

UCHO LEMA



GAZETKA LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCEGO IM. STANISŁAWA LEMA
W STANISŁAWOWIE PIERWSZYM

Rok szkolny 2020/2021, numer 12

30 marca

ŚWIĘTA WIELKANOCNE



Liceum Ogólnokształcące
w Stanisławowie Pierwszym
Wysoki poziom kształcenia
blisko Twojego domu

Wielkanoc już za pasem, a my dalej nie wiemy, jakie potrawy podać lub jak ustroić nasz stół. Tyle roboty, okna do umycia, cały dom do wysprzątania, koszyczek do wystrojenia.

Jak zatem obchodzi się Wielkanoc w Polsce?

Wielkanoc jest najstarszym i najważniejszym świętem chrześcijańskim. Święta Wielkanocę upamiętniają śmierć krzyżową i zmartwychwstanie Jezusa Chrystusa. Poprzedzający Wielkanoc tydzień, stanowiący okres wspomnienia najważniejszych dla wiary chrześcijańskiej wydarzeń, nazywany jest **Wielkim Tygodniem**.

Wielkanoc jest świętem ruchomym. Może wypadać pomiędzy 22 marca a 25 kwietnia. W Polsce w godzinach porannych, pierwszego dnia świąt, odprawiana jest uroczysta rezurekcja, która swymi tradycjami sięga średniowiecza. Po powrocie do domu w gro-

nie rodzinnym zasiada się do uroczystego śniadania wielkanocnego, które rozpoczyna się składaniem życzeń i dzieleniem się święconką z koszyczka. Na stołach znajdują się jajka, wędliny, wielkanocne baby i mazurki. Stoły zdobione są bukietami z bazi i pierwszych wiosennych kwiatów.

Polska tradycja potraw wielkanocnych jest bardzo bogata i nie ma chyba innej tak bogatej tradycji kulinarnej na czas obchodów Świąt Wielkanocnych. Czekamy na to śniadanie przez cały Wielki Post, zatem nie dziwi fakt, że wszędzie, co znajduje się na stole, staramy się skosztować nawet w małej ilości. Na tradycyjnym

stole wielkanocnym nie może zabraknąć takich potraw jak: żurek wielkanocny, jaja, biała kiełbasa pieczona, szynka świąteczna, pieczone mięsa, faszerowane jajka, ćwikła, babka wielkanocna, mazurek, sernik.

Święta Wielkanocne są idealnym momentem na odetchnięcie i spędzenie czasu z rodziną. W dzisiejszych czasach, gdy każdy dzień mija niezauważony, to właśnie święta sprawiają, że mamy czas, by nacieszyć się sobą.

Nikola Kunysz



Ważne tematy:

ŚWIĘTA WIELKANOCNE

W tym numerze:

ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA	2
NERWICA	
KĄCIK WIERSZOKLE-TÓW	2
UKRAIŃSKI Z KASIA	3
ROCZNICA ŚMIERCI JANA PAWŁA II	3
WIEŚCI Z BIBLIOTEKI	3
ŁAMIGŁÓWKA	4
ŻYCZENIA ŚWIĄTECZNE	4



ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA

Dzień Pracownika Służby Zdrowia oraz **Światowy Dzień Zdrowia** obchodzone są 7 kwietnia, w rocznicę powstania Światowej Organizacji Zdrowia (WHO). To dzień, w którym warto zauważyć i docenić starania, poświęcenie i zaangażowanie pracowników służby zdrowia. W tym roku to święto ma szczególny charakter. Wszyscy widzimy, z jak wielką determinacją i odwagą pracownicy służby zdrowia walczą z pandemią.

Dlatego zachęcamy wszystkich do przeczytania artykułu o nerwicy przygotowanego przez **Oliwię Jankowską**.

NERWICA

Nerwica to choroba psychiczna, która zaczyna się w głowie. Jest to ogromny strach, lęk przed światem i różnymi sytuacjami. Osoba dotknięta nerwicą lękową zaczyna unikać sytuacji, przez które zaczyna się lęk, a izolując się, powoduje u siebie większe objawy choroby. Strach przed konfrontacją z trudnymi sytuacjami sprawia, że wpada w pułapkę własnych negatywnych myśli. Objawami nerwicy mogą być: obniżona samoocena oraz brak energii i radości życiowej, ale także ciągły lęk i stres oraz nieopanowane napady agresji. Osoba z nerwicą lękową często narzeka lub szybko się denerwuje, nic jej się nie chce albo wykonuje różne czynności pod pewnymi warunkami, np. chce jeść tylko w samotności lub robić zakupy tylko w towarzystwie.

