

## Wybitne kobiety świata

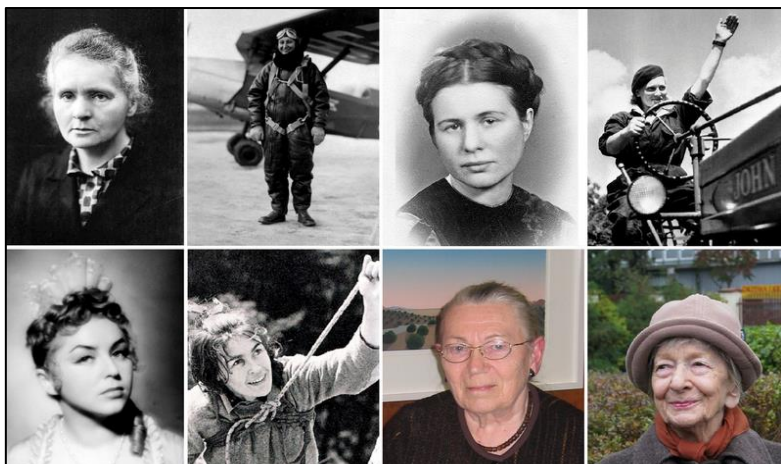
**Atak  
Rosji na  
Ukrainę**

**Solidarni  
z Ukrainą**



**Jak mądrze pomagać?**

**Emma Watson  
Nie tylko utalentowana aktorka!**



**Sukcesy naszych  
uczniów**

**Feminatywy.  
Co to takiego?**

## Rosyjski atak na Ukrainę

24 lutego około godziny 5 rano Rosja zaatakowała Ukrainę. Jak poinformowały ukraińskie władze ataki raketowe i bombowe dotknęły budynki wojskowe i lotniska w Kijowie i Charkowie. W wielu innych miastach słyszane są wybuchy. Rosyjskie wojska przekroczyły granicę lądową z Ukrainą. Niesprowokowany atak na niepodległe państwo wstrząsnął całym światem i sprawił, że rzeczywistość mieszkańców Ukrainy z dnia na dzień zmieniła się w koszmar.

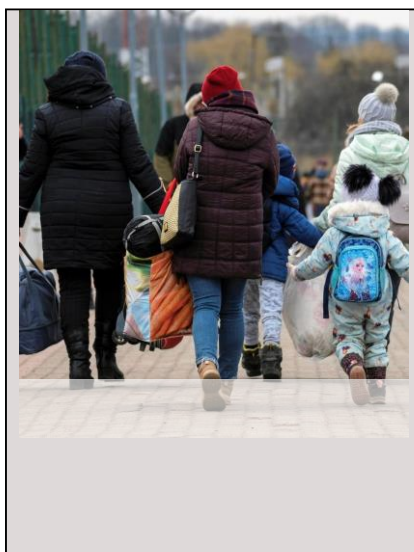


Modłę się do Boga za moją Ojczyznę - moją Ukrainę. W ciągu tych lat miała wiele szczęśliwych i radosnych momentów, ale były też takie, które wymagały cierpliwości i odwagi.

Ukraina jest młoda, ale ma tak bogatą historię, że można ją opowiadać bez końca. Niewiele – niemało, ale mamy coś do powiedzenia całemu światu, bo broniąc naszego prawa do istnienia byliśmy niezależni, przeżyliśmy wojny, głód, represje, broniliśmy swoich praw do ojczystego języka, pokazaliśmy się jako zamożny, wolny, niepokonany naród. Majestatyczny, potężny, silny – jako takie państwo chcieli widzieć Ukrainę nasi przodkowie.



24 lutego tego roku na zawsze wpisał się we współczesną historię Ukrainy. Rosyjski okupant wkroczył do naszej ojczyzny. Wojna, która podzieliła nasze życie na „przed” i „po”. Kilka dni temu mówiliśmy: dobrze, że nie znam wojny... Niestety, wszystko szybko się zmieniło. Wojna. Ona niszczy i zabija, niesie ludzkości przerażenie, mentalną pustkę. Śmierć, ból, żal, cierpienie, bohaterstwo, patriotyzm, tęsknota za bliskimi, nienawiść i miłość.



