

ZSE NR 1

EKONOWINKA

Nr 1 jesień 2022

ZMIANY, ZMIANY, ZMIANY



Spis treści:

Słowo od przewodniczącego	1
Wywiad z Panią Mgadeloną Nawrocką	2
Wywiad z Panią Izabelą Czarkowską,	6
„Na matematykę jestem skazana genetycznie”, czyli wywiad z Panią Beatą Podolecką	8
Wywiad z Panią Dianą Otrębowską – Panią psycholog	10
Wywiad z panią psycholog Justyną Machulak.	12
Inflacja. Jak działa? Jakie są jej przyczyny iskutki?	15
Słynni krakowscy matematycy	18
Polskie regiony dobrą kuchnią słyną	20

Kontakt

Zespół Szkół Ekonomicznych nr 1
w
Krakowie
ul. Kapucyńska 2, 31-113 Kraków
zselekonowinka@gmail.com

Redaktor naczelny:

Marianna Tora

Redakcja

Maksymilian Klita, Oliwia Wielocha, Adrian Matykiewicz, Jakub Jędras, Daria Wójtowicz, Karolina Mleczko, Oliwia Ogorzałek,

Opiekun:

Marcin Maciuk

Naczyiele wsółpracujący:

Agnieszka Rydz

Korekta językowa

Izabela Czarkowska

Opracowanie Graficzne:

Marianna Tora

Drodzy Czytelnicy.

Witam was w pierwszym tegorocznym wydaniu Ekonowinki! „Zmiany, Zmiany, Zmiany” to przewodnia myśl tego pisma i nie bez powodu. Małe i duże, łatwe i trudne, decyzje podjęte przez nas i naszych rówieśników ciągle zmieniają otoczenie, w którym wszyscy się znajdujemy. A dużo się wydarzyło- nowy przewodniczący Samorządu Uczniowskiego Maksymilian Klita- od którego przeczytamy kilka słów w dalszej części pisma, nowe Panie nauczycielki oraz psycholożki, o których więcej dowiemy się we wspaniałych wywiadach w tym wydaniu, oraz zawsze wciągający dział matematyczny wraz z nowym (pyszny) działem kulinariów

Serdecznie zapraszam do lektury!

Wasza redaktorka
oraz dyrektor kreatywny
Marianna Tora

Drodzy Czytelnicy!

Na wstępie chciałbym podziękować wszystkim, którzy mnie wspierali i zagłosowali na mnie w wyborach na stanowisko Przewodniczącego Samorządu Uczniowskiego. To właśnie dzięki Wam mam zaszczyt w tym roku szkolnym stać na czele tego wyjątkowego organu szkoły. Moim głównym celem w tej kadencji jest nowoczesna i intensywna działalność. W tym roku będziemy realizowali wiele ciekawych i pożytecznych projektów, więc cały Samorząd Uczniowski stoi przed nie lada wyzwaniem. Chcę, aby każdy uczeń naszej szkoły znał naszą działalność. Pragnę również zachęcić wszystkich do wspólnej pracy, ponieważ razem możemy sukcesywnie realizować wszystkie nasze pomysły i dbać o rozwój szkoły na wszystkich możliwych płaszczyznach. Cieszę się, że od tego roku szkolnego „Ekonowinka” staje się organem Samorządu i mam nadzieję, że nasza współpraca z redakcją przyniesie jak najsoczystsze owoce.

Przewodniczący
Samorządu Uczniowskiego
Maksymilian Klita

Wywiad z Panią Magdaleną Nawrocką, byłą opiekunką Ekonowinki

1. Od ilu lat uczestniczyła Pani w Ekonownce?

Opiekowałam się zespołem redakcyjnym Ekonowinki przez 10 lat. Pani dyrektor powierzyła pismo mojej opiece we wrześniu 2012 roku. Zawsze jednak tworzyłam gazetkę we współpracy z innymi nauczycielami, i tak byli to pani Agnieszka Czekierda, pani Aneta Dzidek, pani Marta Pieprzowska, a w ostatnich latach pan Marcin Maciuk.

Wymieniłam nazwiska wyłącznie opiekunów pisma, ale muszę podkreślić, że ogromną pomocą była dla mnie zawsze pani Halina Legutko tworząca przez wiele lat dział recenzyjny „Sprawdź czy warto”, czy pani Edyta Śnieżek inspirująca pasjonatów matematyki do tworzenia działu „Matma jest łatwa”. Nad wydrukiem pisma przez wiele lat czuwała pani Joanna Korab-Chrzanowska. Nie sposób było się obejść bez nauczycieli języków obcych,



którzy dbali o poprawność językową artykułów pisanych przez uczniów w innych językach. Wspaniałym doświadczeniem było to, że wielu uczących chciało publikować, czy też podpisywało tematy do publikacji, a także bardzo często zachęcało uczniów do tworzenia w piśmie.

2. Jak wyglądały Pani początki w gazetce?

Kiedy obejmowałam pieczę nad pismem, prowadzonym wcześniej przez panią Agnieszkę Ehrenfeld, istniało ono jedynie w wersji internetowej. Wraz z panią Agnieszką Czekierdą, która została drugim opiekunem szkolnej gazetki, podjęłam więc decyzję, że poza internetową formą publikacji gazetki, będzie także forma drukowana, co oczywiście wiązało się z większymi kosztami i większą ilością pracy. Finansowo wspierała nas jednak zawsze Rada Rodziców, która corocznie przeznaczała pewne kwoty na zakup m.in. tonera do drukarki, papieru, czy zszywacza. Bez tego dofinansowania wydruk gazetki byłby niemożliwy.

A przecież dzięki temu, że pismo powstawało w wersji drukowanej, można je było archiwizować w naszej szkolnej bibliotece. Nie wszyscy też pewnie wiedzą, że wiele numerów gazetki trafiło do Wojewódzkiej Biblioteki Publicznej przy ul. Rajskiej w Krakowie... Można w każdej chwili podejść i przeczytać tam archiwalne numery Ekonowinki. Pismo w wersji papierowej miało też szansę trafić do rąk rodziców i oczywiście samych uczniów.

- Podjęłyśmy też decyzję o tym, by pismo miało swoje logo, ogłosiłyśmy w tym celu konkurs, a logo zwycięzcy konkursu przez szereg lat widniało na okładce „Ekonowinki”. Aby artykuły do sprawdzenia docierały w jedno miejsce, stworzyłyśmy pocztę elektroniczną pisma. Jej adres zawsze widniał w stopce redakcyjnej każdego numeru, by każdy uczeń naszej szkoły mógł napisać do redakcji, podjąć z nią dyskusję, zaproponować temat artykułu lub po prostu przysłać artykuł.



Ale najważniejsi byli uczniowie. Zadawałam sobie na początku pytanie, jak w szkole ekonomicznej znaleźć takich, którzy będą chcieli tworzyć? I ja takich zapaleńców - czasem artystów, czasem reporterów, innym razem poetów, czasami – grafików - zawsze miałam szczęście w ekonomiku spotykać. To jest niezwykle, że w szkole zawodowej, w której nie ma profilu humanistycznego, co roku znajdowało się grono osób chcących pisać, przeprowadzać wywiady, dzielić się swoimi pasjami.

Co więcej, przez kilka lat z rzędu nasi redaktorzy byli nagradzani za konkretne artykuły w Konkursie Gazetek Szkolnych organizowanym przez Kuratorium Oświaty w Krakowie. „Ekonowinka” otrzymała też wyróżnienie w tym konkursie.

A zatem – zebrać zespół uczniów, ustalić tematy, kształt pisma, tematykę działów, ustalić harmonogram działań zespołu redakcyjnego, sposób wydruku, a potem rozpowszechniania pisma – z tym wszystkim przyszło mi się zmierzyć, gdy objęłam opiekę nad Ekonowinką.

Początkowo opiekunowie gazetki zajmowali się oprawą graficzną pisma i jego wydrukiem. Zajmowało nam to bardzo dużo czasu. W drukarce często zaciął się papier, kończył się toner, co skutkowało tym, że wydruk zajmował od kilku dni do kilku tygodni. Odkąd wydrukiem zajęła się pani Joanna Korab – Chrzanowska, odetchnęłam z ulgą.



3. Na czym polegały Pani obowiązki?

Było ich sporo. W pierwszej kolejności należało co najmniej 4 razy w roku zebrać zespół redakcyjny (staraliśmy się wydawać pismo w każdej porze roku) i ustalić tematykę kolejnego numeru. Najczęściej robiliśmy to, stosując tzw. „burzę mózgów”, w czasie której padało wiele fantastycznych pomysłów. Należało je uporządkować, zebrać w określone działy, ustalić termin przesyłania zarówno artykułów jak i załączników graficznych. Po około 2-3 tygodniach poczta zaczynała się wypełniać artykułami.

Wtedy następował drugi etap mojej pracy polegający na korekcie tekstów. Ponieważ pismo ukazywało się tylko 4 razy w roku szkolnym, zwykle było obszerne. Pamiętam numer, który liczył ponad 50 stron... a zatem poprawa była pracochłonna i czasochłonna. Nie każdy uczeń pamiętał, by artykułowi nadać tytuł, by się pod nim podpisać, były artykuły pisane przez osoby dyslektyczne i takie z opiniami o dysortografii. Zdarzały się artykuły napisane świetnym stylem, jednak bywały i takie, które pod względem treściowym były bardzo ciekawe, ale językowo i stylistycznie wymagały wielu poprawek. Po poprawie artykułów przychodził czas na wybór grafiki, opisanie zdjęć i początkowo zajmowali się tym opiekunowie gazetki. Dopiero z czasem wyłanialiśmy spośród uczniów redaktorów technicznych, takich jak Ty, którzy dbali o wyrównywanie tekstu, właściwe sformatowanie, ujednolicenie czcionki, dobór elementów graficznych, kształt okładki, itd. Wszystko to, czym Ty się zajmujesz, Marianna.