Tak jak każda inna choroba, nerwica wymaga leczenia.



KĄCIK WIERSZOKLETÓW

"Moja kwarantanna "

Poniedziałek 7 rano.
Trzeba wstawać zrobić test.
Pewnie teraz ja się dowiem.
Czy ten Covid we mnie jest?
Czekam długo, ludzi mnóstwo.
Każdy kaszle, parska, kicha.
Jeśli nawet go nie miałem,
To już teraz nim oddycham.
Wymaz wzięty, trzeba wracać.
Lecz nie można nigdzie iść.
W domu czeka już wiadomość.

„-Kwarantanna 10 dni”.
Pierwszy dzień to dobra książka.
Drugi dzień to świetny film.
Oby tylko dobrze przejść to
I nie stracić wiele sił.
Przyszedł wynik -negatywny!
Lecz u taty wirus jest.
Teraz wszyscy do nas dzwonią:
Co to? Jak to? Skąd to jest?
Piąta doba. Tata walczy,
Ale braknie mu już sił.
Mama dzwoni po karetkę.

Mamy czekać kilka chwil.
Mija kwadrans, drugi, trzeci.
Po godzinie auto jest.
Dwaj Panowie jak kosmici
I oszczeł ich mój pies.
Wzięli tatę. Odjechali. Dokąd?
Tego nie wie nikt.
Oby tylko mu pomogli.
Żeby wrócił w pełni sił.

Filip Olszewski



Zapraszamy na LEKCJE UKRAIŃSKIEGO Z KASIA

Dziś zapraszam do nauki słów związanych ze Świętami Wielkanocnymi.

UWAGA: W nawiasach umieściłam wymowę.

Великодня корзинка



[welykodnia korzynka] - koszyczek wielkanocny

Паска [paska] - pieczywo; chleb

Сіль [sil'] - sól

Перець [perec'] - pieprz

Писанки [pysanky] - pisanki

Масло [masło] - masło

Ковбаси [kowbasy] - wę-

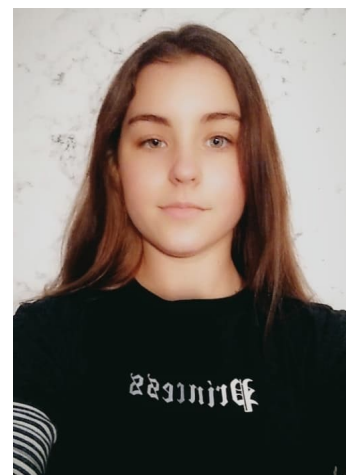
dliny

Хрін [hrin] - chrzan

Баранчик [baranczyk] - baranek

Сир [syr] - ser

Свїчка [swiczka] - świeczka



Kateryna Demkiv

ROCZNICA ŚMIERCI JANA PAWŁA II

2 kwietnia mija 16 lat od odejścia papieża Jana Pawła II. Co roku tego dnia cały świat jednoczy się we wspólnej modlitwie w jego intencji. Dla tych, dla których był wzorem i dla tych, którzy sceptycznie patrzyli na jego działalność, krótkie przypomnienie:

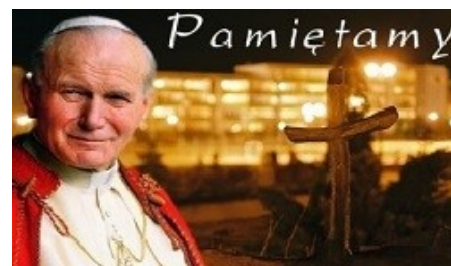
* Papież Jan Paweł II zmarł 2 kwietnia 2005 r. o godz. 21:37 w wieku 84 lat.

* Pontyfikat trwał 26 lat, 5 miesięcy i 16 dni. Był trzecim co do długości w historii papiestwa – po św. Piotrze i Piusie IX.

* Jana Pawła II beatyfikowano 1 maja 2011 r., kanonizowano - 27 kwietnia 2014 r. Obie uroczystości odbyły się na placu św. Piotra w Rzymie.

Był jednym z najbardziej wpływowych przywódców przełomu wieków. Pracował, aby budować fundament moralny świata współczesnego i odegrał kluczową rolę w obaleniu komunizmu w Polsce. Jego przesłanie odzwierciedlały słowa wypowiedziane na początku misji: „Nie

lękajcie się, otwórzcie na oścież drzwi Chrystusowi, otwórzcie drzwi jego zbawczej władzy”.



