

## Medaliści olimpijscy o integracji i sile marzeń



Witajcie! Jak ten czas szybko leci... Jeszcze niedawno cieszyliśmy się z ferii, walentynki minęły. Również teraz mamy wstrzymanie od głośnych zabaw, gdyż zaczął się Wielki Post. Tymczasem nauczyciele nie popuszczają, poziom stresu u trzecioklasistów niebezpiecznie wzrasta, a cała reszta niecierpliwie wygląda na najbliższą przerwę w zajęciach - Świąt Wielkanocnych. Zachęcamy zatem do chwili relaksu z nowym numerem KINGA, w którym wiele o tym, co się w szkole dzieło, dzieje i będzie dzieło. Miłej lektury!

Redaktor

### Droga młodzieży!

Tym razem poruszymy problem czystości języka, którym zajmuje się od roku 1996 Rada Języka Polskiego powołana przez Prezydium Polskiej Akademii Nauk. 7-ego października 1996 roku Parlament RP uchwalił ustawę, która zobowiązuje wszystkie organy i instytucje publiczne oraz obywateli do ochrony języka narodowego. W myśl tej ustawy ochrona języka ma polegać m.in. na badaniu poprawności jego użytkowania i doskonaleniu go, na upowszechnianiu szacunku regionalizmów i gwar oraz przeciwdziałaniu ekspansji słów obcojęzycznych i wulgaryzmów. Również artykuł 141 kodeksu mówi o wykroczeniu: „kto w miejscach publicznych umieszcza nieprzyzwoite napisy, rysunki albo używa słów nieprzyzwoitych - podlega karze grzywny do 1500 zł. A jaka jest rzeczywistość? Wulgaryzacja polszczyzny z roku na rok przybiera

coraz bardziej zastraszające rozmiary. Wystarczy wstąpić do rozmowy towarzyskiej szkolnej młodzieży, by zauważyć brak zasad dobrego wychowania i kultury. Do niedawna wulgaryzmy były wyróżnikami językowymi osób prymitywnych, najczęściej z marginesu społecznego. Z przerażeniem patrzymy na powszechną agresję, wulgarne słownictwo oraz lekceważenie wszelkich norm i zasad życia społecznego. Bulwersuje fakt, że w tych wyzwiskach w coraz większym stopniu uczestniczą bez żadnych oporów dziewczęta. Jeden z mieszkańców Podegrodzia opowiada, że kiedy był młodym chłopcem, „szczytem wszystkiego było powiedzieć: „kurde”. Nawet, gdy zdarzyło się czasem przekląć, to już na pewno nie ośmieliłby się tak odezwać przy dziewczynie. Dzisiaj nie ma już żadnego znaczenia w jakim środowisku wygłasza się wulgaryzmy. Młodemu ludziom często brakuje słów - widać niedostatek odczytania, brak

### W numerze:

- \* newsy ze szkolnego podwórka
- \* dobra szkoła, dobry zawód
- \* 52 tys. podczas WOŚP!
- \* niepełnosprawni o spełnianiu marzeń
- \* wiadomości sportowe

### <<< Okiem Dyrektora

literatury w życiu. O wiele bardziej dba się o strój, fryzurę, nie zwracając uwagi na to, co najważniejsze - poziom językowej kultury. Zatem mówmy do siebie pięknym polskim językiem - językiem szacunku dla drugiego człowieka.

Dyrektor Krystyna Dąbrowska

# Ze szkolnego podwórka...

## Nasi koledzy na Dniu Europejczyka w Starym Sączu

Znajomość kultury, realiów oraz obyczajów krajów europejskich, czyli zmagania gimnazjów podczas Dnia Europejskiego w Liceum Ogólnokształcącym im. Marii Skłodowskiej Curie w Starym Sączu.

LO im. Marii Skłodowskiej Curie w Starym Sączu zorganizowało imprezę pt. *Dzień Europejczyka*.

Obchody miały miejsce 6-ego lutego 2013 roku w godz. 10:00-14:00. Udział w nich wzięli m.in. uczniowie z Gimnazjum w Gołkowicach, Nowym i Starym Sączu, Brzeznej i Podegrodzia. Naszą szkołę reprezentowali: Agnieszka Błaszczyk, Patrycja Dyrek, Elżbieta Ligas (IIIa) i Michał Fiut



(IIIb), którzy pod opieką pani Joanny Kowalskiej przygotowywali się do imprezy. W programie spotkania znalazły się warsztaty z języka angielskiego „Travelling broadens your mind” oraz warsztaty pt. „Jestem Europejczykiem”, podczas których



uczniowie mieli okazję zaprezentować swoją wiedzę o krajach Unii Europejskiej. Uczniowie naszej szkoły mogą się pochwalić zajęciem II miejsca w rywalizacji międzygrupowej.



### Finaliści konkursów przedmiotowych:

#### matematyka:

Klaudia Kapusta (IIId)

#### informatyka:

Rafał Kaszuba (IIIc)

#### fizyka:

Maria Kwoka (IIIa)

Rafał Kaszuba (IIIc)

Wojciech Kulak (IIIb)

#### biologia:

Agnieszka Błaszczyk (IIIa)

#### wiedza o społeczeństwie:

Bartłomiej Potoczny (IIc)

Krzysztof Turek (IIc)

Każdy otrzymał dyplom uczestnictwa w warsztatach językowych oraz drobne nagrody. Gratulujemy!!!

#### historia:

Bartłomiej Potoczny (IIc)

#### język angielski:

Damian Poręba (IIIb)

#### biblijny:

Anna Piszczek (IIId)

Bartłomiej Potoczny (IIc)

Michał Rams (IIIc)

Justyna Buczek (IIIc)

Patrycja Dyrek (IIIa)

Magda Piechura (IIIa)

Elżbieta Ligas (IIIa)

# Ze szkolnego podwórka...

W przeglądzie grup kolędniczych w GOK - u w Podegrodziu dnia 5.01. 2013r. w kategorii młodzieżowej 1 miejsce zajęła "Grupa z turoniem", która zakwalifikowała się do powiatowego przeglądu w Mystkowie, który odbył się 19.01.2013 roku i tam nasi uczniowie zajęli 3 miejsce.

## "Grupa z turoniem"

Karol Iwan 3c,  
Łukasz Bodziony 3c,  
Sylwester Ciągło 3c,  
Łukasz Dyrek 3c,

GOK  
w Podegrodziu  
XXXVI Przegląd  
Grup Kolędniczych



## "Grupa z turoniem"

Kondrat Sopata 3c,  
Maciej Hejmej 3b,  
Kamil Łatka  
(absolwent)

Nasza grupa  
otrzymała nagrodę  
w wysokości 200 zł

## KONKURS WIEDZY POŻARNICZEJ

W naszej szkole dn. 26 lutego odbędzie się konkurs pożarniczy. Biorący udział będą musieli się zmierzyć z testem ;) Organizowany jest również konkurs o ruchu drogowym.

