

KWIECIEŃ 2024 / NUMER 7



GŁOS MŁODZIEŻY



**MIESIĘCZNIK
W RAMACH ZAJĘĆ ROZWIJAJĄCYCH ZAINTERESOWANIA**

SOSW W NOWYM MIEŚCIE NAD PILICĄ

DRODZY CZYTELNICY!

W ROKU SZKOLNYM 2023/2024
W RAMACH ZAJĘĆ ROZWIJAJĄCYCH
ZAINTERESOWANIA RUSZA SIÓDMY NUMER
MIESIĘCZNIKA POD NAZWĄ
GŁOS MŁODZIEŻY.
ZESPÓŁ DZIENNIKARZY REDAKCYJNYCH
TO ODDZIAŁ 8L
WRAZ Z OCHOTNIKAMI Z INNYCH KLAS.

TWORZENIE GAZETY SZKOLNEJ JEST
DLA UCZNIÓW DOSKONAŁĄ OKAZJĄ,
BY WYKAZAĆ SIĘ **KREATYWNOŚCIĄ**, A WRAZ Z NIĄ
SMAKOWAĆ SZKOLNEGO ŚWIATA DZIENNIKARSKIEGO,
PREZENTUJĄC CIEKAWY ARTYKUŁY.

UCZNIOWIE MAJĄ MOŻLIWOŚĆ
PRZEPROWADZIĆ WYWIAD Z DOWOLNĄ OSOBĄ,
JAK RÓWNIEŻ, BYĆ GOŚCIEM WYWIADU.
MOGĄ OPOWIEDZIEĆ O SWOICH
ZAINTERESOWANIACH, PASJACH, MARZENIACH,
A TAKŻE PODZIELIĆ SIĘ CIEKAWOSTKAMI
ZE SWOJEGO ŻYCIA I NIE TYLKO.

DROGI CZYTELNIKU,
ZAPRASZAM CIĘ DO ZGŁĘBIANIA
NASZEGO GŁOSU MŁODZIEŻY.
ODKRYWAJ TO, CO NIEODKRYTE PRZEZ CIEBIE.
JEŚLI NIE JESTEŚ JESZCZE W NASZYM ZESPOLE,
A CZUJESZ, ŻE CHCESZ COŚ WYRAZIĆ, NAPISAĆ,
TO CHĘTNIE PRZYJMIEMY CIĘ
POD NASZE SKRZYDŁA.

MAM NADZIEJĘ, ŻE NASZ MIESIĘCZNIK
WZNIĘCI W UCZNIACH PASJĘ PISARSKĄ.
NAUCZYCIELOM I RODZICOM
DA CHWILKĘ WYTCHNIENIA OD CODZIENNOŚCI,
A W NASZYCH DZIENNIKARZACH ROZPALI
UMIEJĘTNOŚCI LITERACKIE,
A JEDNOCZEŚNIE PRZYNIESIE SATYSFAKCJĘ.

MAGDALENA SARNIAK



W TYM NUMERZE:

DZIEŃ LEŚNIKA	4
WSPOMNIENIA DAWNEJ PRZYJAŹNI	5
WIOSENNA ŁAMIGŁÓWKA	6
RODZAJE UZALEŻNIEŃ	7
FAKTY O ALKOHOLU	8
FAKTY O PAPIEROSACH	9
FAKTY O ENERGRTYKACH	10
FAKTY O NADUŻYWANIU INTERNETU	11



DZIEŃ LEŚNIKA



W 2024 ROKU DZIEŃ LEŚNIKA WYPADA 5 KWIETNIA.
OBCHODZONY JEST PRZEZ LUDZI DBAJĄCYCH O OBSZARY LEŚNE
W NASZYM KRAJU. DZIĘKI TEMU ŚWIĘTU MOŻEMY DOWIEDZIEĆ SIĘ,
JAK WAŻNĄ ROLĘ ODGRYWA LAS W NASZYM ŻYCIU,
A TAKŻE POZNAĆ PRACĘ LEŚNIKÓW.

LEŚNICZY TO OSOBA, KTÓRA NADZORUJE PRACĘ ZWIĄZANE Z DBANIEM
O LAS, A TAKŻE OCHRONĘ ZASOBÓW LEŚNYCH. WYKONUJE ZABIEGI
PROFILAKTYCZNE, PROWADZI PRACĘ POMIAROWE, A TAKŻE ZAJMUJE SIĘ
PORZĄDKAMI PO KLĘSKACH ŻYWIŁOWYCH,
TJ. WICHURACH CZY POŻARACH.

