

# Witaj Maj

## Nie zapomnij o tych świętach!

**26 maja** wszystkie matki są obdarowywane laurkami, kwiatami oraz różnego rodzaju prezentami przez swoje dzieci. Początki święta sięgają czasów starożytnych Greków i Rzymian. Kultem otaczano wtedy matki. Zwyczaj powrócił w XVII wieku w Anglii pod nazwą "niedziela u matki" i początkowo oznaczał wizytę w katedrze. Dzień, w którym obchodzono to święto, był wolny od pracy. Zwyczaj przetrwał do ok. XIX wieku. Ponownie zaczęto go obchodzić po zakończeniu II wojny światowej.



## Dzień Flagi Państwowej

**Dzień Flagi Państwowej** Rzeczypospolitej Polskiej obchodzony jest w Polsce 2 maja, a jego główną rolą jest popularyzowanie wiedzy o polskiej tożsamości

i symbolach narodowych. Barwy widniejące na fladze państwowej są jednym z ważniejszych elementów jedności narodowej.

## Konstytucja 3 Maja

Konstytucję 3 Maja uchwalono na Sejmie Czteroletnim w 1791. Była pierwszą w Europie i drugą na świecie (po konstytucji amerykańskiej) nowoczesną, spisaną konstytucją. Została zaprojektowana w celu zlikwidowania obecnych od dawna wad systemu politycznego Rzeczypospolitej Obojga Narodów i jej złotej

wolności. Wprowadziła polityczne zrównanie mieszczan i szlachty oraz stawiała chłopów pod ochroną państwa, w ten sposób łagodząc najgorsze nadużycia pańszczyzny. Zniosła zgubne liberum veto. Po utracie niepodległości w 1795 roku, przez 123 lata rozbiorów, przypominała o walce o niepodległość.

## Dzień Europy

**Dzień Europy** - święto europejskich państw. W krajach, które są członkami Rady Europy, a nie są członkami Unii Europejskiej. 5 maja jest związany z ustanowieniem Rady Europy, które miało miejsce 5 maja 1949. Od 1964 Rada Europy celebrowała ten dzień jako Dzień Europy. Ten dzień jest celebrowany w Radzie Europy jako Dzień Tolerancji, Praw Człowieka i Integracji Europejskiej.



MY FAVOURITE MIX  
PEOPLE  
PLACES  
CULTURES



# MOJE GIMNAZJUM

## Aktualności szkolne : PG1 w Koperniku..! czyli wycieczka w obiektywie aparatu.. ;)

**W dniu 3.04.2012r. klasy pierwsze wybrały się na wycieczkę do Centrum Nauki Kopernik.**

Chciałbym podzielić się spostrzeżeniami z wycieczki. Centrum Nauki Kopernik jest jedną z najnowocześniejszych europejskich instytucji, która ukazuje związek nauki z kulturą. Podczas pobytu w Warszawie mieliśmy okazję zapoznać się z wystawami, które obecnie prezentuje Centrum Kopernika. Świat w ruchu to ekspozycja prezentująca nasz świat w nieustającym ruchu. Jednym z elementów były "wiszące piłki". polegało to na sterowaniu lotem plażowej piłki za pomocą powietrznej dmuchawy. Ekspozycje znajdujące się na wystawie "człowiek i środowisko" pozwalały zajrzeć w głąb ludzkiego organizmu. Bardzo interesujący był "teatr anatomiczny"- to stół, na którym znajdował się manekin wiernie odwierciedlający ludzkie ciało, dzięki czemu mogliśmy



zajrzeć w głąb naszego ciała i troszeczkę się w nim "pobawić". Dotknąć wątroby, serca albo kiszeczek. A właśnie a propos jedzenia, można było zobaczyć, jak ono sobie wędruje w naszym brzuchu. Obrazowała to piłeczka udająca pokarm w układzie pokarmowym. Strefa światła- ten rodzaj ekspozycji daje nam odkryć tajemnice światła a oraz doświadczenia

