

Bursonoga

Gazetka Bursy Szkolnej w Ostrowie Wielkopolskim

**NIE CZEKAJ, AŻ KTOŚ PRZYNIESIE
CI KWIATY. ZASADŹ WŁASNY
OGRÓD I UDEKORUJ SWOJĄ DUSZĘ.**

Luther Burbank



Parę słów pożegnania...

Czytaj więcej na stronie 3

Sprawa wymagająca zrozumienia...

„Umysł może i piękniejszy, ale życie znacznie cięższe”

Czytaj więcej na stronie 5i6

Kilka słów o przesileniu wiosennym...

Czytaj więcej na stronie 7

Krzyżówka

Czytaj więcej na stronie 8

Witamy Was w wiosennym wydaniu „Bursonogi”!

Drodzy Czytelnicy!

nadeszła wiosna, chciałoby się rzec piękna i radosna, ale cóż na czas pisania mych słów, nie rozpieszcza nas swym urokiem. Jednak ta pora roku, to niewątpliwie moment, w którym w człowieka wstępuje nadzieja i pozytywne myślenie, które zwłaszcza teraz przyda się tegorocznym Maturzystom. Żywię ogromną nadzieję na lepszą przyszłość i na to, że w najbliższym czasie, uda nam się wrócić do wytęsknionej normalności, czego Wam i sobie szczerze życzę.

Miłego czytania ostatniego w tym roku szkolnym wydania „Bursonogi” ☺

Miłej lektury!

Julia



Drodzy Maturzyści!

Bardzo ubolewamy nad tym, że w kolejnym roku szkolnym, nie mamy szans na pożegnanie się z Wami tak, jak nakazuje bursowa tradycja. Znow nie będzie uroczystości, a wraz z nią występów artystycznych na Waszą cześć, wspomnień, śmiechów i łez, ale za to będą od nas szczerze życzenia ☺

Zatem KOCHANI MATURZYŚCI

życzymy Wam pomyślnego zdania matur, egzaminów zawodowych, dalszych sukcesów w nauce, pomyślności w życiu osobistym oraz, abyście żyli w Zdrowiu, Nadziei i brali życie garściami tak, by po latach czuć się spełnionym!

Powodzenia!!! ☺

Redakcja

i opiekunowie „Bursonogi”

PODZIĘKOWANIE

Serdeczne PODZIĘKOWANIE składamy naszemu redakcyjnemu koledze – MIŁOSZOWI MATUSZAKOWI – za zaangażowanie w redagowanie „Bursonogi”!!!

Dzięki Twoim artykułom, które wносиły wiele pozytywnych emocji w życie Czytelników, Twoim zdolnościom graficznym, które pozwalały nam na profesjonalny skład i oprawę graficzną gazetki, którą tworzyłeś od początku, aż po sam koniec pobytu w bursie i nawet podczas nauki zdalnej.

To dzięki Tobie, jesteśmy dumni z naszej pracy, za co serdecznie Ci dziękujemy!!!

Miłosz – jesteś the Best! pamiętaj o tym i oczywiście o Nas ☺

Redaktor naczelna

oraz p. Monika i p. Agata



Parę słów pożegnania ...



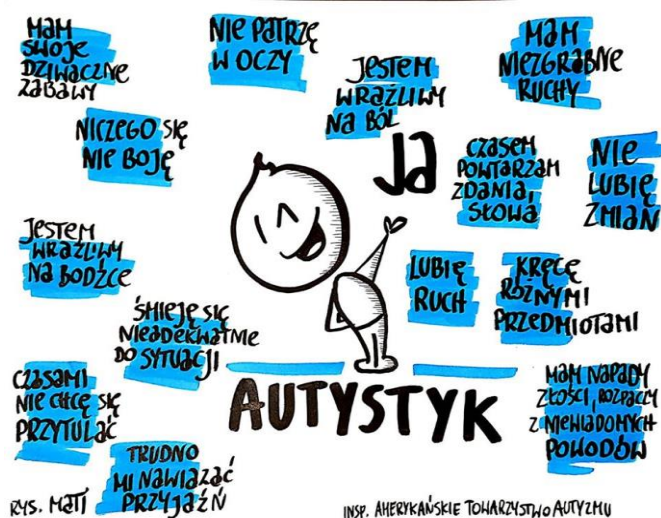
Szczerze mówiąc długo rozmyślałem nad tym, co napisać przed końcem swojego pobytu, bo myśl o rozstaniu z bursą każdorazowo wywołuje we mnie lawinę nostalgicznych wspomnień, jakie nagromadziły się przez cztery lata. Co będę czuł wyprowadzając się, gdy skończę szkołę? Teraz znam już odpowiedź na pytanie, które zadawałem sobie, odkąd po raz pierwszy przekroczyłem bursowy próg. Tęsknotę i satysfakcję. Tęsknię za wszystkimi

