



Mała Czarno - Biała

Wrzesień 2019 NR 1/112



Foto: Joanna Szafrńska

„Za wszystkim, czego się uczymy, stoi pewna tradycja” Paulo Coelho

KALENDARIUM

2 września - i w końcu nadszedł ten wyczekiwany, wytęskniony, upragniony początek roku szkolnego. W szkole zrobiło się tłoczno i wyjątkowo gwarno, bo w naszych progach pojawiło się aż siedem klas pierwszych. Wszystkim życzymy udanego kolejnego roku!

9 września - nasi rodzice, po raz pierwszy w tym roku szkolnym, mieli okazję zasiąść w licealnych ławkach, odwiedzić szkolną aulę i poznać naszych nauczycieli i dyrekcję. Ciekawe czy podobało im się tak samo jak nam?

11 września - w gabinecie fizyki odbyło się spotkanie naszych absolwentów - Mariusza Majznera i Denisa Janiaka z uczniami z klasy 1d i 2a. Mariusz i Denis pokazali swoje konkursowe doświadczenia i opowiedzieli, jak przygotowywali się do konkursu „Fizyczne Ścieżki”. Jeśli Was zachęcili do fizycznych eksperymentów to teraz czekamy na sukcesy...

13 września – to nie ściema, to nie żart szczęśliwe numerki już w „użyciu”. Pewnie nie raz wyciągną Was z naukowych tarapatów...

13 września – „Wszyscy mamy ząbki w buzi, czy to mali czy to duzi...” i dlatego udeszył nas komunikat dyrekcji, że w razie jakichkolwiek problemów, możemy udać się w przyjazne progi, wybranych okolicznych gabinetów stomatologicznych.

16-19 września – w ramach projektu Erasmusa+ grupa uczniów wraz z opiekunami przebywała w Brukseli. Nagrodą za prężną pracę było otrzymanie Europassy oraz możliwość zwiedzenia stolicy Belgii.

17 września - w trakcie miejskiej uroczystości poświęconej Sybirakom uczniowie „Mieszka” przedstawili program słowno-muzyczny. Było podniosłe i wzruszająco i nawet padający deszcz nie zmącił tego nastroju.

18 września – czy nasza szkoła samorządnością stoi? Rada SU zaprosiła do auli pierwszoklasistów, aby opowiedzieć im co nieco o tym i wspólnie podyskutować. Już niedługo ruszy kampania wyborcza do nowej rady. Ciekawe czy nasi nowi koledzy i koleżanki poczują ducha przywództwa?

19 września – Ola Puchała i Adam Gawroński z klasy 2A wraz z opiekunem brali udział w szkoleniu dotyczącym pomiarów promieniowania kosmicznego w Świnoujściu. Spotkanie odbyło się w Instytucie Fizyki Jądrowej Polskiej Akademii Nauk w Krakowie. Zapewne już niedługo dowiemy się jak to z tym promieniowaniem jest :D

20 września - świętowaliśmy od samego rana. Tradycyjnie już, przez miasto przeszedł barwny mieszkowy orszak wraz ze świtą. Dalsze uroczystości odbyły w sali gimnastycznej. Po złożeniu uroczystego ślubowania kolejne roczniki uczniów klas pierwszych stały się pełnoprawnymi uczniami naszego Liceum. Laureatką Złotej Tarczy, jakże zasłużoną, została Weronika Otocka z klasy 3B. Gratulujemy!!!

23 września – aż 50 uczniów z naszej szkoły zgłębiało tajniki skąd we wszechświecie wzięło się złoto. I nie byłoby w tym nic nadzwyczajnego, gdyby nie to, że wykład był w języku angielskim. Gratulujemy tak biegłej znajomości języka obcego oraz fizycznych zainteresowań.

25 września - odbył się Mistrzostwa Świnoujścia w Biegach Przelajowych - „Jesienne Biegi Przelajowe”. Nasza młodzież okazała się bezkonkurencyjna (*Veni, vidi, vici!*). Zarówno Panie jak i Panowie zajęli wszystkie miejsca na podium. Gratulujemy i mamy nadzieję, że taka forma utrzyma się przez cały rok :D

26 września – sprzątałyśmy świat. Zapał i humory dopisywały wszystkim! Sprzyjała nam piękna, jesienna pogoda, a że „przykład idzie z góry” – w sprzątaniu uczestniczyli również Pan dyrektor Piotr Adamczyk i Pani wicedyrektor Anna Więzowska! Oj będzie czysto w mieście!

30 września – Dzień Chłopaka świętowaliśmy już od piątku i mamy nadzieję, że wszyscy poczuli się docenieni i zauważeni. Drodzy Panowie jeszcze raz wszystkiego dobrego!!!

