



K i t

Komplet Interesujących Treści

GAZETKA ZSO W GUBINIE

POWODZENIA MATURZYŚCI!



Spis treści

Pzemaglowani.....	4
Lubimy Czytać.....	6
Zarejestrowane.....	7
Żyj zdrowo.....	11
Sport.....	13
Rozmowy przy kawie.....	14
Ciekawostki.....	16
Mitologia.....	17
Muzykalni.....	18
Okiem Belfta.....	19
Mole Biblioteczne.....	20
Ogłoszenia.....	22

Cześć wszystkim!

Z tej strony nowa redaktor naczelna i z okazji mojego pierwszego całkowitego składania gazetki chciałabym opowiedzieć trochę o sobie. Nazywam się Julia Sikorska i naprawdę bardzo się cieszę, że mogę tu dzisiaj cokolwiek pisać. Swoją przygodę z *K.I.T-em* rozpoczęłam na początku tego roku szkolnego i sam fakt tego, że jeszcze niedawno jedynie pisałam artykuły, a teraz zostałam redaktorką naczelną, jest dla mnie niesamowicie motywujący i jednocześnie odrobinę przerażający. Zdążyłam już zauważyć, że nie jest to takie łatwe, jak mogłoby się wydawać, ale świetnie się przy tym bawię. Nadal także będę prowadziła Muzykalnych (bo muzyka to nieodłączna część mojego życia) i zajmę się sportem, żeby wprowadzić was w mój kolorowy świat.

Chciałabym bardzo podziękować poprzedniej redaktorce naczelnej, Weronice, która od praktycznie dwóch miesięcy, starała mi się pokazać realia gazetki i uczyła mnie wielu rzeczy. Twoja pomoc jest nieoceniona i nie wiem, jak poradziłabym sobie bez tego! Dziękuję także redakcji, tej, która już od nas odchodzi, ale także tej, która ze mną zostaje na tym pokładzie, bo wiem, że razem robiliśmy i nadal będziemy robić cudowne rzeczy. Cieszę się, że jeszcze w tym miesiącu możemy przeczytać teksty naszych tegorocznych maturzystów, którzy znaleźli chwilę czasu, żeby napisać swój artykuł.

W tym miesiącu zagłębimy się w świat pełen książek z okazji Światowego Dnia Książki, dowiemy się, co uczniowie i nauczyciele sądzą o nadchodzącym Święcie Flagi, przyjrzymy się bliżej sprawie blokady Kanału Sueskiego, którą opisał nasz nowy redaktor – Oliwier Kupiec i przeczytamy, co czują maturzyści przed nadchodzącymi egzaminami i nową drogą, która na nich czeka.

Mam nadzieję, że artykuł Was zainteresuje! Trzymajcie się ciepło, pijcie dużo wody i uśmiechajcie się jak najczęściej!

Jula



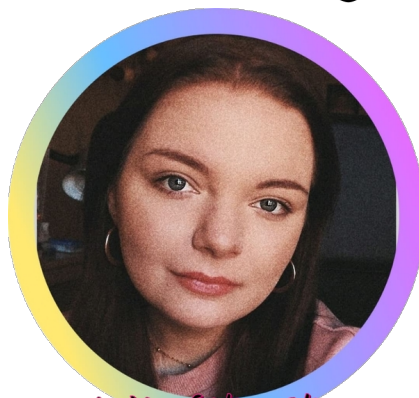
kit~komplet interesujących treści

KITOWICY



Stanisława Krygowska

MOLE BIBLIOTECZNE 



Julia Sikorska

REDAKTOR
NACZELNA



Alicja Tyl

Okiem Belfra 



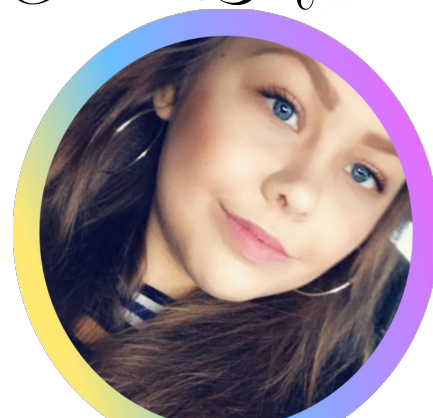
Oliwier Kupiec

Rozmowy
przy kawie 



Weronika Domańska

W CO WIERZONO?



Oliwia Mieszkało

CIKAWOSTKI
ZE ŚWIATA 



Magda Tomczak



Krystian Janeczek

Przemagłowani

ŻYJ Z  Z  W 

„Dobry kit to połowa sukcesu. Resztę zapewnia odpowiednio dobrany zespół...”

Izabela Sowa

Przemaglowani

Wyjątkowy dzień I coś więcej

Pamiętam, że na przełomie marca po raz pierwszy od wielu miesięcy przybyłem do szkoły stacjonarnie. Na początku przy wejściu poczułem, jakbym znajdował się w opuszczonym i zapomnianym miejscu. Chociaż widziałem i słyszałem, jak uczniowie z klas szkoły podstawowej biegali po korytarzach szkolnych (niektórzy to nawet wbiegali na wyższe piętra), to i tak we wnętrzu odczuwałem, że to miejsce było „miastem duchów”. Najprawdopodobniej wynika to z faktu, iż oprócz mnie nikogo nie było z uczniów liceum. Na szczęście był ze mną mój nauczyciel, więc nie czułem się jakoś niekomfortowo. Poza tym cieszyłem się z tego, że mogłem chociaż jeden dzień pobyc w szkole fizycznie. Liczę, że chociaż w kolejnym roku szkolnym znowu będę mógł uczyć się stacjonarnie. Do wakacji pozostały jeszcze dwa miesiące, a po drodze majówka. Najpewniej dalej pozostanie nauka zdalna. Podejrzewam, że dopiero we wrześniu zdalna nauka się skończy (jeżeli tylko uda się zmniejszyć liczbę zachorowań). Wiara i nadzieja pomoże nam dotrzeć do końca, dlatego pamiętajmy, aby być silni i wytrwali.

Krystian J.

A skoro o maju mowa, z tej okazji postanowiłem zadać pytanie:

„Czy uważasz dzień 2 maja, czyli Święto Flagi, za najważniejszy w polskim kalendarzu?”

Według mnie jest to najważniejsze święto.

Wiktor Ilnicki kl. I b

Nie, nie uważam tak.

Pan Robert Przyworski

Z całą pewnością Święto Flagi jest ważnym dniem dla Nas – Polaków. Tego dnia wywieszając flagi, pokazujemy, że jesteśmy dumni z bycia Polakami. Dajemy również przykład młodszym pokoleniom.

Pani Magdalena Nieściór

Uważam, że ważniejszym Świętem w polskim kalendarzu jest 3 maja czyli Święto Konstytucji, ale Święto Flagi jest również ważne bo jest to jeden z symboli narodowych.

Zuzanna Kitło kl. I b

Osobiście uważam, że w kalendarzu mamy o wiele ważniejsze daty. Na pewno Dzień Flagi jest ważny, ale nie zaliczyłabym go jako najważniejszego.

