

# OXYGENIUM

GAZETA ZESPOŁU SZKÓŁ CENTRUM KSZTAŁCENIA  
ROLNICZEGO IM. A. SUSKIEGO W NOWYM TARGU



*"Jesteś mi Mamo najdroższa!  
Lepszej od Boga nie mogłam dostać  
i żadnej innej bym nie chciała,  
bo to Ty jesteś moja Mama..."  
/Marta Pierchlak/*

**Wszystkim Mamom życzymy cudownych dzieci, a wszystkim dzieciom najdroższych mam i wspaniałych Ojców. Wprawdzie spóźnione życzenia dla mam i dzieci, ale kto powiedział, że dzień Mamy, dzień Dziecka, Dzień Ojca mamy obchodzić tylko w jednym konkretnym terminie. Zapraszamy do lektury tego numeru szkolnej gazetki.**

# OXYGENIUM

## KALENDARZ ŚWIĄT NIETYPOWYCH CZERWIEC

- 1 czerwca – Święto Bułki, Dzień Dziecka, Dzień bez Alkoholu, Światowy Dzień Mleka**
- 2 czerwca – Dzień Leśnika, Dzień Sąsiada, Dzień bez Krawata**
- 3 czerwca – Dzień Dobrej Oceny**
- 4 czerwca – Dzień Drukarza, Dzień Demokracji**
- 5 czerwca – Dzień Ochrony Środowiska**
- 6 czerwca – Dzień bez Samochodu, Dzień Slayera, Światowy Dzień Pocałunku**
- 7 czerwca – Dzień Chemika**
- 8 czerwca – Dzień Informatyka**
- 9 czerwca – Dzień Agugaga, Dzień Przyjaciela, Dzień Księgowego**
- 10 czerwca – Dzień Straży Granicznej**
- 11 czerwca – Dzień Podeptanych na Śmierć w Czasie Tańca**
- 12 czerwca – Święto Biura Ochrony Rządu, Dzień Stylisty Paznokci**
- 13 czerwca – Święto Dobrych Rad**
- 14 czerwca – Dzień Dziennikarza Obywatelskiego, Światowy Dzień Krwiodawstwa**
- 15 czerwca – Dzień Wiatru**
- 16 czerwca – Międzynarodowy Dzień Pomocy Dzieciom Afrykańskim**
- 17 czerwca – Dzień Walki z Pustynnieniem i Suszami**
- 18 czerwca – Dzień Ewakuacji**
- 19 czerwca – Tekskański Dzień Emancypacji**
- 20 czerwca – Światowy Dzień Uchodźcy**
- 21 czerwca – Święto Muzyki, Dzień Deskorolki,**
- 22 czerwca – Światowy Dzień „Garbusa”, Dzień Kultury Fizycznej**
- 23 czerwca – Dzień Ojca, Dzień Służby Publicznej**
- 24 czerwca – Światowy Dzień Chorych na Osteoporozę, Dzień Przytulania**
- 25 czerwca – Dzień Stoczniozca, Światowy Dzień Smerfa**
- 26 czerwca – Międzynarodowy Dzień Solidarności z Osobami Uzależnionymi od Narkotyków, Międzynarodowy Dzień Pomocy Ofiarom Tortur**
- 27 czerwca – Światowy Dzień Rybołówstwa, Dzień Walki z Cukrzycą**
- 28 czerwca – Narodowy Dzień Pamięci Poznańskiego Czerwca 1956**
- 29 czerwca – Dzień Marynarki Wojennej, Dzień Ratownika WOPR**
- 30 czerwca – Dzień Motyla Kapustnika**

# OXYGENIUM

## Parę słów po niemiecku – Dzień Matki „Der Muttertag”

**Der Muttertag in Polen wird am 26 Mai ab 1914 gefeiert. An diesem Tag geben wir unseren Müttern Blumen, Pralinen, Bonbons und andere Geschenke. Wir danken ihnen, dass sie bei uns sind, uns bei Problemen helfen und trösten, wenn wir traurig sind.**

**Der Muttertag in Deutschland feiert man ab 1923 am zweiten Sonntag im Mai. Geschenke und Wünsche sind denen in Polen sehr ähnlich. Dieser Tag ist etwas Besonderes für jede Mutter!**

