



Jesteśmy z Wami!

W związku z sytuacją panującą na Ukrainie wiele osób w Polsce postanowiło pomóc uchodźcom. Organizowane są liczne zbiórki żywności i ubrań. Nasza szkoła także postanowiła wspomóc ludzi uciekających przed wojną. Od poniedziałku 28 lutego do środy 2 marca trwała zbiórka podstawowych produktów higienicznych, koców termicznych i jedzenia z długą datą ważności. Zgromadzone przedmioty zostały posegregowane przez uczniów naszego liceum w czasie lekcji wychowania fizycznego, a następnie przekazane Urzędowi Dzielnicy Bielany.



Wszystkie te działania były koordynowane przez panią Monikę Wołkow, panią Kamilę Staniszewską, panią Grażynę Zajkowską i panią Małgorzatę Zalewską - nauczycielki wf-u. Nasza szkoła prowadziła również akcje zbierania plecaków wojskowych, lornetek, opatrunków i leków przeciwbólowych. Wszyscy staramy się pomagać, jak tylko możemy, ale niektórzy

wyróżniają się ogromnym altruizmem.



Pani Danuta Wissuwa, nauczycielka z naszej szkoły przyznała, że nie potrafiła pozostać bierna i gdy dowiedziała się, co się dzieje, od razu skontaktowała się z organizacjami pomocowymi. Pojechała na granicę z jedzeniem i przewoziła ludzi potrzebujących transportu. Opowiedziała o grupie studentów z Nigerii, którzy potrzebowali dostępu do Internetu i noclegu oraz o kobiecie, która poprosiła o bilet do Dublina, żeby dostać się do córki. Podkreśla, że uchodźcy szybko się organizują i namawia do wszelkiej pomocy. Uczniowie José Martí pochodzący z Ukrainy powiedzieli, że w tym bardzo trudnym czasie sami pomagają i są wolontariuszami. Jedna z uczennic opowiedziała, że ona i jej rodzice zorganizowali zbiórkę i zebrali ponad 17 tysięcy złotych, a także sprzęt wojskowy - kamizelki kuloodporne i leki dla ukraińskich żołnierzy. Nasi koledzy z Ukrainy podkreślają, jak ważne jest dla nich wsparcie



psychiczne, zarówno ze strony przyjaciół, jak i grona pedagogicznego. Dyrekcja José Martí postanowiła przyjąć do niektórych klas uczniów z Ukrainy. Jedna z nowo przybyłych uczennic powiedziała, że wszyscy są dla niej bardzo uprzejmi i pomocni. Nauka w szkołach na Ukrainie została zawieszona, dlatego tak ważne jest, aby zapewnić dalszą edukację młodym ludziom. Namawiamy i zachęcamy do pomocy. Solidaryzujemy się ze wszystkimi Ukraińcami. Слава Україні!



Studniówka 2022



Studniówka 2022 już za nami. W tym roku odbyła się ona w położonym 16 kilometrów od Warszawy hotelu Mazurkas. Jak wiadomo, ważnym elementem każdej studniówki jest polonez, do którego uczniowie przygotowywali się, trenując w szkole oraz w samym hotelu. W taki dzień wszystko powinno być dopięte na ostatni guzik i odbywać się zgodnie z planem. W tym przypadku nie było to takie oczywiste, ponieważ na dosłownie trzy dni przed studniówką okazało się, że coraz więcej klas, w tym także maturalnych, przechodzi na zdalne. W związku z tym były obawy, czy studniówka w ogóle się odbędzie, czy nie zostanie odwołana z powodu pandemii podobnie jak w ubiegłym roku.



Szczęśliwie wszystko odbyło się po myśli organizatorów i uczestników. Po przywitaniu i przemówieniach nastąpiło – tradycyjnie – odtańczenie poloneza transmitowane na żywo. Transmisja była spowodowana tym, że na kilka dni przed wydarzeniem okazało się,

że rodzice ze względu na ograniczenia pandemiczne nie mogą przyjść, aby obejrzeć taniec. Po polonezie zakończono część oficjalną i fotograf zrobił zdjęcia grupowe każdej z klas. Jako ciekawostkę dodam, że grupa uczniów wpadła na pomysł, aby na studniówkę przybyć w wielkim stylu. Dokładnie wielkim Hummerem-limuzyną, co zaskoczyło wszystkich i utwierdziło w przekonaniu, że jak się bawić, to na całego.

