

# Zespół Szkół Technicznych w Nysie



## FORUM ZST

KWARTALNIK NR 18, Zima 2015

W naszej gazetce nr 18 przygotowaliśmy dla Was mnóstwo informacji, relacji z wydarzeń, które miały miejsce w szkole i poza nią. Najbardziej interesujące chcemy przedstawić :



strona 2 -3: Dni Otwartych Drzwi w ZST,  
strona 3-4 : Bal studniówkowy 4 TB i 4 TK,  
strona 5 -7: Akcje UNICEF,  
strona 8-9 : Działania profilaktyczne,  
strona 10- 11: Kącik fryzjerski,  
strona 13: Nowości biblioteczne.

KJ.

# Dni Otwarte w Zespole Szkół Technicznych

Dni Otwarte w naszej szkole odbywają się co roku aby zachęcić gimnazjalistów do wybrania naszej szkoły jako miejsca do dalszej edukacji. Co roku pokazujemy, że w naszej szkole nie tylko kształcimy się na wybranych kierunkach, ale także świetnie uczymy się bawiąc, pokazujemy też, że potrafimy zrobić coś wspólnie.



**18 marca 2015 r. (godz.9.00-14.00)**

## Harmonogram Dnia Otwartego:

- przywitanie gości – A. Hasiak, H. Zielińska i klasa II U /parter/;
- zapoznanie gimnazjalistów z ofertą edukacyjną na rok szkolny 2015/2016;
- prezentacje multimedialne dotyczące szkoły;
- zwiedzanie sali gimnastycznej, siłowni, sali pingpongowej, biblioteki z centrum informacyjnym, zaplecza gastronomicznego, pracowni kształcenia zawodowego

## W programie również :

- „Dzień Amerykański”, oraz Dzień Kultury Regionalnej – Euroregion Pradziad.:
- pokaz drona /bezzałogowego statku latającego/ na boisku szkolnym;
- prezentacja kultury, kuchni, zwyczajów amerykańskich;
- pokaz tańców amerykańskich - w wykonaniu uczniów ZST;
- potrawy kuchni amerykańskiej serwowane przez uczniów naszej szkoły;
- prezentacja najlepszej pracy multimedialnej uczniów IV TB: Lubczyńska, Jewulski /sala nr 25/;
- wystawa nowości czytelniczych w bibliotece szkolnej;
- prezentacja Euroregionu Pradziad i współpraca ze szkołą w Hradec Kralove – w sali nr 5;
- prezentacja praktyk zawodowych, w których wzięli udział uczniowie ZST w Niemczech – w sali nr 4;

- wystawa prac uczniów, które dotyczą konkursów, /korytarz I piętro/:
  - Z kulturą mi do twarzy;
  - Moja mała ojczyzna;
  - Konkurs fotograficzny;
  - Konkurs na najlepszą prezentację multimedialną;
  - Możliwość udziału w występach karaoke – sala nr 15;
  - Turniej piłki siatkowej – sala gimnastyczna;
- Nowe pomysły mile widziane.



Organizatorzy: H. Zielińska, M. Kufieta

## Bal studniówkowy

Do egzaminów maturalnych pozostało około 100 dni. Jest to więc doskonały moment na zorganizowanie balu studniówkowego.

Dnia 10 stycznia 2015 odbył się Bal Studniówkowy klas 4 TK i 4 TB.

Z wieczorem tym wiąże się wiele zwyczajów i przesądów. Każdy z nich ma swoją wymowę i gwarantować ma powodzenie podczas nadchodzących egzaminów. Stałym elementem każdego studniówkowego balu jest oczywiście polonez. Rozpoczyna on wieczór, przypomina o naszej ludowej tradycji oraz szlacheckich balach w przeszłości. Jak widać tradycja ta jest ważna dla każdego młodego człowieka. Dzięki niej może świętować wejście w dorosłość.





życie i zakończenie pewnego etapu w swoim życiu.



MK.

# Prawa człowieka w praktyce

15 stycznia 2015

Nasza szkoła została zaproszona do udziału w akcji "Prawa dziecka w praktyce". Akcja zorganizowana przez UNICEF i Naczelną Radę Adwokacką z okazji 25-lecia Konwencji o prawach dziecka. 15 stycznia w naszej szkole gościliśmy p. Krzysztofa Pelca z Kancelarii Adwokackiej w Nysie, który poprowadził warsztaty dla uczniów klasy 3 KB. Dzięki zajęciom uczniowie dowiedzieli się jak interpretować zapisy Konwencji o prawach dziecka. W oparciu o specjalnie przygotowane kazusy uczniowie nabyli praktyczną wiedzę jak powinni zachować się w konkretnych sytuacjach.



