

W NUMERZE:

- HAPPENING Z OKAZJI DNIA ZIEMI
- PIERWSZA POMOC PRZEDMEDYCZNA - PISEMNY KURS DLA KAŻDEGO!
- JESTEŚMY SAMI WE WSZECHŚWIECIE? ZJAWISKA PARANORMALNE!
- WYWIAD Z PANIĄ IWONĄ MARCZAK

Szaferówka

Miesięcznik Gimnazjum nr 6
 im. prof. Władysława Szafera w Płocku
 ul. Jachowicza 20
 09 - 402 Płock
 szaferowka@gmail.com



Happening z okazji Dnia Ziemi

23 maja 2012 r. na Starym Rynku odbył się happening z okazji **Dnia Ziemi**. Impreza była inicjatywą Gimnazjum nr 6 w Płocku oraz Regionalnego Centrum Edukacji Ekologicznej. Hasło tegorocznej uroczystości brzmiało: **„Dobra energia dla wszystkich”**. Organizatorzy zadbali, by naukę połączyć z zabawą, a treści ekologiczne przedstawić w interesującej formie. Uwagę mieszkańców zwrócił już

przemarsz ulicą Tumską kolorowego korowodu. To nasi uczniowie prezentowali swe ekologiczne stroje. Przebrani za żarówki, kominy, kwiaty, drzewa, zwierzęta, wyposażeni w transparenty maszerowali, by wspólnie przemówić głosem naszej PLANETY, przypominać o jej prawach i naszych obowiązkach. Przybyłych na Rynek powitali organizatorzy, m.in. p. Grażyna Rutkowska - dyrektor G6.

Konkursy, wystawy, zawody...

Licznie zgromadzoną młodzież i dzieci z płockich przedszkoli zapraszano do udziału w konkursach, zawodach, zachęcano do oglądania wystaw, stoisk, przedstawień teatralnych. Przygotowano różnorodne konkursy plastyczne, wiedzy, sportowe, uczono udzielania pierwszej pomocy, zachęcano do segregacji odpadów. Ta bogata oferta

edukacyjna to plon wieloletniego uczestnictwa naszej szkoły w programie „Trzymaj formę”, którego celem jest kształtowanie prozdrowotnych nawyków wśród dzieci i młodzieży poprzez promocję zasad aktywnego stylu życia, prawidłowego odżywiania. Zdobyta w ten sposób wiedzę nasi gimnazjaliści chętnie przekazywali podczas happeningu swym młodszym kolegom.

Dobra energia dla wszystkich!

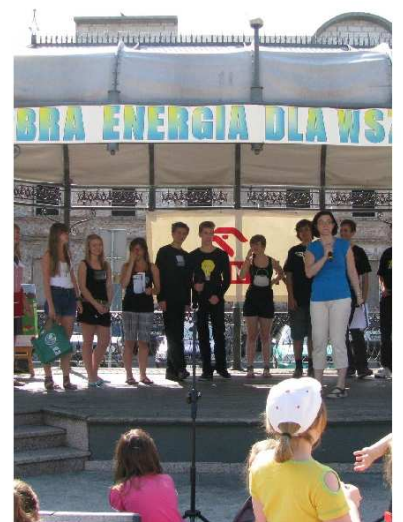
Nasza wspaniała młodzież

Doskonałym pomysłem na propagowanie ekologicznego stylu życia były kolorowe plakaty wykonane przez ZESPÓŁ REDAKCYJNY SZAFERÓWKI. Tak, my również uczestniczyliśmy w happeningu, gdyż idea ochrony przyrody jest nam bardzo bliska. Wykonaliśmy kolorowe plakaty, by poprzez hasła,

które na nich widniały, skłonić mieszkańców naszego miasta do zmiany złych nawyków, zachęcić do kształtowania tych właściwych. Warto przytoczyć niektóre z nich: **ENERGIĘ OSZCZĘDZAMY - ZIEMI ŻYCIE ZAPĘWNIAMY, CZYSTA ENERGIA - CZYSTY ZYSK, SZANUJ WODĘ, ZAKRĘCAJ KRAN, KIEDY JEJ NIE UŻYWASZ, NIE PAL ŚMIECI I TWORZYW SZTUCZNYCH ...** Doskonale spisały się także klasy III e i III f. Uczniowie upiekli ciasta, by przezna-

