

# WHAT'S UP

GRUDZIEŃ, 2014  
numer 2**Wesołych Świąt, Merry Christmas****Buon Natale, Frohe Weihnachten****God Jul, Boldog Karácsonyt , Feliz Navidad,**

13 Grudnia 1981 roku.. Za tą datą kryje się zbrodnia, która stała się w naszej polskiej symbolice przekleństwem i ratunkiem zarazem. W tym roku obchodzimy 33 rocznicę wybuchu stanu wojennego. Stan wojenny został wprowadzony na terenie Polski przez generała Wojciecha Jaruzelskiego. Początkowym i jednocześnie prawdziwym powodem były strajki jakie miały miejsce w 1981 roku , jednak drugim powodem była nieuchronna inwazja ZSRR w ramach Układu Warszawskiego. Jedni mówią , że Wojciech Jaruzelski zrobił bardzo dobrze, ponieważ zapobiegł inwazji (kolejnej!) ZSRR , z kolei inni , że Wojciech Jaruzelski jest mordercą , katem własnego narodu. Zdania są podzielone...Jednak prawda jest taka , że trudno ocenić postawę generała Wojciecha Jaruzelskiego. Patrząc na to z wielu płaszczyzn trudno nam go wyobrazić sobie jako tego, który chciał zapobiec inwazji sowieców. Wszystko wydarzyło się jednak wcześniej, gdy w 1980 Polskę ogarnęła fala strajków , a rodząca się na nowo demokracja

prezentowana przez NSZZ „Solidarność” rosła w siłę. Krótko mówiąc, stan wojenny był rozważany w celu stłumienia nie tylko strajków, ale i „problematicznej” opozycji. Rząd PRL, czyli KC PZPR ( Polska Zjednoczona Partia Robotnicza) rozmawiał wówczas z rządem ZSRR , rozważano wprowadzenie wojsk rosyjskich, które stacjonowały na terenie Polski, gdyby strajki nadal się wzmacniały. Wreszcie gdy zdecydowano się na krok, KC PZPR jako zło konieczne uznało wprowadzenie tzw. „stanu wojennego”. Gdy wszyscy obywatele Polski obudzili się 13 grudnia 1981 roku dorosli , dzieci nie zobaczyli w swoich telewizorach ulubionych bajek czy seriali. Zobaczyli za to twarz , postać generała Wojciecha Jaruzelskiego, który przemówił do całego narodu. Potem na ulicach było widać wzmoczone patrole ZOMO oraz czołgi. ZOMO bardzo brutalnie traktowało protestujących, dochodziło nawet do zabójstw popełnionych przez ZOMO. Najbardziej pamiętnymi wydarzeniami związanymi ze

stanem wojennym jest np.: pacyfikacja kopalni „Wujek”. Tak... niewątpliwie te wydarzenia wskazują na Wojciecha Jaruzelskiego jako winnego zbrodni jakiej się dopuścił, podejmując decyzję o stanie wojennym. Z drugiej jednak strony gdybyśmy chcieli popatrzeć na to inaczej to stan wojenny jak zło konieczne stało się dla nas czymś w rodzaju przekleństwa i ratunku. Ratunkiem była konieczność uchronienia się przed sowiecką inwazją na Polskę. Może gdyby nie decyzja o stanie wojennym to sowieci weszliby do Polski i zginęłoby wielu ludzi , z drugiej strony stan wojenny to najgorsza i najohydniejsza zbrodnia jaką popełniono na Polakach.

Stan wojenny był dla nas masakrą , przekleństwem, o którym nie powinno się zapominać i do którego nie powinno nigdy dojść. Z drugiej strony był to ratunek, który uratował nas od drugiej sowieckiej „pomocy”.



W TYM NUMERZE

Rocznica wprowadzenia stanu wojennego w Polsce

Międzynarodowy Dzień Praw Człowieka

Światowy Dzień Walki z AIDS

Barbórka

Ekologia

Gry komputerowe

Dzień bez Przeklinania

**Przekleństwo i ratunek zarazem****13 Grudnia 1981****Stan Wojenny**



## 4 GRUDNIA DZIEŃ GÓRNIKA

**Barbórka**, czyli Święto Górnika obchodzone w Polsce 4 grudnia, w dniu św. Barbary z Nikomedii, patronki dobrej śmierci i trudnej pracy. Poza górnikami Barbórkę obchodzą także geolodzy i inne osoby wykonujące zawody związane z poszukiwaniem paliw kopalnych. W tradycji górniczej Barbórka rozpoczyna się poranną uroczystą mszą w kościele lub w cechowni,

przy figurze św. Barbary. Następnie orkiestra górnicza maszeruje, grając m.in. swój hymn w osiedlach zamieszkałych przez górników i ich rodziny oraz pod domami dyrekcji. Odbywają się uroczyste akademie oraz spotkania. Z okazji tego dnia organizowane są również: koncerty, występy artystyczne, zabawy oraz bale, w których uczestniczą całe rodziny górnicze.



## MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ PRAW CZŁOWIEKA

Międzynarodowy Dzień Praw Człowieka obchodzony jest 10 grudnia. Data ta wiąże się z rokiem 1948, ponieważ ONZ podpisało wtedy Powszechną Deklarację Praw Człowieka, czyli dokument, który stał się źródłem międzynarodowych aktów chroniących prawa człowieka. Dzień ten poświęcony jest osobom, które dążą do zapewnienia ochrony prawom swoim jak i innym. Chcą oni, aby te prawa były przestrzegane na co dzień. Niektórzy z nich są za to prześladowani, tracą pracę lub są więzieni. Międzynarodowy Dzień Praw Człowieka jest okazją do uczczenia ich odwagi i osiągnięć. Prawa Człowieka są klasyfikowane w wielu kategoriach. Mamy prawa obywatelskie i polityczne oraz prawa gospodarcze, społeczne i kulturalne. Te pierwsze możemy wykonać natychmiast, natomiast do drugich dochodzimy stopniowo, w miarę możliwości finansowych państwa.

Jeśli chcesz otrzymać od innych coś wartościowego, dawaj najpierw innym szczerze to co masz w sobie najpiękniejszego.

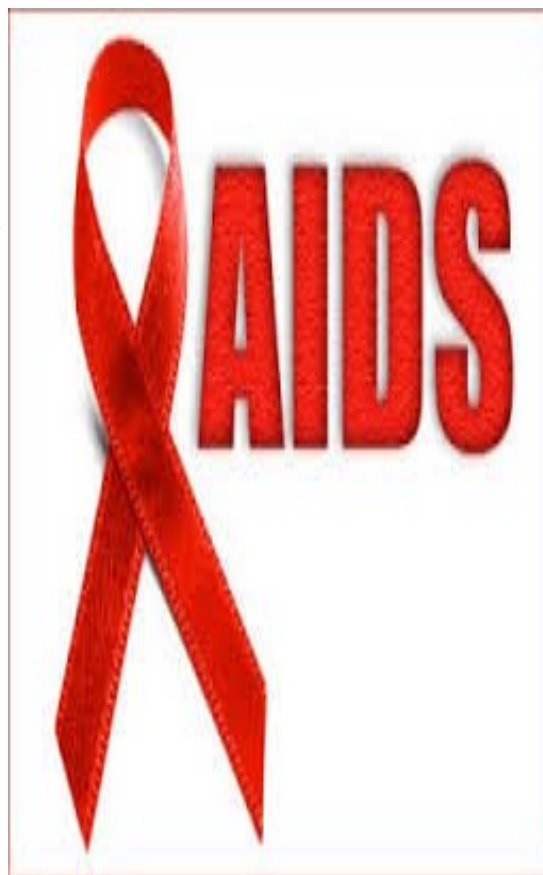
## Światowy Dzień AIDS

odbywa się co roku 1 grudnia.

W tym dniu na całym świecie, odbywają się konferencje oraz akcje edukacyjne dotyczące profilaktyki HIV/AIDS. Obchody Światowego Dnia AIDS są szansą dla ludzi na całym świecie, aby zjednoczyć się w walce z HIV, pokazać swoje wsparcie dla osób żyjących z HIV i upamiętnić zmarłych z powodu AIDS. Międzynarodowym symbolem pamięci solidarności dla osób żyjących z HIV jest czerwona kokardka.

