

# Szaferówka

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

## SPRZĄTAMY ŚWIAT

Wspaniałą tradycją ekologiczną naszej szkoły jest coroczny udział w międzynarodowej kampanii SPRZĄTANIE ŚWIATA. Tegoroczna akcja przebiegała pod hasłem: LASY TO ŻYCIE - CHROŹMY JE. Jest ono związane z Międzynarodowym Rokiem Lasów. 16 września 2011 roku nasi uczniowie ( Ie, If, If ) wraz z opiekunami porządkowali tereny wokół jeziora w Zdworzu. Młodzież z zapalem oczyszczała las

i plażę, zbierając puszki, plastikowe torby, butelki, kartony i opakowania. Ze smutkiem należy stwierdzić, że najbardziej zanieczyszczony był jednak las. Młodzi ekolodzy zebrali tam ponad 20 worków śmieci. Taki stan rzeczy dowodzi jedynie nieodpowiedzialności człowieka, bo las to przecież skomplikowany ekosystem. Zwieńczeniem akcji było ognisko i wspólne pieczenie kiełbasek.



## DZIEŃ BEZ SAMOCHODU

DZIEŃ BEZ SAMOCHODU to międzynarodowa kampania ekologiczna obchodzona corocznie 22 września. Idea ta zrodziła się we Francji w 1998r., zaś w Polsce DZIEŃ BEZ SAMOCHODU obchodzony jest od 2002r. Celem kampanii jest kształtowanie wzorców zachowań proekologicznych oraz przekonanie, że życie w mieście bez samochodu jest nie tylko możliwe, ale także o wiele przyjemniejsze. Urząd Miasta Płocka, wspierając tę szczytną ideę, zaprosił mieszkańców do

ekologicznego korowodu, który przemarszerował z Podolszczyca na Stary Rynek. W znaczący sposób swoją obecność zaakcentowało Gimnazjum nr 6, zwłaszcza koło teatralne pod opieką p. Ewy Bembenisty oraz koło dziennikarskie pod opieką p. Magdaleny Michalskiej. Przygotowano hasła, transparenty i scenki ekologiczne, by zachęcać do pozostawienia samochodów na parkingach i wygospodarowania przestrzeni dla świeżego powietrza.



## WYWIAD Z PANEM ANDRZEJEM NOWAKOWSKIM PREZYDENTEM MIASTA PŁOCKA

### O IDEI DNIA BEZ SAMOCHODU ROZMAWIAMY Z PANEM ANDRZEJEM NOWAKOWSKIM

**Panie prezydencie, czy nasze miasto uczestniczyło już w tej akcji?**

Z tego co wiem, to nie. To jest pierwszy raz, kiedy miasto włączyło się do akcji.

**Jaki jest cel tego przedsięwzięcia?**

Przede wszystkim zachęcenie mieszkańców

miasta, by wybrali bardziej ekologiczne środki transportu. Tam, gdzie jest to możliwe, żeby był to rower, może dojeżdżenie na piechotę, ewentualnie autobus. Zachęcam też do wzajemnego podwożenia się do pracy, do szkoły, aby aut na drogach było mniej. Sądzę, że powinien być taki dzień, kiedy pozostawiamy samochody na parkingach, w garażach. Warto przekonać się, że życie bez samochodu, bez komórki, bez komputera jest możliwe.