Redaktorzy tego numeru: Julia Kula, Magda Kimel, Julia Piwowarska, Agata Kolańska, Klik
Klik

Zdjęcia i grafika:

fot. p. Joanna Szafrńska, Edyta Rozenfeld, Magda Kimel, <https://www.mrjakeparker.com/inktober-1>,
<https://www.google.com/imgres?imgurl>, Loesje.pl, Małgorzata Drążyk, Anna Więzowska

Opiekunowie numeru:

p. Joanna Szafrńska, p. Edyta Rozenfeld

Spis treści

SPIS TREŚCI:

- Peeska, czyli od Redakcji* – s. 3
Dzień Patrona... - s.4
* * *... – s.6
Madzia w podróży – s. 7
Inktober – s.9
Międzynarodowy festiwal – s. 11
Warto obejrzeć...- s. 13
Kącik Kulinarny – s. 14
Migawkowo z życia szkoły – s. 16



PEESKA, CZYLI OD REDAKCJI

P.S.1. Jesień, jesień, książki niesie! Kochani, już jest! Jesień! Kolorowa, słoneczna i jedyna w swoim rodzaju, bo nadmorska. Z rozwianym włosiem i ciepłym kocem. Leniwa, długa i zachęcająca do trzymania kubka herbaty. Z plastrem cytryny i łyżeczką miodu. Pycha! Wspólnie zaczynamy sezon: **grzewczo – czytelnicy**. Książka – koc , koc – książka.

P.S.2. W tym roku po raz kolejny zaskoczmy Was nowymi pomysłami, nowymi osobami w redakcji. Chętni do współpracy, pełni pasji i pomysłów, zapraszamy do wspólnego spędzania wolnego czasu, czytania o nowościach, kulinarnych przysmakach, zwiedzania ciekawych zakamarków świata. Pamiętajcie, że to Wy tworzycie dobry klimat tej gazetki! Zatem, zajrzyjcie do środka. Każdy znajdzie coś dla siebie 😊

Klik

Chcesz zadać nam pytanie, skomentować jakiś artykuł, wypowiedzieć się?

Napisz do nas

Nasz e-mail : gazetka2017@wp.pl

DZIEŃ PATRONA WIDZIANY OCZAMI PIERWSZAKA

Dnia **20.09.2019** w piątek odbył się Dzień Patrona, w którym uroczyście i radośnie uczciliśmy pamięć naszego władcy - Mieszka I. My - pierwszaki nie wiedzieliśmy czego dokładnie się spodziewać. Nasi wychowawcy tylko powiedzieli nam, że mamy przygotować transparent oznaczający naszą klasę i ubrać się na galowo. Jedynie przeddzień mieliśmy krótką próbę naszego ślubowania na sali gimnastycznej.

O **9.50** staliśmy już pod szkołą, ustawieni klasami, czekając aż zacznie się pochód. W pierwszych rzędach stali nasi starsi koledzy: dziewczyny w kolorowych sukniach i wiankach przebrane za dwórki i chłopcy w strojach rycerzy, którzy wyglądali dość zabawnie. Po krótkiej chwili zaczęliśmy nasz spacer ulicami Świnoujścia. Przeszliśmy ulicą Konstytucji 3 Maja, w stronę kanału, a następnie zakręciliśmy przy Muzeum Rybołówstwa Morskiego w stronę Placu Wolności i naszej szkoły. Było bardzo wesoło i przez całą drogę dopisywał nam dobry humor. Wszędzie wokół robili nam zdjęcia. Ludzie machali i uśmiechali się do nas z okien. Poczułam wtedy, że należę do tej szkoły i że nie jestem już tutaj obca.



Po dotarciu do budynku liceum udaliśmy się na salę gimnastyczną. Było bardzo uroczyście. Na sali siedziała już cała rada pedagogiczna, wiceprezydent miasta Pan Paweł Sujka, Przewodnicząca Rady Miasta Pani Elżbieta Jabłońska i oczywiście nasz dyrektor – Piotr Adamczyk. Zaczęły się przemówienia i uroczyste przekazanie sztandaru młodszym rocznikom. Następnie było nasze ślubowanie. Wszyscy wstaliśmy i wypowiadaliśmy słowa przysięgi. Na baczność, jak jeden mąż powtarzaliśmy za naszym dyrektorem. Była to bardzo doniosła chwila. Później było rozstrzygnięcie konkursów, w których największe laury zdobyła klasa 1E. Laureatką "złotej tarczy" roku została **Weronika Otocka**. Pamiętam, jak w dzień otwarty, Weronika pomogła przyszłym uczniom i z cierpliwością odpowiadała na wszystkie pytania dotyczące szkoły. Z pewnością zasłużyła na to wyróżnienie.

Po pierwszej części apelu przyszedł czas na krótki pokaz naszych kolegów ze starszych klas. Opowiedzieli historię Mieszka I, a później dziewczyny w strojnych sukniach odtańczyły tradycyjny taniec. Podczas przedstawiania było dużo radości, ale również została zachowana należyta powaga. Dla występujących każda wpadka nie była utrapieniem, a powodem do śmiechu i wyluzowania atmosfery. Na koniec, nasi starsi koledzy z trzecich klas, rozdali gospodarzom klas pierwszych cukierki. Cóż za radość! Nie ważne ile byśmy mieli lat, cukierki smakują wszystkim.