Z okazji tego dnia, Krajowe Centrum ds. AIDS, agenda Ministra Zdrowia, zainaugurowała kampanię informacyjną pt. "Znam rekomendacje PTN AIDS. Zalecam test na HIV", która jest skierowana do środowisk medycznych, przede wszystkim do lekarzy podstawowej opieki zdrowotnej, ginekologów oraz pielęgniarek i położnych, a przez te grupy zawodowe – do ogółu społeczeństwa. Kampanię wspiera Państwowa Inspekcja Sanitarna. Problem HIV/AIDS wciąż jest aktualny, ponieważ liczba zakażeń HIV w Polsce systematycznie wzrasta. Według danych Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego – Pań-

stwowego Zakładu Higieny, od 1985 r. do końca września 2013 r. wykryto w Polsce 17 219 zakażeń HIV, jednak szacuje się, że z wirusem żyje ok. 35 tys. osób, więc co druga osoba żyjąca z HIV nie wie, że jest zakażona i może nieświadomie zakażać innych. Wbrew obiegowej opinii, na ryzyko zakażenia HIV narażeni mogą być wszyscy – bez względu na wiek, płeć, orientację seksualną, religię i rasę. Zespół nabytego niedoboru odporności, AIDS – końcowe stadium zakażenia wirusem zespołu nabytego braku odporności (HIV) charakteryzujące się bardzo niskim poziomem limfocytów a więc wyniszczeniem układu immunologicznego (odpornościowego), co skutkuje zapadalnością na choroby wskaźnikowe (niektóre formy nowotworów, grzybic,



## Prawa człowieka i jej generacje

I generacja: prawa indywidualne – osobiste (obywatelskie) i polityczne	II generacja: prawa ekonomiczne, społeczne i kulturalne	III generacja: prawa kolektywne (odnoszące się do jakości życia)
<ul style="list-style-type: none"><li>• prawo do życia</li><li>• wolność osobista</li><li>• prawo do własności</li><li>• wolność od tortur</li><li>• wolność sumienia i wyznania</li><li>• wolność wypowiedzi</li><li>• prawo do informacji</li><li>• równość wobec prawa</li><li>• swoboda przemieszczania się</li><li>• tajemnica korespondencji</li><li>• bierne i czynne prawo wyborcze</li><li>• prawo zrzeszania się</li><li>• prawo do skargi na organy państwa</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• prawo do pracy i wynagrodzenia</li><li>• prawo do nauki</li><li>• prawo do wypoczynku</li><li>• prawo do ochrony zdrowia</li><li>• prawo do zabezpieczenia społecznego</li><li>• prawo do uczestnictwa w życiu kulturalnym</li><li>• prawo do korzystania z osiągnięć cywilizacyjnych (postępu naukowego)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• prawo do pokoju</li><li>• prawo do demokracji</li><li>• prawo do rozwoju</li><li>• prawo do zdrowego środowiska naturalnego</li><li>• prawo do pomocy humanitarnej</li></ul>

## Kącik przyrodniczo-ekologiczny

Maria Barnacka



## Niewidoczni współlokatorzy

Siedzisz sobie czasem wieczorem w fotelu i rozkoszujesz się ciszą w błogim przekonaniu, że oto zostałeś sam w domu? Nic bardziej mylnego. Na prawdziwą samotność nie możemy liczyć. Życie istnieje także tam, gdzie wydaje nam się, że osiągnęliśmy najwyższą sterylność. W nawet najdokładniej posprzątanym mieszkaniu bytuje spora grupa pajęczaków zwanych roztocze (Acari). Opisano do tej pory około 45 tysięcy gatunków, ale szacuje się, że to zaledwie około 4% wszystkich istniejących.

W naszych mieszkaniach poszukiwania zaczniemy od zajrzenia za tapetę. Spotkamy tu białego, mającego około 0.7 mm długości i odżywiającego się grzybami roztoczek domowego. Za kaloryferem znajdziemy roztocza szczurzego, który jest pasożytem szczurów, myszy i chomików. Tapicerowane meble to raj dla rozkruszka drobnego, a nasza biblioteka obfituje w sierposza rozkruszkowca – drapieżnika żywiącego się rozkruszkami i larwami owadów. Łóżko w sypialni to królestwo roztoczy kurzu domowego, które żywią się złuszczonego naskórkiem. Ich odnóża, drobiny kału jak i one same są alergenami powodującymi u osób uczulonych kaszel, duszności lub swędzące wysypki. Głównym czynnikiem wpływającym na liczebność tych gatunków roztoczy jest wilgotność względna powietrza. Gatunek *D. pteronyssinus* wymaga 75–80% wilgotności względnej. W mieszkaniach osób uczulonych konieczne jest utrzymywanie wilgotności na poziomie nieco poniżej 45%.

