MARZEC

1 marca - Narodowy Dzień Pamięci "Żołnierzy Wyklętych"
2 marca - Światowy Dzień Tenisa
3 marca - Międzynarodowy Dzień Pisarzy
4 marca - Kaziuki
5 marca - Dzień Teściowej
6 marca - Europejski Dzień Logopedy
8 marca - Międzynarodowy Dzień Praw Kobiet
9 marca - Dzień Polskiej Statystyki
10 marca - Dzień Mężczyzn
11 marca - Dzień Sołtysa
12 marca - Dzień Matematyki
14 marca - Dzień Liczby Pi
15 marca - Światowy Dzień Praw Konsumenta
16 marca - Dzień Pandy
17 marca - Dzień Św. Patryka
18 marca - Europejski Dzień Mózgu
19 marca - Dzień Stolarza
20 marca - Światowy Dzień Zdrowia Jamy Ustnej
21 marca - Dzień Wagarowicza
22 marca - Światowy Dzień Wody
23 marca - Światowy Dzień Meteorologii
24 marca - Narodowy Dzień Życia
25 marca - Międzynarodowy Dzień Gofra
26 marca - Międzynarodowy Dzień Szpinaku
27 marca - Międzynarodowy Dzień Teatru / Godzina dla Ziemi
28 marca - Międzynarodowy Dzień bez Kłamstwa
29 marca - Dzień Metalowca
30 marca - Dzień Muffinka
31 marca - Światowy Dzień Budyniu

KWIECIEŃ

1 kwietnia - Międzynarodowy Dzień Klauna/Prima aprilis
2 kwietnia - Międzynarodowy Dzień Książki dla Dzieci
3 kwietnia - Dzień Tęczy
4 kwietnia - Wielkanoc
5 kwietnia - Śmigus Dyngus
6 kwietnia - Światowy Dzień Sportu
7 kwietnia - Dzień Pracownika Służby Zdrowia
8 kwietnia - Międzynarodowy Dzień Romów
9 kwietnia - Światowy Dzień Gołębia
10 kwietnia - Dzień Lotnictwa Wojskowego
11 kwietnia - Dzień Radia
12 kwietnia - Dzień Czekolady
13 kwietnia - Dzień Scrabble
14 kwietnia - Święto Chrztu Polski
15 kwietnia - Światowy Dzień Sztuki
16 kwietnia - Dzień Sapera
17 kwietnia - Światowy Dzień Kostki Rubika
18 kwietnia - Międzynarodowy Dzień Ochrony Zabytków
19 kwietnia - Dzień Czosnku
20 kwietnia - Międzynarodowy Dzień Wolnej Prasy
21 kwietnia - Parilia
22 kwietnia - Dzień Ziemi
23 kwietnia - Światowy Dzień Książki i Praw Autorskich
24 kwietnia - Międzynarodowy Dzień Solidarności Młodzieży
25 kwietnia - Międzynarodowy Dzień Świadomości Zagrożenia Hałasem
26 kwietnia - Dzień Drogowca i Transportowca
27 kwietnia - Światowy Dzień Lekarzy Weterynarii
28 kwietnia - Dzień Sera Camembert
29 kwietnia - Międzynarodowy Dzień Tańca
30 kwietnia - Międzynarodowy Dzień Jazzu

Witajcie Drodzy Czytelnicy!

Dzień coraz dłuższy, ale wieczory jeszcze chłodne, więc na rozgrzewkę proponujemy lekturę kolejnego numeru naszej szkolnej gazetki. Znajdziecie w nim wiele ciekawych artykułów napisanych przez uczniów i nauczycieli.
Przyjemnej lektury!

ZESPÓŁ REDAKCYJNY

WIOSNO PRZYBYWAJ!

W numerze:

- ŻEGNAJ ZIMO
- PIERWSZE OZNAKI WIOSNY
- INSTAGRAM
- NAUKA ZDALNA (+ i -)
- KILKA SŁÓW O DEPRESJI
- HOBBY, PASJA, KONIK
- CIEKAWOSTKI
- POLUBIĆ SIEBIE
- ZIMA W BIBLIOTECE
- SZACHY
- KENDAMA
- DZIEŃ KOBIET

ŻEGNAJ ZIMO NA ROK!

ZIMOWE CIEKAWOSTKI

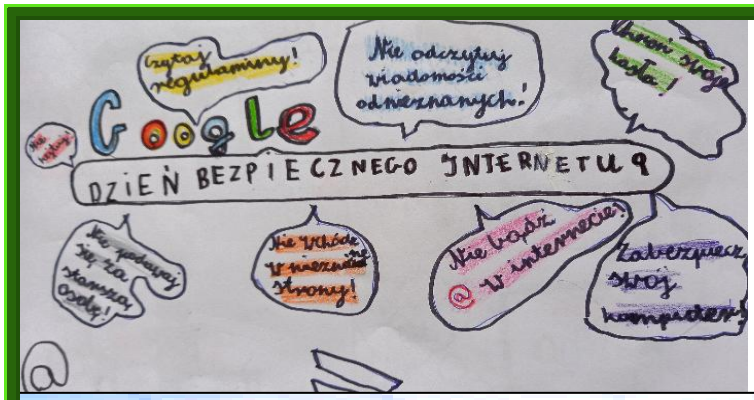
Są takie żaby, które zimą potrafią zamarznąć. Ich serce się zatrzymuje, krew przestaje płynąć, a oczy stają się białe, ponieważ zamarzają im soczewki. Wyglądają wtedy na martwe. Żaby te występują na Kole Podbiegunowym i zamarznięte żyją tygodniami. Silne mrozy pozwala im przeżyć nagromadzona glukoza, która zbiera się w głównych organach, chroniąc je przed uszkodzeniem, podczas gdy reszta ciała zamarza na stałe. Gdy zima dobiega końca i wzrasta temperatura, żaby budzą się i normalnie funkcjonują.

Niektórzy boją się pająków, inni ciemności, a są też tacy, którzy odczuwają lęk przed śniegiem. Ten rodzaj fobii nazywany jest blanchofobią. U osób obawiających się opadów śnieżyć mogą występować ataki paniki, zimne poty, a także lęk. Na szczęście zima już odchodzi i osoby bojące się śniegu mogą odetchnąć z ulgą i godnie powitać wiosnę.☺

PIERWSZE OZNAKI WIOSNY NA ZDJĘCIACH WYKONANYCH PRZEZ NASZYCH MAŁYCH FOTOGRAFÓW

Fotografia stała się częścią naszego życia. Nie wyobrażamy sobie spotkań, uroczystości rodzinnych, wakacji bez zdjęć. Codziennie w Internecie oglądamy mnóstwo obrazów, zdjęć i wciąż pragniemy ich coraz więcej. O co naprawdę chodzi w fotografii? Odpowiedzią będzie z pewnością poniższy cytat:

„Fotografia to sztuka obserwacji. Chodzi o znalezienie czegoś interesującego, w zwykłym miejscu… Ma niewiele wspólnego z tym co widzimy, raczej z tym jak to widzimy". ELLIOTT ERWITT



„Działajmy razem!” - pod takim hasłem świętowany był w tym roku **Dzień Bezpiecznego Internetu**. Obchody odbywały się głównie zdalnie i koncentrowały się przede wszystkim na wyzwaniach czasów pandemii. Ważne jest, byśmy uświadomili sobie, że wszyscy powinniśmy angażować się w promowanie zasad bezpiecznego korzystania z Internetu.

