

MERITUM sprawy znowu w akcji ;)



Dzień Kobiet w "Meritum"

Dzień Kobiet to coroczne święto obchodzone 8 marca, jako wyraz szacunku dla ofiar walki o równouprawnienie kobiet. Dzień Kobiet w Polsce był obchodzony na szeroką skalę do 1993 roku. Inicjatorką Międzynarodowego Dnia Kobiet była Klara Zetkin. Pierwsze historyczne wydarzenie, które wypadło na dzień 8 marca 1857 roku, było związane z podjętą przez kobiety próbą walki o swoje prawa. Kiedy jednak powstało dzisiejsze święto kobiet?

Pół wieku później, o tej dacie przypominały aktywistki Nowojorskiej Organizacji Socjaldemokratycznej, które 8 marca 1908 roku zorganizowały mityng w obronie praw kobiet.

A już w 1909 roku Socjalistyczna Partia Ameryki ostatnią niedzielę lutego ogłosiła Międzynarodowym Dniem Kobiet. Dzień Kobiet istniał już w starożytnym Rzymie, świętowały go gospodynie domowe. Tego dnia zamężne, wolno urodzone kobiety, otrzymywały od swoich mężów prezenty i podarki, obdarzane były miłością i uwagą. Niewolnice

również otrzymywały prezenty od swoich mężów, a panie domu pozwalały tego dnia odpocząć swoim niewolnicom. Rzymianki przyodziane w swoje najlepsze ubrania, z aromatycznymi wieńcami na głowach, przechodziły do świątyni bogini Westy strażniczki ogniska domowego.

Dzień Kobiet w MERITUM był miłym dniem dla Pań jak i Panów, którzy obdarowywali je kwiatami, prezentami i słodkościami. W szkolnej kawiarence zakupić można było wspaniałe ciasta, sałatki oraz napoje za przystępną cenę. Szczególnym

zainteresowaniem cieszyła się szarlotka oraz sałatka owocowa.

W naszej kawiarence gościliśmy nie tylko uczniów, ale również nauczycieli, Pana Dyrektora, a nawet gości spoza szkoły. Wszyscy świetnie spędzili czas.

Natomiast najważniejszym był cel, na który przekazaliśmy dochód z kawiarenki, mianowicie Akademię Przyszłości. Chcemy pomóc dziecku odnoszącemu porażki szkolne uwierzyć w siebie i ufundować mu Indeks Akademii Przyszłości.

Agnieszka Bałdyga

Kiedy wyjdą przebiśniegi...

Pierwszy Dzień Wiosny obchodzony jest co roku 21 marca. Wreszcie dni będą dłuższe, noce krótsze. Na ulicach będzie więcej zieleni niż jesieni i powoli będzie można zrzucić zimowe futra. Pierwszy Dzień Wiosny to doskonała okazja do tego, by trochę się uśmiechnąć i obudzić z zimowego otępienia. Ten dzień jest lubiany przez uczniów, ponieważ jest okazją do wagarów. Bardzo często szkoły organizują różne zajęcia

by zachęcić ich do przyjscia do szkoły. Z Pierwszym Dniem Wiosny kojarzy nam się trochę zwyczajów. Chociaż trzeba przyznać już trochę mniej praktykowanych, np. topienie marzanny. Dla tych, którzy jeszcze nie czują wiosny i zbytnio jej nie lubią: krążą plotki, że na wiosnę ludzie częściej się zakochują, są weselsi i mają więcej energii do pracy. :)

Beata Nowak

A W NUMERZE:

- co w Meritum
piszczy?

- sprawni
niepełnosprawni

- działania KMW
"Merit"

- trochę rozrywki

- coś na nudne
dni

Ci, którzy powinni być wzorem, czyli ludzie godni naśladowania!

Jerzy Buzek w „Meritum”

21 lutego 2012r. do zespołu szkół technicznych i ogólnokształcących „Meritum” w Siemianowicach Śląskich gościł eurodeputowany Jerzy Buzek. Spotkanie opierało się na ujawnieniu tajników działalności Unii Europejskiej oraz propagowało zainteresowanie młodzieży polityką. „Witamy pana profesora w Meritum. Jest Pan osobą wyjątkową, ale przed Panem jest młodzież nietuzinkowa, bo taka jest właśnie młodzież naszej szkoły” - tymi słowami powitał dyrektor naszej szkoły byłego premiera rządu Rzeczypospolitej Polskiej, byłego przewodniczącego parlamentu europejskiego, profesora Jerzego Buzka.

Spotkanie te zawdzięczamy trójce naszych wspaniałych uczniów: Przemysławowi Kosiec, Michałowi Habera, Grzegorzowi Kurzawskiemu, którzy wygrali na szczeblu wojewódzkim konkurs „Moja Szkoła w Unii Europejskiej - edycja Powrót do szkoły”.

To właśnie dzięki nim mogliśmy wysłuchać imponującego i zarazem ciekawego wykładu Pana profesora. Jednak dość szybko pałeczkę przejęliśmy My uczniowie i zadawaliśmy trudne i dociekliwe pytania, na które nasz gość starannie udzielał nam odpowiedzi. Jerzy Buzek skupił się przede wszystkim na pracach parlamentu europejskiego i swoich doświadczeniach z tym związanych, a także na roli Polski w Unii Europejskiej.

„Jak chodzę po parlamencie to mam poczucie dumy z tego, że pochodzę z kraju, który jest na ustach wszystkich” - tak zakończył swoją wypowiedź dotyczącą pytania o to jak ważny jest dla niego jego naród. Zwrócił on także dużą uwagę na sukces szczytu



partnerstwa wschodniego który odbył się w Warszawie. Uważa on bowiem, że niezwykle ważna dla nas sprawą jest stabilność sytuacji na wschód od polskiej granicy. Zarówno z punktu widzenia polskich interesów jak

i z uwagi na liczną, żyjącą tam Polską społeczność. Nasz gość nie ukrywał jak wielkim sentymentem pała do naszego górnego Śląska. To tylko skrót informacji przedstawionych przez naszego gościa, jednak

mamy pewność że zostaną one nam w pamięci na długo. Jerzy Buzek przeszedł się po naszych szkolnych korytarzach, przywitał z uczniami oraz pozował z nami do zdjęć. Witając się przy tym z pozostałym gronem

pedagogicznym. Mamy nadzieję, że Pan profesor wyniósł z naszej szkoły tylko pozytywne emocje i wrażenia.

Klaudia Urbańczyk.

Jeden z dwudziestu czterech

Jak wszyscy doskonale wiedzą, w naszej szkole, szczególnie w technikum zdarzają się klasy, składające się w pełni z chłopców. Jednak klasa 2a, składa się z 23 dziewcząt oraz z jednego chłopaka. Adrian, zgodził się udzielić nam krótkiego wywiadu, jak to właściwie jest.

Dz.: Jak to jest być jedynym chłopakiem w klasie?

A.: No więc, czuję się w tej klasie kimś wyjątkowym. Mieć tyle dziewczyn to jest

coś pięknego. Myślę, że każdy chłopak chciałby się znaleźć na moim

miejscu;) Niekiedy mam trudności, by się z nimi porozumieć, ale powiem szczerze, że już się do tego przyzwyczaiłem.

Dz.: Jak udało Ci się przeżyć dzień kobiet?

A.: Dobre pytanie. Dzień kobiet... Powiem szczerze ze trochę szarpnęło to moją kieszeń. No ale czego się nie robi, dla moich pięknych pań.

Dz.: Czy czasem żałujesz, że nie ma w klasie więcej chłopaków?

A.: Właściwie to nie jestem

tak całkiem sam. Jest jeszcze przecież nasz wychowawca Adam Cebula.

Mimo wszystko, nie żałuję, że nie ma w klasie więcej chłopaków, ponieważ teraz są one wszystkie moje i nie muszę się z nimi dzielić. Mam 23 wspaniałe dziewczyny ;)

Dz.: Dziękuję Ci bardzo, za wywiad.

Alicja Bartel



Wisława Szymborska - skromna i tajemnicza laureatka literackiej nagrody Nobla

Wisława Szymborska urodziła się 2 lipca 1923 na Prowencji. Uczęszczała tam początkowo do Szkoły Powszechnej im. Józefy Joteyko. Po wybuchu II wojny światowej kontynuowała naukę na tajnych kompletach, a od roku 1943 zaczęła pracować jako urzędniczka na kolei. W tym też czasie po raz pierwszy zaczęła pisywać opowiadania oraz czasami wiersze. Szersza publika usłyszała o Pani Wisławie kiedy zadebiutowała w 1945 r. na łamach Dziennika Polskiego wierszem "Szukam słowa".

Od tej chwili Jej kariera jako poetki nabrała tempa. Swoje dzieła często pisała w pozycji pódśiedzającej. Poświęcała im dużo czasu i uwagi, tak aby Jej dzieła były jak najlepsze i mogły mocno oddziaływać na miłośników Jej poezji. W sumie poetka opublikowała 350 wierszy. W poezji Pani Wisławy każdy znajdzie coś dla siebie. Jej wiersze były bardzo osobiste. To co mieliśmy wiedzieć o Niej i o Jej życiu prywatnym napisała w wierszach. Poetka z ogromną przyjemnością spędzała swój wolny czas na łonie natury. Chętnie obcowała z przyrodą. Jeździła na biwaki i sływy kajakowe,

zwłaszcza w czasie, gdy była w związku z miłością swojego życia, Kornelem Filipowiczem. Był to dość nietypowy związek, ponieważ para nie mieszkała ze sobą. W jednym z telewizyjnych wywiadów tak opisała ich miłość: "Byliśmy koźmi, które cwałują obok siebie. Czasami nie widzieliśmy się i trzy dni z rzędu". Tworzyli dobraną i kochającą się parę przez 23 lata - aż do śmierci Filipowicza.

