

## 21 listopada Światowym Dniem Rzucania Palenia!



zdjęcie:

B. Komorowska

21 listopada w ramach projektu "Szkoła promująca zalecenia Kodeksu Walki z Rakiem" delegacja z naszej szkoły wzięła udział w obchodach "Światowego Dnia Rzucania Palenia", które odbyły się w Zespole Szkół w Widelce. Naszą szkołę reprezentowali uczniowie kl. III, którzy przygotowali wielki transparent antynikotynowy oraz wykonali prace plastyczne na temat szkodliwości palenia tytoniu. Nasza szkoła zajęła **I miejsce** w tym konkursie, zdobywając certyfikat oraz nagrody rzeczowe. Ale nie tytuły i nagrody są tu najważniejsze! Mamy nadzieję, że akcje takie jak ta przyniosą skutek i sprawią, że osoby palące zrozumieją jak bardzo szkodliwe dla zdrowia są papierosy i będą chciały zerwać z nałogiem! Do akcji włączyły się nie tylko szkoły, ale również znani sportowcy: **Krystian Herba**, który specjalizuje się w jeździe wyczynowej na rowerze, **Rafał Wilk** - dwukrotny mistrz paraolimpijski oraz **Krzysztof Ignaczak** - libero Asseco Resovii i lider reprezentacji Polski.

### Zalecenia Europejskiego Kodeksu Walki z Rakiem:

1. Nie pal, jeśli palisz rzuć!
2. Ogranicz spożycie alkoholu.
3. Dbaj o prawidłową dietę.
4. Wystrzegaj się otyłości.
5. Bądź codziennie aktywny.
6. Rozsądnie korzystaj ze słońca.
7. Unikaj substancji rakotwórczych.
8. Bierz udział w programach szczepień.
9. Zgłaszaj się na badania profilaktyczne.



## Przybyłem, zobaczyłem i dużo się nauczyłem! O wizycie w Muzeum - Zamku w Łańcucie.



Muzeum Zamek w Łańcucie

www.google.com

W dniu 21 listopada 2013r. uczniowie klas IV, V i VI z naszej szkoły pojechali do Łańcuta. Podczas tego wyjazdu zwiedziliśmy wnętrza pięknego zamku Potockich, park, powozownię i oranżerię oraz wzięliśmy udział w lekcjach muzealnych. Dowiedzieliśmy się wiele ciekawych informacji o zamku i jego właścicielach od pani Marii Hudymy. Specjalnie dla naszych czytelników nasz redaktor Hubert przeprowadził z panią przewodnik wywiad:

H.Ś: Dziękujemy, że oprowadziła nas pani po tym pięknym zamku, ale chciałbym jeszcze zadać Pani kilka pytań związanych z tym miejscem i pracą przewodnika. Proszę powiedzieć co trzeba zrobić, żeby zostać przewodnikiem w zamku?

M.H: Najpierw trzeba spędzić wiele godzin na uczeniu się o historii zamku, jego właścicielach, oraz tym wszystkim co się w nim znajduje. Następnie podchodzi się do egzaminu przed Komisją i jeśli się go zda zostaje się przewodnikiem.

H.Ś: Co sprawiło, że została pani przewodnikiem?

M.H: Z wykształcenia jestem magistrem rehabilitacji i w takim zawodzie pracowałam. Odkąd przeszłam na emeryturę miałam dużo wolnego czasu i chciałam znaleźć sobie jakieś hobby, coś czemu będę się mogła poświęcić. I tak zostałam przewodnikiem.

H.Ś: Czy ta praca sprawia pani satysfakcję?

M.H: Tak, sprawia mi ogromną przyjemność. Najważniejszy dla mnie jest kontakt z ludźmi. Codziennie poznaję mnóstwo nowych osób. Poszerzam też swoją wiedzę i dzielę się nią z innymi.

H.Ś: Czy zna pani wszystkie pomieszczenia w zamku?

M.H: Nie za bardzo znam II piętro, tylko niektóre pokoje. Na ten moment jest ono niedostępne dla zwiedzających, dlatego też nie mam okazji do oprowadzania po tych pomieszczeniach.

H.Ś: Bardzo dziękuję za rozmowę!

M.H: Dziękuję!

## Mikołajki w naszej szkole!

Wszyscy z niecierpliwością czekali na 6 grudnia. Tego dnia odwiedził nas pewien Święty ;) Czy wiecie jaki? Tak, to Święty Mikołaj! Wszyscy uczniowie naszej "trójki" musieli być bardzo grzeczni w tym roku, bo dla każdego Mikołaj miał przygotowany prezent! A prezentów miał tyle, że aż musiał wziąć ze sobą pomocników ;) Jak można się łatwo domyśleć, ciężko nam się było skupić na nauce i okazało się, że cierpliwość nie jest naszą mocną stroną ;) Oczekiwanie opłaciło się, a widok Mikołaja grającego mecz w tenisa stołowego był bezcenny! Nie wierzycie? Mamy zdjęcie! :))



Św. Mikołaj w przedszkolu

W.W.



Zabawa andrzejkowa

W. W.

## Mój jest ten kawałek podłogi...

Czy wy też nie mogliście się doczekać zabawy andrzejkowej? My tak! Nie ma nic fajniejszego niż wspólne wygibasy w rytm muzyki! 27 listopada humory dopisywały nam od samego rana! Po skończonych lekcjach szybko pobiegliśmy do domu, żeby zdążyć na popołudniową imprezę. O godzinie 16 wszyscy stawiliśmy się w szkole gotowi na zabawę. Bawiliśmy się do największych przebojów puszczanych przez Dj-a Marka. Największą atrakcją imprezy okazały się zabawy andrzejkowe prowadzone przez uczniów. Były popularne kubeczki, serduszka z imionami oraz rzucanie pieniążkiem do miski. Już nie możemy się doczekać zabawy choinkowej!

