GŁOS DZIENNIK POMORZA junior

gimnazjak
Miesięcznik Gimnazjum Publicznego im. A.Fiedlera w Dębnie

Gimnazjum Publiczne im.
Arkadego Fiedlera
Jana Pawła II 1
74-400, Dębno

Numer 15 04/15

WWW.JUNIORMEDIA.PL

ORGANIZATOR PROJEKTU POLSKA PRESS GRUPA

PARTNER Fundacja Orange

Jak w naszej szkole obchodziliśmy Pierwszy Dzień Wiosny?

A.K.

Dnia 20 marca 2015 roku, dzień przed rozpoczęciem kalendarzowej wiosny, w Gimnazjum Publicznym im. Arkadego Fiedlera w Dębnie rozpoczęto obchody tej pięknej pory roku.
Wcześniej gospodarze klas ustalili z opiekunem Samorządu Szkolnego (panią Jolantą Błażków), że uczniowie poszczególnych klas, którzy ubiorą się na kolorowo oraz namalują na sobie kwiatki, będą zwolnieni z odpowiedzi ustnych oraz niezapowiedzianych kartkówek. Jak co roku, pani Anna Kowalczyk zorganizowała także "Dzień ze zdrową żywnością". Każda klasa, która zgłosiła się do tego przedsięwzięcia, wybrała spośród siebie uczniów, którzy przygotują jakąś zdrową potrawę, przekąskę. ... Str. 2

A.K.

Bliżej historii

Dnia 13 marca 2015 roku w Bibliotece Publicznej Miasta i Gminy im. A. Dobrowolskiego w Dębnie odbyło się spotkanie z pracownikiem IPN, panią Magdaleną Dźwigał, pt. „Samodzielna Organizacja Podziemna – Dębno Lubuskie 1950-1951”.
Bohaterka spotkania opowiadała o konspiracyjnej organizacji młodzieżowej utworzonej w Liceum Ogólnokształcącym w Dębnie oraz jej działaczach i ich losach w latach 1950-51 – najgorszym okresie komunizmu. Młodzi ludzie buntowali się przeciwko Polsce zniewolonej stalinowskim terroryzmem, roznosząc ulotki i gazetki ukazujące prawdziwą historię Polski. Nie chcieli być niewolnikami. Pragnęli wolnego państwa. Szli na przekór terrorowi i represji, a potem siedzieli w więzieniach, bici, torturowani i poniewierani. Młodym licealistom nie dane było skończyć szkoły, czy kształcić się na studiach. Wysyłano ich do ciężkiej pracy.
Pani Magdalena Dźwigał mówiła o tym w sposób przejmujący, wzbudzający w słuchaczach wrażenia bólu i strachu, jakie przeżywali uczniowie LO w Dębnie.
Serdecznie zachęcam do przeczytania książki i zapoznania się z historią młodych ludzi, którzy żyjąc w atmosferze okrucieństwa zachowali ludzką godność, tożsamość narodową i patriotyzm.

Eliza Staniszewska

Program radiowy, który budzi dziesiątki osób

M.L.

N.S.

Wspominam jeden z moich programów radiowych, który (niestety) musiałem zakończyć z powodów prywatnych. Zatytułowany był „Herbata z Cytryną”. Moim pseudonimem jest „Lemon”, więc tytuł programu ładnie się komponował z moją ksywką. Program ten odbywał się w każdą niedzielę rano (od 9:00 do 11:00). Głównym tematem rozmowy były informacje na temat dzisiejszego dnia. Co jest zaplanowane na dzień dzisiejszy (wydarzenia/audycje)?
Przeważnie mojej audycji słuchało ok. 50-70 słuchaczy. Po pierwszej takiej audycji dostałem kilka e-maili z pozytywną opinią na jej temat. Pisali, że miło jest posłuchać muzyki / radia jako porannego budzika. Muzyka była spokojna, lecz z energicznym rytmem. Z każdą godziną coraz więcej osób włączało stronę radiową z odtwarzaczem, aby posłuchać, co tam się dzieje o poranku w ich ulubionym radiu. Nie powiem... sprawiło mi to ogromną przyjemność, gdy czytałem wszystkie pozdrowienia oraz e-maile. Dostałem również zdjęcie telefonu, który ma nastawiony budzik na godzinę 8:45 i podpisany „Radio PYS – Herbata z Cytryną” (PYS – Radio Play Your Sound). Bardzo żałuję, że nie mogę już grać tak wcześnie, ale mam nadzieję, że już od maja będę mógł powrócić na antenę.