LASY ZAOPATRUJĄ NAS W TLEN, SĄ SCHRONIENIEM DLA ZWIERZĄT,
DZIĘKI NIM MAMY DREWNO DO KOMINKA, GRZYBY CZY JAGODY. DOCENIAMY WIĘC
LEŚNIKÓW, BO ONI DBAJĄ O TO
CO PIĘKNE I WARTOŚCIOWE.

WSPOMNIENIA Z AKCJI SADZENIA DRZEW W PARKU MIEJSKIM W NOWYM MIEŚCIE NAD PILICĄ
ODDZIAŁ 1W SOSW W NOWYM MIEŚCIE NAD PILICĄ





WSPOMNIENIA DAWNEJ PRZYJAŹNI



PAMIĘTAM..., JAK PRZYSZEDŁEM DO SZKOŁY PIERWSZY RAZ.
MYŚLAŁEM, ŻE NIE SPOTKAM NIKOGO INTERESUJĄCEGO, TYMCZASEM...

POZNAŁEM BARTKA.

BARTEK BYŁ W PODOBNYM WIEKU CO JA, TAKIEGO SAMEGO WZROSTU
I MIAŁ PODOBNĄ POSTURĘ CIAŁA DO MOJEJ.

W SZKOLNYM INTERNACIE DZIELILIŚMY WSPÓLNY POKÓJ.
NASZA PASJA DO MOTORYZACJI ORAZ DO POŁOWU RYB, SPRAWIŁA,
ŻE **POLUBILIŚMY SIĘ OD RAZU** I NAWIĄZALIŚMY NIĆ PRZYJAŹNI.

DNI MIJAŁY NAM NA CIEKAWYCH PRZEŻYCIACH, CHOĆ BYŁY
RÓWNIEŻ TAKIE, KTÓRE PRZYNIOŚLY GORZKĄ LEKCJĘ I KTÓRYCH
NA PEWNO NIE ZAPOMNIMY.

BARTKA JUŻ W MOJEJ SZKOLE NIE MA, A JA NADAL GO PAMIĘTAM
I MIŁO WSPOMINAM. CHCIAŁBYM, ABY PRZYSZEDŁ DZIEŃ,
W KTÓRYCH **SPOTKAMY SIĘ ZNOWU** I NAWIĄŻEMY
PONOWNIE NIĆ PRZYJAŹNI.