# Magia Świąt



zdjęcie:

www.google.com

Myślę, że nie ma wśród nas nikogo, kto nie czekałby z niecierpliwością na Święta Bożego Narodzenia. Co jest takiego magicznego w tych świątach? Odpowiedź jest prosta - wszystko! Pomyślcie tylko o tym wszystkim, co wiąże się ze świątami. Kupowanie choinki i ozdób do jej strojenia. Przedświąteczna krzątanina i ogólny rozgardiasz. Zapachy unoszące się z kuchni i wspólne gotowanie potraw w dzień Wigilii. Wyczekiwanie na pierwszą gwiazdkę, łamanie się opłatkiem i składanie sobie życzeń. Pięknie udekorowany stół, a na nim tradycyjne 12 potraw, z których każdej trzeba spróbować.. :) Po uroczystej kolacji dla każdego z nas nadchodzi moment, na który czekamy od samego rana, czyli otwieranie prezentów i wspólne kolędowanie przy choince. Zakończeniem tego cudownego dnia jest rodzinne wyjście na Pasterkę. Są to święta rodzinne, pełne miłości i radosnych chwil, dlatego ten czas spędzamy w gronie bliskich nam osób.

Wszystkim czytelnikom życzymy Wesołych Świąt i Szczęśliwego Nowego Roku 2014!



zdjęcie:

www.weheartit.com

*Jest taki dzień..  
Bardzo ciepły, choć grudniowy.  
Dzień, zwykły dzień.  
W którym gasną wszelkie spory.  
Jest taki dzień..  
W którym radość wita wszystkich.  
Dzień, który już  
Każdy z nas zna od kołyski.  
Niebo - Ziemi, niebu - ziemia;  
wszyscy wszystkim ślą życzenia:  
Drzewa - ptakom, ptaki - drzewom,  
Tchnienie wiatru - płatkom śniegu.  
Jest taki dzień -  
Gdy jesteśmy wszyscy razem.  
Dzień, piękny dzień  
Dziś nam rok go składa w darze.  
A gdy wszyscy usną wreszcie,  
Noc igliwia zapach niesie.*



zdjęcie:

www.google.com

Tradycyjnie w naszej szkole przygotowywane są Jasełka Bożonarodzeniowe. W ich przygotowanie zaangażowani są uczniowie z wszystkich klas. Przygotowywane są stroje oraz odbywają się próby. W tym dniu Jasełek cała społeczność szkolna zbiera się również na wspólne kolędowanie i łamanie się opłatkiem. Bardzo lubimy ten dzień, ponieważ jest wyjątkowy i wtedy możemy wspólnie spędzić miło czas!



zdjęcie:

W.Wawraszek

## We are the champions!

:)

22 listopada w ZSTG w Rakszawie odbyły się gminne zawody w piłce ręcznej. Po raz trzeci z rzędu zostaliśmy gminnym mistrzem w piłce ręcznej chłopców! Tytuł najwszechstronniejszego zawodnika otrzymał Mateusz Poterek. Najskuteczniejszym zawodnikiem okazał się Seweryn Turosz, a najlepszym bramkarzem Łukasz Kuduk. Naszym kolegami i opiekunami - p. Wiesławowi Wawraszcowi serdecznie gratulujemy! Chłopców mamy na schwał! :)

## Modne wnętrza 2013 / 2014 Czyli nie bądź passe - zmień swój dom!



zdjęcie:

www.infoteli.com



zdjęcie:

www.we-dwoje.pl



zdjęcie:

coloursofdesign.blogspot.com



zdjęcie:

mebleportal.pl

**Gotowi na zmiany? Spokojnie, nie mamy na myśli wywracania waszych domów do góry nogami! ;) Wiemy że ostatnią rzeczą o której teraz myślą nasi czytelnicy to remont. Tylko co zrobić, żeby nasze wnętrza były trendy, ale bez pomocy sztabu fachowców? To bajecznie proste! Wystarczy przeczytać naszą rubrykę, gdzie zabraliśmy dla was designerskie must-have 2013/2014r. i następnie wprowadzić drobne zmiany w dodatkach.**

**1. Poczuj zew natury. Wszechobecne drewno, włóczki, sznurki, plecionki... to wszystko sprawi, że stworzysz w swoim wnętrzu niesłychanie popularny styl SCANDI i wbrew pozorom obejdziesz się bez skandalu. ;) Twoja babcia robi na drutach? Taki oldscool jest teraz w modzie! Jeśli ją poprosisz, będziesz mógł ubrać we włóczkę dosłownie wszystko - od krzesel po lampy.**

**2. Shabby chick - kobieco, delikatnie, bajkowo. Biel na ścianach w połączeniu z pastelowym różem i fioletem oraz dużo światła to jest to! Gdy dodamy do tego meble w stylu vintage - najlepiej takie z historią znalezione na pchlim targu - stworzymy nowoczesność w wydaniu retro. Dopelnieniem są delikatne, kwieciste wzory i haftowane pościela.**

**3. DIY - Zrób to sam. Krótko mówiąc chodzi o to by zrobić coś z niczego. Drugie życie można nadać np. meblom i dodatkom, lub po prostu stworzyć coś samemu. Wystarczą chęci, trochę czasu i pomysł. Satysfakcja gwarantowana!**

**4. Flower - power. Po szale na florystyczne motywy w ubraniach, przyszedł czas na kwiaty we w...nętrzach! Motyw ten może pojawić się na tapetach, poduszkach, narzutach czy innych dodatkach. Jednym słowem kwiatów nigdy dość! ;)**