

Dzień Zakochanych

Jak wszystkim wiadomo, czternasty luty to dzień św. Walentego. W tym dniu zakochani wręczają sobie upominki w postaci kwiatów, pluszaków i czekoladek oraz chodzą do restauracji, w których romantycznie spędzają czas. Głównymi symbolami tego święta są amor (anioł z łukiem i strzałą) oraz serce. Mimo tego, że dzień ten jest tak niesamowity, to nie wszyscy są zadowoleni. Prawdopodobnie dla singli jest to jedno z najgorszych świąt. Dlaczego? Jest to raczej oczywiste. Jest im przykro z tego powodu, że nie mają nikogo bliskiego w pobliżu. Jeżeli chodzi o obchodzenie tego święta w naszej szkole, to pomimo, że nie mieliśmy typowej imprezy walentynkowej, wszyscy czuli atmosferę tego święta. Z tygodniowym wyprzedzeniem działalność rozpoczęła poczta walentynkowa. Dzięki tej działalności zorganizowanej przez panią Jolantę Błażków, uczniowie mogli wysłać Walentynkę dla swojej drugiej połówki. Poza tym duża ilość dziewcząt otrzymała prezenty od swoich "kolegów", np. Karolina Nowikowska została obdarzona misiem i kwiatami. Jeżeli na następny raz szukacie jakiegoś pomysłu na wierszyk walentynkowy, to polecam następujące wpisy:

"Kocham Cię jak powietrze,
 Jak dziurę w starym swetrze.
 Jak drzewa na polanie...
 Po prostu Kocham Cię...
 Kochanie."

"Kocham Cię bardzo,
 Słoneczko Ty moje,
 I moje serce jest tylko Twoje.
 Powiem, Ci jeszcze,
 Koteczku, skrycie,
 Że jesteś miłością na całe
 życie"

"Jesteś aniołem, co zstąpił z
 chmur,
 A blaskiem słońca jest
 uśmiech Twój,
 Czysta jak łza, prawdziwa
 tak.
 Jesteś jak wiosna, co ożywia
 świat."

Sandra Sabat



Zdrowy styl życia, czyli o walce z otyłością

Szeroko rozpowszechniany obecnie zdrowy styl życia z pewnością nie jest mocną stroną nastolatków. Wielu z nas w swoim jadłospisie preferuje fast foody, a owoce i warzywa niezastąpione źródła witamin zamienia na słodycze. Najgroźniejszym naszym wrogiem jest brak ruchu. Wolny od nauki czas najchętniej spędzamy przed komputerem i telewizorem. Niechętnie ćwiczymy na lekcjach wychowania fizycznego, a niewielu uprawia sport. Taki styl życia powoduje, że stajemy się otyłymi, leniwymi, mamy nadwagę albo wręcz jesteśmy otyli. Str. 4

Wywiad z uczestnikami projektu edukacyjnego "A czy znasz ty, bracie młody, swoje ziemie..."

W naszym kolejnym zadaniem projektowym były warsztaty garncarstwa z p. Maciejem Salańskim. Co było dla was najciekawsze w spotkaniu?

Wiktoria: Mieliśmy dwa spotkania, pierwsze w Gudziszu, w warsztacie mistrza BeneAkebe, gdzie poznawaliśmy historię garncarstwa, drugie w DOK, uczyliśmy się tu lepić gliniane

naczynia. Podobał mi się pokaz formowania naczyń na kole garncarskim, to jest sztuka.

Wojtek: Dla mnie najciekawsze było samo robienie naczyń, spodobało mi się to, chociaż gdy spróbowałem pracy na kole, to nie było łatwo.

Ula: Mnie zaskoczyło to, jak świeżo ulepiony dzbanek rozpadł się, gdy garncarz

zdejmował go z koła. Okazało się, że w glinie był mały pęcherzyk powietrza, który wszystko zepsuł.

Czego dowiedzieliście się o rzemiośle garncarskim?

Paweł: Najpierw garncarz opowiadał nam o początkach garncarstwa, potem oglądaliśmy różne naczynia odtwarzane według dawnych wzorów.

Miały one różne kolory i zdobienia w zależności od techniki ozdabiania.

Gabrysia: Ulepione naczynia muszą wyschnąć, a potem wypala się je w piecu i stają się twarde.