czone ze sprzedaży pieniądze przeznaczyć na rzecz schroniska dla zwierząt. W ten sposób włączyli się w akcję „Pomóż Ciapkowi”. Zachęcali również do segregacji odpadów, prowadzili konkursy rysunkowe. Duży wkład w organizację uroczystości włożyły też klasy III b i III g. Uczniowie tych klas przeprowadzili sondy uliczne na temat gospodarowania energią w naszych domach. Przygotowali także przedstawienia

teatralne, piosenki, które przypominały o obowiązku i sposobach oszczędzania energii. Propagowali także zdrowe odżywianie poprzez dokonanie podziału produktów spożywczych na te, które dają „dobrą” i te, które dają „złą” energię. Dużym zainteresowaniem cieszyły się też spektakle przygotowane przez dzieci z płockich przedszkoli. Świetna organizacja to wielka zasługa prowadzącej -p.Małgorzaty Banaszczak, która porwała nas w wir ekologicznej zabawy.



Nadszedł maj - czas coraz cieplejszych dni oraz odliczania czasu do końca roku szkolnego. Każdy uczeń marzy o wakacjach, by wreszcie odpocząć, poleniuchować, wyjechać lub posiedzieć spokojnie w domu.

Ten miesiąc jest także powodem do świętowania - to właśnie w maju, dokładnie 3 maja 1791 została uchwalona została pierwsza konstytucja w Europie - KONSTYTUCJA 3 MAJA. W całej Polsce to święto jest uroczysto obchodzone, w szkołach odbywają się przeróżne pokazy i występy na ten temat.

Co roku w naszym mieście odbywa się także sławny happening z okazji Dnia Ziemi. To okazja, by przypomnieć o bolączkach naszej planety, zachęcić do większej troski o jej los. W tym roku namawialiśmy mieszkańców Płocka, by nie marnowali energii i pamiętali o jej alternatywnych źródłach, bo przecież energię możemy pobierać ze słońca, wiatru, wody, a nawet ziemi. Niestety, większość ludzi zdaje się tego nie doceniać. Przeczytajcie majowy numer „Szaferówki”, by dowiedzieć się, jak o przyrodę dbają władze naszego regionu oraz my - uczniowie Gimnazjum nr 6 w Płocku.

Życzę miłej lektury - Redaktor Naczelna - Ewa Daniłow

Ciekawostka!

Kiedy na Ziemi zapanowałby wieczny mrok, gdyby Słońce w pewnym momencie raptownie zgasło?

Dokładnie 500 sekund później. Tyle bowiem czasu potrzebuje światło, aby dotrzeć od Słońca do naszej planety - z prędkością niemal 300 000 kilometrów na sekundę.

Absurdy ze świata na wesoło :)

W Nowej Gwinei zapłata za ślub z "nową" narzeczoną to 240 dolarów, 5 świni i jeden ptak. Dwie świny, ptak i jedyne 30 dolarów wystarcza, aby zapłacić za żonę z odzysku (rozwódkę lub wdowę). **Nic nie płaci się za byłą dwukrotną mężatkę!**

**Redakcja: kl. Id, Ie
Gimnazjum nr 6
w Płocku**
**Ewa Daniłow -
redaktor naczelna;**
Aktualności: Kamil Biegaj, Dominika Pękról, Karolina Żaglewska, Agnieszka Chudzik, Ewa Daniłow,

Paulina Kaczmarek, Weronika Rekus, Aleksandra Kosińska, Dagmara Strzałkowska, Małgorzata Jankowska;
Wywiady: Ewa Daniłow, Katarzyna Żaglewska, Natalia Napora, A. Chudzik, D. Strzałkowska;
Zdrowie: Justyna Jarzyńska



Ekologia: Aleksandra Izbicka;
Fotoreporter: A. Chudzik, D. Pękról;
Grafik: Natalia Napora;
Muzyka: Martyna Owsik, Marta Chrzanowska;
Sonda: Paulina Kaczmarek, Agnieszka Chudzik;
Sport: Jakub Jazgarski, Adrian Mikołajczyk;
Kultura i rozrywka: Martyna Owsik, Kamil Biegaj;
Poezja: Paulina Kaczmarek
Opieka nad zespołem redakcyjnym - p. Magdalena Michalska

Z jakich stron społecznościowych najczęściej korzystasz?