KM.



## Sport w ZST

16 stycznia na lodowisku miejskim w Nysie, przy pięknej i słonecznej pogodzie, odbyły się I Mistrzostwa Szkoły w łyżwiarstwie szybkim. Zadaniem konkurujących o miano mistrza było pokonanie dwóch okrążeń w jak najkrótszym czasie. Impreza miała charakter rekreacyjno- sportowy, jej celem było przede wszystkim zachęcenie do aktywnego wypoczynku i co się z tym wiąże stałego doskonalenia swojej formy. Wszyscy uczestnicy oprócz niebywalej satysfakcji z własnych rezultatów, otrzymali drobne upominki, a najlepsi zawodnicy medale i pamiątkowe dyplomy.

### Sukces

17 lutego 2015  
Damian Wojtyła  
uczeń klasy II KB  
awansował do finału  
Mistrzostw  
Województwa w  
Tenisie Stołowym .





# Wszystkie Kolory Świata

4 lutego 2015



Akcja "Wszystkie kolory świata"

w Zespole Szkół Technicznych w Nysie trwała od listopada 2014r.

do lutego 2015r angażując młodzież szkolną w pomoc dzieciom w Sudanie Południowym. W akcję zaangażował się samorząd szkolny który czuwał nad przebiegiem akcji. Przeprowadzono zajęcia dla wszystkich uczniów naszej szkoły. Spotkanie poświęcone było tematyce klęski głodu i chorób w Afryce. Prelekcję wspierały materiały pomocnicze w postaci zdjęć, krótkich filmów i informacji ze strony UNICEF-u.

Zapoznano młodzież szkolną z założeniami projektu „Wszystkie Kolory Świata”, który trwa do końca lutego 2015roku. Zainteresowani uczniowie przygotowali charytatywne laleczki, które następnie wystawili.

Wszystkie zebrane w ramach akcji pieniądze zostały przekazane na specjalne konto dedykowane zbiórce na rzecz dzieci w Sudanie Południowym i wykorzystane na zaszczepienie dzieci przeciw najpoważniejszym chorobom wieku dziecięcego.

Młodzież przygotowała lalki, które zostały zaprezentowane podczas kiermaszu świątecznego 18 grudnia 2014 w szkole i w Bastionie św. Jadwigi w Nysie 21 grudnia 2014r. Zebrano 100PLN.





# 70 rocznica wyzwolenia KL Auschwitz-Birkenau

9 lutego 2015

6 lutego 2015 r. w auli ZST odbyła się uroczystość poświęcona obchodom Międzynarodowego Dnia Pamięci o Ofiarach Holokaustu oraz 70 rocznicy wyzwolenia KL Auschwitz-Birkenau. W uroczystości udział wzięli: nauczyciele, wychowawcy oraz uczniowie naszej szkoły. W programie znalazły się między innymi: prezentacje multimedialne poświęcone historii Żydów w Polsce oraz Muzeum Auschwitz-Birkenau w Oświęcimiu.



M.K

## Podstępne WZW – zajęcia profilaktyczne dla uczniów

10 lutego 2015

W bieżącym roku szkolnym w naszej szkole realizowany jest program edukacyjny „**Profilaktyki zakażeń HBV i HCV**” pt.: „**Podstępne WZW**”.

Program powstał dzięki zaangażowaniu Świętokrzyskiego Państwowego Wojewódzkiego Inspektora Sanitarnego przy wsparciu Fundacji „Gwiazda Nadziei” i Świętokrzyskiego Centrum Onkologii w Kiecach.

Warsztaty dla uczniów odbywały się w grudniu i lutym, wzięli w nich udział uczniowie z klas IFS, IIK i IIU

Szerzenie wiedzy na temat profilaktyki zakażeń wirusami HBV i HCV jest bardzo ważne, gdyż co 12. człowiek na świecie jest zakażony jednym z tych wirusów (170- 300 milionów ludzi!!!). Ekspertki szacują, że w Polsce wirusem HCV zakażonych jest ponad 200 tys., a wirusem HBV- ok. 600 tys. osób.