Po jego śmierci napisała swój najślynniejszy wiersz "Kot w pustym mieszkaniu". W pogodzeniu się z utratą tak ważnej osoby pomagało artystce życie twórcze. 10 grudnia 1996 roku Szymborska odebrała Nagrodę Nobla. W ten sposób stała się gwiazdą światowej literatury. Kiedy odbierała to niezwykle ważne wyróżnienie mówiła, że to zasługa Andersa Bodegarda, szwedzkiego przyjaciela i tłumacza, który przełożył Jej wiersze na język noblowski. W ostatnich latach życia towarzyszył poetce osobisty sekretarz Michał Rusinek. Był Jej prawą ręką. Przez wiele lat pomagał Jej w załatwianiu spraw urzędowych i życiowych. To on poinformował o śmierci noblistki w Jej domu w Krakowie, 1 lutego 2012r. "Odeszła spokojnie w swoim łóżku, we śnie" - tak powiedział Jej wieloletni sekretarz gdy przekazywał



tę smutną wiadomość. Pamiętajmy o naszej narodowej dumie, pielęgnujmy wspomnienia o Niej. Wisława Szymborska chciała, aby zapamiętano ją jako osobę wesolą, pogodną i przyjaźnie nastawioną do otaczającego ją świata. Kiedyś sama powiedziała: "Umarłych wieczność dotąd trwa, dokąd pamięcią im się płaci". Mam nadzieję, że Pani Wisława uzyskała tę wieczność.

Marta Bosych

Meritum zdominowało Młodzieżową Radę Miasta

Młodzieżowa Rada Miasta rozpoczęła działalność na terenie naszego miasta w drugiej kadencji. W skład zarządu wchodzi trzech członków z naszej szkoły. Wspólnie z pozostałymi radnymi zaczynają realizację wszystkich swoich planów. Inauguracyjna sesja II kadencji Młodzieżowej Rady Miasta odbyła się 16 lutego 2012r. Młodzieżowa Rada Miasta liczyła 20 radnych, wcześniej wybranych przez uczniów niemal wszystkich szkół ponadgimnazjalnych w Siemianowicach Śląskich.

Naszą szkołę reprezentowali:
Klaudia Urbańczyk, Damian Głosnek, Grzegorz Kurzawski oraz **Wojciech Zacki.**

Sesja rozpoczęła się podziękowaniami za przeprowadzenie wyborów od Przewodniczącego Rady Miasta. Później rozpoczęło się głosowanie, które wyłoniło zarząd. Przewodniczącą Młodzieżowej Rady Miasta II kadencji została Klaudia Urbańczyk, która już tworzyła wcześniejszą radę. Pozostali członkowie prezydium Rady zostali Klaudia Krawczyk i Damian Głosnek pełniąc funkcje wice-przewodniczących oraz Grzegorz



Kurzawski jako sekretarz. Poprzednia kadencja postawiła poprzeczkę bardzo wysoko. "W imieniu prezydium młodzieżowej rady Miasta Siemianowic Śląskich II kadencji oraz wszystkich

młodych radnych chcę zapewnić, że celem działania naszej rady będzie upowszechnianie idei samorządowej, idei demokratycznej, postaw patriotycznych oraz propagowanie wśród

młodzieży zasad tolerancji, a także zwiększenie aktywności młodych ludzi w naszym mieście. Chcemy kontynuować działania Młodzieżowej rady Miasta poprzedniej kadencji. Nasze pomysły, a jest ich wiele, będziemy się starali przekształcić

w czyn" - takimi oto słowami prezydium z przewodniczącą na czele przedstawiło się na ostatniej sesji rady miasta Siemianowic. Minęło niewiele czasu więc konkretnych planów Młodej rady jeszcze nie znamy, ale pewne jest to że już nie długo odbędzie

się pierwsze karaoke, które jest ich tradycją. O wszystkich bieżących sprawach będziemy informować was w kolejnych numerach naszej gazetki „Meritum Sprawy”.
Joanna Olszak

fenomen facebooka

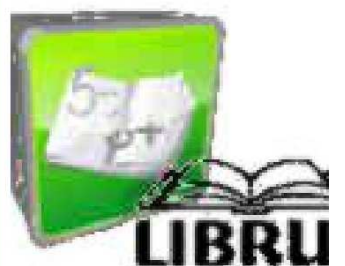
Zapewne dla wielu z nas zwrot "lubię to" nie jest obcy, a charakterystyczny portal z białym logiem na granatowym tle wypełnia codziennie co najmniej kilkanaście minut naszego życia. Na czym tak naprawdę polega fenomen facebooka? Dlaczego coraz więcej ludzi nie wyobraża sobie życia bez tej witryny internetowej? Prawdopodobnym argumentem przemawiającym za jest możliwość dzielenia się z innymi ludźmi swoimi przeżyciami w postaci dodawania postów czy też zdjęć. Jednocześnie nasze opublikowane wątki poddajemy krytyce czy też pochwale. Niewątpliwie portal ten sprzyja zawieraniu nowych lub podtrzymywaniu istniejących znajomości z osobami z naszego kraju,

bądź spoza jego granic. Te wszystkie rzeczy umożliwiają nam przyglądanie się życiu innych ludzi, co bezdyskusyjnie jest przyczyną prowadzenia kont na facebooku. Portal dostarcza nam również rozrywki w postaci gier czy też innych aplikacji, z których możemy korzystać, gdy doskwiera nam nuda, mamy także dostęp do informacji na temat wydarzeń w danym miesiącu ... ale czy te wszystkie możliwości rekompensują nam wyrażanie swojego zdania czy poznawanie nowych ludzi w życiu codziennym? Nie należy ograniczać się wyłącznie do wirtualnego życia, a świat realny powinniśmy od niego oddzielić grubą kreską ...

Agnieszka Goj

Librus w Meritum

Librus jest jedną z najprężniej rozwijających się firm informatycznych działających w obszarze edukacji, której celem jest m. in. propagowanie nowoczesnych metod komunikacji pomiędzy szkołą a rodzicem. Ze społecznością meritumowską współpracuje od dwóch lat i zdążył już wyrobić sobie opinię nauczycieli i uczniów. Jak wszystko co istnieje posiada złe strony. Kłopotem dla uczniów są 'wszystkowiedzący' rodzice po kontakcie z platformą, a także to że trzeba za niego płacić. Nauczyciele zaś mają więcej pracy z powodu jego uzupełniania. Jednak wszystkie mankamenty są niwelowane przez ogrom korzyści jakie płyną z tego elektronicznego dziennika. Wychowawcy nie muszą tak często organizować zebrań z rodzicami, a poza tym to sprytne urządzenie liczy



średnią ocen cząstkowych, co jest również wielkim plusem dla uczniów, którzy od razu widzą jaką ocenę należy poprawić. Uczniowie cieszą się także z możliwości przeprowadzania kartkówek i sprawdzianów przez Internet (może nie wytłumaczę dlaczego). Na końcu trzeba zaznaczyć, że Librus jest świetnym sposobem na szybkie porozumiewanie się nauczyciela z rodzicem lub ucznia z nauczycielem.

Monika Zabiegło

N I E P E Ł N O S P R A W N O Ś Ć

SP20 - SZKOŁA OTWARTA NA INTEGRACJĘ

Jak wszyscy wiemy praca z dziećmi niepełnosprawnymi to nie lada wyzwanie. Oczywiście jest także, że Meritum posiada bardzo ciekawych młodych dziennikarzy, a mianowicie uczniów liceum o nachyleniu dziennikarsko-menadżerskim. Tym razem podjęliśmy się zbadania pracy nauczycieli w szkołach integracyjnych. Z wizytą przybyliśmy do Szkoły Podstawowej nr 20 w naszym mieście. Jest to jedyna szkoła w okolicy posiadająca oddziały integracyjne. Udało nam się zdobyć niezbędne informacje. Interesowało nas między innymi co trzeba zrobić aby móc pracować



Jedna z pań pracujących w szkolnej świetlicy odpowiada: "Najważniejszy m jest obranie kierunku studiów i zrobienie specjalizacji."

Aby pracować z dziećmi o obniżonej sprawności intelektualnej należy wybrać oligofrenopedagogikę.

Tyflopedagogikę jeśli ktoś marzy o pracy z dziećmi niedowidzącymi natomiast surdopedagogikę, jeśli interesuje nas praca z dziećmi głuchoniemymi lub niedosłyszącymi."

Byliśmy ciekawi także jakimi prawami rządzi się taka praca. Druga z pań odpowiedziała, że najważniejszym jest

traktowanie wszystkich dzieci tak samo, zarówno tych zdrowych jak i chorych. Oczywiście jest, że dzieci z oddziałów integracyjnych wymagają większej uwagi, lecz nie należy przesadzać i we wszystkim ich wyręczać, gdyż dzieci są bardzo uzdolnione. Potrafią rysować, śpiewać, tańczyć.

W razie jakichkolwiek problemów są w szkole specjaliści. Stałą posadę w szkole posiada logopeda, rehabilitanci oraz terapeuta zajęciowy, czyli osoba odpowiedzialna za usprawnianie manualne dzieciaków. Jak już wyżej wspominaliśmy dzieci niepełnosprawne są bardzo zdolne.

Sprawni niepełnosprawni

A Ty ile razy pomyślałeś, widząc człowieka na wózku inwalidzkim: "Żal mi tej osoby, ona nigdy nie zrealizuje swoich marzeń i celów w życiu ..." ?

Niepełnosprawność nie ogranicza się tylko do tej intelektualnej, czy funkcjonowania społecznego. Wielu ludzi zmagających się z zaburzeniami słuchu, wzroku, czy z obniżoną sprawnością ruchową, odnajduje się w życiu codziennym ucząc się, realizując w pracy, czy zakładając rodziny. Należy jednak wspomnieć, że ludzie często myślą stereotypowo widząc osobą niepełnosprawną, nie dając im szansy do "rozwijania skrzydeł". Warto zapamiętać, że osoby



niepełnosprawne mają takie same prawa jak inni ludzie i należy je wspierać w spełnianiu swoich życiowych celów i marzeń ...

Agnieszka Goj

Największym sukcesem pań, które udzielały nam wywiadu było przygotowanie jednej z uczennic na wózku do występu. Nie był to jednak byle jaki występ, bo dziewczynka tańczyła, a z nią grupa zdrowych koleżanek i kolegów. Zapytaliśmy o największą trudność związaną z taką właśnie pracą.

Oczywiście otrzymaliśmy odpowiedź: "Jedną trudnością, z którą się spotykamy jest pielęgnacja czyli między innymi pomoc dzieciom na wózkach np. w korzystaniu z toalety." Kiedy zapytaliśmy czy gdyby panie miały możliwość zmiany kierunku studiów, które postanowiły ukończyć zmieniły zdanie, jednogłośnie zaprzeczyły.