Tak właśnie przeminął Dzień Patrona w naszym liceum. Wywarł na mnie bardzo dobre wrażenie. Uroczystości tego typu pomagają w integracji uczniów szkoły. Już w dzień otwarty zauważyłam, że Pan Dyrektor o to dba i bardzo jesteśmy mu za to wdzięczni.

Agata

* * *

Wrzesień się skończył. Już po Dniu Patrona, rok szkolny jeszcze niedawno dopiero się rozkręcał, podczas gdy właśnie teraz ruszy w swoim żywszym tempie. Dla naszych nowo zaprzysiężonych pierwszaków słów kilka. Za 3, czy 4 lata piszecie maturę. Z pewnością kilka osób zdążyło już postraszyć całym materiałem do przerobienia w tak krótkim czasie. Nic w tym dziwnego, że ktoś taki się znalazł. Przecież po korytarzach krąży jak zjawa myśl przewodnia każdego roku - matura. Zwieńczenie całej 12-letniej edukacji szkolnej. Przepustka na wymarzone studia. Presja jest, tylko nie ma się co martwić na zapas, to tak nie działa. Rada od osoby z większym doświadczeniem – „Choć nie wiem jakbyś się nie starał i tak nie zaoszczędzisz nerwów na potem”. Albo ktoś może powiedział wam, że jest, że bez odpowiedniego profilu, nie przygotujecie się odpowiednio. Profil zawsze w pierwszej, czy drugiej klasie można jeszcze zmienić. Tylko już raczej nie w 3. Pierwsza klasa jest na to najbardziej odpowiednia.

To właśnie ta pierwsza klasa potrafi być pełna niespodzianek. Pierwsze ważne decyzje o profilu, nowa szkoła, nowe zasady, a do tego jeszcze tak wielu nieznanym otaczającym nas po korytarzach. Z pewnością ilość wrażeń i niepewności może przyprawić o zawroty głowy, jednak zaraz w 2 klasie po 2 miesiącach, kiedy już wpadniecie w rytm roku szkolnego pojawi się długo wyczekiwany spokój, aż do wakacji lub może dopiero początku ostatniego roku. Wtedy przyjdzie szok spowodowany szalem deklaracji i gorączkowych przygotowań do zdania matury z wybranych przedmiotów. A jak było ze mną na początku? „Te trzy lata bardzo szybko miną i nim się obejrzyz nadejdzie matura.” Nigdy nie lubiłam, gdy ktoś tak mówił. Czułam się jakby ktoś próbował odebrać mi ostatnie chwile bez troski. Tak samo jak bezlitosne twierdzenie, że na pytanie „Co potem?” - trzeba odpowiadać już zaraz, najlepiej teraz. Od razu wtedy pojawia się stres. Przyznaję, że jeśli zna się odpowiedź na to pytanie, to dążenie do celu staje się o wiele prostsze i dobrze na etapie pierwszej klasy znać kierunek, uczelnię i ilość punktów wymaganych na maturze. Chociażby tylko po to, aby uniknąć kompromitującej ciszy i wyrzutów, gdy na pytanie co chcesz robić, odpowiedź jaka pada po krępującej ciszy, to zwyczajne - „Nie wiem”. Niepewność to prawdziwy koszmar.

Jeśli chodzi o kilka rad na zabicie stresu, to warto poznać lepiej szkołę i samych siebie. Nauczycie się dobrze wykorzystywać czas i wytwórzcie sobie swój własny system nauki i odpoczynku. W drugiej klasie, gdy pomiędzy jedną lekcją chemii, a drugą nie ma niekiedy nawet 24h na

przyswojenie materiału z tryliona przedmiotów naraz, to się przydaje. Jasne, wcześniejsze przygotowanie jest ważne, ale bez przerw w nauce możecie odkryć, że niedawny zapał do nauki przedmiotu szybko się wypalił. O konsekwencjach nieprzygotowania wiemy doskonale, a ta druga strona medalu jakoś wszystkim umyka. Naprawdę uwierzcie, że ciągłe zadręczanie się przedmiotami wcale nie sprawia, że będzie lepiej. Można się tylko najeść stresu przed czasem. Połapcie okazję na różne projekty. Lepiej powoli inwestować w siebie i próbować różnych rzeczy. Bez oceniania ich pod kątem „Bo muszę.” Od czasu do czasu pomyśleć, o tym, co chce się robić. Zresztą co tu mówić, droga każdej osoby jest inna. I nikt nie przejdzie jej za nas, więc głowa do góry. :)

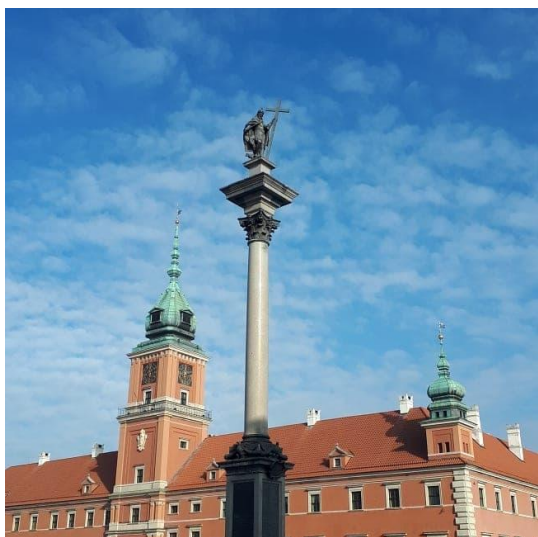
Julia P.