Ale nie będziemy się bać ani wycofywać, tylko zjednoczymy się jeszcze bardziej, dołożymy wszelkich starań, odważnie wszystko zniesiemy i na pewno wygramy! **Slava Ukraini!**

Varvara Yevtushenko



## Solidaryzujemy się z Ukrainą

**Po pierwszym szoku na wiadomość o wojnie za naszą wschodnią granicą przyszedł czas na działanie.**

**Niezwykle budująca jest reakcja Polaków na nieszczęście naszych sąsiadów. Również my jako społeczność, wśród której są Uczniowie z Ukrainy postanowiliśmy wesprzeć zaatakowane państwo na wszystkie możliwe sposoby.**



Najpierw symbolicznym gestem zmanifestowaliśmy naszą solidarność z Ukrainą. Po zdjęciach uczniów z barwami Ukrainy przyszedł czas na bardziej konkretne działania.

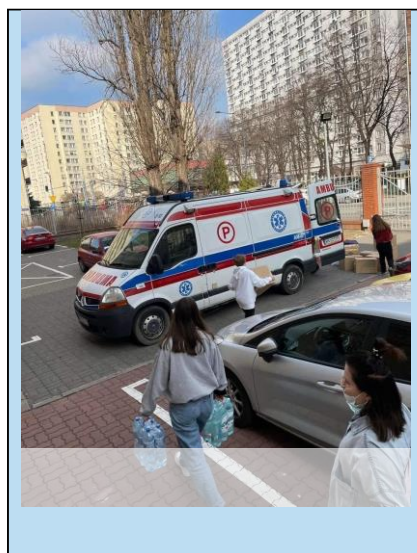
Podczas jednej z lekcji historii nasi uczniowie tworzyli znaczki z flagą Ukrainy i napisem "NO WAR".

Później przeszliśmy do pomocy materialnej Ukrainie - z naszej szkoły ruszył transport z najpotrzebniejszymi w tym momencie produktami w Ukrainie (zbiórka nadal trwa). Rozpoczęliśmy również akcję *Plecaczek*, która polega na skompletowaniu i wypełnieniu małych plecaczków najpotrzebniejszymi artykułami dla dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym.

### WSPIERAMY!



Szkoła Podstawowa Nr 221 z Oddziałami Integracyjnymi im. Barbary Bronisławy Czarnowskiej w Warszawie



## Jak mądrze pomagać?

Wojna na Ukrainie wyzwoliła w nas wiele dobra, a pomoc przekracza jakiegokolwiek wyobrażenie. Jednak pomoc dla Ukrainy, to nie jest zadanie na dni, a na miesiące.

Dlatego, pomagajmy „z głową” i zanim wpłacimy pieniądze, sprawdźmy zbiórkę, organizatorów, zadbajmy też o swoje samopoczucie, żeby uniknąć zrywu pomocowego, a potem wypalenia. *To nie sprint a maraton* - słyszymy często w mediach. Przygotowaliśmy dla Was kilka rad, jak pomagać efektywnie:

1. Zadbaj o swoją psychikę i korzystaj z wiarygodnych źródeł informacji. Nie wierz we wszystko, co przeczytasz w Internecie.

2. Wyznacz jedną porę dnia na przeglądanie informacji, nie przeciążaj się ilością trudnych wiadomości.

3. Pomyśl, na co masz realny wpływ. Zadbaj o siebie i nie zarażaj paniką innych.



### POMAGAJ MĄDRZE!

Dekalog pomocy rzeczowej dla ofiar wojny w Ukrainie



1. Jeśli chcesz pomóc rzeczowo – wybierz znaną i sprawdzoną organizację lub akcję władz Twojego miasta. Listę wiarygodnych organizacji i kontakty do pomocowych akcji samorządowych znajdziesz na [www.pomagajmadrze.pl](http://www.pomagajmadrze.pl)
2. Zanim coś kupisz, sprawdź, jaka pomoc i wsparcie właśnie teraz są najbardziej potrzebne. Lista potrzeb się zmienia i jest sporo fake newsów, a rzetelne organizacje i samorządy najlepiej wiedzą, co aktualnie jest niezbędne.
3. Rzeczy nowe są bardziej przydatne niż używane. Pomoc ofiarom wojny nie jest okazją do porządków w szafie lub magazynku. Dbaj o jakość!

4. Zadbaj o swoje poczucie bezpieczeństwa - spędzaj czas z osobami, które dają Ci poczucie stabilności i bezpieczeństwa. Spotykaj się z rówieśnikami.

5. Wspieraj tylko sprawdzone zbiórki.

6. Zadbaj o odpoczynek i odpowiednią ilość snu - si musi nam wystarczyć nie na następne dni, ale tygodnie a może nawet miesiące.