Klaudia: Naczynia można robić techniką wałeczkową albo formować je przy pomocy obracającego się koła. Ten pierwszy sposób jest bardzo prosty, drugi wymaga specjalnych umiejętności. Poznawaliśmy kolejne kroki wyrabiania naczyń na kole, najtrudniejsze było wyciąganie



ścianek naczyń w górę.

Czy sztuka tworzenia z gliny jest trudna?

Ula: Potrzeba do tego spokoju, cierpliwości, dokładności i znajomości wielu tajników. Np. zanim zacznie się lepienie, trzeba bardzo dokładnie ubić kawałek gliny, aby nie było w nim powietrza. ... Str. 2

Męski punkt widzenia

Mężczyzna patrzy na świat przez różowe okulary. Dzięki nim widzi to, co chce zobaczyć. Mniej uwagi przywiązuje do detali, śpieszy się powoli, myśli inaczej, żyje wolniej, ma inne zdanie. Jednym słowem ma swój punkt widzenia.

Utrzymanie porządku sprawa prosta, a jak trudna do wykonania.

Porozrzucane ubrania zostały według niego posegregowane. Jest wzrokowcem, więc wie, gdzie co położył. Nie zaścielone łóżko to obraz oglądany każdego ranka. Jego zdaniem nie warto zaścielać. Wieczorem musiałby znów rozścielić.

Marzy o najwyższej wygranej. Regularnie gra w totolotka. Oczyma wyobraźni widzi wymarzone jutro. Nie nastawia budzika na 6 rano. Jest milionerem, nie musi pracować. Buduje dom z basenem. Brudnych talerzy nie myje, zamienia je na naczynia jednorazowe. Ubrudzonych rzeczy nie pierze, kupuje nowe. ... Str. 4



Niedawno przeprowadziłyśmy wywiad z panią Elżbietą Baraniecką na temat projektu "A czy znasz ty, bracie młody, swoje ziemie..." - o naszej najbliższej okolicy. Zadałyśmy kilka pytań o projekt. Oto efekty:

Ilu uczniów bierze udział w realizacji projektu edukacyjnego?

Elżbieta Baraniecka: W projekcie uczestniczy 21 uczniów, większość z nich to uczniowie klasy 2 F.

Czy uczniowie mieli przydzielone zadania do wykonania?

E.B.: Projekt podzielony jest na wiele zadań. W ramach jednego zadania należy wykonać działania, za które odpowiedzialni są poszczególni członkowie grupy.

Jak długo trwała realizacja projektu?

E.B.: Projekt jest w trakcie realizacji, rozpoczął się w listopadzie 2011r., a planowane zakończenie to maj 2012r.

Kiedy nastąpi publiczne przedstawienie rezultatów projektu edukacyjnego?

E.B.: Podsumowanie będzie miało formę imprezy środowiskowej, na którą pragniemy zaprosić rodziców, nauczycieli, przedstawicieli władz oraz sojuszników, którzy pomagali nam w realizacji projektu.

Wtedy zaprezentowane zostaną efekty pracy wszystkich uczestników projektu.

Czy dyrektor szkoły powinien nadzorować dodatkowe zajęcia realizowane w ramach Projektu?

E.B.: Nie ma potrzeby, aby dyrektor nadzorował przebieg projektu. Na bieżąco umieszczamy informacje z realizacji zadań na stronach internetowych szkoły, echa pojawiają się też w "Gimnazjaku". Pani dyrektor wie o kolejnych zadaniach, gdyż podpisuje zgody na nasze warsztaty, pomogła nam w organizacji spotkania z etnologiem, więc nadzór jest naturalny.

Jeżeli rodzic nie zgodzi się na udział w projekcie, to co wtedy?

E.B.: Rodzic oczywiście ma prawo nie zgodzić się na udział dziecka w projekcie, jednak do tej pory nie spotkałam się z taką sytuacją, wręcz przeciwnie, rodzice



pomagają nam w realizacji projektu. Myślę że dużo zależy od tego, jak przedstawiamy projekt rodzicom. Powinni oni poznać jego zalety i wartość edukacyjną. Wtedy sami się do niego przyłączają.

Kto może wziąć udział w projekcie?

E.B.: W projekcie może

wziąć udział każdy zainteresowany tematyką.

Czy praca uczniów będzie w jakiś sposób oceniana?

