

Internacki Biuletyn Informacyjny

LISTOPAD 2013...

Rozmowa z uczennicami: Natalią Badowską i Danielą Szeląg

W obecnym numerze gazetki chciałabym przedstawić sylwetki dziewczyn, naszych uczennic, które znalazły w życiu pasję. Natalia Badowska uczęszcza na treningi karate kyokushin.

Kiedy to się zaczęło?- pytam

Natalia: zaczęłam chodzić na treningi w Gorlicach w wieku siedmiu lat, tak mi się spodobało, że trwam do tej pory, mimo że zmieniałam miejsce nauki. Obecnie uczęszczam na zajęcia w Starym Sączu trzy razy w tygodniu.

E.P. Jakimi osiągnięciami możesz się pochwalić?

Natalia: udział w zawodach okręgowych: Nowy Sącz, Dębówiec, Łukowica oraz ostatnie mistrzostwa Polski w Krośnie. Ponadto: 5 pucharów za 1 miejsce, 2 puchary za 2 miejsce, 1 puchar za 3 miejsce, 1 medal za 3 miejsce i co najważniejsze żółty pas w karierze.

E.P. Czy w najbliższym czasie szykują się jakieś wyjazdy?

Natalia: tak, w wyjeżdżamy na mistrzostwa do . Muszę jeszcze popracować fizycznie: biegi, siłownia itp.

E.P. w takim razie życzę wielu sukcesów i dziękuję za rozmowę.



E.P.: Kiedy zaczęła się Twoja przygoda z hokejem - pytam Danielę Szeląg uczennicę LO w Marcinowicach?

Daniela: w wieku 13 lat, najpierw 2,5 roku treningi przygotowawcze, a obecnie gram ligowo w MKHL. Treningi odbywają się codziennie ale ja mogę ćwiczyć tylko w piątki - z wiadomych względów, w sobotę i niedzielę gramy. Trenerem naszej drużyny jest Janusz Pióro.

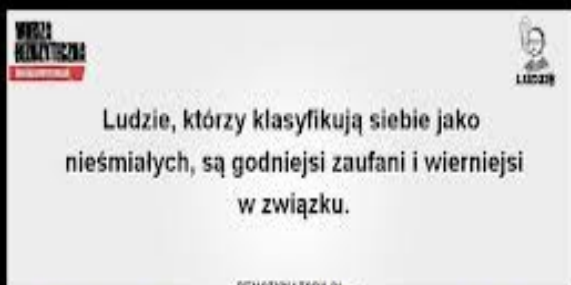
E.P.: A osiągnięcia Waszej drużyny?

Daniela: I-miejsce w grupie B MKHL 2, I - miejsce w drugiej lidze, 3 miejsce w pucharze Małopolski

E.P.: Dziękuję za roz-



Pytania „prawie” egzystencjalne



Z pozdrowieniami dla wszystkich nieśmiałych



Nieśmiałość, to taka wyjątkowa prośba
aby pierwszy dotyk dłoni wypłynął z twojej strony

CZY WIECIE, ŻE... Idealna szkoła działa na małej wyspce Auatohai w pobliżu wybrzeży Australii. Nie ma tam ocen, klasówek, prac domowych i wkuwania. Bezstresowa szkoła nie jest bynajmniej efektem eksperymentu pedagogicznego. Po prostu jedyny nauczyciel wpadł tu do oceanu i został pożarty przez rekiny.

JAK ZDOBYĆ SYMPATIE?

Zwracać uwagę na wszystko co da się pochwalić, podkreślać cudze, mocne strony, śmiać się z siebie. Nauczyć się kilku dowcipów. Nie oczekiwać, że wszyscy nas polubią.

JAK PRZESTAĆ SIĘ STAŁE MARTWIĆ?

Mniej rozmyślać, więcej działać, zaakceptować swoją wrażliwość.

JAK POCZUĆ SIĘ PEWNIEJ?

Uczestniczyć w spotkaniach w gronie osób, przy których odczuwa się minimalny lęk, rozmawiać z osobami dotąd niezauważonymi, zacząć patrzeć ludziom w oczy.

JAK POLUBIĆ SWOJĄ NIEŚMIAŁOŚĆ ABY STOPNIOWO PRZESTAŁA BYĆ PROBLEMEM?

Przestać skupiać się na sobie i rozważać ciągle objawy skrępowania, ludzie nie zwracają na nas aż takiej uwagi.

JAK UZYSKAĆ OPINIĘ OSOBY MĄDREJ?

