

XII LO W POZNANIU

Pryzmat

nr 27

październik 2016

W tym numerze:

Utartym szlakiem... Kierunek: Bednary!	1
Nowy rozdział	3
Niebiesko-biały styl życia	4
Dla ciekawskich	6
Jak to ugryźć? Czyli nieznane oblicze wegetarianizmu	7
Wywiady z p. pedagogiem i przewodniczącym SU	13
Pro Arte	19

**Darmowy
egzemplarz!**

Utartym szlakiem...

Kierunek: Bednary!

Dla ciekawych corocznego wyjazdu integracyjnego klas pierwszych słów kilka o naszej wyprawie do Bednar:

Już w pierwszych dniach pobytu w nowej szkole mogliśmy zacząć poznawać jej tradycje. 9 września jako nowicjusze zostaliśmy poddani próbom, które zwyczajowo czekają wszystkich uczniów klas pierwszych. Wybraliśmy

się do miejscowości Bednary niedaleko Poznania. To tam klasa 2b przygotowała dla nas wiele atrakcji. Jedną z nich było szukanie kopert rozmieszczonych na trasie, którą musieliśmy pokonać, aby dostać się na miejsce. Kiedy dotarliśmy do celu, czekało na nas słodkie powitanie - mnóstwo cukierków i pysznych babeczek. Otoczeni opieką starszych kolegów – uczniów





2b – mogliśmy zacząć międzyklasową rywalizację na przygotowanej dla nas, pełnej zieleni polanie. Pod okiem jury prezentowaliśmy sceny zainspirowane wylosowanym filmem. Cekał nas również test znajomości tych dzieł. Po zacieklej rywalizacji nie udało się wyłonić jednego zwycięzcy - wygrały ex aequo dwie klasy: 1e i 1f, które odegrały kolejno - scenkę z filmu *James Bond* oraz *Gwiezdne wojny*. Po wspólnym obiedzie została nam już tylko podróż powrotna

do szkoły, w czasie której również nie zabrakło świetnych humorów i chęci do dalszej integracji.

Oliwia Przybył (1a)
i Oliwia Rechtziegel (1a)

Powrót do szkoły po wakacjach bywa trudny.

Podobno nie ma człowieka, który po tak długiej przerwie nie wracałby do zostawionego przed tygodniami miejsca z choć niewielkim stresem. Potrzeba czasu na oswojenie się z dawno nie widzianymi ludźmi, pogodzenie z porzuconymi obowiązkami. Ulgę może przynieść świadomość, że wszystko tam jest na swoim miejscu. Na znanym terytorium uczeń czuje się pewniej.

Na swoim terytorium nie da się zaskoczyć nawet tłumom pierwszoklasistów, którzy nagle wypełnili szkolne korytarze. Czy pomyślał taki Uczeń, że tym tłumem kieruje może tabun czarnych myśli i wir skrajnych emocji? Czy zastanowił się, jak pierwszoklasiści odnajdują się w murach nowej szkoły? Jeśli nie pomyślał i się nie zastanowił, a - co gorsza - nie pamięta, co sam czuł przekraczając ten próg po raz pierwszy, to niech chociaż przeczyta:

Nowy rozdział

*Pierwszy wrzesień, pierwszy dzwonek, mamy wrażenie, że miliony osób mierzą się z tym, co czeka i nas – tak łatwiej przywyknąć do myśli o nowej szkole. Przekraczając próg liceum po raz pierwszy, nikt nie wie, czego może się spodziewać. Towarzyszy nam podekscytowanie, ale pojawia się również strach. Rozpoczęliśmy nowy, trudniejszy rozdział w naszym życiu. Mija pierwszy miesiąc i mamy już dowody na to, o czym nas uprzedzano. Dużo więcej ciężkiej nauki, nakładu pracy i systematyczności. Zdążyliśmy już to odczuć, choć za nami dopiero początek tej trzyletniej przygody. **Na szczęście szkoła to nie tylko***

obowiązki i praca. To również ludzie, przyjaciele, z którymi - miejmy nadzieję - każdy dzień tutaj spędzony będzie niezapomniany i wyjątkowy. Chyba wielu z nas może przyznać, że rok szkolny rozpoczęliśmy w bardzo miłym gronie i przyjaznym otoczeniu, co pomaga spokojnie myśleć o najbliższych trzech latach w tym miejscu.