Jagoda Majchrzak kl. I b

Przemaglowani

Wyjątkowy dzień I coś więcej

Święto Flagi to święto naszego symbolu narodowego. Uważam, że jest sporo takich świąt związanych z polsnością i upamiętniających nasze wydarzenia historyczne. Dla mnie o wiele ważniejsze byłoby popularyzowanie takich dni w Polsce jak: Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego lub inne święta wspierające walkę ze stygmatyzacją i zwiększające świadomość społeczną. Polakom niekiedy brakuje tolerancji, więc myślę, że byłoby warto.

Pani Adriana Łogoźna

Święto Flagi jest według mnie ważnym świętem ze względu na to, że jest to nasz symbol narodowy, ale nie jest to najważniejsze święto, jakim według mnie jest 11 listopada czyli Narodowe Święto Niepodległości.

Julia Pietruszka kl. I b

Uważam, że dzień 2 maja czyli Święto Flagi jest bardzo ważnym świętem w naszym kraju, niekoniecznie najważniejszym według mnie, ale istotnym. Flaga Polski jest z nami we wszystkich ważnych chwilach. Podczas wydarzeń podniosłych i uroczystych, ale także w dni żałoby po stracie wybitnych i odważnych Polaków, w momentach wzruszeń i radości. Dlatego należy pamiętać o 2 maja i pamiętać o tym, aby zawsze świętować ten dzień.

Pan Łukasz Michalkiewicz

Uważam, że nie jest najważniejszym świętem. Jest świętem niezauważonym, pomijanym i oczywiście z całym szacunkiem, ale są ważniejsze dni w roku.

Julia Sikorska kl. II d

Myślę, że zamiast zastanawiać się nad rangą tego święta, warto je po prostu zaakcentować. Robię to co roku, wywieszając niewielką flagę na balkonie wśród wiosennych kwiatów.

Pani Alicja Tyl

Lubimy Czytać

Warto czytać i przeczytać

Polecamy przy okazji Światowego Dnia Książki

Warto przeczytać książkę Katarzyny Miszczuk „Ja, ocalona” ponieważ, porusza ona temat pośmiertnego życia i tego, co dzieje się z człowiekiem po wydaniu ostatniego tchu. Książka jest kontynuacją trzech poprzednich dzieł, w których to główna bohaterka Wiktoria podróżuje kolejno po piekle, niebie oraz czyścicu. Pomimo bycia rodzajem literatury fantastycznej można znaleźć w niej wiele wątków historycznych, które wydarzyły się naprawdę.

Martyna K.

Warto przeczytać książkę „Obca w świecie singli” autorstwa Krystyny Mirek, ponieważ mówi o samotnym życiu dwójki dorosłych ludzi, których wrzucono do tytułowego świata singli. Ich losy łączą się, ale nie wokół ich relacji kręci się fabuła. Książka porusza ważne dla człowieka sytuacje i sprawy. Może być ona „instrukcją” dla osób postawionych w nieoczekiwanych sytuacjach. Pomaga spojrzeć na negatywny świat w pozytywny sposób, a losy bohaterów poruszą niejedną osobę.

Weronika D.

Warto przeczytać książkę „Wierzyliśmy jak nikt” Rebeci Makkai, ponieważ przedstawia rozwój i badania epidemii AIDS. W trakcie czytania poznamy perspektywę ludzi z 1985 r, jak traktowali oni tę chorobę oraz co przeżywali którzy „na nią chorowali. Postacie opisane są w bardzo realistyczny sposób, co pozwala utożsamić się z bohaterami, przekraczając ludzkie granice wieku czy płci.

Sylwia S.

Warto przeczytać książkę „Marionetka”, tom 2, autorką której jest Amo Jones.

Również najpierw książkę „Srebrny łabędź” - jest to tom 1.

Żeby poznać tajemniczą postać Madison i jej ucieczkę, przed niechcianą śmiercią oraz walkę z nią.

Viktorii M.

Warto czytać (można od początku do końca, od końca do początku, otwierając na dowolnej stronie) książkę Jerzego Bralczyka *500 zdań polskich*. Dlaczego właśnie tę polecam? Po pierwsze ze względu na autora, jego językowe poczucie humoru, niepowtarzalny styl i erudycję. Każde tekst składający się na zawartość książki to modelowa rozprawka filologiczna. Poza tym ja sama z racji wykonywanego zawodu wypowiadam także mnóstwo zdań; może któreś będzie godne zbioru profesora?

Grafika: Archiwum prywatne, internet, Alicja.T



ZAREJESTROWANE



Światowy Dzień Świadomości Autyzmu

2 kwietnia świętujemy Światowy Dzień Świadomości Autyzmu. Tego dnia rozpoczynają się również obchody Światowego Miesiąca Świadomości Autyzmu, stawiającego sobie za cel zwiększanie wiedzy społeczeństwa na temat problemów osób z tym zaburzeniem i ich rodzin.

Z tej okazji niech nasze serca zaświecą się na niebiesko! Kolorem niebieskim wyrażmy swoją solidarność z osobami z autyzmem. Adriana Łogoźna, szkolna pedagożka wraz z nauczycielką świetlicy - Panią Anetą Markowską przeprowadziła jeszcze podczas nauczania stacjonarnej akcją

"Czytanie na Dywanie". Dzieci z grupy świetlicowej z uwagą śledziły historię Janka, później chętnie wykonywały AUTentyczne karteczki z pozdrowieniami. Tego dnia atmosfera była niebieska - na stole leżały wszystkie niebieskie książeczki ze szkolnej biblioteki oraz para globusów. Podróż do świata autyzmu uważamy za udaną.

Etap centralny olimpiady

16 kwietnia odbył się centralny etap Olimpiady *Warto wiedzieć więcej* o ubezpieczeniach społecznych. Uczniowie rozwiązywali zadania on – line pod nadzorem Agnieszki Kazoń, przedstawicielki ZUS. Nasza drużyna zdobyła 26 na 30 możliwych punktów. Czekamy na rozstrzygnięcie wyników. Za zajęcie I miejsca w województwie lubuskim młodzież otrzymała nagrody rzeczowe ufundowane przez ZUS.

Święto książki

Licealiści z klas: II d i III b humanistycznej włączyli się w obchody Światowego Dnia Książki i Praw Autorskich. Jedni rekomendowali książki, które sami czytają i przekonywali, że warto po nie sięgnąć. Inni przez minutę (każdy) czytali fragment wybranej przez siebie książki. W ten sposób można było przenieść się w ciekawy, książkowy świat. Uczniowie sięgnęli po teksty mówiące w różny sposób o człowieku, jego doświadczeniach, o życiu. Rozmawiano również o tym, czym są prawa autorskie i jak funkcjonują na co dzień.

