

Co to jest ekologia?

Według internetowego słownika ekologia jest to nauka o zależnościach między organizmami a środowiskiem. Ekolog dzięki przeprowadzonym badaniom umie odpowiedzieć na wiele trudnych pytań, w stylu "Skąd biorą się komary?".

Niestety, nie wszyscy dbają o środowisko, ale w pewnym stopniu można temu zaradzić!



Co robić, aby ratować przyrodę?

Co robić, aby ratować przyrodę?

Nie wylewajmy zbędnie wody, np. zamiast myć zęby z odkręconym kranem, nalejmy trochę wody do kubeczka. Kąpiemy się pod prysznicem, a nie w

wannie. Segregujmy śmieci, zakręcajmy szczelnie kran, wyłączamy zbędne oświetlenie... Co do wyrzucania śmieci, niezbędna jest ich segregacja. Podział odpadów na szkło, papier, plastik służy temu, aby na przykład papier został oddany na makulaturę i ponownie użyty. Oddając papier na

makulaturę ratujemy wiele drzew. Poza tym nie hałasujmy w lesie, ponieważ przeszkadza to nie tylko nam, ale również mieszkańcom lasu, czyli zwierzętom. Kiedy krzyczymy, płoszymy je i mogą one uciec ze swojego "domu". Nikt z nas nie chciałby, aby ktoś obcy wszedł do naszego mieszkania i zaczął krzyczeć wniebogłosy.

Międzynarodowy Rok Lasów

Rok 2011 ustanowiono Międzynarodowym Rokiem Lasów. Jego hasło to "Lasy dla ludzi". Głównym celem tej akcji jest uświadomienie ludziom, że lasy mają bardzo duże znaczenie dla każdego z nas. Są nie tylko dobrym miejscem do odpoczynku, ale też źródłem życia.

Obchody Roku mają podnieść świadomość społeczeństwa na temat ochrony, zarządzania i rozwoju wszystkich lasów.

Zaangażowanie naszego gimnazjum

Nasza szkoła bierze czynny udział w ochronie środowiska. Między innymi co roku bierzemy udział w akcji "Sprzątanie świata", zbieramy makulaturę, organizujemy

ekologiczne apele. Również szkolna grupa teatralna stworzyła samodzielnie scenkę poświęconą dbaniu o przyrodę.

ZIEMIA DLA CZŁOWIEKA, CZŁOWIEK DLA ZIEMI!

Przyroda żyje swoim rytmem, a my nie mamy prawa go zakłócać.

Bierzmy udział w wielu akcjach ochrony przyrody! Na przykład angażujemy się w dzień "Sprzątania świata". Robmy zakupy w ekologicznych torebkach, zamiast w tzw. "jednorazówkach".

PoG



Wiosna, ach to ty!

Tego dnia oczekiwali wszyscy z niecierpliwością i tęsknotą - 21 marca. Tak, to właśnie Pierwszy Dzień Wiosny! Nareszcie wróciły do nas długie, gorące dni. Uwielbiane przez każdego słońce towarzyszy nam każdego dnia! :)

Jak przebiegał ten dzień w naszym gimnazjum?

Na początek uczniowie klasy IIb przedstawili nam prezentację dotyczącą zdrowego trybu życia. Podpowiedzieli, co należy robić, aby uzyskać szczupłą sylwetkę i jakie produkty powinniśmy spożywać, by nie narzekać na zdrowie. Mamy nadzieję, że ten wykład dał niektórym wiele do myślenia.



Panowie wuefiści zorganizowali konkurs na najsprawniejszego chłopaka i najsprawniejszą dziewczynę. Chłopcy

startowali w pięciu konkurencjach. Były one następujące: podnoszenie sztangi, „poziomka”, podciąganie się na drążku,

przeciąganie wózka z materacami i spacer z dwoma bańkami wypełnionym i wodą.