Dobrze wiesz, że kiedy Twoja praca była już wykonana, pismo znów trafiało do mnie, a ja ponownie dokonywałam korekty, sprawdzając, czy nie pominęłam błędów.

Po wydruku następował moment rozpowszechnienia pisma. Redakcja w ciągu kilku dni rozprawiała pismo wśród uczniów na terenie szkoły i wśród rodziców podczas wywiadówek. Kilka dni później odbywało się spotkanie określające temat kolejnego numeru...

5. Które wydanie Ekonowinki jest dla Pani najbardziej sentymentalne?

Każdy numer pisma był dla mnie ważny. Z podziwem przyglądałam się tym młodym ludziom, którzy mieli potrzebę wyrażania własnych opinii na różne tematy. Każdorazowe spotkanie z zespołem redakcyjnym utwierdzało mnie w przekonaniu, że mam do czynienia z wrażliwymi ludźmi, buntującymi się wobec zła i niesprawiedliwości świata, przekonaniymi co do tego, że są w stanie zaważać o lepszą rzeczywistość, choćby w ten sposób, że o tym napiszą.

Bywało, że artykuł stawał się przyczyną mojej rozmowy z uczniem, zanim dopuściłam tekst do wydruku. Ogniste temperamenty Twoich redakcyjnych kolegów czasem należało nieco studzić, gdy na przykład w niewybrednych słowach wyrażali się o jakimś kontrowersyjnym problemie. Choć, muszę przyznać, że wiele kontrowersyjnych tematów wzbudzało szerszą dyskusję.



4. Jakie są Pani zdaniem najśmieszniejsze wpadki ortograficzne, które odkryła Pani w trakcie robienia korekty?

Ojjj, trudno byłoby mi teraz przypomnieć sobie takie „wpadki”. Było ich jednak wiele. Najzabawniejsze zwykle dotyczą jednak nie ortografii a pomyłki w znaczeniu użycia słowa, albo przekreśleniu słowa...

Kilka lat temu zespół redakcyjny podczas wrześniowego spotkania podjął decyzję o wprowadzeniu działu KONTROWERSJA. Były tam poruszane tematy dyskusyjne odnoszące się zarówno do funkcjonowania społeczności szkolnej w ekonomiku, jak i do życia w Polsce i na świecie. Wprowadzenie tego działu było strzałem w dziesiątkę. Czytający artykuły uczniowie przysyłali listy do redakcji, dzieląc się swoimi, często odmiennymi spostrzeżeniami na dany temat. W ten sposób wzrosła poczytność pisma.



6. Czy na przestrzeni lat zauważyła Pani zmianę w pracach uczniów, tematyce oraz podejściu do dziennikarstwa?

W piśmie podejmowane są różne tematy – zarówno te aktualne, jak strajk nauczycieli, pandemia czy wojna w Ukrainie (nic więc dziwnego, że z upływem czasu się zmieniają), jak i te powtarzalne, jak studniówka czy konkursy. Co do wkładu pracy uczniów, to zawsze zależało od składu zespołu. Bywały zespoły redakcyjne, które pracowały całkowicie same, same się spotykały, a mnie informowały tylko o ustaleniach (taki zespół redakcyjny pracował pod kierunkiem redaktora naczelnego Jacka Roska), ale i takie, które wymagały prowadzenia, inspirowania, podpowiadania i przypominania. To jest niezależne od czasów.

To jest uzależnione od składu zespołu.

To, co zmieniło się na pewno, to komunikacja. Dzisiaj można stworzyć grupę na messengerze, dzięki czemu informacje dochodzą błyskawicznie. Kilka lat temu wysyłałam uczniom maile i musiałam czekać na odpowiedź do czasu, aż odpiszą. Czasami trwało to kilka dni. Łatwiejsza jest reklama pisma (choćby przez stworzoną przez pana M. Maciuka stronę szkoły na FB czy stronę internetową szkoły). Te narzędzia ogromnie ułatwiają pracę.

7. Jak ocenia Pani swój czas spędzony w Ekonowince?

To był czas niezastąpiony. Czas poznawania moich uczniów z innej strony. Czas, w którym dowiadywałam się na przykład, że milczący, wycofany na zajęciach uczeń wspaniale wyraża się w formach pisemnych. To był czas poznawania pasji moich uczniów. Zajęcia j. polskiego, które prowadzę, nie zawsze pozwalają na poznanie Waszych zainteresowań. Natomiast w Ekonowince była okazja na prezentowanie niezwykle osób uczących się w naszej szkole. Pamiętam wspaniały cykl artykułów Kubu Szczygła, który pisał o wspinaczce wysokogórskiej; niezwykle wywiad z Maćkiem Sieńko opowiadającym o swojej iluzjonistycznej pasji i wyjątkowej podróży. Pamiętam, jak Natalia Ryś dzieliła się z czytelnikami swoimi spostrzeżeniami na temat twórczości F. Nietzschego, czy też wywiad z Pawłem Połciem, ukazujący go jako człowieka bardzo dojrzałego. Wspaniałe jest to, że wielu Waszych kolegów mogło debiutować na łamach Ekonowinki – do dziś pamiętam prozatorskie teksty Weroniki Wajszle, Diany Bruzdy, czy Wiktorii Pyziołek. Wymieniłam tylko kilka przykładów. Było ich znacznie więcej. To były moje odkrycia – niezwykle doświadczenie. Będzie mi tego bardzo brakować w moim nowym miejscu pracy!

8. Czy będzie Pani śledzić kolejne wydania Ekonowinki?

Oczywiście! Kibicuję Wam z całego serca i już nie mogę się doczekać kolejnego wydania pisma. Cieszę się, że jest publikowane na stronie internetowej szkoły, bo będę miała do niego dostęp. :)

wywiad przeprowadziła
Marianna Tora

„Literatura daje nam poczucie więzi duchowej z innymi ludźmi.“ (Rabindranath Tagore),
*czyli wywiad z nową nauczycielką języka polskiego
Panią Izabelą Czarkowską, przeprowadzony przez
Darię Wójtowicz i Karolinę Mleczo z klasy 3 c*

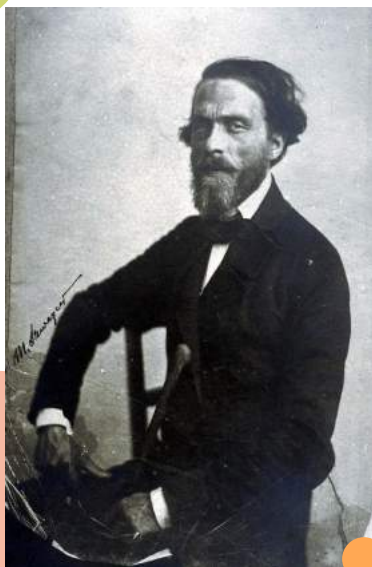


Daria: Która z epok literackich jest według Pani najbardziej interesująca?

ICz: Romantyzm, ponieważ wiele mówi o uczuciach oraz ukazuje wrażliwych bohaterów poszukujących sensu życia, zbuntowanych przeciwko złu świata. Młodzi mogą się fascynować takimi postaciami, bowiem w tym okresie życia człowiek jest idealistą, wierząc, że świat można zmienić na lepsze. Dlatego tacy bohaterowie jak Kordian lub Konrad z „Dziadów” części III mogą być wzorem.

Karolina: Jaki jest Pani ulubiony poeta?

ICz: Jan Kochanowski. Mimo iż tworzył tak dawno temu, to jego poezja jest bliska wielu pokoleniom Polaków oraz zawiera zawsze aktualne treści, wskazówki życiowe, mówiące o tym, żeby starać się być stoikiem, z dystansem podchodzić zarówno do chwil radosnych, jak i tych smutnych, a także korzystać z życia oraz się nim cieszyć.



Daria: Którą lekturę szkolną uważa Pani za najtrudniejszą?

I.Cz: Twórczość Cypriana Kamila Norwida, ponieważ wymaga znajomości Biblii, mitologii i innych tekstów kultury, do których się odwoływał. W związku z licznymi niedopowiedzeniami oraz przemilczeniami, interpretacja jego wierszy może stwarzać problemy.

Karolina: Skąd wzięło się u Pani zamiłowanie do języka polskiego?

I.Cz: W szkole podstawowej zaczęłam czytać książki, pasjonować się literaturą, która „daje nam poczucie duchowej wspólnoty z innymi ludźmi” (R.Tagore). Można również powiedzieć, że jest to jakaś moja tradycja rodzinna, gdyż rodzice także byli nauczycielami. Ojciec uczył języka polskiego, mama-geografii, a także specjalizowała a się w zakresie nauczania początkowego.

Daria: Jaki jest Pani ulubiony film?

I.Cz: Takich filmów jest na pewno kilka. Jeden z nich, oparty na podstawie powieści noblisty Gabriela Marqueza, nosi tytuł „Miłość w czasach zarazy”. Opowiada historię miłości silniejszej od śmierci i samotności. Spełnia się po wielu latach oczekiwania, wbrew przeciwnościom losu. Pokazuje, że człowiek, niezależnie od wieku, może przeżyć miłość tak, jak gdy był młody. Okazuje się, że nigdy nie jest za późno, gdy w grę wchodzi prawdziwe uczucie. Polecam obejrzeć!

Karolina: Jak do tej pory podoba się Pani w naszej szkole i jakie ma Pani odczucia w związku ze zmianą otoczenia?