wspaniałymi chwilami, których mogłem doświadczyć z masą świetnych ludzi, których poznałem. Ludzi otwartych, zaangażowanych, utalentowanych, rozgadanych, sympatycznych, towarzyskich, pomocnych, koleżeńskich. Ludzi, którzy tak jak ja - niepewnie zaczynali swój pobyt, a po niedługim czasie przekonywali się jak świetne jest to miejsce. To właśnie ich - tak samo jak poczucia tworzenia naszej bursowej społeczności - będzie mi najbardziej brakować. Ta właśnie przynależność. To poczucie bycia „wychowankiem”. To wszystko sprawia, że bursę to miejsce, które ma w sobie coś wyjątkowego. Coś, co czyni je naszym drugim domem. Właśnie tak się tu czułem. Jak w drugim domu. Do którego zawsze chętnie się wraca. W którym każdy może odpocząć. W którym rozwijamy się i uczymy się sobie pomagać. W którym rozwiązujemy drobne konflikty i uczymy się dzielić z innymi. W którym wspólnie przeżywamy Święta przy wigilijnym stole. W którym jest mnóstwo śmiechu, mimo że czasem zdarza się narozrabiać. Dziękuję wszystkim i każdemu z osobna za tworzenie tego domu. Chłopakom z pokoju za wszystkie akcje. Bursantom za chwile spędzone razem. Wychowawcom za troskę i ciepłość. Dyrekcji i pracownikom administracji za sprawne zarządzanie placówką. Paniom księgowym za karteczki na żywność. Kucharkom za pyszne posiłki... Dziękuję również, że mogłem należeć do Młodzieżowej Rady, jak również pomagać w organizacji i obsłudze organizowanych w bursie wydarzeń. Miło mi, że mogłem wspomagać oprawę Bursonogi oraz stworzyć kilka własnych artykułów. Ten będzie moim ostatnim. Cieszę się, że mogłem przeżyć tą niesamowitą, życiową przygodę, równocześnie angażując się w życie bursy i zapisując w jej historii. Żałuję natomiast, że przez covid - który pomieszał rzeczywistość - nie będę miał okazji tradycyjnie zakończyć swojego pobytu. Chcąc nie chcąc nauczanie zdalne ciągnie się od ponad roku i dla mnie zakończy ono naukę w szkole średniej. Zatem Wam wszystkim życzę dużo zdrowia i wytrwałości. Obyśmy w końcu wrócili do normalności.

Do zobaczenia!

Miłosz Matuszak
Wychowanek Grupy III

Sprawa wymagająca zrozumienia



Postrzeganie świata, to rzecz niezwykle subiektywna i nierzadko trudno zrozumieć nam to, co druga osoba czuje lub widzi. Tak trywialna sprawa, jak określenie czy sukienka jest biało-żółta, czy niebiesko-czarna, może wywołać wiele emocji, a o kolorach wskaźników chemicznych nie wspomnę ;).

Osoby z zaburzeniami ze spektrum autyzmu, postrzegają świat w kompletnie inny sposób niż osoba neurotypowa (dla osoby ze „zwykłym” mózgiem, normalność jest pojęciem względnym). Warto dodać, że to nie jest choroba, to zespół zaburzeń rozwojowych. Pojmowanie otoczenia pod innymi „kątaami”.

Czym cechuje się **autyzm**? Tak jak każdy jest w jakimś sensie inny, tak każdy z zaburzeniami z tego spektrum, będzie zachowywał się inaczej, choć te osoby bardzo często mają kilka cech wspólnych. To między innymi: trudności w nawiązywaniu kontaktów i komunikacji, potrzeba rutyny, nieznoszenie nagłych i ostrych dźwięków i światła (nadwrażliwość na bodźce).

