczywiste jak mogłoby się wydawać...

Na koniec to co mi się w niej podobało. W sumie odpowiem, jak to się mówi, na chłopski rozum: ta dziewczyna jest pierwiastkiem dla którego albo się Mirai Nikki lubi albo nie. A Yuno jest po prostu idealną waifu: wepcha się w kolejkę po mangę, wywalczy rabat w Empiku i pozwoli się pogłaskać po różowowłosej głowce. Do tego tak idealnie dopasowany głos, który bohaterce podkłada Tomosa Murata. Czego więcej chcieć?

# Dżotki i betony

**Co mówi wkurzony ogrodnik do kolegi, który go zdenerwował?**

Przesadziłeś.

**Jak się nazywa tyczka w kosmosie?**

Kosmetyczka.



**Co leci w kinie w Sosnowcu?**

Tynk ze ściany.

**Rozmawiają dwie blondynki:**

- Zdawałam wczoraj test IQ.
- Ojej, i co dostałaś?
- Piątkę!

**Przychodzi baba w ciąży do lekarza:**

- Co pani tu robi?
- A tak sobie zaszłam.
- Jasiu, dlaczego twój kot nie ma ogona?
- Bo jest głuchy.
- Jak to?
- Leżał na trawniku i nie słyszał kosiarki.

**- Jasiu, ale masz krzywe nóżki! Masz tak od małego?**

- Nie, od kolan.





# Pozdrowienia:

- Pozdrowienia dla Pameli K. z I LOB od wielbiciela z I LOa <3
- Pozdrowienia i całusy dla Pawła Karczewskiego ;D ~ A.K
- Pozdrowienia dla Adama S. od grona wiernych przyjaciół z klasztoru
- Pozdrowienia dla Oposa i Kozaka od I LOa
- Pozdrowienia dla Pani Bindugi-Wieczorek
- Pozdrowienia dla Klemensa ze Stilo
- Pozdrowienia dla Artsiego
- Pozdro 600 dla Kryspina
- Pozdrowienia dla wolontariatu szkolnego od księdza Kryspina
- Pozdrowienia dla całego dołka
- Pozdrawiam serdecznie buziaczki
- Pozdrowienia dla Mateusza z I LOa od Tylki
- Pozdrowienia dla Amandy od wielbiciela <3 :\*
- Pozdrowienia dla mamy



## **Stopka redakcyjna**

### **Dział techniczny:**

Damian Ladra ITI

Piotr Bartoszewicz ILOa

Denis Nogalski ILOb

Jakub Nawolski ILOa

### **Redaktor naczelny:**

Cyprian Sobolewski IIILOa

### **Z-ca red. Naczelnego:**

Denis Nogalski ILOb

### **Sekretarz:**

Jakub Nawolski ILOa

### **Opiekun:**

Pani Marta Szafkowska

### **Redaktorzy:**

Maciej Zatorski ITI

Mateusz Durlak ITI

Robert Zima ITI

Amanda Majewska ILOA

Alicja Fatyga ILOA

Paulina Brożek ILOA

Paulina Stanisławek I LOB

Maja Pfeifer ILOB

Ania Sierant ILOB

Klaudia Jastrzębska ILOB

Monika Kwiaton ILOB

Wiktoria Egier ILOB

Natalia Gimińska ILOB

Aleksandra Motyka ILOB

Wiktoria Bednarczyk ILOB

Weronika Wasiak ILOB

Roksana Szmiel ILOB

Katarzyna Lewandowska ILOB

Jakub Smoleń ILOB

Julita Podsiedzi ILOA

Magdalena Bunda ILOA

Katarzyna Szczerba ILOA

Małgorzata Strzemecka ILOA

Magdalena Olszacka ILOA

Rafał Kamiński ILOA

Izabela Heyser ILOA

Mateusz Szklarz ILOA

Cyprian Sobolewski IIILOA

### **Zarząd gazetki:**

Mateusz Szklarz IIILOa

Cyprian Sobolewski IIILOa

Jakub Nawolski ILOa

Denis Nogalski ILOb

Piotr Bartoszewicz ILOa

MAILE NA ADRES:

sqlpress@gmail.com