### Słowniczek:

- gefeiern – obchodzić
- dass – że
- bei uns sind – przy nas są
- trösten – pocieszać
- traurig – smutny
- ab – od
- denen – te
- ähnlich – podobne
- eine Liebesgeschichte – historia miłosna
- niemals – nie ma mowy
- die Veilchen – fiołki
- die verrückteste – najbardziej szalone
- seltsamste – najdziwniejszy
- tauschen – zamienić, wymienić
- unglaubliches – niesamowite
- getan hast – zrobić
- sich wünschen- życzyć sobie
- etwas schlimmes anstellen- robić coś złego
- etwas anderes- coś innego
- lieb- grzeczny
- es gibt mich- jestem
- froh sein- być zadowolonym
- genießen- cieszyć się
- das Geschirr- naczynia
- lassen stehen- zostawić
- besonderer Tag- szczególny dzień
- wirklich – naprawdę
- wunderschönen – przepiękny
- lasst es euch gut gehen – baw się dobrze
- Gesundheit – zdrowie

# OXYGENIUM

## „MAMA” PO NIEMIECKU:

**-MUTTER,  
-MUTTI,  
-MAMA,  
-MAMI**



## **SPRÜCHE UND WITZE (POWIEDZENIA)**

**MUTTER: ZUM MUTTERTAG WÜNSCHE ICH MIR VON DIR, DASS DU DAS GANZE JAHR LIEB BIST UND NICHTS SCHLIMMES ANSTELLST.**

**SOHN: TUT MIR LEID MAMA, HABE DIR SCHON ETWAS ANDERES GEKAUFT.**

**ALLES GUTE MUTTER, DU KANNST FROH SEIN, DASS ES MICH GIBT, SONST KÖNNTEST DU HEUTE KEINEN MUTTERTAG FEIERN.**

**LIEBE MUTTER, HEUTE IST EIN BESONDERER TAG FÜR DICH, ALSO GENIESSE IHN UND LASSE DAS GESCHIRR EINFACH MAL BIS MORGEN STEHEN.**

**ROSEN SIND ROT, VEILCHEN SIND BLAU, ICH HABE DIE VERRÜCKTESTE, SELTSAMSTE MUTTER, KÖNNTE ICH EINE MUTTER WIE DICH TAUSCHEN?,**

# OXYGENIUM

## I ONI KIEDYS BYLI UCZNIAMI

### W TYM NUMERZE SPOTKANIE Z PANEM PROFESOREM **ŁUKASZEM CHROBAKIEM**

**W 2011 roku ukończyłem technikum Weterynarii na Kokoszkowie (potem studiowałem jeszcze Medycynę Weterynaryjną w Lublinie), ale po kilku latach „wróciłem na stare śmieci” tylko że w zupełnie innej roli ;p**

**Od wielu nauczycieli z naszej szkoły zapewne usłyszycie że byłem spokojnym i grzecznym uczniem, dobrze się uczyłem, startowałem w olimpiadach itp. I tak rzeczywiście było, ale oprócz tego starałem się do nauki podchodzić na spokojnie, "na luzie". Zmora jednak zawsze był dla mnie język polski, gdyż nie mam zdolności humanistycznych i nie przepadam za literaturą piękną (jedyną grubszą lekturą którą przeczytałem w całości była „Lalka”).**

**Co do ciekawych historii z czasów uczniowskich to były „klasowe wagary” czyli nieformalne ognisko klasowe w bacówce. O ognisku oczywiście uprzejmie poinformowaliśmy wychowawcę (i nawet zaprosiliśmy). Nie muszę Wam opowiadać, jakie były dalsze konsekwencje...**

**Moja rada dla Was – oprócz czasu poświęconego na naukę starajcie się zawsze znaleźć czas dla siebie na swoje zainteresowania, dobrą zabawę itp. ponieważ młodość przeżyjecie tylko raz!**



# OXYGENIUM

## Poetycko...

**" Czasami gdy ciemno na świecie jest Twój uśmiech rozświetla mi każde dni. I gdy patrzę w twe oczy niczym gwiazdy jasne To jakby świat zmienił swą ciemną barwę. To magia gdy poczuje delikatny dotyk twój Pomaga przejść przez wszystko co było i jest złe. I choć czasem jestem sama Słowa twe niosą echem się. Nawet w tych chwilach gdy ciemne są dni To ja nadal kocham Cię. "**