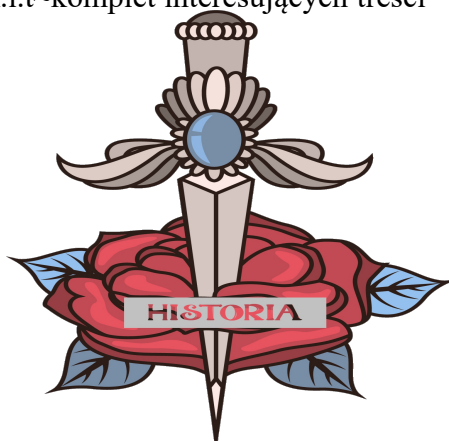
ZAPRASZAMY DO NASZEGO LICEUM



Źródło: Strona Szkoły



k.i.t~komplet interesujących treści



Dlaczego żonkile?

Jak wszyscy zapewne wiemy, 19 kwietnia obchodzono 78. rocznicę wybuchu powstania w getcie warszawskim, które wybuchło tego samego dnia w 1943 roku. Żydzi z getta warszawskiego wiedząc, że i tak spotka ich śmierć, postanowili umrzeć godnie, z bronią w ręku, by zabrać na tamten świat jak najwięcej nazistów ze sobą. Jednak dlaczego symbolem tego wydarzenia są właśnie żonkile i dlaczego powinniśmy zwracać na to wydarzenie więcej uwagi, mimo że nie jesteśmy przecież Żydami? Odpowiadając na pierwszą część tego pytania, wyjaśniam, że symbolem tego wydarzenia są żonkile z dwóch powodów. Pierwszym jest mocne podobieństwo żonkila do żydowskiej gwiazdy sześcioramiennej, która była wykorzystywana przez nazistów do segregacji Żydów podczas II wojny światowej. Drugim powodem jest to, że Marek Edelman, przywódca powstania w getcie warszawskim, który przeżył zarówno to powstanie i powstanie warszawskie, często dostawał od anonimowych osób właśnie żonkile. Często też w czasie kolejnych rocznic powstania w getcie warszawskim sam składał te kwiaty pod Pomnikiem Bohaterów Getta. Jeżeli chodzi o drugą część tego pytania, powinniśmy zwracać na to wydarzenie więcej uwagi, ponieważ nie tylko Żydzi uczestniczyli w tym powstaniu. Polacy również mieli w zaplanowaniu powstania swój wkład, jak chociażby przekazywanie powstańcom broni, amunicji i granatów. Polacy również pomagali powstańcom i atakowali nazistów od zewnątrz. Dlatego powinniśmy pamiętać o tym ważnym wydarzeniu. Mimo że Żydzi i tak zginęli, to zginęli godnie.

*Grafika: Internet
Damian Ławrynowicz*



Wrzutka

Wszystkim tegorocznym maturzystom, cała redakcja K.I.T.-u życzy jak najlepszych wyników matur. Jesteśmy pewni, że egzaminy otworzą Wam nowe furtki w drodze do realizacji waszych życiowych planów. Pamiętajcie, że nie ma rzeczy niemożliwych i zawsze miło wspominajcie czas w naszej szkole!

Redakcja K.I.T.-u



Coś się kończy... Oto kilka wypowiedzi tegorocznych absolwentów LO

Mam dużo dobrych wspomnień z ZSO, np. bal gimnazjalny, przedstawienie na scenie, połowinki. Chodzi tu przede wszystkim o świetną zabawę i fajnych ludzi. Na pewno w przyszłości będę wracał do tych wspomnień. Czas w ZSO był więc w sumie OK, a teraz pora już na nowy rozdział w życiu, co wiąże się z niepewnością, ale wierzę, że przyszłość będzie OK. Na zakończenie życzę wszystkim miłego dnia. Siemka wszystkim.

Patryk K.

Chodzę do tej szkoły już prawie sześć lat, więc wspomnień się nagromadziło wiele, wybrać spośród nich najważniejsze jest dla mnie ciężko, ale może po krótko coś powiem. W tej szkole nauczyłem się wiele, poznałem wspaniałych ludzi, którzy nie tylko byli uczniami, ale również nauczycielami. Było ciężko, bo uczyć to mi się nie chciało, zawsze pozostawała nadzieja, że w następnej klasie będzie inaczej. Ale gdzieś przeoczyłem, że to nie od następnej klasy zależy moja motywacja do nauki tylko ode mnie. Nauczyciele mi to wpajali, ale cóż, no właśnie, tak to w młodym wieku jest, rozumieć starszą, bardziej od siebie doświadczoną osobę, nie sposób nie iść przez życie własną ścieżką. W gimnazjum było przeżabawnie, wszyscy moi koledzy byli bardzo fajni, a koleżanki? Och, było na co popatrzeć podczas lekcji, ale co najważniejsze, można było przemiło z każdą z nich porozmawiać. W liceum, nic się praktycznie nie zmieniło; nauczyciele pozostali tacy sami, uczniowie, cóż, tak jak nauczyciele, niektórzy odeszli, niektórzy zostali. Na początku czułem brak, ale wprawdzie to życie, coś się zaczyna, coś się kończy. Liceum też było piękne, nauczyłem się w tej szkole, że w życiu bez organizacji oraz ciężkiej pracy ma się małe szanse na dobre życie, w przyszłości mnie czeka dużo pracy, no właśnie następnego roku nie będzie, czyli już nie mam szansy sobie powiedzieć swojego cytatu: "w następnym roku będzie lepiej", ponieważ rzecz jasna chodziło mi o szkolny rok... No trudno, zobaczymy, jak się teraz życie potoczy. Jedno jest pewne, lista osób, jakie wspominać będę przez całe życie, się powiększy o całą tę szkołę. Dziękuję Wam drodzy nauczyciele za Wasz poświęcony czas, za Wasz wysiłek i pot przy pracy, dziękuję Wam drodzy uczniowie za po prostu bycie, my maturzyści w tym roku odchodzimy wspólnie, tutaj nasza droga dobiega końca. Pomyślcie, my możemy to przeżywać, bo odchodzimy i zaczynamy nowy etap w życiu Ale nauczyciele wciąż pozostają i przyjdzie im pewnie pożegnać jeszcze niejedną klasę, to jest hart ducha. Pożegnajmy się więc wszyscy najlepiej, jak tylko potrafimy, ze szczerym uśmiechem i radością, tak, by w przyszłości mieć co wspominać.

Norbert I.

W ZSO bardzo miło spędziłem 3 lata nauki. Moje szczęście wynika z podejścia nauczycieli oraz przede wszystkim uczniów. Uwielbiałem spędzać z nimi czas, kiedy było to możliwe. Tęsknię za wycieczką do Hiszpanii w pierwszej klasie. Piękny czas, sielanka, czilera, utopia. Dziękuję nauczycielom za cierpliwość i wyrozumiałość. Każdy potrafił czasem nas "poustawiać" oraz w wolnych chwilach porozmawiać o pogodzie. Będę tęsknił. Przykro mi, że to już koniec. Mam nadzieję, że z rówieśnikami zobaczymy się wszyscy w top 100 najbogatszych ludzi na świecie i będziemy dla siebie dalej przyjaciółmi.