Jeżeli nie zadbamy o umiar, o zdrowe nawyki w korzystaniu z technologii cyfrowych, wielomiesięczna izolacja dzieci i wielogodzinne siedzenie przed ekranem komputera może mieć przykre konsekwencje. Zatem - **DZIAŁAJMY RAZEM!**

INSTAGRAM

Instagram, zapewne nie raz spotkałeś się z tą nazwą - a może nawet masz tam profil? Profil na Instagramie może założyć osoba, która ukończyła 13 lat. Instagram powstał, żeby móc udostępniać zdjęcia z dnia codziennego – jak na Facebook.

HISTORIA INSTAGRAMU

Instagram założyli Kevin Systrom i Mike Krieger. Jednak zaczęło się od pomysłu Kevina. Kevin nie skończył żadnej szkoły z kodowania, a wszystkiego nauczył się sam. Po nauczeniu się kodowania Kevin zbudował prototyp HTLM5 o nazwie burbn (nazwa pochodzi od zamiłowania do whisky i Burbona). Burbn był jednak bardzo skomplikowany i mylący w obsłudze - więc nie odniósł sukcesu. To był czas, kiedy Mike Krieger dołączył do firmy Kevina. Obaj zauważyli, że ludzie uwielbiają dzielić się zdjęciami z życia codziennego. Udało się! Po miesiącach prób Instagram został uruchomiony! Już 25000 użytkowników pojawiło się pierwszego dnia!

Po trzech miesiącach Instagram zdobył pierwszy milion użytkowników! I to wszystko było wzrostem organicznym (tzn. Bez żadnych reklam i promocji)!

Instagram może być prowadzony z pasji – ale też dla zarobku! Nie powinniśmy wierzyć wszystkim recenzjom na profilu influencerów! Większość z nich ma za to płacone! Co nie oznacza, że opinia nie może być szczera.

Na Instagramie możemy dowiedzieć się naprawdę dużo! Możemy na nim rozwijać swoją pasję albo po prostu przeglądać/pisać posty dla rozrywki!

Sama prowadzę konto na Instagramie, na którym opisuję koty! Piszę o ich żywieniu, obalam mity, ale najważniejsze jest to, że robię to co kocham! Koty fascynują mnie od zawsze, więc chciałabym uświadamiać ludzi na ich temat, ponieważ nadal znam osoby, które uważają, że kotom powinno się dawać mleko, albo że kot widzi w ciemnościach!

CO SPRAWIA, ŻE INSTAGRAM JEST TAK POPULARNY?

Sądzę, że składa się na to wiele aspektów od łatwej obsługi po brak denerwujących reklam!

1. Instagram pozwala udostępniać wszystko! (Zgodne z regulaminem) Więc każdy znajdzie coś dla siebie!
2. Jest prosty i łatwy w użyciu!
3. Jest bezpłatny!
4. Posiada wiele ciekawych funkcji!
5. Ma częste aktualizacje według codziennych potrzeb użytkowników!

I wiele innych powodów... ***/-/ Nikola K.***

Programista Larry Tesler, to twórca skrótów kopiowania i wklejania. To dzięki niemu miliony osób na całym świecie nie muszą przepisywać wszystkiego ręcznie.

Larry Tesler zmarł rok temu, w dniu 16 lutego 2020 r. To znaczące ułatwienie programisty Teslera przydaje się szczególnie naszym uczniom podczas nauki zdalnej ☺

Nauczanie online przypomina seans spirytystyczny:

- Maciek, jesteś z nami?

- Maciek, odpowiedz jeśli nas słyszysz...

ZWOLENNICY

-Lekcje zdalne super są! Szczególnie, że można wstawać 5 min przed lekcjami;

- Jest git;

- Bardzo dobrze mi się pracuje, nie muszę od razu biegać do szkoły;

- To nauczanie zdalne jest jako tako, nawet dobre;

- Jest okej, wcale się nie męczę, ale brakuje mi kontaktu z przyjaciółmi;

- Lekcje online są fajne , ale nie umiem się skupić i nie umiem niektórych tematów;

- E-lekcje są fajne, tylko internet czasami rwie;

- Nauka zdalna jest dobra, ale strasznie mnie irytuje, kiedy coś się nie chce załadować albo czegoś nie mam i nie mam od kogo pożyczyć np. długopisu lub książki;

-Jest git, tylko nudzi mnie to siedzenie przed komputerem;

-Moim zdaniem lekcje zdalne są dobre;

- Da się wytrzymać;

- Takie nauczanie nie jest takie złe;

- Może być, ale już mi się nudzi;

-Spoko;

***Zdalne nauczanie** spowodowane rozwojem epidemii, towarzyszy nam już od marca 2020 roku. Od tego momentu uczniowie na nauce stacjonarnej w szkołach spędzili zaledwie kilkadziesiąt dni. Obecnie nauka zdalna w domach trwa od końca października.*

Ta forma nauczania, to wciąż wyzwanie dla wszystkich: dzieci, nauczycieli i rodziców. Wciąż nie wiadomo kiedy nastąpi powrót do szkół.

A co o nauce zdalnej mówią nasi uczniowie?

NIEZDECYDOWANI

- Myślę że edukacja zdalna jest trochę gorsza, bo nie spotykamy się ze swoimi rówieśnikami, ale są też plusy, np. w trakcie przerw możemy zrobić sobie coś na śniadanie;

- Edukacja zdalna ma swoje dobre i złe strony. Dobre to to, że nie trzeba wcześniej wstawać, by zdążyć do szkoły, na przerwie można też zrobić sobie coś na śniadanie. Złe to to, że brakuje kontaktu z kolegami. W szkole nauczyciele lepiej tłumaczą i można się więcej dowiedzieć i na wf-ie mieliśmy grę zespołową;

- Ja sądzę, że nauczanie zdalne z jednej strony jest fajne, ale z drugiej strony bym chciała się spotkać ze znajomymi w szkole, mieć wspólne przypały z przyjacielem itp. Chciałabym się normalnie uczyć w szkole;

- Moim zdaniem edukacja zdalna dla nas uczniów jest fajna, ponieważ nauczyciele nie są w stanie stwierdzić co robimy podczas lekcji, jednak więcej jesteśmy w stanie nauczyć się w szkole, niż w domu ucząc się zdalnie. Są plusy i minusy takiej nauki. Minusem nauki zdalnej jest to, że nauczyciele coraz częściej pytają, gdyż nie potrafią uwierzyć nam na słowo, że słuchamy lub jesteśmy obecni podczas lekcji . Minusem jest też to, że są osoby, które mogą mieć problemy z internetem i nie mają możliwości dołączenia na niektóre lekcje. Plusem jest to, że podczas np: sprawdzianów czy kartkówek możemy szybko i bez problemu znaleźć odpowiedzi lub połączyć się z kimś i pomagać sobie nawzajem;

- E-lekcje średnio mi się podobają, bo trudno jest czasami się skupić, ale można dłużej pospać;

- Nauczanie zdalne jest takie średnie, bo nie możemy sie spotykać z kolegami;

-Nauka zdalna zdaje się dość mecząca, chociaż już jakoś się do tego przyzwyczaiłem, ale wolałbym wrócić do szkoły;

- Nauka zdalna ma złe i dobre strony. Dobre jest to, że nie trzeba się ubierać i iść do szkoły. Można wstać 5 minut przed lekcją i się zdąży. W niektórych lekcjach można brać udział będąc jeszcze w łóżku, w piżamie. Złe strony to, że trzeba tyle godzin siedzieć przy komputerze. Nie zawsze dobrze działa internet. Trzeba samemu pilnować godzin rozpoczęcia lekcji, co zdarza mi się przegapić;

PRZECIWNICY

-Dla mnie lekcje zdalne nie są fajne, ponieważ po kilku godzinach siedzenia przed komputerem bardzo bolą mnie plecy. Brakuje mi też spotkań z klasą. Na lekcjach zdarza mi się nie uważać, gdy rodzice lub rodzeństwo przychodzą do mojego pokoju.