Zwycięzcy

Miejsca na podium zajęli: **oraz Patryk Kamil Cerbian z klasy IIA, Mateusz Leśniewski z klasy IIIA.**

Trzecie miejsce wśród dziewczyn zajęła **Patrycja Turlej (II B).** Drugie miejsce - **Justyna Krajewska (III B).**

Zwycięzczynią została **Martyna Malinowska z klasy IIC.**

D.Niemiec i M.Binek

Tydzień profilaktyczny

Od 15 do 21 marca w naszej szkole trwa TYDZIEŃ PROFILAKTYCZNY pod hasłem: „Wybierz zdrowie, rzuć palenie!”. Rzecznicy profilaktyczni przygotowali różnorodne atrakcje na każdy dzień. Zorganizowano wiele konkursów, w których

udział brały kilkusobowe zespoły. Uczestnicy zmagali się w konkursowych m. in. wykonywali plakaty, wybierali Miss i Mistera Dobrego Zachowania, pisali test wiedzy o papierosach.



Każdego dnia gimnazjaliści strojem podkreślali udział w projekcie, zakładając ubrania w kolorach wcześniej ustalonych przez rzeczników. Pierwszego dnia akcji przyciągały czerwone koszulki i bluzy, następnego zielone, potem - niebieskie. Atrakcją była

również KAWIARENKA POD WARZYWKIEM, w której harcerki sprzedawały pyszne zdrowe kanapki, soki owocowe oraz jogurty. Pierwszego dnia wiosny uczniowie rywalizowali między sobą w różnych konkurencjach sportowych i wybierali najsprawniejszą dziewczynę oraz najsprawniejszego chłopaka

Gabrysia i Ilona

Pa, pa nikotynie!

Palenie zabija. Powoli, ale konsekwentnie. Sięgając po papierosa, należy pamiętać, że narażamy się na rozwój wielu, często śmiertelnych chorób, a zerwanie z nałogiem, choć nie jest łatwe, przynosi wymierne korzyści. Tytoń stanowi główną przyczynę zagrożenia zdrowia ludności, a palenie tytoniu jest jednym z najbardziej upowszechnionych antyzdrowotnych elementów stylu życia człowieka.

PALENIE ZABIJA!

Każdego roku na choroby spowodowane paleniem tytoniu umiera w Polsce przedwcześnie około 100.000 tysięcy ludzi. Około 10.000.000 Polaków pali regularnie 15- 20 sztuk papierosów dziennie. Prawie 5.000.000 spośród tych osób pali dłużej niż 20 lat. W Polsce codziennie zaczyna palić około 500 nieletnich chłopców i dziewcząt, a rocznie próbuje palenia około 180.000 dzieci. Co 10 sekund na świecie umiera ktoś na chorobę wywołaną paleniem tytoniu.



Jakie choroby powoduje palenie?

Jakich chorób można spodziewać się, gdy pali się papierosy? Rak płuc, nerki, trzustki; rak wargi, języka, jamy ustnej, przełyku i krtani; rak pęcherza moczowego; choroba niedokrwienna serca, zawał serca, przewlekłe zapalenie oskrzeli, gruźlica układu

oddechowego zwiększone narażenie na zakażenie, nadciśnienie tętnicze, miażdżyca naczyń, udar mózgu, wrzody żołądka oraz dwunastnicy, przepukliny jelitowe, impotencja, upośledzenie płodności, i wiele

innych. Poza tym, oprócz czynnego palenia, pamiętajmy również o biernym! Biernie palenie, czyli wdychanie dymu tytoniowego z papierosa palonego przez inną osobę w tym samym pomieszczeniu jest również niebezpieczne.



Podsumowując:

1 dzień: 10zł coś dobrego do zjedzenia,
4 dni: 40zł - bilet do kina,
1 tydzień: 70zł książka,
1 miesiąc: 310zł ubrania,
4 miesiące: 1200zł telewizor

6 miesięcy: 1800zł 2 tygodniowe wczasy,
1 rok: 3650 zł - skuter
10 lat: 36500 zł - działka rekreacyjna,
40 lat: 146000 zł - wysokiej klasy samochód

Warto rzucić palenie!

Rzucając palenie dróg oddechowych. Odsuwa się od siebie absolutnie niczego się nie traci, można tylko zyskać. Nagroda po rzuceniu palenia tytoniu. W rzucaniu palenia kondycji fizycznej, najważniejsza jest motywacja; chęć można zapomnieć, co to jest kaszel poranny, rzadziej zdarzają się infekcje



Jak to zrobić?