Weronika Czerniawska (1a)
i Oliwia Kubalewska (1a)

Niebiesko - biały styl życia, czyli kolejne fakty o dumie Wielkopolski



W ostatnim miesiącu bardzo głośno było o zmianie na stanowisku trenera w Lechu Poznań. Chimerycznego, nie umiejącego poradzić sobie z narastającą presją Jana Urbana miał zastąpić tajemniczy szkoleniowiec z zagranicy. Po sezonie mistrzowskim w Poznaniu dostaliśmy ogromną lekcję pokory, zajmując miejsce poniżej wszelkich oczekiwań.

Przed kolejnymi rozgrywkami nadzieje były, jak zwykle, ogromne, a władze klubu znów w wywiadach zapowiadały walkę o najwyższe cele. Po dobrym w naszym wykonaniu początku sezonu i zdobyciu superpucharu Polski nadzieje narastały, a w otoczeniu kibicowskim coraz chętniej myślano tym, co było nieco ponad rok temu, czyli o radości z jeszcze jednego mistrzostwa. Jednak z kolejnymi meczami było coraz gorzej - Lech przegrywał całą serię spotkań. Na szczęście poznańska lokomotywa, jak mówi się o naszym klubie, gdy wyszła z tego niedługiego, jednak dość dotkliwego kryzysu, znów pnie się w górę tabeli. Lech, co dziwne, gdy zaczął wygrywać, zwolnił trenera Jana Urbana. Była to jednak dobra decyzja. 30 VIII 2016 roku do Poznania zawitał chorwacki trener Nenad Bjelica. Już w pierwszych meczach pomimo

niezadowalających wyników można było dostrzec, że coś się zmieniło. Bałkański charakter przekłada się na zawodników, którzy znów grają z polotem i pasją, a ich zaangażowanie jest nieporównywalne do tego, jakie prezentowali za kadencji Jana Urbana. Lech gra lepiej dla oka przeciętnego kibica, co przekłada się na ilość strzelonych bramek. Jestem przekonany, jak większość ludzi w Poznaniu, że z tym trenerem Lech może zajść daleko, a seryjne wygrywanie to tylko kwestia czasu.

Dominik Mencfeld (1a)

Źródło zdjęcia na str. 4:
https://pl.wikipedia.org/wiki/Lech_Pozna%C5%84

Dla ciekawskich...

Jaki wpływ na naszą ewolucję ma dym?

Zastanawialiście się, kiedy ptaki śpią?

To już pewne —naukowcy odkryli, że ptaki mogą spać w trakcie lotu! Zmierzyli oni aktywność mózgu stada ptaków i okazało się, że nawet we śnie mają one aktywną jedną bądź dwie półkule mózgowie jednocześnie, co pozwala im na swobodny lot. Mimo iż sen nawet w przestworzach nie jest dla nich żadnym problemem, ptaki wciąż śpią mniej niż godzinę dziennie. Jedynie ułamek czasu spędzonego na ziemi przeznaczają na spanie. To jednak, jak ptaki są w stanie wytrwać przy tak małej ilości snu, wciąż pozostaje tajemnicą:)



Zuzanna
Kurowska
(1e)

Źródło: Max
Planck Society.
Zdjęcie: [https://](https://www.sketchport.com/drawing/5123871304843264/red-bird)

[www.sketchport.com/
drawing/5123871304843264/red-bird](https://www.sketchport.com/drawing/5123871304843264/red-bird)

Ogień towarzyszy nam od zarania dziejów. Używany do ogrzania siebie czy pożywienia pomagał nam przetrwać. I tak jak ogień, jest z nami również dym. Mutacja genetyczna najpewniej pomogła nam dostosować się do wpływu dymu np. z pożarów i, zdaniem badaczy, prawdopodobnie dała ewolucyjną przewagę nad naszymi przodkami, w tym neandertalczykami. Współcześni ludzie to jedyne naczelne, które posiadają ową mutację genetyczną, potencjalnie zwiększającą tolerancję na toksyczne materiały wytworzone przez pożary. Mimo to, przy wysokich stężeniach toksyny pochodzącej z dymu, wciąż jesteśmy narażeni na ryzyko infekcji dróg oddechowych. W przypadku kobiet w ciąży zaś działanie tych toksyn może grozić niską masą urodzeniową dzieci i zwiększeniem umieralności niemowląt.