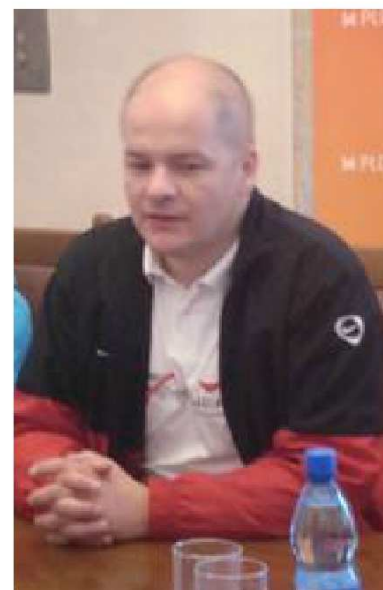
**To wspaniale, że miasto wspiera takie inicjatywy, bo ochrona środowiska leży przecież w naszym wspólnym interesie.**

**Czy możemy liczyć na więcej podobnych akcji?**

Zobaczymy, jaki będzie efekt tej akcji. Myślę, że warto zorganizować taki dzień wiosną, może nawet latem. Efekt takiej akcji to także rola miasta, bo brakuje nam jeszcze ścieżek rowerowych, które ułatwiłyby poruszanie się po Płocku.

**Co chciałby powiedzieć Pan młodym ludziom, do których należy przyszłość?**

Chciałbym serdecznie podziękować, że tak aktywnie wzięliście udział w akcji, wyglądaliście naprawdę rewelacyjnie. Rozmawiałem także z grupą teatralną. Byli pełni entuzjazmu i chciałbym, żebyście tacy pozostali, żebyście nie zgubili tej radości i wiary, że świat należy do Was. **Dziękujemy za rozmowę.** To ja Wam dziękuję, że tu jesteście.





Miło nam powitać Was, drodzy czytelnicy, w roku szkolnym 2011 / 2012. Pewnie zauważyliście, że jesteśmy nowym zespołem redakcyjnym, który przejął stery "Szaferówki". Nasi starsi koledzy opuścili już mury szkoły i rozpoczęli naukę w nowych placówkach. Podziwiamy ich pracę i obiecujemy, że zrobimy wszystko, by pismo było ciekawe. Proponujemy Wam kącki tematyczne, w których zajmiemy się ekologią, zdrowym odżywianiem, zaprosimy na lekcję savoir vivre'u, podamy kilka wskazówek językowych, opowiemy o życiu naszej szkoły, pomożemy rozwiązywać młodzieńcze problemy.

Wakacje już minęły, ale wspomnienia i zdjęcia pozostały. W kolejnych numerach „Szaferówki” odkrywamy piękno przyrody, dzielimy się wrażeniami z pobytu w urokliwych zakątkach. W tym numerze zabierzemy Was do Białowieży, by opowiedzieć o życiu żubra, z którego ochrony zasłynął patron naszej szkoły - Władysław Szafer. Zapraszam serdecznie. **Marta Chrzanowska, redaktor naczelna**

## Żubroń

Żubroń to mieszańiec międzyrodzajowy żubra i bydła domowego. Pierwsze żubronie wyhodował w 1847 r. Polak, Leopold Walicki, krzyżując krowy z żubrem - bykiem. Walicki uzyskał w latach 1847 - 59 piętnastce mieszańców, w tym jedyne na świecie

płodnego samca w pierwszym pokoleniu.

Doświadczenia tego rodzaju podjęto także w płockiej ZOO. W 1953 r. uzyskano tu 4 mieszańce. Żubronie odznaczają się znacznym ciężarem ciała - samce osiągają nawet 1200kg, samice 800 kg. Samce w pierwszym pokoleniu są nie płodne.

### Redakcja - klasa I d Gimnazjum nr 6 w Płocku

Marta Chrzanowska - redaktor naczelna;  
**Aktualności:** Paulina Kaczmarek, Weronika Rekus, Daria Kotarska, Justyna Jarzyńska,

Paulina Wólkiewicz;  
**Muzyka:** Kamil Biegaj, Marta Chrzanowska, Natalia Napor, Dominika Pekról;  
**Fotoreporter:** Dominika Pekról;  
**Grafik:** Natalia Napor;



