
CZACHPRESS



Gazetka szkolna III Liceum Ogólnokształcącego
im. płk. Dionizego Czachowskiego w Radomiu

* Polka z literacką Nagrodą Nobla * Patriotyzm we współczesnym świecie * Dzień Tolerancji *
Światowy Dzień Tańca * 22-26 listopada - Dni Honorowego Krwiodawstwa PCK * Jak głosowali
młodzi? * Wybory do władz samorządu uczniowskiego 2019 * Recenzja książki „Służące do wszy-
stkiego” * „Psie serce” M. Bulhakowa w Teatrze Współczesnym w Warszawie * Czy Szyc potrafi
szczekać? - Recenzja spektaklu pt. „Psie serce” * Ciekawe miejsca w Warszawie * Cukrzyca – cho-
roba XXI wieku? * RPG – nie tylko gry na komputer *

Numer 51
Listopad 2019

CZACHPRESS

Julia Łyczak 1CG

Polka z literacką Nagrodą Nobla

Nagroda Nobla to wyróżnienie przyznawane za wybitne osiągnięcia naukowe, literackie lub zasługi dla społeczeństw i ludzkości. Ustanowienie tej nagrody wiązało się z ostatnią wolą jej fundatora, szwedzkiego przemysłowca i wynalazcy dynamitu – Alfreda Nobla. Do tej pory nagrodę tę z dziedziny literatury otrzymali Polacy: Henryk Sienkiewicz, Władysław Reymont, Czesław Miłosz, Wisława Szymborska. W tym roku do grona tego dołączyła Olga Tokarczuk – otrzymała Nagrodę Nobla za rok 2018.

czuk – otrzymała Nagrodę Nobla za rok 2018.

Urodziła się w 1962 roku, studiowała na Uniwersytecie Warszawskim, a obecnie zajmuje się literaturą piękną. Jej najważniejszymi i najpopularniejszymi książkami są między innymi: „Prawiek i inne czasy”, „Dom dzienny, dom nocny”, „Gra na wielu bębenkach”, „Bieguni” oraz „Księgi Jakubowe”. Jest ona laureatką The Man Booker International Prize 2018 za powieść „Bieguni” / „Flights” oraz dwukrotną laureatką Nagrody Literackiej NIKE za powieści: „Bie-

guni” i „Księgi Jakubowe”. Olga Tokarczuk jest uważana za jedną z najwybitniejszych i najbardziej poczytnych współczesnych polskich pisarek. Jej twórczość jest tłumaczona na ponad 35 języków.

10 października 2019 roku otrzymała Nagrodę Nobla w dziedzinie literatury za rok 2018, „za wyobraźnię narracyjną, która z encyklopedyczną pasją reprezentuje przekraczanie granic jako formę życia”.

Wiktoria Ryłska 2E

Patriotyzm we współczesnym świecie

Zbliża się Święto Odzyskania Niepodległości przez Polskę, w związku z tym chciałabym odnieść się do kwestii patriotyzmu w obecnych czasach. Jak każdy wie, patriotyzm to postawa polegająca na okazywaniu miłości do ojczyzny.

Kiedyś nasi przodkowie walczyli za naszą wolność, my na szczęście nie jesteśmy w takiej sytuacji, ale możemy naszą miłość do ojczyzny okazywać w inny sposób. Dbanie

o środowisko, przestrzeganie praw człowieka, poszanowanie tradycji i świąt naszego kraju, to tylko mały procent tego, co możemy zrobić, aby pokazać, że nasza ojczyzna jest dla nas ważna!

Niedawno natknęłam się w Internecie na ankietę dotyczącą tego, czy kochamy swój kraj i czy czujemy tożsamość narodową. Niestety, większość głosujących (nasi rówieśnicy) zaznaczyła, iż nie czuje przynależności do naszego kraju.

Drodzy uczniowie, pamiętajmy o tradycjach, pamiętajmy o świątach, pamiętajmy o osobach, które przyczyniły się do tego, że możemy być teraz wolni!

Warto być patriotą, jak mówi nasz hymn: „Jeszcze Polska nie zginęła, kiedy my żyjemy”. Los naszego kraju leży w naszych rękach, a miłość do niego trzeba pielęgnować.

Dzień Tolerancji

16 listopada to Międzynarodowy Dzień Tolerancji. Święto to jest obchodzone co roku. Zostało ustanowione 12 grudnia 1995 roku przez Zgromadzenie ONZ z inicjatywy UNESCO.

Powstanie takiej inicjatywy miało na celu zmniejszenie i wyeliminowanie zjawisk, jakimi są nietolerancja, rasizm czy przemoc wobec mniejszości. Święto to ma za zadanie uczyć okazywania szacunku i tolerancji ludziom niezależnie od ich pochodzenia, koloru skóry, wyznania, poglądów czy stanu posiadania.

Tolerancja jest podstawą życia społecznego.

Obchody tego święta mają również na celu uwrażliwienie człowieka na wszelkie tematy związane z nietolerancją, aby zacząć reagować na to, co dzieje się wokół nas, zwłaszcza na krzywdę ludzką.

Wiele organizacji w Dniu Tolerancji organizuje spotkania, podczas których prowadzone są wykłady i pogadanki na tematy związane z tolerancją. Najczęściej z tą kwestią stykamy się w szkołach. Mamy tu do czynienia z różnymi osobami, każdy ma inny charakter, do każdego trzeba

podejść w sposób indywidualny. To wspaniały poligon kształtowania i sprawdzianu naszej tolerancji.