Zuzanna Kurowska (1e)

Źródło: Penn State. Autor oryginału:
Matt Swayne

Nasze pasje: **Jak to ugryźć? Czyli nieznane oblicze wegetarianizmu**

Można z pewnością stwierdzić fakt, że dieta wegetariańska rozpowszechnia się coraz bardziej. W okresie kilku ostatnich dekad zauważalna jest rewolucja w sposobie żywienia, dzięki której liczba osób „wege” na świecie stanowczo wzrosła. Jednak na przekór temu, w co ludzie wierzą, wegetarianizm nie jest zjawiskiem ostatnich lat. Aktualna popularność może wynikać z dzisiejszego niepokoju o zniszczenia, jakie człowiek dokonuje na naszej planecie, czy bólu, jaki zadajemy istotom, z którymi ją dzielimy.

Skąd wzięła się dieta wegetariańska?

Naukowcy dowodzą, że dietę składającą się głównie z ziarna, korzeni i jagód stosowali nasi pradawni przodkowie. Zmiany środowiskowe zmusiły ich do przestawienia się na łowiectwo, gdy wcześniej wymieniona żywność stała się trudniej dostępna. Zazwyczaj produkty mięsne stanowiły tylko okazjonalne posiłki, uzupełniające pokarm roślinny, zebrany jako dzienną podstawę żywienia. Rozwój ogrodnictwa również przyczynił się do tego, że pozwolił poprzestać całkowicie na diecie

bezmięsnej. Niewątpliwie powodem bazowania na takim sposobie żywienia było ubóstwo, jednak przez setki lat za ważny powód uznawano także religię. Na przykład wierzenia Wschodu traktują życie wszystkich zwierząt na świecie jako święte, przez co ich wyznawcy nie spożywają mięsa. Obecnie w Indiach około 70% ludności to wegetarianie z przekonań religijnych. Zapomina się także, że dieta znacznego odsetka światowej populacji składa się w większości z warzyw i owoców. W wielu zagranicznych restauracjach często ignoruje się oryginalne przepisy i dopasowuje jadłospis do smaków społeczeństw Zachodu. Daje to nam mylący obraz niejednej modnej dziś kuchni (przede wszystkim kuchni hinduskiej, śródziemnomorskiej i chińskiej). Odkrywamy, że tak naprawdę większość autentycznych stylów gotowania koncentruje się na produktach roślinnych.

Wegetarianizm = anemia?

Udowodniono, że dieta bezmięsna wpływa korzystnie na nasze zdrowie. Najszerzej reklamowane korzyści to między innymi zmniejszenie ryzyka nadciśnienia, chorób serca, raka i cukrzycy. Wielu twierdzi, że wegetarianie i weganie są bardziej narażeni na anemię niż osoby na diecie tradycyjnej. Badania nie potwierdzają tej hipotezy. Żelazo faktycznie jest gorzej przyswajane, gdy pozyskujemy je z produktów roślinnych, lecz odpowiednio zbilansowana dieta pozwala nam z łatwością zaspokoić zapotrzebowanie naszego organizmu. Jak polepszyć przyswajalność? Żelazo wielokrotnie lepiej się wchłania, gdy połączymy je z witaminą C.

Nie jesz mięsa? Pewnie masz niedobory B12!

Nieprawdą jest to, że jedynie w mięsie znajdujemy witaminę

B12. Na laktowegetarianizmie (odmianie wegetarianizmu, która pozwala na spożywanie jaj) dzienną dawkę tej witaminy zapewniają produkty nabiałowe. W przypadku spożywania małej ilości nabiału należy zdecydować się na suplementację.

Czy dieta wegetariańska odchudza nasze portfele?