Facebook - 57%
Nasza klasa - 21%
Twitter - 18%
Photoblog - 3%
Fotka - 1%

Jaki kolor rurek najbardziej Ci się podoba?

Czerwony - 27%
Niebieski - 23%
Zielony - 20%
Pomarańczowy - 15%
Biały - 15%

KURS Z RATOWNICTWA

Często słyszymy o różnego rodzaju wypadkach, spotykamy się z urazami lub nagłymi zachorowaniami, dlatego też poniższy artykuł poświęcony jest pierwszej pomocy przedmedycznej. Dobrze byłoby, gdyby każdy z nas znał podstawy udzielania pierwszej pomocy, żeby umiał zachować się w różnych przypadkach, które możemy spotykać w swoim życiu. Może kierując się podstawowymi

informacjami przedstawionymi poniżej, pomożesz lub nawet uratujesz życie ludzkie. Zanim przybędzie pogotowie ratunkowe, działania niosące pomoc powinny być szybkie i odznaczające się logicznym myśleniem. Pierwszą czynnością przy udzielaniu pomocy osobie nieprzytomnej jest rozpoznanie jej przyczyny. Poszkodowanego należy ułożyć w pozycji bezpiecznej. Jeśli ranny nie oddycha, należy zastosować sztuczne oddychanie

metodą usta - usta lub usta - nos. Metoda usta - usta polega na wdmuchiowaniu do ust nieprzytomnego powietrza. Należy przy tym pamiętać, aby zacisnąć u poszkodowanego palcami nozdrza. Wykonać należy dwa głębokie wdmuchnięcia oraz obserwować, czy unosi się i opada klatka piersiowa ratowanego. Przy metodzie usta - nos powietrze wdmuchuje się przez nos przy zamkniętych ustach nieprzytomnego.

Kinect jest to czujnik ruchu, do którego niezbędna jest konsola Xbox 360. Kinect został wyprodukowany przez firmę Microsoft. Dzięki niemu możemy działać z konsolą bez używania żadnych kontrolerów, tylko za pomocą kończyn, ciała i poprzez komendy głosowe. Dzięki temu możemy świetnie bawić się samemu i ze znajomymi.

Polecane gry:
~Kinect Sports - dla osób kochających sport.
~Dance Central - dla miłośników tańca.
~Fitness Evolved - dla osób, które lubią ćwiczyć i dobrze się ruszać. Na pewno nie zawiodą się one na tej grze.
~Rapala for Kinect - dla urodzonych wędkarzy.
~Joy Ride - Jeśli lubicie się ścigać. Polecam!



Pierwsza pomoc przedmedyczna - co powinieneś wiedzieć?

Kolejnym krokiem jest sprawdzenie, czy poszkodowany ma zachowane krążenie krwi. Jeśli na tętnicy szyjnej lub udowej stwierdzimy brak tętna, należy wykonać zewnętrzny masaż serca. Poszkodowanego ułożyć należy na czymś sztywnym (najlepiej z nogami uniesionymi do góry) i uklęknąć z jego prawej strony. Następnie trzeba wyszukać mostek i ucisnąć jego dolną połowę. Uciska się dłońmi, tzn. na nasadę jednej układamy drugą, palce spleść tak, aby nie dotykały klatki piersiowej. Osoba ratująca musi mieć wyprostowane ramiona i opadać ciężarem własnego ciała na klatkę piersiową nieprzytomnego, która powinna ugiąć się o ok. 5 cm w dół, następnie zwolnić ucisk poprzez cofnięcie się, ale nie wolno odrywać rąk. Uciskać

trzeba ok. 80-100 razy na minutę. Jeżeli pomocy udziela jedna osoba, musi pamiętać również o wykonywaniu oddychania usta - usta, tzn. 2 oddechy i 15 razy ucisnąć serce. Masaż serca i oddychanie metodą usta - usta prowadzić trzeba tak długo, aż wróci tętno i samodzielny oddech. Trzeba oczywiście pamiętać, aby wezwać lekarza.