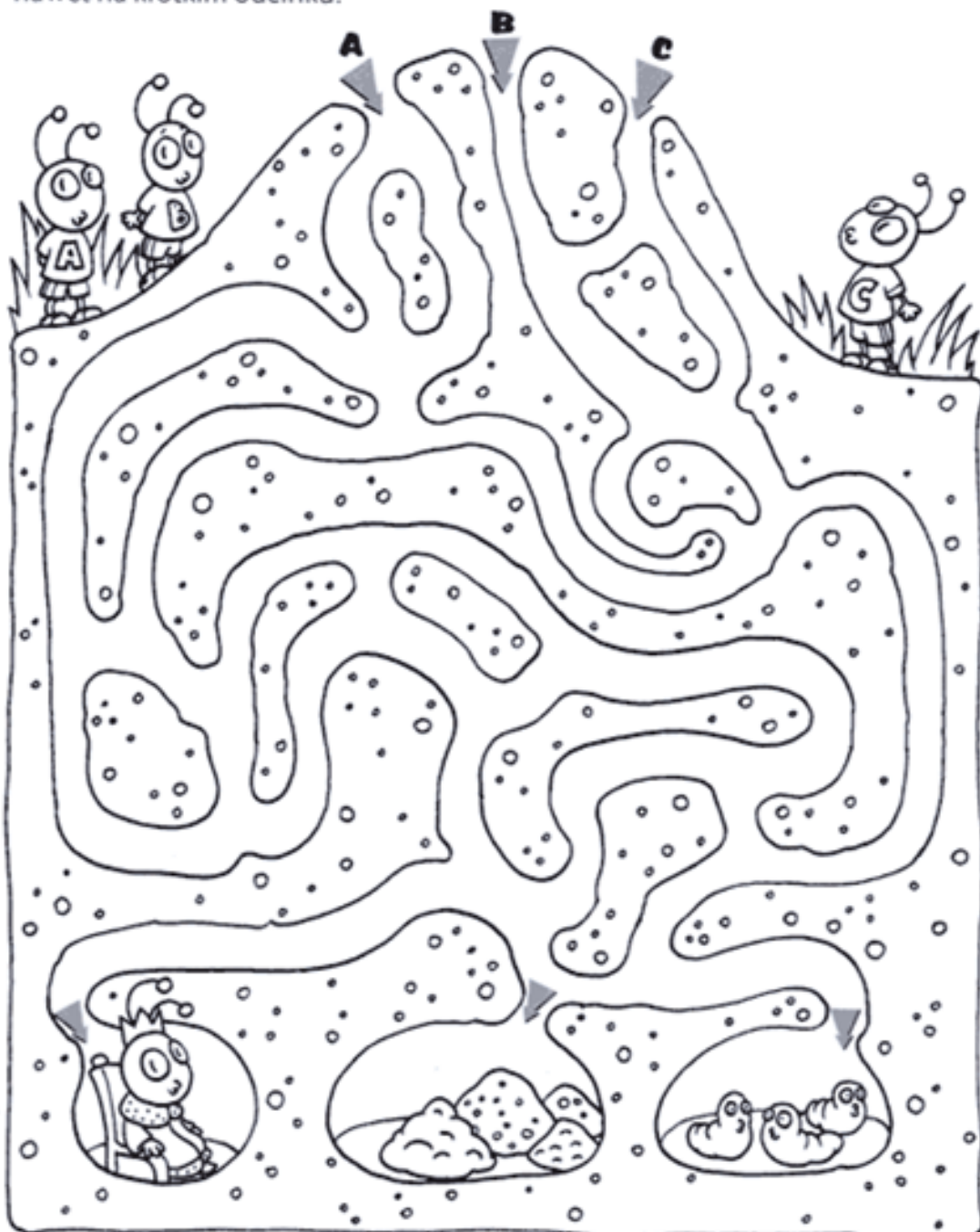


WIOSENNA ŁAMIGŁÓWKA



MROWISKO

Doprowadź mrówkę A do komnaty królowej, mrówkę B do spiżarni, a mrówkę C do larw. Wybierz takie trasy, by w czasie wędrówki owady nie spotkały się nawet na krótkim odcinku.





RODZAJE UZALEŻNIEŃ



UZALEŻNIENIE JEST SILNĄ POTRZEBĄ WYKONYWANIA JAKIEJS CZYNNOSCI LUB ZAŻYWANIA JAKIEJS SUBSTANCJI, NP. NARKOTYKÓW, LEKÓW, ALKOHOLU CZY PAPIEROSÓW.

W SZERSZYM KONTEKŚCIE MOŻE ODNOSIĆ SIĘ RÓWNIEŻ DO WIELU INNYCH NIEODPOWIEDNICH ZACHOWAŃ, NP. GRANIA W GRY KOMPUTEROWE, OGLĄDANIA TELEWIZJI, CZĘSTEGO PRZEGLĄDANIA INTERNATU.

PROWADZI TO, DO WIELU PROBLEMÓW, A NAWET I DO PRZEDWCZESNEJ ŚMIERCI.

W ZWIĄZKU Z TYM FAKTEM, MOJA KLASA WYKONAŁA **ULOTKI PROFILAKTYCZNE**, DOTYCZĄCE UZALEŻNIENIA OD **ALKOHOLU**, **PAPIEROSÓW**, **ENERGETYKÓW ORAZ OD MEDIÓW SPOŁECZNOŚCIOWYCH**.

ULOTKI SĄ DOŁĄCZONE DO KWIETNIOWEGO MIESIĘCZNIKA JAKO DODATEK. ICH CELEM JEST INFORMOWANIE I EDUKOWANIE NASZEJ SPOŁECZNOŚCI UCZNIOWSKIEJ, ABY PRZESTRZEC NASZYCH KOLEGÓW I KOLEŻANKI PRZED PROBLEMAMI I KŁOPOTAMI, JAKIE MOGĄ WYNIKAĆ Z UŻYWANIA WYŻEJ WYMIENIONYCH SUBSTANCJI.