I.Cz: Do tej pory pracowałam w mniejszej szkole, w mniejszym mieście, gdzie panowały cisza i spokój. Z tego powodu też jestem troszkę oszołomiona dynamiką miasta, jego hałasem, ogromem szkoły oraz liczbą młodzieży, a także kolegów z pracy, spośród których jeszcze niewielu znam.

Daria: Jak Pani odbiera uczniów?

I.Cz: Zaskakująco pozytywnie, ponieważ jest wielu sympatycznych, grzecznych i pomocnych. Niektórzy z nich pasjonują się literaturą i sztuką. Zajęcia z taką młodzieżą mogą przynieść niekłamana satysfakcję z pracy.

Karolina: Co robi Pani w wolnym czasie?

I.Cz: Ostatnio praktycznie wolnego czasu nie mam, jednak bardzo lubię spacerować, turystykę, zwłaszcza górską. Relaksuję się, jeżdżąc na rowerze i pływając. Pasjonuję się teatrem, sztuką, operą i operetką.

Daria: Jaka jest Pani ulubiona książka?

I.Cz.: „Imię róży” autorstwa Umberto Eco. Fascynująca książka o mrocznych czasach średniowiecza, oparta na wątku kryminalnym, ukazuje barwny obraz epoki oraz studium ludzkiej natury – słabej, niezdolnej oprzeć się pokusom. Jako wartości najcenniejsze wskazuje: wiedzę, rozum i miłość. Dwie pierwsze czynią człowieka odpornym na manipulację i uleganie złu, a ostatnia z wymienionych czyni nasze istnienie barwniejszym. Jeden z bohaterów Wilhelm z Baskerville wypowiada niezapomnianą kwestię na ten temat: „Jakie spokojne, ciche i bezpieczne byłoby bez miłości życie? I jakie nudne!”



Karolina: Dziękujemy za udzielenie zgody na wywiad poświęcenie nam swojego cennego czasu.

I.Cz: Było mi miło z Wami rozmawiać.

„Na matematykę jestem skazana genetycznie”, czyli wywiad z Panią Beatą Podolecką

Jednym z nowych pracowników w naszej szkole jest Pani Beata Podolecka – nauczycielka matematyki oraz informatyki. Poniżej prezentujemy wywiad, który mieliśmy przyjemność przeprowadzić z Panią.

Maksymilian Klita: Dzień dobry. Uczy Pani w naszej szkole już prawie miesiąc, czy w tym czasie zdążyła się Pani zaaklimatyzować w Ekonomiku?

Pani Beata Podolecka: Dzień dobry. Mogę śmiało powiedzieć, że bardzo dobrze się tutaj zaaklimatyzowałam. Moi uczniowie są cudowni, więc z chęcią przekazuję im wiedzę.

Maksymilian: Cieszę się bardzo. Co zadecydowało, że została Pani nauczycielką? Czy ktoś Panią zainspirował do tego zawodu?

BP: Właściwie o pracy nauczyciela myślałam od 10. roku życia. Już będąc uczennicą szkoły podstawowej, chciałam uczyć matematyki. Miałam bardzo sympatyczną matematyczkę, która w pewnym sensie była moją inspiracją.

Dodatkowo jestem „skazana genetycznie” na matematykę. W mojej najbliższej rodzinie mam kilkunastu matematyków. Natomiast za informatyką kryje się ciekawa historia. Do jej studiowania zmotywowały mnie luki w tej dziedzinie spowodowane brakiem lekcji informatyki w szkole. W związku z tym postanowiłam rozwinąć się w tym kierunku.

Maksymilian: Niesamowita historia. Wielu naszych czytelników w tym momencie będzie zastanawiało się, jaką Pani była uczennicą w szkole?

BP: Muszę przyznać, że uczennicą byłam naprawdę dobrą. Zdarzyło mi się nawet prowadzić lekcję podczas wizytacji dyrekcji.

Maksymilian: Rozumiem. Co więc Pani najbardziej lubi w swojej pracy?

BP: Najlepszy w tym zawodzie jest kontakt z młodzieżą. Młodzież jest niesamowita. Papież Jan Paweł II spędzał dużo czasu z młodzieżą, dzięki czemu bardzo często chodził uśmiechnięty.

Maksymilian: Gdyby mogła Pani powiedzieć coś 20-letniej sobie, to co by to było?

BP: Może cię tutaj zaskoczę, ale myślę, że z perspektywy czasu raczej nic. Uważam, że spełniłam i cały czas spełniam swoje marzenia. Cieszę się również, że mogę pomagać spełniać marzenia moich dzieci.

Maksymilian: Wiemy już, dlaczego nauczanie. Jednak co lubi Pani robić w wolnym czasie? Jakie są Pani pasje?

BP: Pływam, uprawiam windsurfing, trenowałam wyczynowo lekkoatletykę. Startowałam w siedmioboju oraz pomagałam przygotować się córce do tej dyscypliny. Lubię tańczyć, jednak tylko w domowej atmosferze i oczywiście przy dobrej muzyce. Gram w szachy oraz prowadzę turnieje szachowe. Marzy mi się stworzenie w szkole zespołu gospel (rodzaj chrześcijańskiej muzyki sakralnej z połączeniem języka polskiego i angielskiego).

Maksymilian: Jest Pani naprawdę aktywną osobą. Dziękuję za poświęcony czas i odpowiedzi na wszystkie pytania.
Ja również dziękuję. Cała przyjemność po mojej stronie.

Pani Podolecka jest również autorką zagadek logicznych. W ramach niespodzianki przekazała nam zagadkę logiczną:

Jest pięć kapeluszy: dwa czerwone i trzy białe. Trzy osoby siedzą w rzędzie (jedna za drugą) z zasłoniętymi oczami. Na ich głowach położono kapelusze. Pierwszej osobie odsłonięto oczy i zapytano się jej, czy wie jakiego koloru jest jej kapelusz – odpowiedziała przecząco. Z drugą osobą zrobiono podobnie – również nie wiedziała, jakiego koloru kapelusz ma na głowie. Pierwszą osobę również zapytano o kolor kapelusza, jednak ona już wiedziała. Jaki jest kolor kapelusza, który znajduje się na głowie pierwszej osoby?

Rozwiązanie zagadki ukaże się w kolejnym wydaniu Ekonowinki.

Oliwia Wielocha 3B
Maksymilian Klita 3B

Wywiad z panią psycholog Justyną Machulak.

Jestem psychologiem, psycho-
terapeutą w trakcie 4 - letniego
całościowego szkolenia organi-
zowanego przez Gabinet Psy-
chiatрії Psychodynamicznej
Katedry i Kliniki Psychiatрії
Dorosłych, Dzieci i Młodzieży
Szpitala Uniwersyteckiego w
Krakowie. Pracuję głównie z
młodzieżą, która zmagą się z
problemami z kręgu zaburzeń
depresyjnych, lękowych zwią-
zanych ze stresem pod postacią
somatyczną, zachowań autode-
struktywnych (samookalecze-
nia, próby samobójcze), kryzys
emocjonalny.

Wolny czas poświęcam na
czytanie książek, chodzenie na
długie spacerzy natomiast
wiosna i lato to czas na wyjście
na szlak zmęczenie i obcowanie
z przyrodą to jest to co kocham.

Emilia: Skąd pomysł na pracę jako psycholog w szkole?

JM: Nie ukrywam, że lubię kontakt z młodymi ludźmi i wcześniejsze moje doświadczenie zawodo-
we również było związane z młodzieżą, dlatego też
zdecydowałam się na pracę w szkole, gdyż dobrze
się czuję z wami tutaj.

Emilia: Rozumiem. Jak często uczniowie przy- chodzą do Pani, żeby porozmawiać o swoich

JM: Przychodzą coraz częściej tutaj do nas,
zarówno chłopcy, jak i dziewczęta, codziennie, cza-
sami nawet po cztery osoby jednocześnie. Są też
interwencje kryzysowe, kiedy problem jest na tyle
przytłaczający, jesteście na tyle zestresowani, że po
prostu musicie tu przyjść, żeby te emocje opadły,
żeby wytłumaczyć pewne sytuacje, które zaszły
akurat w danym momencie.

Emilia: Uczniowie częściej przychodzą z proble- mami związanymi stricte ze szkołą czy z prywat- nymi również?

JM: Z problemami prywatnymi. Problemy rówieśni-
cze, rodzinne to są problemy, z którymi na razie
najczęściej przychodzą.

Emilia: Czy jest trudno słuchać o problemach młodych ludzi?



JM: Zawód psychologa nie należy do łatwych. Na pewno wymaga nie tylko
odpowiedzialności cywilnej czy moralnej, ale też empatii, porusza serce
psychologa. Profesjonalizm wymaga panowania przez psychologa nad wła-
snymi emocjami i nieokazywania ich, Aby móc pomagać skuteczniej, zaczę-
łam też studia psychoterapeutyczne w zakresie terapii psychodynamicznej.
Wsparcia w terapii udzielają nam superwizjerzy- osoby z dłuższym stażem
pracy i większym doświadczeniem, z którymi konsultujemy problemy
pacjentów. Należy też pamiętać, że do psychologa szkolnego powinny się
zgłaszać wszystkie osoby, które mają jakiś problem, który im ciąży, i do tego
stopnia ciąży, że nie mogą sobie z nim poradzić sami i nie mają wokół siebie
osób, które mogą im go rozwiązać. Wtedy jest konieczność przyścia do psy-
chologa i nie należy się tego bać.