Kacper K.



Coś się kończy... Oto kilka wypowiedzi tegorocznych absolwentów LO

Czas w szkole ogólnie minął mi przyjemnie, podoba mi się to jak wygląda nasza klasa i że nie ma w niej niepotrzebnych kłótni ani sporów. Zapamiętam napewno to ile niesamowitych osób poznałem. Nie wymieniłbym ich na nikogo innego. Jeśli chodzi o obawy to ich nie mam. Nauczyciele przygotowali nas do matury tak jak powinni więc nie ma czego się bać. Jestem pewny że za kilka, kilkanaście lat w głowie zostaną same pozytywne wydarzenia.

Adrian K.

Ogólne wspomnienia ze szkołą mam dobre, ja w tej szkole spędziłem 6 lat zatem 1/3 swojego życia. Obawiam się, jak będzie wyglądało dorosłe życie i czy będę z tego życia zadowolony. Czas w szkole mijał mi bardzo szybko, te 3 lata liceum minęły jak 2 miesiące. Emocje towarzyszące mi z odejściem to smutek oraz niedosyt z tego powodu, że większość czasu spędziliśmy zdalnie i nie mieliśmy wielu rzeczy, które są nieodłączną częścią liceum jak, np. studniówka.

Arek G.

Osobiście jestem bardzo zadowolony z nauki w szkole. Bardzo dobrze będę wspominał nauczycieli i oczywiście swoją klasę. Nie obawiam się dorosłego życia, ponieważ czuję się na nie przygotowany, w czym pomogli mi nauczyciele. A klasa III b to najlepsza klasa jaką miałem.

Adrian B.

ŻYJ ZDROWO

Błędy żywieniowe

Poniżej zamieszczam listę jednych z najczęstszych błędów żywieniowych, dlatego bądź czujny.



Odwodnienie

Codziennie powinno się wypijać 1,5-2 litry wody. Ilość płynów wpływa na wiele rzeczy m.in. warunkuje dobroczynne działanie błonnika. Jeśli trenujesz, powinieneś pić więcej.

Brak regeneracji węglowodanowej po intensywnym treningu

Po treningu mamy nadszarpnięte rezerwy glikogenu w mięśniach. Dlatego węglowodany są bardzo istotne po treningu i mięśnie w pierwszej kolejności wychwytyją właśnie je. Ponadto węglowodany powodują szybki wyrzut insuliny, który jednocześnie wspomaga wychwyt aminokwasów z dostarczonego białka, które biorą udział w regeneracji mikrouszkodzeń mięśni. Natomiast tłuszcz w posiłku potreningowym wpływa korzystnie na zawartość triacylogliceroli w mięśniach, które stanowią źródło energii dla ich efektywnej pracy. Jeśli nie uzupełnisz węglowodanów po treningu, to zapewne będziesz miał chęć sięgnąć po produkty wysokokaloryczne i w efekcie zjesz więcej kalorii niż potrzebuje Twój organizm.

Za mało kalorii w diecie

Nie ma jednej konkretnej ilości dla wszystkich, powinno się ją dostosować indywidualnie do potrzeb każdego organizmu, aktywności fizycznej i typu budowy (somatotyp). Miej na uwadze, że kalorie dostarczają Twojemu organizmowi energię. Z tego względu wszelkim intensywnym i monotonnym dietom w internecie mówię stanowcze NIE.

Pomijanie śniadania i kolacji

Śniadania nie powinno się pomijać, bo dzięki niemu organizm ma, skąd pobrać energię rano. O kolacji należy też pamiętać, ponieważ podczas snu dochodzi do regeneracji całego organizmu wraz ze spalaniem tkanki tłuszczowej. Jednak powinno się jeść kolację dwie godziny przed snem. Warto zaznaczyć, że pomijanie tych dwóch posiłków może zaburzyć równowagę hormonów głodu i sytości.

Nieprawidłowy skład wieczornych posiłków

Dotyczy to zbyt dużej ilości węglowodanów prostych w posiłku, złej kolejności spożywania produktów i popijania jedzenia słodzonymi napojami.

Fobia cholesterolowa

Nie można się go bać, bo jest nam potrzebny do życia. Jednak dotyczy to osób, które są zdrowe i aktywne. Jeśli nie masz przeciwwskazań, to nie ograniczaj nadmiernie spożycia cholesterolu, ponieważ jest to ważny składnik, z którego pochodzi witamina D i hormony steroidowe. Nasz organizm sam go produkuje, ale korzysta też z tego dostarczonego w pożywieniu. W osoczu krwi lub surowicy cholesterol występuje w powiązaniu z białkami, tworząc lipoproteiny. Lipoproteiny o małej gęstości to LDL, a o dużej gęstości – HDL. Co ciekawe, ze wszystkich produktów to czosnek najbardziej hamuje zmiany miażdżycowe. Udowodniono, że poziom złego cholesterolu (LDL) jest uwarunkowany genetycznie – po prostu niektórzy z nas muszą uważać.

ŻYJ ZOROWO

Błędy żywieniowe

Zbyt mało kwasów tłuszczowych w diecie

Ten punkt dotyczy złej proporcji kwasów tłuszczowych nasyconych do kwasów nienasyconych i zbyt małej ilości omega-3 w diecie. Powinno się ograniczać (nie całkowicie wykluczyć) spożycie tłuszczów nasyconych (głównie zwierzęcych), a nie wszystkich. Powinniśmy wybierać po prostu częściej tłuszcze nienasycone (przeważnie roślinne) niż nasycone. Pamiętaj też, że ryby są zdrowe! Warto zaznaczyć, że margaryna nie jest zdrowa, bo zawiera bardzo szkodliwe izomery trans, ponadto jest (wraz z mieszankami tłuszczów roślinnych i zwierzęcych) produktem sztucznym, którego organizm nie przyswaja.

Za dużo produktów antyżywniowych

Należą do nich gluten, kazeina i laktoza. Przez nie mogą pojawić się zaburzenia wchłaniania i dysbioza.



Brak higieny przygotowywania posiłków

Produkty powinny być dokładnie myte i przechowywane w odpowiednich warunkach. Pozwoli to zmniejszyć ilość dostarczanych toksyn oraz pestycydów, a także zminimalizuje ryzyko zakażeń pasożytniczych.