Zanim przyszli absolwenci zasiedli do kolacji, odbył się pokaz ognia w wykonaniu obsługi Hotelu. Aby nie paść z głodu, przygotowano olbrzymi wybór przekąsek i ciepłych dań, a w nocy dodatkowo pojawiła się stacja z burgerami, gdzie kucharze przygotowywali burgery według wskazówek zamawiających. Aby utrwalić chwile z tamtego wieczoru, uczestnicy mieli do dyspozycji foto budkę z rekwizytami do wyboru oraz ściankę, na której można było zapozować. Dawało to szansę poczuć się jak gwiazda na czerwonym dywanie. W relacjach uczestnicy najczęściej pozytywnie oceniali jedzenie, różnorodność muzyki oraz otwartość bawiących się - do każdego można było



podejść i z każdym można było się bawić. Jeden z maturzystów powiedział: „Bawimy się jak po alkoholu, ale bez alkoholu”. Warto

też wspomnieć, że studniówka trwała rekordowo długo, bo aż 11 godzin (od godziny 19.00 do około 6.00 rano). Poniżej zamieszczamy kilka wypowiedzi jej uczestników, które udało nam się zebrać.

Samo wydarzenie było na pewno bardzo ważne i znaczące dla każdego z nas, dla każdego ucznia. Niestety ze względu na pandemię obawialiśmy się, że nie będziemy mieli studniówki podobnie jak absolwenci w zeszłym roku. To sprawiło, że radość, którą czuliśmy



po wejściu na salę hotelu Mazurkas, była nie do opisania. Myślę, że każdy był zadowolony ze wszystkiego: z organizacji, muzyki oraz samego przebiegu imprezy. Oby przyszłoroczni maturzyści mogli się bawić nie gorzej od nas. Chociaż... wątpię, że tak niepowtarzalne wydarzenie można w jakikolwiek sposób odtworzyć.

Studniówkę uważam za udaną, narzekać mogę jedynie na zmęczenie po wielu godzinach spędzonych na parkiecie! Catering był dobry, polonez na szczęście się udał, a DJ również spełnił swoje zadanie (oczywiście z pomocą uczniów, którzy mówili mu, co puszczać). Mam szczerą nadzieję, że po maturach również zorganizuje się taką imprezę, wrażenia nie do zapomnienia!

Ogólnie rzecz biorąc, studniówkę uważam za bardzo udaną. Świetna atmosfera! Dzięki niej udało się jeszcze lepiej zintegrować z innymi osobami ze szkoły. Jedyнным

minusem był DJ, który nie do końca puszczał muzykę, o którą prosiliśmy, ale podsumowując, bardzo świetny wieczór i na pewno go nie zapomnę.

Na studniówce była świetna zabawa. Można było dostrzec, że większość z nas potrzebowała się wybawić. W tym dniu każdy mógł się przez chwilę poczuć jak gwiazda na czerwonym dywanie. Czas tam

spędzony zleciał bardzo szybko, wielu z nas zostało do końca balu. Sporym zaskoczeniem był na pewno występ kelnerów, którzy wykonali swoją pracę bardzo "artystycznie". Niewątpliwie czas studniówki pozostanie długo w moich wspomnieniach, a zdjęcia, które mam nadzieję, że szybko się pojawią, będą pamiątką z tych pięknych chwil.



K.P. & A.Ć.

Kącik intelektualisty

Seryjni mordercy. Czy rodzą się, by zabijać?

Według specjalistów seryjnym mordercą nazywamy kogoś, kto zabił przynajmniej trzy osoby w okresie dłuższym niż miesiąc. Psychologowie sądowi od dawna zastanawiają się, jakimi motywami kierują się mordercy, że popełniają zbrodnie. W większości przypadków winę ponoszą silne społeczne tendencje przestępcy, ale nie wyklucza się też chorób psychicznych. Wielu spełnia kryteria psychotyczne lub socjopatyczne. Niektórzy seryjni mordercy zdiagnozowani zostali w kierunku schizofrenii lub innych zaburzeń osobowości.

Często charakteryzuje ich brak empatii połączonej z zaburzeniem poczucia winy, ale równocześnie są wystarczająco czarujący, by ofiara mogła im zaufać i nie podejrzewać najgorszego. Jednym z wyjaśnień takiej zbitki cech charakteru jest to, że seryjni mordercy mają dwa współzystające umysły - jeden racjonalny, zdolny do zachowania akceptowalnych norm społecznych i moralnych. Drugi umysł - socjopatyczny, bez moralności, zdolny do popełnienia brutalnych czynów wobec innych. Jednak

według większości specjalistów zajmujących się tematyką psychologii seryjnych morderców w większości przypadków mordercy nie mają podwójnej osobowości, a wręcz są w pełni świadomi swoich czynów.

Najlepszym przykładem jest amerykański seryjny morderca Ted Bundy, który opisywany był jako „czarujący, przystojny, dobrze funkcjonujący indywidualista, ale też sadysta, nekrofil, seryjny gwałcieciel i morderca pozbawiony jakichkolwiek wyrzutów sumienia”. Bundy był dumny ze swoich zdolności do skutecznego zabijania i długiego unikania złapania przez policję.



