

Echo Bursy

Czasopismo Międzyszkolnej Bursy w Ropczycach



W tym numerze

Jak bezpiecznie spędzić wakacje?	2
Pomysły dla spędzających wakacje w domu	2
Z życia Bursy	4
Wakacyjna krzyżówka	6
Bądź dobry	7
Uśmiechnij się!	8
Grupa kulinarna poleca	8

Temat numeru

- Wakacje

Zespół redakcyjny

- Wychowankowie Międzyszkolnej Bursy w Ropczycach
- Opiekun czasopisma i opracowanie graficzne: Pani Marcelina Mycek

Wstęp

Drogi czytelniku:

Nadchodzi czas wypoczynku, swobody, koleżeńskich spotkań, wyjazdów i wypraw w nieznaną. Wakacje, to doskonały czas, aby rozwijać swoje zainteresowania i pasje, odkrywać nowe miejsca w swojej „małej ojczyźnie”, kształtując w ten sposób nie tylko ducha ale też i ciało.

Drodzy Uczniowie, niech okres wakacji będzie dla Was czasem wspaniałego i nade wszystko bezpiecznego wypoczynku, czasem spełniania marzeń i realizacji planów.

Życzymy Wam, abyście wrócili w nowym roku szkolnym pełni wrażeń i chęci do zdobywania nowej wiedzy.

Zespół redakcyjny

Kilka sposobów na udany wypoczynek

- Nie psuj urlopu przez zbyt wyidealizowane oczekiwania
- Wybierz towarzystwo osób, które lubią spędzać wolny czas podobnie jak ty
- Zanim wyjedziesz, ustal wspólnie z towarzyszami podróży, jaką macie wizję wakacyjnego wypoczynku
- Przetwórz się z trybu zadaniowego na spontaniczne robienie tego, co sprawia ci przyjemność
- Wybieraj aktywność, która pochłania dużo uwagi, aby nie uciekać myślami
- Nie poświęcaj urlopu na gruntowne przemyślenie sobie całego życia – skup się na tym, co dzieje się w danej chwili.
- Ogranicz korzystanie z telefonu i komputera do minimum.
- Jeśli lubisz swobodę i spontaniczność, nie jedź na wycieczkę zorganizowaną.

Jak bezpiecznie spędzić wakacje?

Po dziesięciu miesiącach nauki nadchodzi tak wyczekiwany przez wszystkich uczniów czas – czas wakacji. Będzie to czas zabawy i nowych przeżyć. Korzystając z czasu wolnego nie zapominajcie jednak o Waszym bezpieczeństwie. Każdy z Was musi zwracać uwagę na różne zagrożenia podczas wakacyjnego wypoczynku, aby po jego zakończeniu pozostały jedynie pozytywne wspomnienia.

Zanim oddamy się wakacyjnej bez trosce, przyswoimy sobie kilka podstawowych zasad:

Decydując się na wypoczynek nad wodą, zawsze:

- Wybieraj miejsca do kąpeli, które są do tego przeznaczone i nadzorowane.
- Korzystaj z umiarem ze słonecznych kąpeli, używając odpowiednich kremów.
- Korzystaj ze sprawdzonego sprzętu wodnego.
- Nie wchodzić do wody po spożyciu alkoholu ani innych środków odurzających.
- Wchodząc do wody pamiętaj, aby powiadomić wcześniej kogoś, gdzie będziesz pływał.

Jeżeli naszym miejscem będą góry lub okoliczne lasy, pamiętaj:

- Żeby zawsze założyć wygodne buty i odpowiedni strój do panującej pogody.
- Uważaj na dzikie zwierzęta.
- Po spacerach sprawdzaj swoje ciało, czy nie zaprzyjaźnił się z Tobą kleszcz.
- Szlaki górskie dobieraj do własnych możliwości.
- Jeżeli wybierasz się samotnie w podróż,

powiadom najbliższych telefonicznie, gdzie będziesz przebywał.