Z osobą nieprzytomną pozostajemy do czasu przybycia lekarza!



Porozmawiajmy o ... zjawiskach paranormalnych str. 3

Zjawiska paranormalne to umiejętności lub zjawiska, których istnienie nie zostało potwierdzone naukowo, których istnienie wydaje się sprzeczne z obecnymi teoriami naukowymi, lecz ich badaniem zajmują się parapsycholodzy. Przykłady zjawisk paranormalnych to: **duchy, wampiryzm, przepowiadanie przyszłości, prorocze sny**, jest ich bardzo wiele. Zjawiskiem paranormalnym jest też m.in.: **telepatia**. Jest to zdolność przekazywania myśli, uczuć i wrażeń zmysłowych na poziomie mentalnym. **Jasnowidzenie** jest to zdolność widzenia osób i wydarzeń, które miały bądź będą miały miejsce w przyszłości. Zdolność przepowiadania przyszłości nazywana jest **prekognicją**, zaś przeszłości **retrokognicją**. Tego również nie potwierdzono żadnymi badaniami naukowymi. Kolejnym popularnym zjawiskiem jest **dermooptyka**. To zdolność postrzegania światła i barw za pomocą skóry. Osoby, które posiadają takie umiejętności, najczęściej twierdzą, że są w stanie rozpoznawać kolory lub nawet czytać tekst za pomocą palców u rąk. Wiele artykułów jest także o duchach - o ich istnieniu mówiono już w starożytności. Czy jest to prawda? Będziemy mogli to potwierdzić w momencie osobistego spotkania z duchem. Wiara w duchy związana jest z twierdzeniem, że istnieje życie po śmierci. Następnym zjawiskiem jest **psychoteza** - jest to umiejętność oddziaływania na przedmiot bez bezpośredniego kontaktu z nim. Najszerzej komentowaną i znaną formą psychokinezy będzie **telekineza**, czyli przesuwanie przedmiotów siłą umysłu oraz **lewitacja**, czyli unoszenie się osób lub przedmiotów. Szczególne sceptyczne podejście do zjawisk paranormalnych mają oczywiście naukowcy. Fundacja imienia Jamesa Randiego wyznaczyła nawet nagrodę miliona dolarów dla osoby, która w racjonalny, naukowy sposób udowodni tego typu zjawisko. Do tej pory jednak nikt nie zgłosił się po odebranie nagrody.

TAJEMNICA STREFY 51

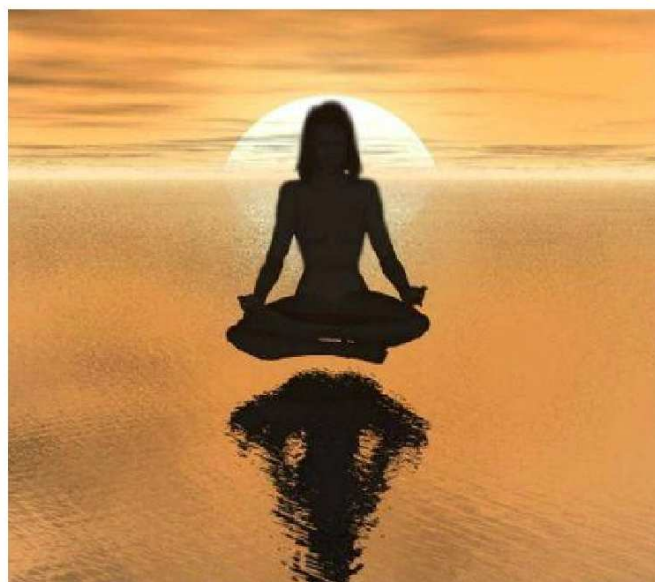
Cała baza jest bardzo strzeżona. Wokół niej jest pełno rozstawionych tabliczek z ostrzeżeniami na temat tego, co grozi, gdy wejdzie się na teren **Strefy 51**. W ogóle nawet kilka kilometrów od bazy jest pełno czujników, kamer, dzięki którym strażnicy mogą dowiedzieć się szybko o intruzie. Wejście na teren obozu "bez zaproszenia" może nawet grozić odstrzeleniem. Ale po co te wszystkie zabezpieczenia? Są podejrzenia, że Strefa 51 jest związana z UFO. Niektórzy ludzie widzieli nad bazą dziwnie wyglądające obiekty latające, ale władze zaprzeczały tym relacjom. Rząd znalazł się w niezręcznej sytuacji, gdy jeden z pracowników bazy - Robert Laraz, wystąpił w telewizji w 1989