## Dzień walki z depresją

**Według danych Światowej Organizacji Zdrowia, depresja jest czwartą najpoważniejszą chorobą na świecie.**

Przez wiele lat uważano, że depresja dotyczy tylko dorosłych, ale dziś już wiadomo, że z zaburzeniami nastroju może zmagać się każdy niezależnie od wieku. W okresie dojrzewania psychika człowieka jest szczególnie delikatna, często nawet błahe wydarzenia dla nastolatka mogą być dramatem.

**Objawy depresji u nastolatków:**

1. Obniżony nastrój, przez większą część dnia niemal codziennie;
2. Utrata zainteresowań i zdolności odczuwania radości;
3. Zmniejszenie energii, ciągłe zmęczenie;
4. Osłabienie koncentracji i uwagi;
5. Pesymistyczne myśli odnośnie siebie i przyszłości;
6. Myśli samobójcze lub myśli o śmierci;



**Gdzie szukać wsparcia?**

**116 111** - bezpłatny i ogólnopolski telefon zaufania, który prowadzi Fundacja „Dajemy Dzieciom Siłę”  
**800121212** - Dziecięcy Telefon Zaufania *Patryk Ślusarczyk*

## Presja wyglądu

**Czy wiecie, że co druga dziewczynka w wieku 10-17 lat odczuwa presję, by być piękną? Nie „ładną”, ale właśnie „piękną”. W tym słowie mieści się również założenie, że piękna to bardzo szczypta. Presja związana z wyglądem pochłania dziewczynki bardziej niż ta związana z nauką!**

Co czwarta mieszkająca w Polsce 11-latka sądzi, że jest za gruba, chociaż wcale nie waży za dużo. Badania pokazują, że im dziewczynki są starsze, tym gorzej się postrzegają.

W Polsce 47 % dziewcząt jest zdania, że muszą wyglądać w określony sposób, aby osiągnąć w życiu sukces. A nawet 57% myśli, że kluczowe jest spełnienie pewnych standardów urody. Z pewnością sytuacji nie poprawiają media społecznościowe, w których oglądamy

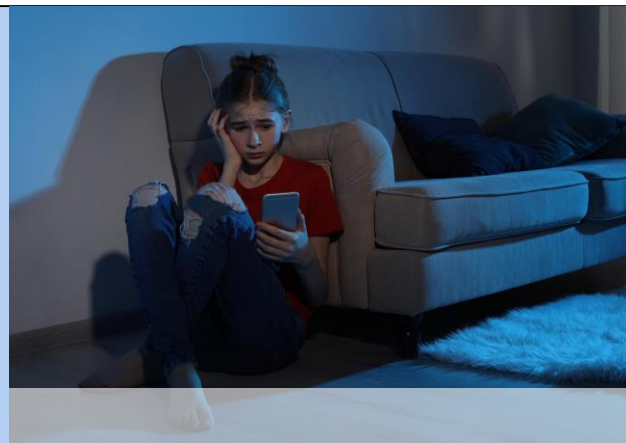
wyidealizowane, „przefiltrowane” ciała, które pojawiają się w reklamach. Ma to katastrofalny wpływ na psychikę młodych ludzi.

Z badań przeprowadzonych przez Facebooka na nastoletnich użytkownikach Instagrama w Stanach Zjednoczonych i Wielkiej Brytanii wykazało, że ponad 40% osób, które określiło siebie jako "nieatrakcyjnych", stwierdziło, że zaczęło się tak czuć w wyniku korzystania z Instagrama.

Z raportu wynika, że **nastolatki obwiniają Instagram za swoje stany lękowe i depresyjne**. Spośród uczestników badania, którzy doświadczyli myśli samobójczych, aż 13% nastolatków z Wielkiej Brytanii i 6% nastolatków z USA stwierdziło, że ich chęć odebrania sobie życia wynikała z tego, że korzystali z Instagrama.

Badania przeprowadzone przez czołowych menedżerów Facebooka wykazały, że **Instagram został zaprojektowany tak, aby można było lepiej porównywać swój status społeczny**, niż w konkurencyjnych aplikacjach.

Co z tym zrobić? Może po prostu warto sobie uświadomić, że zdjęcia w mediach społecznościowych to często efekt pracy sztabu ludzi, a nieskazitelna cera to wynik zastosowania odpowiednich filtrów.