### Ekologia:

Karolina Żaglewska, Aleksandra Izbicka ;  
**Wywiady:** Karolina Żaglewska, Weronika Rekus, Małgorzata Jankowska, Aleksandra Kosińska, Dominika Pekról;  
**Zdrowie:** Agnieszka Chudzik;  
**Ciekawostki:** Kamil Biegaj, Adrian Mikołajczyk;  
**Sondy:** Marta Chrzanowska; Małgorzata Jankowska  
**Opieka p. Magdalena Michalska**

### Jakiej muzyki najczęściej słucha młodzież?

rock 55%  
metal 9%  
rap 12%  
reggae 8%  
hip hop 6%  
klasyczna 1%  
inne 9%

### Co robi młodzież w wolnym czasie?

oglądanie telewizji lub granie na komputerze 73%  
sport 10%  
spotkania ze znajomymi 10%  
czytanie książek 2%  
inne 5%

## W krainie żubra

We wrześniowym numerze zapraszamy do Białowieżskiego Parku Narodowego. Jest on położony w północno - wschodniej części Polski, zajmuje centralną część Puszczy Białowieżskiej. Za początki jego istnienia przyjmuje się rok 1921. Park

zajmuje powierzchnię 10 517, 27 ha, co stanowi 1/6 polskiej części Puszczy Białowieżskiej. BPN chroni najlepiej zachowany fragment puszczy - ostatni na niżu Europy las naturalny o charakterze pierwotnym. Właśnie taki las rozciągał się

przed wiekami w strefie lasów liściastych i mieszanych. Charakteryzuje się on dużą różnorodnością biologiczną. Występuje tu m.in. ponad 800 gatunków roślin naczyniowych, ponad 3 tys. gatunków roślin zarodnikowych

## Żubr - największy ssak lądowy Europy

i grzybów, prawie 200 gatunków mchów i 283 gatunki porostów. Stwierdzono również 8 tys. gatunków bezkręgowców, ok. 120 gatunków ptaków lęgowych oraz 52 gatunki ssaków. Symbolem Białowieżskiego Parku Narodowego jest żubr - największy ssak

lądowy Europy. Puszcza Białowieża okazała się dla niego ostatnią ostoją. Tu także rozpoczęto proces jego restytucji, czyli przywracania go naturze. Obecnie żyje tu najliczniejsza populacja wolnościowa żubra na świecie. W polskiej części liczy ona ok.450 osobników.



## ŻUBR - POLSKA DUMA

Wielkość żubra zależy od wieku i płci. Waga samca wynosi od 500 do 950 kg, a wysokość w kłębie dochodzi do 200 cm. Samice osiągają nawet 600 kg, zaś ich wysokość w kłębie dochodzi do 190 cm. Żubr jako gatunek dzieli się na dwa podgatunki; żubr nizinny i żubr górski. Pokarmem żubra są zioła, trawy, liście krzewów, pąki i kora drzew. Chętnie zjadają też żołądź i kasztany. Zimą żubry są dokarmiane sianem. Dorosły żubr zjada od 40 do 60 kg paszy na dobę.

Żubry są zwierzętami stadnymi. Żyją w stadach liczących 10 - 15 sztuk. Dojrzałość fizyczną uzyskują stosunkowo późno, bo w wieku 8 - 9 lat - samce, 5 - 6 - samice. Ciąża u żubra trwa 265 dni, matka opiekuje się potomkiem do skończenia przez niego 2. roku życia. Młode po przyjściu na świat ważą od 16 do 35 kg. Patron naszej szkoły, Władysław Szafer, współtworzył Międzynarodowy Komitet Ochrony Żubra. Obecnie na świecie żyje ok. 3 tys. żubrów, są objęte ścisłą ochroną.





Nasza szkoła słynie z licznych działań propagujących zdrowy styl życia. My również chcemy przekonać Was, że warto dbać o zdrowie. We wrześniowym numerze opowiemy o szkodliwych skutkach spożywania alkoholu, o jego wpływie na rozwój emocjonalny i fizyczny nastolatka.