Dla kogoś, kto nie wie na czym polega autyzm, dzieci z tym zaburzeniem wydają się nieznośne, hałaśliwe, niewychowane, bo gdy wpadną w chwilowy szał z powodu remontu za ścianą (czynnik zmienny, który burzy rutynę dnia), najlepszą reakcją rodzica jest po prostu przeczekać i dać dziecku czasu na przereagowanie. Nie należy takich osób oceniać, ani pouczać rodziców, bo wiedzą co robią.

Przeprowadźmy eksperyment, żeby zobrazować jak widzą świat dzieci z tymi zaburzeniami:

Pani Kwiatkowska wsadziła swoją ulubioną szkatułkę do szafki przy oknie i wyszła. Pan Kwiatkowski, z powodu bycia dowcipnisiem, przełożył szkatułkę do innej szafki, przy biurku. Gdzie Pani Kwiatkowska będzie szukać szkatułki?

Jeśli odpowiedziałeś, że w szafce przy oknie, to:

- masz więcej niż 5 lat

- prawdopodobnie rozumiesz/posiadasz „teorię umysłu” – zdajesz sobie sprawę, że ktoś może wiedzieć więcej lub mniej o świecie

Dzieci z zaburzeniami mogą odpowiedzieć, że Pani Kwiatkowska będzie szukać szkatułki w szafce przy biurku. Nie domyślają się, że Pani K. wie mniej niż oni. Takie zjawisko tyczy się wielu przypadków. Mogą chcieć cukierka, czyli cały świat wie, że one chcą cukierka, a za tym, jeśli go nie dostaną, mają prawo się wściec.

Autyzm u dorosłych także występuje. Osób, które zostały zdiagnozowane w dzieciństwie, a w dorosłości nadal są w tym spektrum, nie należy uważać za osoby niepełnosprawne, choć często potrzebują pomocy. Potrafią żyć samodzielnie i zakładać własne rodziny, a niejednokrotnie ze względu na nietuzinkowy sposób myślenia, są bardzo sumiennymi pracownikami i lojalnymi przyjaciółmi.

Na koniec warto obalić kilka mitów:

- Osoba z autyzmem nie musi być geniuszem, to mit wykreowany przez media.
- Osoby z autyzmem rozpoznają podstawowe emocje, nie są bezdusznymi maszynami; mają problemy z rozróżnieniem bardziej zawiłych uczuć, ale to też nie znaczy, że nie chcą ich rozumieć!
- Autyzm nie jest winą rodziców, ma podłoże genetyczne.
- Osoby z autyzmem nie chcą się izolować, chcą nawiązywać znajomości, choć czasami ich zachowanie może wpływać na coś innego.

2 kwietnia, to Dzień Świadomości Autyzmu. I choć dawno ten dzień minął, namawiam do czczenia go codziennie, nie tylko raz w roku.

Nie zamykajmy się na ludzi, którzy myślą inaczej niż my. Wystarczy odrobina pokory i chęci, by zrozumieć jak ciężko im żyć w tak zmiennym świecie (w którym nawet my się gubimy). Cały wywód zakończę komentarzem, który przeczytałam na forum.

„Umysł może i piękniejszy, ale życie znacznie cięższe”



Marianna Baraniak

Kilka słów o przesileniu wiosennym



Przesilenie wiosenne

jako efekt długotrwałego przemęczenia,
zaczyna się bardzo niepozornie

Zbliża się przesilenie wiosenne. Jest ono okresem kiedy kończy się zima i rozpoczyna wiosna. Najczęściej przesilenie wiosenne pojawia się w marcu i kwietniu. Im dłuższa zima i im bardziej drastyczny skok temperatury, tym przesilenie wiosenne przesuwają się w czasie. Główną przyczyną jest