W kuchni roztocze zagnieźdżają się zarówno w pokarmach pochodzenia roślinnego, jak i zwierzęcego. Zanieczyszczają żywność odchodami i wylinkami, powodują jej zawilgocecie, dzięki czemu rozwijają się licznie bakterie i grzyby. Produkty zasiedlone przez roztocze można rozpoznać po nieprzyjemnym zapachu i należy wyrzucić. Spożycie najpopularniejszego w kuchni rozkruszka mącznego powoduje zaburzenia żołądkowe, a

także świąd i podrażnienie skóry.

Ile razy słyszałeś: „myj owoce przed zjedzeniem”? Okazuje się, że w przypadku roztoczy rada ta nie przynosi pożądanego efektów. Zjadając np. dziesięć umytych malin pochłaniamy razem z nimi około dziesięciu roztoczy przynależnych do czterech różnych gatunków. Podobnie jest w przypadku innych owoców, warzyw lub grzybów (najwięcej roztoczy bytuje na maślakach). Nie należy jednak wpadać w panikę. Ta ilość pajęczaków, którą zjadamy razem z umyтыми owocami czy warzywami, nie wpływa negatywnie na zdrowie człowieka.

Na nasze szczęście królestwem Acari jest gleba. To tam żyje dwie trzecie z nich, a rola, jaką pełnią, ma fundamentalne znaczenie dla trwania życia na ziemi, gdyż biorą udział w procesach glebotwórczych. Te które żyją w ludzkich domach - jak napisał T. Robbins - znają nasze najskrytsze tajemnice, ale jeśli o nich plotkują – to tylko między sobą.



*Dermatophagoides pteronyssinus* (mieszkaniec naszych łóżek)



Rozkruszek mączny



*Opiella nova*

## DZIEŃ BEZ PRZEKLINANIA 17 GRUDNIA

Dla niektórych dużym wyzwaniem bywa wyartykułowanie jednej wypowiedzi bez przekleństw, nie mówiąc już o powstrzymaniu się na cały dzień od bogatego repertuaru tzw. „brzydkich wyrazów”. Ideą Dnia bez Przekleństw jest zwrócenie uwagi na czystość i piękno polskiej mowy, która nie potrzebuje wulgaryzmów, by trafnie i dosadnie wyrażać emocje.



### Szkoła Morderstwa, czyli ciemna strona gier komputerowych

Jak dobrze wiemy, gry komputerowe mają swoją jasną i ciemną stronę. Jaśniejsza strona gier to, że umieją wychowywać, bawić i uczyć. A ich ciemna strona?...

Cóż...jeśli się dobrze przyjrzeć to można to dostrzec. Wielu z nas kojarzy serię gier komputerowych takich jak : Prototype albo Grand Theft Auto. Gry działają na wielu pobudzająco, dodając małą dawkę adrenaliny. Jednak przedstawione tam problemy, wojny gangów, przełamywanie tematów tabu czy handel narkotykami albo tzw. „mordobicie” to niestety przejaw, że te gry potrafią demoralizować i do tego stopnia, że grając w taką „niewinną” grę pod nosem potrafi wyrosnąć zawodowy morderca albo gwałcieciel czy złodziej (choć kradzież jest najłżejszym pod tym względem przestępstwem). Widząc na ekranie jak powiedzmy kierując postacią mamy w ręce RPG i strzelamy do bezbronnych cywili, którzy nam nie zrobili nic złego. Potem się dziwimy, dlaczego dochodzi na świecie do tragedii gdzie człowiek wyciąga broń i zaczyna strzelać do ludzi. To już nie jest

fikcja. Tylko rzeczywistość. Jak zaradzić temu zjawisku?

Kupować gry, które mają uczyć, bawić i edukować. Faktem jest, że w obecnych czasach powstają gry takie jak Call of Duty, Command and Conquer czy Homefront. Cemu podałem akurat te tytuły?

Z jednego prostego powodu...Cod i Homefront to strzelanina, C&C to strategia. Mimo że zabijamy tam ludzi walczymy w imię jakichś ideałów, nie zabijamy cywili jak szaleni, bo tacy nie jesteśmy. Zabijamy owszem...ale walczymy w imię czegoś, a nie przeciwko czemuś. Jesteśmy chrześcijanami, a walka o wolność to najważniejsze „credo” życiowe. Zabierając życie w CoD nazistom, walczymy w imię wolności. Osoby, którym udało się przeżyć II wojnę światową wiedzą jak niemieccy naziści postępowali z ludnością cywilną. A wcielenie się w żołnierza i walka na froncie przeciwko komuś takiemu to dopiero coś. Nie można pozwolić, aby na ulicach szwędali się mordercy ze szkół mordów...