różnego rodzaju iluzji optycznych, czego doskonałym przykładem był eksponat zwany "ukrytą perspektywą", gdzie za pomocą gry światła i odpowiedniej budowy eksponatu, rzeczy i postacie zdawały się mieć inny rozmiar niż w rzeczywistości. Od tych pokazów, aż mieniło się w oczach! Nie sposób nie wspomnieć

o niesamowitym planetarium jednym z najnowocześniejszych w Europie, w którym mogliśmy obejrzeć bardzo ciekawą prezentację mówiącą o początkach życia na ziemi. Mogliśmy także zetknąć się z najnowocześniejszą techniką. Dużo emocji wzbudził rysujący robot. Bawiliśmy się także bańkami mydlanymi,



ale wymagało to ogromnej zręczności. Pobyt w centrum naukowym to świetne połączenie zwiedzania, nauki i parku rozrywki. To tylko mała część wielu atrakcji, do których poznawania zachęcam wszystkich!

**A. Wielgolewski**

STOPKA REDAKCYJNA

Klaudia Pyska  
ANNA ORKISZEWSKA  
Martyna Ola Furtak  
Ania Górzyńska  
Bartek Bartek Murat  
Jasiek Łodyga  
Kinga Stan  
Konrad Kuna  
Agata Kattenbach  
Żaneta Szczerbetka  
Iwona Karasińska  
Paulina Grzesiak  
Patrycja Samonek  
ul. 6 sierpnia 30  
24-100  
PUŁAWY  
Polska

## Woda dla Południa

W związku z realizacją projektu Samorząd Uczniowski prosi, aby każda klasa przyniosła

ok. 100 kg makulatury, minimum trzy fanty na loterię i zrobiła polakat o oszczędzaniu wody.



Od 2006 roku PAH wspiera mieszkańców Sudanu Południowego w uzyskiwaniu dostępu do bezpiecznej wody pitnej i toalet. Ze środków przekazanych przez firmy, instytucje publiczne i osoby prywatne finansujemy m. in. budowę studni, ujęć wodnych i toalet,

szkolenia higieniczne i techniczne. Dzięki finansowemu wsparciu umożliwiamy lepsze zaspokajanie potrzeb i praw mieszkańców Sudanu Południowego. <http://www.pah.org.pl>

## Akcja PAH



# MOJE GIMNAZJUM

## ZNÓW BĘDĄ WAKACJE...

### 1 CZERWCA - DZIEŃ DZIECKA



Dzień Dziecka. Najradośniejsze, najszczerzej po dziecinnemu - roześmiane, rozkrzyczane święto ze wszystkich. W Polsce obchodzimy Dzień Dziecka 1 czerwca. A wszystko zaczęło się dawno - bo 55 lat temu, od historycznego już zdania: Mężczyźni i kobiety wszystkich narodowości uznają, że ludzkość powinna dać dziecku wszystko, co posiada najlepszego i stwierdzają, że ciąży na nich, bez względu na rasę, narodowość i wyznanie - wyspecyfikowane następnie obowiązki". Historia Dnia dziecka wzięła swój początek w 1924 roku w Genewie, kiedy przedstawiciele ponad pięćdziesięciu krajów zgromadzonych w Lidze Narodów, na wniosek Międzynarodowego Związku Pomocy Dzieciom przyjęła uchwałę zwaną Deklaracją Praw Dziecka. W różnych krajach ONZ natomiast Dzień Dziecka tradycyjnie obchodzi się 20 listopada, we

Francji 6 stycznia, a w Japonii osobno świętują chłopcy 5 maja, osobno dziewczynki 3 marca. Dzieci w Turcji swoje święto obchodzą natomiast 23 kwietnia.

**M. Furtak**

Rośnij duży, dzielny zdrowy,  
w 100% odłotowy.  
Teraz coś dla Twojej główki,  
by nie było z niej makówki,  
Bądź pomocny jak komputer,  
szybki jak japoński skuter,  
sympatyczny jak maskotka  
i słodziutki jak szarlotka.