Dzień 16 listopada we współczesnym świecie powinien zachęcić nas do refleksji na temat naszej tolerancyjności. Właśnie dziś, kiedy na świecie jest różnorodność kultur, powinniśmy działać w kierunku integracji i życia wśród ludzi o różnych poglądach. Bądźmy otwarci i szanujmy się nawzajem.

Lucja Nogaj 1AG

Światowy Dzień Tańca

Taniec jest najlepszą terapią nie tylko dla naszego ciała, ale i dla duszy. Dzięki niemu uwalniamy nasze emocje, pozwalamy, by z każdym ruchem ogarniała nas niezwykła radość, bez zamartwiania się o przyszłość. W tym roku Światowy Dzień Tańca przypada na dzień 24 listopada. Jest to doskonały czas, by spróbować swoich sił tanecznych i poprawić swoją kondycję. Każdy z nas umie tańczyć. Jedni mogą to robić trochę lepiej, ale z pewnością każdy z nas ma w sobie choć odrobinę duszy tancerza. Tańca nikt nie wynalazł, on tkwi głęboko w każdej kulturze na przestrzeni dziejów. Jest dostępny dla każdego, bez względu na wiek czy stopień zaawansowania. Posiada

różne style, tradycje i nieustannie się zmienia. W czasach naszych przodków zdecydowanie przeważały tańce ludowe, takie jak mazurek, oberek oraz krakowiak. Niegdyś taniec był częścią życia ludzi, dziś znajdujemy w nim energię i terapeutyczną moc. Do najpopularniejszych stylów zaliczamy hip-hop powstały dzięki afroamerykańskim społecznościom w Nowym Jorku w latach 70-tych XX wieku, w Bronxie. Poza tańcem na kulturę hip-hopową składa się także DJ-ing, rap oraz graffiti. Był on wyrazem buntu czarnoskórych mieszkańców nowojorskich dzielnic. W tym ekspresyjnym tańcu wyrażali siebie: swoją fantazję, buntowniczość, witalność oraz często niełatwe emocje. Obecnie hip-hop wchodzi w skład rodziny tańców o nazwie Street Dance.



Taniec, z definicji, to przekazywanie sygnałów niewerbalnych przez tańczącego. W hip-hopie to stwierdzenie sprawdza się idealnie. Taniec hip-hopowy to nie tylko techniczne kroki, ale przede wszystkim gesty dodawane do każdego ruchu oraz ekspres-

sja i właściwa mimika odpowiadająca konkretnym emocjom. Taniec rozwija również wiele cech osobowości, które pracodawcy coraz częściej uważają za niezbędne u pracowników. Korzyści, jakie przynosi, mogą mieć bezpośredni wpływ na osiągnięcia uczniów w innych dziedzinach, w tym również

w matematyce. Według badań prowadzonych przez naukowców istnieją mocne dowody na to, że kiedy dzieci tańczą, mogą poprawić oceny z matematyki. Uważam więc, że zbliżający się Światowy Dzień Tańca jest idealną okazją do choć chwilowego odwrócenia się od naszej rzeczywistości

ści i sprawdzenia swoich sił na parkiecie.

Źródła:

www.wydawnictwoelement.com
www.wikipedia.org
www.rytmdance.pl
www.pixabay.com

Julia Osińska 1AG

22-26 listopada - Dni Honorowego Krwiodawstwa PCK

Początki honorowego krwiodawstwa sięgają 1958 roku. To wtedy Polski Czerwony Krzyż (PCK) podjął pierwsze działania na rzecz propagowania tej wspólniejszej idei.

Gdzie można oddać krew w Radomiu?

- W siedzibie Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa przy ulicy Limanowskiego 42 w Radomiu.
- W III Liceum Ogólnokształcącym im. płk. Dionizego Czachowskiego w Radomiu w terminach: 13 grudnia 2019 roku, 28 lutego 2020 roku oraz 29 maja 2020 roku – w ramach cyklicznej akcji honorowego oddawania krwi realizowanej na terenie szkoły od 2006 roku przez p. Małgorzatę Wachowicz, nauczycielkę biologii. Akcja ta była wielokrotnie wyróżniania i nagradzana, a o jej szczegółach będzie można przeczytać już w następnym numerze „CzachPressu”.



Plakat promujący akcję „Event w kinie”, która ma na celu edukację młodych ludzi na temat krwiodawstwa.

Jak zostać dawcą krwi?

Przede wszystkim należy dowiedzieć się, gdzie i kiedy można oddać krew. Następnie wybrać dogodny dla nas termin, a przed oddaniem krwi zjeść lekki posiłek i unikać wysiłku fizycznego. Wybierając się po raz pierwszy, warto zabrać ze sobą towarzysza, by poczuć się pewniej. Należy także pamiętać o zabraniu ze sobą dowodu tożsamości i legitymacji honorowego dawcy, jeśli taką posiadamy. Gdy znajdziemy się już w punkcie pobrania, udajemy się

kolejno w sposób określony poniżej:



Dlaczego warto oddawać krew?

Oddajesz krew, a zarazem:

- ratujesz życie i zdrowie drugiego człowieka,
- za każdym razem masz wykonywane badania laboratoryjne,
- w dniu oddania krwi przysługuje Ci zwolnienie z pracy, szkoły,
- otrzymujesz czekolady jako ekwiwalent kaloryczny.