## KONKURS O RUCHU DROGOWYM

Opiekunem będzie pani Joanna Kowalska. Życzymy powodzenia! :)



## Integracja, nauka i zabawa - szkolne koło teatralne BIS

siwa8

11.02.2013r. w naszej szkole zorganizowane zostało spotkanie w ramach wieloletniej już współpracy Samorządu Szkolnego naszego gimnazjum z Ośrodkiem Terapii Zajęciowej "Promyk" w Gostwicy. Szkolne koło teatralne BIS pod kierunkiem p. Masternak i p. Janur przygotowało dla podopiecznych ośrodka "Baśń o dwunastu miesiącach". Później wszyscy zostali zaproszeni na poczęstunek i zabawę przy dźwiękach muzyki. Każdy uczestnik otrzymał też drobny upominek w postaci kalendarza i długopisu. Cele, jakie przyświecają tej współpracy, to przede wszystkim szerzenie idei integracji społecznej w środowisku lokalnym, przełamanie izolacji społecznej dzieci niepełnosprawnych, wprowadzenie ich w dziedzinę kultury i po prostu bycie z tymi, którzy potrzebują miłości, ciepła, serdeczności, życzliwości i miłych wrażeń.



# Poradnik trzecioklasisty...

## Dobra szkoła - dobry zawód Zespół Szkół Zawodowych im. Św. Kingi w Podegrodziu - szkoła ze stuletnią tradycją

Szkole tej przyświecają zawsze te same cele - solidne i fachowe przygotowanie młodzieży do umiejętnego znalezienia się na rynku pracy oraz

kontynuacji nauki na wyższych uczelniach. Szkoła sięga do korzeni, kultywuje tradycje.

Zespół Szkół Zawodowych im. Św. Kingi w Podegrodziu posiada odpowiednią bazę dydaktyczną i bardzo dobrze przygotowaną kadrę pedagogiczną. Szkoła dysponuje: pracownią polonistyczną,



matematyczną, biologiczną, historyczną, dwiema pracowniami informatycznymi, salą eleringową oraz dwoma internetowymi centrami multimedialnymi dla nauczycieli oraz dla uczniów przy bibliotece szkolnej, boiskiem sportowym, kortem tenisowym, pracownią żywienia, pracownią językową.

### KIERUNKI

- \* Technikum Żywienia i Usług Gastronomicznych
- \* Technikum

### KIERUNKI

- Informatyczne
- \* Technikum Kelnerskie
- \* Liceum

### KIERUNKI

- Ogólnokształcące dla Dorosłych
- \* Zasadnicza Szkoła Wielozawodowa



## PRAKTYKI

W czasie czteroletniego cyklu kształcenia szkoła zapewnia młodzieży praktyki w renomowanych zakładach gastronomicznych i gospodarstwach agroturystycznych, m. in.: w **hotelach Perła Południa w Rytrze, Panorama w Nowym Sączu, Beskid w Nowym Sączu, Studnicka w Namestowie na Słowacji, w Sanatorium Uzdrowskim Budowlani w Szczawnicy** oraz w gospodarstwach agroturystycznych w: **Białce Tatrzańskiej, Gliczarowie Górnym, Małym Cichym oraz w Owieczce (gmina Łukowica)**. Zajęcia praktyczne odbywają się od II do IV klasy jeden dzień z tygodniu, ponadto uczniowie odbywają miesięczną praktykę wakacyjną po klasie II i III.

## DOBRA SZKOŁA

Nowoczesna pracownia żywienia, spełnia standardy egzaminacyjne, jest wyposażona w najnowocześniejszy sprzęt, używany w renomowanych zakładach gastronomicznych, kelnerski do obsługi gości. Dwie nowoczesne pracownie komputerowe zapewniają doskonałe warunki do nauki uczniom Technikum Informatycznego, są one wyposażone w rzutniki, laptopy, tablice interaktywne, drukarki laserowe i atramentowe jak również szerokopasmowy dostęp do Internetu. Szkoła organizuje praktyki zawodowe dla Technikum Informatycznego w znanych firmach komputerowych,

# Poradnik trzecioklasisty...

reklamowych i drukarskich, m.in.: w Silver Computer w Nowym Sączu, Agencji Reklamowej i Drukarni ZAZA w Nowym Sączu oraz Firmie Cerebrum w Nowym Sączu.

W Zespole Szkół Zawodowych można otrzymać stypendia naukowe i socjalne, których celem jest zachęcenie młodzieży do zdobywania jak najlepszych wyników w nauce. Są to min: Stypendium Prezesa Rady Ministrów, Stypendium Braci >>>



>>> Potoczaków. O stypendium może ubiegać się uczeń, który ukończył pierwszy rok nauki i uzyskał dobre stopnie.

Po skończeniu szkoły każdy absolwent ma możliwość zatrudnienia w zawodzie, gdyż umiejętności którymi dysponuje są nadal bardzo popularne i poszukiwane na rynku pracy, ma również możliwość podjęcia studiów wyższych na dowolnej uczelni i wybranych kierunkach. Mamy nadzieję, że nasz oferta, którą przygotowaliśmy na rok szkolny 2013/2014 spotka się z przychylnością absolwentów gimnazjów w Podegrodziu i Brzeznej.

Nasza placówka to szkoła środowiskowa, gdzie każdy uczeń jest traktowany jako indywidualność, a nie ginie w wielkim tłumie i jest

**Zapraszamy do odwiedzania naszej szkoły na stronie: [www.zszpodegrodzie.pl](http://www.zszpodegrodzie.pl) oraz osobiście w budynku szkoły.tel. 18 445-90-77**

**SERDECZNIE ZAPRASZAMY!**

anonimowy. Może rozwijać swoje zainteresowania i pasje w szkolnych kółkach zainteresowań (dziennikarskie, gastronomiczne, sportowe, informatyczne, językowe). Uczniowie organizują kilkanaście razy w roku uroczystości, akademie, akcje

charytatywne (koncert dla Bartka), tym samym staramy się kultywować i krzewić wśród nich postawy patriotyczne i obywatelskie, tradycje

naszej gminy. Są przeprowadzane na terenie naszej placówki ćwiczenia przeciwpożarowe. Szkoła organizuje także konkursy przedmiotowe, turnieje i przeglądy artystyczne, jak również szereg imprez rozrywkowych (studniówki, dyskoteki szkolne, wycieczki, Halloween, ślubowania klas pierwszych, mikołajki, andrzejki)

\* \* \*



# Ciekawostki z regionu...

## Historia Szkoły Rolniczej w Podegrodziu



"Pierwszą kierowniczką szkoły została Maria Gostkowska..."