Kanon piękna w historii zmieniał się wiele razy. To co jest piękne zmienia się zarówno w czasie, jak i w zależności od położenia geograficznego. W czasie kiedy w starożytnych Chinach piękne były kobiety o malutkich stopach i smukłej sylwetce, w antycznej Grecji idealna kobieta miała krągłości, a w tym samym czasie w Egipcie kobieta miała mieć wysoką talię i symetryczną twarz. Może po prostu piękno jest w oku patrzącego?

Dlaczego zatem próbujemy dopasować się do aktualnej mody, skoro ideał piękna dla każdego wygląda inaczej i jest zmienny? Jeżeli tak bardzo zależy nam na akceptacji innych to zamiast zmieniać siebie i swój wygląd zmieńmy to, co nas otacza. Wyglądajmy tak, abyśmy sami byli z siebie zadowoleni, a nie inni, jeżeli ich opinia i tak nie jest stała. Postawmy na wartości, które określają nas jako ludzi, a nie zdawajmy się jedynie na zewnętrzną otoczkę!

Gaja Jabłońska

**Źródło:**

<https://fundacjakosmos.org/presja-wygladu/>



## Sukcesy naszych uczniów

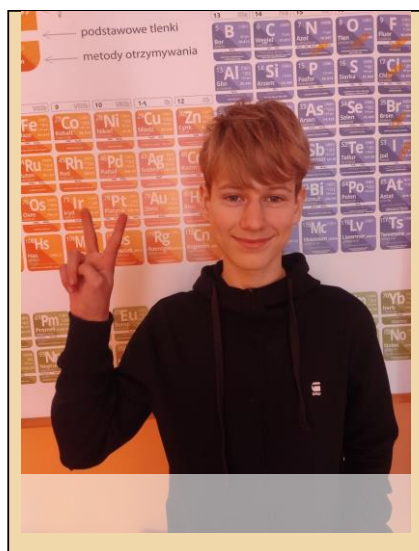
**Wiosna za pasem, już wkrótce egzamin ósmoklasisty, do którego uczniowie naszej szkoły pilnie się przygotowują.**

**Są w gronie ósmoklasistów też uczniowie, których stres na egzaminie będzie być może nieco mniejszy, ponieważ w olimpiadach i konkursach przedmiotowych udało im się zdobyć tytuł laureata bądź finalisty, co zwalnia ich z części egzaminów i zapewnia wstęp do wymarzonej szkoły średniej. Jesteśmy bardzo dumni i serdecznie Wam gratulujemy!**



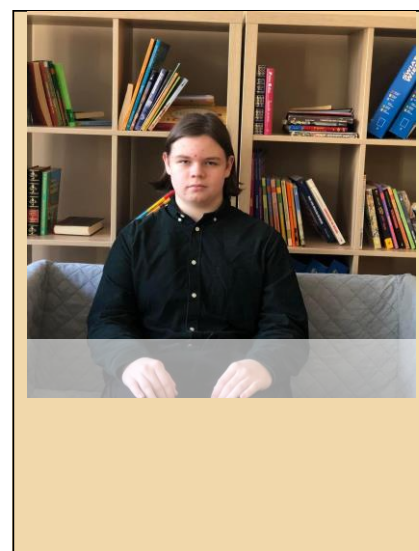
Paula Bagińska i Błażej Zima zostali finalistami konkursu kuratorskiego z języka angielskiego.

W II etapie XVII Olimpiady Matematycznej Juniorów reprezentowało nas 31 uczniów, a 9 z nich zostało finalistami! Wkrótce wyniki, więc wszystkim życzymy tytułu laureata.



W etapie wojewódzkim konkursu kuratorskiego z chemii Stanisław Mocny z klasy 8c uzyskał najlepszy wynik w całym województwie! Brawo Stasiu!

Wojciech Nowacki to nasz finalista w konkursie kuratorskim z geografii oraz fizyki. Wcześniej zakwalifikował się do III etapu Olimpiady Matematycznej Juniorów. Gratulujemy!



## Wybitne kobiety świata. Ile ich znasz?

**Kobiety w historii zawsze kojarzyły się z pięknem i pełniły funkcję strażniczek domowego ogniska, inspirując mężczyzn do wyczynów. Tradycyjnie one uważane są za przedstawicielki słabszej płci, ale świat zna wielkie damy, które wpłynęły na otaczającą je rzeczywistość. Wiele z nich osiągnęło mnóstwo sukcesów w różnych dziedzinach życia. Polki nie są wyjątkiem.**

Oto kilka znanych nazwisk w Polsce.