przede wszystkim zbyt szybkie przejście z jednej pory roku w drugą. Zima, to okres sprzyjający rozleniwieniu, spędzamy więcej czasu w domu, brakuje słońca, a dieta jest uboższa w witaminy i minerały. Dodatkowo zmienna pogoda i nagłe skoki ciśnienia nie ułatwiają sytuacji. Od wielu lat nie występuje już tzw. przedwiośnie. Wiosna pojawia się nagle, z dnia na dzień. Jednego dnia chodzimy ubrani w ciepłe kurtki i płaszcze, aby nagle zrzucić z siebie wierzchnią odzież. Dla organizmu jest to duży szok, nie jest on przygotowany na tak drastyczne zmiany, w tak szybkim tempie. Dlatego przesilenie wiosenne skutkuje objawami takimi jak: zmęczenie, zaburzenia snu, bóle głowy i mięśni, problemy z koncentracją, wypadnie włosów, drażliwość, uczucie kołatania serca, smutek oraz rozdrażnienie i niepokój. To jedne z najczęstszych objawów przesilenia wiosennego. A jak sobie z nimi poradzić? Nastrój poprawi Ci codzienna dawka ruchu. Aktywność fizyczna, zwłaszcza na świeżym powietrzu, sprzyja wytwarzaniu endorfin i dobremu samopoczuciu. Zadbaj o zdrową i zbilansowaną dietę. Spożywaj lekkie posiłki, obfitujące w warzywa oraz owoce. Pij wodę nawet 2l dziennie, owocowe soki także pomogą nawodnić organizm, a dodatkowo dostarczą witamin. Dobrze odżywione i nawodnione wnętrze człowieka, lepiej funkcjonuje. Odpowiednio się ubieraj (przegrzanie jak i wychłodzenie wpływa na brak odporności). Pamiętaj także o odpoczynku oraz regularnym śnie minimum 8 godz. Jeśli objawy nie mijają, rozważ konsultację z lekarzem.

Kto by pomyślał, że tak piękna pora roku, może tak dawać się nam we znaki. Jednak, kiedy te objawy miną, będziemy mogli się cieszyć jej urokami i korzystać z oferowanych przez nią dobrodziejstw, czego serdecznie Wam życzę :)

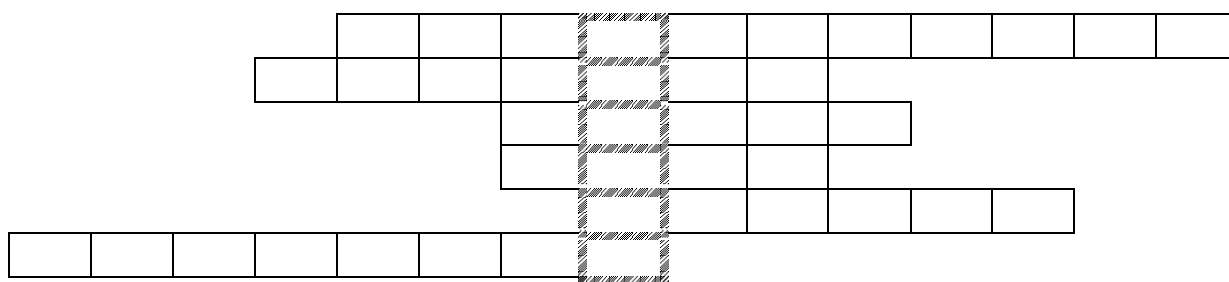
Natalia Głąbicka

Krzyżówka

Specjalnie dla tegorocznych maturzystów.

Krótką powtórką z lektur.