Zdrowy styl życia to zagadnienie bardzo szerokie, zarówno jeśli chodzi o aktywność fizyczną jak i dietę. W pierwszym przypadku są przecież różne rodzaje ćwiczeń, stopnie intensywności i sprzęt treningowy. W drugim każdy produkt żywieniowy ma odmienne właściwości, każdy z nas ma różne wymagania żywieniowe, a także może czegoś zdrowego nie lubić lub nie móc jeść. Trzeba pamiętać, że te dwa aspekty wraz z równowagą wewnętrzną wzajemnie się uzupełniają. Ponadto inne wymagania będzie mieć, np. osoba z insulinoopornością, alergik, kobieta w ciąży, czy ktoś po kontuzji. Dlatego dieta i aktywność fizyczna powinny zostać dobrane indywidualnie dla każdego przez profesjonalistów. Informacje warto czerpać od specjalistów w tej dziedzinie. Zmiany powinno wprowadzać się stopniowo, a przy tym obserwować i badać swój organizm. To już jest ostatni artykuł z mojej strony, ale mam nadzieję, że zdołałam przedstawić podstawy zdrowego stylu życia. Zmiany na lepsze nigdy nie są łatwe, bo to długie i wymagające procesy, ale za to efekty są satysfakcjonujące. Pamiętaj, że nie od razu Kraków zbudowano. Dlatego w zmienianiu swoich nawyków na zdrowsze, nie należy się poddawać, bo dasz radę!

Magda Tomczak

[Źródło: publikacje Anny Lewandowskiej]

Grafika: Internet

SPORT

Nowe oblicze sportu

Sport w pandemicznych czasach nie jest tym sportem, który był nam znany do tej pory. Można powiedzieć, że jest wypaczony zarówno pod względem atmosfery jak i momentami wyników, jednak często nie ma innej możliwości, niż podejmowanie działań związanych z restrykcjami. Ku jednak ucieście wielu ludzi, profesjonalny sport w pewien sposób nadal działa. Na początku kwietnia ruszył sezon żużlowy (a muszę przyznać, że żużel to mój ulubiony sport). Niestety, tak jak i w zeszłym roku, na stadionach przynajmniej na razie, nie zobaczymy kibiców. Zawodnicy w takich przypadkach bardzo często wspominają o tym, jak inaczej jeździ się przy pustych trybunach, bez dopingu ze strony kibiców i ich wspierających okrzyków. Poza tym przed każdym meczem zawodnicy muszą przejść test na obecność koronawirusa, co mimo dopiero dwóch tygodni trwania ligi doprowadziło już do odwołanych spotkań ze względu na zakażenia. Do podobnych sytuacji dochodziło także w skokach narciarskich. Wiele osób na pewno pamięta słynną sytuację, w której tuż przed Turniejem Czterech Skoczni wystąpiło podejrzenie zakażenia u jednego z Polaków. Konsekwencją tego miało być wykluczenie całej drużyny, a przypomnijmy, że koniec końców, to Kamil Stoch triumfował w całej imprezie. Do jednak jeszcze smutniejszej sytuacji doszło w skokach kobiet, kiedy to zawodniczka z Austrii, Marita Kramer, została wykluczona z zawodów przez pozytywny test na koronawirusa, a jak się okazało po kolejnych testach, nie była zarażona. Nie da się zawsze zrobić wszystkiego idealnie, w szczególności w tak trudnych czasach i chociaż dochodzi do takich sytuacji, na pewno warto doceniać fakt, że jakkolwiek profesjonalny sport funkcjonuje w takich warunkach.

Nieuchronnie zbliżają się także Igrzyska Olimpijskie i Euro, czyli imprezy, które miały odbyć się w 2020 roku. Mimo upływu ponad roku nadal nie wiadomo, czy do igrzysk dojdzie, ponieważ sytuacja wciąż jest niepewna. Często jednak skupiamy się na sporcie profesjonalnym, zapominając o ludziach, którzy po prostu kochają ćwiczyć czy grać, a nie mają takiej możliwości. Po ponad roku od momentu, w którym “utknęliśmy” w domu, można śmiało powiedzieć, że jako uczniowie, mamy nie lada wyzwanie, by uprawiać sport. Za codzienną dawkę ruchu normalnie służyły nam lekcje wf-u, które zdalnie wyglądają zupełnie inaczej, aniżeli w szkole. Musimy skupiać się na tym, by samemu zmotywować się do ćwiczeń i aktywności fizycznej, co niekiedy oczywiście może być problemem. Mimo to pamiętajcie, że sport to zdrowie. Znajdźcie coś, co was zadowoli i co niekoniecznie musi być takim sportem, jaki znacie ze szkoły, bądźcie aktywni, tańcząc, czy wykonując ćwiczenia, które nie zniechęcą Was do tego przy pierwszej lepszej okazji. I korzystajcie z każdej wolnej chwili. Zapomniałabym jednak wspomnieć o najważniejszym, do czego od ostatnich kilku miesięcy się przyzwyczajam - pijcie wodę, bo woda czy to po aktywności fizycznej, czy po prostu każdego dnia, ma wiele pozytywnych działań na nasze samopoczucie.

Grafika: Internet
Julia S.





"Gdzie jest moja paczka?"

23 marca kilka dni przed tegoroczną Wielkanocą, niektórzy konsumenci w Europie zostali powitani powiadomieniem: "Paczka w drodze. Ostatnia znana lokalizacja: Kanał Sueski". Jednakże nikt nie spodziewał się tego, co się wydarzyło wczesnym rankiem tego samego dnia. Amatorzy śledzący kursujące po świecie statki natrafili na bardzo nietypowe zjawisko, jeden ze statków "Ever given" przepływających przez południową część kanału Sueskiego nagle zatrzymał się w miejscu. Przez następne kilka godzin po internecie zaczęły rozchodzić się plotki, o tym, że kanał został zablokowany, a sceptycyzm niewierzących w to co się stało, rozwiało zdjęcie opublikowane przez jednego z członków załogi statku płynącego tuż za "Ever given", gdzie wcześniej wspomniany okręt kompletnie uniemożliwił ruch w kanale, a na dodatek zakopał się z obu stron w ścianach kanału.

Nowy jedwabny szlak

Takie miano możemy nadać najkrótszej trasie z Azji do Europy, którą zapewnia kanał Sueski, którego budowa była jednym z największych inżynierskich przedsięwzięć drugiej połowy XIX wieku, jednakże to właśnie francuskiej inżynierii zastosowanej na niewielkim kanale irygacyjnym i robotnikom, którzy wykopali koryto kanału, możemy dziś zawdzięczać oszczędności na czasie, kosztach i na wydajności handlu między Europą i Azją, gdyż przepływa przez niego niemal 10% światowego handlu (3,3mln ton ładunków na godzinę).

Niestety, kanał ma swoje problemy. Mimo iż w 2014 doszło do modernizacji północnej części trasy i budowy drugiego koryta umożliwiającego ruch obustronny między Morzem Śródziemnym a Wielkim Jeziorem Gorzkim, to południowa część nadal posiada tylko jedno koryto, gdzie między Zatoką Sueską a Wielkim Jeziorem Gorzkim odbywa się ruch wahadłowy.

W wypadku blokady kanału ruch można byłoby przekierować po stronie północnej. Natomiast po stronie południowej problem blokady należałoby jak najszybciej rozwiązać, gdyż każda minuta stracona to stracone miliony.

INCYDENT

Po wypłynięciu z azjatyckich portów załoga "Ever given" objęła kurs na Rotterdam, kluczowym elementem żeglugi był tranzyt przez kanał Sueski. Tuż przed godziną 8 rano na pokładzie okrętu pojawił się specjalny kapitan nawigator, mający pomóc w podróży. Po wypłynięciu wszystkich jednostek z kanału, ruch został obrócony, a zgromadzona po stronie zatoki grupa 18 okrętów wpłynęła do kanału.