#### Sport to zdrowie!

Osoby, które ćwiczą choćby raz w tygodniu, rzadziej chorują na cukrzycę, serce i raka. Choćby odrobina ruchu dziennie poprawia nasze samopoczucie, stan psychiczny i fizyczny. Niestety w dobie komputerów ludzi aktywnie spędza czas.

W czasie ćwiczeń można wyżyć się, pozbyć się agresji. A po takiej sesji gimnastyki od razu czujemy się lepiej. A jeśli na dodatek nasze ciało zaczyna wyglądać atrakcyjnie to czujemy się jeszcze lepiej.

**M. Furtak**

#### Polska to piękny Kraj w tym arytkule chę wam poleić co warto zwiedzić w wakacje:

Jeżeli macie w planach komplety, zapraszamy na Mauzry. Są tam dwa największe Polskie jeziora - Śniardwy i Mamry.

Jednym z najchętniej odwiedzanych miejsc w okolicach Zakopanego jest Morskie Oko. To największe jezioro w Tatrach leży w Dolinie Rybiego Potoku w odległości około 25 km od Zakopanego.

Paryż to nie tylko światowa stolica mody, tam również znajduje się ceniona na całym świecie wytwórnia perfum.

- Plaże ze złotymi piaskami i krystalicznie czystą wodą, bary, sklepy z ubraniami, ale również wiele zabytków sztuki. Takie cuda można zobaczyć w Hiszpanii

Morza szum i piaszczyste plaże są znakiem rozpoznawczym Trójmiasta. W Gdańsku warto wybrać się na plażę w Brzeźnie, Jelitkowie czy na Stogi. W Gdyni najczęściej

plażowicze wybierają Babie Doły, Redłowo czy Orłowo. Zażywaj kąpeli morskiej lub kąpeli słonecznej i nie zapomnij o olejku do opalania. Dobrze Miasto to miasto w woj. warmińskomazurskim jest ono malownicze i piękne. Przepływa Przez nie rzeka Łyna.

Kinga Stańczyk

### Otwieramy nasze drzwi...

**4 kwietnia, w naszej szkole odbyły się Dni Otwarte.** W tym dniu uczniowie szkół podstawowych w Puławach zaszczycili nas swoją obecnością. Na Pokazie Talentów nasi uczniowie mogli pochwalić się różnymi umiejętnościami. Wszyscy, zarówno przyszli jak i obecni uczniowie naszej szkoły, bardzo dobrze się bawili. Goszczący u nas uczniowie mogli uczestniczyć

w lekcjach pokazowych z fizyki i matematyki i poznać nasze nauczycielki. oglądaliśmy: Pokaz cheerleadingu Akrobatykę Pokazy językowe. Gra na ksylofonie, pianinie oraz perkusji.





# MOJE GIMNAZJUM

## WIDZIAŁEŚ WYPADEK? NIE WIESZ, CO ZROBIĆ? OTO KILKA WSKAZÓWEK

### PODSTAWOWE ZABIEGI RESUSCYTACYJNE U DOROSŁYCH

Zadaniem osoby udzielającej pierwszej pomocy jest utrzymanie przy życiu poszkodowanego i nie dopuszczenie do powstania dalszych powikłań do chwili przybycia lekarza bądź karetki pogotowia ratunkowego.

1. Upewnij się, czy poszkodowany i wszyscy świadkowie zdarzenia są bezpieczni.
2. Sprawdź reakcję poszkodowanego
3. Jeżeli nie reaguje: głośno zawołaj o pomoc, odwróć poszkodowanego na plecy, a następnie udroźnij jego drogi oddechowe, wykonując odgięcie głowy i uniesienie żuchwy.
4. Utrzymując drożność dróg oddechowych wzrokiem, słuchem i dotykiem poszukaj prawidłowego oddechu.
5. Jeżeli oddech nie jest prawidłowy: wyślij kogoś po pomoc, a jeżeli jesteś sam, zostaw poszkodowanego i wezwij pogotowie, wróć i rozpocznij uciskanie klatki piersiowej zgodnie z poniższym opisem: uklęknij