My jesteśmy otwarte tutaj dla was, zapraszamy was bardzo serdecznie do nas. Na pewno też proponujemy wam różne formy pracy. Czasami jest tak, że może być to rozmowa wspierająca lub propozycja dokonania jakiejś zmiany w sobie. Nie podejmujemy żadnych działań bez uzyskania waszej zgody. Natomiast należy też pamiętać, że psychologa obowiązują pewne zasady prawne. Zawsze, jeżeli się źle czujecie, możecie przyjść sami z własnej inicjatywy. Może zlecić wam to wychowawca. Natomiast należy pamiętać, że dłuższa praca z wami, jeżeli wyrażacie na to zgodę, musi być też poparta zgodą rodziców. Każdy z was jest indywidualny, więc te metody pracy zawsze trzeba dobierać elastycznie, tak, żeby kogoś nie skrzywdzić bardziej.

Emilia: Czy gdy uczniowie przychodzą, pierwszy raz na przykład, ciężko jest im się wysławić? Musi pani drążyć, zadawać kolejne pytania? Starają się sami mówić?

JM: Zależy, jest różnie. Nie znamy się, więc każdy odczuwa taką barierę i strach przed rozmową z drugim człowiekiem i to nie jest takie proste i oczywiste, że my przychodzimy i nie znamy tej osoby,

a mamy powiedzieć o czymś naprawdę bolesnym w naszym życiu. Czasami potrzeba więcej czasu, żeby poznać tego psychologa, otworzyć się i powiedzieć więcej. I zawsze o tym mówimy, że dajemy ten czas: „Nie bój się. Dobrze, że przyszedłeś, przyszedłaś. Możesz przychodzić tu tyle razy, aż się odważysz i powiesz, o co tak naprawdę chodzi, co się dzieje w twoim życiu.”

Emilia: A teraz na koniec, czy jest jeszcze coś, co chciałaby pani powiedzieć uczniom?

JM: Nie bójcie się, przychodźcie, bo naprawdę jesteśmy otwarte na pracę z wami. Cieszę, że są momenty, kiedy tu się drzwi nie zamykają, przychodzicie i rozwiązujemy wasze problemy. My to dopiero zaczynamy, więc u nas wszystko się dopiero buduje. Zastanawiamy się, co można by było jeszcze zrobić fajnego dla was. I zachęcam, zachęcam jeszcze raz: przychodźcie tutaj do nas, nie bójcie się. Jesteśmy naprawdę fajnymi babkami i będziemy wam służyć pomocą i wsparciem z całego serca.

Emilia Majewska

Wywiad z Panią Dianą Otrębowską – Panią psycholog - przeprowadziła Oliwia Ogorzałek z 4E.

O.O.: Dzień dobry.

Pani Psycholog: Dzień dobry.

O.O.: Pierwsze pytanie na dobry początek, jak Pani podoba się nasza szkoła?

PP: Jest to dla mnie zupełnie nowa szkoła, ponieważ wcześniej pracowałam w zupełnie innym miejscu. Mieści się ona w zabytkowym budynku, o którego zachowanie w niezmiennym stanie wszyscy musimy dbać. Dotychczas pracowałam w placówkach, które nie były zabytkami. Jeśli chodzi o nauczycieli, jestem jeszcze w trakcie poznawania wszystkich, tak samo jak uczniów, ale mi się tutaj podoba i bardzo by mnie cieszyło, gdyby ta współpraca się dalej dobrze rozwijała.



D: Myślę, że na pewno się Pani tutaj spodoba po dłuższym pobycie. Przy okazji odpowiedziała Pani po części na moje drugie pytanie dotyczące Pani przeszłości zawodowej.

PP: Pracowałam w przedszkolu, ale miałam spotkania w szkołach licealnych. W bursie mieliśmy spotkania warsztatowe dotyczące sposobów radzenia sobie z depresją i stresem. To była moja dawna szkoła, w której nauczyciele poprosili o przeprowadzenie takich warsztatów. Więc jakieś doświadczenie ze średnią szkołą mam, ale wcześniej pracowałam w przedszkolu.

D: A teraz takie bardziej prywatne pytanie, czy zawsze Pani myślała o pracy psychologa?

PP: Na początku chciałam być nauczycielką, ale nie mogłam zdecydować się na żaden przedmiot. Natomiast zawsze chciałam pomagać ludziom i też od zawsze mnie interesowało, jak ludzie funkcjonują, z czego się biorą dane zachowania. W gimnazjum wzbudziło się we mnie takie poczucie, że psychologia to jest to. Później w liceum już zupełnie się upewniłam, że to właściwy kierunek mojej drogi.

D: Czyli od zawsze gdzieś ta psychologia była przy Pani?

PP: Tak, tak. Gdzieś zawsze wokół mnie to krążyło i w sercu mi pikało, że psychologia to jest to, co chcę robić.

D: Czy uważa Pani, że psychologia jest dla każdego i każdy mógłby zostać psychologiem?

PP: Myślę, że nie. Dla ludzi, którzy chcą studiować psychologię, powinny być robione testy, żeby osoby o zaburzonej osobowości nie trafiały do zawodu. Myślę, że nie każdy się do tego nadaje. Większość studentów to są ludzie, którzy idą po to, aby dowiedzieć się czegoś o sobie. Oczywiście studiując psychologię nie da się nie dowiedzieć czegoś o sobie, ale to nie powinien być główny powód pójścia na te studia. Więc nie każdy powinien na tą psychologię iść.

D: Czy wielu uczniów przychodzi do gabinetu po pomoc?

PP: Na razie powiedziałabym, że niewielu. Ale mamy wrzesień, początek roku, więc myślę, że każdy jednak jeszcze jest myślami na wakacjach. W przypadku osób z pierwszych klas to one bardziej skupiają się na poznawaniu nauczycieli, siebie nawzajem. Razem z Panią Justyną nie oczekujemy, że nagle będą tutaj tłumy, ale pojedyncze osoby zaczynają do nas przychodzić. A z tego, co słyszałam, tutaj w szkole, to w październiku może być większa ilość osób chętnych do przyjścia. Wielu uczniów zaczęło się o nas pytać więc myślę, że idziemy do przodu.

D: A czy myśli Pani, że każdy uczeń powinien chociaż raz odwiedzić gabinet psychologa tylko po to, żeby porozmawiać, pomimo że nie ma żadnych problemów?

PP: Myślę, że jeśli ktoś czuje taką potrzebę, to powinien. Przypuśćmy, że mamy osobę, która nie ma żadnych problemów i dobrze sobie radzi na co dzień, nic się nie dzieje takiego poważnego czy kryzysowego, ale ma ochotę porozmawiać z psychologiem, to w takiej sytuacji jak najbardziej może przyjść i porozmawiać. Funkcja psychologa szkolnego polega na tym, że jesteśmy tutaj jako pomoc, jeśli zaistnieje sytuacja kryzysowa lub mamy problemy z emocjami i stresem.

D: Czy myśli Pani, że uczniowie oraz ogólnie ludzie mogą odczuwać wstyd i chcą ukrywać przed resztą to, że chodzą do psychologa i, jeżeli tak, to czym to jest spowodowane?

PP: Myślę, że dużo się zmienia. Kiedyś psycholog był kojarzony i mylony z psychiatrą. Psychiatria zajmuje się zupełnie czymś innym niż psycholog. Do pierwszego idziemy, aby nam wypisać leki. Psycholog nam ich nie wypisze, ponieważ nie ma takiej możliwości. Udajemy się do niego na terapię. Oczywiście psychiatra wypyta się o stan emocjonalny, ale to nie jest terapia.. Czasem też jest tak, że chodzi się do obydwu, np. przy zaburzeniach lękowych chodzi się na terapię do psychologa i po leki do psychiatry, ponieważ to lepiej współgra i łatwiej nam jest wyjść z tego kryzysu. Więc jeśli chodzi o wstyd, to dużo się zmieniło. Było kiedyś przekonanie, że jak się chodzi na terapię, to za chwilę trafi się do zakładu psychiatrycznego, itp. W tym momencie jest zupełnie inaczej. Ludzie mają większą świadomość tego, czym zajmuje się psycholog. Przede wszystkim młodzi ludzie mają tę wiedzę, czasami nawet większą od dorosłych ludzi, więc myślę, że już jest mniejszy ten wstyd i obawa, jak ocenią nas ludzie, gdy zwrócimy się o pomoc do specjalisty.

D: A jak przemóc strach przed przyjściem do gabinetu?

PP: Myślę, że jeżeli już ktoś myśli o tym, żeby pójść, to jest pierwszy krok. Jeżeli ktoś się obawia przyjść na przerwie między lekcjami, to można przyjść przed lub po lekcjach. Można też napisać do nas przez dziennik elektroniczny i umówić się na spotkanie. Też trzeba sobie uświadomić, że nie jesteśmy jedyną osobą, która potrzebuje pomocy. Lepiej jest iść niż nie pójść, ponieważ jest to dobry krok, żeby coś zmienić w swoim życiu. A jeśli o tym pomyśleliśmy, to znaczy, że jednak mamy z czymś problem i sobie nie radzimy. Warto też usłyszeć, co osoba trzecia myśli o danej sprawie, żeby zobaczyć swoje życie z innej perspektywy.

D: A czy Pani zdaniem problemy psychiczne uczniów są związane głównie ze szkołą czy bardziej tym co się dzieje w domu, w życiu prywatnym?

PP: Po pierwsze to jest jednak indywidualna sprawa, ale druga rzecz to trudno oddzielić problemy w domu od osobistych.. Zazwyczaj to się nakłada na siebie, więc z reguły jak ktoś przychodzi i ma problem np. z matematyką, bo się boi i nie rozumie, to jednak nie będzie to problem tylko z matematyką, ale również z jakąś relacją, np. w domu. Tak jak wcześniej powiedziałam, jednak nakładają się na siebie różne sprawy i idą, że tak powiem w parze.

D: Czyli to nie tak, że to tylko szkoła powoduje jakieś problemy psychiczne?

PP: Nie, z reguły nie. Myślę, że to są rzadkie przypadki.