- Wolałabym już wrócić do szkoły ponieważ mam o wiele gorsze oceny na zdalnym nauczaniu. Siedzę w domu i bardzo mnie nudzą te lekcje. Nie spędzam ostatnich miesięcy z ludźmi z którymi niedługo rozstaję się po kilku latach. Jestem jeszcze bardziej leniwa niż byłam.

- Mi się nie podobają zdalne lekcje, bo nie mogę się spotykać z przyjaciółmi i nie mam kontaktu z nauczycielami.

- Ja myślę, że e-lekcje są smutne, ponieważ nie możemy zobaczyć naszych nauczycieli. Czasami też coś nie działa.

-Szczerze mówiąc wolałabym wrócić do szkoły, bo ta nauka zdalna już jest męcząca;

-Osobiście uważam, że nie jesteśmy dostosowani i przygotowani do lekcji zdalnych ze względu na niewystarczająco dobrej jakości sprzęt i łatwe rozpraszanie się;

- Myślę, że to nie jest takie dobre, ponieważ męczymy się przed tymi komputerami, wolałabym w szkole;

- Mi nie za bardzo się podobają takie lekcje. Bolą po nich oczy i głowa i nie można się widzieć ze znajomymi i trudno się skupić na lekcjach;

-Nauczanie zdalne jest męczące, ale też mogę bardziej się poduczyć. Czasem jak za długo siedzę przed ekranem, to jestem bardzo zmęczona. Nie mogę też spotykać się z przyjaciółmi;

-Mi osobiście edukacja zdalna się średnio podoba, ciężej się przyswaja wiedzę którą chcą nam przekazać nauczyciele, niektórzy nauczyciele nie zawsze są w 100% przygotowani do prowadzenia lekcji online;

- Według mnie powinniśmy chodzić do szkoły, ponieważ podczas lekcji zdalnych nie przerabiamy tematu tak samo jak w szkole;

-Na lekcjach zdalnych można łatwo ściągać, ale wolałbym mieć lekcje w szkole, bym więcej zrozumiał i się nauczył;

-Wolałbym wrócić do szkoły ponieważ na lekcjach zdalnych dzieci się dowiadują mniej niż w szkole;

-Nie do końca mi się podoba tak nauka;

-Uważam, że lekcje zdalne są gorsze od stacjonarnych, ponieważ są krótsze od zwykłych lekcji, przez co przerabiamy mniej materiałów niż w szkole. Lekcje online powodują spędzanie zbyt dużej ilości czasu przed komputerem, co niekorzystnie wpływa na zdrowie, postawę itp. Przez takie nauczanie nie mamy kontaktu z kolegami i koleżankami z klasy.

23 LUTY — OGÓLNOPOLSKI DZIEŃ WALKI Z DEPRESJĄ

KILKA SŁÓW O DEPRESJI

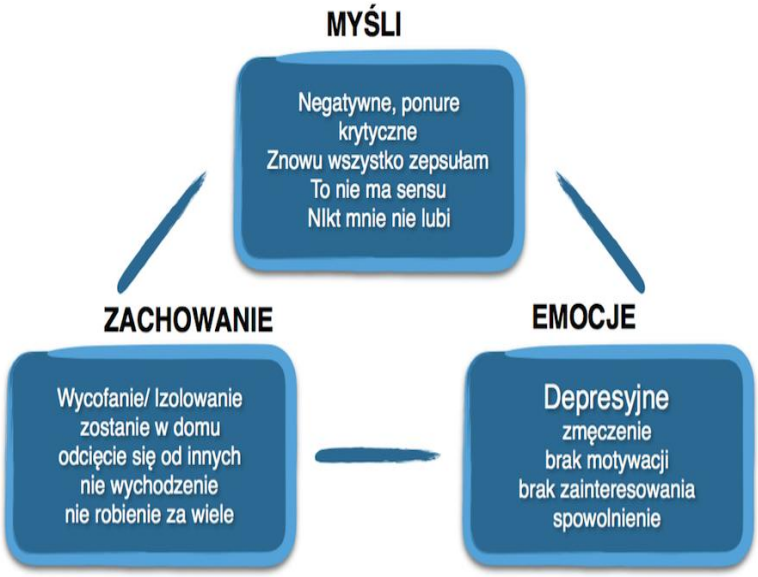
Na świecie i w Polsce są prowadzone liczne kampanie społeczne, których celem jest zwiększenie świadomości społecznej na temat depresji. **Dzień Walki z Depresją** został ustanowiony przez Ministra Zdrowia w 2001. Od 2002 roku Stowarzyszenie **Aktywnie Przeciwko Depresji** organizuje z tej okazji różnego rodzaju inicjatywy. Celem tego dnia jest upowszechnienie wiedzy na temat depresji i zachęcenie chorych do leczenia.

Depresja to bardzo podstępna i wyniszczająca choroba związana z zaburzeniami nastroju. Mimo tego, że występuje bardzo często, wciąż jest stygmatyzowana, a osoby na nią cierpiące wstydzą się szukać pomocy. Depresja jest uleczalna, choć może nawracać.

Depresja to nie tylko zmiany nastroju. Do zaburzeń psychicznych dołączają objawy somatyczne, czyli cielesne. Na skutek symptomów depresji ludzie zaczynają zaniedbywać codzienne obowiązki – pracę, szkołę, higienę osobistą. Problemem stają się dla nich podstawowe czynności takie jak wstanie z łóżka, czy pójście do sklepu.

Objawy depresji to:

- *obniżony nastrój,*
- *anhedonia (niezdolność do odczuwania przyjemności),*
- *niska samoocena,*
- *brak poczucia sensu,*
- *trudności w koncentracji,*
- *kłopoty z podejmowaniem decyzji,*
- *męczliwość,*
- *mniejsza aktywność,*
- *poczucie winy,*
- *zaburzenia snu,*
- *zaburzenia apetytu,*
- *bóle i zawroty głowy,*
- *dolegliwości żołądkowo-jelitowe,*
- *myśli o śmierci i samobójstwie.*



Media społecznościowe a depresja u nastolatka

Żyjemy w czasach, w których już roczne dziecko jest w stanie w podstawowy sposób obsłużyć smartfona. Obecnie żyjący nastolatek przyjmuje dużo więcej bodźców, niż jego rówieśnik sprzed dziesięciu czy piętnastu lat. Wg przeprowadzonych badań w Wielkiej Brytanii i USA, dzieci nieustannie spędzające czas z telefonem w ręku częściej czują się samotne i są mniej zaangażowane w życie społeczne.