E.B.: Uczniowie oceniani są wg kryteriów zawartych w projekcie. Ocenie podlega m.in. zaangażowanie, pomysłowość, terminowość, prezentacja.

Kto nadzoruje projekt?

E.B.: Nad projektem czuam ja oraz pani Wioletta Rafałowicz.

Skąd wziął się pomysł na projekt?

E.B.: Pomysł zrodził się podczas lekcji języka polskiego, dotyczącej polskiej prowincji. Prowincja zawsze chroniła tradycję, rodzinne zwyczaje. Dziś



niszczy ją kultura masowa. Co można zrobić, aby dawne zwyczaje nie zostały zapomniane?

Czego ma nauczyć uczniów projekt?

E.B.: Projekt przede wszystkim wprowadza w świat dawnej kultury oraz historii swojego regionu, uczy jak te wartości chronić.

Czy używacie do jego realizacji technologii?

E.B.: Wiele działań projektowych jest realizowanych przy pomocy TIK. Uczniowie korzystają z edytorów tekstu, uczą formatowania, obróbki zdjęć czy filmów, tworzą prezentacje multimedialne, komunikują się poprzez internet.



Wywiad z uczestnikami projektu "A czy znasz ty, bracie młody, swoje ziemie..."

(...) **Wojtek:** Lepienie wymaga opanowania, nie poddawania się, gdy coś nie wychodzi, np. rozklei się.

Wiktoria: Garncarstwo to trudna praca, trzeba mieć do tego talent, aby robić piękne rzeźby i naczynia.

Co zrobiliście z gliny podczas warsztatu?

Paweł: Wszyscy robiliśmy miseczki na kole z pomocą mistrza Macieja. Z wałeczków zrobiłem dzbanek.

Wiktoria: Ja ulepiłam salaterkę i sosjerkę.

Klaudia: Wykonałam dwa naczynia techniką wałeczkową: miskę i kubek.

Jakie są wasze wrażenia po spotkaniu z garncarzem Maciejem?

Paweł: Ciekawe doświadczenie, można nauczyć się tworzyć z gliny przeróżne rzeczy.

Wojtek: Była miła atmosfera, pan Maciej miał dla nas dużo cierpliwości.

Klaudia: Wiele się nauczyłam, a przy tym było zabawnie, szczególnie gdy nam coś nie wychodziło, np. z miseczki Wojtka zrobił się śmieszny kapelusz.

Dziękuję za rozmowę.

Wywiad przeprowadziła:
Daria Kasproviak

Co projekt oferuje uczniom?

E.B.: Daje możliwość współpracy, wymiany doświadczeń, rozwijania umiejętności i zdolności.

Czy dobrze się przy tym bawicie?

E.B.: O to najlepiej zapytać chyba samych uczestników. Ale dużo było dobrej zabawy w spotkaniu z Kołem Gospodyń Wiejskich w Cychrach przy kiszeniu kapusty. Ciekawym doświadczeniem było też poznawanie rzemiosła garncarskiego - "po łokcie w glinie".

Dziękujemy za wywiad.

Dominika Naduk
Marcelina Migdał



"Bądź otwarty na zmiany, ale nie rezygnuj ze swoich wartości."

"Nie dopuść, żeby Twoje marzenia zarosły zielskiem."

Kto może nam pomóc w szkole? No cóż, wszystko zależy od tego, na czym polega nasz problem. Jeśli coś nam dolega lub z czymś sobie nie radzimy, nie powinniśmy się wstydzić, tylko powiadomić kogoś o tym. A kogo?

Każdy uczeń może w czasie lekcji źle się poczuć. Dlatego w naszej szkole pracuje pani pielęgniarka. Jeśli zgłosimy się do niej, to pomoże nam, podając jakieś lekarstwo lub zwolni z lekcji. Jednak nie zawsze możemy znaleźć panią w szkole. Wtedy najlepiej zgłosić się do sekretariatu i tam poprosić o pomoc. Jeżeli któryś z uczniów nam dokucza lub się nad nami znęca, to należy o tym poinformować panią pedagog. W naszej szkole pracują aż dwie takie osoby. Jeśli np. mamy kłopoty w domu to również możemy się tam zgłosić. Pani pedagog nigdy nie odmówi pomocy. A co, jeśli mamy problemy z nauką? Z każdego przedmiotu organizowane są lekcje wyrównawcze po lekcjach. Jeśli coś nam nie idzie lub czegoś nie zrozumieliśmy, to warto jest poświęcić trochę wolnego czasu, aby zrozumieć dany temat. Jeśli jednak nie mamy możliwości skorzystania z tego typu zajęć pozalekcyjnych, to zawsze możemy poprosić o pomoc kolegów i koleżanki z klasy. Kiedy np. któraś z koleżanek dobrze radzi sobie z jakimś przedmiotem, nie powinna mieć problemów z pomocą. W zamian tego zawsze możemy zaproponować "korki" z innego przedmiotu, w którym my czujemy się dobrze.