Źródło:

facebook.com/krwiodawcy

Jak głosowali młodzi?

Młodzi wyborcy najmniej chętnie poszli 13 października do urn. W grupie wiekowej 18-29 lat głos oddało jedynie 46,4 proc. uprawnionych do głosowania. W porównaniu do innych grup wiekowych to słaby wynik.

Na największe poparcie tej grupy mogło liczyć Prawo i Sprawiedliwość, na które oddało głos 26,2 proc. „młodych”. Nieznacznie słabszy wynik uzyskali kandydaci KO - 24 proc. Zgodnie z przewidywaniami świetny wynik uzyskała Konfederacja – w tej grupie wiekowej 20,2 proc. głosów. Dobry wynik uzyskały także dwa pozostałe komitety, SLD –

17,7 proc, PSL - 10,3 proc. W Sejmie większość uzyskało PiS, zaś w Senacie rządzić będzie Zjednoczona Opozycja.

Oficjalne wyniki i podział mandatów:

Wyniki wyborów do Sejmu (proc.)

- Prawo i Sprawiedliwość – 43,59
- Koalicja Obywatelska PO .N i PL Zieloni – 27,40
- Sojusz Lewicy Demokratycznej – 12,56
- Polskie Stronnictwo Ludowe – 8,55
- Konfederacja Wolność i Niepodległość – 6,81

- Mniejszość Niemiecka – 1,09 (zagwarantowane)

Podział mandatów w Sejmie:

- PiS – 235 (ponad połowa)
- KO – 134
- SLD – 49
- PSL – 30
- KWiN – 11
- Niemcy – 1 (zagwarantowany)

Podział mandatów w Senacie:

- PiS – 48
- KO – 43
- niezależni – 6
- PSL – 3

Wiktor Wójs 2E

Wybory do władz samorządu uczniowskiego 2019

W dniu 18 października 2019 roku w naszej szkole odbyły się wybory samorządowe. W przedsięwzięciu brały udział sztaby: *Stachursky and the Band* oraz *Czachowski zaczyna się z Olą*. Przygotowania rozpoczęły się na początku października. Kampania trwała do 16 października. Obydwa sztaby miały dużo czasu na zaprezentowanie się z jak najlepszej strony.

Czachowski zaczyna się z Olą

Aleksandra Wójtowicz - przewodnicząca

Wojciech Zawodnik – zastępca przewodniczącej

Katarzyna Zaręba – minister spraw wewnętrznych

Jakub Fila – minister spraw zewnętrznych

Zuzanna Kucharska – minister do kontaktu z gronem pedagogicznym

Bartosz Ofiara – minister sportu

Zuzanna Blazik – minister ochrony praw ucznia

Stachursky and the Band

Natalia Stachurska - przewodnicząca

Natalia Drabik – zastępca przewodniczącej

Julia Kreft – minister spraw wewnętrznych

Sergiusz Karasek – minister spraw zewnętrznych

Hubert Popis – minister ds. uczniowskich i nauczycieli

Weronika Fijolek – minister sportu i rekreacji

Daniel Stępień – minister spraw pilnych

Gabriela Pawlina – minister kultury i humoru

Natalia Lipińska – minister interakcji uczniowskiej

Propozycje sztabu Czachowski zaczyna się z Olą:

- Wieczory filmowe
- Poczta Walentynkowa
- Dni tematyczne
- Mały Dionizy
- Turnieje sportowe
- Bieg Dionizego
- Turnieje na konsolach
- Kontynuacja szczęśliwego numerka i wprowadzenie go do Statutu Szkoły
- Zniżki w lokalach
- Skrzynka z propozycjami zmian od uczniów
- Duża aktywność w mediach społecznościowych szkoły
- Wprowadzenie obligacji szkolnych
- Pomoc międzyklasowa

Propozycje sztabu *Stachursky and the Band*:

- Wprowadzenie szczęśliwego numerka do Statutu Szkoły
- Spotkania z przedstawicielami różnych zawodów (np. prawnikami, lekarzami)
- Plan lekcji nauczycieli i uczniów wywieszony w gablotce
- Jeden kolorowy dzień w każdym miesiącu
- Organizacja turniejów sportowych
- Wspólne tworzenie playlisty do radiowęzła
- Karty VIP do sklepiku i automatów
- Dni tematyczne (np. Halloween, Walentynki)
- Możliwość zorganizowania maratonu filmowego (np. w pierwszy dzień wiosny)

- Kontynuacja szkolnego Snapchata, Instagrama i Facebooka
- Włączanie się w różnego rodzaju akcje charytatywne
- Integracyjne wyjścia klasowe
- Nowe lustra w toaletach (do konsultacji z Dyrekcją)

Obydwa sztaby brały czynny udział w kampanii. W całej szkole wisały plakaty promujące obydwa ugrupowania, przedstawiciele sztabów organizowali na terenie szkoły różne przedsięwzięcia, np. rozdawanie słodkości czy organizowanie własnych stoisk i przedstawianie postulatów. Prężnie również działały strony rywalów w mediach społecznościowych, gdzie zamieszczano m. in. wynegocjowane zniżki z przedstawicielami popularnych lokali w Radomiu. Trzeba przyznać, że przebieg kampanii był wyrównany, toteż nie wyłoniło faworyta. Obydwa sztaby dały z siebie wszystko, aby dotrzeć do swoich wyborców, a wyniki ich pracy ogłoszono już po południu 18 października. Frekwencja wyniosła 64,37%. Oddano 461 głosów ważnych i 16 głosów nieważnych. Wyniki wyborów wyglądają następująco:

- **Natalia Stachurska – 274 oddanych głosów** (zwycięzca)
- **Aleksandra Wójtowicz – 187 oddanych głosów**

Wywiad z przewodniczącą sztabu *Stachursky and the Band* 24 października 2019 r.