Wśród wielu osób krąży mit, że dieta wegetariańska jest droższa od tradycyjnej. Jedzenie roślinne jest jednak najtańsze na rynku spożywczym. Produkty takie jak ryż, makarony, soczewica, soja czy fasola są jednymi z najtańszych w marketach, a jednocześnie stanowią podstawę diet roślinnych.

Nie ma wegetarian jedzących ryby

Niestety ostatnio za sprawą mediów, w których pojawiają się programy o tematyce

gastronomicznej, wraz ze wzrostem zainteresowania dietą „wege” lansowane są pseudo-diety wegetariańskie, w których ludzie przyznają się do jedzenia ryb, nazywając siebie jednocześnie wegetarianami. Diety, w których jedzenie mięsa jest ograniczone do jednego jego gatunku nie są dietami wegetariańskimi! Choć słysząc nazwy łatwo się pomylić...

pollowegetarianie ograniczają się do jedzenia tylko drobiu

ichtiwegetarianie jedzą jedynie ryby

semiwegetarianie jedzą mięso białe, czyli ryby i drób oraz produkty pochodzenia zwierzęcego, więc z ich diety wyłączone jest tylko mięso czerwone

A jakie są odmiany prawdziwego wegetarianizmu?

laktoowowegetarianizm najczęściej spotykana odmiana wegetarianizmu.

Polega ona na rezygnacji ze spożywania potraw mięsnych, a dopuszczone są produkty pochodzenia zwierzęcego tj. nabiał, jajka i miód

laktowegetarianizm- równie popularna odmiana wegetarianizmu, w której oprócz mięsa, wyłącza się ze swojej diety jajka

owowegetarianizm- dieta, w której dopuszcza się spośród produktów pochodzenia zwierzęcego spożywanie jedynie jajek

weganizm- polega na rezygnacji ze spożywania wszelkich produktów odzwierzęcych

witarianizm- polega na spożywaniu wyłącznie warzyw i owoców, odrzuca potrawy gotowane, jest to także rezygnacja z napojów takich jak kawa, herbata, soki

Wegetarianizm na talerzu



Wegański burger z soczewicy z bułką bezglutenową

Bułki

Składniki:

*500g skrobi kukurydzianej
125g babki jajowatej
80g siemienia lnianego
600ml mleka roślinnego (użyłam migdałowego)
2 łyżeczki suchych drożdży
1 łyżeczka soli
1 łyżka cukru trzcinowego
sezam do posypania (wedle uznania)
2 łyżki masła roślinnego*

mąka do posypania formy+
oliwa do natłuszczenia bułek w
trakcie wyrastania

Przygotowanie:

Mielę siemię lniane w mroż-
dzierzu.

W garnku podgrzewam mleko
wraz z cukrem i drożdżami na
małym ogniu.

Do dużej miski wsypuję skro-
bię kukurydzianą, babkę jajo-
watą, siemię lniane i sól.

Łączę suche i mokre składniki
i dokładnie wyrabiam. Gdy
ciasto zgęstnieje, dodaję mięk-
kie masło.

Formuję z ciasta kulę i wkła-
dam z powrotem do miski, na-
tłuszczam oliwą. Zostawiam
pod przykryciem aż do wyro-
śnięcia (ok.40-50 minut).

Ponownie wyrabiam ciasto.
Jeżeli jest taka potrzeba, doda-
ję odrobinę wody, aby ciasto
lepiej współpracowało.

Dzielę ciasto na części i
kształtuję w kulki wielkości
mieszczącej się w dłoni. Sma-
ruję je mlekiem, posypuję seza-
mem i odkładam na 30 minut,
aby znowu wyrosły.

Wykładam na blachę do na-
grzanego piekarnika (220°C) i
piekę przez 45 minut.

Burgery

Składniki:

1,5 szklanki czerwonej socze-
wicy

1 łyżeczka sody

150g tofu naturalnego

3 łyżki koncentratu pomidor-
owego/passaty

1 cebula czerwona

natka pietruszki (ilość wedle
uznania)

1 ząbek czosnku

1 łyżeczka kurkumy

1 łyżeczka kminku

1 łyżeczki papryki słodkiej

3 łyżki bułki tartej

sól, pieprz

Przygotowanie:

Namoczoną (w wodzie z dodat-
kiem 1 łyżeczki sody) przez mi-
nimum 2 godziny soczewicę za-
lewam dwiema pełnymi szklan-
kami wody i gotuję na miękko.