Czy media społecznościowe mogą powodować depresję? Oczywiście, biorąc pod uwagę, iż kreują w umysłach młodych ludzi wizję świata idealnego, do którego ewidentnie nie pasują, tym łatwiej o skrajne reakcje, frustrację i smutek. Przyczyną jest również tzw. efekt FOMO, czyli strach przed przegapieniem, który sprawia, iż nastolatkowie pod taką presją nie odrywają wzroku od smartfonów. Poświęcanie nadmiernej uwagi światu wirtualnemu może być groźne, wszak łatwo w sieci natrafić na krzywdzące opinie, hejt czy inne niewłaściwe dla młodych ludzi treści.

Jak poradzić sobie z depresją?

1. **Przyjmujmy leki według wskazówek lekarza. Nie odstawiajmy samodzielnie leku przeciwdepresyjnego.**
2. **Przychodźmy na wszystkie spotkania terapeutyczne, mówmy lekarzowi czy psychoterapeucie o objawach i pytajmy, jeżeli mamy jakieś wątpliwości.**
3. **Jeżeli lekarz nie zdobył naszego zaufania, zmieńmy go, lecz nie przerywajmy leczenia.**
4. **Obniżmy oczekiwania wobec siebie i nie przyjmujmy zbyt dużej odpowiedzialności.**
5. **Będąc w depresji, nie podejmujmy żadnych ważnych decyzji życiowych.**
6. **Starajmy się, aby w naszym życiu było mniej stresu.**
7. **Unikajmy alkoholu i narkotyków. Na krótko poczujemy się lepiej, lecz w końcu pogłębią depresję.**
8. **Dajmy sobie czas - depresja nie zniknie w ciągu tygodnia.**
9. **Powtarzajmy, że depresję można leczyć, mimo że choroba powoduje, że w to nie wierzymy.**
10. **Pamiętajmy, że nasi bliscy nie rozumieją naszego cierpienia. Depresja nie jest łatwa ani dla chorego, ani dla jego otoczenia.**
11. **Dzielmy duże zadania na mniejsze i róbmy tyle, ile potrafimy.**
12. **Nie bądźmy perfekcjonistami i nie potępiajmy siebie, jeżeli coś nam nie wyjdzie.**
13. **Trzymajmy się rutynowego planu dnia - wstawajmy, spożywajmy posiłki i chodźmy spać o tych samych porach.**
14. **Gimnastykujmy się regularnie, uprawiajmy sport. Ćwiczenia redukują stres i poprawiają nastrój. Lepsze krążenie krwi i dotlenienie powodują, że mózg wydziela endorfiny, które są naturalnymi antydepresantami.**
15. **Słuchajmy muzyki podnoszącej na duchu.**
16. **Spróbujmy rozmawiać z bliskimi o swoim cierpieniu. Rozmowa leczy.**
17. **Sprawiajmy sobie małe przyjemności.**
18. **Odkryjmy zapomniane hobby.**
19. **Rozwijajmy swoje wiadomości o zaburzeniach depresyjnych. Im więcej wiemy, tym lepiej sobie poradzimy, a może pomożemy też innym.**
20. **Dbajmy o higienę, chociaż tak trudno wstać z łóżka.**

UWAGA! SAMO CZYTANIE NICZEGO NIE ZMIENI, WAŻNE JEST DZIAŁANIE!

Iwona Schuhmacher – Koziatek

Czy stres jest nam potrzebny?

„Miałem w życiu wiele zmartwień, większość z nich nigdy się nie wydarzyła”. Mark Twain

Stres towarzyszy człowiekowi od urodzenia i nie można się go całkowicie pozbyć. Jest w szkole, w pracy, w domu, wszędzie tam, gdzie oczekuje się określonych zachowań. Gdyby nie istniał stres, nie byłoby ludzi na naszej planecie. Stres jest narzędziem adaptacyjnym mobilizującym nas do działania. Stres pomaga przygotować się do walki lub ucieczki. Jest integralną częścią naszego życia i sam w sobie nie jest szkodliwy. Tym, co może nam zaszkodzić, jest brak umiejętności radzenia sobie z nim.
Warto więc zadbać o uczynienie ze stresu swojego sprzymierzeńca.

Wyróżniamy trzy style radzenia sobie ze stresem:
- styl skoncentrowany na zadaniu,
- styl skoncentrowany na emocjach,
- styl skoncentrowany na unikaniu;

A jakie style radzenia sobie ze stresem stosują nasi uczniowie…?

- słucham ulubionej muzyki;
- wychodzę na dwór;
- staram się to przeczekać;
- gram w ulubione gry;
- idę do pokoju pobyć w ciszy;
- bawię się z kotem;
- biorę ciepłą kąpiel;
- krzyczę w poduszkę;
- staram się myśleć o czymś innym;
- kładę się do łóżka i czytam książkę;
- nie chcę z nikim rozmawiać;
- tłumaczę sobie, że zawsze jest jakieś rozwiązanie;
- układam kostkę Rubika;
- oglądam jakieś filmiki na You Tube;
- coś rysuję;
- ściskam piłeczkę antystresową;
- przytulam moją przytulankę;
- czasami muszę się wypłakać i stres mija;

UWAGA! HOBBY WZMACNIA ODPORNOŚĆ I ZMNIEJSZA STRES!

KONIE - MOJA PASJA

Nazywam się Wojtek. Mam 10 lat. Konie to moja pasja. Interesuję się nimi od 2 lat. Koń ze względu na swoją towarzyską naturę i chęć zabawy jest doskonałym kompanem dla człowieka. Lubię konie za ich zachowanie w stadzie, wygląd i zaufanie do człowieka (oczywiście nie każdego).

Konie występują w różnych rasach, między innymi:

Koń Albimo

Koń pełnej krwi angielskiej

Koń czystej krwi arabskiej

Koń fryzjerski

W wakacje jeździłem na koniu u moich sąsiadów. Koń miał na imię Filon, był gniadej maści i rasy ciepłokrwistej. Jeździł na zawody skokowe, ale zerwał ścięgno i przez jakiś czas nie mógł jeździć. Trzeba go było rehabilitować po zabiegu. Zawsze przed jazdą czyściłem go i siodłałem. Po skończonej jeździe dawałem mu owsa lub marchewkę, a potem zaprowadzaliśmy go do wodopoju. Na koniec przed pójściem do domu klepałem go po szyi, żeby podziękować za wspaniałą jazdę.

Kiedy skończyły się wakacje i przestałem jeździć, czytałem encyklopedię koni i dlatego wiem o nich sporo rzeczy.

Bawię się również figurkami koni w stadninę.

A to mój koń, którym bawiłem się jak miałem 2 latka ☺

Konie są super i potrafią być najlepszymi przyjaciółmi!

Wojtek S.

Ciekawostki o koniach.

*Naukę o koniach nazywamy hipologią. *Swoją historią jazda konna sięga ok 3,5 tys. lat przed naszą erą. *Jeździectwo wymyślono i praktykowano już w starożytnym Rzymie i wtedy już istniał zawód nauczyciela jazdy konnej

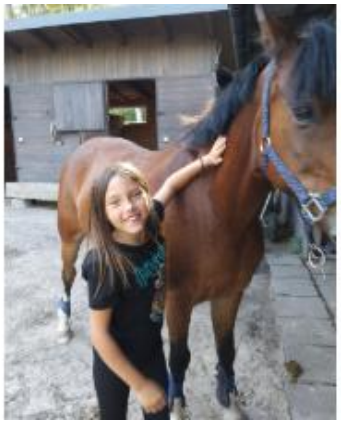
*Istnieje rasa koni Fallabella, której najniższy przedstawiciel mierzył w kłębie tylko 37,5 cm!