roku i ujawnił, iż były tam przeprowadzane badania nad pozaziemskimi pojazdami kosmicznymi, by wykorzystać obcą myśl techniczną. Mówi się także, że w Strefie 51 badane są zwłoki obcych, a wszystko było związane z rozbiciem się w 1947 roku w pobliżu Roswell

stanu Nowy Meksyk dziwnego obiektu. Strefa 51 znana jest także z tego, że prowadzonych jest tam wiele doświadczeń, m.in.: konstruowano tam najśłynniejsze i najnowocześniejsze samoloty wojskowe, bomby i inne dziwne rzeczy. Twierdzi się także, że są tam

konstruowane samoloty tak szybkie i ciche, że ich prędkość nie jest osiągalna przy zastosowaniu ZIEMSKIEJ TECHNOLOGII. Oprócz tego istnieją przypuszczenia, że w bazie zajmują się także nowoczesną bronią energetyczną, kontrolą pogody oraz podróży w czasie.



Lewitacja to zdolność do swobodnego unoszenia własnego ciała dzięki sile woli. Istnienie zjawiska lewitacji nie jest udowodnione naukowo i dlatego zalicza się je do pseudonauk. Umiejętność lewitacji obserwowano w życiu również niektórych mistyków katolickich, np. św. Józefa z Kupertynu. Ten włoski franciszkanin często doznawał

lewitacji, w czasie których trwał zawieszony w powietrzu. Z tego powodu zabroniono mu chodzenia do chóru zakonnego na modlitwy oraz brania udziału w procesjach i uroczystościach kościelnych. Urządzono mu małą kaplicę w celi klasztornej, by nie pojawiał się publicznie i nie budził sensacji wśród wiernych.

LEGENDA ROCKA Guns n'Roses

Guns N' Roses - amerykański zespół hardrockowy, założony w Los Angeles w roku 1985. Oryginalny skład, w którym zespół podpisał kontrakt z wytwórnią Geffen Records w roku 1986, wyglądał następująco: Axl Rose (wokalista), Slash (gitara prowadząca), Izzy Stradlin (gitara rytmiczna), Duff McKagan (gitara basowa), Steven Adler (perkusja). W chwili obecnej Rose jest

jedyną osobą z tamtego składu, która nadal pozostaje w zespole - uzupełniają go Ron Thal oraz DJ Ashba (gitary prowadzące), Richard Fortus (gitara rytmiczna), Tommy Stinson (gitara basowa), Frank Ferrer (perkusja) oraz Dizzy Reed i Chris Pitman (instrumenty klawiszowe). Guns N' Roses wydali sześć albumów studyjnych, sprzedając ponad 100 milionów egzemplarzy na całym świecie.



Wielka majówka

Maj to najpiękniejszy miesiąc, ciepły, słoneczny, każdego roku czymś zachwyca. W tym roku zaskoczył nas wysoka temperatura i wyjątkowo długim weekendem. Majówka trwała prawie dwa tygodnie, dokładnie: 3 dni egzaminów gimnazjalnych i 6 dni wolnego z okazji Święta Pracy, Święta Flagi, rocznicy uchwalenia

Konstytucji 3 maja. Nasza szkoła dała nam wolny poniedziałek i piątek, w ten sposób miliśmy prawie 2 tygodnie wolnego. Wiele osób wykorzystało ten wolny czas i wyjechało za miasto, by spędzić majówkę na świeżym powietrzu, nad wodą, z przyjaciółmi. Taki relaks przydał się nam przed wystawianiem ocen...