FAKTY O ALKOHOLU



PICIE ALKOHOLU W OKRESIE DOJRZEWANIA MOŻE SPOWODOWAĆ
NIEODWRACALNE SZKODY W TWOIM ORGANIZMIE!

ALKOHOL OBNIŻA ODPORNOŚĆ ORGANIZMU, PROWADZI TAKŻE
DO WIELU INNYCH ZABURZEŃ.

NAWET MAŁA JEGO ILOŚĆ MOŻE MIEĆ BARDZO **NEGATYWNE SKUTKI**.
PO ALKOHOLU POWAŻNEMU ZABURZENIU ULEGA ZDOLNOŚĆ OCENY
RZECZYWISTOŚCI, REFLEKS I KOORDYNACJA RUCHOWA.

ALKOHOL **OGRANICZA ZDOLNOŚĆ UCZENIA SIĘ**, ZAPAMIĘTYWANIA
I LOGICZNEGO MYŚLENIA, JEST PRZYCZYNĄ SYTUACJI,
KTÓRE TRUDNO JEST PRZEWIDZIEĆ, NP. WYPADKI, ZŁAMANIA,
GUBIENIE RZECZY, ZACHOWANIA AGRESYWNE CZY STANIE SIĘ
OFIARĄ NAPAŚCI.

OSOBY NIETRZEŻWE ROBIĄ RZECZY, KTÓRYCH PÓŹNIEJ ŻAŁUJĄ.

NAUCZ SIĘ ODMAWIAĆ ALKOHOLU!

BĄDŹ PEWNY SIEBIE I ASERTYWNY!



PIJ TYLKO ZDROWE NAPOJE!



FAKTY O PAPIEROSACH



OSOBY, KTÓRE SĄ UZALEŻNIONE OD PALENIA PAPIEROSÓW
CZY E-PAPIEROSÓW NIE ZAWSZE SĄ ŚWIADOME ZAGROŻEŃ,
JAKIE TEN NAŁÓG ZE SOBĄ NIESIE.

NIKOTYNA, KTÓRA JEST ZAWARTA W PAPIEROSIE, POZORNIE USPOKAJA, WYPEŁNIA
UCZUCIE NUDY I PUSTKI, A TAKŻE ZASPOKAJA POTRZEBĘ UCIECZKI
OD RÓŻNYCH PROBLEMÓW.
NIESTETY POZORNIE TYLKO!

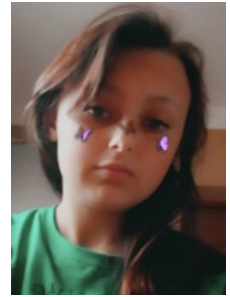
CZY WARTO WIĘC PALIĆ?

UŻYWANIE NIKOTYNY W OKRESIE DOJRZEWANIA JEST SZCZEGÓLNI
NIEBEZPIECZNE, GDYŻ MOŻE ZASZKODZIĆ TYM CZĘŚCIOM MÓZGU, KTÓRE SĄ
ODPOWIEDZIALNE ZA UWAGĘ, UCZENIE SIĘ I NASTRÓJ W CIĄGU DNIA.
W KONSEKWENCJI DŁUGOTRWAŁE STOSOWANIE PAPIEROSÓW
I E-PAPIEROSÓW PROWADZI DO NIEODWRACALNYCH
CHORÓB W CIELE, T.J. ZAWAŁ SERCA, UDAR MÓZGU CZY NOWOTWÓR.
WYBIERAJ WIĘC ZDROWE NAWYKI, T.J. **SPOTKANIA Z PRZYJACIÓŁMI, RELAKS NA
ŚWIEŻYM POWIETRZU CZY SPĘDZANIE CZASU W AKTYWNEJ FORMIE.**





FAKTY O ENERGRTYKACH



NAPOJE ENERGETYCZNE TO BARDZO POPULARNE W POLSCE PRODUKTY SPOŻYWCZE. ICH DZIAŁANIE POLEGA NA SZYBKIEJ LIKWIDACJI ZMĘCZENIA I WZMOCNIENIA KONCENTRACJI.