Mateusz Lendzion

Wywiady Gimnazjaka

Recytacja oraz profilaktyka bystrym okiem Wiki

Niecodziennie trafia się okazja przeprowadzenia rozmowy z tak utalentowaną osobą jak Wiktoria Jelińska. Do mnie szczęście uśmiechnęło się 28 stycznia 2015 roku. Rozmawiałyśmy o konkursach recytatorskich oraz spektaklach profilaktycznych.

Joanna Jokiel: ***Kiedy po raz pierwszy wzięłaś udział w organizowanym przez Dębnowski Ośrodek Kultury konkursie recytatorskim „Liść Dębu"?***

Wiktoria Jelińska: Byłam wtedy w drugiej klasie podstawówki. Recytowałam wiersz pt. „Żuraw i Czapla" autorstwa Jana Brzechwy, co nie było dobrym wyborem. Nagrodzono mnie wyróżnieniem.

J.J.: ***Udział w tym wydarzeniu był wyłącznie twoją decyzją, czy ktoś Cię do tego zachęcił?***

W.J.: Pamiętam, że tato kazał mi wziąć w nim udział, gdyż ja nie bardzo tego chciałam. Zmusił mnie również do recytacji bardzo długiego utworu.

J.J.: ***Dla kogo został przeznaczony turniej „Liść Dębu"?***

W.J.: Przeznaczono go dla całej rodziny; dla starszych, jak również tych najmłodszych. Konkurs pokazuje, że umiejętność „sprzedania" na scenie samego siebie jest wspaniałą rzeczą. Nawet, jeśli się pomylisz, to i tak odniosłeś sukces, ponieważ wykazałeś się ogromną odwagą.

J.J.: ***Co wolisz recytować – prozę czy wiersze?***

W.J.: O wiele bardziej lubię prozę, ponieważ wiersze są dla mnie trudne, przez co czasem źle je interpretuję. Natomiast proza jest bardziej przejrzysta i łatwiej się z nią utożsamiam.

J.J.: ***Jaka atmosfera panuje podczas konkursów recytatorskich?***

W.J.: Bardzo przyjazna. Tam możesz mówić i nikt Ci nie przerwie. Masz możliwość opowiadania o wszystkim, co tylko zechcesz. Uczestnicy poruszają zarówno poważne sprawy, jak i te mniej istotne.

J.J.: ***Komu polecasz udział w turniejach recytatorskich? Dlaczego?***

W.J.: Osobom, które lubią sztukę, teatr, lecz boją się wystąpień publicznych. Takie konkursy pomagają przezwyciężyć strach, oswajają ze sceną oraz publicznością.

J.J.: ***Jakie rady, przestrogi, chciałabyś przekazać uczestnikom kolejnych edycji konkursu?***

W.J.: Nie wolno używać nieuzasadnionych gestów. Żadnych spojrzeń w stopy czy w sufit, zawsze patrzymy widzom prosto w oczy. Nie okazujemy strachu, opowiadamy jak przyjacielowi. Oto cała filozofia.

J.J.: ***Opowiedz o pracy nad scenariuszem spektaklu profilaktycznego.***

W.J.: Na początku nie szło mi za dobrze, ale jednak się udało, jak można to było zobaczyć na przeglądzie. Bardzo pomogła mi konsultacja z panem Anatolem Wierzchowskim. To właśnie on zasugerował zmiany, które urozmaiciły spektakl.

J.J.: ***Czego dowiedziałaś się o sobie samej podczas pracy nad spektaklem?***

W.J.: Uświadomiłam sobie, jak trudno mi dotrzymać terminu oraz że nie potrafię robić czegoś, co nie sprawia mi przyjemności. Utwierdziłam się również w przekonaniu, że jeżeli bardzo chcę coś osiągnąć, to dam z siebie wszystko.

J.J.: ***Dlaczego gimnazjaliści nie lubią występować przed swoimi rówieśnikami?***

W.J.: Rówieśnicy wzbudzają w nich strach. Gimnazjaliści śmieją się z rzeczy, które wcale nie są śmieszne. Nie potrafią wczuć się w sytuację aktorów grających na scenie. Nawet nie zdają sobie sprawy z tego, jak taka osoba się czuje.