Zdradziły nam, że czasem o tym rozmawiają oraz, że nie wyobrażają sobie siebie na innym stanowisku niż to które piastują. Kilka pytań postanowiliśmy zadać także nauczycielom wychowania fizycznego, gdyż sport to także dziedzina, w której dzieci są rozwijane.



Udało nam się dowiedzieć, że każde dziecko bez wyjątku uczestniczy w zajęciach wf. Są one jednak dostosowywane do możliwości danego dziecka.

Zazwyczaj na zajęciach jest dwóch nauczycieli. Jeden z nich prowadzi standardowe zajęcia dla dzieci zdrowych, ten drugi zaś dostosowuje ćwiczenia do potrzeb maluchów. W przypadku dzieci chorych umysłowo wystarczającym jest ponowne oraz dogłębne wytłumaczenie czy pokazanie danego ćwiczenia. A teraz najciekawsze.. Wielu może to zaskoczyć ale ruszyła 7. edycja zawodów w tenisie stołowym dla dzieci niepełnosprawnych!

Jak widać nauczyciele SP 20 starają się jak tylko mogą stworzyć dzieciom jak najbardziej naturalne warunki rozwoju. Bardzo ich za to podziwiamy i cenimy. Oby jak najwięcej takich ludzi w naszym społeczeństwie.

Patrycja Bon
Angelika Imiołczyk.

Ich oczyma... czyli rozmawiamy z niepełnosprawnymi

Życie na wózku, oczami nastolatki.

W tym numerze tematem przewodnim jest niepełnosprawność. Nasi dziennikarze wzięli się ostro do pracy i przez wiele dni zbierali potrzebne informacje. Daria i Alicja przeprowadziły wywiad z niepełnosprawną Justyną, która jeździ na wózku inwalidzkim od dziecka, a w tym roku będzie obchodzić swoje 17 urodziny.

Dz.: Cześć Justyna, czy mogłabyś na początek nam się przedstawić i powiedzieć coś o sobie?

J.: Hej, jak już wicie mam na imię Justyna, mam prawie 17 lat, na wózku jeżdżę od dzieciństwa, chodzę do szkoły dla niepełnosprawnych, jestem otwarta na wasze wszelkie pytania :)

Dz.: Mogłabyś nam powiedzieć coś o swojej chorobie?

J.: Jestem chora na rozszczep kręgosłupa, mam niedowład kończyn dolnych, dlatego od urodzenia poruszam się za pomocą wózka inwalidzkiego.

Dz.: Jak Cię postrzega otoczenie?

J.: Jestem raczej sympatyczną osobą, mam wielu przyjaciół z podobnymi schorzeniami do mojego, dogadujemy się świetnie. Przy nich czuję się równa, mogę być sobą. To prawda, że gdy ludzie widzą mnie na ulicy,

chcą okazać mi w jakiś sposób współczucie i mi pomagają, kiedy na przykład nie potrafię wjechać na chodnik. To miłe z ich strony, ale często dziękuję im za okazanie mi dobrego serca i odmawiam przyjęcia pomocy. W końcu jak każdy człowiek, mam serce, kończyny, mózg, oddycham i wszystko ze mną okej, poza tym, że zamiast nóg mam "kółka" (śmiech).

Dz.: Czy czujesz się akceptowana przez otoczenie czy wręcz przeciwnie?

J.: Ludzie raczej mnie akceptują, mam niewielu znajomych, ale wydaje mi się, że traktują mnie jak równego sobie. Racja, nieraz w życiu zetknęłam się z przykrymi słowami z ust rówieśników, ale mama zawsze tłumaczyła mi że są jeszcze za mali, żeby to zrozumieć.

Dz.: Masz kontakt z ludźmi na wózku?

J.: Tak, jak już wcześniej wspominałam chodzę do szkoły dla niepełnosprawnych, tam wiele dzieci i młodzieży porusza się na wózkach.

Dz.: Byłaś kiedyś na koloniach, obozie lub wycieczce dla osób niepełnosprawnych?

J.: Tak, co roku organizowane są kolonie w czasie wakacji, w ubiegłym roku byłam nad morzem, tam poznałam nowych



ludzi, ale to raczej tylko przelotne znajomości. Ten wyjazd wspominałam bardzo dobrze, bo mimo tego, że jesteśmy na wózkach, dobrze się bawiliśmy. Codziennie braliśmy udział w rehabilitacji, więc w jakimś stopniu jednoczyliśmy się w radości i łzach.

Dz.: Jakie są Twoje marzenia?

J.: Moim marzeniem nie do spełnienia jest być pełnosprawną, chociaż na jeden dzień, poczuć jak to jest chodzić, biegać,

spacerować, a z marzeń realnych chciałabym, aby ktoś się we mnie zakochał, był ze mną na dobre i na złe, przecież też mam uczucia, jak każdy inny człowiek i nie jestem gorsza. Mimo tego, że rodzina mnie wspiera, naprawdę czasem czuję się samotna.

Dz.: Co robisz gdy jest Ci smutno?

J.: Gram na gitarze lub słucham mojej ulubionej muzyki, często też czytam książki, bo jestem "molem

książkowym".

Dz.: Co Ci dodaje otuchy?

J.: Rodzina, która mimo wszystko zawsze powtarza mi że będzie dobrze i jest ze mną na dobre i na złe, przy każdym wzlocie i upadku. Kocham ich za to, że są ze mną mimo mojego kalectwa i za każdym razem gdy mam okazję - dziękuję im za to.

Dz.: Co chcesz robić gdy skończysz szkołę?

J.: Jeszcze nie wiem, moim marzeniem z dzieciństwa jest zostać kosmetyczką.)



Pożyjemy zobaczymy, póki co mam jeszcze czas na zastanowienie.

Dz.: Czy jesteś szczęśliwa?

J.: Tak jestem, pomimo mojej niepełnosprawności, Kocham życie. Jestem szczęśliwa, że mam przy sobie bliskich, choć z drugiej strony chciałabym być niezależna i chciałabym się realizować.

Dz.: Czy chciałabyś coś powiedzieć naszym czytelnikom?

J.: Tak, pozdrawiam bardzo gorąco, wszystkich

czytelników "MERITUM" sprawy" oraz dziennikarzy, którzy jak widać wkładają całe serce w artykuły, oraz poświęcają na to swój czas i pewną część swojego życia. Apeluję o to, aby ludzie nie patrzyli na nas ze współczuciem i aby pozwolili nam na samorealizację. Dziękuję.

Dz.: Dziękujemy bardzo za wywiad. :)

Marona Daria, Bartel Alicja.

Niepełnosprawni, a stereotypy

W dzisiejszych czasach często spotykamy się ze stereotypami dotyczącymi niepełnosprawnych. Co to takiego stereotyp i kim tak naprawdę są niepełnosprawni? Według encyklopedycznej definicji stereotyp to: "konstrukcja myślowa, zawierająca komponent poznawczy (zwykle uproszczony), emocjonalny i behawioralny, zawierająca pewne fałszywe przeswiadczenie, dotyczące różnych zjawisk, w tym innych grup społecznych". Za niepełnosprawność uważany jest "długotrwały stan występowania pewnych ograniczeń w prawidłowym

funkcjonowaniu".

Skąd tak naprawdę biorą się stereotypy o niepełnosprawnych?

Okazują się, że wpływ na nasze zdanie o osobach niepełnosprawnych ma wygląd, opinie innych, czy nasze własne doświadczenie. Z przeprowadzanych badań wynika, że pojęcie niepełnosprawny bądź inwalida, są powiązane z uszkodzeniem narządu ruchu, ograniczeniem widocznym od razu, przy pierwszym kontakcie z osobą niepełnosprawną. A tymczasem od lat największą grupą osób z kategorią niepełnosprawności



społeczeństwie osoba niepełnosprawna zdaje się być postrzegana jako zacofana, słaba, niezdolna do pracy, która wywołuje tylko i wyłącznie litość. Jednym z takich stereotypów jest pogląd, iż osoba niepełnosprawna w ogóle nie nadaje się do samodzielnego życia w społeczeństwie. Tak naprawdę ludzie niepełnosprawni doskonale sobie radzą w szarej rzeczywistości. Pracują, robią zakupy, wychowują dzieci, spełniają swoje marzenia. Tacy ludzie niejednokrotnie muszą włożyć w to więcej wysiłku i tym samym stać się o wiele silniejsi niż przeciętny człowiek. Często spotykając niepełnosprawnych odwracamy wzrok i zachowujemy się sztucznie i nieswojo. Niepotrzebnie. Oni nie chcą naszego współczucia. Chcą,

by inni dostrzegli w nich zwykłego człowieka, kolegę, koleżankę. Ludzie nie zdają sobie sprawy, że oceniając pochopnie, wyrządzają dużą krzywdę. Bardzo często sprawiają, że osoby niepełnosprawne tracą wiarę w siebie. Podsumowując, bądźmy naturalni w kontakcie z niepełnosprawnymi. Chcąc im pomóc, traktujmy ich zwykajnie. To, że przyjdziemy, porozmawiamy, wysłuchamy, pomoże im dużo bardziej niż szeptanie i zachowywanie się w ich towarzystwie jakby byli zupełnie od pełnosprawnych.

Natalia Bartko,
Dagmara Drapacz

Świat widziany okiem niepełnosprawnego

W związku z tematem przewodnim tego numeru gazetki, wybrałyśmy się do niepełnosprawnego Sebastiana, który jest chory na zespół Williamsa. Przeprowadziłyśmy z nim krótki wywiad, z którego dowiedziałyśmy się jak radzi sobie, będąc osobą niepełnosprawną, co go w życiu cieszy oraz co go boli.

Dz: Na czym dokładnie polega Twoja choroba?

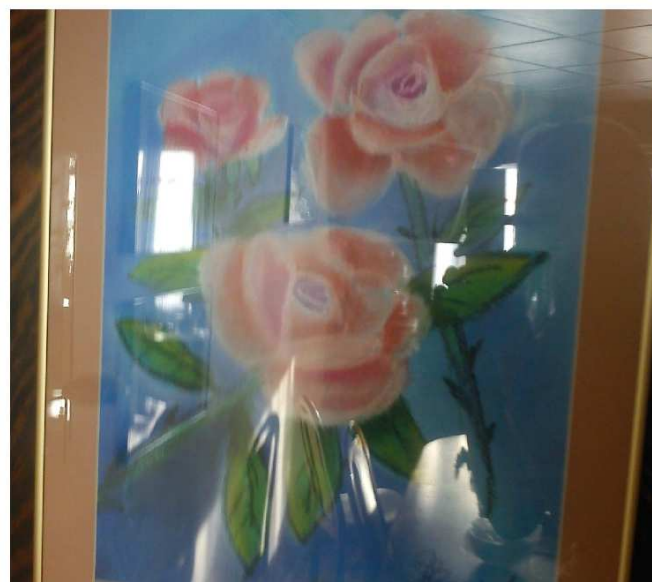
S: Urodziłem się jako wcześniak. Jestem chory na zespół Williamsa, jest to rzadki, genetycznie uwarunkowany zespół wad wrodzonych.