ENERGETYKI ZAWIERAJĄ SKŁADNIKI SZKODLIWE DLA DZIECI, DOROSŁYCH CZY KOBIET W CIĄŻY, GDYŻ ZAWIERAJĄ DUŻE ILOŚCI KOFEINY, CUKRU ORAZ SUBSTANCJI CHEMICZNYCH.

DLA PORÓWNIANIA, JEDEN ENERGETYK ZAWIERA SZEŚĆ FILIŻANEK KAWY.

PO PRZEDAWKOWANIU MOGĄ WYSTĄPIĆ:

- NERWOWOŚĆ, NIEPOKÓJ,
- PRZYSPIESZONE TĘTNO,
- BÓL GŁOWY, ZABURZENIA SNU,
- ODWODNIENIE,
- WZROST CIŚNIENIA KRWI,
- ZWIĘKSZONE WYDZIELANIE HORMONU STRESU,
- HALUCYNACJE,
- ZATRZYMANIE AKCJI SERCA.

W PRZYSZŁOŚCI:

- CHOROBY WIEŃCOWE,
- OTYŁOŚĆ,
- PRÓCHNICA,
- ZABURZENIA PSYCHICZNE,
- PROBLEMY Z PAMIĘCIĄ,
- UZALEŻNIENIA OD KOFEINY,
- OSTEOPOROZA,
- NERWICA,
- PRZEDWCZESNE STARZENIE SIĘ



TYLKO ENERGIA Z NATURY DODA CI SKRZYDEŁ.



FAKTY O NADUŻYWANIU INTERNETU



FAZA I ZDROWA

WYKORZYSTYWANIE INTERNETU DO NAUKI, PRACY, KONTAKTÓW Z INNYMI LUDŹMI. W TYM STADIUM KORZYSTANIE Z NIEGO NIE ZAKŁÓCA FUNKCJONOWANIA W POZOSTAŁYCH OBSZARACH ŻYCIA, NP. WE WSPÓLNYM GOTOWANIU, SPACERZE I ROZMOWACH Z BLISKIMI.

FAZA II OSTRZEGAWCZA

WYKORZYSTYWANIE INTERNETU, GDY TYLKO NADCHODZI POCZUCIE DYSKOMFORTU, W CELU REGULACJI NASTROJU. ŚWIADOME WYBIERANIE TEJ METODY JAKO DOMINUJĄCEGO ŚRODKA ZARADCZEGO NA POPRAWĘ SAMOPOCZUCIA, ROZLUŻNIENIE, ODERWANIE SIĘ OD KŁOPOTÓW.

FAZA III KRYTYCZNA

W TEJ FAZIE KORZYSTANIE Z INTERNETU JEST JEDYNĄ METODĄ NA SPĘDZANIE WOLNEGO CZASU I SPOSOBEM NA ODZYSKANIE LEPSZEGO NASTROJU. INNE AKTYWNOŚCI TJ. NAUKA, ZABAWA Z PRZYJACIÓŁMI, SPOTKANIA Z RODZINĄ, SĄ ZANIEDBANE. NIEMOŻNOŚĆ KORZYSTANIA Z INTERNETU POWODUJE PODWYŻSZONE NAPIĘCIE, ROZDRAŻNIENIE, GNIEW, ZŁOŚĆ, AGRESJĘ, A JEDYNYM SPOSOBEM NA ODZYSKANIE RÓWNOWAGI JEST PONOWNE WEJŚCIE DO SIECI.

PAMIĘTAJ! NIE BĄDŹ WIĘZNIEM INTERNETU, WYBIERAJ ŚWIADOMIE!



REDAKTOR MIESIĘCZNIKA
Z ZESPOŁEM DZIENNIKARZY REDAKCYJNYCH:

MAGDALENA SARNAK
SZYMON GWIZDAŁA
WIKTORIA ŁYSZKOWSKA
KRYSTIAN SKORUPA
PAWEŁ BIELECKI
NATALIA GRABSKA
KACPER SARGALSKI
KINGA KĘPA
GABRYŚIA FLASIŃSKA

ILUSTRACJE/OPRACOWANIE GRAFICZNE:
MAGDALENA SARNAK
Z ZESPOŁEM DZIENNIKARZY REDAKCYJNYCH

WSPÓŁPRACA:

RODZICE

KOREKTA/ZDJĘCIA/DRUK:

MAGDALENA SARNAK