"Szkoła dla dziewcząt wiejskich pod wezwaniem bł. Kunegundy..."

Historia szkoły rozpoczyna się w roku 1892, kiedy to w czasie obchodów 600-lecia śmierci bł. Kunegundy (Kingi) patronki

Ziemi Sądeckiej, zebrali się w Starym Sączu okoliczni działacze społeczni, którzy ustalili, że utworzą szkołę dla dziewcząt wiejskich pod wezwaniem bł. Kunegundy. Powołano Towarzystwo - Zakład Błogosławionej Kunegundy, który gromadził fundusze na budowę szkoły. Szkołę Gospodyń Wiejskich oddano w 1912 roku. Pierwszą

kierowniczką szkoły została Maria Gostkowska. Obok nauki dla dziewcząt prowadzone były kursy dla kobiet z szycia,

haftowania, gotowania i przetwórstwa. W roku 1929 zmieniono nazwę szkoły na Żeńską Szkołę Rolniczą. W 1930 roku kierowniczką została Maria Rydlówna,

a w 1934 Aldona Głębocka, która w 1938 roku zorganizowała obchody 25-lecia szkoły, połączone z poświęceniem

sztandaru. W czasach wojennych (od roku 1940-1945) kierowniczką była Karolina Próchnicka. Po wojnie w 1946 roku szkołę przeniesiono do Marcinkowic, a w opuszczonych budynkach w Podegrodziu została utworzona dwuletnia Szkoła Przynależności Rolniczej. Szkołą wówczas zarządzali: Antoni Skowron (>>>



# Ciekawostki z regionu...

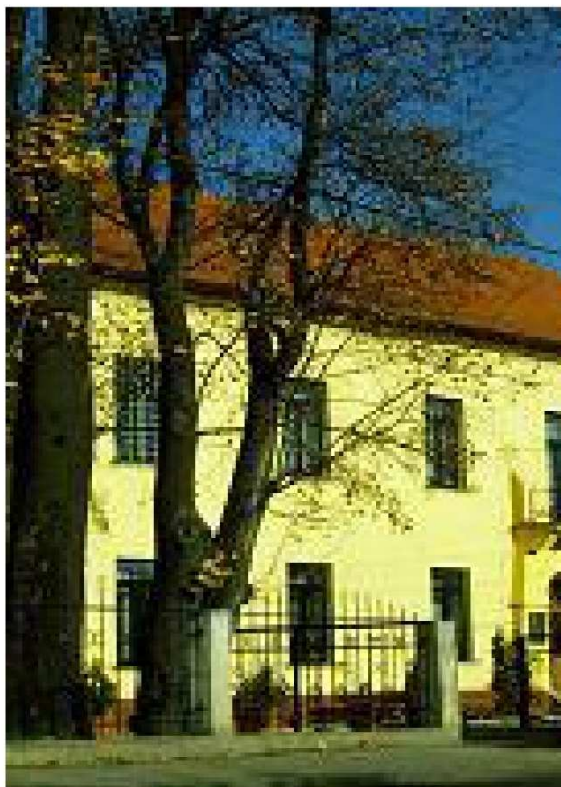
>>>1946-1949), Józef Batora - (1949-1950). W roku 1950 szkołę zlikwidowano, a w 1954 roku utworzono w niej Państwowy Ośrodek Maszynowy.

W 1957 roku powstała przy Szkole Podstawowej w Podegrodziu Szkoła Przysposobienia Rolniczego. Szkołą wtedy kierowali: Paweł Kozicki- (1957-1959), Józef Selma- (1959-1962) i Jakub Widomski- (1962-1973).

W 1964 roku zmieniono typ szkoły na dwuletnią Zasadniczą Szkołę Rolniczą. W 1970 roku przeniesiono ZSR

## Obecny budynek szkoły >>>

do świetlicy Gromadzkiej Rady Narodowej, a w 1973 roku GRN przekazała cały budynek szkole. Dyrektorem została mgr inż. Anna Gąsiorowska. W 1976 roku jej staraniem szkoła otrzymała sztandar w 65-rocznicę istnienia, ufundowany przez Wojewódzką Spółdzielnię OgrodniczoPszczelarską w Nowym Sączu. W 1978 roku szkołę przemianowano na Zasadniczą Szkołę Ogrodniczą oraz otwarto 3-letnie Technikum Rolnicze dla



Pracujących. Szkoła cieszyła się dużą popularnością, a więc dyrektorka podjęła starania o budowę nowej szkoły. Ze względu na brak środków inwestycji nie rozpoczęto. W latach 1979-1981 dyrektorem szkoły była inż. Anna Jabłońska. W 1981 >>

morze. W roku 1985 dyrektorem został mgr inż. Antoni Śliwa. W 1987 roku funkcję dyrektora objął mgr inż. Jan Kozuch, który kontynuował

starania o budowę nowej szkoły, a następnie o odzyskanie pierwotnego budynku szkoły. W 1991 roku dyrektorem szkoły został mgr inż. Grzegorz Baran. Jego staraniem powołano grupę



ZSZ im. św. Kingi w Podegrodziu

>> roku wróciła mgr inż. Anna Gąsiorowska i pełniła funkcję dyrektora do 1985 roku. Jej staraniem szkoła powróciła do profilu rolniczego, został także wprowadzony profil mechanizacji rolnictwa w Zasadniczej Szkole

Rolniczej. Szkoła została wyposażona, zakupiono ciągniki, samochód do nauki jazdy. Praktyki dla uczniów odbywały się w różnych zakładach, młodzież wyjeżdżała także nad

ZSZ im. św. Kingi w Podegrodziu

inicjatywną, która reaktywowała Towarzystwo Zakład Błogosławionej Kunegundy, co dało podstawę prawną do wystąpienia o zwrot majątku Żeńskiej Szkoły Rolniczej w Podegrodziu. cd. >>>

# Ciekawostki z regionu...

cd. >>> Była to szansa na przetrwanie obecnej szkoły zagrożonej likwidacją ze względu na zły stan techniczny budynku, w którym się mieściła. W 1992 roku odbyła się uroczystość 80-lecia Oświaty Rolniczej w Podegrodziu. Dzięki usilnym staraniom Towarzystwa w 1994 roku szkoła odzyskała część budynku głównego, w którym mieścił się upadający POM, a w 1996 roku udało się odzyskać cały budynek szkolny, budynki warsztatowe oraz przyległą działkę, na której w późniejszym czasie utworzono obiekty sportowe (korty

tenisowe, boiska sportowe). Wokół szkoły powstał ogród ozdobny z ciekawymi roślinami i oczkiem

wodnym. Stały w nim rzeźby wykonane przez absolwenta szkoły Kazimierza Bastę. W 1996 roku powstał nowy typ szkoły Samorządowe Liceum oraz Liceum Zawodowe. W tym okresie szkoła cieszyła się dużą popularnością, przybywało uczniów, zaadoptowano więc budynek gospodarczy na sale lekcyjne, doposażono pracownie w pomoce dydaktyczne. Warsztaty szkolne wyposażone zostały w nowoczesne narzędzia, urządzenia i maszyny.