Dz: Sebastianie jak się czujesz będąc osobą niepełnosprawną?

S: Czuję się normalnie. Uważam, że to jaki jestem nie jest winą moją, ani moich rodziców. Cieszę się, że żyję, że mogę kroczyć własną drogą i naprawdę bardzo mi się podoba świat.

Dz: Opowiedz nam o tym jak byłeś traktowany od początku swojej edukacji?
S: W przedszkolu musiałem zostać rok dłużej niż inne osoby w moim wieku, ponieważ dużo chorowałem i nie uczęszczałem na wszystkie zajęcia.

Czas chodzenia do szkoły podstawowej był moim najgorszym przeżyciem. Dzieci się ze mnie wyśmiewały, byłem dla nich inny - gorszy. Podejrzewam, że działo się tak dlatego, ponieważ nie mieli wcześniej styczności z osobą niepełnosprawną. Dokuczanie ich objawiało się zarówno w sposób fizyczny jak i psychiczny. W czasach gimnazjalnych uczęszczałem do szkoły integracyjnej. Czułem się tam najlepiej przez cały czas mojej edukacji. Miałem bardzo dużo znajomych, przyjaciół, z którymi do tej pory utrzymuję kontakt. Są to osoby niepełnosprawne, jak i zdrowe. Jeśli chodzi o dalszą edukację zacząłem uczęszczać do Salezjańskiego Ośrodka Szkolno - Wychowawczego w Tarnowskich Górach. Chciałem się usamodzielnic, mieszkałem w internacie przez 3 lata i poznałem wiele osób niepełnosprawnych, którym bardzo w życiu pomogłem i bardzo jestem z tego powodu szczęśliwy, że byłem w stanie im coś od siebie dać.



Dz: Jaki jest Twój stosunek do osób niepełnosprawnych?

S: Dla mnie osoba niepełnosprawna jest normalną osobą, potrzebującą zrozumienia od zdrowego człowieka, a nie wyśmiewania się oraz obgadywania.

Dz: Czy mógłbyś nam opowiedzieć o swojej śmierci klinicznej, którą przeszedłeś?

S: Wszystko to działo się

przez to, że jestem chory na tachykardię, jest to arytmia serca, nagłe przyspieszenie akcji serca, która może trwać od paru minut nawet do 5h (tak było w moim przypadku). Zaczęło mi się to wszystko w gimnazjum. Na początku miałem akcję serca 100 uderzeń na minutę, natomiast później zaczęło się to zwiększać.

W krytycznym momencie doszło do prawie ponad 360 uderzeń, sprzęt, który mierzył akcję serca pokazał błąd ze względu na nieprawdopodobny wynik. W pewnym momencie, kiedy to wszystko się działo widziałem siebie leżącego na dywanie. Widziałem głowy mojej rodziny, słyszałem ich płacz, lekarze podchodzący do mnie z

respiratorem było to naprawdę nie do opisanego. Poczulem lekkość, wszystko nagle mnie przestało boleć. Nie chciałem bardzo opuszczać mojej rodziny i w końcu się obudziłem. Zostałem wtedy zabrany do kliniki w Zabrze, tam zrobili mi ablację.
Dz: Czy czujesz się inny od zdrowych ludzi? W sensie gorszy? Czy masz może jakieś zalety,

z których potrafisz być dumny?

S: Ja uważam siebie za normalnego człowieka, jak już wspominałem wcześniej i nie uważam, że bym był jakimś odmieńcem, cieszę się z tego co jest. Jestem z siebie dumny, że posiadam talent do rysunku.

Inni a tacy sami...

W tym numerze, naszym tematem przewodnim jest niepełnosprawność. Wielu z nas bardzo zaangażowało się w ten temat. Spotkaliśmy się w wieloma niesamowitymi osobami, które opowiedziały nam ciekawe historie o walce z samym sobą, oraz z otoczeniem, które nie zawsze ich akceptuje. Ludzie niepełnosprawni mają takie same prawa jak ja czy ty. Dzięki pracy nad tym numerem, zagłębił się bardziej w temacie. Zmieniliśmy też

swoje zdanie na temat osób niepełnosprawnych i mamy nadzieję, że uda nam się także zmienić Twoje. Osoby niepełnosprawne nie są trędowate. Nie musimy unikać ich idąc po ulicach, robiąc zakupy czy jedząc w restauracji. Mijmy nadzieję, że z biegiem czasu, ludzie zaakceptują wszystkich wokół siebie. Tych zwykłych szarych ludzi, oraz tych, którzy mają problemy ze zdrowiem. I o to przede wszystkim apelujemy!

Alicja Bartel.



Zaczęło się to od od najmłodszych lat, od dziecka już rysuję oraz do tej pory rozwijam ten talent. Cieszę się, że mogę mieć taki dar, dzięki temu pomagam też sobie w ćwiczeniu moich rąk i poszerzaniu

koncentracji umysłowej. Lubię rysować wszystko lecz najbardziej mi wychodzą czaszki nie wiem dlaczego.

Dz: Czy chciałbyś coś jeszcze od siebie dodać?

S: Chciałbym od siebie dodać, żeby ludzie patrzyli nie tylko przez jeden pryzmat na osoby niepełnosprawne tylko

potrafiłyby się postawić na miejscu takiej osoby i żeby niektórzy wreszcie zmienili stosunek do chorych osób i zaczęli je normalnie traktować.

Dz.: Dziękujemy bardzo.

Angelika Rybak,
Beata Nowak.

O działaniach Klubu Młodego Wolontariusza "Merit"

"WARTO BYĆ DOBRYM"

"Spełniaj dobre uczynki, wygrywaj cenne nagrody" oto hasło promujące akcję "WARTO BYĆ DOBRYM". Akcja ma na celu kreowanie u młodzieży zachowań prospołecznych. Brzmi groźnie? To nic strasznego. Kampania dąży do wykształcenia w sercach młodych ludzi, szczególnie dzieci, potrzeby niesienia pomocy innym. Nie tylko ludziom, lecz również zwierzętom.

Jak przyłączyć się do akcji? Nic prostszego. Wystarczy mieć dobry plan na niesienie dobra w swoim otoczeniu. Masz już plan? To świetnie. Teraz wystarczy tylko przedstawić go na deklaracji konkursowej, którą każdy z was otrzymał od swojego wychowawcy na lekcji.

Każdy z uczestników ma do wykonania trzy zadania. Mianowicie zadanie pt. "Ja i bliźni", w którym należy opisać plan działania, które chcemy realizować pomagając konkretnej osobie lub zwierzęciu. Kimś takim może być rówieśnik, który nie radzi sobie w szkole, a my



decydujemy się pomóc mu w nauce. Drugim w kolejności jest zadanie pt. "Ja i grupa społeczna". Kryje się za tym pomoc większej grupie osób. Klub Młodego Wolontariusza Merit podejmuje takie działania, propagując na przykład akcję czytania dzieciom w przedszkolach. Trzecim i już ostatnim jest zadanie o nazwie "Ja i świat", polegające na pracy na rzecz ochrony środowiska czy ochrony praw człowieka. Zdecydowałeś już co chcesz robić? Wystarczy teraz oddać wypełniony wniosek wychowawcy, zakasać rękawy i wziąć się do dzieła. Każda klasa bowiem ma za

zadanie wyłonić jedną osobę z najlepszym planem pomocy i zgłosić ją do losowania nagrody. Nagrodą główną jest rower marki Kross o wartości około 1000 złotych, który jest już chyba każdemu znany, gdyż zajmuje wyjątkowo widoczne miejsce na ścianie szkolnej rekreacji. Pod koniec roku szkolnego przedstawiciel każdej z klas będących uczestnikiem konkursu, bierze udział w losowaniu. Wtedy wystarczy jedynie odrobina szczęścia. Osoba, która będzie miała go najwięcej, wyjedzie z naszej szkoły na tym właśnie rowerze.

To jednak nie wszystko. 10 szkół, które uzyskają największą liczbę

uczestników biorących udział w akcji, którzy zostaną członkami OKI Klubu, otrzyma nagrody w postaci 10 000 zł na zrealizowanie projektu wg własnego pomysłu. Jest to nie byle jaka nagroda, więc nie czekaj, tylko przyłącz się do akcji. To nic nie kosztuje, a przyniesie wiele dobrego! Meritum bierze udział w tej akcji po raz pierwszy, lecz na pewno nie ostatni, gdyż jest to przedsięwzięcie

warte dużej uwagi. Pomysłodawcą mającej już 10 lat, cyklicznej akcji jest

Aleksander Komaniecki - Prezes Stowarzyszenia "Przyjazna Szkoła". Pamiętajcie, że bycie dobrym to nie tylko spełnianie dobrych uczynków, lecz także świetna droga samorealizacji oraz pomoc w odnajdywaniu swojej indywidualnej życiowej drogi.

PROMUJMY MODĘ NA BYCIE DOBRYM!

Patrycja BON

na naukę czas, czyli:

PAH "Akcja Edukacja"

"Nauka na cudzych błędach ułatwia przełknięcie, lecz odbiera przyjemność gryzienia". O tych słowach Lidii Jasińskiej powinniśmy zawsze pamiętać. Nie możemy odbierać nikomu możliwości przekonania się, jak trudne i skomplikowane jest

życie, a już na pewno nie możemy nikomu odebrać możliwości edukacji! w tym właśnie celu działa Polska Akcja Humanitarna. Tym razem wolontariusze z Meritum, wspierają "Akcję Edukację". Na świecie 72 miliony dzieci nie uczęszcza do szkoły podstawowej, a 759

milionów dorosłych jest niepiśmiennych. Ponad połowę w obu przypadkach stanowią dziewczynki i kobiety. Składa się na to wiele czynników, między innymi narastające konflikty zbrojne oraz ubóstwo w dużej części świata. Bądź co bądź jest to naruszenie praw człowieka.