Na ich nieszczęście pogoda utrudniała żeglugę, silny wiatr wiejący od wschodu i burza piaskowa ograniczająca widoczność przyczyniły się do trudnej kontroli nad prawie 400- metrowym okrętem ważącym ponad 320.000 ton. Nieszczęście wisiało nad załogą od wypłynięcia do kanału aż do wypadku. Przy silniejszym porywie wiatru ustawione kontenery na pokładzie statku zadziały jak żagiel i zepchnęły dziób w stronę ścian kanału. Załoga nie zdążyła odpowiednio zareagować i statek uderzył dziobem i ogonem w ściany kanału, osiadając na mieliźnie.



Szybka reakcja

Po zgłoszeniu zdarzenia na miejsce przyplłynęło 7 małych statków mających pomóc w uwolnieniu okrętu. Jednakże właśnie wtedy załoga mniejszych łódek stała się świadkiem powagi sytuacji. Po przepłynięciu większych jednostek przed "Ever given" na miejsce przybyły mocniejsze statki mające wesprzeć już całą operację ratunkową. Już kilka godzin po zderzeniu zaczęto odkopywanie dziobu, które wraz z odpompowaniem wody i paliwa, oraz pomocą statków holowniczych po 6 dniach doprowadziło do uwolnienia okrętu.

"Ever given nadal zablokowany po raz drugi"

Mimo udrożnienia ruchu handlowego, zarząd kanału Sueskiego podał do sądu załogę okrętu, oraz właściciela firmy Evergreen Marine - Shoei Kisen Kaisha (*czyt. Szoi Kisen Kaisza*) za skazanie wielu przewoźników, konsumentów, firm przewozowych na gigantyczne straty oszacowane na około 9,6 miliarda dolarów.

Załodze grozi kara pozbawienia wolności, a firmie kara grzywny wynoszącą 1 miliard dolarów. Na dzień dzisiejszy okręt stoi zadokowany w Egipskim odcinku kanału i zostanie tam dopóki Evergreen Marine nie wpłaci całej grzywny.

Gdyby było inaczej

Na szczęście cała blokada trwała mniej niż tydzień. Możemy tylko spekulować wpływ na światową gospodarkę, gdyby szlak ten był zablokowany przez, jak mówiono: "Kilka dni lub kilka tygodni". Kapitanów statków po obu stronach oczekiwałyby trudna decyzja. Przeczekać blokadę i przepłynąć przez kanał lub opłynąć zachodnie wybrzeże Afryki. W obu tych przypadkach koszty rosłyby diametralnie z każdym dniem czekania.

Na nasze szczęście światowy handel choć dotknięty przez covid, dalej funkcjonuje. A doszukując się w tym incydencie pozytywów, możemy natrafić na reakcję całego Internetu, który potraktował prześmiewczo cały wypadek, tworząc tysiące obrazków śmiejących się z blokady kanału. Co mimo dłuższego oczekiwania na przesылkę. Mogło nam chociaż poprawić nieco humor.

Grafika: Internet
Oliwier Kupiec



Międzynarodowy Dzień Książki

Cześć! W piątek 23 kwietnia obchodzić będziemy Międzynarodowy Dzień Książki. Z tej okazji chciałabym Wam trochę o nim opowiedzieć. Mianowicie jest to coroczne święto organizowane przez UNESCO w celu promocji czytelnictwa, edytorstwa oraz ochrony własności intelektualnej za pomocą praw autorskich. Dzień ten po raz pierwszy obchodzono w 1995 roku. Jest on upamiętnieniem śmierci pisarzy: Miguela de Cervantesa i Williama Shakespeara oraz peruwiańskiego historyka Inca Garcilaso de la Vega. Na ten sam dzień przypada również rocznica urodzin lub śmierci innych wybitnych pisarzy, np.: Maurice'a Druona, Josepa Pla, Vladimira Nabokova i Manuela Mejia Vallejo. Pomysł organizacji święta zrodził się w 1926 roku w Katalonii i wystąpił z nim wydawca z Walencji, Vicente Clavel Andrés.

W Wielkiej Brytanii i Irlandii Światowy Dzień Książki wyjątkowo obchodzony jest w pierwszy czwartek marca, tak, aby święto to wypadło w trakcie semestru szkolnego.

Natomiast w Hiszpanii dzień ten jest świętem oficjalnym od roku 1930, a od 1964 – we wszystkich krajach hiszpańskojęzycznych. Katalończycy zgodnie z tradycją obdarowywali wtenczas kobiety czerwonymi różami, które były symbolem krwi smoka pokonanego przez jej patrona, św. Jerzego. Później kobiety odwzajemniać się mężczyznom podarunkami w postaci książek.

Święto to, jak widać, cieszy się dużą popularnością nie tylko w wymienionych przeze mnie państwach. Dowodem na to jest zaangażowanie miast z całego świata w corocznym konkursie o tytuł Światowej Stolicy Książki wręczany przez UNESCO. W liście miast, które otrzymały to wyróżnienie, znajduje się również Wrocław. Komisja, na czele z Iriną Bokową, w 2014 roku wybrała Wrocław ze względu na złożony przez miasto program promocji czytelnictwa, który zakłada pracę na poziomie lokalnym, regionalnym jak i międzynarodowym. Wrocław jest pierwszym miastem w Polsce, które uzyskało ten tytuł UNESCO.

[źródło: Internet]

Oliwia M

W CO WIERZONO?

Nimfy

Jako że 22 kwietnia obchodzimy **Dzień Ziemi**, chcę przypomnieć mitologiczne nimfy. Nimfy to boginie niższego szczebla. Nie przypisuje się im danych żywiołów i zjawisk, ale miejsca takie jak: jeziora, wodospady. Często są one dziećmi znanych nam bogów. Są one młode i piękne. Ich młodość nigdy nie przemija, ale nie oznacza to nieśmiertelności. Nimfy to częste kochanki bogów, ich uroda to częsta inspiracja twórców, choć nie każdy uległ ich wdziękowi. Nimfy dzielono na grupy, ze względu na to, gdzie można było je spotkać.

Najady - woda

Oready - góry

Lejmoniady - łąki

Driady - lasy

Hamadriady - same drzewa

Nereidy - morze

Alseidy - zakątki leśne i zagajniki

Meliady- drzewa jesionu

Okeanidy - bardzo liczne nimfy morskie, córki Okeanosa

Syreny - nimfy, pół - ptaki, pół - ludzie

Jakie znamy mity w których występują piękne nimfy?

Narcyz

Piękny mężczyzna był zakochany w samym sobie. Dlatego też nie odwzajemnił on miłości Echo. Kobieta nie mogła mówić normalnie, reprezentowała sobą samo echo. Dlatego też inne nimfy widząc smutek kobiety, zauroczyły Narcyza samym sobą. Echo nie domagała się zemsty, gdy Narcyz zmarł zapatrzony w swoje odbicie, ta zmieniła go w kwiat narcyza, który do tej pory kojarzony jest z narcyzmem.