Powstały nowe pracownie: informatyczna, kroju i szycia, urządzenia, higieny, kuchnia i jadalnia. W tym czasie była to jedna z najlepiej wyposażonych szkół zawodowych w powiecie nowosądeckim.



Młodzież zdobywała dyplomy wyróżnienia w różnych konkursach, zarówno przedmiotowych jak i sportowych, a także w dziedzinie kultury. Największym osiągnięciem było dwukrotne zdobycie I miejsca w Ogólnopolskim Festiwalu Kultury Młodzieży Szkolnej: w 1996 roku w Limanowej i 1999 w Kołobrzegu. W roku



2000 powstał Zespół Szkół Zawodowych w Podegrodziu, któremu nadano imię Św. Kingi - był to powrót do imienia patronki szkoły sprzed lat. Szkoła wychodząc naprzeciw potrzebom rynku pracy wprowadziła nowe kierunki kształcenia. W 2000

roku powołano 4-letnie Liceum Techniczne, a w 2002 roku 3-letnie Liceum Profilowane. W 2002 roku odbyła się uroczystość 90-lecia szkoły.

ZSZ im. św. Kingi w Podegrodziu

W 2003 roku powstała 2-letnia Szkoła Policealna, a w 2004 roku 4-letnie Technikum Żywności i Gospodarstwa Domowego. W 2008 roku zostaje także powołane 4-letnie Technikum Informatyczne. Od 01.10.2008 roku obowiązki dyrektora pełnił mgr inż.



Henryk Kula. W roku 2010 zostało otwarte Uzupełniające Liceum Ogólnokształcące na podbudowie Zasadniczej Szkoły Zawodowej. Od 01.06.2011 roku obowiązki dyrektora pełni mgr inż. Bożena Mynarek.

*elusial*



# Ze szkolnego podwórka...

## Pokaz walki szermierczej niepełnosprawnych sportowców w naszej szkole

Na specjalne zaproszenie naszego Dyrektora pani K. Dąbrowskiej oraz pedagog szkoły - p. A. Karpierz, Gimnazjum w Podegrodziu odwiedzili Stefan Makowski oraz Arkadiusz Jabłoński wielokrotni mistrzowie Europy i Świata w szermierce na wózkach.



Występ wywarł olbrzymie wrażenie na uczestnikach - Świetny set koncertowy-skomentował pan Arkadiusz - medalista Aten i Sydney.

Szermierka szpadowa narodziła się w XVIII w. we Francji i stała się jedną z pierwszych dyscyplin rozgrywanych na Igrzyskach Olimpijskich w Atenach.



Spotkania z przedszkolakami, uczniami szkoły podstawowej, i gimnazjum odbyły się 10 i 11- ego stycznia br.

„Program AMS dla integracji istnieje od 2004 roku. Celem projektu jest przekonywanie młodzieży do tego, że poruszanie się na wózku inwalidzki nie może stanąć na przeszkodzie w spełnianiu marzeń i realizacji wyznaczonych przez siebie celów.

Zespół „Experyment, w którego skład wchodzi uczniowie Gimnazjum w Podegrodziu,

przygotował występ, którym uroczyście powitał przybyłych gości. Sportowcy posługując się własnymi przykładami oraz

filmami przybliżyli młodzieży zasady tej sztuki walki, po czym sami rozegrali pojedynek. Swoich sił w szermierce próbowali także chętni uczestnicy spotkania, tocząc walki w rywalizacji

międzyklasowej. Zabawa cieszyła się ogromnym zainteresowaniem. Ważnym elementem zebrania była również historia - przestroga

przed niewłaściwymi zachowaniami, brawurą i głupotą, które mogą prowadzić do kalectwa. Na koniec uczniowie prosili mistrzów o autografy i pamiątkowe zdjęcia, a osoby, które brały aktywny udział w spotkaniu otrzymały drobne upominki.

**- Pamiętajcie: marzenia, pasje i odpowiedzialność są najważniejsze. Stan zdrowia ma duże znaczenie, ale nie może niszczyć waszych planów -** podsumował pan Stefan Makowski.

# Nasze wywiady...

**"Chcemy pokazać dzieciom, że niepełnosprawność nie skazuje na siedzenie w domu, tylko że w życiu można robić coś z pasją" - wywiad z niepełnosprawnymi sportowcami**



**>>> S.M.:** Zrobiliśmy kiedyś w Tuszcu pokaz nie tylko z szermierką, ale i koszykówką na wózkach i innymi sportami. "Poradnik Domowy" opublikował artykuł o tym wydarzeniu. Tak dowiedzieli się o naszej pracy ludzie. Odtąd zaczęliśmy odwiedzać szkoły, gimnazja, licea i inne placówki.

**A.J.:** W 2011 roku obejrzało nasze pokazy 3 tys. osób, za to w 2012 odwiedziliśmy 60 placówek i zobaczyło nas 13 tys. osób.

**KING:** W jakim wieku słuchacze są "najlepsi"- Najbardziej aktywni, zaangażowani?

**S.M.:** Mamy dostosowany program odnośnie

**KING:** Skąd wziął się pomysł spotkań z dziećmi i młodzieżą w ramach programu "AMS dla integracji"?

**Stefan Makowski:** W 2004 roku Arek dostał propozycję, aby zrobić taki program.

Na początku mieliśmy kilka pokazów dla dzieci ze szkół podstawowych, gdzie zdrowe i niepełnosprawne dzieci razem uczyły się szermierki. W 2006 roku zaczęliśmy jeździć do szkół kilka razy w roku. Dopiero trzy lata temu rozpoczęliśmy cykliczne wyjazdy po całej Polsce.

**Arkadiusz Jabłoński:** Kiedy zdobywaliśmy medale i inne osiągnięcia firma AMS była z nas dumna, a że jesteśmy niepokorni i zawsze chcemy czegoś więcej, pozwolono nam stworzyć program "AMS dla integracji". Przez to pokazujemy, że jesteśmy tacy sami jak inni, tylko inaczej się poruszamy. Osoby pełnosprawne rozumieją między innymi też to, że nie wolno stawać na miejscach

parkingowych dla niepełnosprawnych. To stwarza rodzaj integracji i zrozumienia pomiędzy nami, a osobami pełnosprawnymi.