**" Dzień się kończy, noc zapada. Cisza wokół znów powstała. Sen i jawy czas zabrały I w koło się zebrały. Śmieją, mówią dla zabawy I czarować znów zachciały. Wszystko w nocy , wszystko chcą. Tańczyć, bawić, śmiać się chcą. Zabawa wiecznie trwa Przy ognisku orkiestra gra. Pierwsze światło, śmiechy stop. Uciekają tu i tam. Dzień spalił nocy mrok. Sen i jawy znikły stąd. Pożarł je słoneczny blask I ciszę, spokój oddał nam. Czas znów wrócił, noc minęła. Praca wokół powróciła."**

HeKate

# OXYGENIUM

GAZETA ZESPOŁU SZKÓŁ CENTRUM KSZTAŁCENIA ROLNICZEGO IM. A. SUSKIEGO W NOWYM TARGU

## **Relaksujące zabiegi Access Bars** **Czym jest Access Bars?**

**Access Bars to 32 punkty na głowie które, po ich aktywacji, mogą wspierać redukcję stresu , traumy zapisanej w ciele oraz uwalniać od nagromadzonych przekonań. Access Bars to rodzaj terapii manualnej. Zabieg ten został opracowany ponad 30 lat temu przez Gary'ego Daglasa. W ciągu naszego całego życia gromadzimy przekonania, idee , emocje , wzorce i myśli na temat siebie i otoczenia. Przyjmujemy je czasem świadomie , częściej nieświadomie od rodziców, nauczycieli lub innych ludzi. Tworzą one pewien szkielet , który w zdecydowanej większości wpływa na wyobrażenie siebie i całego świata. Jeżeli nasze przekonania są wspierające i pozytywne to dobrze. Częściej jednak są to przekonania negatywne, które podcinają nam skrzydła i często sprawiają ,że nie wierzymy w siebie. Na szczęście istnieje metoda, która pomaga wprowadzić zmiany i jest nią – Access Bars. Jak działa Access Bars? Na głowie znajdują się odpowiednie punkty , w których gromadzą się elektromagnetyczne naładowania, powstające i utrwalane pod wpływem przekonań i mentalnych programów. Owe zatrzymanie elektromagnetycznej energii w tych punktach ogranicza naszą zdolność do kreowania rzeczywistości. Uwolnienie tej energii oczyści umysł z niepotrzebnej energii. Czy metoda została potwierdzona naukowo ? Badania przeprowadzone w 2015r. przez neurobiologa dr. Jeffrey L. Fannina na 60 uczestnikach ukazały pozytywny efekt neurologiczny podobny do tego, którego doświadcza się podczas zaawansowanej medytacji. Inne badania przeprowadzone w listopadzie 2017 roku przez dr nauk medycznych Terrie Hope zostały opublikowane w Dzienniku Psychologii Energetycznej. Między innymi znajduje się tam opis jaki wynik jednej 90-minutowej sesji Access Bars wskazują na znaczące zmniejszenie stanów depresji i lęków. Jak wygląda sesja? Sesja zwykle trwa od 60 do 90 minut i przypomina delikatny masaż głowy. Można ją wykonać raz w miesiącu/tygodniu lub codziennie. Na sesję warto założyć wygodne ubranie oraz zdjąć biżuterię. Na co działa Access Bars? - poprawia zdrowie fizyczne -zwiększa klarowność myśli i zmniejsza stres -zapewnia głębszą relaksację i ma pozytywny wpływ na migreny oraz bezsenność -poprawia zdrowie psychiczne: zmniejsza objawy depresji, ataków paniki, ADD, ADHD i OCD - wzmacnia motywację i ułatwia komunikację -zapewnia więcej uczucia radości , szczęścia, życzliwości i pokoju**

## OXYGENIUM

# *zapisane podczas przerw: Za co kochamy nasze mamy ?*

- za poświęcony czas
- za mnóstwo miłości od najmłodszych lat
- za troskę i opiekuńczość
- wyrozumiałość
- za dobre serce
- za nieograniczone pokłady cierpliwości i zrozumienia
- za troskę
- za dobre obiady
- za dobrą atmosferę w domu
- za pyszne ciastka
- za to, że jest, gdy nam ciężko i trudno
- za to, że wierzy w nas i wspiera w trudnych sytuacjach



### **Skład redakcyjny gazetki:**

Daria Łowicka, Alicja Worwa, Katarzyna Hędrzak, Gabriela Lach, Karina Luberda, Justyna Jaromin, Marta Pierchlak.

### **opieka redakcyjna:**

Joanna Cioczek - Józwiak, Katarzyna Gąsienica - Wawrytko;

### **opieka merytoryczna nad treściami w j. niemieckim:**

Barbara Bańka