## CIASTA NA BOŻE NARODZENIE

### Makowiec

Drożdże rozetrzeć z łyżeczką cukru. Dodać 50 ml mleka i tyle mąki by zaczyn miał konsystencję gęstej śmietany (około 2-3 łyżek). Dokładnie wymieszać. Rozczyn przykryć i odstawić w ciepłe miejsce do wyrośnięcia. Masło rozpuścić w rondelku, odstawić do przestudzenia. Do drugiej miski przesiać resztę mąki. Żółtka utrzeć z cukrem, pastą waniliową/ekstraktem i szczyptą soli na puszystą masę. Do mąki dodać wyrośnięte drożdże, resztę ciepłego mleka (150 ml), a następnie masę żółtkową. Wyrabiać ciasto, aż składniki połączą się, tworząc jednolitą masę (ciasto może być nieco klejące). Dodać masło i wyrabiać dalej, aż ciasto będzie odstawać od ręki lub ścianek miski miksera. Ciasto powinno być dość miękkie, nie powinno mocno się kleić, ale to zależy od mąki jaką dodamy, jeśli byłoby zbyt klejące, można dodać odrobinę mąki i jeszcze przez chwilę wyrabiać, ale nie należy z nią przesadzać, bo ciasto zamiast mięciutkie i rozplývające się w ustach wyjdzie nam suche i twarde. Ps. Należy pamiętać, że podczas wałkowania będziemy ciasto podsypywać na stolnicy mąką, by nie kleiło się do wałka i stolnicy, więc de facto odrobinę mąki dodamy jeszcze podczas samego wałkowania. Wyrobione ciasto przykryć czystą ściereczką i odstawić w ciepłe miejsce do wyrośnięcia na około 1 i 1/2 godziny. Masa makowa: Mak zalać ok. 750 ml wrzącej wody lub więcej (woda musi pokryć cały mak) i pozostawić by zmiękł, do mo-

mentu aż da się rozetrzeć w palcach. Dokładnie osączyć z nadmiaru wody. Zemleć dwukrotnie w maszynce z gęstym sitkiem. Rodzynki zalać odrobina wrzątku i rumem, odstawić na pięć minut, by zmiękły i nabrały rumowego smaku i aromatu. Dokładnie osączyć na sitku. Do maku dodać resztę składników (oprócz masła). Wymieszać dokładnie dłonią lub drewnianą łyżką. W dużym rondlu z grubym dnem lub na dużej patelni rozpuścić pozostawione masło, wyłożyć masę makową i smażyć około 10-15 minut mieszając. Odstawić do przestudzenia. Białka ubić na sztywną pianę. Dodać do masy makowej, wymieszać. Całość: Wyrośnięte ciasto podzielić na dwie równe części, każdą rozwałkować podsypując obficie mąką, na prostokąt o grubości ok. 5 mm. Pozostałe 1 białko ubić, posmarować nim rozwałkowane ciasto, nałożyć po połowie masy makowej na każdy prostokąt, zostawiając wolne brzegi (około 1,5 cm). Zwinąć w roladę. Owinąć dość luźno (zostawiając ok 1-2 cm luzu) w natłuszczony papier do pieczenia. Strucle przenieść na blachę, ułożyć zachowując odstęp, odstawić na 20 min w ciepłe miejsce do wyrośnięcia. Piec w temperaturze 180 °C przez około 30-40 min, aż makowce wyraźnie się zarumienią – przez biały papier będzie to widać od razu, ciemny trzeba naciąć i zajrzeć pod spód (moje były gotowe równo po 30 minutach).

Gotowe wyjąć z piekarnika, rozciąć papier i rozchylić. Pozostawić do przestudzenia.

### Skład redakcji

Maciej Kołodziej IIIa

Maria Barnacka IIIa

Klaudia Zaczyńska Ia

W grudniu współpracowały:

Kasia Styła Ia

Marcelina Ściebur Ia

Ola Zajac Ia

Opiekun Patrycja Pawłowska

**SMACZNEGO**