**KING:** Jak jesteście przyjmowani w placówkach, które was zapraszają? >>>

do grupy wiekowej. Byliśmy w żłobkach, przedszkolach, podstawówkach, gimnazjach, liceach, a nawet zakładach poprawczych. Do każdej grupy idziemy z innym przekazem. **A.J.:** Nie ma prostej odpowiedzi na to pytanie, bo kiedy już nam się wydaje, że znaleźliśmy klucz, nagle jedziemy do innej miejscowości i wszystko jest tam na odwrót. W Podgrodziu,

w gimnazjum podobało mi się najbardziej. Na początku młodzi ludzie nie byli chętni do rozmowy, ale im głębiej szliśmy w las, tym bardziej odpowiadali na nasze pytania. Wszystko zależy od tego, gdzie jedziemy

i z kim mamy do czynienia. Uważamy jednak, że wszędzie trzeba pojechać, a jeśli choć jedna osoba zmieni swoje nastawienie, jest to nasze wielkie zwycięstwo.

**KING:** Co daje panom praca wolontariusza

**A.J.:** Kochamy szermierkę i uważamy, że to ciekawy sport. Chcemy pokazać dzieciom, że niepełnosprawność nie skazuje na siedzenie w domu tylko, że w życiu można robić coś z pasją, a siedzenie na wózku w tym nie przeszkadza.

**S.M.:** Oczywiście oprócz pracy w firmie AMS i pracy wolontariuszy prowadzimy też normalne życie prywatne, przez co też udowadniamy, że jesteśmy potrzebni.



# R u s z m ó z g o w n i c ą . . .

cd. wywiadu

**KING: Z jakimi opiniami spotykacie się realizując program AMS dla integracji?**

A.J.: Wydaje nam się, że program nasz spotyka się z uznaniem, ponieważ do niektórych szkół dostajemy po dwa, trzy zaproszenia. Mamy szkołę w Radomiu, gdzie byliśmy już cztery razy, to samo w Warszawie.

ODP. 18 prostokątów :)

Rozmawiały: Sylwia Siwulska i Magdalena Potoniec

## POMYŚL...

Jeśli po diecezji jest zupa, po zupie ironia, a po ironii śruba, a wczoraj był czwartek to jaki dzień tygodnia będzie za 2 dni? Odpowiedź: Diecezja, Zupa,

## Zagadki

??????

Ile prostokątów znajduje się na rysunku?



## POMYŚL...

Ironia i Śruba - z pierwszych liter powstanie Dziś. Jeśli przed dziś jest czwartek to dziś jest piątek, więc za dwa dni będzie Niedziela.

\*\*\*

## CIEKAWOSTKI...

Amerkańscy naukowcy stwierdzili, że krótki mniej niż 5 godzin - sen źle działa na mózg, który szybciej się starzeje. Starszy mózg to z kolei większe prawdopodobieństwo wystąpienia choroby Alzheimera. Co ciekawe, efekty ich badań wskazują również na to, że nie warto spać zbyt długo. Mózg u osób śpiących więcej niż dziewięć godzin działa tak samo, jak u tych, którzy śpią mniej niż pięć. Podobno

## CIEKAWOSTKI...

Podobno najlepiej jest, gdy śpimy mniej więcej siedem godzin na dobę. Według badań opublikowanych w "Archives of Internal Medicine" każdy, kto spędza w ciągu dnia przynajmniej



## Czy wiesz, że...

11 godzin w pozycji siedzącej ma prawie 40% więcej szans na szybsze pożegnanie się z życiem oczywiście w stosunku do osób, które w takiej pozycji spędzają mniej niż 4 godziny w ciągu doby. Według naukowców zbyt długie siedzenie zaburza nasz metabolizm.

Najnowsze badania wskazują, że kawa ma zbawienny wpływ na pracę mózgu, pozwala kontrolować deficyty uwagi i nadaktywność. Jednym słowem może być lekiem na całe zło, czyli ADHD. Naukowcy pracują nad stworzeniem leku na tę chorobę, który będzie zawierał kofeinę.



# Ze szkolnego podwórka...

## Wiele jest serc w Podegrodziu... - podczas WOŚP zebrano 52 tys. zł

Odbył się on w niedzielę 13 stycznia - po raz dziesiąty w naszej szkole. W tym roku pieniądze były zbierane dla ratowania życia dzieci i godnej opieki medycznej seniorów.

Tradycyjnie imprezę poprowadzili: Jacek Kula i Jarosław Kowalski, którzy doskonale wiedzą, jak zabawić publiczność.

Także i w tym roku w przygotowaniach pomogli strażacy z OSP w Podegrodziu oraz wolontariusze - uczniowie gimnazjum, którzy już od piątku chętnie brali udział w strojeniu sali. Wielu z nich wystąpiło również na scenie. Zespół Regionalny „Małe Podegrodzie, szkolny chór „Wiolino oraz zespół „Experyment zagrali koncert kolęd i pastorałek, natomiast „Kolędę z Turoniem przedstawili chłopcy z klasy IIIc gimnazjum, którzy mogą pochwalić się zajęciem I miejsca w



tegorocznym Przeglądzie Grup Kolędniczych w Gminnym Ośrodku Kultury w Podegrodziu. Uczestnicy finału z niecierpliwością oczekiwali również pokazu akrobatyki i sztuk walki w wykonaniu grupy „Astral.



W tym roku w akcję włączył się także Zespół Szkół Zawodowych im. Św. Kingi w Podegrodziu. Uczestników finału bardzo pozytywnie zaskoczyły zdolności gastronomiczne uczniów tejże >>

>> szkoły. Widać, że szkoła dba o rozwój umiejętności i talentów młodych ludzi. Uczniowie przygotowali wspaniałe wypieki, które można

**Fot. Artur Pawłowski**

było zakupić na specjalnie wyznaczonym stanowisku. Dochód z ich sprzedaży, licytacji, loterii fantowej oraz bufetu został przekazany do puli WOŚP. Głównym punktem programu było



wniesienie wielkiego, czerwonego tortu wykonanego przez cukiernię „Raj w Gołkowicach, na którym iskrzyło się 10 petard symbolizujących jubileusz. Warto wspomnieć, że to właśnie dla Podegrodzia

# Ze szkolnego podwórka...

cukiernia Andrzeja Stawiarskiego z Gołkowic upiekła pierwszy wielki tort w kształcie serca. Nikt się wtedy nie spodziewał, że będzie aż tak duży, by wystarczył dla pięciuset osób. W poprzednich latach Pan Stawiarski nie odmówił również innym sztabom. I w ten sposób, piecze co roku po kilka tortów WOŚP - owskich.