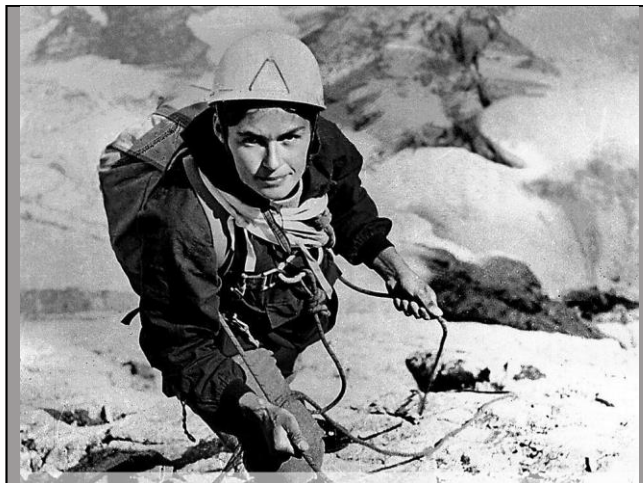
**Maria Skłodowska-Curie** jest fizyczką, chemiczką, dwukrotną laureatką Nagrody Nobla. Odkryła dwa radioaktywne pierwiastki chemiczne - rad i polon.

**Irena Sendlerowa** jest lekarką, która podczas II wojny światowej pracowała w getcie warszawskim. Uratowano 2500 dzieci. Nagrodzona tytułem Kaznodziejów Narodów Świata.

**Wisława Szymborska** to poetka i tłumaczka, laureatka literackiej Nagrody Nobla.

**Irena Szewińska** jest lekkoatletką, mistrzynią olimpijską, mistrzynią Europy, wielokrotną rekordzistką świata.

**Anna German** to śpiewaczka popowa i operowa, aktorka, kompozytorka.



**Barbara Brylska** jest aktorką teatralną i filmową, laureatką międzynarodowych festiwali.

*I to wszystko? Stulecia historii, literatury, rozwoju i w tym wszystkim kilka nazwisk kobiet, które przychodzą nam do głowy? W szkolnych podręcznikach brakuje różnorodnych wzorców kobiecych, a patronami 90 % szkół podstawowych w Polsce są mężczyźni!*



Jadwiga Andegaweńska

Jeśli nie zgadzasz się na taki stan to nowy projekt, który w k r ó t c e będą realizowali nauczyciele języka polskiego i historii w naszej szkole jest na pewno dla Ciebie!

Projekt *Superbohaterki* będzie miał za zadanie przybliżyć sylwetki niesamowitych Polek. Agentka, himalaistka, malarka, biologka, pisarka, aktorka, kolekcjonerka...Która z nich najlepiej pasuje do Waszek klasy?

Varvara Yevtushenko



## Feminyatywy - co to takiego?

**Feminyatywy to żeńskie formy gramatyczne nazw zawodów lub funkcji, określające kobiety m.in. pod kątem wykonywanego zawodu, reprezentowanej profesji czy przysługującego tytułu np. socjolożka, psycholożka, strażaczka czy gościni. Jak wiele innych kwestii związanych z żywym wykorzystaniem i ewolucją języka, feminyatywy również bywają przedmiotem dyskusji. Czy mają rację bytu, a może to tylko chwilowa moda?**

Wszystkich tych, którzy myślą, że to jedynie chwilowy wymysł naszych czasów muszą zmartwić - feminyatywy były popularne już w dwudziestoleciu międzywojennym, a w okresie powojennym nastąpił wysyp określeń nowych ról i zajęć wykonywanych przez kobiety typu: murarki, traktorzystki, agronomki.

Niestety w połowie lat 50. XX wieku zaczęto odchodzić od takiej formy i do zbiorowości, zwracano się coraz powszechniej w rodzaju męskoosobowym, przez co udział kobiet w życiu publicznym stawał się językowo niewidoczny. To wtedy próbowano pozbawić zawody płci, uznając, że kobiety i mężczyźni są równi. A przez to, że niemożliwa gramatycznie jest wersja zawodu w rodzaju nijakim, obowiązująca stała się forma męska.

W 2019 r. Rada Języka Polskiego wydała stanowisko w sprawie żeńskich form nazw zawodów i tytułów podkreślając, że w polszczyźnie potrzebna jest *pełna symetria nazw osobowych męskich i żeńskich w zasobie słownictwa*. Co ciekawe, jesteśmy przyzwyczajeni do żeńskich nazw zawodów takich jak *asystentka* czy *sekretarka*, jednak gdy poziom stanowiska rośnie przychylamy się do męskiej formy i nie korzystamy z tytułów takich jak *prezeska*, *członkini zarządu* czy *dyrektorka*, gdyż dla części społeczeństwa brzmią niepoważnie.