Podsumowując, jest w naszej szkole wiele osób, które mogą udzielić nam pomocy.

Nie bójmy się więc mówić o swoich problemach. Nikt nas przecież nie wyśmiej, lecz postara się pomóc!

Karolina Nowikowska

Dzieciństwo a dorosłość

Kim być lepiej - dorosłym czy dzieckiem? Wiele ludzi na świecie zadaje pytanie, czy lepiej być dzieckiem, czy dorosłym? Każdy z nas ma o tym swoje zdanie, lecz odpowiedź nie jest zbyt prosta. Zarówno dziecko, jak dorosły ma dużo swoich zalet, ale i wad. Będąc dzieckiem mogę się bawić i nie posiadam zbyt wielu obowiązków, ale dorosłe życie człowieka daje mi możliwość podejmowania decyzji oraz dokonywania wyborów. Więc kim być lepiej?

Dziecko to tzw. "mały człowiek", który nie musi pracować, płacić rachunków oraz podejmować ważnych życiowych decyzji. Często bawi się zabawkami, a czasami nawet chodzi pod opieką dorosłego do kina, sklepów czy restauracji. Jego życie głównie ma charakter zabawy i odpoczynku z małą nutką nauki. Każdy rodzic dba o swoje dziecko, które



chce jak najlepiej wychować. Jeden z argumentów potwierdzających, że lepiej być dzieckiem, to podejście do na przykład czasu wolnego od obowiązków oraz codziennej rutyny. "Mały człowiek" lubi wakacje, bo nie musi się uczyć. Nawet niektórzy dorośli często wolą powrócić do młodzieńczego wieku niż pracować,

mieć wiele obowiązków, dużą odpowiedzialność za swoje czyny. Lecz będąc "brzdącami" jesteśmy w pewnym stopniu uzależnieni od dorosłego, a chodzi np. o kieszonkowe czy utrzymanie nas, zapewnienie nam wszystkich potrzeb. Sami sobie nie sfinansujemy książek lub mieszkania.

Dorosły jest jednostką niezależną, która funkcjonuje i wybiera według siebie. Ukończone ma co najmniej osiemnaście lat, więc może pracować w wymarzonej zawodzie, co niesie wiele korzyści, w tym finansowych. Zarabia pieniądze, dzięki czemu żyje na określonym poziomie. Dzięki temu ma również możliwość



realizacji własnych marzeń, podróży. Rozwija swoje zainteresowania, może kupić samochód czy wejść w związek małżeński. Nikt go nie rozlicza z wydanych pieniędzy jak dziecko. Gdy dorosłego spotka tragedia, potrafi sobie z nią poradzić, bo jest silny,

Reasumując, moim zdaniem lepiej być dorosłym, ponieważ sam decyduje o własnym życiu. Nikt bez mojej zgody nie może mną kierować lub odpowiadać za mnie. Jestem niezależna od wszystkich.

ale również ma pewien bagaż doświadczeń i problemów. Musi płacić rachunki oraz podejmować decyzje, które bardzo często są trudne. Odpowiada za każdy swój krok, czyn. Jego zadaniem jest założenie rodziny i wydanie na świat potomka.

Śmiało mogę wyciągnąć wniosek, że to dobra decyzja, której nie będę żałować.

Agnieszka Buczkowska

Przeprowadziłam sondaż wśród uczniów. Mieli odpowiedzieć na pytanie: "Dlaczego uczniowie uciekają ze szkoły?"