*Dorosłe konie mogą spać tylko 3 godziny na dobę. Potrafią też spać na stojąco. Konie w stadzie nigdy nie śpią wszystkie, zawsze przynajmniej jeden koń czuwa i alarmuje pozostałe zwierzęta w razie niebezpieczeństwa. *Źrebię przychodzi na świat z jedną parą mlecznych siekaczy w górnej szczęce i jedną w dolnej, zaś dorosły koń ma czterdzieści zębów.

*Konie mają bardzo duże gałki oczne - dwa razy większe niż ludzkie, większe nawet niż oczy słonia i wieloryba!

Źródło Internet

Mam na imię Kinga. Jestem uczennicą III klasy. Moja pasja, to jazda konna. Interesuję się wszystkim, co związane jest z końmi. Uczęszczam od pół roku do szkółki Goplana. Obecnie jeżdżę tylko w soboty. Bardzo kocham te zwierzęta i wiążę z nimi przyszłość.
Jazda konna wiąże się również z obowiązkami takimi jak: czyszczenie koni, siodłanie, trening. Konie są zwierzętami bardzo inteligentnymi i przyjacielskimi.
Moim marzeniem jest mieć własnego konia.



Prace plastyczne wykonane przez uczniów klas I - III

Niedawno obchodziliśmy święto zakochanych, dzień w którym zapewne wiele osób znajduje miłość lub rozpoczyna związek.

Oczywiście wyznać miłość można każdego dnia w roku, ale robienie tego w walentynki po prostu ma w sobie coś wyjątkowego. Romantyczne wyznawanie sobie miłości stało się niestety trudniejsze podczas pandemii lecz nawet takie okoliczności nie zdołają zatrzymać miłości. Jest to rzeczywiście święto miłości, jednak często w dyskusjach na temat walentynek pojawia się temat osób bez drugiej połówki.

Dlatego osoby takie obchodziły coraz bardziej popularne obecnie święto - **DZIEŃ SINGLA,** które odbywa się 15 lutego.

Walentynki mogą obchodzić jednak nie tylko osoby w związku, można je równie dobrze obchodzić z naszym zwierzakiem albo z samym sobą, bo kochanie własnego ja jest najważniejsze.

/-/ *Gabi*

Aby móc pokochać innych, musisz najpierw polubić siebie.

Miłość jest dla nas podstawowym uczuciem, a przede wszystkim nasza miłość własna. To ona daje nam siłę, bezpieczeństwo i popycha nas do kochania innych.

Sposób, w jaki spostrzegamy samych siebie, ma ogromne znaczenie dla naszego funkcjonowania.

Jeśli uda nam się polubić siebie, wszystko nagle staje się łatwiejsze. Patrzymy optymistycznie na świat, chętniej podejmujemy wysiłki, dbamy o swój rozwój.

Polubić siebie to jedno z ważniejszych zadań w życiu, a inne zadania często z niego wypływają.

Jeśli lubimy siebie, lubimy też bardziej wszystkich wokół. Jesteśmy bardziej wyrozumiali, lepiej traktujemy tych, którzy z nami przebywają.

Powiedz coś miłego osobie, którą kochasz

Świętowali 50-lecie małżeństwa. Byli szczęśliwi, otoczeni dziećmi i wnukami. Ktoś zadał mężowi pytanie, jaka jest recepta na tak trwałe małżeństwo. Starszy pan przymknął na chwilę powieki, a następnie, jakby wyławiając z pamięci dalekie wspomnienia, zaczął opowiadać:

- Łucja, moja żona, była jedyną dziewczyną, z którą kiedykolwiek się umówiłem. Dorastałem w sierocińcu i od początku ciężko pracowałem, aby mieć choć to niewiele, co posiadałem. Nie miałem nigdy czasu, aby się umawiać z dziewczynami, dopóki Łucja mnie nie zdobyła. Zanim jeszcze zdałem sobie sprawę z tego, co się dzieje, poprosiłem ją, aby została moją żoną.

Oboje byliśmy tacy młodzi. W dniu ślubu, po ceremonii kościelnej, ojciec Łucji wziął mnie na bok i włożył mi do ręki pakuneczek. Powiedział: "Dzięki temu prezentowi twoje małżeństwo będzie szczęśliwe i nic więcej nie będzie do tego potrzebne".

Byłem podekscytowany i szarpałem się z papierem i tasiemką, nim udało mi się rozerwać paczuszkę.

W pudełeczku znajdował się duży, złoty zegarek. Wyjąłem go ostrożnie. Gdy go oglądałem z bliska, zauważyłem tekst, wygrawerowany na tarczy. Była to bardzo mądra wskazówka i widziałem ją, ilekroć sprawdzałem, która godzina.

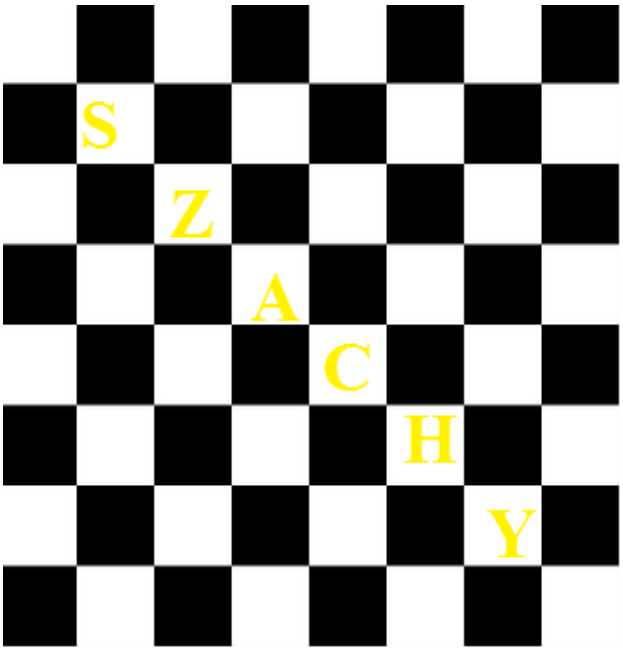
Starszy pan uśmiechnął się i pokazał swój stary zegarek. Znajdowały się tam na tarczy zamazane już nieco, ale dające się przeczytać słowa.

Te słowa skrywały w sobie tajemnicę szczęśliwego małżeństwa. Brzmiały tak: "Powiedz coś miłego Łucji".

Powiedz cos miłego osobie, którą kochasz. Teraz.

Bruno Ferrero

https://adonai.pl/opowiadania/



Szachy to jedna z najstarszych gier planszowych. W tę grę można grać na wiele sposobów: na czas, korespondencyjnie, "na ślepo" (nie patrząc na planszę) albo po prostu dla relaksu.