PAH stworzył możliwość zdobywania edukacji. Celem akcji jest zapewnienie wszystkim na ziemi szansy na zdobycie wykształcenia. W naszej szkole odbędą się lekcje na temat prawa do edukacji i życia w Afganistanie, prowadzone przez wolontariuszy naszej szkoły. Przeprowadzona zostanie również akcja

informacyjna. Wszystko po to, by wspólnie z Polską Akcją Humanitarną wspierać rozwój nauki w krajach, gdzie nie jest to możliwe i stworzyć bardziej przyjazny świat.

WY TEŻ MOŻECIE POMÓC! PRZYŁĄCZCIE SIĘ DO AKCJI EDUKACJA.

Bartel Alicja.



Na zbieractwo czas!

Jak wszyscy doskonale wiecie, KMW "Merit" organizuje zbiórkę surowców wtórnych. Każdego miesiąca, jest to inny surowiec. Po co to robimy? By przyczynić się do ochrony środowiska. Nic nie kosztuje odkręcenie zakrętki z butelki i wrzucenie jej do worka, by tam zbierać je, aż uzbieramy dość sporą ilość, a plastikową butelkę wrzucić do kontenera koloru żółtego, czyli do takiego z plastikiem. W marcu nasi wolontariusze będą zbierać metalowe puszki oraz zużyte baterie. Na pewno masz sporo baterii, które już przestały działać. Nie wyrzucaj ich do śmieci! Przynies do szkoły i zdobądź nagrodę dla swojej klasy, tym samym pomożesz chronić środowisko. To nic nie kosztuje, a wrzucając baterie do zwykłego kosza na śmieci, nikomu nie pomagasz. Podobnie jest

z puszkami. Kupiłeś napój w puszcze, wypijeś go i co potem? zgniatasz puszkę i przynosisz ją na zbiórkę do szkoły! Jedną puszkę, czy baterię nic nie zmienia, ale gdy każdy przyniesie choć tą jedną, nic nieznaczącą sztukę, uzbieramy wystarczająco dużo :) W następnych miesiącach ponownie będziemy zbierać plastikowe korki, makulaturę, oraz jedzenie, zabawki, koce itp. dla zwierząt ze schroniska, którym jest to niezbędne. Liczymy, że okażecie Wasze dobre serca i wraz z nami wesprzecie zwierzęta, które nie mają domu.

Klub "Merit" czeka na Was z otwartymi rękami, czekamy na zwolenników recyklingu i ochrony środowiska!

Alicja Bartel,
Daria Marona.



Co powinno znaleźć się w każdej szafie...

Spring look!

Wiosna już niebawem... Czas zrzucić z siebie grube swetry, kurtki, szaliki i rękawiczki i zastąpić je kolorowymi wiatrówkami, t-shirtami i wszystkim tym, co zimą nam się nie kojarzy! Dzięki nam znajdziesz kilka propozycji, które powinny pomóc Ci w odnalezieniu trendu na najbliższe miesiące.

Wszystkie kolory tęczy!

Hitem nadchodzącej wiosny zdecydowanie będą kolorowe spodnie! Rurki, chinosy, a nawet dzwony. Trend wyznaczają w tym sezonie kolory! Ich cel jest jeden: wyróżnić się! Wiosną nie może zabraknąć pastelowych odcieni, a także soczystych, wręcz owocowych barw.

Jak żarówkaneonówka!

Tej wiosny modą zawładną również stroje, które bardzo mocno przykuwają Waszą uwagę, a wszystko przez ich neonowy odcień! Na pewno będzie to spory eksperyment i potrzeba dużo odwagi, by włożyć na siebie coś w rażącym odcieniu, ale przecież



dziewczyny lubią zaskakiwać! Fluorescencyjne t-shirty i sweterki będą trendy!

Lity!

Nie można nie wspomnieć o przez jednych kochanych, a przez innych zniechęconych litach - skórzanych, sznurowanych botkach na maszynym,

drewnianym obcasie. O każdej porze roku znajduje się dla nich miejsce, to niebawem, ale prawdziwe. Zależnie od pory roku zmieniają się ich kolory, teraz oczywiście nadszedł czas pastelowych i tych mocno owocowych, które cieszą oko swoją barwą. Mimo wielu krytycznych opinii, to topowe buty sezonu.

W Polsce nie są rozpowszechnione, ze względu na ich niewielką dostępność. Buty te są charakterystyczne, rzucają się w oczy, zarazem są bardzo uniwersalne, co cieszy ich użytkowniczki.

Wiosenne uderzenie kolorów, dotyczy nie tylko pań, ale również panów! Szaleństwo barw zdominuje



modę na najbliższy sezon, kolory i tkaniny będą świeże i bardzo optymistyczne. Dwurzędowe marynarki, marynarskie swetry w paski, krótkie spodnie typu chinos, kolorowe parki, tshirty w mocnych barwach, skórzane bransoletki, dzianinowe czapki oraz obuwie na podszewkach w kontrastowym kolorze - to moda podpowiedź dla każdego mężczyzny

poszukującego indywidualnego stylu! Każda wiosenna kolekcja zaskoczy nowymi inspiracjami, wariacją kolorów i fasonów, wyrazistą estetyką nadruków. Nowy sezon przynosi ponadprzeciętną wygodę, jakość i nowości.

Natalia Bartko
Angelika Imiołczyk.



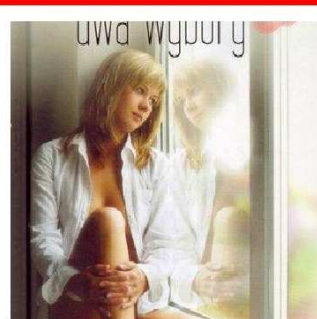
To, co warte uwagi,

czyli co polecamy w tym numerze.

Naszą pierwszą propozycją jest lekka komedia romantyczna z odrobiną kina akcji. "A więc wojna" opowiada o dwóch tajnych agentach, którzy zakochują się w tej samej kobiecie i rywalizując o jej względy, wypowiadają sobie wojnę na śmierć i życie. Korzystają w tej walce z doświadczeń, które zdobyli w ciągu wielu lat wykonywania skrajnie niebezpiecznych zadań.

Natomiast dla widzów o silnych nerwach proponujemy "Safe House". Jest to doskonałe połączenie kryminału, kina akcji oraz thrilleru. Film opowiada historię mężczyzny, którego zadanie to transport świadka koronnego (w tej roli D. Washington) do innej, bezpiecznej kryjówki. Serdecznie polecamy.

Książka, którą proponujemy Wam w tym numerze, to "Dwa wybory" Dianne Wolfer. Libby chciałaby urodzić i wychowywać dziecko, chociaż wie, że czeka ją samotne macierzyństwo. Beth ponad wszystko ceni wolność i świadomość, że zostanie matką oznacza jej koniec. Łączy je dylemat dotyczący aborcji i... jedno ciało. Książka ta zmusza czytelników



do wielu przemysłów, przez co jest interesująca i dość nietypowa.

Weronika Trepka.

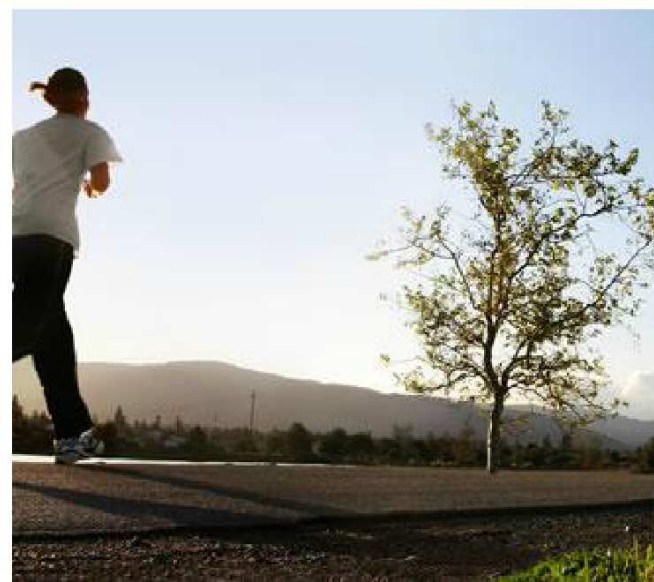
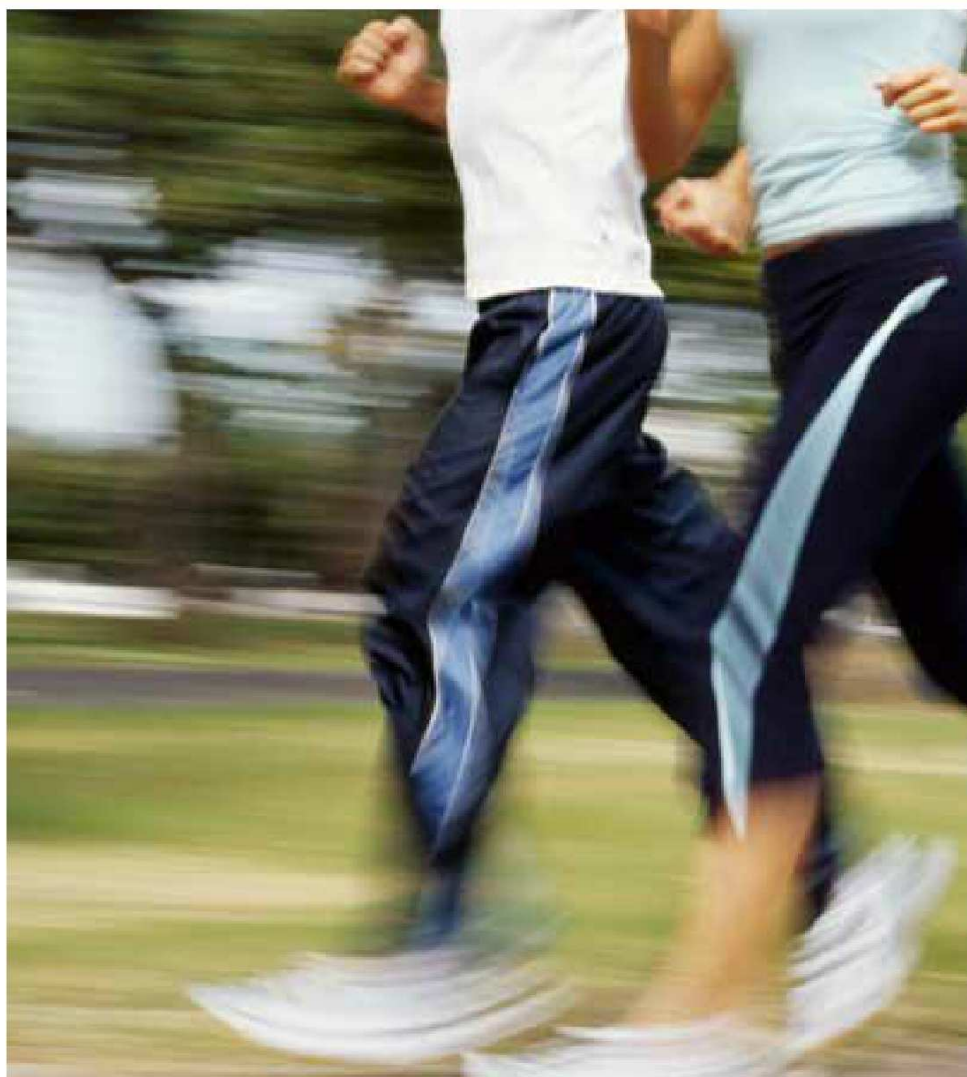
W zdrowym ciele, zdrowy duch!