Wielka Niedźwiedzica

Zeus to bóg, który uganiał się za nimfami. Jego celem stała się Kallisto, przybył do niej pod postacią Artemidy, ponieważ ta należała do jej orszaku. Zeus objął ją i nie wypuścił, a z obawy przed gniewem Artemidy przemienił nimfę w niedźwiedzicę, ale bogini mimo to ukarała kobietę, prze co Zeus przeniósł ją na nieboskłon jako konstelację Wielkiej Niedźwiedzicy.

Syreny

Pół ptaki pół kobiety nawiedził Odyseusza podczas jego wyprawy. Odyseusz jednak ostrzeżony przez Kirke postanowił przywiązać się do masztu, a swoim towarzyszom zakleił uszy woskiem. Chciał on przeżyć spotkanie z Syrenami. Syreny wodziły żeglarzy swoim głosem, ci schodzili do nich, po czym byli zabijani. Jest to tożsamy z dzisiejszym wyobrażeniem o syrenach.

Weronika D.



Zgrany duet – muzyka i książka

Cześć kitowcy! Ostatnio wiele się dzieje i trzeba przyznać, że czas mija w mgnieniu oka. Mimo wielu rzeczy i natłoku obowiązków trzeba pamiętać o znalezieniu chociaż chwili spokoju. Dla mnie momentem, w którym wiem, że jestem tylko ja i nie liczy się reszta świata, jest chwila, w której zostaję sam na sam właśnie z muzyką. Dla mnie naprawdę ciekawe jest to, że kilka dźwięków może zmienić nastrój, w jakim aktualnie znajduje się człowiek. Pojedyncze nuty i kompozycja akordów mogą doprowadzić do wzruszenia, śmiechu czy chociażby ciarek, które przecież często pojawiają się, gdy słyszymy coś niesamowitego. Muzyka ma wpływ na ludzką psychikę i z całą pewnością podczas słuchania jej, odbieramy niektóre sytuacje inaczej. Część tego wydania gazetki poświęcona jest książkom i chociaż początkowo chciałam zabrać Was w świat pełen niekiedy skomplikowanych pojęć muzycznych i świat, w którym pokazałabym Wam, jak nasze ciało wpływa na wydawane przez nas dźwięki podczas śpiewania, uznałam, że opowiem o czymś, co jest aktualnie trochę bliższe mojemu sercu. Pod koniec zeszłego roku moje przyjaciółki wpadły na pomysł pewnego konkursu, a bardziej zwykłego zakładu, który miał sprawić, że będziemy więcej czytały. Założyłyśmy się o to, która z nas w 2021 roku przeczyta najwięcej książek. I chociaż początkowo nie wiedziałyśmy, czy ten pomysł wypali, czy pozwoli nam na to natłok obowiązków, czy nie skończy się na tym, że będziemy czytały mniej, niż chciałyśmy, każda z nas znalazła własny sposób na to, by ten czas znaleźć. I co ciekawe, mnie w codziennym czytaniu bardzo pomogła właśnie muzyka! Od początku stycznia ruszyłam zmotywowana do tego, by jak najwięcej czytać, poznawać nowe historie (i zdecydowanie za bardzo wciągnęłam się w niektóre serie kryminalne i fantastyczne) i po prostu spędzać miło czas. Mnie muzyka od lat towarzyszyła przy praktycznie każdej czynności, jaką wykonywałam, czy to przy sprzątaniu, czy przy nauce. Czasami nawet podczas grania lubię włączyć playlistę na spotify i po prostu cieszyć się tym, co robię. W pewnym momencie odkryłam, że czytanie i słuchanie muzyki jest dla mnie jak najbardziej naturalne, pozwala mi wciągnąć się w historię, w szczególności, gdy dobrze dobieram daną muzykę do danej książki. Uwielbiam, gdy czytając kryminał, do moich uszu docierają dźwięki, które czasami sprawiają, że jestem realnie zaniepokojona tym, co dzieje się wokół mnie. Dzięki temu poznałam wiele piosenek, które zostały ze mną na dłużej. Bardzo ciekawe jest także to, że pomijając łatwiejsze wciąganie się w daną historię, dużo więcej czytam, bo jestem typem osoby, który nie lubi, gdy przerywa się jakąś dokładnie ułożoną składankę muzyczną. Gdy dana składanka złożona jest z godzinnej muzyki, po prostu muszę czytać do momentu, do którego zabrzmi ostatni dźwięk. Tak więc róbcie wszystko, żeby jak najwięcej odpoczywać i łączcie swoje zainteresowania w jedną całość, bo może się to niekiedy okazać przyjemniejsze, niż mogliście się spodziewać!

Grafika: Internet
Julia S.

Oknem Belfra



Światowy Dzień Książki – 23 marca

Czyli święto książki, czytelników i czytania. O jego genezie, formach obchodów przeczytamy w Internecie, usłyszymy w mediach. I tak jest co roku, może tylko okoliczności się zmieniają. Na szczęście książki się nie zmieniają, ale powstają nowe i to jest bezcenne!

Co można zrobić dla książki w dniu jej święta (i nie tylko)? Kupić (wtedy autor będzie zadowolony), wypożyczyć (wtedy bibliotekarz będzie zadowolony), podarować ją komuś (wtedy obdarowany będzie zadowolony), ale najważniejsze, by ją **CZYTAĆ** i **PRZECZYTAĆ!**

To czynność, od której można się uzależnić. I jeśli inne uzależnienia są szkodliwe, to **CZYTANIE** jest wręcz zalecane. Dlaczego? Wszyscy, którzy je odczuwają, wiedzą, o czym mówię. Trzeba tylko właściwie dobrać środki uzależniające. Zapoznać się z instrukcją, *bo każdy lek niewłaściwie stosowany, zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.*

O książce

W czasach dziwnych i wrogich żyliśmy, wspaniałych,
nad głowami naszymi pociski śpiewały
i lata nie mniej groźne od rwących szrapneli
nauczały wielkości tych, co nie widzieli
wojny. W pożarze sucho płonących tygodni
pracowaliśmy ciężko i byliśmy głodni
chleba, cudów niezemskich zjawionych na ziemi
i często, spać nie mogąc, nagle zasmuceni
patrzyliśmy przez okna, czy nad nocne sine
nie przyplwają znowu stada zeppelinów,
czy nie wybucha sygnał nowy kontynentom,
i sprawdzaliśmy w lustrze, czy na czole piętno
nie wyrosło, na znak, żeśmy już skazani.
W tych czasach nie dość było zawodzić słowami
czystymi, nad patosem świata wiekuistym,
była epoka burzy, dzień apokalipsy,
państwa dawne zburzono, stolice wrzecionem
kręciły się pijane pod niebem spienionem.
Gdzież jest miejsce dla ciebie w tym wieku zamętu,
książko mądra, spokojna, stopie elementów
pogodzonych na wieki spojrzeniem artysty?
Już nam z twoich kart nigdy nie zaświeci mglisty
wieczór na cichych wodach, jak w prozie Conrada,
ani chórem Faustowskim niebo nie zagada
i czoła zapomniany dawno śpiew Hafisa
chłodem swoim nie dotknie, głów nie ukołysze,
ani Norwid surowe nam odkryje prawa
dziejów, które czerwona przesłania kurzawa.
My niespokojni, ślepi i epoce wierni,
gdzieś daleko idziemy, nad nami październik
szumi liściem, jak tamten łopotał sztandarem.
Wawrzyn jest niedostępny nam, świadomym kary,
jaką czas tym wyznacza, którzy pokochali
doczesność, ogłuszoną hałasem metali.
Więc sławę nam znaczone stworzyć - bezimienną,
jak okrzyk pożegnalny odchodzących - w ciemność.