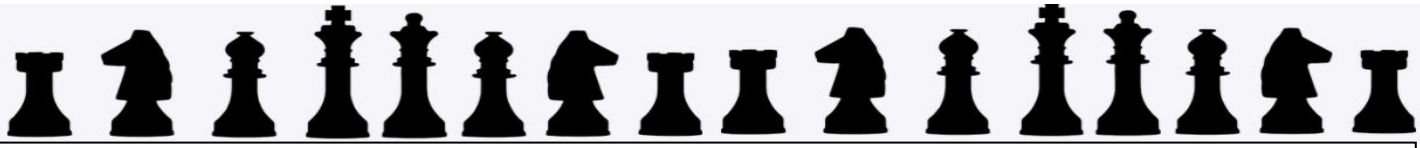
Gra w szachy jest świetnym sposobem na poprawienie ocen z przedmiotów ścisłych. Potwierdzają to badania wykonywane na trzydziestu trzech szkołach przez włoskiego profesora. Uczniowie po ukończeniu kursu szachowego napisali test matematyczny aż o 17.3% lepiej. Uczniowie w dodatku polepszyli pewność siebie, koncentrację, logiczne myślenie oraz utrwalili swoją pamięć.

Jeśli myślicie, że w szachy gra się tylko na dwie osoby, to jesteście w wielkim błędzie. Istnieją wersje szachów na trzy i cztery osoby. Mimo że plansze wyglądają jakby nie miały końca, to zasady są praktycznie takie same jak w pierwotnej wersji. Jest to idealne rozwiązanie, jeśli chcielibyście zagrać w szachy w szerszym gronie znajomych.

Niestety na zawodach szachowych występują oszustwa. Jednym z przykładów jest młoda polska zawodniczka. Jej kariera rozwijała się bardzo szybko. Zdobyła tytuł mistrzyni Europy do lat 16 oraz mistrzostwo Polski do lat 18. Oszukiwała ona w bardzo ciekawy sposób, po każdym ruchu wychodziła z sali tłumacząc się wyjściem do toalety. Na początku zawodniczka została zgłoszona na mistrzostwach Europy, ale wniosek o dyskwalifikacje nie został uznany. Mimo to została przyłapana na zawodach w Ustroniu jak korzystała z "dopingu szachowego" (programu komputerowego podpowiadającego ruchy). Ostatecznie dostała karę dwóch lat dyskwalifikacji.

Najdłuższa partia szachowa liczyła 269 ruchów i trwała aż 20 godzin. Natomiast najkrótsza możliwa partia to tylko dwa ruchy, taka partia jest nazywana matem szkolnym albo matem głupca. Obliczono również, że najdłuższa możliwa partia trwałaby 5949 ruchów.

Wojtek G.



CYTATY SZACHOWE

„Szachy to mój żywioł. Nauka szachów to moja pasja. Uczę się ich całe życie. Szachy uczą życia. Uczą jak walczyć, jak iść na kompromis, jak się wycofać, by potem ruszyć do ataku. To królewska gra"
Frank Marshall

„Wszyscy szachiści są artystami" ***Marcel Duchamp***

„Szachy są miarą intelektu" ***Ksawery Tartakower***

„Jest tylko jedna gra, która nie jest ani nauką, ani sztuką.
Jest czymś, co jest w zawieszeniu pomiędzy obiema kategoriami…
Prastara, jednak ciągle nowa, mechaniczna w swym założeniu,
chociaż działająca tylko dzięki wyobraźni…
Jest jedyną grą, która należy do wszystkich czasów i ludów.
Nikt nie wie, który z bogów sprowadził ją na ziemię… by wyostrzała zmysły i zajmowała duszę" ***Stefan Zweig***

„Mówi się, że życie jest zbyt krótkie, by je poświęcić szachom. Ale to już wina życia, a nie szachów"
W. E. Napier

Słyszałeś już o Kendamie?

Kendama to tradycyjna zabawka w Japonii. Jest wariacją „cup and ball". Niektórzy nazywają ją „japońskim jojo".

Swoje początki w Japonii miała około 1777 roku. W Polsce zaczęła się rozpowszechniać dopiero na początku 2020 roku.

Jak myślisz z jakich elementów składa się kendama?

Składa się ona tylko z dwóch elementów, kena (trzonka) oraz tamy, czyli kuli połączonych ze sobą sznurkiem.

Zadaniem gracza jest umieszczenie piłki na ostro zakończonym końcu trzonka lub jednym z bocznych elementów. Wbrew pozorom nie jest to wcale łatwe zadanie i wymaga wiele wprawy. Z czasem, gdy nabierze się odpowiedniej wprawy, można zacząć wykonywać bardziej skomplikowane sztuczki i wybierać modele dla zaawansowanych graczy.

A jak sądzisz, kto może być mistrzem świata w grze na kendamie?

Uważasz, że mógłby nim być Polak? Jeśli tak myślałeś, to niestety nie trafiłeś! Jest nim Amerykanin **Bonz Atron.**

Przygodę z kendamą zaczął po tym, jak na imprezie u znajomego zobaczył gościa grającego na kendamie. Tak mu się spodobała ta zabawka, że zamówił swoją pierwszą kendamę następnego dnia i po kilku dniach gry zakochał się w niej.

Za oceanem kendamie skutecznie udało się odciągnąć dzieci od gier elektronicznych i telewizora. Warto by rozpowszechnić tę zabawę również w Polsce, w końcu jest to świetny sposób na ćwiczenie koordynacji rąk. Uczenie się wciąż nowych sztuczek motywuje do wysiłków i zachęca do ciągłego rozwoju.

Ja kocham kendamę za to, że grając na niej przenoszę się w inny świat! Kendama jest świetnym sposobem na spędzenie czasu zarówno z przyjaciółmi jak i samemu.

Kamil T.

Zima w bibliotece

Pandemia nie straszna naszej bibliotece i pomimo trudnej sytuacji, u nas ciągle coś się dzieje. Organizujemy konkursy, włączamy się w różne akcje. Pierwszy konkurs dla uczniów klas 1-3, nosił tytuł „Ilustracja do wiersza Jana Brzechwy". W ramach tego przedsięwzięcia zorganizowana została też lekcja biblioteczna, podczas której uczniowie zapoznali się z twórczością Jana Brzechwy. Okazało się, że większość dzieci bardzo dobrze zna wiersze naszego poety, co sprawiło mi ogromną radość. Ilość złożonych prac przerosła najśmielsze oczekiwania. Dzieci bardzo się postarały, wykonały różnymi technikami piękne prace. Już niebawem odbędzie się rozstrzygnięcie tego konkursu i najlepsze prace zostaną nagrodzone. Wszystkie nagrody sponsoruje Rada Rodziców, za co bardzo dziękujemy.

W ostatnim czasie ogłoszone zostały jeszcze dwa konkursy. Jeden czytelniczy dla klas 4-8 pt. „Bohaterowie naszych lektur", który polega na napisaniu opowiadania. Kolejny konkurs został zaplanowany na kwiecień. Spośród uczniów klas III zostanie wybrany „Mistrz czytania".

Ważnym wydarzeniem, które miało miejsce w lutym była uroczystość Pasowania uczniów klas pierwszych na czytelnika.

Biblioteka została również koordynatorem akcji „Kartka dla medyka", której celem jest wyrażenie uznania i wdzięczności medykom niosącym pomoc w tym trudnym dla nas czasie.

Pomimo zawieszenia zajęć stacjonarnych, można korzystać ze zbiorów bibliotecznych. Można kontaktować się ze mną można za pomocą platformy Teams. Nie ma przeszkód, aby wypożyczać lektury, czy inne książki. Pamiętajcie, że czytanie rozwija wyobraźnię, relaksuje, wzbogaca nasze słownictwo. Jeszcze dobra wiadomość. Zakupiliśmy nowe książki!