J.J.: ***Jakie jest Twoje zdanie na temat współpracy z Klubem Abstynenta „Życie" w Dębnie?***

W.J.: Klub Abstynenta zawsze docenia naszą pracę i to jest satysfakcjonujące. Bardzo mi odpowiada te współpraca i w miarę możliwości chciałabym ją kontynuować.

J.J.: ***Komu chciałabyś pokazać spektakl własnego autorstwa?***

W.J.: Każdemu, kto go uważnie obejrzy i wysnuje wnioski. Nie chciałabym, aby widzem mojego przedstawienia została niedojrzała osoba, która co chwilę będzie wybuchać śmiechem.

J.J.: ***Co czujesz, kiedy oglądasz własną sztukę wystawianą na scenie?***

W.J.: Odczuwam ogromną dumę z tego, iż udało mi się stworzyć coś ciekawego oraz świeżego, aczkolwiek dostrzegam także jej mankamenty.

J.J.: ***Komu i za co chciałabyś podziękować?***

W.J.: Dziękuję pani Wiolettcie Rafałowicz za to, że zachęciła mnie do napisania scenariusza, panu Anatolowi Wierzchowskiemu, który udzielił mi wielu cennych wskazówek, i oczywiście, moim aktorkom, ponieważ bez nich to przedstawienie nie doszłoby do skutku.

J.J.: ***Jak przebiega realizacja projektu „Najwyższy stopień zagrożenia"?***

W.J.: Urzeczywistniłyśmy już sporą część projektu, pracujemy niczym mrówki. Jeśli dalej tak będzie, to projekt odniesie sukces.

J.J.: ***Jakie są twoje plany na przyszłość?***

W.J.: Marzę o pracy przy filmie, choć wolałabym tworzyć rzeczy, które sama wymyślę, a nie narzucone tematy, ponieważ nie dają mi one satysfakcji. Po ukończeniu liceum chciałabym kontynuować edukację w Łódzkiej Szkole Filmowej.

J.J.: ***W takim razie życzę powodzenia!***

W.J.: Nie dziękuję (śmiech).

Chciałabym gorąco podziękować Wiktorii za poświęcony mi czas.

Z Wiktorią Jelińską rozmawiała *Joanna Jokiel*

Jak obchodziliśmy w naszej szkole Pierwszy Dzień Wiosny?

(…) Każdy mógł udać się do świetlicy i tam za symboliczną złotówkę, spróbować tego, na co miał ochotę. Wybór był naprawdę duży. Uczniowie przygotowali: sałatki owocowe i warzywne, kolorowe kanapki, świeżo wyciskane soki, shaki, ciasteczka, a nawet naleśniki z owocami. Zebrane pieniądze będą przeznaczone na pokarm dla rybek.

Kolejnym punktem obchodów Dnia Wiosny był konkurs na projekt wiosennego stroju. Pomysły były różnorodne - zabawne, ciekawe, a niektóre niezwykle starannie obmyślone. Efekty pracy poszczególnych klas można było obejrzeć na pierwszym piętrze.

Dodatkową atrakcją w tym dniu było Zaćmienie Słońca. Dzięki specjalnym szkiełkom, które miało wielu nauczycieli i uczniów, mogliśmy obserwować to wspaniałe zjawisko.

Sądzę, że ci, którzy przyszli do szkoły, nie żałowali. Szkoda, że Dzień Wiosny jest tylko raz w roku...

Aleksandra Jelińska

Z kulturą na ty

Oryginalna lekcja sztuki

K.K.

Dnia 28 lutego 2015 roku uczennice Gimnazjum Publicznego im. Arkadego Fiedlera w Dębnie, uwieńczyły swoją wygraną na Gminnym Przeglądzie Spektakli Profilaktycznych wyjazdem do Szczecina na sztukę baletową pt. „Dzieje grzechu”. Wycieczka była formą nagrody dla młodych aktorek, Kasi Kazimierczuk, która fotografowała całe wydarzenie oraz Natalii Sabat – prowadzącej konkurs.

Wyjazd nastąpił o godzinie 16:30 spod Szkoły Podstawowej nr 3. Poczekaliśmy chwilę na wszystkie dziewczyny, po czym ruszyliśmy w drogę.