Wirusy te prowadzą do ciężkich chorób wątroby, w tym marskości wątroby oraz raka wątrobowo-komórkowego, a te w konsekwencji mogą spowodować śmierć.

**Celem programu jest upowszechnienie wśród młodzieży szkół ponadgimnazjalnych wiedzy na temat**



**wirusowego zapalenia wątroby typu B i C:**

- przekazanie wiedzy na temat ryzyka zakażenia HBV i HCV,
- uświadomienie zagrożeń i zasad profilaktyki w tym zakresie,
- pobudzenie do refleksji nad odpowiedzialnością w zakresie własnych zachowań zdrowotnych,
- kształtowanie postawy tolerancji i zrozumienia wobec osób zakażonych.

Koordynator programu : Katarzyna Grygorowicz

## KĄCIK FRYZJERSKI

### Trendy w modzie wiosna- lato 2015

**Wiosnę i lato 2015** powitamy w stylu **retro**. Gorączka sobotniej nocy i styl hippie zawiązały wybiegami. Projektanci wspominają kolorowe disco garnitury oraz kwieciste suknie. Luz i swobodę lat 70. przerabiają na język romantyzmu i tworzą długie wieczorowe kreacje boho. Zamiast dosłownych cytatów z przeszłości, otrzymujemy ich interpretacje. Frędzle osiągają rozmiary XXL, zamiast poliestru w kolekcjach połyskuje jedwab, a minispódniczki dążą ku asymetrii. Niby wszystko już było, a jednak wraca w odświeżonej formie.



#### Kolory:

**Żółty** - to ciężki we współpracy kolor, ale znów wraca na salony. Tak jak azjatyckie klimaty i buty gladiatorów.

**Róż** - będzie jednym z najmocniejszych akcentów przyszłego lata. Zasufladowany, jako kolor przeznaczony dla małych dziewczynek, teraz wkracza do mody damskiej. Bez wątpienia doda naszym stylizacjom wdzięku i niewinności.

**Mięta** - zdaje się, że te odcienie na stałe zajęły miejsce w zestawie modnych kolorów.

Modne będą: cienkie ramiączka, kombinezony, geometryczne spódnice, dekolty w literę V, proste kroje, przezroczystości, zwiewne tuniki.



Styliści na światowych wybiegach zaserwowali nam tradycyjnie różnorodność form - fantazyjne upięcia zaczerpnięte z folkloru, wielki powrót przeżywa wet look, a naturalne fale przywodzą nam na myśl takie ikony kobiecości jak Brigitte Bardot czy Marilyn Monroe.

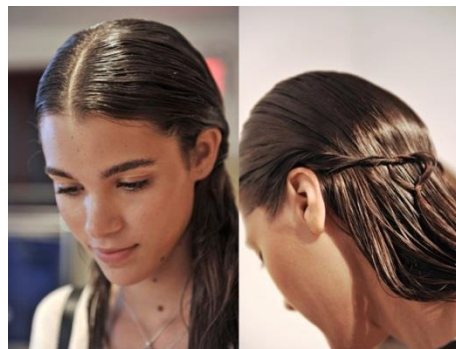
#### UPIĘCIA

W tym sezonie jednym z trendów są gładkie, eleganckie upięcia. Pojawiły się m.in. u Dolce&Gabbana, Calvin Klein i Altuzzary. Dolce&Gabbana nawet kwiaty we włosach. Taki akcent dodaje świeżości całej stylizacji. Widać tu nawiązanie do folkloru gór, co może fajnie podkręcić look.



#### WET LOOK

Powrócił do łask i dominował na wybiegu u Balmain i Thakoon. Wet look – czyli włosy stylizowane na mokre, zaraz po umyciu. Zdecydowanie nasz hit na wiosnę lato 2015. Takie włosy wyostają rysy twarzy, ale też odejmują lat. Trzeba tylko uważać, żeby look wyglądał jak wet, a nie jak not fresh.





ROCKOWY LOOK- ostry, nadaje się dla wyrazistych osobowości, które lubią rzucać się w oczy. Tym razem na rockowe fryzury postawili Tom Ford i Marc Jacobs.

Fale- mogą wyglądać bardzo kobieco, dziewczęco, buntowniczo. I tych wiele możliwości interpretacji tak nas w nich pociąga.