Zasady bezpiecznego przebywania na słońcu:

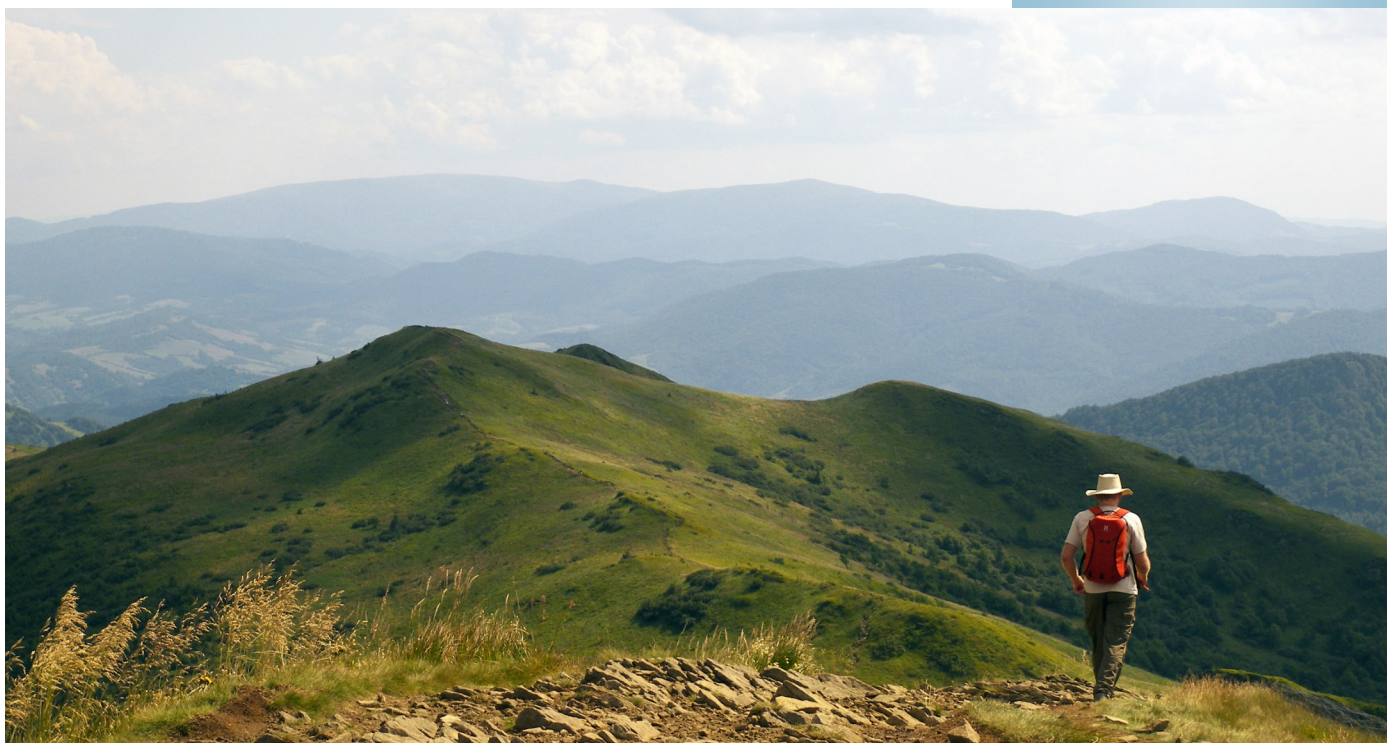
- Zachowaj umiar w przebywaniu na słońcu.
- Noś nakrycia głowy i okulary słoneczne.
- Unikaj wysiłku w pełnym słońcu.
- Chroń się w cieniu w godzinach południowych.
- Jeśli musisz przebywać na słońcu, stosuj filtry ochronne.

Zasady bezpiecznej jazdy na rowerze:

- W miarę możliwości korzystaj z drogi dla rowerów.
- Przestrzegaj przepisów drogowych, obowiązują one także rowerzystów.
- Przed skrzyżowaniami, wyjazdami z podwórek i bocznych ulic trzymaj zawsze dłoń na hamulcu.
- Nie wymuszaj pierwszeństwa przejazdu.
- Sygnalizuj odpowiednio wcześniej wszystkie skręty.
- Nigdy nie „ścinaj” zakrętów.
- W czasie jazdy zawsze uważaj.