Między innymi ważne jest umotywowanie rzucenia palenia (własne zdrowie i zdrowie rodziny, ekonomiczne koszty palenia co można kupić za te pieniądze, czy palenie tytoniu nie sprawia przykrości bliskim osobom, nieprzyjemny zapach ubrań, widok pożółkłych palców). Można porozmawiać z rodziną, powiadomić bliskich o decyzji ich pomoc może być ważna. Dobrze jest również uświadomić sobie w końcu, że zaszpanowanie przed kumplami, tym, że ja też palę! Patrzcie jaki jestem dorosły i fajny! jest naprawdę żalosne.

Nie warto sięgać po papierosa. A jeśli ktoś już pali trzeba zerwać z nałogiem. Korzyści wynikające z rzucenia palenia tytoniu są niewątpliwe. Warto rzucić palenie. Wszystkim podejmującym to wyzwanie życzymy powodzenia! :)

PoG

Rocznica Zbrodni Katyńskiej

W dniu 17 kwietnia 2011 roku mieszkańcy gminy Zelów mieli okazję doświadczenia niezwykle silnych wzruszeń za sprawą organizatorów obchodów 71. Rocznicy Zbrodni Katyńskiej i pierwszej rocznicy katastrofy smoleńskiej.

Byliśmy obecni!

"O Boże!...

Najpierw jechali długo, wieziono ich wiosenną szarugą. ... Ilu ich było? Dwa? Pięć? Osiem? Dwanaście tysięcy?... Pamiętajmy ich zbrojnych i hojnych, pamiętamy młodziutkich przed wojną... (...)

Kazimiera Iłkaczkówna "O Boże"

Przebieg uroczystości

Uroczystość rozpoczęła się około godziny 12.00 przemarszem pocztów sztandarowych, delegacji urzędów i instytucji nie tylko z terenu naszej gminy, strażackiej orkiestry oraz Kompanii



Honorowej 32. Bazy Lotnictwa Taktycznego w Łasku do zelowskiego Kościoła Matki Boskiej Częstochowskiej. Po nabożeństwie ekumenicznym i modlitwie w intencji ofiar obu tragedii kontynuowano uroczystość w miejscu szczególnym w Parku Miejskim im. Romualda Traugutta przy dębach katyńskich i Pomniku Ofiar Golgoty Wschodu upamiętniającym tych, którzy zginęli przed 71 laty, a za życia związanymi z Zelowem. Wystąpienie Burmistrza Zelowa p. Urszuli

Świerczyńskiej oraz przemówienia gości zaproszonych się koncentrowały wokół patriotyzmu i patriotycznych powinności współczesnych Polaków, zwłaszcza obowiązku pamięci o ludziach, którzy tworzyli naszą historię. Piękne recytacje wierszy o Katyniu oraz Apel Poległych i salwy honorowe ku ich czci wycisnęły niejedną łzę wzruszenia.

Lekcja historii

Dla nas uczniów Gimnazjum w Łobudzicach reprezentowanych przez członków pocztu sztandarowego i harcerki z 2 DSH Łobudziaki zelowska uroczystość była niezapomnianą lekcją patriotyzmu.

Apel w naszym gimnazjum

Z okazji tejże rocznicy kateńskie. uczniowie Zaśpiewaliśmy hymn naszej szkoły państwowy, a pod opieką pani od historii przygotowali apel dotyczący zbrodni

piosenek dotyczących tego wydarzenia. Nie zabrakło również historycznego komentarza.

Zbrodnia kateńska miała miejsce w czasach II wojny światowej. Wymordowano wtedy tysiące polskich oficerów. O tej tragedii przez kilkadziesiąt lat nie wolno było mówić. Skutki zglądzenia

MaP



Skład redakcji "MniejWięcej"

Opiekun:
Małgorzata Puchała
Magdalena Boroń,
Gabriela Kryścińska,
Patrycja Wrzesiak,
Ewa Lipińska,
Kacper Śliwa,
Angelika Klimek,
Karolina Piskuła,

Damian Niemiec,
Marcin Kuchta,
Amadeusz Kopka,
Paweł Ostojki,
Patrycja Turlej,
Ilona Froncala
Do współpracy zapraszamy wszystkich twórczych i ciekawych świata gimnazjalistów!