Na koniec chcę bardzo serdecznie zaprosić do brania udziału w konkursach bibliotecznych oraz korzystania z naszych zbiorów. Jestem do waszej dyspozycji i zawsze służę pomocą.

Karolina Wasik

„Ruch może zastąpić wszystkie lekarstwa, ale żadne lekarstwo nie jest w stanie zastąpić ruchu”.

Tissot

Jak pokazują międzynarodowe badania, problemem występującym niemal we wszystkich krajach rozwijających się jest **hipoaktywność,** czyli zbyt niski poziom aktywności fizycznej u dzieci i młodzieży w stosunku do ich potrzeb.

Według wytycznych Światowej Organizacji Zdrowia, dziecko w wieku 5-17 lat potrzebuje minimum 60 minut różnorodnego wysiłku dziennie.

Ponadto 5 razy w tygodniu powinno wykonywać przez pół godziny bardziej intensywny wysiłek, po którym pojawi się uczucie zmęczenia. W przypadku młodszych dzieci, WHO zaleca 15 minut takiego wysiłku 3 razy w tygodniu.

Mam na imię Maja. Mam 10 lat. Moje hobby to gimnastyka. Uwielbiam robić szpagaty, mostki i pompki.
Pompki to ćwiczenia polegające na podnoszeniu i obniżaniu tułowia w pozycji pionowej, twarzą do ziemi. Takich pompek wykonuję 20. Robiąc pompki ćwiczę ramiona.
Szpagat, to figura gimnastyczna w której nogi są rozciągnięte i tworzą linię prostą.
Natomiast mostek, to ćwiczenie które wzmacnia mięśnie kręgosłupa.
Te ćwiczenia staram się wykonywać każdego dnia. Bardzo lubię gimnastykę.

Mam na imię Magda. Jestem uczennicą III klasy. Bardzo lubię gimnastykę. Umiem zrobić szpagat, mostek z kolan, mostek z siedzenia i inne ćwiczenia. Umiem nawet stanąć na rękach przy ścianie. Jak ćwiczę gimnastykę, to robi mi się lepiej. Staram się ćwiczyć wytrwale, aby osiągnąć lepszy efekt. Kiedyś oglądałam film o dziewczynce, która robiła szpagat, przewroty, bujaki, a nawet mostek ze stania. Bardzo chciałam też tak umieć. Ćwiczyłam razem z siostrą i w końcu udało mi się zrobić szpagat. Rodzice zapisali mnie i siostrę na specjalne ćwiczenia gimnastyczne. Nie wszystkie ćwiczenia są proste i nie wszystko jeszcze potrafię. Staram się jednak nie poddawać i ćwiczyć dalej, chociaż czasami jest to bardzo ciężkie.

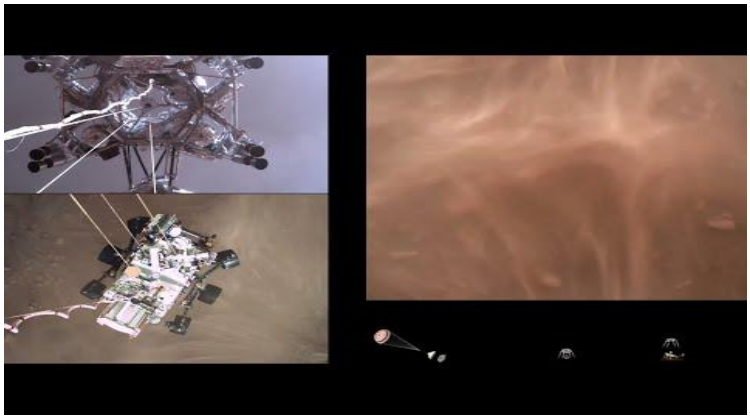
Liczy się motywacja

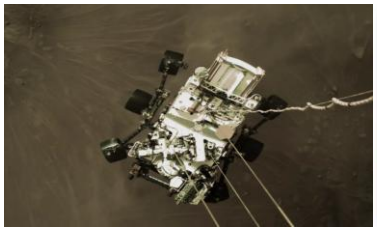
W związku z zagadnieniem motywacji przypomina mi się opowieść o baseballiście grającym w 1945 roku w drużynie St. Louis Browns. "Brązowi" uważani byli za najsłabszy zespół, jaki kiedykolwiek grał w pierwszej lidze. Ich wyniki były doprawdy żałosne. Jeden z graczy był u nich tylko przez rok. Grał z tyłu pola. Nie wystawiano go nawet regularnie i nigdy nie udało mu się obiec wszystkich baz. Ale to właśnie on zasłużył sobie na miejsce w Alei Sławy. Nazywał się ***Pete Gray.*** *Jako młody człowiek bardzo pragnął grać w głównej lidze. I udało mu się to, choć miał tylko jedną rękę. Jednak ta ręka w połączeniu z silną motywacją umożliwiła mu wejście do pierwszej ligi. Często liczy się właśnie motywacja.*

Zig Ziglar - amerykański pisarz

CIEKAWOSTKI NAUKOWE

Pomimo tego, że świat zajęty jest pandemią koronawirusa, życie, choć trochę inne, toczy się dalej. Uczniowie się uczą, dorośli pracują, a naukowcy dokonują wielu przełomowych odkryć.





Kilka dni temu na powierzchni Czerwonej Planety wylądował łazik Perseverance. Został on wysłany na Marsa w celu zbierania próbek skał, dokonywania pomiarów oraz poszukiwania śladów życia z przeszłości planety.

Pierwsze zdjęcie, które zostało przesłane na Ziemię, zrobiło ogromne wrażenie, podobnie jak pierwsze nagranie wideo wraz z dźwiękiem, jaki „słyszała" aparatura badawcza.

Dzięki zdjęciom, materiałom filmowym mogliśmy podziwiać wydarzenie niemal tak, jakbyśmy byli na miejscu.

Słowo perseverance oznacza w języku angielskim wytrwałość.

19 lutego 1473 roku urodził się **Mikołaj Kopernik**. Na 548. urodziny tego sławnego astronoma odtworzono napój według jego receptury. Napój zawiera miód i dużo aromatycznych przypraw: cynamon, goździki, szafran... Ciekawe, czy napój sporządzony z receptur sprzed stuleci jest smaczniejszy od gazowanej Coca – Coli? ☺

Ocieplenie klimatu odmroziło niedźwiedzia

Kilka miesięcy temu na jednej z arktycznych wysp w Jakucji, znaleziono pierwszego w historii doskonale zachowanego dorosłego niedźwiedzia jaskiniowego. Jest on całkowicie zakonserwowany, ze wszystkimi narządami wewnętrznymi.

Dotychczas archeologom udawało się odkopywać wyłącznie kości tego zwierzęcia.

Odkrycie to pozwoli na dokładne poznanie tego wymarłego 15 tys. lat temu zwierzaka.

Znaleziono drzewo sprzed 20 milionów lat.

Na wyspie Lesbos odkryto drzewo długości 19,5 metra. Kompletne. Z korzeniami, gałęziami i liśćmi. A kilka tygodni później w jego pobliżu znaleziono150 skamieniałych pni.

Znalezisko to pozwoli nam lepiej poznać przeszłość Ziemi.