obok poszkodowanego, ułóż nadgarstek jednej ręki na środku klatki piersiowej poszkodowanego, ułóż nadgarstek drugiej ręki na już położonym, spleć palce obu dłoni i upewnij się, że nie będziesz wywierać nacisku na żebra poszkodowanego; nie uciskaj nadbrzusza ani dolnego końca mostka, pochyl się nad poszkodowanym,

wyprostowane ramiona ustaw prostopadle do mostka i uciskaj na głębokość 4-5 cm, po każdym uciśnięciu zwolnij nacisk na klatkę piersiową, nie odrywając dłoni od mostka. Powtarzaj uciśnięcia z częstotliwością 100/min (nieco mniej niż 2 uciśnięcia/s)

6. Połącz uciskanie klatki piersiowej z oddechami ratowniczymi:

po wykonaniu 30 uciśnięć klatki piersiowej udroźnij drogi oddechowe, odginając głowę i unosząc żuchwę, zaciśnij skrzydełka nosa, używając palca wskazującego i kciuka ręki umieszczonej na czole poszkodowanego, pozostaw usta delikatnie otwarte, jednocześnie utrzymując uniesienie żuchwy, weź normalny wdech i obejmij szczelnie usta

poszkodowanego swoimi ustami, upewniając się, że nie ma przecieku powietrza, wdmuchuj powoli powietrze do ust poszkodowanego przez około 1 sekundę (tak jak przy normalnym oddychaniu), obserwując jednocześnie czy klatka piersiowa się unosi kontynuuj uciskanie klatki piersiowej i oddechy ratownicze w stosunku

30 : 2,  
7. Kontynuuj resuscytację do czasu gdy: przybędą wykwalifikowane służby medyczne i przejmą działania, poszkodowany zacznie prawidłowo oddychać, ulegniesz wyczerpaniu.  
Źródło: Polska Rada Resuscytacji

### BEZPIECZNIE NAD WODĄ

Woda to żywioł. W czasie letniego odpoczynku nie zapominaj o zasadach bezpieczeństwa. Jeśli chcesz bezpiecznie spędzić wakacje nad wodą, pamiętaj:

- Nie wolno wchodzić do wody po spożyciu alkoholu lub środków odurzających.
- Nie wolno wchodzić do wody zaraz po opalaniu się na słońcu - może to grozić szokiem termicznym lub utratą przytomności.
- Po wejściu do wody najpierw należy schłodzić okolice serca, karku oraz twarzy.
- Do wody wchodzimy tylko w miejscach oznakowanych,

gdy nad kąpiącymi się czuwa ratownik;

- Nie skaczmy do wody na "główkę", tym bardziej jeśli nie znamy głębokości wody.
- Gdy przy kąpielisku strzeżonym widzimy czerwoną flagę lub nie jest wywieszona żadna flaga - kąpiel jest zabroniona.
- Nie zaleca się kąpać zaraz po jedzeniu - powinno się odczekać przynajmniej godzinę.



Wędrówka górkimi szlakami tak w lecie, jak i w zimie, to jeden z najlepszych sposobów spędzenia wolnego czasu, ale tym wędrówkom mogą towarzyszyć zagrożenia

czy wypadki. Podstawowe informacje to :

- Przebieg szlaku turystycznego, którym będziemy się kierować.
- Lokalizacja obiektów, które mogą stanowić awaryjne schronienie
- Drogi odwrotu jeżeli podejmiemy decyzję o skróceniu naszej wędrówki
- W placówkach GOPR można uzyskać informacje o warunkach panujących w górach.
- Podstawą ekwipunku turysty górskiego jest odpowiednie i wygodne

obuwie oraz plecak. Wychodząc w góry zostawmy w miejscu pobytu wiadomość o trasie wycieczki

W przypadku zagubienia szlaku turystycznego przy dobrej pogodzie należy: ustalić kierunek, skąd przyszliśmy i ustalić kierunek w którym winien prowadzić szlak.