Na rozgrzanej patelni podsma-
żam na oleju cebulę posiekaną
w drobna kostkę.

Dodaję czosnek przeciśnięty przez praskę i przyprawy. Gdy wszystko się ładnie zarumieni, odstawiam do miski wraz z sozczewicą.

Tofu kroję drobno i dodaję do miski.

Mieję zawartość miski tak, aby pozostały grudki, ponieważ nie zależy mi na jednolitej masie (masę uzyskałam za pomocą blendera, lecz można do tego użyć zwykłego tłuczka do ziemniaków).

Dodaję koncentrat pomidorowy i posiekaną natkę pietruszki.

Mieszam i doprawiam solą i pieprzem do smaku.

Formuję burgery i piekę w piekarniku rozgrzanym do 180°C przez 10-15 minut na jedną stronę (lub smażę na patelni na złoty kolor).

Dip pomidorowy

Składniki:

1 puszka pomidorów

0,5 dymki

1 ząbek czosnku

oregano

bazylia

sól morską

kolorowy pieprz

sproszkowana ostra papryka

1 - 2 łyżki oliwy

Przygotowanie:

Wszystkie składniki miksuję na gładką masę. Dip można także podawać jako sos do nachosów, dodając np. papryczkę chili.

Burgery podaję na bułkach z papryką, ogórkiem kiszonym, sałatą, rosłonką i kiełkami rzodkiewki wraz z dipem pomidorowym.

Smacznego!

**Aleksandra Ludwikowska
(2d)**

Niniejszym ogłaszamy powrót do tradycji przybliżania Wam w „Pryzmacie” sylwetek naszych nauczycieli:) Dołączą do nich ciekawi uczniowie Dwunastki. W tym numerze w kilku zdaniach opowiedzieli o sobie: nasz nowy pedagog – p. Adam Działkiewicz ...

Miło mi, gdy słyszę, że ludzie chwalą i zauważają dobre rzeczy. Nie lubię wokół siebie ludzi narzekających. To strasznie dołujące, a dziś, gdzie tylko się człowiek nie ruszy, wszyscy narzekają. Lubię otaczać się ludźmi pozytywnymi. Owszem, nie twierdzę, że zła



nie ma. Uważam jedynie, że jest też dużo dobra i to na nim znacznie lepiej się koncentrować.

Dawniej bywało, że miało się więcej czasu. Wiem. Też nie wierzyłem w to, gdy byłem uczniem, a ktoś mówił: „szkoła to najlepszy okres w Twoim życiu”. Kurcze... ale chyba trochę tak

... oraz przewodniczący Samorządu Uczniowskiego – Kevin Maliński. Kto będzie następny? O tym zdecydujecie Wy – czekamy na propozycje nazwisk osób, których jesteście ciekawi, i pytań, które chcielibyście im zadać.

Ślijcie je na adres: pryzmat12lo@gmail.com



**Miło mi, gdy sły-
szę, że** Samorząd w naszej szkole działa bardzo prężnie. To zasługa wszystkich wspaniałych osób, z którymi dotychczas miałem i nadal mam przyjemność współpracować, to wszystko dzięki ich zaangażowaniu.

Dawniej bywało, że nie byłem tak skory do współpracy z innymi. Z perspektywy czasu widzę, jaki to był błąd. Poprzez m.in. Samorząd w gimnazjum i teraz, w liceum, cały czas uczę się i doskonalę w komunikacji z ludźmi, z coraz lepszym skutkiem.

było — może nie zawsze kolorowo i idealnie (nie należałem do prymusów), ale jakoś tak czasu na wszystko było więcej. Teraz trochę go brakuje:)

W najbliższy weekend - jak co tydzień - wyruszam na miasto. Bardzo lubię spotkać się ze znajomymi oraz tańczyć. Staram się odreagować cały tydzień właśnie na parkiecie. Wszystkim polecam ten rodzaj autoterapii:)

10 lat temu byłem jeszcze w liceum. Działo się wtedy bardzo dużo. Oprócz nauki działałem na wielu frontach. Samorząd, zespół muzyczny, spotkania młodzieżowe itd. Myślę, że bez tych dodatków szkoła naprawdę byłaby nudna. Ile można tylko się uczyć? Szkoła to także miejsce spotkań z ludźmi, rozwijania swoich pasji itd. Warto o tym pamiętać!