Wiktor Wójs: Dzień dobry. Przeprowadzę dzisiaj wywiad z nową przewodniczącą szkoły, kierownikiem sztabu *Stachursky and the Band* – Natalią Stachurską. Jako iż jestem z klasy twojej konkurentki, chciałbym zaznaczyć, że jestem bezstronny.

Natalia Stachurska: Oczywiście.

Jak doszło do powstania Twojego sztabu „Stachursky and the Band” i co skłoniło cię do startu w wyborach?

- W zasadzie to głównie przez artystę – Stachurskiego. Gdy byłam na wycieczce w Hiszpanii z moim przyszłym sztabem, dziewczyny zaczęły mnie przekonywać, aby pójść w tym kierunku: „To fajnie brzmi”, „ludziom się to spodoba”, „przyjmie się”. Jako że moje nazwisko pasuje, to tak zostało.

Jaki masz plan i jakie są wasze postulaty?

- Na pewno będzie to wprowadzenie szczęśliwego numerka do Statutu, ponieważ niektórzy nauczyciele się do tego nie stosują. Chcielibyśmy, żeby było to uregulowane. Chcemy też bardziej zintegrować wszystkich uczniów szkoły – więcej wyjść klasowych, wycieczek. Mamy też plany na więcej imprez, więcej zbiórek i dni tematyczne. Głównym naszym celem jest integracja.

Czyli rozumiem, że stawiacie na szeroko pojęte zjednoczenie szkoły?

- Tak, dokładnie.

Wyniki potwierdzające waszą wygraną zostały już ogłoszone. Jak czujesz się po zwycięstwie?

Czy spodziewałaś się takiej przewagi?

- Gdy dowiedzieliśmy się o wygranej, nie powiem, aby był to dla nas szok, bo kandydując, mieliśmy z tyłu głowy, że jesteśmy na to przygotowani. Mieliśmy fajny pomysł na kampanię. Szliśmy, że tak powiem, po pewną wygraną, ale takiej przewagi nikt z nas się nie spodziewał.

Co według ciebie przesądziło o waszej wygranej?

- Wydaje mi się, że oprócz postulatów, to właśnie fajne przedstawienie się zapewniło nam wygraną, bo – jak wiadomo – chodziliśmy ze słodyczami, zorganizowaliśmy szampana na naszym stoisku. Sądzę, że bardzo się to ludziom spodobało i wywołało zainteresowanie przyszłych wy-

borców. Również sama otoczka kampanii wypadła dobrze, np. strona na Facebooku.

Co sądzisz o swojej konkurentce i jej sztabie Czachowski zaczyna się z Olą?

- Uważam, że również mieli bardzo dobre postulaty. Ola zaczęła też kampanię wcześniej niż my. Nie mam o niej konkretnego zdania. Sądzę na pewno, że była bardzo dobrą konkurentką, ale wyniki mówią same za siebie.

Jak wygląda przejmowanie obowiązków po poprzednim sztabie? Wczułaś się już w rolę przewodniczącej?

- Akurat dzisiaj mam spotkanie z Dyrektorem, na którym dojdzie do oficjalnego przedstawienia naszego sztabu. W zasadzie to

dopiero od dzisiaj formalnie przejmujemy obowiązki. Niestety, jeszcze dokładnych zajęć i obowiązków mi nie przydzielono, ale już niedługo zaczniemy pracę, bo do zrobienia jest dość sporo.

Jest coś, co chciałabyś przekazać swoim wyborcom i czytelnikom gazetki szkolnej?

- Na pewno chciałabym przekazać, że nie pożałują, iż oddali na nas głos. Głosując na *Stachursky and the Band*, podjęli bardzo dobry krok w kierunku rozwoju szkoły, który już niedługo się zacznie.

Dziękuję za wywiad.

Marta Pośnik 3A

Recenzja książki „Służące do wszystkiego”

Joanna Kuciel-Frydryszak to autorka docenianych biografii, która zdecydowała się w książce pod tytułem „Służące do wszystkiego” na opowiedzenie historii „białych niewolnic”, czyli bardzo licznej w pierwszej połowie XX wieku grupy społecznej zwanej „służbą domową”.

„Służące do wszystkiego” to przejmująca opowieść przedstawiająca losy kilkunastu kobiet żyjących pod koniec XIX i w pierwszej połowie XX wieku, które zajmowały się prowadzeniem domu swoich pracodawców. Zawód, który jeszcze kilkadziesiąt lat temu był wykonywany przez 30% społeczności Warsza-

wy, dziś jest bardzo rzadko spotykany. W 1918 roku w polskich domach pracowało około 250 tys. służących. Rok przed wybuchem II wojny światowej liczba ta podwoiła się. Na jedną pomocnicę mogła sobie pozwolić nawet niższa klasa średnia oraz bogatsi robotnicy.

