



TONY HALIK

1921 - 1998

**WYCHOWANEK SZKOŁY, PILOT RAF-u, PODRÓŻNIK,
DZIENNIKARZ, FILMOWIEC, CZŁONEK "THE EXPLORERS CLUB"
AUTOR TELEWIZYJNEGO PROGRAMU "PIEPRZ I WANILIA"**

FUNDATOR - firma PŁOCMAN - WOJCIECH NOWYSZ



1918

ODZYSKIWANIE NIEPODLEGŁEJ



SLO-GAN

58

Spis treści

1. Ekologia oraz 10 zasad zdrowego żywienia.....	3
2. 11 listopada- Święto niepodległości.....	4,5
3. 1 listopada-symboliczny znicz na grobie Toniego Halika.....	6
4. ASG jako rozrywka militarna.....	7

Redakcja

Pod opieką mgr Bożeny Dobczyńskiej

H.Kusmierczyk
S.Kowalczyk
K.Joachymiak



Oznakowanie żywności ekologicznej
Produkt ekologiczny musi być specjalnie oznakowany
W przypadku żywności na opakowaniu powinny się znajdować:
nazwa produktu
data przydatności do spożycia
nazwa i adres producenta,
przetwórcy lub sprzedawcy
nazwa i kod jednostki certyfikującej, np. RE-01/2008/PL
logo wspólnotowe rolnictwa ekologicznego.
Jeżeli produkty ekologiczne są sprzedawane na wagę,
sprzedawca powinien posiadać odpowiednie dokumenty certyfikacyjne.
Certyfikat ekologiczny otrzymują jedynie produkty żywnościowe,
w których co najmniej 95 procent składników
zostało wyprodukowanych metodami ekologicznymi,
a producent podlegał nadzorowi podczas produkcji.

10 ZASAD ZDROWEGO ŻYWIENIA DZIECI I MŁODZIEŻY W WIEKU SZKOLNYM

1. Jedz codziennie różne produkty z każdej grupy uwzględnionej w piramidzie.
2. Bądź codziennie aktywny fizycznie
3. Źródłem energii w twojej diecie powinny być głównie produkty
4. Pij codziennie odpowiednią ilość wody.
5. Ograniczaj spożycie słonych produktów, odstaw solniczkę.
6. Ograniczaj spożycie cukru, słodczy, słodkich napojów.
7. Ograniczaj spożycie tłuszczów, w szczególności zwierzęcych.
8. Każdy posiłek powinien zawierać warzywa lub owoce.
9. Jedz codziennie 2 porcje produktów z grupy – mięso, ryby, jaja. Uwzględniaj też nasiona roślin strączkowych.
10. Spożywaj codziennie przynajmniej 3–4 porcje mleka lub produktów mlecznych, takich jak jogurty, kefir, maślanka, sery.

Narodowe Święto Niepodległości

Narodowe Święto Niepodległości – polskie święto państwowe obchodzone 11 listopada dla upamiętnienia odzyskania przez Polskę niepodległości w 1918, po 123 latach zaborów (1795–1918); święto zostało ustanowione ustawą z 23 kwietnia 1937, zniesione ustawą Krajowej Rady Narodowej 22 lipca 1945, przywrócono je w okresie transformacji systemowej w 1989; jest dniem wolnym od pracy.

Odzyskiwanie przez Polskę niepodległości było procesem stopniowym. Wybór 11 listopada uzasadnić można zbiegiem wydarzeń w Polsce z zakończeniem I wojny światowej dzięki zawarciu rozejmu w Compiègne 11 listopada 1918, pieczętującego ostateczną klęskę Niemiec. Dzień wcześniej przybył do Warszawy Józef Piłsudski. W tych dwóch dniach, 10 i 11 listopada 1918, naród polski uświadomił sobie w pełni odzyskanie niepodległości, a nastrój głębokiego wzruszenia i entuzjazmu ogarnął kraj. Jędrzej Moraczewski opisał to słowami

"Niepodobna oddać tego upojenia, tego szału radości, jaki ludność polską w tym momencie ogarnął. Po 120 latach prysły kordony. Nie ma „ich”. Wolność! Niepodległość! Zjednoczenie! Własne państwo! Na zawsze! Chaos? To nic. Będzie dobrze. Wszystko będzie, bo jesteśmy wolni od pijawek, złodziei, rabusiów, od czapki z bączkiem, będziemy sami sobą rządili. (...) Cztery pokolenia nadaremno na tę chwilę czekały, piąte doczekało. (...)”