Wiosna, na sportowo.

Uprawiaj sport zgodnie z najnowszymi trendami. Dobry sprzęt, supergadżety, kolorowe ciuchy i odpowiednie kosmetyki to dodatkowa motywacja do ćwiczeń. Marsz to najlepszy sposób na przyspieszenie metabolizmu. Zaczniij od półgodzinnych szybkich spacerów (przydatne gadżety: MP3 lub iPod, wygodne buty, zegarek z tętnomierzem). Wybierz miłe miejsce i maszeruj tak, by czuć lekkie zmęczenie.

W tym roku mieliśmy wyjątkowo srogą zimę. Niestety, ujemne temperatury nie zachęcały do ruchu na świeżym powietrzu. Większość z nas wolała spędzić wolny czas w przytulnym,

domowym zaciszu niż w klubie fitness. W takiej sytuacji przybiera się zwykle na wadze. Na szczęście od kilku tygodni dni są dłuższe i cieplejsze. To wręcz idealne warunki, by zacząć uprawiać sport na dworze. Od czego należałoby teraz rozpocząć? Jaką dyscyplinę sportu najlepiej wybrać na początek? Po zimie ruch jest jak najbardziej wskazany, nie tylko po to, żeby zrzucić zbędne kilogramy, lecz przede wszystkim by poprawić naszą kondycję. Zaczynając trening, powinniśmy wykonywać więcej ćwiczeń aerobowych, które poprawią wydolność organizmu. Ponieważ wiosenna aura zdecydowanie sprzyja aktywności na świeżym powietrzu, polecałbym spacer, jogging, jazdę na rowerze czy też basen. Jeżeli ćwiczymy na siłowni, najlepiej zacząć od treningu ogólnorozwojowego, działającego na wszystkie partie mięśniowe.



BIEGANIE

Co jest potrzebne? Trasa, wygodny strój, muzyka lub towarzystwo i woda do picia. Najlepiej jest biegać z samego rana, gdyż zazwyczaj po całym dniu nie mamy już siły na bieganie i jedyne o czym marzymy to kąpiel i wygodne łóżeczko. Plusy biegania? Pobudzenie, zrzucenie kilogramów, lepsza forma, więcej energii

i wiele, wiele innych.

JOGGING

Ubijer wygodny strój sportowy i obuwie. Do plecaka wrzuć wodę, mały ręczniczek do otarcia potu i mp4, by muzyka towarzyszyła ci podczas joggingu. Nie musisz wcale ćwiczyć sam, możesz zaprosić do tego sąsiadkę lub kumpla z pracy. Co to jogging?

To z pewnością nie jest intensywny bieg. Jogging to inaczej poranne trucht, rozciąganie i mała rozgrzewka przed czekającym cię dniem. To fajny pomysł na rozpoczęcie dnia, a zarazem złapanie kondycji. Z pewnością ucieszę Panię mówiąc, że ten sposób mają szansę zrzucić zbędne kilogramy. Ćwiczenia

i czas joggingu dobrać do swoich możliwości, a wraz ze wzrostem formy, zwiększaj też wymagania.

ROWERY W RUCH

Jeśli zniknął już śnieg lub jego resztki kompletnie Wam nie przeszkadzają, wsiadajcie na rowery! Możecie jechać w trasę rowerową samemu lub zabrać ze sobą kogoś ze znajomych. Mile

widziane są wyprawy rowerowe dla rodzin. Spakujcie w plecaki napoje i przekąski na drogę. Jeśli poczujecie zmęczenie, zrobicie sobie mały postój na rozmowę i zjedzenie zapasów. Dzięki takiej wyprawie nie tylko spalisz zbędne kalorie, ale i odetchniesz świeżym powietrzem.

Adrian Leszek

Przed pierwszym gwizdkiem,

czyli siatkarskie przygotowania uczniów Meritum.

W poniedziałek 29 lutego w Siemianowicach Śląskich miały miejsce międzyszkolne zawody siatkówki, które jak co roku odbyły się na Hali Zbornej. Kilka lat temu śp. Zdzisław Ambroziak powiedział: "Siatkówka jest bowiem sportem wyjątkowym" - są to słowa, które zna niemal każdy kibic siatkówki. To sport drużynowy, w którym liczy się solidarność zespołu, gdzie smutki, żale i inne

problemy znikają na boisku. Sport, gdzie nie liczy się indywidualność zawodnika, kiedy walczy on sam ze sobą, by osiągnąć jak najlepszy wynik, to zespołowa walka, by osiągnąć wspólny sukces. W tej grze biorą udział dwa sześciuosobowe zespoły; rozgrywający, atakujący, dwóch środkowych, dwóch przyjmujących oraz libero. Wielką rolę w siatkówce odgrywają również sędziowie, oni czuwają nad prawidłowym przebiegiem meczu, zawsze muszą być



To nie jest zwykłe przebijanie piłki na drugą stronę siatki, ważne jest ustawienie zespołu, a wszystko zaczyna się od zagrywki. To ona może ułatwić uzyskanie przewagi nad przeciwnikiem i zapewnić większą pewność siebie zawodnikom. Liczy się każdy zdobyty punkt, każda akcja musi być dopracowana. Najważniejsze w tym sporcie jest nastawienie psychiczne, pewność siebie jest tutaj ważną cechą, podobnie jak spryt i opanowanie.

Niedawno w naszej szkole ruszyły przygotowania do zawodów. Zarówno zespół dziewczyn jak i chłopców, trenował pod okiem nauczycieli wf u. Niestety po zaciętej walce dziewczęta odniosły porażkę w pierwszym meczu. Powodem mógł być brak ważnej dla nas zawodniczki. Wierzymy, że za rok będzie lepiej. Niedługo ruszą przygotowania do rozgrywek w siatkówkę plażową, a na razie trzymamy kciuki za naszych chłopaków i życzymy im powodzenia w finałach!

Roksana Golasińska.

Wiosenne czy wiesz, że? Czyli co wiadomo o wiosnie!

Większość z nas z niecierpliwością czeka na tę porę roku. Przyroda budząca się do życia, ciepłe słońce, za którym tęsknimy podczas mroźnej zimy. Ale co właściwie wiemy o wiosnie?

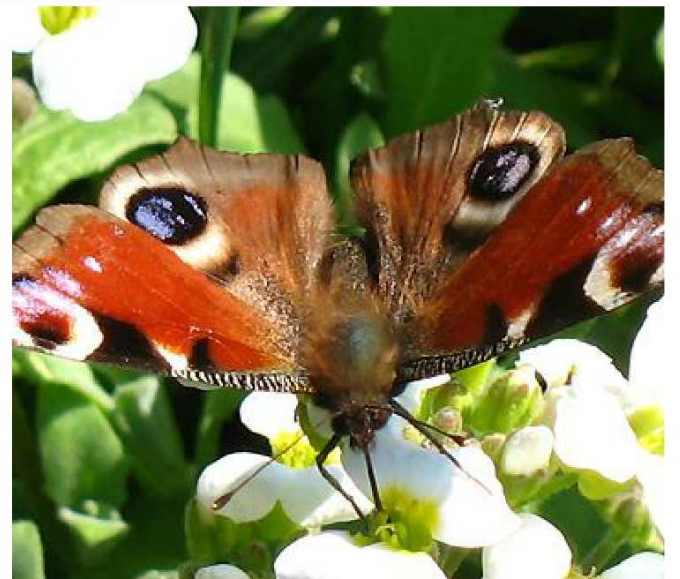
Jak większość zapewne wie, wiosna zaczyna się 21 marca. W naszym kraju mamy wiele zwyczajów związanych z nastaniem tej pory roku. Zapewne każdy z nas zauważył, że na początku wiosny nasze domy są gruntownie sprzątane, nie zostaje w nich najmniejszy okrzeszek. Takie zjawisko możemy nazwać tradycją, ponieważ w dawnych czasach w taki sposób przygotowywano się na różnorodne nowości, jakie mógł dać koniec zimy. Z pewnością z początkiem wiosny kojarzy się Marzanna. Jednak nie każdemu wiadomo, że owa postać wywodzi się jeszcze z czasów słowiańskich. Łatwo się domyślić, że Marzanna to kukła, którą się paliło i topiło. Lecz skąd wziął się ten zwyczaj? Marzanna, inaczej zwana Śmiercichą, była boginią śmierci i zimy. Jak już wcześniej wspominałam, była palona lub topiona. Czemu miały służyć takie zabiegi? Powód był banalny - chciano przepędzić zimę. Jednak nie jest to takie proste jak się wydaje.



