

Czym jest anoreksja?

Jedni mówią, że jest chorobą duszy, a dopiero w następnej kolejności cierpi ciało. Jest to choroba wywoływana negatywnym stosunkiem chorego do samego siebie, który nie pojawia się nagle, ale jest pielęgnowany przez otoczenie chorego i jego samego.

Dla mnie anoreksja była przyjaciółką, dla której ufałam, ona zawsze była przy mnie. Dzięki niej miałam stać się piękną i atrakcyjną kobietą. Codzienne ważenie się, liczenie kalorii, ćwiczenia do świtu stały się codzienną ceremonią mojej egzystencji. Jedzenie stawało się cierpieniem. Nie spożywałam posiłków z rodziną, unikałam tego jak ognia, nie mogłam przecież pozwolić na to żeby przytyć, nie mogłam zawieść mojej przyjaciółki. Patrząc w lustro, widziałam grubą, brzydką postać, a co gorsze to byłam ja. Słyszałam w głowie głos mojej koleżanki anoreksji „Musisz dać z siebie jeszcze więcej, musisz mniej jeść, musisz, musisz schudnąć! Inaczej nikt Cię nie pokocha!” Wierzyłam w to i zawiodłam się. Teraz wiem, że nie była moją przyjaciółką, bo przyjaciółka przecież nie krzywdzi! A ona nie tylko mnie skrzywdziła, ona mnie zniszczyła. Zniszczyła moje ciało i duszę. Przez nią otarłam się o śmierć, to przez nią trafiłam do szpitala psychiatrycznego ważąc 35 kilogramów przy wzroście 175. Przez nią stałam się tym czym jestem - chodzącym szkieletem w ubraniu. Moja walka o normalne życie trwa nadal, nie pozwól by i Ciebie to spotkało.

Mimo, że środki masowego przekazu, autorytety szczególnie w kwestii mody i image'u wpływają na sposób postrzegania siebie i świata u wszystkich ludzi. Ważne jest, by nauczyć się rozdzielać informacje ważne, od tych, które mogą mieć na nas destruktywny wpływ. Na anoreksję może zachorować każdy, niezależnie od wieku, rasy, płci, a także wyznania.



PORTRET ROZMÓWCZYNI PRZED CHOROBA



PORTRET ROZMÓWCZYNI W TRAKCIE CHOROBY

Krótkiego zwierzenia wysłuchała, spisała i rysunkami opatrzyła
Wioleta Pużuk kl. III TE

Ogłoszenie zupełnie bezpłatne

Uczniów, którzy interesują się dziennikarstwem, zachęcamy do redagowania gazetki szkolnej. Jeżeli z pewnych powodów nie możecie regularnie przychodzić na spotkania, a macie pomysły na pisanie tekstów, istnieje możliwość pisania ich w domu. Dostarczyć je możecie opiekunowi gazetki w bibliotece szkolnej.
Redakcja

Zespół redakcyjny:

Ewa Sieniawska, Wioleta Pużuk, Agnieszka Nietubyc
Magdalena Wierzbicka, Natalia Wierzbicka

Opiekunowie:

Małgorzata Kozłowska, Artur Adamczyk

odGłosy ZAMKU nr 1(22) wrzesień 2010 r



Łato już się kończy...

II Zamkowe Biegi z Kłio

Lekcja fizyki w Genewie

Czym jest anoreksja



ŁATO JUŻ SIĘ KOŃCZY...A JA ZARAZ WPADNĘ W ROZPACZ...

Koniec lata oznacza tylko jedno – początek szkoły.

A szkoła to nauka, prace domowe, często zrywanie się z łóżka wcześnie rano... No, dużo by mówić. Ale wraz z początkiem września (lub w czerwcu, na koniec poprzedniego roku) w co ambitniejszych, aczkolwiek leniwych uczniach, kiełkuje postanowienie: „Następnym razem będzie pasek...”. Niestety, początek jest dobry, tylko finisz, jak na złość, nie wychodzi. Przynajmniej większości, bo na szczęście są tacy, którzy co roku mają na cenzurze pasek. I chwala im za to.