## WOŚP 2013

Dwa wielkie, złote serca, będące odzwierciedleniem wielkoduszności jego fundatora- właściciela hurtowni AGROHURT, a także srebrne „Serduszko

## WOŚP 2013

"Koniczynka" z wygrawerowanym logo WOŚP darowane przez państwo Buczków, były głównymi „gadżetami" licytacji - łącznie uzyskano z nich sumę 1000zł.

W kręgu zainteresowania znalazł się również sprzedany za 420zł weekend dla dwojga w Hotelu Spa „Budowlani" w Szczawnicy, ufundowany przez właścicieli ośrodka - Marię i Adama Gonciarz oraz kurs prawa jazdy

kat. B przekazany przez państwa Małgorzatę i Ireneusza Kapusta- właścicieli ośrodka szkolenia kierowców „Formuła L" wylicytowany za 1000zł.



## DZIEKUJEMY WSZYSTKIM!!!

W aukcji dostępne były również koszulki z autografami Tomka Kowalskiego - zwycięzcy tegorocznego „Must Be The Music", boksera Pawła Kołodziejca oraz wielokrotnych medalistów olimpijskich w szermierce na wózkach - Arkadiusza Jabłońskiego i Stefana Makowskiego. Wielkim wyróżnieniem dla wolontariuszy WOŚP - u w Podegrodziu było otrzymanie od sztabu głównego w Warszawie limitowanej koszulki z wizerunkiem Einsteina, którą przyznaje się najbardziej zasłużonym sztabom w Polsce. W przetargu uzyskano z niej sumę 200zł. „Podziękowania należą się także Grzegorzowi Baranowi

## DZIEKUJEMY WSZYSTKIM!!!

- Impreza nie miałaby miejsca, gdyby nie nasi hojni sponsorzy, na których co roku możemy liczyć -mówi B. Skoczeń - szefowa sztabu.



ze Starego Sącza za wykonanie pamiątkowego złotego serca XXI Finału WOŚP, z którego na aukcji uzyskano 300zł, Ryszardowi Molowi - za przekazanie na licytację pamiątkowego złotego serca, aptece „Pilula, firmie BAZPAL, firmie „Angraf, BS w Podegrodziu, piekarni „Aspol w Stadłach, firmie „Tymbark, Uzdrowisku Krynica Żegiestów, właścicielom restauracji Toskania w Podegrodziu, oraz wielu innym zakładom i osobom prywatnym, których nie sposób wymienić- kończy przewodnicząca sztabu. Wiele atrakcyjnych nagród można było wylosować na loterii fantowej. „Gwoździem programu był tablet, mini wieża, mikrofalówka oraz odtwarzacz mp4. Te wartościowe przedmioty ofiarowały firmy i osoby prywatne. O godz. 20:00 niebo rozświetliło światelko, wystrzelone przez strażaków. Następnie odbyła się zabawa



# Ze szkolnego podwórka...

>>> taneczna, której przygrywał zespół „MarinO”. O doskonałej zabawie świadczyła bardzo wysoka frekwencja. Imprezą towarzyszącą WOŚP w Podegrodziu był zamknięty turniej piłki nożnej zorganizowany w Brzeznej przez Łukasza Frączka. Łącznie na WOŚP 2013 zebrano ok. 52 000zł. *elusial*

## REKOLEKCJE...

**Życie trzeba  
godnie przeżyć, bo  
jest tylko jedno...**

**Rekolekcje  
naszej szkoły  
w dniach  
20-22 lutego**



**W Wielkim Poście  
rozglądajmy się  
uważniej wokół  
siebie.**

## REKOLEKCJE...

**I co się w moim  
życiu zmieniło?**

## WIELKI POST...

Kościół wyznacza nam 40 dni Wielkiego Postu jako czas odczytania i przeżycia wielkich wydarzeń w historii ludzkości. Byśmy przypomnieli sobie na nowo, co w życiu jest najważniejsze, byśmy zaczęli lepiej żyć. Co ma nam w tym pomóc? >>>

## WIELKI POST...

>>> Specjalne praktyki pokutne, rekolekcje, wyrzeczenia, posty, jałmużny, dobre uczynki.



## KULTURALNIE...

18 lutego br. klasa Ia obejrzała klasyczną inscenizację dramatu Szekspira "Romeo i Julia". Uczniowie mieli okazję ujrzeć znanych aktorów scen krakowskich. Zachwycła nie tylko ich znakomita gra aktorska, ale i bogate kostiumy oraz jak zwykle rewelacyjna muzyka. Uwagę zwracały też niebanalne, atrakcyjne pojedynki na szpady. Uczniowie mogli też porównać pomysł reżysera z oryginalnym tekstem lektury.



# K a c i k s m a k o s z a . . .

## Kuchenne fantazje...

Naleśniki od zawsze były bardzo popularną potrawą i mało, kto ich nie lubi, dlatego warto posiadać umiejętność ich przygotowania, z tego względu, iż nadają się na każdą okazję... Ich wykonanie jest bardzo proste.

### SMACZNEGO...

Nazwa napoju cappuccino pochodzi od brązowego koloru habitu mnichów kapucynów (cappuccini).

## Naleśniki z serem



### Ciasto

#### Składniki:

2 jajka  
1 szklanka mąki  
1 szklanka mleka  
1/4 szklanki wody gazowanej, (naleśniki będą miały dzięki temu pulchne ciasto)  
odrobina soli lub/i cukru

olej do smażenia

#### Przygotowanie:

Składniki mieszamy do czasu, aż uzyskamy jednolitą, płynną konsystencję. Masę rozprowadzamy na rozgrzanej i posmarowanej olejem patelni i smażymy z obu stron.

### SMACZNEGO...

Wywodzące się Włoch cappuccino, jest jedną z najpopularniejszych kaw śniadaniowych.

### SMACZNEGO...

Cappuccino to rodzaj kawy espresso z ubitym mlekiem.



## Masa serowa

#### Składniki:

- ser biały, cukier  
- cukier waniliowy  
- jajko, olejek aromatyczny (np. pomarańczowy)

#### Przygotowanie:

Ser z cukrem i jajkiem ubijamy aż powstanie jednolita masa. Na koniec dodajemy odrobinę olejku aromatycznego. Naleśniki można udekorować owocami, czekoladą lub bitą śmietaną.

## Domowe cappuccino

#### Składniki

200g mleka w proszku do kawy  
100g cukru pudru  
30g ciemnego kakao  
40g kawy rozpuszczalnej

#### Przygotowanie:

Wszystko łączymy i rozcieram. Wsypujemy 3 łyżeczki przygotowanego proszku i zalewamy wodą o 80 stopniach - nie wrzątkiem.