Kukła ma być ze słomy, owinięta białym płótnem i ozdobiona koralikami oraz wstążkami. Ponadto z dawnych czasów, Marzannę miał prowadzić dziecięcy orszak, odwiedzając każdy dom. Po drodze podtapiano ją w każdej wodzie, jaka się nadarzyła. Orszakowi towarzyszył straszny hałas, trzaskanie z batów, terkot i grzechot klekotec, śpiew

i granie na wszelkich instrumentach. Wieczorem kukłę przejmowała młodzież. Wyprowadzano Marzannę ze wsi, podpalano i wrzucano do wody. Jednak należało przestrzegać pewnych reguł. Nie można było dotykać pływającej kukły - groziło to uschnięciem ręki. Nie wolno było oglądać się za siebie w drodze powrotnej, żeby nie

zachorować. Jeżeli ktoś się potknął lub upadł gdy wracał, to został mu rok życia. W kulturze chrześcijańskiej jest wiele zapożyczeń z wcześniejszych wierzeń. Przykładem może być malowanie jajek, które miały przynieść zdrowie domownikom i zwierzętom. Również śmigusdyngus miał odstraszać złe duchy i przynosić siłę ludziom.



Na deszczowe dni, trochę humoru ;)

Mucha spotyka stonogę:
- Dlaczego nie byłaś na lodowisku?
- Bo zanim założyłam łyżwy przyszła wiosna...

Idzie ślimak pod górkę i śpiewa:
- Za rok, może dwa...
Z góry schodzi inny, stary i śpiewa:
- Czterdzieści lat minęło...

Jedna jaskółka mówi do drugiej:
- Dziś będzie padał deszcz.
- Dlaczego tak sądzisz?
- Bo ludzie się na nas patrzają.

Biedronka, żuk i stonoga umówili się na naradę na starym dębie. Biedronka i żuczek przyszli punktualnie. Stonoga spóźniła się. Minęły już dwie godziny. Biedronka zdenerwowana chce już iść do domu. Otwiera drzwi, a tu stonoga.
- Gdzie się podziewałaś?! - pyta żuk.
- Nad drzwiami jest napisane, aby wytrzeć nogi...

Weronika Ulfig

Mężczyźni w dniu topienia Marzanny, palili na wzgórzach ogniska, aby przyspieszyć pojawianie się ciepłego słońca i długich dni. Wieczorami odbywały się uczty, na których ludzie obdarowywali się różnymi prezentami. Również pochody zwierząt przez wieś zwiastowały rychłą wiosnę. Ciekawostką może być to że rolnicy zabierali się do pracy po pierwszej burzy,

wtedy przynosiło to urodzaj. Dlatego młodzi chłopcy przez cały dzień hałasowali, alby zwabić jak najszybciej burzę. Jak widzimy, niektóre zwyczaje wydają się nam całkowicie absurdałne, lecz niektórych przestrzegamy do dziś. Należy pamiętać, skąd wywodzą się nasze zwyczaje, abyśmy byli świadomi rytuałów, które czynimy dziś.

Kinga Szyk

Wyjątkowy czas, wyjątkowe dziewczyny, czyli rok Molten Lavy.

Początki Molten Lavy sięgają marca 2011 roku kiedy część dziewczyn z ówczesnej klasy 1aLO zaczęły aranżować spotkania dla chętnych koleżanek. Każda miała w przeszłości do czynienia z tańcem, więc było to połączeniem pasji z dobrą zabawą. Pierwsza aktywność okazała się miłym

zaskoczeniem dla grupy. Dziewczyny świetnie się dogadywały, co pozytywnie się przekładało również na sprawy klasowe. Treningi nazywały spotkaniami klasowymi. Tancerki ciągnęła na salę chęć miłego spędzenia wolnych chwil. Ich grono powiększyło się. Niebawem wybrano lidera i nazwę grupy,



która zdobyła popularność wśród znajomych poprzez Facebooka. Wkrótce "Moltenki" dostały informacje o konkursie tanecznym w Siemianowickim Centrum Kultury. Poprzeczka została postawiona wysoko, jednak zaangażowanie każdej z dziewcząt w pierwszy występ było ogromne, a satysfakcja

po nim jeszcze większa. Na tym nie zaprzęstały. Na ich koncie widnieją nie tylko występy w Meritum podczas szkolnych uroczystości, ale także m.in. na Rynku Bytkowskim, Bańgowie czy w szkole podstawowej nr 3. Jest to jak narazie jedyna grupa taneczna w naszej szkole.

Agnieszka Rutkowska.



Zobacz co Cię czeka, już niebawem.

HOROSKOP

BARAN

W tym miesiącu, a zwłaszcza w drugiej jego połowie, pozostań przy wcześniej założonych postanowieniach. W tym czasie zwróć uwagę na to, czego Ty chcesz, a nie czego potrzebują inni. Podatny teraz jesteś na wpływy z zewnątrz, co może zachwiać Twoimi finansami. Ważne decyzje podejmuj po urodzinach,

panuj nad temperamentem i zbytnią impulsywnością. Dbaj o związek, gdyż Twoja subiektywna ocena może osłabić więź emocjonalną między Wami. Samotność, do której teraz dążysz jest atrakcyjna tylko przez chwilę.

BYK

Pozostań wierny planom, które pojawiły się w lutym. Nowe



decyzje mogą okazać się mało korzystne. W drugiej połowie miesiąca zadbaj o odpoczynek. Szukaj jednak równowagi w działaniu, nadmierny wysiłek i ogrom pracy zamieniony na wycofanie i lenistwo nie przyniesie Ci dobrego samopoczucia. Zaplanuj weekendowy wyjazd, marzec sprzyja kontaktom towarzyskim, pozostań otwarty na miłość, gwiazdy sprzyjają Ci w tym aspekcie pomiędzy 5 a 15 marca. Pamiętaj, wszystko od myśli się zaczyna.

BLIŹNIĘTA

W pierwszej połowie miesiąca będziesz wyjątkowo kreatywny, co przyniesie kilka wartych realizacji pomysłów. Zapisz je a realizacją zajmij się po urodzinach. Cierpliwość jest pozytywną cechą, przenieś

do również na grunt domowy, gdyż Twoje często niepoahamowane wybuchy emocji zdecydowanie się nie opłacą. Wprowadzą tylko negatywną energię, którą trudno będzie potem zmienić. Od 10 do 15 marca rozmawiaj z partnerem i rozwiąż wszelkie wątpliwości i problemy, teraz wszystko się uda.

RAK

W drugiej połowie miesiąca zadbaj o zdrowie i dużo odpoczywaj. Inaczej będziesz się złościć i staniesz się niezdolny. To dla Ciebie doskonały miesiąc jeśli chodzi o sprawy sercowe. Odnajdziesz nową perspektywę, miłość dla Ciebie stanie się tym, czym słońce dla świata.

do korzystnego rozwiązania trudnej sytuacji zarówno Twojej, jak i rodziny. W drugiej połowie miesiąca nie podejmuj ważnych zobowiązań i decyzji, jeśli to możliwe, poczekaj z tym do maja. Zbyt wiele spraw do załatwienia, spowoduje nerwowość, a czasami nawet Twoją agresję. Zastanów się skąd u Ciebie

LEW

W tym miesiącu działaj uważnie i powoli, zdecydowanie opłaci się cierpliwość. W miłości najpierw myśl, a potem mów i zachowaj równowagę w emocjach. W połowie miesiąca pomyśl o romantycznym wieczorze lub weekendzie. To pozwoli również Tobie odprężyć się i odpocząć, nie lekceważ fizycznych sygnałów i zmęczenia.

PANNA

To zmienny dla Ciebie miesiąc, odczuwać to będziesz praktycznie każdego dnia. Zarówno w życiu zawodowym jak i osobistym, pozostań wyrozumiały dla siebie i nie poddawaj się emocjom. To może poruszyć stabilne fundamenty Twojego związku. Potraktuj to jako naukę i doświadczenie. Za Twój nastrój odpowiada układ astrologiczny, mając tę świadomość zastanów się, czy chcesz wspierać wpływy z zewnątrz, czy samego siebie. Wszelkie plany zacznij realizować z początkiem nowego miesiąca, będzie Ci łatwiej.

WAGA

To miesiąc kiedy potrzebujesz odnalezienia równowagi pomiędzy działaniem i odpoczynkiem. To aktywny czas w życiu osobistym, masz wiele do zrobienia. Pamiętaj o planowanych badaniach i wizytach lekarskich. Zaprzyjaj się z kalendarzem i notuj ważne sprawy, gdyż Twoja nieuwaga i rozkojarzenie mogą być dla Ciebie kłopotliwa. Teraz wszystko zależy od Ciebie.

Twoja skomplikowana sytuacja osobista teraz nabierze innego wymiaru, a wszystko znacznie pomyślnie się rozwiązywać. Miej zaufanie, niczemu się nie dziw i nie przeszkadzaj. W efekcie wszystko ułoży się po Twojej myśli. Zwróć uwagę na swoje roztargnienie i zadbaj, by Twoje uczucia nie zagłuszyły rozsądku.

STRZELEC

Marzec, jest miesiącem, w którym opłaci się zaniechanie działania. Realizacji planów możesz podjąć się dopiero po 20 marca, wcześniej włożona przez Ciebie energia będzie nieadekwatna

do uzyskanych wyników. Jeśli możesz, w tym czasie zrób sobie wolne i odpocznij. W pierwszych trzech tygodniach marca zachowaj umiarkowanie we wszystkim, co robisz. Weź na siebie dodatkowe obciążenia tylko, jeśli jest to konieczne. Patrz na wszystko z pozytywnej perspektywy, wtedy zrozumiesz, że czasami to co widzisz jest wytworem Twojego umysłu.

KOZIOROŻEC

Korzystna aura pozwoli Ci zrealizować coś, co przyczyni się

surowe podejście do innych i co się za tym kryje. Pozwól sobie na szczerość, również wobec samego siebie.

WODNIK

Jeśli liczysz na to, że spotkasz swoją drugą połówkę, nie wysuwając nosa z domu, to się mylisz. Trzeba wreszcie wynurzyć się z tego kąta, w którym siedzisz już od dłuższego czasu. I od razu pojawi się okazja, może nawet niejedna. Potrzeba Ci więcej ruchu, a najlepsze dla Ciebie będą spacer, bez względu na pogodę.

RYBY

Teraz wspiera Cię dodatkowa energia, Twoja intuicja będzie wyjątkowo silna. Warto zapisać wszystkie pomysły i plany, i nie zmieniać ich w chwilach słabości. W stałych związkach przyda się uwaga i zrozumienie dla partnera. Dla poszukujących miłości najlepszy czas to sam początek miesiąca, bądź szczególnie uważny do 6 marca.