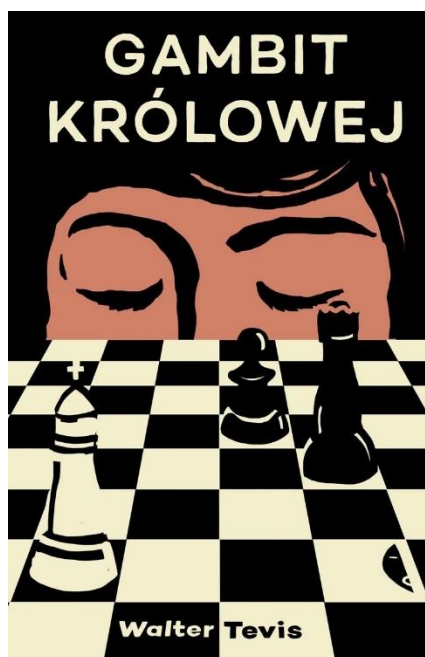
Zapraszamy do zabawy. ☺



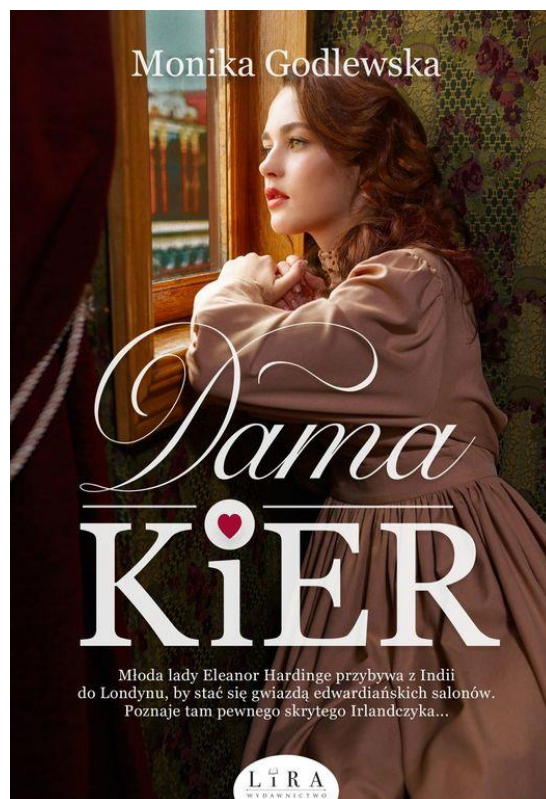
1. Nazwisko świętej grzesznicy, XX-wiecznej Marii Magdaleny z lektury „Zbrodnia i kara”?
2. W III cz. „Dziadów” Gustaw zamienia się w...?
3. „Deszcz jesienny” napisał...?
4. Jak nazywana jest forma niedojrzałości w „Ferdydurke”?
5. Wzorzec patrioty z „Lalki” B. Prusa to...?
6. Jak ma na imię opiekunka Zosii w „Panu Tadeuszu”?

Sandra Kowalska

WARTO PRZECZYTAĆ



W wieku ośmiu lat Beth Harmon trafia do sierocińca. Tam wkrótce odkrywa swoje dwie największe miłości: grę w szachy i środki odurzające. Szachów uczy się w piwnicy, pod okiem gburowatego woźnego, który szybko poznaje się na jej niezwykłym talencie. Małe zielone pigułki są podawane jej i innym maluchom, żeby w domu dziecka łatwiej było utrzymać spokój. Obie obsesje będą towarzyszyć Beth, kiedy opuści dom dziecka, przeniesie się do rodziny adopcyjnej i spróbuje zbudować dla siebie nowe życie. Wspinając się na szczyty amerykańskich, a potem światowych rankingów szachowych, będzie się równocześnie mierzyć z własnym pragnieniem samozniszczenia. Gambit królowej to przepiękna książka o samotności i przyjaźni, rywalizacji i współpracy, zagubieniu i poszukiwaniu sensu życia.



Intrygi, skandale i zakazana miłość... Czym może grozić łamanie konwenansów na edwardiańskich salonach?

Londyn, początek XX wieku. Lady Eleanor Hardinge, młoda arystokratka, wdowa i matka dwuletniego Williama, powraca z Indii, żeby zacząć życie od nowa.

Tymczasem czeka ją konflikt o spadek z bratem zmarłego męża... Nora, chcąc osiągnąć swoje cele, staje się gwiazdą na firmamencie londyńskiej socjety. Kiedy na jednym z balów poznaje Cilliana Shawa, skrytego Irlandczyka, nawet nie przypuszcza, jaką tajemnicę skrywa mężczyzna i jakie ma wobec niej plany...

Redakcja

CYTATY NA MATURE

Cytat (łac. *citatio*; ang. *citation, quotation*, fr. *citation*, niem. *Zitat*) – dosłowne przytoczenie w tekście dzieła literackiego fragmentu tekstu innego autora albo też innego dzieła tego samego autora (*autocytat*). Słownik terminów literackich. Wrocław 1976.