Pomysły dla spędzających wakacje w domu

- Podziwiał wchód słońca. Wstań, przyrządź sobie kolorowe śniadanie i wyjdź na balkon lub do ogrodu. Otul się kocem i podziwiał jak wchodzi słońce.
- Codziennie przeznacz czas na aktywność na świeżym powietrzu – do wyboru masz spacer, rower, rolki, jogging i wiele innych atrakcji. Ty wybierasz.
- Zrób domowe spa. Przygotuj sobie kąpiel w mleku, zrób maseczkę na twarz, dłonie i stopy, zadbaj o włosy, stopy, oczy. Zrób sobie owocowy peeling, przygotuj odżywczy koktajl. Włącz relaksującą muzykę i zapal świeczki.
- Spędź czas z najbliższymi inaczej niż zwykle. Do wyboru, m.in.: karaoke, gry planszowe, zabawy rucho.
- Zrób to, co ciągle odkładasz na wolną chwilę. Czytaj książki w hamaku, odwiedź dawno niewidzianą znajomą.



- f. Zapoznaj się z ofertą kulturalną twojej miejscowości na wakacje. Wybierz coś, co Ciebie zainteresuje.
- g. Rozbij namiot w swoim ogrodzie. Biwakuj.
- h. Odwiedź ciekawe miejsca, w których można zjeść coś dobrego w najbliższej okolicy.
- i. Zaczynj tworzyć. Nigdy nie malowałeś/eś?. Kup farby, płótna lub blok i maluj w plenerze. Poczuj się jak prawdziwy/a artysta/ka. Śpiewaj, tańcz, twórz...
- j. Zorganizujcie kino ogrodowe. Pożyczcie rzutnik, ekran, zaproście sąsiadów i znajomych i oglądajcie wspólnie filmy.
- k. Spróbuj nowego sportu, np. tenisa, golfa, jazdy konnej.
- l. Wsiądź do pociągu byle jakiego i po prostu pojedź gdzieś bez planu na jeden dzień.
- m. Sprawiaj sobie i innym codziennie drobne przyjemności.
- n. Posadź zioła w donicy do swojej kuchni.
- o. Pojedź sam/a lub z bliskimi nad jezioro.
- p. Codziennie pij świeżo wyciskane soki, jedź dużo owoców i warzyw.
- q. Zorganizuj piknik.
- r. Idź na dobry koncert.
- s. Zorganizuj romantyczny wieczór.

Uważajcie więc na siebie, bądźcie rozważni i wykorzystajcie do maksimum swoją wyobraźnię!

Konstytucja 3-go Maja

Ustawa zasadnicza z 1791 uchwalona na Sejmie Czteroletnim przez stronnictwo patriotyczne jako rezultat kompromisu ze stronnictwem królewskim, będąca wynikiem dążeń do naprawy stosunków wewnętrznych w Rzeczypospolitej po I rozbiórce (Rozbiory Polski), ustalająca podstawy ustroju nowożytnego w Polsce.

Postanowienia Konstytucji centralizowały państwo, znosząc odrębność między Koroną i Litwą, wprowadzając jednolity rząd, skarb i wojsko. Za religię panującą uznano katolicyzm, przy pełnej tolerancji innych, uznanych przez państwo wyznań. Konstytucja wprowadziła trójpodział władzy: władzę ustawodawczą miał sprawować dwuizbowy Sejm, składający się ze szlachty-posesjonatów (204 posłów) i 24 plenipotentów miast.

Zmniejszono znacznie rolę Senatu, instrukcje poselskie, konfederacje i liberum veto zostały zniesione, decyzje miały zapadać zwykłą większością głosów. Kadencja Sejmu trwała 2 lata. Władzę wykonawczą przyznano królowi wraz z Radą, tzw. Strażą Praw, złożoną z prymasa i 5 ministrów: policji, pieczęci, czyli spraw wewnętrznych, interesów zagranicznych, wojny i skarbu, mianowanych przez króla. Król był przewodniczącym Straży, miał prawo nominacji biskupów, senatorów, ministrów, urzędników i oficerów, w razie wojny sprawował naczelne dowództwo nad wojskiem.

Zniesiono wolną elekcję, po śmierci Stanisława Augusta tron miał być dziedziczny, tylko w razie wymarcia rodziny królewskiej szlachta miała wybierać nową dynastię.