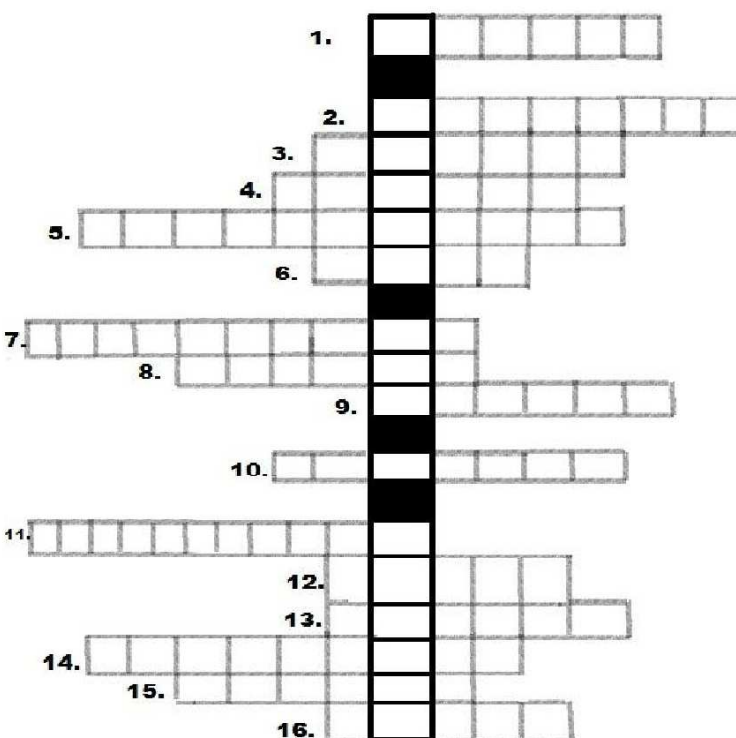
Karolina Zastrożna.

Wiosenna krzyżówka

- 1) Pora roku rozpoczynająca się w marcu.
- 2) Kukła - symbol pożegnania zimy.
- 3) Miesiąc kończący I kwartał roku.
- 4) Angielska nazwa wiosny.
- 5) Meritum znajduje się przy ulicy.....
- 6) Miesiąc, który miał w tym roku 29 dni.
- 7) 12,13,14 marca jest wolny od zajęć w Meritum ze względu na.....
- 8) Ptak, który powraca do nas na wiosnę.

- 9) Kwiat o żółtej lub fioletowej barwie, który zakwita wcześniej na wiosnę.
- 10) (kwiat) niezwykle skromny, lecz piękny
- 11) Kwiat wyłaniający się ze śniegu.
- 12) Kotki rosnące na gałązkach.
- 13) Zielenią się na wiosnę.
- 14) Pięknie śpiewający ptak polny.
- 15) Widzimy je na niebie coraz częściej, nie chowa się już za zimowymi chmurami.
- 16) Długonogi ptak o donośnym głosie.

Angelika Rybak.



Matura już tuż, tuż

Wielu uczniów naszej szkoły nie może doczekać się już kwietnia .. a to dlaczego? Ponieważ wtedy kończą szkołę. Choć jak sami podkreślają, wyboru Meritum nie żałują i chętnie jeszcze by się tu uczyli, to wizja pójścia w dalszą wędrówkę, jest silniejsza. Jednak to nie do końca jest takie proste jak się wydaje. Otóż już w maju, na naszych najstarszych kolegów i koleżanki, czeka egzamin dorosłości - matura. To od jej wyników zależeć będzie to jak potoczą się ich losy ;) dla jednych to bułka z masłem. Innych jednak zżera już dziś poważna trema, bo wiedzą, jak to zaważy na ich dalszym życiu. Czy lepiej podejść do tego spokojnie, czy może lepiej się denerwować? Na jednych stres działa budująco. Innym jednak, może przysporzyć kłopotów.

Kilka osób zapytaliśmy o to jak przygotowują się do matury? Czy bardzo się denerwują, czy może wręcz przeciwnie? Od jak dawna zaczęli solidne przygotowania? Jakie przedmioty wybrali i co wychodzi im najlepiej? Co planują robić po ukończeniu Meritum i zdaniu matury?

Jeden z maturzystów przygotowuje się już od miesiąca, natomiast od zeszłego tygodnia zwiększył tempo pracy. Stara się uzupełnić wiedzę, czytając potrzebne materiały i rozwiązując testy. Uczęszcza również na dodatkowe zajęcia. Jak sam powiedział, nie denerwuje się, bo ma jeszcze dwa miesiące i to od niego zależy, czy zrobi coś, żeby nie denerwować się, gdy już będzie siedział na sali i myślał nad zadaniami. "Gdy solidnie się przygotowuję, będę wiedział, że dam radę" - mówi uczeń. Wybrał on rozszerzoną matematykę oraz fizykę jako dodatkowy przedmiot. Podkreśla, że wszystko idzie mu na podobnym poziomie i gdy tylko skończy szkołę, wybiera się



na politechnikę.

Inny uczeń naszej szkoły nauce stara się poświęcić chociaż godzinę dziennie. Podchodzi do sprawy dość spokojnie, bo zamiast denerwować się, woli ten czas poświęcić na naukę. Poważniejszą pracą nad zagadnieniami zaczął już od września, by być systematycznym i dobrze

przygotowanym. On również zdecydował się na rozszerzoną maturę z matematyki oraz podstawową z fizyki. Gdy tylko zda maturę, chce podjąć studia na Politechnice Śląskiej lub na Uniwersytecie Śląskim, ale jeszcze nie wie, na jaki dokładnie kierunek ma się zdecydować.

Jedna z maturzystek naszej szkoły, przyznaje, że już dziś potwornie zżera ją trema. Śmieje się, że obgryza już wszystkie paznokcie, a gdzie tam do matury! ;) Mimo to stara się bardzo solidnie przygotować, by wiedzieć, że jej paznokcie nie poszły na marne. Od początku roku szkolnego bierze udział w dodatkowych zajęciach, a od stycznia zaczęła ostro

się uczyć. Rozwiązuje dużo próbnych testów z poprzednich lat, by wiedzieć, czego mniej więcej może się spodziewać. Zdecydowała się wybrać rozszerzoną maturę z języka polskiego, bo jak sama powtarza, jest to przedmiot, który umie najlepiej. Gdy tylko ukończy Meritum i odbierze świadectwo maturalne, zamierza podjąć

studia. Jeszcze nie jest zdecydowana, na jaki kierunek się wybierze.

Cóż, nasi drodzy maturzyści! Życzymy Wam jak najlepszych wyników, byście byli zadowoleni i mogli robić to na co macie ochotę;) Wszyscy będziemy trzymać za Was kciuki!

Alicja Bartel

kącik kulinarny: coś smacznego na wiosenne dni.



1. Wiosenne rewolucje;

Składniki:
1 główka sałaty
2 jajka ugotowane na twardo
1/2 pęczka szczypiorku
1/2 pęczka rzodkiewki
2 ogórki
2 pomidorki

Sos:
2 łyżki majonezu
2 łyżki śmietany 18%
kilka gałązek koperku
sól, pieprz

Przygotowanie:
Sałatę "podrzeć" na drobne kawałki. Szczypiorek drobno pokroić. Ugotowane jajka pokroić w kostkę. Rzodkiewki pokroić w półplasterki. Ogórki pokroić w półplasterki. Pomidorki pokroić w osemeczki. Wszystko razem połączyć. W osobnym naczyniu robimy sos: mieszamy śmietanę i majonez. Do tego dodajemy drobniutko posiekany koperek i doprawiamy solą i pieprzem. Sos wlewamy do sałatki, mieszamy i gotowe.

2. Sałatkowe szaleństwo:

Składniki:
główka sałaty lodowej
5 pomidorów
2 czerwone papryki
1 zielona papryka
pęczek rzodkiewki
1 ogórek
musztarda
oliwa z oliwek
sok z połówki cytryny
łyżka posiekanej bazylii
i oregano
mała cebula
sól i pieprz

przygotowanie:
Sałatę umyć, osuszyć i porwać na drobne kawałki. Pomidory, paprykę, ogórka i rzodkiewkę umyć, oczyścić i pokroić w kostkę. Dokładnie wymieszać i odstawić na czas przygotowania sosu. W miseczce wymieszać łyżeczkę musztardy, sok z cytryny, doprawić solą i pieprzem. Wlać 6 łyżek oliwy i mieszać do czasu, aż składniki się połączą. Do sosu dodać łyżkę świeżych, posiekanych ziół (można zastąpić natką pietruszki) i łyżkę bardzo drobno posiekanej cebuli. Ponownie wymieszać i odstawić na 30 minut do lodówki. Po upływie tego czasu warzywa jeszcze raz przemieszać i połączyć sosem. Na koniec można doprawić jeszcze raz solą i pieprzem. Sałatkę podawać schłodzoną.

3. Papryka faszerowana na wiosennej łące ;

Składniki:
2 papryki czerwone
25 dkg mięsa mielonego
8 do 10 średnich pieczarek
1 średnia cebula
2 ząbki czosnku
pieprz, sól, zioła

Przygotowanie:
Zaczynamy od umycia papryki i przekrojenia jej na pół (w miarę możliwości starając się przeciąć koniuszek - wtedy ładniej się prezentuje). Cebulę bardzo drobno siekamy, wrzucamy na rozgrzaną patelnię i smażymy ok. 5 minut, dodajemy pieczarki (umyte i pokrojone na małe kawałeczki, ale nie za drobno), solimy, pieprzymy, lekko przyprawimy ziołami i krótko dusimy do momentu, aż pieczarki puszczą sok. Odstawiamy do wystygnięcia. W tym czasie smarujemy blaszkę olejem. Kiedy pieczarki z cebulą są już przestudzone, dodajemy do nich mięso i posiekany bardzo drobno czosnek, jeszcze raz



przyprawiamy (sól, pieprz, zioła) i dokładnie mieszamy ze sobą. Do połówek papryki nakładamy farsz i wyrównujemy na płasko, wstawiamy do rozgrzanego piekarnika do 175 stopni C na 25 - 30 minut. W trakcie pieczenia, można papryki przykryć folią aluminiową, wtedy będą bardziej miękkie. Podajemy z ryżem, lekko skropione oliwą z oliwek.

Dagmara Drapacz.