# Włącz dobry humor...

Zimowe popołudnie. Piękna dama wychodzi na spacer w futrze i spotyka na ulicy członków ekologicznej organizacji Greenpeace.

- Jak pani nie wstyd nosić futro zdarte z żywych norek?
- To nie norki, to poliestry!
- A czy pani wie, ile poliestrów musiało oddać życie, żeby pani miała futro?

## UŚMIECHNIJ SIĘ

- Jasiu, czy twój ojciec nie pomaga ci już w odrabianiu lekcji?
- Nie, ta ostatnia dwójka z matematyki zupełnie go załamała.

## UŚMIECHNIJ SIĘ

- Ale nudny program leci dziś w TV! - skarży się dziadek Jaśkowi.
- Dziadku, źle postawiłeś fotel i oglądasz akwarium...

## UŚMIECHNIJ SIĘ

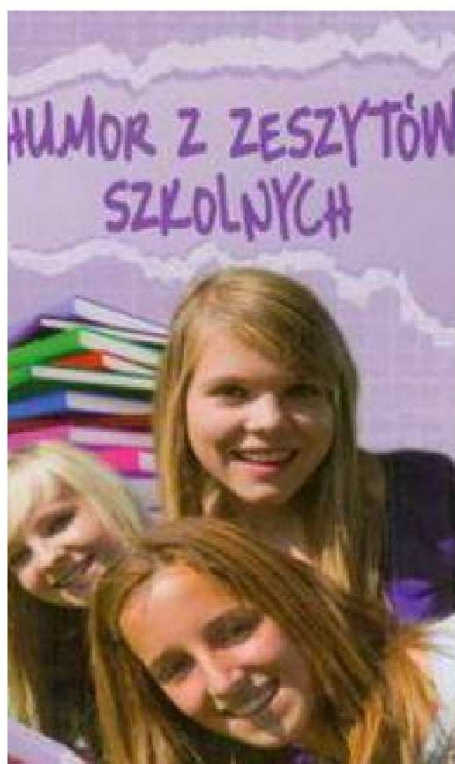
- Synku, kiedy poprawisz dwójkę z matematyki?
- Nie wiem, mamusiu, nauczyciel nie wypuszcza dziennika z rąk.

Jasiu marudzi ojcu:  
- Tato, ja chcę na sanki!  
- Jestem zmęczony - odpowiada ojciec. - Nie ma mowy.  
- Tatusiu, chodź! Wszystkie

dzieci chodzą na sanki.  
Po dziesięciu minutach ojciec się poddał i poszedł z synem na sanki.  
Minęło pół godziny a dziecko znowu marudzi:  
- Tato, chodź do domu, ja już nie chcę, już nie pójdę więcej na sanki, ale chodź do domu.  
- Nie gadaj tyle, tylko ciągnij!



Nauczyciel:  
- Ciepło sprawia, że rzeczy zwiększają swoją objętość, zimno - że się kurczą. Możecie podać jakieś przykłady?  
Jaś:  
- Wakacje są dłuższe od ferii zimowych!



## HUMOR Z ZESZYTÓW UCZNIOWSKICH

Beethoven był głuchy, ale przynajmniej widział, co komponował.  
W średniowieczu było wiele gangów, na przykład Wolfgang.  
Przez uderzenia pędzlem malarz uzyskuje smutek na twarzy modelki.  
Danuśka weszła na ławę i zaczęła grać na lutownicy.  
Epikureizm - czas w którym epika była na topie.

- Jasiu, zawsze kiedy jest kartkówka Ciebie nie ma z powodu chorej babci.
- Proszę pani my też podejrzewamy, że babcia symuluje.

W Moskwie gość ogląda prognozę pogody.  
Informują, że na Syberii są 60-stopniowe mrozy.  
Facet niedowierza i dzwoni do kolegi z wojska:  
- Słuchaj, w telewizji mówili, że u was straszne mrozy  
- Eee, nie jest tak źle, minus 20, może 30  
- W telewizji podają, że minus 60!  
- Eee, to chyba na dworze.



# S p o r t   w   s z k o l e . . .

## Z miłości do nart i białego szaleństwa - o wyprawie naszych kolegów na stok w Tyliczu

**9 lutego 2013  
Tylicz - ski**

Pamiętając o szlachetnych ideach kultury sportu i rekreacji promowanej przed kilku laty w naszym gimnazjum przez klub TRANGO, a przede wszystkim dla zdrowia i przyjemności uczestników został zorganizowany wyjazd na narty do Tylicza. Stroną organizacyjną



zajął się uczeń kl. III c Łukasz Dyrek, który z kolegami wybrał odpowiedni stok oraz zebrał listę chętnych. Opieką nad młodzieżą oraz organizacją finansową zajęli się p. Piotr Śledź i p. Jacek Kula. Doskonałe warunki śniegowe i łagodna pogoda sprzyjały



bezpieczeństwu na stoku i przyjemności jazdy na nartach oraz dobremu samopoczuciu.

\* \* \*

sprawiło, że zawodnicy mogli rozwijać swoje umiejętności obserwując bardziej doświadczonych przeciwników.



### Zawody w koszykówkę i piłkę ręczną

W środę 6-tego lutego 2013 roku w Brzeznej odbyły się zawody gminne dziewcząt i chłopców w koszykówce i piłce ręcznej. Dziewczęta przeszły do etapu międzygminnego w koszykówkę.

We wtorek 12-tego lutego 2013 roku w Piątkowej odbyły się zawody w koszykówkę dziewcząt i chłopców na etapie międzygminnym.

W rozgrywkach dziewcząt wzięły udział gimnazjalistki z Tęgoborzy, Podegrodzia, Królowej Górnej oraz z Chełmca. Wśród chłopców w rozgrywkach zagraли gimnazjaliści z Kamionki, Paszyna, Tęgoborzy oraz z Brzeznej. Samo uczestnictwo w zawodach międzygminnych

**Wskazówki praktyczne:**  
- regularnie uczęszczaj na treningi,  
- ucz się nowych sposobów gry,  
- doskonal swoje umiejętności,  
- obserwuj innych uczestników gry (współpracuj z drużyną, wyłapuj błędy przeciwników),

**Wskazówki psychologiczne:**  
- wyznacz sobie cel,  
- uwierz w swoje możliwości,  
- koncentruj się na każdym momencie gry,  
- nigdy się nie poddawaj (nawet jak popełnisz błąd)  
**Z życzeniami rozwijania swoich pasji i umiejętności :)      *zuzka1***

# Sport w szkole...

## Międzygminne Zawody w siatkówkę Gimnazjum

5.02.13 wtorek - dzień pełen pozytywnych emocji i walki w duchu fair play.