W powszechnym myśleniu seryjny morderca to niesamowicie inteligentny mężczyzna. Psychologowie jednak przekonują, że większość z nich ma przeciętny iloraz inteligencji. Część z nich ma też bardzo niską inteligencję na pograniczu upośledzenia, a tylko niektórzy są wyjątkowo inteligentni. Samo przekonanie, że seryjny

morderca jest płci męskiej, nie jest bezpodstawne. Seryjne morderczynie często odnajdują się w roli partnerek w zabójstwie. To mężczyzna jest pierwszoplanowym przestępcą, co może wynikać ze znacznie mniejszych skłonności do agresji wśród kobiet. Tak było w przypadku Karli Homolki i Myry Hindley, pracujących z Paulem Bernardem i Ianem Bradym. Zakłada się, że kobiety stanowią 15% seryjnych morderców.

Czy seryjni mordercy rodzą się jako przestępcy czy też ich zachowanie jest środowiskowe? Wielu seryjnych morderców w dzieciństwie doświadczyło strasznych przeżyć, co może świadczyć o wpływie środowiska na ich późniejsze losy. Nie bez znaczenia jednak są też występujące u wielu seryjnych morderców wymienione wyżej zaburzenia osobowości i społeczne tendencje. Ich zapis w kodzie genetycznym wpływa na rozwój agresji i silnych tendencji do zabijania.

Badania psychologii seryjnych morderców i jej neurologicznych uwarunkowań od wielu lat przyciągają socjologów i psychologów. Mimo że nadal nie wiemy wszystkiego, odkrycia naukowców mogą pomóc w zrozumieniu zachowań seryjnych morderców.

Z.W.

Wywiad z Panem Łukaszem Popielarskim - nowym nauczycielem historii

Gdyby mógł Pan wybrać, jaką postacią historyczną chciałby Pan być?

Postacią historyczną, którą chciałbym być, jest Maria Antonina, czyli kobieta, bo nigdy nie byłem kobietą. Oprócz tego zawsze wydawała mi się smutna i zagubiona, jest mi jej szkoda.

Jaki zawód by Pan wybrał, gdyby nie został nauczycielem historii?

Gdyby nie zawód nauczyciela, wybrałbym coś związanego z pracą



fizyczną, np. pracę w kopalni, ale taką bardzo ciężką. Dwanaście godzin dziennie takiej pracy, gdzie nie muszę myśleć, co mam robić - mam młot i przez cały dzień nieustannie wykonuję swoje zajęcie.

Jakie ma Pan zainteresowania czy hobby poza historią?

Wszystko, byleby się ruszać, cokolwiek związanego z ruchem.

Ciężki wysiłek i zmęczenie np. po treningu daje mi wiele satysfakcji. Słyszeliśmy również, że jeździ Pan rowerem do szkoły. Dlaczego wybrał Pan taki środek komunikacji?

Teraz z pewnych powodów jeździć nie mogę, ale w wakacje, gdy mam więcej czasu i lepsze warunki pogodowe, jeżdżę łącznie około trzy lub cztery tysiące kilometrów. Jeżdżę dużo i w różnych konfiguracjach.

Jak to się stało, że jest Pan nauczycielem w naszym liceum?

Takimi zasadami rządzi się rynek. Zobaczyłem ogłoszenie, zgłosiłem się i ktoś mnie wybrał na to stanowisko. Ja mogłem się tylko cieszyć z tej decyzji.

K.T. & Z.D. & N.C.

Stwórz swój własny projekt!

W naszej szkole coraz więcej osób angażuje się w dodatkowe aktywności. Jedną z nich jest olimpiada „Zwolnieni z teorii”, za którą w naszej szkole odpowiedzialna jest Pani Joanna Kura. Jest to inicjatywa dla młodych osób zainteresowanych tworzeniem projektów społecznych z każdej dziedziny. Pomysły na projekty są nieograniczone - od akcji pomagania starszym, przez przekazywanie wiedzy o giełdzie aż do promowania mody slow fashion. Aby zacząć swój projekt, wystarczy znaleźć grupkę znajomych i zarejestrować się na platformie. Przez cały okres trwania olimpiady pomaga nam mentor, który przypisany jest do każdej grupy. Podczas tworzenia projektów możesz również zdobywać certyfikaty, np. od

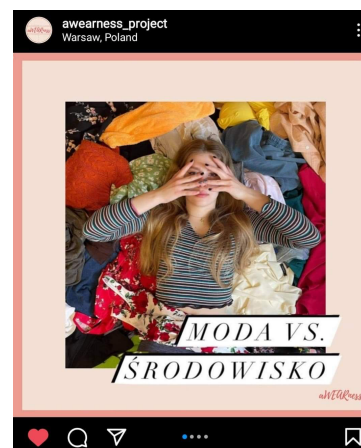


Google - z kompetencji cyfrowych czy za przejście kursu z marketingu. Ja sama w tym roku biorę już trzeci raz udział w olimpiadzie.