Od jutra... czyli rozumiem, że o planach? Dopiero co wróciłem z wycieczki szkolnej. Zachwyciło mnie, jak jeden z uczniów klasy 3e pięknie jeździ konno. Gdy tak na niego patrzyłem, przypomniało mi się, że zawsze chciałem się nauczyć jazdy konnej. Moje najbliższe plany to odkopać stare marzenie. Znalazłem już nawet stadninę:)

Gdy nie ma mnie tu, jestem w swoim domu. W tygodniu moja rzeczywistość to głównie szkoła, niezależnie czy w niej jestem, czy nie. Będąc w domu, koncentruję się na opracowaniu lekcji, ułożeniu planu dnia na kolejny dzień itd. Bardzo lubię swój dom. Udało mi się stworzyć w nim taką przestrzeń, w której bardzo dobrze się czuję i odpoczywam. A gdy tylko mam wolną chwilę, czytam!

Najmilsze słowa, które, usłyszałem z ust ucznia to „dziękuję”. Chociaż nie samo słowo jest ważne. Słowa można zmieniać dowolnie, wypowiadać bez wartości. Niesamowicie ważna dla mnie przy każdym „dziękuję” jest mowa ciała.

W najbliższy weekend zamierzam spędzić czas z rodziną i znajomymi, ale także rozwijać moje polityczne zainteresowania, biorąc udział w konwencji PO. (wywiad udzielony 29.09.2016 - przyp. red.)

Za 10 lat chciałbym nadal rozwijać swoje pasje i zainteresowania, dużo bardziej niż robię to teraz — jeszcze większą wagę przykładając do działalności prospołecznej oraz doskonalić siebie i swoje stosunki z innymi ludźmi.

Od jutra... zamierzam się uczyć do matury ;)

Gdy nie ma mnie tu, jestem gdzieś, gdzie mogę komuś pomóc lub zrobić coś pożytecznego. Staram się jak najczęściej to robić, choć wiadomo, że czasami to jest niemożliwe.



Ciało nigdy nie kłamie. Szczere spojrzenie, uścisk dłoni, ton głosu - to mówi wszystko. Samemu się wtedy trudno nie wzruszyć:)

Jeśli nie pedagogiem, to byłbym muzykiem. W sumie trochę jestem. Ukończyłem też Akademię Muzyczną - Wydział Instrumentalny. Dźwięki to przestrzeń, w której bardzo dobrze się czuję. Czasami wracam myślami do przeszłości i, gdy tylko natchodzi mnie smutek, że mniej czasu poświęcam graniu, uświadamiam sobie: z miłością do muzyki wygrać mogli jedynie uczniowie:)

W dzieciństwie uwielbiałem jeździć na wieś. Korzenie moich rodziców tam właśnie sięgają. Niedługo przed moim urodzeniem rodzice wraz z rodzeństwem przeprowadzili się do miasta. Każdy weekend jednak rodzinie pakowaliśmy się do Syrenki (później Fiata) i jechaliśmy do babci na wieś. To były dopiero czasy! Zabawy w chowanego w stodole pełnej siana, psy, koty i cały pakiet rolniczy. Wykopki, żniwa, jazda ciągnikiem, a pod wieczór kąpiele w rzece. Mega lubię ten czas i bardzo chętnie wracam do niego wspomnieniami.

Zawsze wydawało mi się, że życie jest czarno-białe. Dużo czasu zajęło mi zrozumienie, że nie zawsze są tylko dwa rozwiązania i dwie drogi. Życie składa się z wielu kolorów i odcieni. Łatwo jest oceniać kogoś, nie znając jego sytuacji, motywów postępowania i myśli.