W rozgrywkach wzięli udział gimnazjaliści ze szkoły w Tęgorozy, Kamionki, Podegrodzia oraz w kategorii chłopców - z Gimnazjum w Świniarsku, a w kategorii dziewcząt z Chełmca. 29-ego stycznia obie drużyny z naszego gimnazjum pokonały zespoły z Brzeznej i w ten sposób wzięli udział

w kolejnym etapie rozgrywek. Zawody rozpoczęły się o godz. 9:00 po przybyciu wszystkich uczestników.

Mecze były bardzo ciekawe i zacięte, bo wszystkie drużyny były doskonale przygotowane.

- Jesteśmy tu, żeby się bawić, więc grajmy fair - przypomniał Mariusz Popiela - Prezes Uczniowskiego Klubu Sportowego „Krzemień” w Kamionce Wielkiej.

Mecze rozgrywały się między dziewczętami, a chłopcami na zmianę i trwały do dwóch wygranych setów. O zwycięstwo toczyła się gorąca rywalizacja.

Zarówno w kategorii chłopców, jak i dziewcząt zwycięzcami okazali się zawodnicy z Gimnazjum w Tęgorozy

i będą oni reprezentowali powiat nowosądecki na etapie powiatowym. Drugie miejsce zajęły gimnazjalistki z Podegrodzia oraz ex aequo - uczniowie ze szkoły w Świniarsku i Kamionce Wielkiej, na co wskazywał ten sam stosunek punktów, a to zdarza się bardzo rzadko. Na koniec uczestnicy otrzymali dyplomy.



# Z myślą o nastolatkach, czyli moda, uroda...

## Jak wiązać sznurówki?

Zwykle nie zastanawiasz się jak zawiązane są twoje sznurówki. Nie zdajesz sobie nawet sprawy, że inny sposób ich wiązania może całkowicie odmienić wygląd twoich butów. Może więc warto poeksperymentować?



**KRATKA** Sznurówkę przewlec z dołu, przez najniższe dziurki. Końce sznurówki skrzyżuj na środku i przeciągnij po wierzchu do dziurek na 4 poziomy licząc od dołu. Oba końce przewlec prostopadłe (od dołu) do dziurek poziom wyżej. Końce sznurówki ponownie skrzyżuj na środku i przeciągnij z

wierzchu do dziurek z drugiego poziomu licząc od dołu. Oba końce przewlec z dołu prostopadłe do góry, o jeden poziom wyżej. Podobnie jak wcześniej, skrzyżuj obie części sznurówki na środku wiązania i przeciągnij je o 3 poziomy do góry (w sumie 5 poziom licząc od dołu). - Na końcu zawiąż buty na wierzchu.



**DRABINA** Sznurówkę przewlec z dołu przez obie dziurki. Następnie oba jej końce przeciągnij prostopadłe do góry przez sąsiednie otwory. Jeden koniec sznurówki przeciągnij przez jej pionowy, przeciwny

fragment, powstały przez przewleczenie sznurówki z pierwszej dziurki do drugiej, a następnie włóż go prostopadłe do dziurki numer trzy. Analogicznie przewlec drugi koniec. Sznurówki przeciągaj tak, by krzyżowały się na środku.

Powtarzaj wszystkie czynności, dopóki nie dojdiesz do ostatniej dziurki. Nie tylko uzyskasz spójny wygląd butów, ale także będziesz je mógł sznurować mocniej, niż zwykle.

**PODWÓJNY GRZBIET** Przewlekanie sznurówki zacznij od drugiej pary dziurek licząc od góry. Przewlec ją przez obie

dziurki z wierzchu, w poziomie. Końce sznurówki przeciągnij po skosie przez czwartą parę dziurek licząc od góry. Sznurówki przewlekaj od strony wierzchniej do dołu, co dwie dziurki.

Gdy dojdiesz do ostatniej pary dziurek, cofnij się o poziom wyżej, przewlekając końce sznurówki pionowo do góry. Oba końce przewlekaj teraz po skosie przez nieparzyste pary dziurek (tj. te, które pozostały puste), co drugi poziom. Powtarzaj kroki, dopóki nie dojdiesz do pierwszej pary dziurek licząc od góry buta.

### JEDNOSTRONNA DRABINKA

Sznurówkę przewlec z dołu przez najniższą parę dziurek. Oba końce sznurówki przeciągnij prostopadłe do góry, przy czym jeden koniec przez dziurkę sąsiednią, a drugi

przez otwór dwa poziomy wyżej. Każdy z końców sznurówki przewlec równoległe do dziurki na danym poziomie. Następnie przeciągaj każdy koniec prostopadłe do góry, co drugą dziurkę. Sznurówki prowadź po wierzchniej stronie wiązania. - Gdy przewleciesz wszystkie dziurki, wiązanie sznurówki będzie znajdować się po jednej stronie buta.

PORADY I ZDJĘCIA  
POCHODZĄ ZE STRONY TIPY.PL

# Ciekawostki...

## Może warto coś obejrzeć???

15 lutego na ekrany kin wszedł dramat wojenny w reżyserii Pawła Chochlewa "Tajemnica Westerplatte".

Opowieść relacjonująca jeden z najbardziej dramatycznych

epizodów II Wojny Światowej. 1 września 1939 wojska niemieckie zaatakowały polską placówkę wojskową Westerplatte. Licząca ok. 180 żołnierzy załoga przez 7 dni stawiała opór kilkutysięcznej armii hitlerowskiej wspieranej przez ciężką artylerię, lotnictwo oraz potężny pancernik Schleswig-Holstein. W roli głównej zobaczymy Michała Żebrowskiego (w roli



majora Sucharskiego). Partnerują mu Robert Żołędziewski (kapitan Dąbrowski), Jan Englert (pułkownik Sobociński), Borys Szyc, Piotr Adamczyk, Andrzej Grabowski, Mirosław Baka czy Jakub Wesołowski.



Muzykę do filmu skomponował zdobywca Oscara Jan A.P. Kaczmarek, a scenografię zaprojektował Allan Starski także zdobywca Nagrody Akademii.

Skład redakcji w roku 2012/2013:  
Redaktor Junior Gazety Elżbieta Ligas

Możecie również obejrzeć naszą gazetkę na platformie internetowej [www.juniormedia.pl](http://www.juniormedia.pl)

Dziennikarze:  
Zuzanna Golonka  
Karolina Olchawa  
Oliwia Król  
Sylwia Siwulska  
Opiekun; Monika Weremczuk



Nasz adres:  
Zespół Szkół  
Podstawowo-Gimnazjalnych  
im. bł. O. St. Papczyńskiego  
w Podegrodziu  
33-386 Podegrodzie 6  
tel. (18) 4459755  
email: [gim\\_podegrodzie@iap.pl](mailto:gim_podegrodzie@iap.pl)