MOLE BIBLIOTECZNE



Świętuj Dzień Ziemi! Przeczytaj 8 książek o naturze i ekologii!

Przypadający 22 kwietnia **Dzień Ziemi** to doskonała okazja, by zachwycić się jej pięknem. To również czas, gdy warto sięgnąć po literaturę na jej temat. O ekologii, naturze, wpływie człowieka na planetę i o tym, jak możemy uratować ją przed katastrofą opowiadają poniższe publikacje.



Knut Hamsun, *Błogosławieństwo ziemi*

Książka, która autorowi przyniosła Nagrodę Nobla w dziedzinie literatury. I chociaż było to w roku 1920, to zawarte w niej wątki są aktualne i dzisiaj. Poemat ten jest pełen zachwytu nad ziemią, tajemnicą życia i natury.

Urszula Zajączkowska, *Patyki, badyle*

Książka laureatki Paszportu Polityki Urszuli Zajączkowskiej jest apoteozą natury. To poetycka podróż przez świat przyrody. Autorka pokazuje jak bogaty i różnorodny jest świat natury, a nade wszystko – jak bardzo zmienny.

David Attenborough, *Życie na naszej planecie. Moja historia, wasza przyszłość*

Jego poruszająca autobiograficzne wątki książka pokazuje, że świat, w którym żyjemy, zmienił się nie do poznania na jego oczach. Brytyjski dziennikarz był świadkiem tego, jak człowiek niszczy swój dom. Postępująca zagłada bioróżnorodności planety jest prawdziwą tragedią naszych czasów, a jej dowody są wszędzie. Możemy to zmienić, jeśli zaczniemy działać teraz.

Artur Domosławski, *Śmierć w Amazonii*

Artur Domosławski mówi jak jest. O przyrodzie i o wielkich światowych korporacjach. Reportażysta kroczy śladami tajemniczych zabójstw ludzi zaangażowanych w obronę niszczonego środowiska naturalnego i praw lokalnej ludności w Ameryce Południowej. Kto stoi za zabójstwami? Czy zwyczajni ludzie, którzy po prostu bronią swojej ziemi, mają szansę w zderzeniu z międzynarodowymi korporacjami i przekupionymi władzami? Amazonia w książce Domosławskiego jest żywa i prawdziwa, sportretowana w przypadkach konkretnych ludzi.

MOLE BIBLIOTECZNE



Świętuj Dzień Ziemi! Przeczytaj 8 książek o naturze i ekologii!

Maja Lunde, *Ostatni*

Maja Lunde jest autorką *Kwartetu klimatycznego*. Trzecia część cyklu, zatytułowana *Ostatni*, to postapokaliptyczna wizja świata. Świata, w którym Europa powoli się rozpada, brakuje prądu i zaczyna brakować żywności. I chociaż bohaterkami książki są matka i córka mieszkające na norweskiej farmie wraz ze swoimi zwierzętami, to równie dobrze *Ostatniego* można odczytywać jako wołanie o ocalenie planety i zagrożonych gatunków.

Naomi Klein, *To zmienia wszystko*

Klein przedstawia zagrożenia związane z globalnym ociepleniem i innymi zmianami klimatu, umieszczając je w szerokim kontekście – politycznym, ekonomicznym i społecznym.

Bill Gates, *Jak ocalić świat od katastrofy klimatycznej. Rozwiązania, które już mamy, zmiany, jakich potrzebujemy*

Bill Gates w poszukiwaniu sposobów na powstrzymanie katastrofy ekologicznej zaangażował ekspertów w dziedzinach fizyki, chemii, biologii, inżynierii, politologii i finansów. Wniosek z ich badań jest jeden: musimy dążyć do zredukowania emisji gazów cieplarnianych do zera! Założyciel Microsoftu proponuje strategie dla państw, ale i sposoby, w jakie obywatele mogą rozliczać rządy, pracodawców i siebie samych z postępów w tym projekcie kluczowym dla ratowania planety.

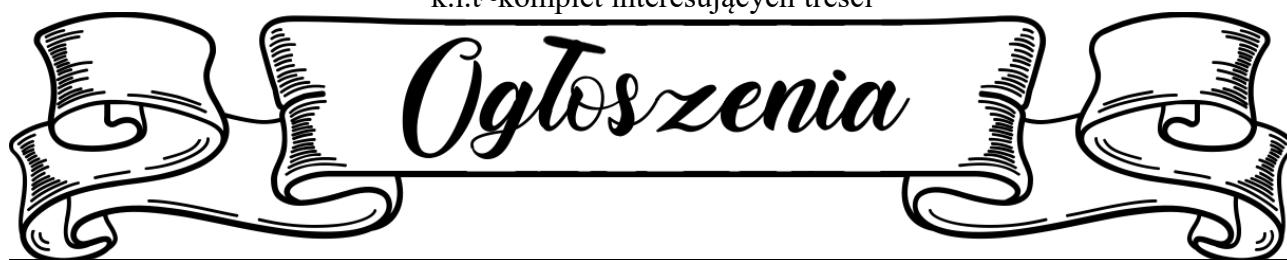
John Brunner, *Ślepe stado*

Ta powieść jest dramatycznym i proroczym spojrzeniem na przyszłe skutki niszczenia ziemskiego środowiska. W tym koszmarnym świecie powietrze zatrute jest tak bardzo, że powszechnie używa się masek filtracyjnych. Rośnie śmiertelność noworodków i wygląda na to, że każdy człowiek na coś choruje. Woda jest zatruta, a tę z kranu pije tylko biedota. Władza praktycznie nie funkcjonuje, a korporacje dorabiają się na filtrach do wody, maskach i organicznej żywności.

Czytajmy zatem ku przestrodze i dla zdobywania wiedzy, a także – przede wszystkim! – by zachwycić się bogactwem, złożonością i doskonałością świata natury.

S.K.

k.i.t~komplet interesujących treści



Grafika: Internet

K.I.T. ~ komplet interesujących treści

Kolejny numer ukaze się:

24 maja 2021.

A w nim:

Dzień Matki

Aktualne wydarzenia

Stałe rubryki