MADZIA W PODRÓŻY – WARSZAWA



Szukacie idealnego miejsca na weekendowy wyjazd? Najlepiej, żeby miejsce to było w Polsce oraz żeby dojechać tam bezpośrednio pociągiem ze Świnoujścia? Mam dla Was fantastyczną propozycję jaką jest stolica naszego kraju - Warszawa. Jest to największe miasto Polski, a co za tym idzie pełno tu atrakcji historycznych jak i kulturalnych.

Najważniejszymi punktami w Warszawie są zdecydowanie Pałac Kultury i Nauki oraz Zamek Królewski ze starym miastem. Najlepiej połączyć te dwa punkty i odbyć przemiły spacer zaczynając przy Pałacu KiN. Następnie trzeba będzie się udać w stronę Nowego Świata, czyli jednej z ładniejszych ulic w stolicy. Idąc w stronę starego miasta będziemy mijać pomnik Mikołaja Kopernika, który możemy kojarzyć z lektury „Kamienie na Szaniec” oraz bramę Uniwersytetu Warszawskiego. Tu warto



zrobić chwilę przerwy i wejść na teren uniwersytecki. Jest to jedno z moich ulubionych miejsc w tym mieście. Spacerując pomiędzy wydziałami warto zwrócić uwagę na niebieskie tabliczki z nazwami kierunków, które oferuje nam UW. Może ktoś z Was znajdzie tam coś dla siebie? Kontynuując spacer wzdłuż ulicy Nowy Świat, będziemy widzieć coraz więcej starszych kamienic oraz z każdym krokiem zaczną być one coraz bardziej kolorowe. W pewnym momencie ukaże nam się Kolumna Zygmunta.

Jest to znak, że dotarliśmy do Placu Zamkowego z Zamkiem Królewskim, jak sama nazwa wskazuje, na czele. W zamku znajduje się muzeum, do którego odwiedzenia Was serdecznie zapraszam. W tym miejscu znajdują się najstarsze schody ruchome w Polsce. Polecam Wam w tym momencie dać porwać się i zgubić w uliczkach warszawskiej starówki. Po oddaleniu się od placu możemy zapomnieć o tym, że jesteśmy w ścisłym centrum, bo nagle znajdujemy się tylko my i kolorowe kamienice. Ważnym elementem do odwiedzenia w Warszawie jest również muzeum Powstania Warszawskiego. Muzeum to powstało stosunkowo niedawno. Znajdują się w nim elementy multimedialne, które swoją jakością nie ustępują tym w najlepszych europejskich muzeach. Radzę rezerwować Wam bilety wcześniej, gdyż w dniu odwiedzenia obiektu mogą być już wyprzedane. Co zrobić i gdzie się udać, kiedy duże miasto nas przytłoczy? Klasycznym i bardzo przyjemnym dla oczu i uszu doświadczeniem będzie pójście do Łazienek Królewskich, czyli parku, w którym odbywają się coroczne, słynne Koncerty Chopinowskie. W Łazienkach możemy spotkać wiele zwierząt, w tym poza wiewiórkami czy wróblami, spotkać możemy pawie i inne ozdobne ptaki. Kiedy natomiast chcemy poznać ludzi i wypić kawę z ładnym widokiem lub po prostu pospacerować wzdłuż Wisły, najlepszym pomysłem będzie wybranie się na Bulwary Wiślane.

Jest to tak jakby deptak wzdłuż rzeki, gdzie można aktywnie odpocząć. Biegać, jeździć na rolkach czy na rowerze. W okolicach bulwarów znajduje się Muzeum Sztuki Nowoczesnej. Jest to idealne miejsce żeby odpocząć wśród sztuki i pokontemplować w pięknym (momentami w różnych aspektach piękna postrzeganym) otoczeniu.

W tym artykule poruszyłam tylko niewielką część atrakcji, które znajdują się w Warszawie. Jest to fantastyczne miasto, które polecam odwiedzić każdemu, kto jeszcze nie miał ku temu okazji.



Madzia

INKTOBER

Część osób na pewno już teraz ma bardzo napięty grafik, a przecież rok się jeszcze nawet nie skończył. Dla osób uwielbiających rysować październik może stać się jeszcze bardziej wymagający. Zaczyna się bowiem Inktober. Miesięczny challenge rysowania. Jak nazwa wskazuje m z angielskiego Ink - atrament i October – październik. Miesiąc rysowania tuszem.