Pamiętajcie, że wszelkie napoje alkoholowe ( piwo, wino, koktajle, wódki, koniaki ) zawierają tę samą substancję chemiczną - alkohol etylowy o wzorze C<sub>2</sub>H<sub>5</sub>OH, nie zapominajcie, że alkohol etylowy w piwie, winie, wódce działa tak samo!

500 g piwa = 200 g wina = 50 g wódki = 25 g alkoholu etylowego

W 0,5 litrowej butelce piwa jest 25 g alkoholu etylowego

W 0,7 litrowej butelce wina jest 70 g alkoholu etylowego

W 0,5 litrowej butelce wódki jest 200 g alkoholu etylowego

## Jak alkohol wpływa na nasz organizm?

### Mózg

- uszkodzenie naczyń krwionośnych prowadzące do wylewów,
- niszczenie komórek nerwowych w korze mózgowej prowadzące do obniżenia sprawności umysłowej i zaburzeń psychicznych;

### Wątroba

- stany zapalne i marskość wątroby,
- uszkodzenie regulacji poziomu cukru we krwi;

### Serce

- arytmia,
- nadciśnienie,
- niewydolność krążenia,
- uszkodzenia mięśnia sercowego,
- przeszkody w dojrzewaniu krwinek czerwonych niezbędnych do odżywiania organizmu tlenem;

### Przewód pokarmowy

- nieżyty przełyku,



- owrzodzenia żołądka i dwunastnicy,
- stany zapalne trzustki,
- uszkodzenia wchłaniania pokarmu w jelitach;

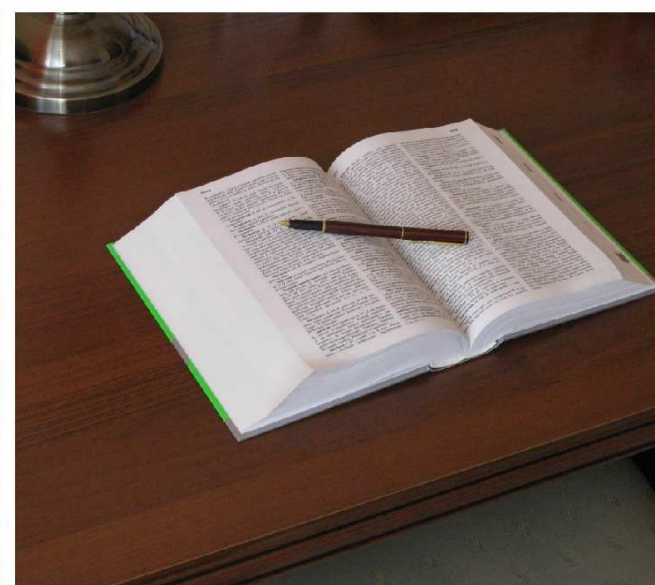
#### Inne systemy

- zwiększona podatność na choroby,
- obniżenie potencji męskiej,
- bezpłodność lub uszkodzenie płodu.

### Istnieją bardzo poważne powody, by nastolatki nie piły alkoholu

- alkohol zaburza zdolność uczenia się, zapamiętywania i logicznego rozumowania, jest źródłem trudności w nauce i przeszkadza w dalszej edukacji,

- kariera zawodowej,
- hamuje rozwój emocjonalny i opóźnia dojrzewanie - młody człowiek nastawia się tylko na doraźne i natychmiastowe przyjemności, nie uczy się dojrzałych i skutecznych sposobów radzenia sobie ze stresem i rozwiązywania problemów życiowych,



## Kącik polonistyczny

**Forma poprawna:** dyrektor ogłosił kontrolę;  
**Forma błędna:** kontrol;  
**Forma poprawna:** przekonujący / przekonywający;  
**Forma błędna:** przekonywujący;  
**Forma poprawna:** film oparty na faktach;  
**Forma błędna:** na faktach autentycznych;