Globalny rozwój cywilizacyjny i wielokierunkowa ekspansja człowieka spowodowały degradację środowiska naturalnego - zanieczyszczenia, wyczerpywanie się zasobów, giniecie gatunków zwierząt i roślin, a także pogorszenie stanu zdrowia ludności. Miasto Płock prowadzi wieloletnią działalność zmierzającą do poprawy środowiska, wielopoziomą edukację ekologiczną mieszkańców i współpracuje z innymi jednostkami samorządu terytorialnego np. Wojewódzkim Inspektoratem Ochrony Środowiska w Warszawie i Delegaturą w Płocku, instytucjami i organizacjami, np. Regionalnym Centrum Edukacji Ekologicznej w Płocku w celu poprawy stanu środowiska. Zostało to docenione szeregiem wyróżnień, m.in. tytułem EKOLOGICZNEJ GMINY MAZOWSZA (2001 r.), GMINY PPZYJAZNEJ ŚRODOWISKU (2002 r.) oraz nagrodą za działania na rzecz ochrony środowiska w konkursie NASZA GMINA W EUROPIE, organizowanym przez NFOŚiGW w dziedzinie gospodarki odpadami (2003 r.). Opracowano długoterminowe założenia ochrony środowiska dla Płocka do 2015 roku.

Nadrzędny cel Programu ochrony środowiska sformułowano następująco: Osiągnięcie trwałego rozwoju Płocka i zwiększenie atrakcyjności Miasta poprzez poprawę środowiska przyrodniczego i rozwój infrastruktury.

Główne kierunki działań ujęto w programie w okresach kroczących długoterminowych zmierzających do: **zmniejszenia zanieczyszczeń środowiska** w tym poprawy jakości wód, uporządkowania gospodarki odpadami, zapewnienia wysokiej jakości powietrza atmosferycznego, ograniczenia uciążliwości hałasu; **racjonalizacji gospodarki wodnej** w tym zmniejszenie deficytu wód powierzchniowych, ograniczenie poboru wód podziemnych dla celów gospodarczych, produkcji i usług; **zwiększenie lesistości i ochrona lasów** w tym osiągnięcie wskaźnika lesistości Mazowsza do 25 %; **poprawy stanu bezpieczeństwa ekologicznego**; **podnoszenie poziomu wiedzy ekologicznej** w tym przede wszystkim kształtowanie postaw i zachowań zgodnych z zasadami ekorozwoju; **rozwój proekologicznych form działalności gospodarczej**; **utworzenie spójnego systemu obszarów chronionych** zwiększenie obszarów objętych ochroną prawną do 35% powierzchni województwa, z uwzględnieniem dolin rzecznych, i obszaru funkcjonalnego Zielone Płuca Polski.

O EKOLOGII ROZMAWIAMY Z PANIĄ IWONĄ MARCZAK - DYREKTOREM BIURA RCEE W PŁOCKU

Happening to okazja do spotkań i rozmów o ekologii. O taką właśnie rozmowę poprosiliśmy p. Iwonę Marczak.

Nasze gimnazjum wspólnie z Regionalnym Centrum Edukacji Ekologicznej co roku organizuje dla lokalnej społeczności happeningi z okazji Dnia Ziemi. Czy zauważyła Pani pozytywny wpływ tych imprez na kształtowanie świadomości ekologicznej mieszkańców naszego miasta?

Oczywiście, zauważyłam pozytywny wpływ naszych działań, które zachęcają młodych i dorosłych, by zmienili swoje postępowanie względem naszej planety. Zaobserwowałam też, że młodzi ludzie zachęcają swoich rodziców i dziadków do działań ekologicznych.