WIEŚCI Z NASZEJ SZKOLNEJ BIBLIOTEKI

Dzisiaj, drodzy Uczniowie, chciałbym polecić Wam bestseller „Włam się do mózgu” Radka Kotarskiego znanego popularyzatora wiedzy, twórcy kanału Polimaty oraz prowadzącego i reżysera telewizyjnego programu „Podróże z historią”.

Książka jest poradnikiem dedykowanym dla wszystkich chcących pogłębić wiedzę i rozwijać nowe umiejętności. Zachęcam Was, drodzy Uczniowie, do przeczytania tej książki i częstego powracania do niej. Sądzę, że treść zawarta w niej jest bezcenna.

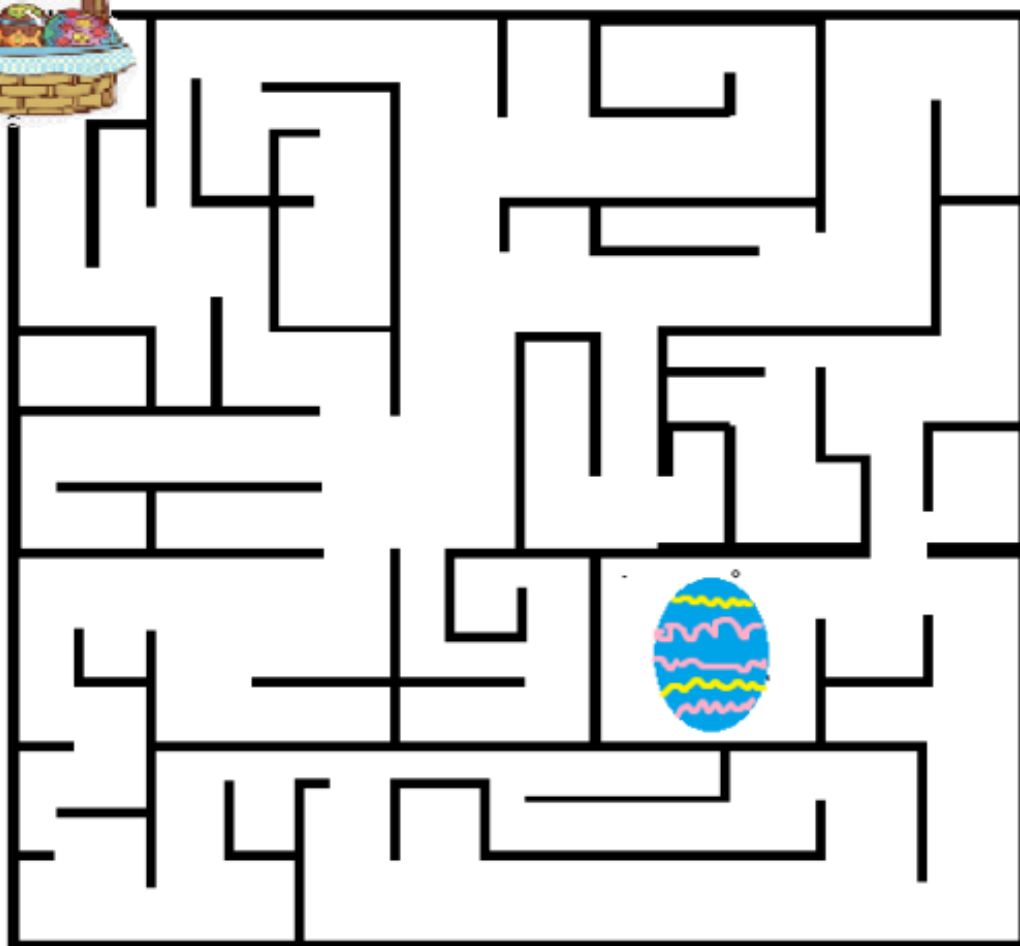
Łukasz Wujec

POŁAMANIA GŁOWY !



GAZETKA LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCEGO IM. STANISŁAWA LEMA
W STANISŁAWOWIE PIERWSZYM

Z koszyka wypadło jajo, znajdź do niego drogę.



*Zdrowych i pogodnych świąt Wielkanocnych,
obfitości na świątecznym stole,
smacznego jajka
oraz wiosennego nastroju
w rodzinnym gronie*

ŻYCZENIA OD REDAKCJI

Jeżeli chcecie współtworzyć
UCHO LEMA, zapraszamy w każdy
poniedziałek na kanał KOŁA
DZIENNIKARSKIEGO do Teamsów.