W grudniu mogliśmy zobaczyć na niebie wyjątkową Wielką Koniunkcję. To była pierwsza taka okazja od 800 lat. Wielka Koniunkcja, czyli zbliżenie Jowisza i Saturna, największych planet Układu Słonecznego. To zjawisko mogło być uznawane Gwiazdą Betlejemską.

Ciało ludzkie jest obfitym źródłem energii. Czy staniemy się bateriami do naszych urządzeń?

Zespół z Uniwersytetu Kolorado we współpracy z naukowcami z kilku chińskich uniwersytetów opracowali urządzenie do noszenia, które w kontakcie ze skórą przemienia ciało człowieka w biologiczną baterię. Wykorzystywane jest naturalne ciepło ciała człowieka, które zostaje przekształcone w energię elektryczną. Urządzenie generuje ilość energii wystarczająca do zasilania opaski sportowej. Zapewne urządzenie to zostanie z czasem dopracowane i stanie się znacznie wydajniejsze. Jest szansa, że w przyszłości będziemy mogli naładować telefon za pomocą ruchów palców.

CIEKAWOSTKI Z RÓŻNYCH STRON ŚWIATA

Ptak z logo Twittera to Larry. Twórcy sieci społecznościowej nazwali ptaka imieniem koszykarza Larry'ego Birda.

Zwierzęta unikają linii energetycznych, ponieważ boją się błysków ultrafioletowych, których ludzkie oko nie widzi. Ze wszystkich ssaków na świecie tylko ludzie i małpy nie widzą promieni ultrafioletowych.

Według Księgi Rekordów Guinnessa najcichszy pokój na świecie, znajduje się w Redmond, w stanie Waszyngton. Jest to komora bezodbiciowa, stworzona przez firmę Microsoft w celu badań nad swoimi produktami.

W Polsce, we wsi Biesiekierz znajduje się największy na świecie pomnik ziemniaka.

Najdłuższą na świecie jednowyrazową nazwą geograficzną na świecie jest „Taumatawhakatangihangakoauauotamateaturipukakapikimaungahoronukupokaiwhenuakitanatahu". Jest to wzgórze w Nowej Zelandii o wysokości 305 m. n. p. m.

Tylko dwa kraje na świecie mają w swojej fladze kolor fioletowy. Flaga Dominiki posiada papugę z fioletowymi piórami oraz flaga Nikaragui która ma tęczę pośrodku flagi z pasmem fioletu.

W Japonii uprawia się sześcienne arbuzy co ułatwia ich magazynowanie. Japońskie sześcienne arbuzy są na rynku towarem ekskluzywnym i ich cena dochodzi do 10 000 jenów czyli 125 dolarów za sztukę.

W Singapurze zakazane jest żucie gumy, ponieważ były one powszechnie przyklejane do pociągów i innych obiektów na stacjach metra, co powodowało zakłócenia ruchu, takie jak blokowanie drzwi w pociągach.

Łoskotnica pękająca to drzewo, którego kora pokryta jest kolcami, a owoce kiedy dojrzeją, pękają z hukiem, wyrzucając nasiona na znaczne odległości. Mówi się, że jest to najbardziej hałaśliwa roślina. Pochodzi ona z Ameryki Środkowej i Południowej. Nazywa się ją też strzelającą. A to dlatego, że jej dojrzałe ciemnobrązowe owoce o długości 5 cm i szerokości 8 cm pękają tak głośno, jakby ktoś strzelał z broni palnej. Energia towarzysząca temu zjawisku jest w stanie wyrzucić nasiona na odległość nawet kilkunastu metrów.

Z badań przeprowadzonych przez firma „Matalan" wynika, że przeciętna kobieta spędza rok z życia na zastanowieniu się nad tym, co założyć.

Ponoć przeciętna kobieta wypowiada dziennie o 13000 słów więcej, niż mężczyźni. Według badań przeprowadzonych w USA kobieta wypowiada dziennie ok. 20000 słów na dzień, podczas gdy mężczyzna wypowiada ich zaledwie 7000.

Za pierwowzór Dnia Kobiet przyjmuje się obchodzone w starożytnym Rzymie Matronalia. Było to święto przypadające na pierwszy tydzień marca, związane z początkiem nowego roku, macierzyństwem i płodnością. Z okazji tego święta mężowie obdarowywali swoje żony prezentami i spełniali ich życzenia.

Ciekawostki ze stron internetowych zebrała Julia J.

DZIEŃ KOBIET

Nieodłącznym elementem Dnia Kobiet jest składanie życzeń. Z pewnością wielu mężczyzn złoży życzenia ustnie, innym z pomocą przyjdą komunikatory internetowe.

My mamy coś wyjątkowego. Chłopcy z VIII klas wykonali specjalnie dla pań, koleżanek, przyjaciółek, wszystkich dziewczyn na naszej planecie… życzenia w barwnej oprawie.

Są to laurki z życzeniami płynącymi prosto z męskich serc ☺

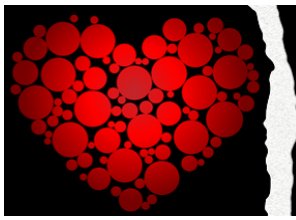
8 MARCA

Dziś dzień najpiękniejszy w świecie
- Święto Kobiet, wszyscy wiecie!
Szczere przyjmij me życzenia,
zdrowia, szczęścia i marzeń spełnienia!
Najfaniejsza babko na Ziemi,
naszej przyjaźni nic już nie zmieni!

Wszystkiego Najlepszego Z Okazji Dnia Kobiet
Z okazji Dnia Kobiet Wszystkim Paniom na całym świecie życzę mnóstwo szczęścia spełnienia marzeń i wiele więcej.
Mam nadzieję, że każda znajdzie swoją drugą połówkę i to, co je uszczęśliwia.
Wszystkiego Naj-Naj-Naj-Naj-Najlepszego Dziewczyny!

Dzień Kobiet

Z okazji Dnia Kobiet pragnę złożyć Ci życzenia, wszystkiego najlepszego, dużo szczęścia, by w każdym dniu roku uśmiech na twarzy Twej gościł tak samo często jak w tym dniu.
Bądź zawsze szczęśliwa, złym losom nieznana, uprzejma, czuła, tkliwa, przez wszystkich kochana. 😀 🤗



Z okazji Dnia Kobiet wszystkim Paniom pragnę złożyć najserdeczniejsze życzenia, zdrowia, pomyślności oraz spełnienia marzeń. Niech uśmiech bezustannie rozpromienia Wasze twarze, a życiowa mądrość daje siłę i determinację w rozwiązywaniu najtrudniejszych spraw.

Życzę Wam wszystkiego najlepszego, zdrowia, szczęścia i spełnienia marzeń oraz byście znalazły drugą połówkę i były z nią szczęśliwe. Byście miały dobrze płatną pracę, ładny dom i wspaniałego mężczyznę. Serdeczne pozdrowienia od wszystkich mężczyzn, bo bez Was świat nie byłby taki sam.

Kochane Koleżanki!
Wszystkiego najlepszego z okazji Dnia Kobiet!
Kochamy was!

Męska część redakcji „Szkolnej 8" również przyłącza się do życzeń ☺

DZIĘKUJEMY WSZYSTKIM AUTOROM ARTYKUŁÓW ZA WSPÓŁPRACĘ Z NAMI.

Do zobaczenia w następnym numerze.