Choć do Szczecina jechaliśmy dobre półtorej godziny, żadnej z nas się nie nudziło. Jazda minęła pod znakiem rozmów, podjadania zakupionych słodyczy, a nawet śpiewania najnowszych przebojów radiowych. Nim się obejrzałyśmy, byliśmy już na miejscu.

Najpierw pani Wioletta Rafałowicz (instruktorka przedstawienia oraz opiekun wycieczki) poszła odebrać zarezerwowane bilety. Jako że do rozpoczęcia spektaklu mieliśmy jeszcze całą godzinę, postanowiliśmy udać się na spacer wzdłuż rzeki Odry. Jak się okazało, jest to miejsce idealne wręcz na… sesję zdjęciową!

Okazałyśmy się być równie dobrymi modelkami, jak i aktorkami. Po około 45 minutach udałyśmy się do opery, aby zostawić w szatni kurtki oraz zająć miejsca.

Punktualnie o godzinie 19:00 sztuka rozpoczęła się. Już po pierwszych minutach spostrzegłyśmy, że jest ona pełna metafor. Nie mogłyśmy brać wszystkiego dosłownie. Aby zrozumieć spektakl, musiałyśmy być nie lada skupione. Choć, szczerze mówiąc, ja i moje koleżanki nie wszystko dokładnie zrozumiałyśmy, spektakl bardzo nam się podobał. Byłyśmy pod wrażeniem tańca oraz ekspresji aktorów oraz tego, jak niewiele rekwizytów potrzeba, aby pokazać widzom konkretne miejsca, postaci, sytuacje.

Ten zrealizowany w technice tańca neoklasycznego spektakl baletowy, inspirowany jest filmem Waleriana Borowczyka oraz książką Stefana Żeromskiego o tym samym tytule. Oba te dzieła okrzyknięto jako skandal polskiej literatury oraz kina. Sztuka opowiada o historii kobiety osamotnionej w świecie mężczyzn, która pomimo trudnej sytuacji, w której się zalazła, potrafi o siebie zawalczyć i odbić się od przysłowiowego „dna”.

Z opery wyszłyśmy zadowolone, ale też … bardzo głodne. Zgodnie stwierdziłyśmy, że z chęcią „odwiedzimy” McDonald’s. Jak się okazało, miałyśmy wielkie szczęście. Gdy wszystkie złożyłyśmy już zamówienia, pani, która nas obsługiwała, powiedziała, że jesteśmy ostatnimi klientami, gdyż tego dnia restaurację zamykano szybciej. Najedzone do syta ruszyłyśmy w drogę powrotną.

W Dębnie byłyśmy kilka minut po godzinie 23. Radosne i pełne wigoru, pomimo późnej pory, rozstałyśmy się. Wszystkie zgodnie stwierdziłyśmy, że najlepsze są właśnie tego typu nagrody. Miło spędziłyśmy czas, a ponadto wiele się nauczyłyśmy. Bez wątpienia „Dzieje grzechu” zmotywowały nas do dalszej pracy przy naszym przedstawieniu pt. „Było… Minęło… Będzie?”.

Aleksandra Jelińska

K.K.

Czy warto spożywać napoje energetyzujące?

Pierwszy napój energetyzujący (,,Red Bull”) pojawił się w sprzedaży w 1987 roku w Austrii i nikt nie spodziewał się, że zmodyfikowana przez Mateschitz receptura napoju z Tajlandii stanie się tak popularna wśród konsumentów. W 1994 roku rozpoczęto sprzedaż tego napoju w Niemczech, w 1995 roku w Polsce, a w 1997 roku w USA. Dziś ,,Red Bull” sprzedawany jest w ponad 100 krajach całego świata.

Nie wszystkie kraje jednak zezwoliły na sprzedaż napojów energetyzujących na swoim terenie. Powodem tego były wysokie zawartości kofeiny i tauryny, które do dziś budzą kontrowersje, ze względu na ich wpływ na organizm człowieka. W wielu krajach istnieje całkowity zakaz sprzedaży napojów energetyzujących. W Norwegii, Danii i Islandii można je dostać wyłącznie w aptekach.