Spośród moich złych nawyków najbardziej irytują mnie te żywieniowe. Wakacje kocham nie tylko za pogodę i dużą ilość czasu dla siebie, ale przede wszystkim za to, że mam czas jeść tak, jak bym chciał. Mogę jeść regularnie, zdrowo, mniej, a częściej. Niestety w ciągu roku szkolnego znacznie trudniej to utrzymać. Staram się, jak mogę, i bardzo cieszę się, że w szkole mamy bufet *kamp*, który ma bardzo dobrą i zdrową ofertę.

Najmilsze słowa jakie usłyszałem z ust nauczyciela to, jak wcześniej wspomniałem, pochwała za prężnie i sprawnie działający Samorząd, co motywuje mnie jeszcze bardziej do zawziętej pracy na rzecz szkoły.

Jeśli nie byłbym przewodniczącym SU, to, niestety, nie miałbym aż takiej możliwości, aby starać się urozmaicać życie w naszej szkole, co od wielu lat jest dla mnie priorytetem.

W dzieciństwie wszystko mnie interesowało i pobudzało do działania, co z resztą trwa niezmiennie do dzisiaj. Nie zawsze wszystko wychodziło perfekcyjnie, częściej raczej źle niż dobrze. Staram się, aby skutki moich działań były jak najlepsze, owocne zarówno dla mnie, jak i dla innych. Cytując Pana prof. Szymczaka: „błędów nie popełnia tylko ten, co nic nie robi” :)

Zawsze wydawało mi się, że w życiu wszystko jest bardzo proste. Z czasem, z nowo zdobytymi doświadczeniami, po wielu lepiej lub gorzej wypełnionych zadaniach widzę i czuję, że jest to dużo bardziej skomplikowane, niż się wydaje.

Spośród moich złych nawyków najbardziej irytuje mnie brak cierpliwości. Cały czas próbuję to zwalczyć, lecz nie zawsze się udaje. Cierpliwość to jedna z najważniejszych cech w życiu, która na pewno działa na naszą korzyść podczas podejmowania jakichkolwiek decyzji.

Zawsze noszę ze sobą... telefon komórkowy. W zasadzie teraz każdy telefon to mały komputer. W telefonie zapisuję wszystkie ważne wydarzenia. To taki mój mały terminarz, bez którego się nie ruszam. Dodatkowo mam w nim szereg aplikacji, które ułatwiają życie. Z ulubionych? Snapchat, jakdojade, skycash, uber oraz spotify. Każda do czegoś innego – wszystkie niezbędne:)
Na zakończenie muszę dodać... dobrze mi tu z Wami!

Pro Arte...



rys. Marta Kurosińska

W obcowaniu ze sztuką ważne są wrażliwość i otwartość. To cechy, bez których trudno także zostać twórcą. W tym miejscu liczymy właśnie na Waszą wrażliwość i otwartość – jako twórców i odbiorców sztuki.