Starać się zrozumieć a nie oceniać. Raczej pytać, nie udzielać konkretnych odpowiedzi. Nie zrażać się przeciwnościami losu.

A JEŚLI KTOŚ POMYŚLI COŚ ZŁEGO?

Nie mamy wpływu na to, co kto pomyśli lub powie, skupiamy się na tym by wypaść jak zamierzamy.

JAK OSŁABIĆ POCZUCIE WINY?

Przeprosić, coś ofiarować, powiedzieć sobie, że wszystko co możliwe zostało zrobione i wyciągnąć wnioski, po czym zapomnieć.

KALENDARIUM

- 21 listopada - Dzień Życzliwości i Pozdrowień
- 22 listopada - Dzień Kredki
- 23 listopada - Dzień Licealisty
- 24 listopada - Katarzynki
- 25 listopada - Dzień Pluszowego Misia
- 28 listopada - Dzień Pocałunku
- 29 listopada - Dzień Chorążego
- 30 listopada - Dzień Białych Skarpetek
- 1 grudnia - Światowy Dzień Walki z AIDS

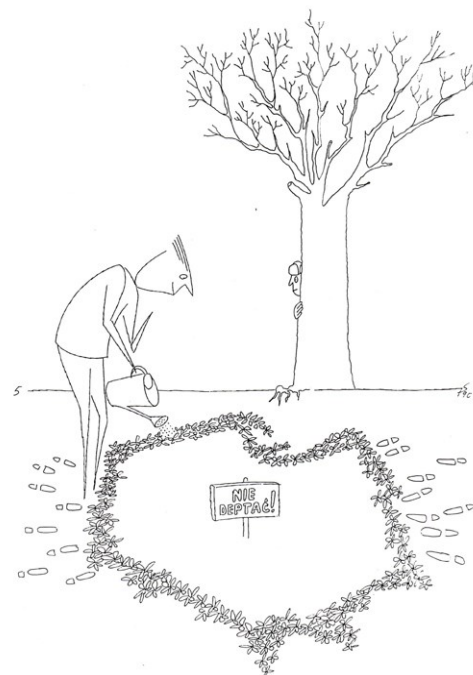
Postacie niepodległościowe związane z Sądecczyzną

Władysław i Kazimierz Świerczkowie – bracia, członkowie Ruchu Oporu na Sądecczyźnie w czasie II wojny światowej.

Gen. . Franciszek Gagor (1951-2010)– szef Sztabu Generalnego Wojska Polskiego – pochodzący z Koniuszowej tzw. Pierwszy Żołnierz Rzeczypospolitej , dowodził misją obserwacyjną ONZ na granicy Iraku i Kuwejtu, zginął w katastrofie samolotu pod Smoleńskiem – 10.04. 2010 ;

Julian Zubek „Tatar” (1913-1981) – dowódca partyzancki na Sądecczyźnie, żołnierz września 1939;

Jadwiga Wolska- Czerniejewska (1907-1949) – nauczycielka, harcerka, razem z M. Ritter organizowały pomoc dla sądeckich więźniów i Żydów w czasie II wojny światowej;



Dnia 14 listopada odbył się w naszym internacie spektakl pt. „Pan Tadeusz” z okazji odzyskania przez Polskę niepodległości.



Ojczyznę
kocha się
nie dlatego,
że jest
wielka ale
dlatego, że
jest własna.

Co nas czeka w internacie w najbliższym czasie.

26 listopada - wyjazd na ściankę,

27 listopada - konkurs na znajomość Regulaminu Internatu,

28 listopada - Wieczór andrzejkowy + dyskoteka,

5 grudnia - „wizyta Św. Mikołaja”,

12 grudnia - spotkanie z panią ginekolog (już od dzisiaj można składać pytania do skrzynki u wychowawców),

19 grudnia - Wigilia Internacka,

*Przyjazdówka po Świątach - 1.01.2014r. (środa)
godz. 17.00.*

GRAFFITI

Chodzenie po bagnach wciąż

Gdzie dwóch się bije tam korzysta dentysta

Jeśli nie masz po co żyć, żyj na złość innym

Język polski? Po co mi to? I tak mnie wszyscy rozumieją!

Miej serce i patrz w telewizor

Prochy bierzesz - w proch się obrócisz.

Proszę o kontakt - wtyczka

Przybyłem, zobaczyłem i oczom nie wierzę

Są rzeczy ważniejsze od pieniędzy, tylko trzeba mieć pieniądze, żeby je kupić

Sie ma lub się nie ma.

Uwolnić ryby z puszek.

Tonący brzydkiej się chwyta

Wolę być łysy niż nie mieć włosów