D: A czy można przyjść do Pani z bardziej błahymi sprawami, typu dostałem/dostałam jedynkę i jest mi smutno?

PP: Jeszcze nikt z takim problemem nie przyszedł, ale jak najbardziej można przyjść, skonsultować się czy to jest tylko kwestia, że dostałem/dostałam jedynkę i jest mi przykro, czy jednak jest coś głębszego w tym, np. lęk przed reakcją ze strony rodziców. do czynienia z Ale nawet gdy to jest jednorazowa sytuacja z oceną, to oczywiście, że może do nas przyjść i porozmawiać. A jeżeli jest ten problem głębszy, to możemy się umawiać na kolejne spotkania, aby omówić to wszystko i wytłumaczyć, jak można sobie z tym radzić lub skierować do poradni.

D: To bardzo ważne, żeby wszyscy wiedzieli, że mogą przyjść do szkolnego psychologa nawet z błahą sprawą.

PP: Dokładnie, lepiej przyjść niż nie przyjść.

D: To jeszcze ostatnie pytanie. Z racji, że jesień tuż za rogiem i za chwilę zacznie się pora siedzenia w domu z herbatką i pod kocykiem, jakie Pani poleca książki do przeczytania?

PP: Ja polecam "Możesz uzdrowić swoje życie" Louise L. Hay`a. Jest to książka poradnikowa. Ja ją czytałam dwa razy w swoim życiu, za pierwszym razem kończąc liceum, a później po skończeniu studiów. W wtedy odnalazłam w niej nowe rzeczy, na które wcześniej nie zwróciłam uwagi. A inną książką jest "W pułapce myśli - dla nastolatków. Jak skutecznie poradzić sobie z depresją, stresem i lękiem" Louise Hayes`a, Ann Bailey, Joseph Ciarrochi`ego.

D: Dziękuję ślicznie za udzielenie mi wywiadu.

PP: Również dziękuję

Inflacja. Jak działa? Jakie są jej przyczyny i skutki?

Inflacja i jej typy

Inflacja jest to wzrost ogólnego poziomu cen w gospodarce. Miarą jej nasilenia jest stopa inflacji, czyli procentowa zmiana ogólnego poziomu cen w kolejnych okresach, najczęściej liczona rok do roku. Do jej obliczenia najczęściej używa się indeksu cen towarów i usług konsumpcyjnych CPI.

Poza CPI jednym z ważniejszych mierników poziomu inflacji jest inflacja producencka (indeks PPI) (ang. Producer Price Index). W Polsce odnosi się go jedynie do produkcji sprzedanej przemysłu, a konkretnie do zmian cen bazowych w sektorach: górnictwie i przemyśle wydobywczym; przetwórstwie przemysłowym, dostawie wody; gospodarowaniu ściekami i odpadami, rekultywacji; zaopatrywaniu w gaz, parę wodną oraz gorącą wodę. Śledzenie wskaźnika PPI ma ogromne znaczenie dlatego, że jego wzrost lub spadek może dużo wcześniej zapowiedzieć, że podniesione lub obniżone zostaną stopy procentowe. Wskaźnik PPI wyższy od zakładanego najprawdopodobniej pozytywnie wpłynie na sytuację waluty danego kraju, zaś wynik niższy od spodziewanego wywrze na niej negatywny skutek.

Co miesiąc analizuje się ok. 30 tys. reprezentatywnych wyrobów oraz usług. Za każdym razem są one zbierane od około 3,3 tys. podmiotów gospodarczych.

Jeśli wskaźnik PPI rośnie, można z dużym prawdopodobieństwem spodziewać się wzrostu cen detalicznych i odwrotnie – gdy PPI maleje, można zakładać, że zmaleją również ceny detaliczne.

Ze względu na stopę inflacji wyróżniamy pięć typów inflacji.

Ze względu na stopę inflacji wyróżniamy pięć typów inflacji. Pierwszym typem jest deflacja, czyli inflacja ujemna. Kolejnym jest inflacja pełzająca (nie większa niż kilka procent rocznie) – jest ona zjawiskiem normalnym w gospodarce. Inflacja, która napędza rosnący poziom inflacji i może wymknąć się spod kontroli, to inflacja krocząca (od kilku do kilkunastu procent rocznie). Z kolei inflacja galopująca (powyżej 20% w skali roku) hamuje rozwój gospodarki oraz powoduje utrudnienia w ochronie rzeczywistej siły nabywczej pieniądza. Najczarniejszym scenariuszem systemu finansowego kraju jest hiperinflacja (ponad 150% rocznie) – powoduje ona jego całkowite załamanie.

W Polsce stopa inflacji w sierpniu 2022 r. wyniosła 16,1%. Oznacza to, że ceny towarów i usług konsumpcyjnych w tym miesiącu w porównaniu z analogicznym miesiącem ubiegłego roku wzrosły o 16,1%.

Inflacja w Polsce

Najważniejszą przyczyną inflacji w Polsce są: rosnące ceny paliw i energii w skali globalnej, a także: odbicie koniunktury gospodarczej po kryzysie związanym z pandemią, ekspansywna polityka fiskalna państwa, presja na wzrost wynagrodzeń spowodowana niedoborem pracowników na rynku pracy, zakłócenia łańcuchów dostaw zmniejszające podaż niektórych dóbr oraz zwiększony popyt na dobra pierwszej potrzeby ze strony uchodźców wojennych.

Skutkiem inflacji w Polsce jest spadek siły nabywczej pieniądza. Powoduje to naciski pracowników na wzrost płac (błędne koło), brak stabilności w prowadzeniu działalności gospodarczej, ograniczenie produkcji, wzrost cen nieruchomości (spowodowane przez inwestowanie głównie w stabilne i bezpieczne aktywa), wyższe kredyty.

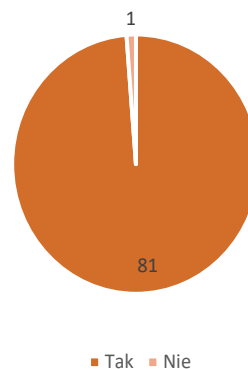
Inflacja oczami uczniów Ekonomika

Od piątku 23 września do soboty 24 września uczniowie naszej szkoły mieli okazję wziąć udział w krótkim badaniu statystycznym online dotyczącym zjawiska inflacji w Polsce. W naszej ankiecie wzięło udział 82 respondentów. Formularz składał się z czterech pytań, które miały przybliżyć, jak powszechny wzrost cen jest postrzegany przez naszych rówieśników.

W pierwszym pytaniu chcieliśmy dowiedzieć się, ilu ankietowanych zaobserwowało zjawisko inflacji w naszym kraju.

Zdecydowana większość, bo aż 81 respondentów (98,78%), odpowiedziała twierdząco na to pytanie. Tylko jedna osoba zadeklarowała, że nie zaobserwowała powszechnego wzrostu cen w Polsce.

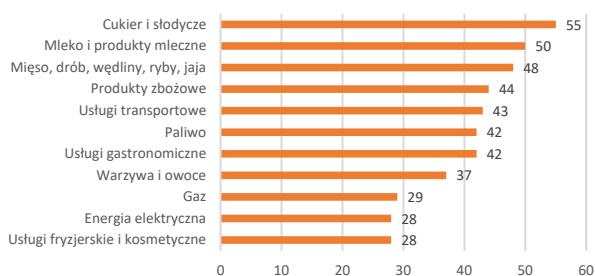
Czy w ostatnim czasie zaobserwowałeś/aś zjawisko inflacji w Polsce?



Drugie pytanie dotyczyło wzrostu cen poszczególnych kategorii produktów i usług.

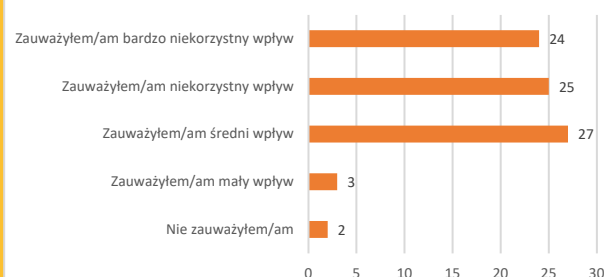
Według ankietowanych cukier i słodczyce podrożały najbardziej – tę kategorię wskazało aż 55 respondentów. Na drugim miejscu znalazły się mleko i produkty mleczne – ta kategoria została wskazana przez 50 ankietowanych. Mięso, drób, wędliny, ryby oraz jaja – tę odpowiedź zaznaczyło 48 osób, co czyni ją trzecią w rankingu..

Co na podstawie Twoich obserwacji podróżowało najbardziej?



Trzecie pytanie miało nam zobrazować, jak inflacja wpływa na poziom życia respondentów.

Czy zauważyłeś/aś niekorzystny wpływ inflacji na Twój poziom życia?



stwa, pandemię koronawirusa i jej skutki oraz sytuację polityczną na świecie.

W tym pytaniu ankietowani mogli również dodawać inne odpowiedzi – dzięki tej opcji dowiadujemy się, że respondenci zaobserwowali wyższe ceny odzieży, kosmetyków, alkoholu, wyrobów tytoniowych oraz opłat związanych z wynajmowaniem mieszkania.

Aż 49 ankietowanych stwierdziło, że inflacja ma bardzo niekorzystny lub niekorzystny wpływ na ich poziom życia. Według 27 osób powszechny wzrost cen wpłynął niekorzystnie na ich poziom życia, ale w średnim stopniu. Tylko 3 osoby zaobserwowały niewielkie pogorszenie ich poziomu życia spowodowane inflacją, a zaledwie 2 osoby nie zauważyły niekorzystnego wpływu tego zjawiska.

W ostatnim pytaniu ankietowani mieli okazję podzielić się z nami swoją opinią dotyczącą przyczyn inflacji.