Konstytucja 3 Maja była drugą na świecie (po Stanach Zjednoczonych) ustawą regulującą organizację władz państwowych, prawa i obowiązki obywateli. Była wielkim osiągnięciem narodu chcącego zachować niezależność państwową, zabezpieczała możliwość rozwoju gospodarczego i politycznego kraju.

WAŻNE TELEFONY:

112 – telefon alarmowy służb ratowniczych
997 – telefon alarmowy Policji
998 – telefon alarmowy Straży Pożarnej
999 – telefon alarmowy Pogotowia Ratunkowego
601 100 100 – telefon alarmowy WOPR

Z życia Bursy

Akcja 3 – Maj z konstytucją

Już po raz kolejny wychowankowie Międzyszkolnej Bursy w Ropczycach pod opieką wychowawcy przygotowali i przeprowadzili akcję „3-maj z Konstytucją”. Akcja została objęta honorowym patronatem Starosty Powiatu Ropczycko-Sędziszowskiego Pana Witolda Darłaka oraz Wicestarosty Pani Bernadety Frysztak. W dniu 27 kwietnia 2017 r. wychowankowie Bursy pod opieką Pani Izabeli Pawłowskiej wyruszyli „w miasto” aby sprawdzić wiedzę mieszkańców Powiatu Ropczycko-Sędziszowskiego na temat Konstytucji 3-go Maja. Nasz młodzież wzięła „pod lupę” nie tylko mieszkańców Ropczyc ale także władze miasta i powiatu, dyrektorów szkół i placówek oświatowych, nauczycieli, a także młodzież. Nie zapomnieli także o najmłodszych respondentach i udali się do dzieci z Przedszkola nr 1 w Ropczycach, które bardzo zaintrygowała prowadzona akcja, a jeszcze bardziej flagi które każde z nich otrzymało. Były również wspólne zdjęcia.

Respondenci udzielali odpowiedzi na zadawane pytania oraz dzielili się spostrzeżeniami na temat tego święta oraz różnymi ciekawostkami. Podczas akcji respondenci zachęceni byli do otwartości w dzieleniu się wiedzą i w prezentowaniu swojego stanowiska.

Na samym końcu młodzież podjęła próbę rozmowy z najsłynniejszą postacią miasta – ks. dr. Janem Zwierzem. Dobrodziej nasz pozostał jednak niewzruszony i za nic w świecie nie chciał rozmawiać. Wykorzystaliśmy jego „niewzruszenie” i postanowiliśmy uwiecznić go na fotografiach - nie miał nic przeciwko.

Dzięki tej akcji Nasi wychowankowie mogli pokazać że dzisiejsza młodzież potrafi angażować się w pozytywne działania ...



Pożegnanie maturzystów

Nadszedł czas zakończenia niezwykłego etapu, jakim był z pewnością dla tegorocznych maturzystów - czas pobytu w Bursie.

Szkoła – szkołą, ale przecież to miejsce było ich drugim domem. Tutaj nawiązywali przyjaźnie, to tutaj poznawali nowych ludzi. Tutaj uczyli się życia. Tym trudniej młodszym kolegom było pożegnać tych, którzy służyli swoją wiedzą, doświadczeniem i którzy napełniali to miejsce radością. Dlatego też 26 kwietnia 2017r. zostało zorganizowane pożegnanie tegorocznych maturzystów, podczas którego wychowawcy podziękowali absolwentom za czas wspólnie spędzony, chwile radości, ale i chwile smutku, tym samym życząc dobrych wyborów w dalszym życiu. Podczas spotkania wychowankowie obejrzeli prezentację multimedialną przedstawiającą poprzednie lata

pobytu w Bursie. Nie obyło się bez licznych wspomnień i snucia planów na przyszłość. Na otarcie łez, pożegnalną osłodą było jabłkowe ciasto oraz babeczki z owocami przygotowane przez wychowawczynie i podarunki przekazane przez Starostę Powiatu Ropczycko-Sędziszowskiego Pana Witolda Darłak. Zakończeniem spotkania były pamiątkowe zdjęcia..

Wierzmy, że jeszcze wiele razy nasi Absolwenci zjrzą do naszej Bursy, aby odwiedzić swoich znajomych i wychowawców.