**Forma poprawna:** w cudzysłowie;  
**Forma błędna:** w cudzysłowiu;  
**Forma poprawna:** zapomniał wszystko z nerwów;  
**Forma błędna:** z nerw;  
**Forma poprawna:** ułożenie sztucców;  
**Forma błędna:** ułożenie sztuczy;

- uczy się wiazać swoje przyjemne stany emocjonalne z alkoholem, a nie z konkretnymi wydarzeniami życiowymi i w ten sposób oddala się od rzeczywistości, zamiast odkrywać prawdę o sobie, o życiu w naturalnych doświadczeniach osobistych,

- wczesne sięganie po alkohol obniża motywację do osiągania celów życiowych,
- zwiększa ryzyko uzależnienia - dzieci, które sięgnęły po alkohol do 15. roku życia, uzależniały się czterokrotnie częściej niż osoby, które zaczęły pić po 20 roku życia.

## Wielki koncert ku czci Michaela Jacksona

W październiku odbędzie się koncert ku czci Michaela Jacksona, podczas którego wystąpią wielkie gwiazdy. Widowisko poświęcone pamięci Króla Popu odbędzie się 8 października w Millennium Stadium w Cardiff w UK. Koncert upamiętniający piosenkarza będzie

transmitowany na żywo. Fani Michaela Jacksona będą mogli zobaczyć ten spektakl w kinach; niektóre z nich zapowiedziały, że relacja będzie transmitowana w trójwymiarze. Największe wydarzenie muzyczne w 2011 roku poprowadzi znany aktor, Jamie Foxx. Lista artystów będzie



źródło: Internet

kontynuowana aż do października. Znajdziecie ją na oficjalnej stronie koncertu „Michael Forever Tribute Concert” Część zysku z koncertu przekazana zostanie na rzecz organizacji charytatywnych w Wilekiej Brytanii.

Thriller  
 Billie Jean  
 Bad  
 Black Or White  
 Heal The World  
 We Are The World  
 Smooth Criminal  
 Scream  
 Human Nature  
 Jam  
 Remember the Time  
 Say Say Say  
 In the Closet

## Wielkie hity Króla Popu



Wiemy, że wielu z Was posiada wspaniałe zainteresowania i nietuzinkowe talenty. To wspaniałe, że znajdujecie czas, by je rozwijać, by pogłębiać wiedzę, trenować, startować w różnorodnych zawodach. Pamiętajmy jednak, że miejsce na podium to ukoronowanie wielomiesięcznej pracy, starań i trudu. Dzień powszedni nie jest taki kolorowy, bo wypełnia go ciężka praca. Jednak jest coś, co sprawia, że wysiłek nie męczy, wielogodzinne treningi stają się mgnieniem. Wiecie co to jest? To pasja... W bieżącym roku szkolnym pragniemy przedstawić Wam, drodzy czytelnicy, uczniów naszego gimnazjum, którzy mają pasje i potrafią je wspaniale rozwijać. Chcemy pokazać młodych ludzi, ich pomysły i dokonania. Wierzmy, że staną się one inspiracją i pomysłem na spędzenie wolnego czasu dla wielu z Was, może pozwolą wybrać interesującą drogę życia? Jeżeli macie pasje i potraficie je rozwijać, napiszcie do nas lub zgłoście się, chętnie opowiemy o Waszych wysiłkach i sukcesach, zaprezentujemy dokonania, opublikujemy zdjęcia.

Na początek poznajcie **Ołę Bembenistę**, uczennicę klasy III f.

**Olu, słyszałyśmy, że Twoją pasją jest judo. To chyba dość nietypowe zainteresowanie jak dla dziewczyny?**

Nie sędzę, dużo dziewcząt uprawia właśnie sporty walki, co więcej, są w tym bardzo dobre.