Inktober powstał w 2009 roku, gdy Jake Parker postanowił rzucić sobie wyzwanie i rozwijać umiejętność rysowania tuszem. Wkrótce internauci postanowili się przyłączyć i tak z postanowienia jednej osoby powstało wydarzenie, w którym ludzie z całego świata przez miesiąc tworzą i publikując swoje dzieła w internecie. Tylko na czym to tak właściwie polega? Oficjalnie na tym, że tworzysz rysunek inspirowany atramentem, publikujesz w internecie z hashtagami #inktober #inktober2019 i powtarzasz każdego dnia października. Grafika z listą tematów pojawia się już we wrześniu, a zachodne sklepy internetowe proponują swoje artykuły odpowiednio wcześniej. Są nawet specjalne kursy internetowe z tej okazji. Brzmi aż nader prosto, choć jak świat światem, ludzie stworzyli swoje własne unikalne wariacje oprócz zasad, które można wywnioskować z samej nazwy. Osoby interesujące się rysunkiem z pewnością prędzej czy później natkną się w internecie na rysunki z hashtagiem #inktober. Jak łatwo można zauważyć, wszystkie są wykonane tuszem. Nie ważne, czy z użyciem markera, pióra czy z wykorzystaniem jeszcze innej techniki.

Następnym łączącym je elementem jest pewien schemat występujący od 2016 roku. To wtedy po raz pierwszy pojawiła się oficjalna lista z inspiracją na każdy dzień. Wszystkie skonstruowane są tak, by dało się stworzyć na ich podstawie unikalny rysunek. Czy to biorąc sobie temat dosłownie do serca, czy wykorzystując skojarzenia, a nawet tworząc fanart do ulubionej książki lub wykorzystując elementy symboliczne.



W tradycyjnym wydaniu jeden rysunek powinien powstawać każdego dnia października. Niektórzy nie mają tak wiele czasu. Wtedy tworzą raz na 2 dni raz na 3, raz na tydzień. Trzeba rozwijać się artystycznie przez cały czas. Nie bez powodu nazywa się to wyzwaniem. W końcu, gdyby nie trzeba było trzymać się zasad Inktober, nie byłby to już ten sam Inktober. A jest tak popularny między innymi dlatego, że jest otwarty dla wszystkich. Nie potrzeba nawet kałamarza i pióra, wystarczy kilka markerów, ołówek do szkicu początkowego, można nawet pójść w grafikę... opcji jest kilka. Poza tym Inktober nawet nie zawsze jest czarny. Lista zasad jest umieszczona na stronie internetowej w języku angielskim. Są one bardzo elastyczne, jednak ich sens jest jasny: „Baw się dobrze, ale nie poddawaj się, bądź konsekwentny”. I może najważniejsze - każdy może wziąć udział. Celem jest stworzenie dobrych nawyków poprzez wytrwanie do końca. Jest to zarówno szansa na rozwój zdolności, patrzenie na siebie mniej krytycznie, a także tworzenie czegoś nowego dla samej zabawy wspólnie z innymi ludźmi z całego świata, którzy robią to samo.

Dla bliżej zainteresowanych:

W ciągu roku pojawiają się jeszcze inne imprezy. Choć na mniejszą skalę, i pozostawiające mniej swobody niż Inktober to może warto wiedzieć o czymś takim jak imprezy z hashtagami #Junicorn czy #MereMay, w których rysujemy jednorożce i syrenki. Poziom prac artystów może przerażać, zwłaszcza, kiedy daleko nam do wprawy ilustratora. Jednak bez ćwiczeń nic się na to nie poradzi, a zawsze można się sprawdzić.

https://en.wikipedia.org/wiki/Jake_Parker

<https://inktober.com/>

Julia P.

MIĘDZYNARODOWY FESTIWAL FILMOWY NOWE HORYZONTY 2019



W tym roku miałam okazję uczestniczyć w MFF Nowe Horyzonty we Wrocławiu jako widz. Nowe Horyzonty są festiwalem kina niezależnego, podczas którego możemy oglądać dzieła reżyserów z całego świata (sekcja Oslo-Reykjavik – kino skandynawskie, sekcja kina francuskiego, kino azjatyckie i wiele innych) oraz filmy prosto z największych festiwalów na świecie. W tym roku od 25 lipca do 4 sierpnia trwała 19 edycja MFF we Wrocławiu. Na gali otwarcia widzowie mogli obejrzeć „Portret Kobiety w Ogniu” w reżyserii Celine Sciamma. Jest to film, który otrzymał w Cannes nagrodę za najlepszy scenariusz, którego autorką jest sama reżyserka. Podczas trwania festiwalu na ekranach kinowych pojawiały się filmy takich twórców jak: Pedro Almodovar, Bong Joon-ho, Xavery Żuławski,