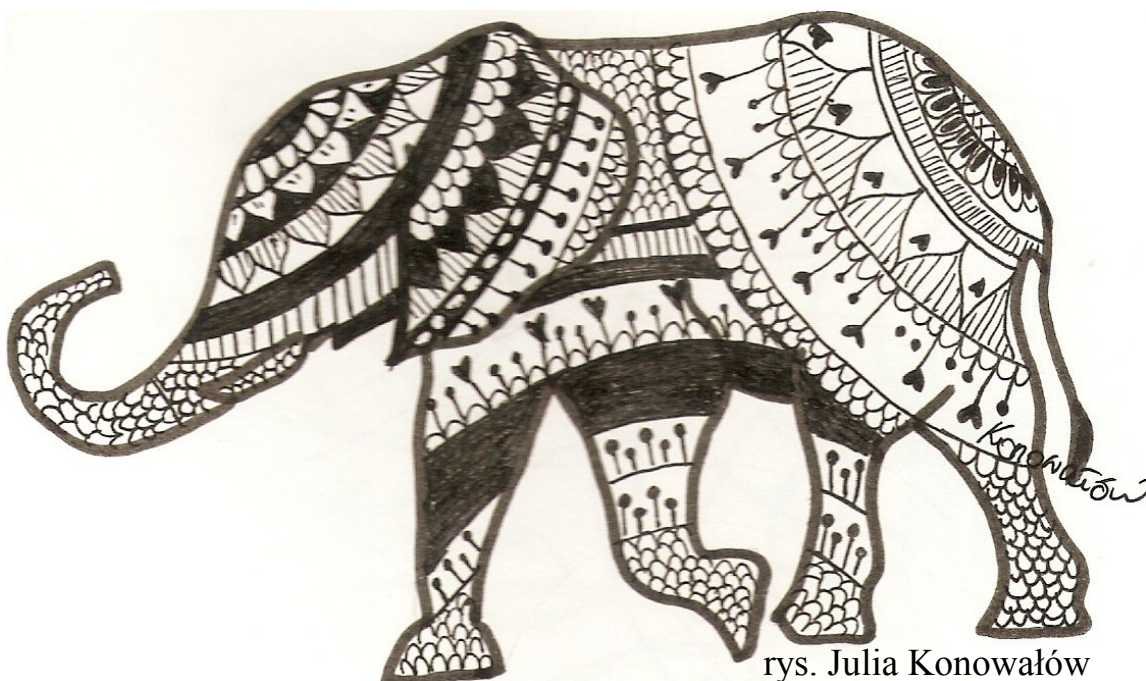
Starożytny grecki malarz Apelles żył wg

zasady: *Nulla dies sine linea* – żaden dzień bez kreski. Podobno tak właśnie zapewniał o swoich staraniach, by żadnego dnia nie zakończyć bezproduktywnie, by każdego dnia pozostawić po sobie

Zawsze noszę ze sobą... zegarek, gdyż jedną z najważniejszych dla mnie cech jest punktualność zarówno moja, jak i innych osób.

Na zakończenie muszę dodać, że nie byłoby tego wszystkiego, co jest, gdyby nie wiele inspirujących, cudownych i pozytywnie zakręconych osób, które spotkałem i cały czas spotykam na swojej drodze. To wszystko dzięki Wam, jestem za to ogromnie wdzięczny! Lecz nie można spoczywać na laurach, trzeba cały czas pracować. Moje motto to praca, praca i jeszcze raz praca. Dziękuję bardzo!

choć próbkę artystycznego talentu. Chcemy, żebyście i Wy mieli na to szansę w każdym numerze „Pryzmatu”. Tym razem prezentujemy prace **Ani Zrobczyńskiej z kl. 1d** , **Julii Konowalów z kl. 1a** i **Marty Kurosińskiej z kl. 1d** oraz kolejne - po czerwcowej publikacji na naszym blogu – wiersze **Dominika Bartkowiaka z kl. 2d**. Czekamy na więcej! Adres redakcji: pryzmat12lo@gmail.com



rys. Julia Konowalów



1



2

Dominik Bartkowiak

Zła myśl

Zła myśl
wdziera się do mojej duszy.
Czas między szparami chwil
jak gołąb
puszczony wolno.
Twoje wątpliwości
przytłaczają.
Pytanie o istnienie,
istnienie życia.
Życia tak ulotnego
jak bursztyn,
który z wiekiem...
kurczy się

rys. 1.- 3. — Julia Konowałów

rys. 4. — Anna Zrobczyńska

Dominik Bartkowiak

Gwiaździsta noc

Oddech wieczoru niebo głaszcze,
noc piękne gwiazdy zapala.
Srebrzysty księżyc świeci dziś jaśniej
i spać znów nie pozwala.
W magię wieczoru wtulony
powracam w swoje marzenia,
których nadziei mała iskierka,
tak pragnie dziś spełnienia.
Wędruję z nimi w tę noc cudowną,
zabieram niczym sny
i tak głęboko w swym sercu chowam
barwę minionych dni.
Urok wieczoru serca radością,
a noc do snu już woła,
Ten zachwyty...
Magia!
Marzenia spełnić zdoła.

Jesteśmy także na
stronie:
pryzmat12lo.blog.pl