Do widzenia wam canto, cantare !

Akcja „Cała Polska czyta dzieciom”

Nie do przecenienia jest rola, jaką w wychowaniu i rozwoju człowieka od najmłodszych lat odgrywa kontakt z książką, rozwijając wrażliwość i wpływając na rozwój intelektualny młodego słuchacza i czytelnika. Rozumiejąc to, w dniu 24 kwietnia 2017 roku wychowankowie Międzyszkolnej Bursy w Ropczycach pod opieką Pani Jolanty Smagały wzięli udział w Akcji „Cała Polska czyta dzieciom”. Czytanie bajek odbyło się w Przedszkolu nr 1 w Ropczycach. Dzieci uważnie słuchały książek czytanych przez Małgorzatę Gacoń i Kamila Płoch. Natomiast Marek Szalwa własnymi słowami opowiedział „Bajkę o Czerwonym Kapturku”, co bardzo spodobało się przedszkolakom. Za przedstawione bajki dzieci szczerze podziękowały, a nauczyciele zaprosili na kolejne czytanie bajek.



Targi w Wielopolu Skrzyńskim

W dniu 25 kwietnia 2017r. w Gimnazjum w Wielopolu Skrzyńskim odbyły się Targi, podczas których promowały się różne szkoły i placówki oświatowe. Pani Jolanta Smagała reprezentowała na nich Międzyszkolną Bursę w Ropczycach. Targi odbywały się na sali gimnastycznej, gdzie każda placówka miała swoje stanowisko. Młodzież podchodziła aby dowiedzieć się jakie są warunki mieszkaniowe i co placówka ma do zaoferowania. Zainteresowanym osobom rozdawano ulotki promocyjne. Zainteresowanie naszą placówką było dość duże. Uczniowie dowiedzieli się jakie zajęcia są organizowane dla wychowanków, jakie sekcje i grupy działają w Bursie oraz jakie zasady w naszej placówce obowiązują. Zostali też zaproszeni do odwiedzenia naszej placówki oraz strony internetowej www.m bursa.pl i facebook'a.

Cytaty:

Od siebie trzeba wymagać najwięcej

Kardynał Stefan Wyszyński

Kochać to trwać w wierności i oddaniu

William Shakespeare

Każda łza uczy nas jakiejś prawdy

Hugo Fascolo

Konkurs wakacyjny

Drodzy Wychowankowie!

Do 15 września w sekretariacie Bursy czekamy na prace składające się z:

- ilustracji (samodzielnie wykonane zdjęcie lub rysunek),
- podpisu z krótką zachętą do odwiedzenia danego miejsca.

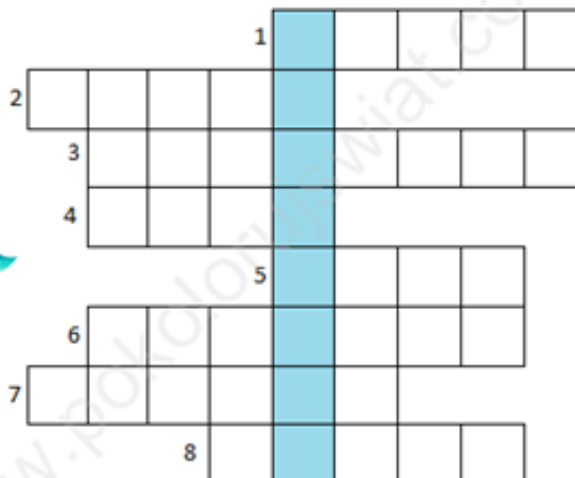
Pochwal się, co ciekawego zobaczyłeś/aś na wakacjach 2017r.

Pokaż kolegom i koleżankom co warto zobaczyć w Polsce i gdzie warto pojechać.