Respondenci jako przyczynę powszechnego wzrostu cen wskazywali najczęściej: wojnę na Ukrainie, nieodpowiednią politykę władz państwa, pandemię koronawirusa i jej skutki oraz sytuację polityczną na świecie.

Hiperinflacja w Wenezueli

Walutą obowiązującą w Wenezueli jest wprowadzony w 1879 roku boliwar. Do lat 70. XX wieku był bardzo stabilną i powszechnie akceptowaną walutą. Jednakże później z uwagi na wysoką inflację waluta straciła na wartości. W 2007 roku Centralny Bank Wenezueli ogłosił

denominację boliwara w stosunku 1000:1. Następnie w marcu 2018 r. nastąpiła denominacja waluty w stosunku 100 000:1. Ostatnią denominację – w stosunku 1 000 000:1 Wenezuela przeprowadziła w 2021 r. z powodu inflacji sięgającej 5500% rocznie.

Kurs wprowadzonego w 2018 r. bolívara soberano przez większość czasu był w zaokrągleniu równy 0,00 zł. We wrześniu ubiegłego roku 1 boliwar był wart 0,00000093 zł. Dopiero z końcem 2021 roku w wyniku denominacji boliwara – w stosunku 1 000 000:1 jego kurs się zwiększył, jednakże nietrudno zauważyć, że ma on tendencję spadkową.

W kraju panuje ogólna bieda – około 90% ludności żyje w skrajnym ubóstwie. Minimalne wynagrodzenie wynosi ok. 2 USD. Boliwar nie jest powszechnie uznaną walutą (nie możemy go kupić ani sprzedać w kantorze). Najwyższy poziom rocznej inflacji zanotowano w Wenezueli w 2018 roku, kiedy wyniosła ponad 130 000 procent.

Maksymilian Klita 3B
Adrian Matykiewicz 3B

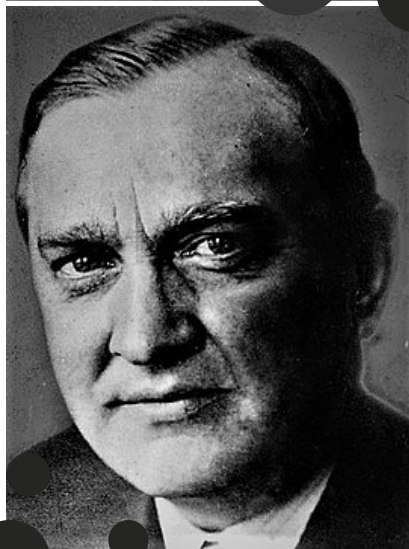


kurczak za 14 600 000 milionów boliwarów (w 2018 r. była to równowartość ok. 8 zł).



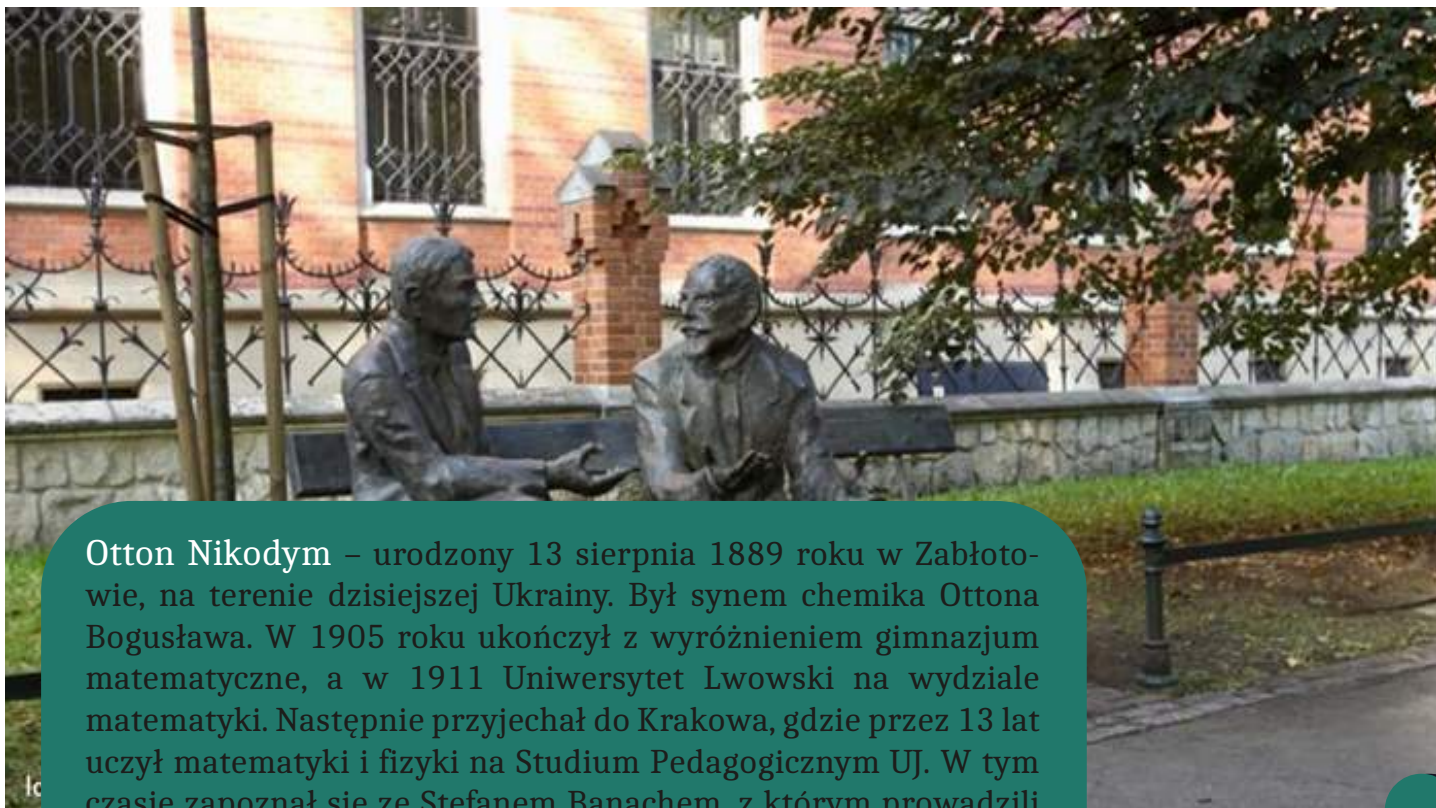
Słynni krakowscy matematycy

Na krakowskich plantach, zaraz naprzeciwko wzgórza wawelskiego, znajduje się pewna tajemnicza ławka. Siedzi na niej dwóch mężczyzn wyglądających tak, jakby rozmawiali. Niewiele jednak osób wie, że rzeźba ta przedstawia dwóch słynnych matematyków – Stefana Banacha i Ottona Nikodyma. Kim oni byli i dlaczego są ważni, dowiedziecie się z tego artykułu.



Stefan Banach – urodzony 30 marca 1892 roku w Krakowie.

Matematyk mieszkał w rodzinie zastępczej (Z ojcem widywał się sporadycznie). Podczas I wojny światowej nie został wcielony do wojska z powodu leworęczności i wady wzroku. Jego kariera nabrała rozpędu w dosyć przypadkowy sposób. W 1916 roku dr Hugo Steinhaus usłyszał rozmowę Stefana z Ottonem Nikodymem na temat całki Lebesgue'a. To spotkanie zapoczątkowało wieloletnią współpracę. W 1920 roku bez dyplomu ukończenia studiów Banach zaczął doktorat pod okiem prof. Antoniego Łomnickiego na Uniwersytecie Jana Kazimierza we Lwowie. Dostał taką możliwość dzięki rozprawie, w której zawarł podstawowe twierdzenie analizy funkcjonalnej – nowej dyscypliny matematycznej. Zawarł w niej również definicję „przestrzeni B”, która w późniejszym czasie została nazwana „przestrzenią Banacha”. 3 listopada 1920 roku zdał egzamin z matematyki i fizyki na ocenę celującą, dzięki czemu uzyskał tytuł doktora. Dwa lata później habilitował się, a w 1927 roku został on profesorem Uniwersytetu we Lwowie. W 1936 roku w Oslo odbył się Międzynarodowy Kongres Matematyczny, na którym powierzono mu jeden odczyt plenarny. Był również laureatem kilku nagród naukowych, a w 1939 roku wybrano go na prezesa Polskiego Towarzystwa Matematycznego. Jest autorem ponad 60 prac i twórcą twierdzeń o fundamentalnym znaczeniu dla wielu działów matematyki. W 1945 roku Stefan Banach zachorował na raka płuc. Zmarł 31 sierpnia 1945 roku. Pochowany został na cmentarzu we Lwowie obok Marii Konopnickiej.



Otton Nikodym – urodzony 13 sierpnia 1889 roku w Zabłotowie, na terenie dzisiejszej Ukrainy. Był synem chemika Ottona Bogusława. W 1905 roku ukończył z wyróżnieniem gimnazjum matematyczne, a w 1911 Uniwersytet Lwowski na wydziale matematyki. Następnie przyjechał do Krakowa, gdzie przez 13 lat uczył matematyki i fizyki na Studium Pedagogicznym UJ. W tym czasie zapoznał się ze Stefanem Banachem, z którym prowadzili matematyczne rozmowy na Plantach. Nikodym był jednym z 16 założycieli Polskiego Towarzystwa Matematycznego. W 1924 roku po przybyciu do Warszawy doktoryzował się, a w 1927 roku habilitował się na Uniwersytecie Warszawskim. 3 lata później zmodyfikował twierdzenie Johanna Radona, które nazwano twierdzeniem Radona-Nikodyma, natomiast w 1933 roku przyjechał do Krakowa i od 1945 roku zdobył funkcję profesora nadzwyczajnego na Politechnice Krakowskiej. Po zakończeniu wojny w 1946 roku wyjechał do Belgii i Francji, a rok później przeprowadził się do USA. Był tam profesorem w Kenyon College w Ohio. Ostatecznie od 1966 roku pracował naukowo w Utica. Zmarł 4 maja 1974 roku w amerykańskim Utica. Najbardziej znany jest ze swoich osiągnięć w dziedzinie miary i całki. W czasie swojego życia opracował wiele danych matematycznych, w tym ww. twierdzenie Radona-Nikodyma, twierdzenie Nikodyma o zbieżności, o ograniczoności, pochodną Nikodyma oraz zbiór Nikodyma.