Ucieczka ze szkoły

Jak wszyscy wiemy, uczniowie nie lubią chodzić do szkoły. Niezależnie od wieku, czy to dzieci z podstawówki, czy młodzież z gimnazjum, a nawet młodzi dorośli ze szkół ponadgimnazjalnych na pytanie:

"Czy lubisz chodzić do szkoły?", odpowiadają w większości: NIE! Najczęściej zniechęcenie powoduje poranne wstawanie. Niektórzy, jak wstaną o siódmej, to mówią, że się nie wyspali. Więc, co mogą powiedzieć na ten temat osoby, które wstają o czwartej lub piątej?

Siedzenie przez siedem godzin w szkolnych ławkach jest bardzo męczące. Dlatego część uczniów ucieka z lekcji. Najczęściej są to ostatnie godziny lekcyjne. Zdarza się, że młodzież mówi rodzicom, że idzie do szkoły, ale do niej nie dociera.



90% zapytanych na pytanie odpowiedziało: "Lekcje w w naszej szkole są nudne, i nic się na nich szczególnego nie dzieje". 10% twierdzi, że uczniowie

uciekają ze szkoły, alby pójść zapalić papierosa. Krzywdą dla ucznia jest słuchanie monotonnych słów nauczyciela albo zapisywanie notatek na lekcji. Wydaje mi się, że jeśli na lekcjach uczniowie oglądaliby jakieś filmy edukacyjne, lub robiliby doświadczenia, to inaczej traktowałoby chodzenie do

szkoły. Może wtedy zwiększyłaby się frekwencja. Wiem, jak ciężko usiedzieć w szkolnej ławce kilkadziesiąt godzin tygodniowo, ale lepiej nie uciekać ze szkoły. Przez to można wpaść w kłopoty. Będziemy mieć zarówno braki w wiedzy, jak i niższe zachowanie.

Dominika Naduk

Mężczyźni postrzegają świat inaczej niż my - kobiety. Nie biorą oni pod uwagę wielu rzeczy, które dla nas mają ogromną wartość. Panowie częstokroć uważają kobiety za świruski, wręcz nawet wariatki. Oni wolą leżeć na fotelu, oglądając mecz piłki nożnej niż biegać po sklepach i kupować nowe ubrania. Ich zdaniem jest to nudne i męczące. Tymczasem kobiety właśnie to lubią. Czasami widać zdenerwowanie na twarzy mężczyzny, gdy płęć przeciwna przebiera się jak oni to mówią- tysiąc razy na dzień. Jednak powinni zauważyć, iż my przywiązujemy ogromną wagę do naszego stroju. Wszystkie rzeczy muszą ze sobą idealnie "grać". Panów wręcz nosi, gdy kobiety zbyt długo zajmują łazienkę. No ale cóż. Trzeba zadać sobie pytanie: "Czym byłby świat bez kobiet?". Przechodząc do tematu uczuć, panowie do wielu rzeczy nie przywiązują wagi, np. do miłości czy do związków. Zapominają o urodzinach, rocznicach, spotkaniach. Pytamy: "Gdzie Ci mężczyźni? Ci, którzy zawsze będą przy nas, na których zawsze można liczyć i komu można w zupełności zaufać oraz powierzyć swoje życie?" Dla pań ten temat jest bardzo ważny. Reagujemy na to całkiem inaczej niż płęć męska. Najczęściej jest tak, że gdy jakaś dziewczyna wpadnie chłopakowi w oko, będzie z nią w związku, aż w końcu mu się znudzi i ją zostawi samą i zapłakaną. Wtedy ta dziewczyna nie będzie miała dla niego już żadnego znaczenia. Tylko, panowie, zastanówcie się, zanim coś zrobicie. To boli.

Jeśli chodzi o zainteresowania - to są dwa odrębne światy. Mężczyźni interesują się głównie mechaniką, elektroniką oraz piłką nożną. Uwielbiają gry komputerowe i filmy akcji.

Natomiast płęć piękna zwraca szczególną uwagę na to, co nowego w świecie mody oraz większą część swojego życia spędza gotując, piekąc coś znakomitego. Dlatego też marzeniem każdej kobiety jest mieć piękną i dużą kuchnię.



Zdarza się, iż kobieta i mężczyzna jednocześnie lubią, np. biegać lub jeździć na rowerze. Gdy tak się dzieje, wtedy partnerzy mogą wspólnie uprawiać sport, jednocześnie spędzając ze sobą wiele czasu.