Cytat umieszczony na początku wypracowania pełni rolę motta. Jest to dobry sposób rozpoczynania pracy, ponieważ od razu wskazuje na znajomość literatury, a ponadto pozwala oryginalnie „wejść w temat”.

Zapraszamy na spacer „śladami cytatów” :

„Być człowiekiem- to właśnie być człowiekiem odpowiedzialnym. To znaczenie wstydu w obliczu nędzy, nawet tej nędzy, której nie jesteśmy winni. To odczuwać dumę, ze zwycięstwa odniesionego przez kolegów. To czuć kładąc cegłę, że bierze się udział w budowaniu świata” – *Antoine de Saint- Exupery*

„Wielkość człowieka polega na jego postanowieniu, by być silniejszym niż warunki czasu i życia” – *Albert Camus*

„Człowiek sam sobie wykuwa los. Decyduje charakter, świadomość, wiara- nie ślepe i ciemne fluidy. Każde życie ludzkie, każda nasza przygoda jest trochę niejasna i tajemnicza” – *Witold Gombrowicz*

„Wszyscy wiedzą, że czegoś nie da się zrobić, i przychodzi taki jeden, który nie wie, że się nie da, i on właśnie to robi. „ *Albert Einstein*

„Tchórzostwo nie jest jedną z najstraszliwszych ułomności, ono jest ułomnością najstraszliwszą.” *Michał Bułhakow*

„Prawdziwy akt odkrycia nie polega na odnajdywaniu nowych lądów, lecz na patrzeniu na stare w nowy sposób.” *Marcel Proust*

„Wolność jest pierwszą cechą jestestwa człowieka.” *Jan Paweł Woronicz*

„Tylko głupcy nazywają samowolę wolnością.” – *Tacyt*

„Człowiek może znieść bardzo dużo, lecz popełnia błąd, sądząc, że potrafi znieść wszystko.” – *Fiodor Dostojewski*

„Bez bólu i cierpienia nie istniejemy” – *Sofokles*

„Jedno jest tylko w życiu szczęście, kochać i być kochanym” – *George Sand*

„Nie można cierpieć za to, za co by się chciało” – *Jean Paul Sartre*



Sandra Kowalska

Moc koktajli

Aby móc przetrwać wiosenne przesilenie wiosenne, ale nie tylko, zachęcamy do przyrządzenia pysznych koktajli wg naszych przepisów. Zmiksowane owoce i warzywa, to naturalne źródło energii, która wzmacnia i jednocześnie odnawia organizm. Najlepiej działają wtedy, gdy są spożywane z samego rana. Dlatego nie zwlekaj, owoce i warzywa siekaj i na zdrowie!!



Zielony koktajl

Składniki:

- 2 łodygi selera naciowego
- garść świeżego szpinaku
- 1 pomidor
- ½ cytryny (obranej, bez pestek)
- opcjonalnie: lód

Przygotowanie:

Warzywa myjemy i delikatnie osuszamy. Seler kroimy na kawałki, by zmieścił się w misce do blendera. Wszystkie składniki wkładamy do miski i miksujemy. Jeśli koktajl jest zbyt gęsty, możemy dodać kostki lodu.

Czerwony koktajl



Składniki:

- 2 szklanki pomidorów
- ½ szklanki soku pomidorowego
- ¼ szklanki świeżo wyciskanego soku jabłkowego
- ½ szklanki marchewki
- ¼ szklanki posiekanego selera naciowego
- opcjonalnie: odrobina sosu Tabasco
- 2 szklanki lodu

Przygotowanie:

Pomidory wyparzamy, obieramy ze skórki i drobno kroimy. Marchewkę ścieramy na tarce o drobnych oczkach. Wszystkie składniki umieszczamy w misce, blendujemy do uzyskania gładkiej masy. Amatorzy ostrych smaków mogą dodać odrobinę sosu Tabasco

Redaktor Naczelny:

Julia Szczepaniak

Redakcja:

Miłosz Matuszak, Natalia Głąbicka, Sandra Kowalska, Marianna Baraniak

Skład i oprawa graficzna:

Miłosz Matuszak

Opiekunowie: Monika Kaczmarek, Agata Wojciechowska - Szelerska