Oliwia Wielocha 3B
Jakub Jędras 3B

Polskie regiony dobrą kuchnią słyną

Autor: Agnieszka Rydz – nauczyciel hotelarsko-turystyczny

Na początek żart, który stanowi zaprzeczenie tego, co naprawdę artykuł chce Wam przekazać:

„Gość do kelnera w restauracji: Chciałbym porozmawiać z szefem kuchni. Interesuje mnie przepis na ten sos, którym były polane ziemniaki.

-Tak panu smakował?

-Nie, ale szukam dobrego kleju do tapet”.

Być może są osoby, które tak wspominają niektóre wizyty w restauracji lub barach mlecznych stanowiących wspomnienie minionej epoki PRL. Innym polska kuchnia może się kojarzyć wyłącznie z pomidorową, flaczkami, pierogami, czy kotлетem schabowym z kapustą zasmażaną. Wasi rodzice lub dziadkowie zapewne pamiętają poprzedni ustrój i fakt, że brak towarów na półkach sklepowych dość skutecznie tłumził bogatą i różnorodną polską kulturę kulinarną, ale jedno jest pewne: ani rozbiory, ani wojna, ani PRL, nie zdołały zniszczyć naszego dziedzictwa. Wręcz przeciwnie, trudne czasy i różne wpływy nawet ją wzbogaciły, przez co możemy teraz przeżywać renesans polskiej kuchni wraz ze wszystkimi jej regionalnymi wariantami. Czas najwyższy żebyście i Wy na stronach „Ekonowinki” rozpoczęli tę podróż po zakamarkach polskich regionów skrywających to, co pyszne i niezwykle.

Dziś na swój stół zaproszą nas najbliższa nam Małopolska i Podhale. Kuchnia góralska różni się od tej w pozostałej części Małopolski, ze względu na surowy klimat i dominację hodowli owiec.

W dzień powszedni, na góralskich stołach dominowały potrawy proste, oparte na łatwo dostępnych ziemniakach, kapuście, słoninie oraz serach i kwaśnym mleku. Mięso to raczej rarytas świąteczny i to w dużej mierze była jagnięcina i baranina. Z drugiej strony kto z nas nie lubi młodych ziemniaczków z koperkiem i kefirem. Do dziś wielu turystów w góralskich karczmach chętnie próbuje kwaśnicy – dania jednogarnkowego z kwaśną kapustą z ziemniakami, gotowanej na wywarze z wędzonych żeberk, pieczonej baraniny lub jagnięciny, golonki po góralsku czy pieczonego pstrąga.

Będąc jednak w górach warto zajrzeć do bacówek, gdzie spróbować można tradycyjnego oscypka – sera podpuszczkowego, wyciskanego na drewnianych wrzecionach, podawanego wędzeniu lub pozostawionego w wersji naturalnej. Prawdziwe oscypki górale robią tylko od maja do września, bo tylko wtedy na polanach wypasa się owce. Zimą na Krupówkach kupimy serki które z oscypkiem nie mają wiele wspólnego. W oscypku musi przeważać mleko owcze – oscypki z certyfikowanych bacówek muszą mieć minimum 60% mleka owczego.



<https://sopkistopki.pl/produkt/zetyca-owcza/>

Inną specjalnością bacówek jest zetyca- to serwatka, która powstaje przy wyrabianiu oscypków i bundzu z mleka owczego ściętego podpuszczką. Świeża zetyca ma słodkawy smak, z kolei kilkudniowa - kwaśny. Wypicie zbyt dużej ilości napoju może wywołać działanie przeczyszczające.



<https://stoisko-sylwia.pl/produkt/bundz-sladki/>

Jak już jesteśmy przy serach to w górach prawdziwym rarytasem jest bundz – miękki biały ser podpuszczkowy z mleka owczego, z dodatkiem krowiego. Trochę podobny do mozzarelli oraz bryndzy, którą wytwarza się z dojrzewającego bundzu. Bryndza jest bardziej krucha i często z dodatkiem soli i innych dodatków smakowych. Turyści kupują jeszcze korbacze – serki w kształcie makaronu z mleka krowiego lub gołki o walcowatym kształcie.

W górskich domach często gotuje się potrawy z ziemniaków. Jedną z nich są kluski hałuski, wyrabiane z tartych ziemniaków, odciskanych i gotowane na wodzie. Klusieczki te podaje się z omastą lub bryndzą. Kolejne to moskole, czyli placuszki z gotowanych ziemniaków, pieczone na blasze lub patelni.



Pixa bay



<https://www.tasteaway.pl/gdzie-zjesc-prawdziwego-oscypka/>

Słodkości w postaci ciast pieczono zwykle na niedziele i święta, a wśród nich warto polecić babki ziemniaczano-drożdżowe (tzw. hrube baby), kołaczki, makowce i strudel z jabłkami. Kuchnia góralska to nie tylko Podhale, ale także Sądecczyzna, a tam mamy górali nazywanych Lachami Sądeckimi. W tym regionie podobnie jak na Podhalu, królują sery owcze i krowie i potrawy z ziemniaków. Wśród lokalnych przysmaków znajdziemy groch z kapustą – czyli bomba, zupę karpieleńską – czyli z brukwi (podobna do buraka cukrowego). Na liście produktów regionalnych znajdziemy także jabłka łąckie, wędzoną śliwkę, czyli Suska Sechłońska (tutaj prężnie działa stowarzyszenie „Na śliwkowym szlaku”), polską fasolę z orzeźkiem, a niedawno do listy dołączyła fasola piękny Jaś z doliny Dunajca.

Przenosząc się z gór na teren Krakowa i okolic, należy pamiętać, że kulturę kulinarną kształtowały wpływy zaboru austriackiego oraz ludności zamieszkujące teren dawnej Galicji w tym polskiej, ukraińskiej i żydowskiej. Tam znaczne wpływy spowodowały, że kuchnia galicyjska uważana przez jednych za ubogą przez innych za wyjątkowo wykwintną. Na początek nie sposób nie wspomnieć o trzech tradycyjnych wypiekach: obwarzanku, preclu i bajglu. Mylenie tych wypieków przez przybywających do Krakowa jest wielkim faux pas.



123RF

Wyjaśniając dla wszystkich mających jeszcze jakieś wątpliwości – obwarzanek, to wyrób z trzech kawałeczków sułek, czyli paseczków ciasta, układanych w pierścień. Taki okrągły zwijaniec zanurza się we wrzątku, czyli poddaje się warzeniu – stąd nazwa. Obwarzane obsypuje się makiem, sezamem lub solą. Pierwsze wzmianki o obwarzanku pochodzą już z 1394 r.



Pixa bay

Z kolei precel jest bardziej twardy i łatwo się kruszy. Wyrabia się podobnie, ale swój brązowy odcień skórki zawdzięcza dodatkowi soli do wody.



Bajgiel to już zupełnie inna historia, bo ta leży u podstaw kultury Żydów z Kazimierza. Bajgiel to mała okrągła bułeczka z dziurką w środku. Wraz z Żydami wyemigrował do USA, gdzie stał się przysmakiem. Według legendy austriacki Żyd przygotował bajgle w kształcie pierścienia i podarował je królowi Janowi III Sobieskiemu w podzięce za pomoc w pokonaniu wojsk tureckich pod Wiedniem. Tradycją stało się obdarowywanie bajglami młodych matek. Na początku XX wieku żydowscy emigranci z Polski przedstawili bajgle ludności Ameryki Północnej. Pierwszą fabrykę bajgli w USA założył w 1927 roku Harry Lender - Żyd polskiego pochodzenia.

Przysmakiem kuchni krakowskiej pochodzącym z kuchni Żydowskiej jest każe chałka - ciasto drożdżowe, zapieczone jak warkocz. W kuchni polskiej raczej na słodko, w kuchni żydowskiej lekko słone. Na Kazimierzu z pewnością znajdziemy też cymes - potrawa raczej jak deser przyrządzana z marchewki, suszonych śliwek i jabłek lub w wersji bardziej wytrawnej z ziemniaków i suszonych owoców oraz ciekawe danie o zabawnie brzmiącej nazwie gęsie pipki. U nas to faszerowane masą ziemniaczaną gęsie szyjki. W innych regionach Polski - duszone gęsie żołądki. Na wigilijnym stole w wielu krakowskich domach króluje karp po żydowsku. W naszym regionie jest to karp podawana na zimno w galarecie doprawianej rodzynekami, migdałami i plasterkami marchwi. Próbując jakże wykwintnej i różnorodnej kuchni Żydów z Kazimierza, na pewno nie znajdziemy w niej potraw z wieprzowiny i innego

Niezwykłym daniem obecnie typu street food jest maczan-ka po krakowsku, czyli karkówka lub schabu pieczonego, podawana z aromatycznym sosem, np. kminkowym w bułce z dodatkiem ogórka kiszzonego i cebuli. Wersja restauracyjna zakłada podawanie mięsa w dużej ilości sosu, w której można maczać bułkę. Tu sprawdzi się także obwarzanek lub bajgiel. Wraz z zaborem austriackim w kuchni małopolskiej zadomowiły się: sernik wiedeński, jajka po wiedeńsku (jajka na miękko podawane w szklance), sznycel wiedeński (Wiener Schnitzel – kotlet cielęcy panierowany) oraz sztuka mięsa w sosie chrzanowym (Tafelspitz). Szczególnie to ostatnie danie czasem poza tradycyjnym schabowym gości na stołach Małopolan.