Autorka w bardzo dokładny sposób opisuje życie i pracę swoich bohaterek. Czytelnik często poznaje je jako kilkulatnie, wiejskie dziewczęta uciekające od prac polowych. Obserwuje ich codzienną, ciężką pracę, nierzadko od świtu do nocy, bez prawa do odpoczynku czy urlopu. Doznaje uczucia dyskomfortu na skutek opisu sytuacji, w jakich służba domowa była poniżana i gnębiona przez pracodawców.

Czuje smutek, czytając o trudnych warunkach życia, o niezapewnieniu podstawowych potrzeb. Służące bardzo często spały na rozkładanych łóżkach w kuchni, obowiązywał je zakaz korzystania z łazienki, musiały myć się pod kranem kuchennym, a ich pożywienie często stanowiły „resztki ze stołu pańskiego”.

Bohaterkami książki są zarówno kobiety, które zapisały się w historii, na przykład Anna Kaźmierczak, prababcia kanclerz Angeli Merkel, Teosia Pytkówna, żona Stanisława Wyspiańskiego, Aniela „Ciemna”, pomysłodawczyni zakończenia „Ferdynurke”, jak i te bezimienne, które ciężko pracowały aż do samej śmierci, których pogrzeb został opłacony z pieniędzy odkładanych przez

całe życie, o ile „pani nie zajrzała do kuferka”. Po śmierci zostały pochowane i zapomniane, samotne, nie mniej niż za życia.

Ważną częścią książki Joanny Kuciel-Frydryszak jest ukazanie tego, w jak różny sposób przebiegały relacje między służącymi a ich pracodawcami, co pozwoliło autorce na sportretowanie „chlebodawców”, zwłaszcza pań domu nieuznających możliwości życia bez służby. W dwudziestoleciu międzywojennym chlebodawczyni nie mogły się nadziwić, że na Zachodzie

kobiety prowadzą dom bez pomocy.

„Służące do wszystkiego” to książka, którą warto przeczytać, aby uświadomić sobie, jak ważną rolę w kształtowaniu się społeczeństwa polskiego miała niemal zupełnie zapomniana dzisiaj służba domowa. Po przeczytaniu tej lektury mogę stwierdzić, że zasadniczo o służących zapomniano już w czasie, gdy stanowiły one duży odsetek społeczeństwa, na co wskazuje niewielka ilość źródeł informacji na temat tej grupy społecznej. Pomimo

skąpej ilości informacji archiwalnych, autorka nasyciła swoją pracę ogromną ilością cytatów, zebrała dotychczas rozproszone źródła, wspomnienia, świadectwa czy relacje o tej profesji, co jeszcze bardziej wzbudza ciekawość czytelnika.

Książka Joanny Kuciel-Frydryszak to podróż kilkadziesiąt lat wstecz, inna, nietypowa, różna od tej, którą zwykle serwują nam filmy, ale kształcząca i budująca świadomość o historii naszego społeczeństwa.

Zuzanna Truszkiewicz 2E

„Psie serce” M. Bułhakowa w Teatrze Współczesnym w Warszawie

Dnia 15 października 2019 roku wraz z klasą wybrałam się do Teatru Współczesnego w Warszawie na inscenizację powieści Michaiła Bułhakowa pt. „Psie serce”. Ku mojemu zaskoczeniu sala była pełna mimo tego, że był to wtorkowy wieczór.

Spektakl rozpoczyna się od monologu głównego bohatera – psa Szarika, w którego rolę wcielił się znany aktor Borys Szyca. Już w trakcie pierwszej wypowiedzi kundla naszym oczom ukazuje się wspaniała inscenizacja autorstwa Marcina Stajewskiego. Doskonale odwzorowuje ona lata 20. XX wieku, w których umiejscowiona jest akcja. Oko cieszy również wyglądający niezwykle realistycznie sztuczny śnieg, który świetnie ukazuje zimowy klimat komunistycznej Moskwy. Na pochwałę

zasługują także kostiumy zaprojektowane przez Annę Englert. Niezwykle trudną rolę miał Borys Szyca, który wcielił się w psa. Doskonale przedstawiał zwierzęce odruchy i instynkty, modulując głosem, a czasem nawet tarzając się po ziemi. Jednakże po operacji wszczepienia Szarikowi ludzkiej przysadki mózgowej, którą przeprowadził Profesor Filip Filipowicz, pies staje się hybrydą, czyli połączeniem zwierzęcia i człowieka. Przemiana została pokazana lepiej, niż mogłam to sobie wyobrazić. Szarik pragnie akceptacji w ludzkim świecie, szuka pracy, uczy się kultury i dobrych manier oraz ulega manipulacjom państwowych urzędników. W spektaklu pojawia się również wiele komediowych scen, które pozostawiają wiele do życzenia. Według mnie, cała inscenizacja ma ciekawą formę metafor. Krytykuje system komunistyczny bolszewickiej Rosji, porównuje totalitarną władzę do

zwierząt, którym brakuje ludzkich odruchów. Ukazuje mechanizmy działania władzy, co najlepiej pokazuje Szwonder – jeden z pionków komunistycznej partii, która stara się wpływać na mieszkańców Rosji. Spektakl kończy wywieszenie przez mieszkańców Moskwy podobizny Józefa Stalina.