Napoje energetyzujące nie są dobrym źródłem energii, gdyż dostarczają 2-3% dziennego zapotrzebowania na kalorie, jedynie stymulują aktywność psychofizyczną. Niestety sprzedaż tych napojów w Polsce i na świecie bardzo szybko rośnie. W Polsce sprzedaż w latach 2006 - 2008 zwiększyła się 2,5 krotnie, co dało nam ósme miejsce w Europie pod względem spożycia.

Głównymi konsumentami napojów energetycznych są ludzie młodzi, czyli uczniowie i studenci między 15 - 25 rokiem życia oraz młodzi, intensywnie pracujący mieszkańcy dużych miast między 25 - 35 rokiem życia.

Większość napojów energetyzujących zawiera: cukier, regulatory kwasowości (kwas cytrynowy, cytrynian sodu), dwutlenek węgla, taurynę, kofeinę, niacynę, kwas pantotenowy, witaminę B_6, ryboflawinę, witaminę B_{12}. Niektóre, mniej popularne, zawierają również: inozytol, teotrombinę, ekstrakt z guarany, kwas askorbinowy, cholinę, synefrynę, wyciąg z żeń-szenia, beta-karoten, chrom, magnez, witaminę B_3, witaminę B_5, glicynę, L-argininę, L-karnitynę, wyciąg z ostrokrzewu paragwajskiego (yerba mate), wyciąg z cytryńca chińskiego, ekstrakt z ginkgo biloba, kwas gamma-amino masłowy, a nawet białko.

Witaminy zawarte w napojach energetyzujących są kofaktorami reakcji enzymatycznych, związanych z produkcją energii i metabolizmem białek. Dzięki temu przyspieszają procesy regeneracji organizmu. W trakcie wysiłku fizycznego wzrasta zapotrzebowanie na witaminy z grupy B, a także witaminy antyoksydacyjne (witaminę C i E). Zawartość witamin może być w nich bardzo różna. W wielu napojach ilość witamin znacznie przekracza ich zalecane dzienne spożycie (RDA). ... Str. 4

Czy warto spożywać napoje energetyzujące?

(…) Należą do nich substancje wspomagające oraz optymalizujące natężenie procesów metabolicznych i wydolność psychofizyczną. Głównym biostymulatorem jest kofeina, która pobudza układ nerwowy i stymuluje wydzielanie neuroprzekaźników (serotoniny, dopaminy) i hormonów (adrenaliny), wywołuje efekt czuwania, poprawia koncentrację i refleks oraz logiczne myślenie, polepsza nastrój, utrudnia zasypianie, rozszerza naczynia krwionośne, ułatwia oddychanie poprzez rozkurcz mięśni w oskrzelach, bierze udział w regulacji gospodarki wapniowej i w przemianach metabolicznych tłuszczów.

Adrenalina i noradrenalina powodują uwalnianie trigliceroli, które są wykorzystywane przez mięśnie, co pozwala wydłużyć czas wysiłku fizycznego. Glukuronolakton wykazuje działanie detoksykujące (składnik leków wspomagających odtruwanie wątroby), może mieć wpływ na przemiany glukozy w organizmie oraz zmniejszać uczucie senności oraz pozytywnie wpływać na refleks i koncentrację.

Czwartą substancją biostymulującą jest inozytol, który wpływa na gospodarkę wapniową oraz na równowagę pomiędzy miedzią i cynkiem w mózgu wpływając tym samym na samopoczucie. Podwyższa także poziom fosforu w organizmie, uczestniczy w przemianach tłuszczów, posiada zdolność usuwania złogów cholesterolu, pewne ilości znajdują się w gałce ocznej, co może mieć wpływ na proces widzenia.

Większość badań potwierdza wpływ napojów energetyzujących na zmniejszenie senności, poprawę pamięci, koncentracji, refleksu, wydajności i wpływ na samopoczucie. Wzmożona czujność to zasługa kofeiny, a na polepszenie nastroju wpływa tauryna.

Napojami tymi można się również zatruć. Objawami przedawkowania są: kołatanie serca, bóle i zawroty głowy, bezsenność, drażliwość, pobudzenie, niepokój, gonitwa myśli, drżenie rąk. Napoje energetyzujące mogą także uzależniać. Długotrwałe, systematyczne spożywanie może powodować m.in.: problemy z mięśniem sercowym, zaburzenia pracy wątroby, bezsenność, stany lękowe, depresję, drażliwość, zaburzenia koncentracji i pamięci, spadek stężenia magnezu i wapnia w osoczu.