Pixa bay

Z opowiadań wiemy, że było to ulubione danie cesarza Austrii Franciszka Józefa. Zasada przygotowania dania jest bardzo prosta wołowina, najlepiej gołąb lub pieczeń gotowana jest w rosolu, a następnie krojona na porcje i podawana jako danie główne w sosie chrzanowym. Tort Sachera wymyślony w 1832 r. przez Franza Sachera dla księcia Metternicha, to ciasto z dumą serwowane w wiedeńskich restauracjach do kawy po wiedeńsku. W krakowskich restauracjach także można spróbować tego pysznego czekoladowego ciasta przełożonego masą morelową i podawanego z bitą śmietaną.

Z centrum Krakowa przenosi się do miejscowości ościennych, a jedną z nich są Liszki. Miejscowość ta oraz pobliski Czernichów poszczycić się mogą wieloletnią tradycją masarską. Kiełbasa Lisiecka, która wpisana jest do unijnego rejestru jako Chronione Oznaczenie Geograficzne, to wędlna wywodząca się od krakowskiej suchej, pod własną nazwą znana jest od lat 30. XX wieku. Po II wojnie światowej lokalni producenci wędlin założyli Gminną Spółdzielnię w Liskach, a po przemianach ustrojowych produkcję kontynuowano w prywatnych masarniach. Tradycyjna, certyfikowana kiełbasa wytwarzana jest z szynki wieprzowej z dodatkiem czosnku i pieprzu i tylko na terenie tych dwóch gmin.

Nie każdy wie, że tuż za rogiem Naszej szkoły bracia kapucyni z Loretańskiej, już od 100 lat wytwarzają leczniczy trunek na bazie ziół, miodu i żywicy. Receptura objęta jest tajemnicą, która naszym kapucynom przekazali zakonnicy z czeskiej Pragi w ramach podziękowania za uratowanie jednego z mnichów. Produkt jest wpisany na ministerialną listę produktów regionalnych



Pixa bay

Z Liszek przenosimy się na drugi koniec Krakowa tym razem do serca Ojcowskiego Parku Narodowego, czyli do Ojcowa. Powodem do dumy tej miejscowości są nie tylko wspaniałe widoki i formy krasowe, lecz także pstrąg. Tradycja hodowli pstrągów, tak zwanych „potokowych”, sięga tam ponad 30 lat. W Ojcowie pstrągaria powstała w około 1935 roku na gruntach księżnej Ludwiki Czartoryskiej i była pierwsza w regionie. W 2014 roku, nieużywane przeznaczone do naturalizacji stawy objęły w dzierżawę dwie panie – matka z córką. We dwie, przy dużym nakładzie pracy, przywróciły hodowlę pstrąga potokowego do Ojcowa. Świeżo łowiony sprzedawany jest w wersji wędzonej i grillowanej.

Na koniec z okolic Krakowa przenosimy się do Doliny Karpia, a tu nieprzerwany prym wiedzie Zator. Jak widać Zator to nie tylko imponujący park dinozaurów, ale też królestwo karpia. Początki hodowli karpia i gospodarstw rybackich na tym terenie sięgają czasów panowania Bolesława Krzywoustego.

Dolina Karpia to obecnie obszar siedmiu małopolskich gmin: Zator, Brzeźnica, Osiek, Przeciszów, Polanka Wielka, Spytkowice oraz Tomice. Należy podkreślić, że jest to nie byle jaki karp, ale ten królewski, czyli przyjazny kucharzom, bo ze znikomą liczbą łusek. Zator tak szczeni się swoją rybą, że w lipcu obchodzi „Święto Karpia”.

Na terenie Zatora funkcjonuje Rybacki Zakład Doświadczalny Instytutu Rybactwa, który prowadzi działalność doświadczalną i produkcyjną. W działalności naukowo-badawczej RZD specjalizuje się w pracach nad doskonaleniem populacji karpia. Obok karpia prowadzi sprzedaż innych gatunków ryb: takich jak lin, jaź, tołpyga, amur, karaś pospolity i złocisty, oraz ryb drapieżnych: szczupak, sum i okoń.



<https://questy.org.pl/public/news/241a/170-354986901.jpg>



Rybami z małopolski i Szlakiem Karpia kończymy wyprawę po smakach i tradycjach kulinarnych regionu. W kolejnym numerze zaprosimy Was w nową podróż po znanych i nieznanym smakach Polski.

Krzyżówki



Poziomo:

2. cena bez VAT-u

4. autor "Lalki"

7. bada wzrok

11. Miasto, gdzie "chrząszcz brzmi w trzcinie"

14. czarne złoto Śląska

16. objęcie władzy nad diecezją

18. mąż siostry

19. nieżyt nosa (pot.)

20. najkrótszy miesiąc w roku

Pionowo:

1. laska, symbol władzy monarszej

3. święto patrona parafii

5. około 78% powietrza

6. inaczej tysiąclecie

8. poręczenie wekslowe

9. Tadeusz ... - pierwszy niekomunistyczny premier Polski

10. sygnalizator kolejowy

12. świątynia żydowska

13. pora słońca

15. wolne stanowisko pracy

17. podpowiada aktorom na scenie

Na słodko

M	C	E	M	L	D	D	O	S	D	T	K	D	T	A	I	H	Y	R	D	Y	C	N	R	A	R	F
L	I	N	I	R	B	J	Y	B	E	Z	A	E	T	B	E	Y	Z	M	R	P	G	D	Y	S	B	L
B	L	W	F	J	F	O	P	K	L	P	N	Y	O	E	Z	E	K	H	D	K	A	B	C	M	H	G
I	H	H	T	G	Y	S	I	D	I	K	J	F	N	B	U	I	B	P	E	F	S	N	Z	G	R	C
B	T	J	Y	I	H	H	W	J	C	T	S	S	M	R	L	A	C	J	J	F	W	L	J	E	L	J
D	C	O	H	F	T	E	P	Z	J	O	O	D	D	M	W	Z	J	D	K	E	M	H	T	R	M	D
R	N	W	Z	R	I	P	F	M	A	Z	U	R	E	K	H	B	H	B	Y	N	U	H	Y	A	T	J
D	M	D	N	M	M	Y	C	U	F	P	P	O	A	Z	P	D	I	W	I	H	U	K	O	Y	L	O
Y	U	J	W	N	O	R	P	C	J	I	D	Ż	T	F	S	C	P	B	G	R	U	F	J	H	F	B
B	U	N	H	U	A	O	S	W	P	B	C	D	I	A	Z	S	E	G	S	H	B	P	E	A	F	P
F	B	R	T	G	R	L	Z	U	H	W	E	Ż	C	B	A	T	T	E	L	D	S	B	Z	H	O	O
A	J	D	C	C	M	Z	A	O	E	B	B	Ó	T	S	R	F	A	S	A	N	Z	N	U	U	N	C
Z	R	U	S	I	T	T	T	D	R	H	R	W	Z	G	L	C	R	D	M	Z	J	L	T	E	O	B
S	Z	H	S	C	B	P	N	B	B	O	A	K	J	L	O	P	T	E	F	U	R	Z	W	J	Y	D
O	M	L	E	T	I	T	U	P	A	N	N	A	C	O	T	T	A	C	M	S	K	U	G	A	S	N
A	H	K	R	A	K	Y	S	J	T	N	M	O	E	S	K	H	L	T	N	W	R	L	K	W	Z	F
K	O	I	N	C	E	L	H	D	N	R	K	G	P	H	A	R	E	N	F	U	U	H	E	I	K	P
P	K	J	I	N	J	N	C	U	I	Y	T	P	P	O	P	K	T	O	B	I	S	Z	K	O	P	T
W	B	F	K	R	E	M	Ó	W	K	A	Z	D	D	B	H	D	K	B	C	R	Z	N	S	A	W	D
W	U	S	M	O	C	A	P	S	Y	J	M	P	R	A	F	F	A	E	L	L	O	L	H	M	N	D
B	G	J	H	G	E	K	N	I	D	C	W	F	H	Z	Y	B	M	P	G	P	N	G	T	B	T	W
Y	D	G	D	A	L	O	E	N	F	O	F	H	D	Z	U	Y	U	E	T	Y	K	S	B	F	M	J
P	J	H	O	L	E	W	N	N	T	A	U	B	T	M	F	K	Y	R	O	L	A	D	A	K	E	N
R	J	S	Y	I	L	I	N	O	W	Y	U	P	A	R	E	T	T	E	R	Z	G	O	B	A	I	W
W	W	P	C	K	U	E	H	H	E	W	G	A	B	D	T	T	N	N	C	K	S	B	K	J	E	R
R	U	K	C	J	N	C	Y	H	N	D	Z	F	Y	C	O	M	U	A	I	M	N	C	A	S	O	N
P	R	O	P	T	N	E	G	R	R	K	N	U	O	A	H	I	F	L	K	B	J	G	C	G	N	F

SERNIK
BEZA
SZARLOTKA
KREMÓWKA
PANNACOTTA
KEKS
MAZUREK
BISKOPT
MAKOWIEC
TARTELETKA
ROLADA
HERBATNIK
DELICJA
TORCIK
BABKA
RAFFAELLO
ROGALIK
DROŻDŻÓWKA
OMLET
KRUSZONKA

KLUCZ