Uważam, że spektakl „Psie serce” jest jednym z tych, które warto zobaczyć. Jest przyjemny, występuje w nim wiele komediowych scen, podczas których na widowni można było usłyszeć śmiech. Jednakże pod osłoną przyjemnej i lekkiej formy, można dopatrzeć się krytyki władzy komunistycznej, rozważań na temat wolności, które według mnie były niezwykle poruszające. Na pochwałę zasługuje przede wszystkim rola Borysa Szycy, którą po prostu trzeba zobaczyć.

Czy Szyc potrafi szczeekać? - Recenzja spektaklu pt. „Psie serce”

Moskiewskie ulice spowija mrok. Krajobraz miasta bieleje od śniegu. Ciszę przerywa odgłos tub. Po chwili na scenie pojawia się zaniedbany, poparzony w lewy bok kundel Szarik. Tak zaczyna się jeden z bardziej wątpliwych występów, które miałem okazję zobaczyć. Jednak po kolei...

W 1925 roku Bułhakow pisze powieść, która nadal zadziwia swą aktualnością. Niestety, nie wie, że książka ujrzy półki sklepowe dopiero 66 lat po jej stworzeniu. Zawiera w niej ponadczasowy komentarz dotyczący świata oraz dosadną krytykę totalitaryzmu. Ponad 90 lat później w swoje ręce dzieło dostaje Maciej Englert – reżyser m. in. „Mistrza i Małgorzaty”. Obsada wygląda obiecująco - samo nazwisko Szyc przyciąga sporo osób. Lecz coś poszło nie tak...

Sama budowa spektaklu wyglądała dość miernie. W oczach rzucały się mocno przeciągane sceny (czego zawsze reżyser stara się unikać). Oprócz tego poziom "rozweselaczy" również nie był

wysoki. Żarty związane z głośnym krzyknięciem lub przekleństwem szybko mnie znużyły. Mimo wszystko, warto pochwalić Englerta za bardzo wierne przełożenie książki na deski teatru.

Ku mojemu zdziwieniu mocny zawód sprawiła mi gra aktorska Borysa Szyca, który bardzo przypominał Pazurę. Zawiodła mnie budowa jego roli, która głównie opierała się na błaznowaniu. Jednak samego aktora nie można za to winić, należy zadać sobie pytanie, dlaczego osoba o takiej renomie podejmuje się dość „dennej roli”. Następną rzeczą, która mnie zawiodła, a nawet zirytowała, był fakt, iż postać Filipa Filipowicza (grana przez Krzysztofa Wakulińskiego) mówiła niewyraźnie. Połowę kwestii wypowiedzianych przez aktora musiałem dopisywać sobie sam, ponieważ na końcu sali zamieniały się po prostu w bełkot.

Na szczęście spektakl miał swojego anioła stróża, a był nim wybitny Szymon Mysłakowski grający Iwana Arnoldowicza. Bardzo wyraźnie oddane emocje, świetna dykcja, jak i mowa ciała tworzyły świetną rolę. Swoją

obecnością ubarwiał każdą scenę i mocno ciągnął spektakl do góry. Artysta zaprezentował bardzo wiarygodną grę aktorską.

Na dużą pochwałę zasługuje scenografia przygotowana przez Marcina Stajewskiego. Od ulicy dało się poczuć chłód i surowość Rosji, a dom Filipowicza był wiarygodny i sprawiał wrażenie ogromnego. Oddano więc to, jak w książce został opisany. Warstwa muzyczna również była przyjemna dla ucha, a nawet całkiem zabawna – ukłon w stronę Jerzego Satanowskiego. Kostiumy przygotowane przez Annę Englert również dodawały klimatu.

Podsumowując, „Psie serce” było całkiem poprawnym spektaklem, dobrze oddającym ducha książki. Niektóre błędy jednak dawały się we znaki, co w efekcie obniżyło poziom sztuki. Jednak suma sumarum bawiłem się dobrze, a sam przekaz utworu dotarł do mnie bez problemu. Polecam wybrać się do stołecznego Teatru Współczesnego, aby wyrobić sobie swoją opinię na ten temat. Odpowiadając na pytanie tytułowe, tak, Szyc potrafi szczeekać, jednak już powinien mówić...

Emilia Kowalska 2E

Ciekawe miejsca w Warszawie

- Muzeum Fryderyka Chopina – mieści się w Zamku Ostrogskich przy ul.

Okólnik 1. Zostało wyposażone w wiele ciekawych eksponatów dotyczących życia i twórczości najwybitniejszego polskiego pianisty. Wśród nich znajdują się m. in. odlew maski po-

śmiernej Chopina oraz kosmyk włosów, świadectwa ukończenia szkół. Istnieje również możliwość przesłuchania wybranych utworów, które skomponował muzyk. Jest to miejsce warte

odwiedzenia, chociażby ze względu na wspaniałe wnętrze zamku, ciekawe ekspozycje oraz przypadającą w tym roku 170. rocznicę śmierci Fryderyka Chopina.

- Muzeum Literatury im. Adama Mickiewicza w Warszawie – znajduje się na Rynku Starego Miasta. Jest wspaniale wyposażone w ekspozycje dotyczące biografii Adama Mickiewicza. Są tam przewodnicy, którzy w przystępny sposób przekazują

wiedzę. Warto również wspomnieć, że znajduje się tam jedna z siedmiu kopii portretu Mickiewicza – „Adam Mickiewicz na Judahu skale” pędzla Walentego Wańkowicza.