11 listopada - Józef Piłsudski

Józef Klemens Piłsudski (ur. 5 grudnia 1867 roku w Żułowie, zm. 12 maja 1935 roku w Warszawie) – polski działacz społeczny i niepodległościowy, żołnierz, polityk, mąż stanu; naczelnik państwa w latach 1918–1922, naczelny wódz Armii Polskiej od 11 listopada 1918 roku, pierwszy marszałek Polski (1920); przywódca obozu sanacji, po przewrocie majowym (1926) dwukrotny premier Polski (1926–1928 i 1930), twórca Organizacji Bojowej PPS (1904), Legionów Polskich (1914) i Polskiej Organizacji Wojskowej (1914), kierownik Komisji Wojskowej Tymczasowej Rady Stanu w 1917 roku, wywarł decydujący wpływ na kształt polityki wewnętrznej i zagranicznej II RP.

W młodości, podczas prowadzenia działalności konspiracyjnej znany pod pseudonimami Wiktor i Mieczysław. Wśród zwolenników Piłsudskiego, zwłaszcza z czasów służby w Legionach Polskich, używano jego przydomków – Komendant, Dziadek, Marszałek oraz Ziuk.

W nocy z 6 na 7 listopada powstał w Lublinie Tymczasowy Rząd Ludowy Republiki Polskiej pod kierownictwem Ignacego Daszyńskiego, w którego skład weszli przedstawiciele PPS, PSD i PSL „Wyzwolenie”. Równocześnie podległe rządowi oddziały przystąpiły do rozbrajania wojsk okupacyjnych na Lubelszczyźnie i Kielecczyźnie. W tym właśnie czasie powrócił do kraju Józef Piłsudski, więziony od lipca 1917 roku przez Niemców. W dniu 10 listopada 1918 roku przybył on do Warszawy. Jego przyjazd wywołał entuzjazm wśród ludności stolicy i masowe rozbrajanie okupantów na terenie całej Kongresówki.

W dniu 11 listopada Rada Regencyjna przekazała Józefowi Piłsudskiemu Naczelne Dowództwo nad formującym się Wojskiem Polskim, a trzy dni później przekazała mu całą władzę cywilną. Przypieczętowaniem dzieła odrodzenia Rzeczypospolitej była Bitwa Warszawska, w której naród polski obronił odzyskaną niepodległość.



1- listopada symboliczny znicz na grobie Toniego Halika

W naszej wspólnocie szkolnej można powiedzieć, że mamy również naszą małą tradycję. Każdego roku odwiedzamy bliskie osoby naszej szkoły. 29 października delegacja szkoły pod przewodnictwem p. Dyrektora Adama Ochenkowskiego udała się do Warszawy na Cmentarz Bródnowski by tam pomodlić się, złożyć wiązankę kwiatów i zapalić znicze na grobie Toniego Halika naszego wielkiego patrona i podróżnika.

Natomiast 30 października klasa I A wraz z katechetą p. Rafałem Mędelskim udali się na cmentarz parafialny w Ostrołęce by tam pomodlić się, oddać się refleksji i zadumie, zapalić znicze na grobach naszych zmarłych nauczycieli: Mirosława Bednarczyka, Krystyny Ćwintal, Mariana Lecha, Henryka Mačkowiaka.

„Dobry Jezu a nasz Panie daj im wieczne spoczywanie...”.

(artykuł z :<http://slo2.pl/>)



ASG- jako rozrywka militarna

- Deatmatch (DM) - Rozgrywka polega na wyeliminowaniu się wszystkich graczy nawzajem. Trwa do momentu, aż na placu walki pozostanie tylko jeden gracz.
- Team Deathmatch (TDM) - Zebrane osoby dzielą się na dwie drużyny. Rozgrywka polega na wyeliminowaniu drużyny przeciwnej i kończy się gdy w jednej z drużyn nie będzie już ani jednej walczącej osoby.
- Capture The Flag (CTF) - Tworzone są dwa zespoły i dwie bazy. W każdej bazie drużyna umieszcza dowolny przedmiot (najczęściej flagę). Zadaniem drużyn jest „wykradzenie” przedmiotu przeciwników i dostarczenie go do własnej bazy, jednocześnie nie tracąc własnego. Rozgrywka toczy się do momentu aż jednej z grup zadanie się uda. Można ustalić, że należy dokonać tego kilka razy. Przykładowo wygrywa drużyna, której uda się wcześniej uzbierać na swoim koncie 3 punkty (jeden za każde, pojedyncze zdobycie przedmiotu).

Tych kilka prostych pomysłów na grę wystarczy na parę ładnych Air Softowych spotkań. Jeśli co jakiś czas będziemy zmieniać skład osobowy poszczególnych drużyn, powiększać grono graczy, zmieniać miejsca, to nieprędko się znudzimy. Kiedy czujemy, że potrzebujemy czegoś nowego, można rozważyć tworzenie scenariuszy. Mogą one opierać się na autentycznych wydarzeniach historycznych, choć niekoniecznie. Warto zdać się na pomysłowość graczy. Dodatkowo możemy wprowadzać funkcje medyków, ograniczać zasoby amunicji, ustalać możliwość odradzania się graczy itd. Wariantów jest co niemiara. Ogranicza nas tylko ilość czasu i sił jakimi dysponują gracze oraz moc baterii w naszych replikach.