Agnieszka Holland czy Xavier Dolan. Projekcje odbywały się nie tylko w Kinie Nowe Horyzonty, ale także w Dolnośląskim Centrum Filmowym czy w kinie pod gołym niebem na wrocławskim rynku. Ja przyjechałam niestety na sam koniec festiwalu, a mianowicie na ostatnie cztery dni, podczas których obejrzałam siedem filmów. Niestety większości z filmów, które obejrzałam nie mogę omówić, gdyż nie miały one swojej polskiej premiery. Filmem, który zrobił na mnie największe wrażenie była „Mowa Ptaków”/ „Bird Talk” Xaverego Żuławskiego ze scenariuszem Andrzeja Żuławskiego. Film jest dialogiem ojca z synem, połączeniem tego co najlepsze u Xaverego ze wszystkim co cenimy w filmach jego ojca. Chaotyczny obraz kraju pokazany przez historię ludzi to najszybszy opis tego filmu jaki mogę teraz zaproponować. „Mowa Ptaków” będzie mieć swoją polską premierę już 27 września 2019 roku. Natomiast filmem zagranicznym, który najbardziej do mnie przemówił jest „Matthias et Maxime” Xaviera Dolana. Dla osób znających mój gust filmowy nie powinno być to zaskoczeniem, gdyż jest to jeden z moich ulubionych reżyserów (i scenarzystów, montażyistów). Kanadyjski reżyser w swoich filmach działa na emocje i bardzo często podczas seansów widzom towarzyszy wzruszenie. Nie inaczej było tym razem. „Matthias et Maxime” to historia przyjaźni dwóch mężczyzn, których znajomość obraca się o 180 stopni przez pomoc w projekcie dla znajomej. Jeden pocałunek budzi w nich emocje, które były skryte głęboko w sercu. Jest to również moim zdaniem najlepsza rola Xaviera Dolana w jego dotychczasowej karierze. Niestety na ten film musimy czekać aż do lutego 2020 roku, gdyż wtedy odbędzie się jego polska premiera. Jednak festiwal to nie same filmy. To wszystko to co dzieje się pomiędzy seansami, a to wszystko tworzymy MY uczestnicy festiwalu. Tradycją Nowych Horyzontów jest brak numerowanych miejsc w salach kinowych, przez co przed seansami zawsze ustawia się kilkuset osobowa kolejka. Niektórych to irytowało, natomiast te kolejki są moim ulubionym elementem festiwalu. Podczas czekania odbyłam wiele interesujących rozmów z osobami z branży filmowej oraz spoza niej. Fantastyczną rozrywką podczas festiwalu jest przeglądanie grupy na Facebooku „Nowe Horyzonty po godzinach”. Na grupie widzowie wymieniają się opiniami o filmach, ale również opisują wiele przezabawnych historii z festiwalu. Tegoroczne Nowe Horyzonty zakończyła gala zamknięcia, podczas której odbyła się polska premiera filmu „Pewnego razu w Hollywood” Quentina Tarantino. Dla widzów spoza branży przewidziana była bardzo mała pula biletów, jednak tym razem szczęście mi dopisało i dorwałam swoją wejściówkę. Muszę powiedzieć, że siedzenie w jednej sali z największymi gwiazdami polskiego i europejskiego kina było fantastycznym doświadczeniem. Nagrodę Grand Prix i Nagrodę Publiczności w tym roku zdobył ten sam reżyser, czyli brytyjski filmowiec Mark Jenkin za film „Bait”/”Przynęta”. Jednym z elementów gali było wystąpienie Rafała Zawieruchy, czyli aktora, który w filmie „Pewnego Razu w Hollywood” wcielił się w postać Romana Polańskiego.