Jednym z moich projektów była akcja „aWearness”. Razem z koleżankami z innych szkół postanowiłyśmy zredukować konsumpcjonizm w branży odzieżowej. Naszym głównym hasłem było - "be aware of what you wear", czyli bądź świadomy tego, co nosisz. Celem naszych działań było więc promowanie przemyślanych zakupów, a także zachęcenie do tworzenia własnej garderoby całkiem samemu, czyli szycia. Dzięki prowadzeniu

projektu po angielsku dotarliśmy do większej liczby odbiorców, np. poprzez kursy szycia na maszynie. Przekonałyśmy wiele osób, że można robić świadome zakupy i ubierać się modnie bez szkody dla środowiska i portfela.

Jest to super inicjatywa i jeżeli masz pomysł na swój projekt, to zbierz grupkę osób i pomóż innym.

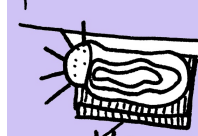


H.Z.

NOWOŚĆ



PECZKA



SŁOŃCE
WSTAJE
BOBUDZIK
DZ'WON



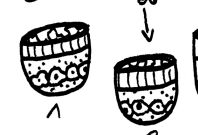
jak zasadzić
roślinki

Proszcna !!

miasona
w kopercie



ŁATWIŻNA *



* nie gwarantuje
sukcesu
sukces to cygnik
ciężkiej pracy

O JAKI
MADR
(CHE CHE)

BLAGAM
ZRÓB MI
PORUSZONE
ZDJĘCIE
W TAKIEJ
CZARNO-BIAŁEJ



KEEP MOVING
forward



SKRUCHA AKURAT



NIE MARTWIE
SIE (JA)

DOSTOSUJE
SIE DO
WSZYSTKICH
OCZEKIWAŃ

ROZPROS
TUJ

NOGI

TERAZ
MAREZ
TYLKO
MAZE

MOTYLEK

MAREZ

MAREZ

OSTANIO DOWIEDZIAŁEM
SIE O MATURACH. JAKIE
POLECACIE?

90% twoja MAMA

10% MATEMATYKA

głosy

CZY TO
NOWY SZTRUK



DUZO ROŚLIN
W DOKU
PRAWIE
JAK
JAPAN!



PRZECIE
T(N)Y
FAN

SZSZSZ MUZYKI

POMYSŁ +
NA
NOWE

ŚWIATŁA
DROGOWE

niebieski
różowy
stary

KAZDE ODPOWIADA
ZA INNY NASTROJ

ACH ILE BARW

Jest to GUCCI! W marcu jak w garncu

Od kilku lat można zaobserwować duże zmiany w modzie. Skinny jeans zamieniane są na spodnie z szerokimi nogawkami. Aktualnie jednym z najczęściej spotykanych modeli spodni są dzwony, które cieszyły się największą popularnością w latach 70.



Dzwony sprawdzą się zarówno w basic stylizacjach, jak i w bardziej szalonych odsłonach: od dżinsu po welur i różne ciekawe printy. W naszej szkole możemy zauważyć przykłady wszystkich tych kombinacji. Każdy znajdzie coś, co pasuje do jego estetyki, czy jest to hippie, czy bardziej elegancki styl. Jak widać na załączonych niżej zdjęciach, uczniowie José

znają się na modzie. Widać to również po obuwiu, w którym uczniowie naszej szkoły przechadzają się po szkolnych korytarzach, prezentując swoje kopytka.



A.Ś. & Z.K.

Przepis na placuszki owsiane

Składniki:

- pół banana
- 1 jajko
- pół szklanki mąki owsianej (ja po prostu miksuję płatki owsiane)
- pół szklanki mleka
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia

Przygotowanie:

1. Banana "miażdżymy" widelcem. Dodajemy jajko i mieszamy.
2. Dodajemy mąkę owsianą.
3. Dolewamy mleko.
4. Wsypujemy proszek do pieczenia.
5. Całość mieszamy.
6. Nakładamy po łyżce ciasta na rozgrzaną patelnię z tłuszczem. Podajemy z ulubionymi dodatkami



Smacznego!

K.T. & Z.D. & N.C.

Redakcja:

Zuzanna Walenta, Zofia Dymerska, Natalia Czaińska, Hanna Zatorska, Aleksandra Świerczewska, Karolina Tomasiak, Oskar Lisiewski, Bartosz Daniluk, Zuzanna Krupińska, Wiktoria Pajdzińska, Julia Biedrzycka, Kamil Prusak, Zuzanna Wiczuk, Anna Ćwik,

Opiekun: Agnieszka Kucharczyk