**Jak zaczęła się Twoja przygoda z judo?**

Byłam bardzo żywym dzieckiem, gdy miałam 8 lat, moi rodzice zapisali mnie na zajęcia judo. To był strzał w dziesiątkę, Doskonale odnalazłam się w tym sporcie.

**Co daje Ci uprawianie judo?**

Przyjemność, rozwój fizyczny, sposób na spędzanie wolnego czasu, poczucie bezpieczeństwa, dobrą zabawę.

**Dużo!**

Tak, dużo! Dodam jeszcze, że wspaniałych przyjaciół i niecodzienne przygody. Sport



wiąże się także z wyjazdami, zawodami, zgrupowaniami, więc mogę zwiedzać nie tylko Polskę, ale również odkrywać urokliwe miejsca w Europie.  
**Jaki masz pas?**  
Zielony.  
**Łatwo go zdobyć?**  
Trochę pracy

i wysiłku trzeba.  
**A sukcesy? Opowiedz nam o nich, bo wiemy, że masz się czym pochwalić.**  
Sporo, chociaż przede wszystkim traktuję to jako przygodę, zabawę.  
**Oczywiście, ale sport to też**

**rywalizacja.**  
Największym moim sukcesem było wicemistrzostwo Europy w kategorii młodzików.  
**A gdyby...ktoś próbował zrobić Ci krzywdę, potrafiłabyś się obronić?**  
Wolałabym, żeby



## Kącik psychologiczny

Droga Paulino! Jestem uczennicą pierwszej klasy i mam wiele obaw związanych z nauką. Już na pierwszej kartkówce z języka niemieckiego dostałam jedynekę. Nie wiem, jak powiedzieć o tym

rodzicom. Zawsze przynosiłam piątki. Poradź mi, co mam robić? **Ola.**  
Droga Olu! Lepiej powiedz o tym rodzicom sama, bo jak się dowiedzą na wywiadówce, będą na Ciebie bardziej źli.  
**Paulina.**

nigdy do takiej sytuacji nie doszło, ale podstawy samoobrony raczej znam .  
**Łatwo jest łączyć naukę z pasją?**  
Nie jest łatwo, trzeba dużej dyscypliny i dobrej organizacji, ale taki trud warto podjąć,

bo daje wiele radości.  
Ten rok szkolny nie należy do łatwych, to już trzecia klasa i egzaminy, więc chcę więcej czasu poświęcić nauce.  
**Dziękujemy za wywiad, życzymy dalszych sukcesów.**

## Kącik savoir vivre'u

### Uprzejmość

Każdy człowiek chce się czymś wyróżniać wśród innych. Dziś nie tylko artyści, politycy czy menedżerowie starannie kreują swój image. Pamiętajmy, że w życiu jest coś, co nas zdobi, chociaż nic nie kosztuje. To „coś” zyskuje nam

sympatię i poważanie wśród ludzi, ułatwia życie. To uprzejmość, w krócej jest „wdzięk i korzyść”, sprawia, że inni nas chętnie widzą i dobrze się z nami czują. Pamiętajmy też, że „uprzejmość jest walutą wabogacającą nie tego, kto ją otrzymuje, lecz tego, kto ją rozdaje.”



## Kącik poetycki

### Pierwszoklasistowskie dni

Pierwszoklasista szkołę już poznał,  
Wszystkich nauczyciel zapoznał,  
Przedmioty też już zna  
I nauka przyjemność mu sprawia.  
Nauczyciele mili są  
I dobrze nas uczą.  
My chętnie się uczymy  
I na lekcjach wiedzą swą blyszczymy.

### Miłosny czar

Tyś piękny niczym gwiazdy na niebie.  
Moją miłością obdarzę dziś tylko Ciebie.  
W tej miłości serce moje i dusza moja.  
Ja pragnę być z Tobą, lecz ty o niczym nie wiesz.  
Nie powiem Ci tego, zostań tylko mym dawnym kolegą.  
**Paulina K. kl. I d**