Niektórzy z Was (no, nie czarujemy się, jasne, że nie wszyscy, prawda?) Na pewno cieszą się z tego, że jest wrzesień i ten okres, który do wakacji zdąży nam się znudzić – rok szkolny. Póki nie ma matury, jest spokój. Ale co roku z początkiem września w klasach trzecich zaczyna się strach: „Mój Boże, matura!”. Sposób na to jest tylko jeden: brać się do nauki, o czym od początku raczą nas informować nauczyciele. Kochani, prawda? Nawet przed maturą nie dadzą człowiekowi spokoju. Ale trzeba spojrzeć na to z innej strony: „Może belfer jednak ma rację?”. Ech... Zdania na ten temat pewnie są podzielone...

No, ale nie będę się długo rozpisywać, bo to tym razem nie mój cel. Życzę Wam wszystkim, obojętnie, w której klasie jesteście, udanego roku szkolnego, pod koniec zadowolonych z cenzury rodziców (uf..., trudne do osiągnięcia, cokolwiek by się robiło), a tym, którzy zaczynają na poważnie uczyć się do

matury – owocnych przygotowań. I żeby nas, drodzy uczniowie, nauczyciele nie zamęczyli. I rodzice też.



Po raz drugi zawodnicy biegali z Klio po Olecku.

Zespół Szkół Technicznych w Olecku wraz z działającym przy niej Oleckim Stowarzyszeniem Aktywnych „Zamek” już po raz drugi przyłączyły się do obchodów Europejskich Dni Dziedzictwa, które w tym roku przebiegają pod hasłem „Od pomysłu do przemysłu”. Impreza miała charakter konkursu, którego celem było zainteresowanie młodzieży starymi obiektami przemysłowymi i zabytkami techniki, a także przypomnienie ginących zawodów.

W pierwszym etapie każda grupa uczniów musiała pokonać oznaczoną na planie trasę i stawić się w siedmiu wyznaczonych punktach na terenie Olecka m.in. przy wiadukcie kolejki wąskotorowej, mleczarni, Wieży Ciśnień, młynie wodnym i starej lokomotywie stojącej w parku przy dworcu kolejowym. Na każdym z nich na młodzież czekało zadanie, które należało wykonać w jak najkrótszym czasie. Zespoły po ich wykonaniu, już w sali gimnastycznej ZST, wzięły udział w quizie historycznym dotyczącym historii przemysłu i rzemiosła na Ziemi Oleckiej.

Ostatecznie II Zamkowe Biegi z Klio wygrała reprezentacja Gimnazjum nr 1 w Olecku. Drugie miejsce zajęło Liceum Ogólnokształcące w Olecku, a trzecie Gimnazjum w Sokółkach.

– Turniej był bardzo dobrze przygotowany i wzorowo przeprowadzony. Podobał mi się pomysł z mlekiem. Najbardziej cieszy nas pokonanie szkół średnich. – komentuje opiekun zwycięskiej grupy z Gimnazjum nr 1 – Pan Jarosław Bagiński.

– Konkurencje były bardzo ciekawe i wymagały od nas sporej wiedzy na temat historii Olecka. – twierdzi Rafał Jurewicz uczeń Gimnazjum nr 1 – Sporo wysiłku wymagał bieg po niemal całym mieście, ale z tym też sobie poradziliśmy. Najtrudniejsze było rozpoznawanie dawnych narzędzi, bo niektóre mieliśmy okazję pierwszy raz widzieć.

Przez cały czas trwania imprezy w sali gimnastycznej można było oglądać stoiska, na których wypiekano sękacz, wyrabiano plecionki z witek brzoźowych, wykonywano misterne frywolitki (panie ze Stowarzyszenia Żytkiejmska Struga) i wytwarzano przędzę. Na imprezie gościli też pletwonurkowie z Oleckiego Stowarzyszenia Nurków AMFIPRIION oraz Pan Krzysztof Kulbacki zajmujący się kowalstwem artystycznym.

Nasza szkoła posiada głębokie tradycje związane z kształceniem w zawodach technicznych. Od jej początków sięgających 1946 roku wykształcano się tu wielu: kowali, ślusarzy, tokarzy, stolarzy, spawaczy, murarzy, mechaników, a nawet grupa górników. W ramach prac dyplomowych wykonywali oni własnoręcznie wiele urządzeń, których małą część można było obejrzeć na jednym ze stoisk.