KUCYKI od dłuższego czasu królują na wybiegach. W tym sezonie pojawiły się m.in. u Giambattisty Valli, Stelli McCartney czy Fendi.



WARKOCZE – modne są już od kilku sezonów, z czego zresztą się cieszymy, bo plecionki można robić na milion sposobów i nigdy się nie nudzą.

## NATURAL LOOK

Lubimy wszystko, co naturalne. Nad takim lookiem nie trzeba dużo pracować, ale też nie może być pozostawiony sam sobie.



Literatura:  
fot. East News

<http://lamode.info.pl>  
[www.polki.plwww.ofeminin.pl](http://www.polki.plwww.ofeminin.pl)



## Jak narkotyki wpływają na pamięć i koncentrację ?

Narkotyki to rasowi przestępcy – za chwile uniesień i rozszerzonej percepcji rzeczywistości każą sobie słono płacić . Jedno jest pewne – ktoś , kto używa 100 % mózgu , od narkotyków będzie się trzymał z daleka .

Naukowcy już dawno obalili pogląd mówiący, że przeciętny człowiek wykorzystuje tylko 10 % możliwości swojego mózgu, jest to tylko jeden z najpowszechniejszych psychomitów .



Prof. Barbara Sahakian, specjalistka w dziedzinie neuropsychologii klinicznej z uniwersytetu w Cambridge twierdzi, że na co dzień używamy całego mózgu, wszystkich ośrodków i neuronów odpowiedzialnych za myślenie, kontrolowanie mięśni, zmysły. Pod wpływem niektórych psychostymulantów możemy poprawić swoją koncentrację czy umiejętność przyswajania informacji, stąd popularność np. amfetaminy wśród studentów przed egzaminami. Natomiast po egzaminach młodzież chętnie sięga po psychotropowe środki uspokajające typu trawka. Problem pojawia się wtedy, gdy doraźne stosowanie przechodzi w długotrwałe. Wówczas **zaczynają powstawać niepokojące zmiany w mózgu**. Pod wpływem narkotyków uwalnia się w mózgu dopamina, która wprawia nas w błogi nastrój. Jeżeli **osoby regularnie palą marihuanę z biegiem czasu przestają odczuwać dopaminową przyjemność**. Wszystko przez to, jak wyjaśniają uczeni, że ich mózgi coraz słabiej reagują na dopaminę. Badania dowiodły , że **narkotyki niszczą receptory dopaminowe** w mózgu i upośledzają mechanizm uwalniania dopaminy. Naukowcy badali strukturę mózgu palaczy marihuany i zauważyli, że jądro półleżące, czyli obszar zaangażowany w proces odczuwania nagrody, było w grupie tej powiększone w porównaniu z mózgami osób niemających nic wspólnego z trawką . Na tym nie koniec problemów. **Choroba Alzheimera** u takiego palacza może pojawić się nie w wieku 80 lat, ale na przykład dwie **trzy dekady wcześniej**. Jeżeli bierzemy ecstasy, to raczej nie myślimy o tym, że każda dawka uszkadza nam trochę neuronów serotoninowych odpowiedzialnych za transmisję serotoniny, czyli tak zwanego hormonu szczęścia. W wieku 30 albo 40 lat mamy ich jeszcze dość dużo, ale w okolicach pięćdziesiątki czy sześćdziesiątki ta liczba zaczyna gwałtownie spadać i **pojawiają się stany depresyjne albo napady agresji**. Bo tym właśnie przejawia się zmniejszenie poziomu serotoniny w mózgu, twierdzi prof. Jerzy Vetulani, neurobiolog z Polskiej Akademii Nauk.

**Narkotyki sieją także trwale spustoszenie w pamięci – zarówno krótkotrwałe, jak i długotrwałe** . Zaburzenia te zaobserwowano u trzech osób na cztery . Tanie i łatwo dostępne mieszanki psychoaktywnych substancji, nazywane potocznie dopalaczami, są równie groźne jak narkotyki, jednak o wiele słabiej zbadane. Naukowcy i lekarze nie potrafią odpowiedzieć na pytanie, jakie skutki dla organizmu może mieć długotrwałe zażywanie dopalaczy. Producenci często zmieniają ich skład, tworząc nowe koktajle chemiczne i obchodząc w ten sposób zakazy sprzedaży konkretnych substancji. Utrudnia to badania i opracowanie sposobów ratowania osób zatrutych dopalaczami.