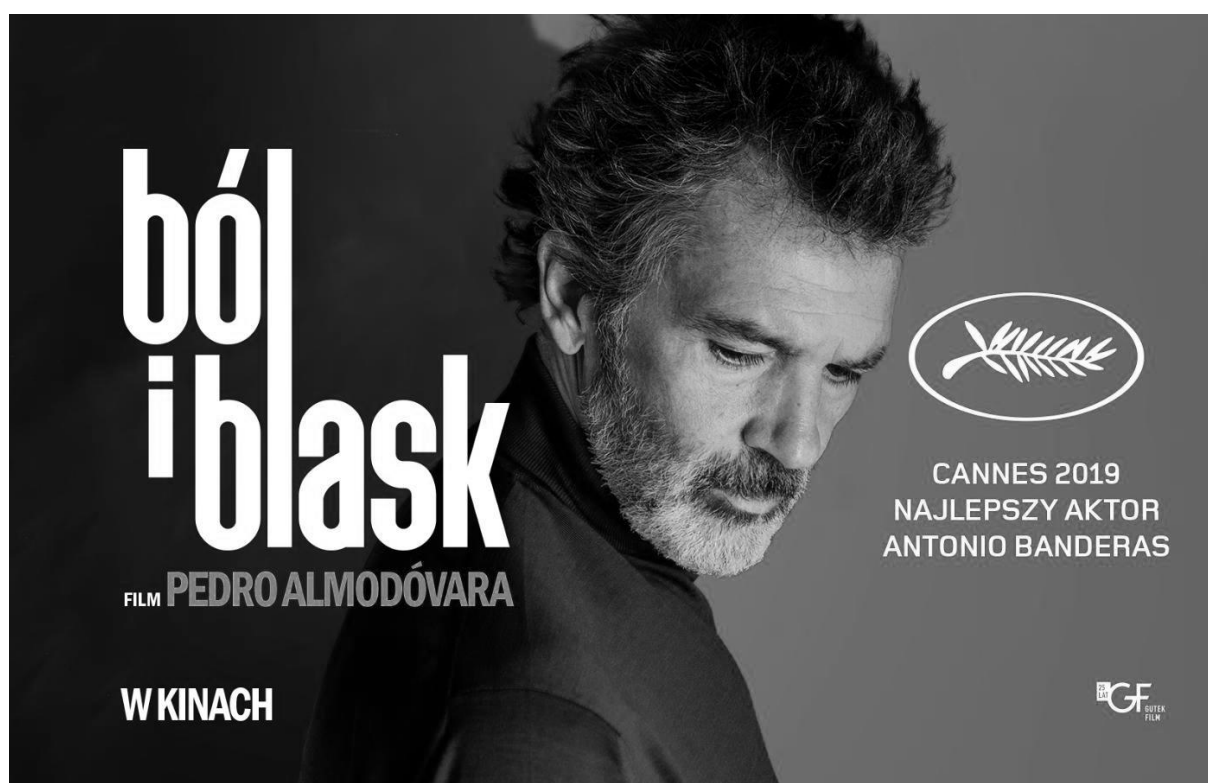
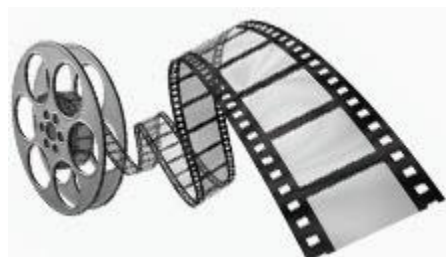
Podsumowując Międzynarodowy Festiwal Filmowy Nowe Horyzonty - to fantastyczne miejsce, gdzie każdy entuzjasta kina znajdzie coś dla siebie. Od tego roku przełom lipca/sierpnia w moim kalendarzu zawsze będzie zarezerwowany na wyjazd do Wrocławia!

Magdalena Kimel

WARTO OBEJRZEĆ

Madzia recenzuje – „Ból i blask”

„Ból i blask” jest filmem fantastycznego hiszpańskiego reżysera Pedro Almodovara. Film miał swoją premierę podczas 72 Międzynarodowego Festiwalu Filmowego w Cannes w tym roku. W Polsce natomiast mieliśmy okazję pierwszy raz obejrzeć go podczas festiwalu „Nowe Horyzonty”. Do dystrybucji w polskich kinach wszedł 30 sierpnia 2019.



Jest to bardzo delikatne i pełne uczuć arcydzieło, którym bez problemu można nazwać ten film. Fabuła dotyczy historii reżysera filmowego Salvadora Mallo (Antonio Banderas), który przeżywa kryzys twórczy. Nie odczuwa już satysfakcji z tworzenia tego co kocha najbardziej na świecie. Przez to jego życie prywatne również nie jest udane. Salvador w pewnym momencie jest wręcz w stanie depresyjnym, szuka pocieszenia w narkotykach oraz alkoholu. W niczym nie pomagają mu również zdrowie, gdyż reżyser zachorował na rzadką chorobę, do pokonania której potrzebna jest poważna

operacja. Momentem przełomowym w historii bohatera jest spotkanie z ważną osobą z przeszłości (nie zdradzę Wam szczegółów, gdyż zepsuło by to odbiór filmu). Przez to, że kariera twórcy nie idzie do przodu film w większości gra retrospekcjami. Widzimy historie dzieciństwa Salvadora, w której fantastycznym elementem jest jego matka grana przez Penelope Kruz (co nie powinno nikogo dziwić znając twórczość Almodovara). Zdjęcia w filmie są przepiękne. Jest to podobne zagranie jak w filmie Luci Guadagninio „Call me by your name”, czyli delikatne ujęcia, przez które widz może wręcz poczuć zapach widzianych pól, morza, powietrza słonecznego południa. Film rozpoczyna się ujęciem matki piorącej pościel w rzece, a następnie suszącej się powłoczki na trzcinie. W tym momencie widz na parę sekund jest w stanie przenieść się do słonecznej Hiszpanii. Jednak moim ulubionym elementem w tym filmie jest Antonio Banderas. Aktor gra głównie subtelnymi spojrzeniami oraz mimiką twarzy na której maluje się wachlarz emocji. Jest to moim zdaniem jego najlepsza rola, która została doceniona przez komisję w Cannes i nagrodzona Złotą Palmą za najlepszą pierwszoplanową rolę męską. Pomijając wszystkie inne zalety tego filmu jest to zdecydowanie najbardziej intymny film Pedro Almodovara. Być może kryzys twórczy Salvadora jest odniesieniem do terażniejszej sytuacji reżysera? Tego możemy się tylko domyślić.