- Podziemia archikatedry św. Jana – ów budynek sakralny również znajduje się na Starym Mieście. W środku możemy podziwiać wspaniałe rekonstrukcje zabytkowego wnętrza katedry. Natomiast w podziemiach znajdziemy

groby wybitnych Polaków (takich jak np. Gabriel Narutowicz czy Henryk Sienkiewicz) oraz informacje o pochówku w średniowieczu. Uroku temu miejscu dodaje również aura tajemniczości. Jest to miejsce godne zobaczenia.

Wymieniłam trzy miejsca warte zobaczenia, bardzo zachęcam do udania się do Warszawy w celach naukowych, gdyż za niewielką cenę biletu możemy zdobyć nieocenioną wiedzę.

Marianna Hoffman 1A

Cukrzyca – choroba XXI wieku?

Cukrzyca to bardzo poważna choroba metaboliczna, która charakteryzuje się hiperglikemią, czyli **wzrostem stężenia glukozy** (cukru) we krwi powyżej górnej normy. Wynika to z defektu wydzielania lub działania **insuliny** (hormon stabilizujący ilość glukozy we krwi).



Wyróżnia się 2 podstawowe typy cukrzycy:

1. cukrzyca typu 1 (genetyczna):

Ten typ cukrzycy polega na bezwzględnym niedoborze insuliny spowodowanym niszczeniem komórek β trzustki, który wiąże się z *predyspozycjami genetycznymi* osoby chorej. Ten typ cu-

krzycy diagnozuje się do około 30 roku życia. W przypadku wykrycia go później mamy do czynienia z cukrzycą typu **LADA**.

2. cukrzyca typu 2:

Ten typ jest z kolei tym, który występuje najczęściej (około 80% przypadków). Dochodzi w nim do upośledzenia wydzielania insuliny w warunkach insulinooporności. Cukrzyca typu 2 może być częściowo zależna od warunków genetycznych, jednak kluczową rolę odgrywają *czynniki środowiskowe* - **Otyłość i mała aktywność fizyczna**. Diagnozuje się ją przeważnie u osób po 35 roku życia. W przypadku wykrycia go między 15 a 35 rokiem życia mamy do czynienia z cukrzycą typu **MODY**.



Objawy cukrzycy:

Do typowych objawów cukrzycy zaliczamy: *bladość, osłabienie, senność, infekcje dróg moczowych, suchość skóry i błon śluzowych, kwasica, wielomocz, wzmożone pragnienie, nagła utrata masy ciała*. Objawy typowo cukrzycowe występują głównie w przypadku 1 typu. Cukrzyca 2 typu często występuje bezobjawowo i wykrywa się ją **przypadkowo**.



Powikłania:

Nieleczona cukrzyca może prowadzić do: *nefropatii cukrzycowej* (choroba nerek - prowadząca do ich niewydolności), *problemów ze wzrokiem* (retinopatii cukrzycowej i zaćmy), *neuropatii cukrzycowej* (choroba

układu nerwowego), zespołu stopy cukrzycowej (prowadzącej do niepełnosprawności), powikłań kostnych i stawowych.



XXI wiek – Wiek łatwizny

Ludzie w dzisiejszych czasach żyją coraz szybciej. *Jedzą co popadnie*, nie myśląc o późniejszych konsekwencjach,

całe dnie siedzą, nie dbając o choćby trochę dodatkowej aktywności fizycznej – w końcu mają do dyspozycji lekarzy specjalistów od wszystkiego, o co nie dbają (neurologzy, kardiologzy, ortopedzi, okuliści i wielu innych). Poza tym, jak już zachorują, to wezmą tabletki czy insulinę, więc po co się martwić? Niestety, te przekonania nie pokrywają się z prawdą. Zaniedbywanie swojego organizmu prowadzi do wielu nieuleczalnych czy nawet śmiertelnych chorób, a ich powikłania mogą prowadzić do niepełnosprawności lub śmierci. Cukrzyca jest jedną z takich chorób. Osoba chora musi mie-

rzyć cukier i uważać, aby utrzymać poziom glukozy w normie. Można tego uniknąć, zwracając uwagę na swoją dietę i to, aby w ciągu dnia nie zabrakło czasu na jakąś aktywność fizyczną.

To ważne, gdyż dzisiejsze wybory mogą dać o sobie znać lata później.

Źródła tekstu:

<https://www.mp.pl/interna/chapter/B16.II.13.1>.

<https://www.30ucisniec.pl>

Źródło zdjęć:

<https://unsplash.com/>

Sylwia Nowak 3A

RPG – nie tylko gry na komputer

Skrót RPG (z ang. role playing games) można przetłumaczyć jako „gry fabularne” (lub gry wyobraźni). Jeżeli ktoś wcześniej spotkał się z tym określeniem, to po przeczytaniu tych słów od razu mógł pomyśleć o grach wideo, czyli tych na konsolę lub na komputer, lecz pierwsze RPG rozgrywano przy stole, bez urządzeń elektronicznych i z grupą dobrych znajomych. Polega to na wcieleniu się w uprzednio wymyśloną przez nas postać i podejmowaniu decyzji dotyczących jej działania w świecie, w którym trzeba rozwiązać jakiś problem. Możemy odgrywać najróżniejsze istoty – od ludzi, przez elfy, po samych bogów, gangsterów czy szturmowców z „Gwiezdných Wojen”. Zależy to oczywiście od świata gry, w jakim się znajduje-

my, co też jest rzeczą dowolną. Istnieją już gotowe scenariusze, stworzone przez ludzi o nieograniczonej wyobraźni. Dzięki nim możemy dzisiaj wejść do średniowiecznej karczmy wypełnionej krasnoludami, do nawiedzonych domów z początków XX wieku lub do przyjaznej fortecy danych z dystopijnej wersji przyszłości. Gdy już wybierzemy krainę, w jakiej chcemy grać, to pozostają jeszcze dwie sprawy: mechanika i scenariusz.