Ochrona środowiska powinna być dziełem nas wszystkich. W jaki sposób Regionalne Centrum włącza się w działania na rzecz ochrony przyrody w regionie?
Centrum organizuje różnego rodzaju akcje i happeningi ekologiczne, niekiedy wspomagane siłami naszych

partnerów, na przykład Gimnazjum nr 6 w Płocku. **Jako gimnazjaliści mamy świadomość, że uczyć trzeba już najmłodsze pokolenia, dlatego na nasze happeningi zapraszamy dzieci z okolicznych przedszkoli, by już od najmłodszych lat kształtowały**

pozytywne nawyki. Co Pani chciałaby przekazać nam i naszym młodszym kolegom, by ochrona przyrody stała się przyjemnym nawykiem
Chciałabym przekazać Wam, że ochrona środowiska wcale nie musi być trudna, wystarczy segregować odpady, a nawet



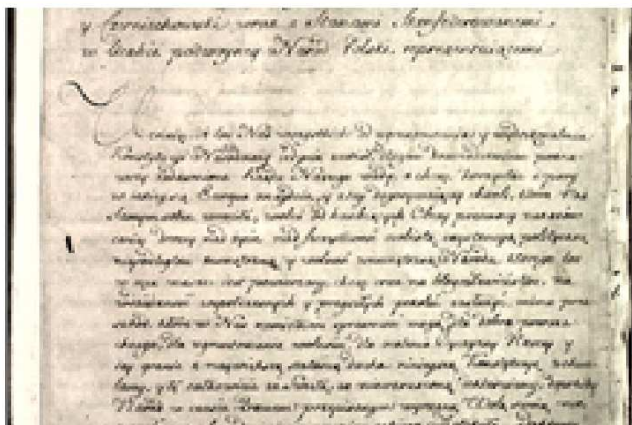
wyłączać światło, gdy nie ma nas w pokoju, zakręcać kran, kiedy nie korzystamy z wody i nie zostawiać urządzeń elektrycznych w stanie czuwania. **Dawne województwo Płockie było terenem o najmniejszej powiechni lasów, ok. 12%. Czy teraz to się zmieniło?** Niestety, nie zmieniło

się na lepsze. Nadal mamy mało lasów na naszej ziemi, chociaż jest wiele nieużytków, na których można by posadzić drzewa. **Dziękujemy za rozmowę. Proszę przyjąć jeszcze kilka numerów „Szaferówki”, pisma wspierającego ekologię.** Dziękuję.

PIERWSZA W EUROPIE, DRUGA NA ŚWIECIE... KONSTITUCJA 3 MAJA

Konstytucja uchwalona 3 maja 1791 roku to ustawa regulująca ustrój prawny Rzeczypospolitej Obojga Narodów. Powszechnie przyjmuje się, że Konstytucja 3 maja była pierwszą w Europie i drugą na świecie. Została zaprojektowana w celu zlikwidowania obecnych od dawna wad systemu politycznego Rzeczypospolitej Obojga Narodów i jej złotej wolności. Przyjęcie

Konstytucji 3 maja spowodowało wrogość sąsiadów Rzeczypospolitej Obojga Narodów. Podczas wojny w obronie konstytucji, Polska - zdradzona przez swojego pruskiego sprzymierzeńca Fryderyka Wilhelma II, została pokonana przez Imperium Rosyjskie Katarzyny Wielkiej, sprzymierzonej z konfederacją targowicką - spiskiem polskich magnatów przeciwnych reformom



Płock dba o przyrodę!

POWIAT PŁOCKI charakteryzuje się stosunkowo dużą powierzchnią obszarów objętych ochroną prawną (około 45% powierzchni powiatu). Na terenie powiatu występują następujące formy ochrony przyrody: **OBSZAR NATURA 2000 - Dolina Środkowej Wisły; 4 PROJEKTOWANE OBSZARY NATURA 2000**, np. Uroczyska Łąckie, Kampinoska Dolina Wisły; **2 PARKI KRAJOBRAZOWE**,

np. Brudzeński Park Krajobrazowy; **3 OBSZARY CHRONIONEGO KRAJOBRAZU**, np. Nadwiślański Obszar Chronionego Krajobrazu, Obszar Krajobrazu Przyszecza Skrzy Prawej; **7 ZESPOŁÓW PRZYRODNICZO - KRAJOBRAZOWYCH** J. Białobrzesckie, Ujście Skrzy, J. Józefowskie, J. Ciechomiczkie, J. Łąckie, J. Zdwojskie; **90 UŻYTKÓW EKOLOGICZNYCH; 187 POMNIKÓW PPZRRODY.**