Musimy zdawać sobie sprawę z konsekwencji spożywania tych napojów. Z pewnością nie mogą ich spożywać osoby chore, dzieci i młodzież oraz kobiety w ciąży. Osoby zdrowe powinny sięgać po nie tylko w sytuacjach awaryjnych. Chrońmy nasze życie i zdrowie, które jest bezcenne.

Weronika Własak

Kronika sportowa

Sukces szczypiornistek

Dnia 12 marca 2015 roku, w godzinach 10.00 - 13.00, w hali sportowej CKS-u w Szczecinie, odbył się turniej piłki ręcznej dziewcząt w wieku gimnazjalnym. Udział wzięło 5 drużyn z następujących miejscowości: Kozielice, Gryfino, Police, CKS Szczecin oraz Dębno.

Pierwszy mecz rozegrały dziewczęta z Kozielic oraz Polic. Zakończył się on zwycięstwem drugiej drużyny. Następnie między sobą rywalizowały dziewczyny z naszego gimnazjum i z Gryfina. Rozgrywka zakończyła się wynikiem 11:5 z korzyścią dla dębnianek. Następnie szczecinianki rozgromiły Police. Kolejny mecz Police również przegrały. Tym razem z Gryfinem. Ostatni mecz rozegrały gospodynie ze szczypiornistkami z Dębna. Końcowy wynik to 16:7 dla szczecinianek.

Gimnazjum Publiczne im. A. Fiedlera reprezentowały: Monika Klapa, Monika Lesiuk, Natalia Sabat, Justyna Rusak, Wiktoria Jelińska, Jagoda Szymczyk, Joanna Jokiel, Aleksandra Kiełbasa, Julia Sardakowska, Emilia Smagło, Natalia Rutkowska, Julia Świątek, Karolina Żurawska, Julia Napieracz oraz Julita Wierchowska.

Do Szczecina pojechały pod opieką trenera Dariusza Kowalskiego i pani psycholog Karoliny Włodarczyk.

Końcowe wyniki: 1 miejsce – Szczecin, 2 miejsce – Dębno, 3 miejsce – Gryfino, 4 miejsce – Police, 5 miejsce – Kozielice.

Każda z drużyn otrzymała dyplom oraz pamiątkową statuetkę. Dwie pierwsze drużyny zakwalifikowały się do półfinału, który prawdopodobnie odbędzie się w Dębnie. Zawodniczki oraz trener są zadowoleni z wyników. Mają nadzieję, że kolejny etap pójdzie im równie dobrze. Czekamy z niecierpliwością!

Joanna Jokiel

K.W.

W jaki sposób pomagamy niepełnosprawnym i ułatwiamy im życie?

Niepełnosprawność charakteryzuje się ograniczeniami, które spotykają człowieka w związku z chorobami lub wypadkami. Zasadnym jest oferowanie tym osobom pomocy.

Pomoc tę mależy rozpatrywać w dwóch aspektach: globalnym i indywidualnym. Pierwszy dotyczy całego społeczeństwa. Chodzi o budowanie przyjaznej dla niepełnosprawnych infrastruktury. Należy np. zaopatrzyć instytucje publiczne w specjalne podjazdy oraz windy, propagować brak dyskryminacji wobec nich. Osobom z dużym stopniem niepełnosprawności należy zapewnić odpowiednio wysokie świadczenia socjalne.

Aspekt indywidualny dotyczy tego, co może zrobić pojedyncza osoba. Możemy pomagać w prostych czynnościach, np. zakupach, a osobom ograniczonym ruchowo pomagać wchodzić do budynków. Musimy być wrażliwi na potrzeby ludzi, których spotkała niedola.

Weronika Wolska

O nas

Redakcja Gimnazjaka

Adres:
Gimnazjum Publiczne im. Arkadego Fiedlera w Dębnie
www.gpdebno.com

Redaktor naczelny:
Wioletta Rafalowicz

Redaktorzy tego numeru:
Aleksandra Jelińska, Joanna Jokiel, Mateusz Lendzion, Eliza Staniszewska, Weronika Własak, Weronika Wolska

Autorzy fotografii:
Małgorzata Jokiel, Katarzyna Kazimierczuk, Anna Kowalczyk, Natalia Sabat, Karolina Włodarczyk

Skład:
Dorota Sałańska