Dane światy mają swój własny system zasad - mechanikę, której trzeba przestrzegać, aby poruszać się w danej krainie, nawiązywać interakcje oraz podejmować różne działania. Mimo że ograniczeniem w RPG'ach jest przede wszystkim nasza wyobraźnia, to trzeba się jeszcze liczyć z tym, że rozgrywka musi być rzeczywista dla danego systemu. Znaczy to, że jak w życiu

codziennym, czasami coś się uda, innym razem niekoniecznie, a o tym decydują kości. Mowa nie tylko o takich, przy użyciu których może wypaść od 1 oczka do 6 (k6), jakie można znaleźć w starym dobrym „chińczyku”. Istnieją kości, którymi można wylosować liczbę od 1 do 20 i to, co wypadnie, decyduje o tym, czy akcja, na którą się zdecydowaliśmy, powiedzie się czy nie. Wprowadza to pewien element losowości, dlatego rozgrywka staje się ciekawsza.

Aby zagrać, wymagany jest także scenariusz, za który odpowiedzialna jest przede wszystkim jedna osoba, którą zwie się „mistrzem gry” (skrót – MG). To on kontroluje sytuację przy stole, decyduje o finalnym rozwiązaniu spraw i ocenia nasz wkład w rozwiązanie problemów fabularnych oraz decyduje, jak wynik wpłynie na rozgrywkę.

Dzieje się to wszystko podczas „sesji”, czyli spotkania, które najczęściej trwa ok. 3-5 godzin. Podczas niego uczestnicy cały czas wcielają się w swoje postaci, a MG przedstawia opisy sytuacji, w których znalazły się postacie graczy, odgrywa bohaterów niezależnych, których napotkać można w danym miejscu i pilnuje, aby historia, którą zaplanował, została przedstawiona w odpowiedni sposób. Nie jest to łatwe, gdyż gracze, kontrolując swoich bohaterów, decydują, jakie akcje wykonują ich postaci. Ich zadaniem jest metodą dedukcji rozwiązać zagadkę, czyli np. uratować kogoś zaginionego w niewyjaśnionych okolicznościach, odkryć prawdę stojącą za niepozornymi poszlakami czy powstrzymać armię chaosu nadciągającą z północy. Nie zawsze musi się im to udać, z tego powodu MG musi być przygotowany na każdą możliwą ewentualność, aby na żywo reagować na poczynania bohaterów graczy, improwizując i nierzadko zmieniając wcześniejsze plany dotyczące przebiegu fabuły. Nigdy nie wiadomo, co się wydarzy w czasie

sesji, więc mimo tego, że MG jest odpowiedzialny za scenariusz, to gracze dalej mogą go zaskoczyć. Dlatego w rzeczywistości dzieje się tak, że cała grupa znajomych uczestniczy we wspólnym snuciu opowieści.

Granie w RPG ma wiele zalet. Przede wszystkim, podobnie jak czytanie książek, rozwija ją one wyobraźnię, ponieważ trzeba ją uruchomić, żeby móc zwizualizować sobie zdarzenie, kiedy MG przedstawia sytuację. Opowiada on wtedy o tym, jak wygląda lokacja, w której się znajdujemy, jacy ludzie nas otaczają, co zwraca uwagę osoby, która tam trafia, co można usłyszeć w takim miejscu itp. Na podstawie tych informacji gracze muszą zbadać, co jest prawdziwie istotne. Trzeba myśleć logicznie, aby nie utknąć w martwym punkcie i rozwiązywać problemy stawiane przez MG, podążając za scenariuszem. Zabija to nieśmiałość, gdyż aby kontynuować przygodę, trzeba podejmować różne działania, a żeby postać je wykonała, trzeba jasno określić MG, co się planuje. Sesja

w świetny sposób zmusza nas do bycia aktywnym.

RPG to przede wszystkim dobra zabawa, która generuje niezliczone dramatyczne i pełne akcji, niemal teatralne sceny na długo zapadające w pamięci wszystkich biorących w niej udział graczy. Najlepsze jest to, że dla umysłu był to czas spędzony aktywnie. Trzeba myśleć i podejmować decyzje, ponieważ na sesji nie jest się biernym odbiorcą opowieści, tak jak w kinie czy czytając książkę, lecz jest się aktywnym uczestnikiem historii, którą przeżywa się samemu.

Osoby, które byłyby zainteresowane tego rodzaju rozrywką, aby spróbować swoich sił, potrzebują osób do gry. Najlepszym miejscem do szukania współgraczy jest Internet. Istnieje wiele grup, które służą temu, by gracze się umawiali na wspólne sesje. W naszym mieście aktywnie działa grupa na Facebooku "RPG Radom". Chętni MG i potencjalni gracze poszukują tam osób do wspólnej zabawy. Zainteresowanych zapraszam do zgłębiania tematu.