Panowie lubią jeść. Panie jednak mają ograniczenia, jeżeli chodzi o odżywianie. Motywacja? Otóż, zbędne kilogramy powstrzymują oraz hamują chęć jedzenia. Zdanie mężczyzny na ten temat? Zacytuję słowa kolegi: "Po co ograniczenia, skoro można jeść, ile się da?"

Jedzenie to przyjemność." Tylko jednak, drodzy panowie, dla kobiet każdy kilogram, każdy gram ma znaczenie. A Wam jakie kobiety się podobają?

Czasami, gdy dochodzi do jakiegokolwiek kłótni między partnerami, zastanawiam się po co to. Przecież i tak nic tym nie wskórają. Mają różne poglądy, różne spojrzenia na świat oraz dla każdego z nich ważne są inne wartości. Wiele kłótni jest bezsensownych, a mogą jedynie wiele zepsuć. Tak więc, panowie, liczymy na wyrozumiałość.

Męski punkt widzenia

(...) Posiłków nie przygotowuje, je w barze. Staje się właścicielem wymarzonego samochodu, zwiedza świat.

Godzinami leży przed telewizorem, obsługuje pilota, czeka na wyniki losowania.

Tym razem pudło. Kreśli kolejne zakłady. Wierzy, że mu się uda. Marzy o powrocie do dzieciństwa

i beztrudnych dni.

Patryk Koniecko

Zrozumcie nas, kobiety. Zakupy, pomalowane paznokcie, makijaż, ciągle przebieranie się czy długie przesiadywanie w łazience - to w naszym świecie normalna rzecz. Tymczasem musicie się do tego po prostu przyzwyczaić.

Aleksandra Stefanowicz

Zdrowy styl życia, czyli o walce z otyłością

(...) Jest to przyczyna wielu chorób, astmy, miażdżycy, niedotlenienia, niedociśnienia, a nawet nowotworów. Dlatego od najmłodszych lat powinniśmy pamiętać o zdrowym stylu życia, tak, aby stał się on dla nas czymś zwyczajnym, ogólnie akceptowanym. Przede wszystkim powinniśmy zacząć od

odpowiedniej diety. Jeść tylko zdrowe produkty, czyli to, co jest pochodzenia naturalnego. Przy zakupie żywności powinniśmy sprawdzać, czy nie zawiera ona szkodliwych dodatków. Pamiętajmy również o powiedzeniu, że "jemy, aby żyć", a nie "żywemy, aby jeść". Dlatego powinniśmy jeść niezbyt duże porcje, a

waga naszego ciała nigdy nie będzie powodem do zmartwienia. Należy także zmotywować się do aktywnego trybu życia. Dużo ruchu na świeżym powietrzu wspomaga organizm. Powoduje, że wzrasta odporność człowieka na wszelkiego rodzaju choroby. Nie bez znaczenia jest też wygląd.

Codzienny spacer, jazda na rowerze, rolkach, nordic walking, pływanie, ale również kilkuminutowa gimnastyka poranna wzmocni także naszą psychikę i odporność na stres, będący również przyczyną wielu chorób. Zdrowy styl życia należy rozpocząć jak najszybciej, aby nie doprowadzić się do otyłości, która jest

przyczyną zaburzeń hormonalnych i cukrzycy. Warto również systematycznie przeprowadzać badania profilaktyczne i korzystać z porad lekarzy, dietetyków.

Zdrowy styl życia to nie slogan, lecz kierunek zmian, jakie dokonują się właśnie we współczesnym świecie.

Joanna Kapelańczyk



Redakcja dwumiesięcznika "Gimnazjak"

Adres:

Gimnazjum Publiczne im.
Arkadego Fiedlera w
Dębnie
ul. Jana Pawła II,
74-400 Dębno
www.gpdebno.com
email: gimdebno@op.pl

Redaktor naczelny:

Wioletta Rafałowicz

Autorzy fotografii:

Mateusz Obielak
Damian Podstawczuk

Skład:

Dorota Salariańska

Korekta:

Wioletta Rafałowicz

Redaktorzy tego numeru:

Agnieszka Buczkowska
Joanna Kapelańczyk
Daria Kasprowiak
Patryk Koniecko
Marcelina Migdał
Dominika Naduk
Sandra Sabat
Aleksandra Stefanowicz