Wakacyjna krzyżówka

1. Służy do grania, np. w siatkówkę,
2. Ma kierownicę, siodełko i dwa pedały,
3. Zbieramy je nad morzem,
4. Pyszne i zimne. W kubeczku lub na patyku,
5. Np. Alpy lub Beskidy,



6. Możesz polecieć nim na wakacje,
7. Co to za owoce?



8. Egzotyczne drzewo na którym rosną kokosy.



Hasło z krzyżówki wpisz do kuponu i przynieś do pokoju wychowawców. Weź udział w losowaniu nagrody*

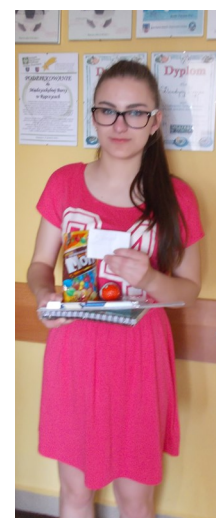
* W losowaniu nagrody mogą wziąć udział jedynie wychowankowie naszej Bursy

Wyniki krzyżówki z numeru 2/2017

Nagrodę wylosowano dla **Małgorzaty Gacoń**, uczennicy 1 klasy, Zespołu Szkół Ks. Dra Jana Zwierza w Ropczycach.

Gratulujemy!

Zapraszamy wszystkich do udziału w kolejnym losowaniu!



Bądź dobry

Także Ty, niezależnie od tego czy jesteś młody, czy stary,

Musisz starać się być dobry –

Dobry dla swojego ojca i swojej matki,

Dobry dla swoich dzieci,

Dobry dla ubogich i cierpiących niedostatek,

Dobry dla każdego.

Może już dawno przestałeś być dobry.

Jesteś rozczarowany i powiadasz:

Nie rozumieją mnie,

Wszystko przeinaczają,

Są tacy niewdzięczni.

Mówię Ci jednak: Zacznij

Mimo to być dobry,

Niczego nie oczekując,

Nawet jeśli twoje serce krwawi.

Bycie dobrym wymaga wysiłku.

Porzuć twarde słowa,

Porzuć wyrachowanie

Wnieś ciepło do swego domu, bądź dobry,

Zwłaszcza jeśli są starzy i samotni.

Nie mów niczego złego o innych, bądź dobry.

To ogromne szczęście być dobrym człowiekiem.

Phil Bosmans

„Wnieś ciepło do swego domu, bądź dobry”

O Bursie

Międzyszkolna Bursa w Ropczycach rozpoczęła swoją działalność 1 września 2010 roku.

Jest to placówka koedukacyjna dla uczniów gimnazjów i szkół ponadgimnazjalnych pobierających naukę poza miejscem stałego zamieszkania, w szkołach prowadzonych na terenie Powiatu Ropczyczo - Sędziszowskiego oraz poza powiatem.

Pomieszczenia Bursy znajdują się na najwyższej kondygnacji budynku, w którym mieści się Starostwo Powiatowe w Ropczycach.

Logo:



Uśmiechnij się!

Siedzi facet u dentysty. Od kilku godzin dentysta meczy się przy jego trzonowcach, wreszcie ociera pot z czoła i pyta facia:

- * - To co, zrobię przerwę na papierosa?
- * - O tak, tak, proszę!

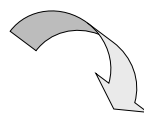
I dentysta wyrwał mu obie jedynki...



Grupa kulinarna poleca...

... przepis na pizzę:

szklanka mąki
25 g drożdży
pół szklanki letniej wody
odrobina cukru
odrobina soli
odrobina oleju roślinnego
dodatki do pizzy



1. Drożdże kruszymy, zalewamy letnią wodą i mieszamy
2. Drożdże z wodą dodać do miski z mąką, solą, cukrem i oliwą
3. Wyrobić do uzyskania odpowiedniej konsystencji. Gdy za bardzo się klei dodać mąki.
4. Wyrobione ciasto wyłożyć na blachę
5. Dodać wszystko to na co mamy ochotę.
6. Sos pomidorowy robię mieszając odrobinę przecieru z wodą i ziołami

piec w temp. 170 - 190 st. / 15 - 20 minut



Dane kontaktowe

Adres placówki:

Międzyszkolna Bursa w Ropczycach
Ul. Konopnickiej 5
39-100 Ropczyce

Telefon:

17 22-20-711 (sekretariat)
17 22-17-007 (pokój wychowawców)

Adres e-mail:

bursa@spropczyce.pl

Strona internetowa:

<http://www.m bursa.pl>