MK

## Biblioteka zawsze po drodze! Nie mijam, wchodzę!...



Z okazji **Tygodnia Zdrowia** w naszej szkole – w bibliotece można było obejrzeć wystawę książek „*Zdrowie kochamy, więc o nie dbamy*”.

### Nasze najnowsze nabytki – zachęamy do czytania!

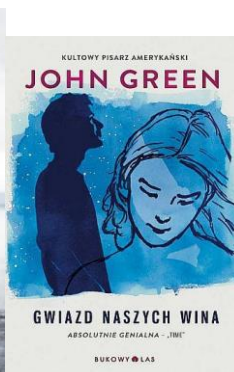
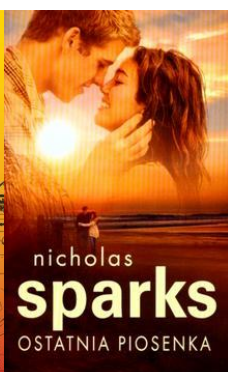
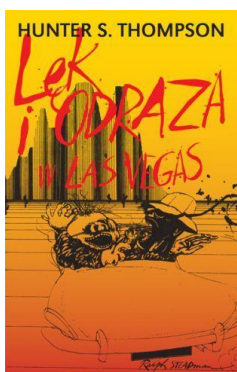
**Lęk i odraza w Las Vegas** H.S. Thompson - opis przemian zachodzących w Stanach Zjednoczonych i na świecie na przełomie lat 60. i 70.

**Ostatnia piosenka** N. Sparks - ponadczasowa opowieść o miłości w jej najróżniejszych aspektach, nadziei, gniewie i wybaczeniu.

**Wyznania** A. Shreve - powieść o trudnych wyborach, subtelnej granicy między dobrem i złem. I o tym, jak jeden pochopny krok może na zawsze odmienić nasze życie.

**Szczęśliwi ludzie czytają książki i piją kawę** A. Martin-Lugand - francuski fenomen wydawniczy. Po prostu o miłości.

**Gwiazd naszych win** J. Green - wnikliwa, odważna, humorystyczna i ostra książka. Autor zgłębia kwestię życia i miłości.



W grudniu, w bibliotece szkolnej odbyła się impreza czytelnicza pt. „*Dziwaczna księgarnia*”. Najlepsi czytelnicy mieli okazję poznać rozmaite książki, a potem układali puzzle związane tematycznie z książkami.

**>> >> Podręczniki na drugi semestr  
dostępne w bibliotece << <<**

Halina Chowańko  
13



# SZKOLNY KWARTALNIK INFORMACYNY



## Co ciekawego dzieje się w Nysie?

Jeśli nie masz co robić lub masz wolną chwilę sprawdź to:

- ✓ 2015-03-08 Kabaret Hrabi – „Lubię to” 17.00 i 20.00 / sala widowiskowa Nyskiego Domu Kultury / bilety: 65 PLN parter, 40 PLN balkon
- ✓ 2015-03-13 „60 edycji Ogólnopolskiego Konkursu Recytatorskiego” Zmagania rozpoczną się 10 marca, 9.00 / sala widowiskowa Nyskiego Domu Kultury / wstęp wolny
- ✓ 2015-03-13 spektakl „Kochanie na kredyt” w reżyserii Olafa Lubaszenki, 19.00 / sala widowiskowa Nyskiego Domu Kultury / bilety: parter - 80 PLN, balkon - 60 PLN
- ✓ 2015-03-29 Niedziela Palmowa - zapraszamy na niesamowity polskoczeski Jarmark Wielkanocny w Bastionie św. Jadwigi, organizowany w ramach projektu "Sudety - wspólna przestrzeń", 10.00 / Bastion św. Jadwigi / wstęp wolny

Zapraszamy serdecznie.

Więcej dowiesz się na [www.ndk.nysa.pl/pl](http://www.ndk.nysa.pl/pl) oraz na [www.nysa.eu](http://www.nysa.eu)

*Zespół redakcyjny:* Klaudia Jelcz, Karolina Mulik, Aleksandra Myczewska,

*Skład komputerowy:* M. Kruk-Cieślik

*Opiekunowie pisma:* mgr Marta Kufieta, mgr Magdalena Kruk-Cieślik