„Ból i blask” to piękny film i fantastyczne przeżycie nie tylko dla wprawionych kinomanów, ale również dla przeciętnego kinowego widza. Warto go obejrzeć w samotności, żeby mógł pochłonąć nas w pełni.

Magdalena Kimmel



KĄCIK KULINARNY

W szkole spędzamy ok 25% doby, warto w tym czasie zadbać o odpowiednie wyżywienie.

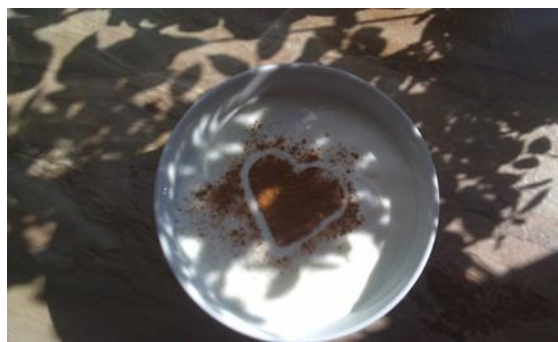
Co najlepiej przygotować, aby było szybko, smacznie i pożywnie? Przybywamy z pomocą!

- **Smoothie**, wspomniane już przeze mnie w zeszłym roku jest wspaniałą alternatywą tradycyjnej kanapki. Jedyne niezbędne składniki to owoce, warzywa i odrobina wody. Świetnie sprawdzą się banany, szpinak, jarmuż czy ananas oraz mrożone owoce. Warto wybierać w sklepie bardziej dojrzałe produkty, zapewnią one kremową konsystencję. W nadchodzącym sezonie cytrusowym sok na przykład z pomarańczy będzie świetnym zamiennikiem wody i dodatkowym źródłem witaminy C. Smoothie to chyba najbardziej różnorodna forma drugiego śniadania, można dorzucić chociażby nasiona chia lub siemię lniane, a w zimowe mrozy postawić na rozgrzewającego buraka z imbirem. Przygotowanie

jest jeszcze prostsze, wystarczy wszystkie składniki wrzucić do blendera (sprawdzi się zarówno kielichowy jak i ręczny). Jedynym ograniczeniem jest wasza wyobraźnia, jeśli ona zawiedzie jest jeszcze internet pełen inspiracji i gotowych przepisów!

- **Salatki** to kolejna niezawodna propozycja na liście. Najlepsza to taka z produktów, które macie w domu. Zostało się trochę fety? Dorzuć! Tym sposobem wszystkie resztki z lodówki dostaną drugie życie. Nie można jedynie podczas zakupów zapominać o warzywach. Macie pełne pole do popisu. Ryż czy dostępne na rynku mieszanki kasz (pamiętajcie, że od kaszy człowiek zdrowy ;-)) w połączeniu chociażby tylko z pomidorem to już ciekawy, sycący posiłek. Sprawdźcie tylko czy wasze pudełko nie przecieka i nie zapomnijcie o widelcu.
- Co powiecie na **musli**? Wystarczy jogurt naturalny (świetnie nadaje się również ten typu greckiego) i wasza ulubiona mieszanka musli. Możecie ją sobie sami stworzyć z płatków owsianych i różnego rodzaju bakalii. Dla urozmaicenia można dodać granolę, otręby lub owoce. W zależności od preferencji możecie wszystko wrzucić razem lub zaopatrzyć się w pudełko z oddzielnym pojemnikiem, aby musli były chrupiące. Chętni mogą pójść krok dalej i przygotować **batony musli** (płatki owsiane, suszone owoce i orzechy „sklejamy” za pomocą miodu, mleka skondensowanego lub zblendowanych, wcześniej namoczonych daktyli i pieczemy ok 20 min w 180 stopniach, później kroimy w dowolnej wielkości batony), a ci mniej chętni mogą ograniczyć się do **pudełka bakalii**, czegoś na wzór mieszanki studenckiej.
- **Naleśniki** to z pewnością nie pierwsze nasze skojarzenie z terminem „drugie śniadanie”, a fantastycznie spełniają się w tej roli. Do szkoły polecam bardziej wersję „na słono” na przykład z gotowanymi warzywami, lecz na słodką odstonę jak najbardziej można sobie pozwolić. Do tradycyjnego ciasta na naleśniki polecam dorzucić odrobinę mąki razowej lub zblendowane liście szpinaku.

Wiadomo, że prócz takich kreatywnych pomysłów wielokrotnie posilać będziemy się kanapkami, ale zadbajmy wtedy, żeby nie zabrakło w nich świeżych warzyw, gdyż dostarczają one witamin niezbędnych w jesienny czas.



Julia Kula



MIGAWKOWO Z ŻYCIA SZKOŁY



Foto. Joanna Szafrńska