Mamy nadzieję, że przyszłym roku kolejne obchody Europejskich Dni Dziedzictwa na Warmii i Mazurach 2011 zainteresują co najmniej wszystkie szkoły gimnazjalne i ponadgimnazjalne z terenu Olecka, a być może dołączą kolejne szkoły spoza miasta

MDK

Lekcja fizyki w Genewie - Wywiad z Patrykiem Oreszukiem.

1. Gdzie byłeś i dlaczego?

- We wrześniu 2010 miałem okazję uczestniczyć w wyjeździe warsztatowym do Instytutu CERN (centrum badań jądrowych) w Genewie w ramach projektu Archimedes. Przyznam się szczerze, iż zorganizowanie takiej klasy wyjazdu w ramach programu edukacyjnego było dla mnie sporą niespodzianką.

2. Co tam robiłeś?

- Wraz z prawie 50-osobową grupą młodzieży z całej Polski, brałem udział w warsztatach naukowych. Stuchaliśmy ciekawych wykładów, odbyliśmy wizytę w Hali Testów Technologii Akceleratorowych, Centrum Kontroli Akceleratorów CERN, Centrum Wizyt Eksperymentu ATLAS, zwiedzaliśmy Wystawę Mikrokosmos. (Akcelerator- urządzenie służące do przyspieszania cząstek elementarnych lub jonów do prędkości bliskich prędkości światła.)

Harmonogram zajęć był napięty, aby można było jak najwięcej dowiedzieć się o pracach badawczych i najnowszych osiągnięciach fizyków.

3. Czy przewidziane było jakieś zwiedzanie okolicy?

- W ramach tzw. programu dodatkowego zwiedziliśmy oczywiście samą Genewę, Park Wodny Vitam Parc, Camonix Mont Blanc, Lucernę, zobaczyliśmy niezapomnianą panoramę Alp ze szczytu Pilatus Kulm (2132 m n.p.m.). Przez cały pobyt mieliśmy piękną słoneczną pogodę, tylko na lodowcu była oczywiście zima. Sama Genewa wyróżnia się niepowtarzalnym klimatem. Spacer po mieście potwierdził stereotypową wizję Szwajcarii jako kraju banków - były one na każdym rogu.

4. Czy poznałeś jakichś fajnych ludzi?

- No oczywiście. Gdy dotarliśmy do Warszawy, nastąpił czas pożegnań, wielu obietnic przyszłych spotkań, oraz utrzymania kontaktów, gdyż już w trakcie podróży wymienialiśmy swoje adresy, telefony.

5. Jak oceniasz pobyt w Genewie?

-Bardzo miło i sympatycznie. Nie mogłem uwierzyć, że ten czas zleciał tak szybko. Ja wiem jedno, to było jedno z największych i najlepszych przeżyć w całym moim życiu i będę je pamiętał, nie tylko ze względu na ciepłe wspomnienia, ale także jako bodziec, motywujący do dalszej pracy i dążenia do celu.

6. Czy musiałeś posługiwać się jakimś obcym językiem?

- Zdarzało się np. w sklepie. Wypróbowałem swoją znajomość języka angielskiego. No i poradziłem sobie.

Na koniec chciałbym wspomnieć, iż samo CERN nie jest miejscem, do którego nie da się dostać i że jest czymś nierealnym. Ze wszystkimi osobami, które oprowadzały nas po tym kompleksie, rozmawialiśmy na temat ich pobytu, wielu dostało się tutaj jako studenci w ramach projektu "Technical Student" i... wielu z nich zostało już tutaj. Inni trafili do CERN'u po ukończeniu uczelni, jednak każdy wspominał, że wystarczą chęci i trochę wiedzy i pracy. Potrzebny jest tutaj cały szereg specjalistów, z prawie każdej dziedziny przedmiotów ścisłych.

Wywiad przeprowadziły: Magdalena Wierzbicka i Ewa Sieniawska kl. IV TH/M