Bez wątplenia, język stale ewoluuje i dostosowuje się do zmian społecznych, więc tylko od nas zależy, jakich form będziemy używać.



Dodam tylko, że warto sobie uświadomić wpływ języka na rzeczywistość, bo badania przeprowadzone na dzieciach w wieku przedszkolnym pokazują, że dziewczynki w tym wieku mają już zakodowany w głowie podział zawodów na *męskie* i *kobiece*. Co więcej, niektórym z nich w ogóle nie przychodzi do głowy, że mogą wykonywać zawód np. strażaka, bo przecież *strażak to chłopak*.

Może więc warto zacząć mówić o dyrektorkach, prezeskach, graczkach, inżynierkach, nanotechnolożkach i majsterkach. Bo język kształtuje nasze postrzeganie świata!

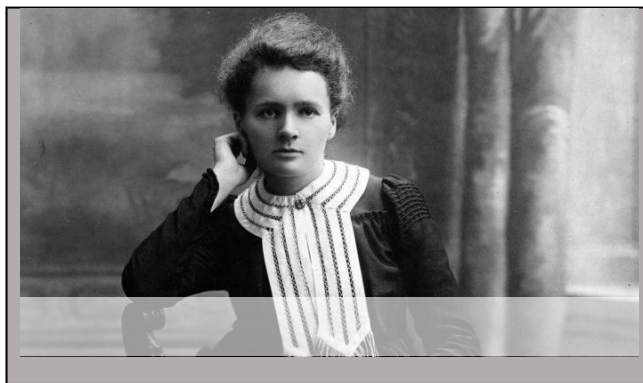
Gaja Jabłońska



## One zmieniły świat

*W historii pojawia się wiele silnych niezależnych kobiet, które popisały się zdolnościami w wielu dziedzinach – matematyce, informatyce, chemii, literaturze, sztuce, itp. W tym artykule postaram się przedstawić sylwetki bohaterek i opowiedzieć o ich osiągnięciach.*

Najbardziej znaną osobą jest oczywiście Maria Skłodowska-Curie. Myślę, że każdy słyszał o tej podwójnej noblistce. Urodziła się ona 7 listopada 1867 roku w polskiej rodzinie w Warszawie. Swoją karierę rozpoczęła, gdy przeprowadziła się do Paryża i zaczęła studiować na Sorbonie. W tamtych czasach kobiety bardzo rzadko studiowały i nie było to łatwe, ale wysiłek Marii Skłodowskiej-Curie nie poszedł na marne. Pierwszą nagrodę Nobla dostała w dziedzinie fizyki w 1903 roku za badania nad odkrytym przez Becquerela zjawiskiem promieniotwórczości.

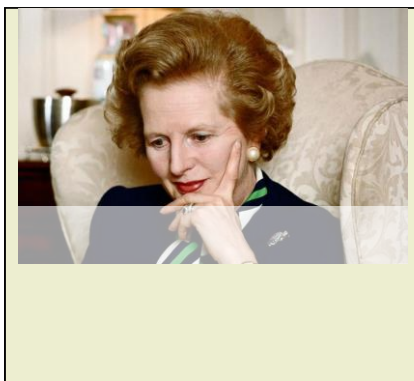


*W dziedzinie chemii dokonała jeszcze większych osiągnięć, ponieważ odkryła dwa pierwiastki – polon oraz rad, wydzieliła czysty rad i badała właściwości chemiczne pierwiastków.*

To właśnie dzięki niej rozwinęła się radiochemia. W tej też dyscyplinie naukowej dostała drugą nagrodę Nobla za odkrycie polonu i radu w dniu swoich urodzin 7 listopada 1911 roku. Swoje naukowe zamiłowania przyplaciła życiem. Zmarła na chorobę popromienną 4 lipca 1934.

Drugą kobietą, która zapisała się na kartach historii jest **Margaret Thatcher**, nazywana również Żelazną Damą.

Urodziła się 13 października 1925 roku, a zmarła 8 kwietnia 2013 roku. Była pierwszą kobietą-premierem oraz najdłużej rządzącym premierem w XX wieku, gdyż sprawowała tę funkcję aż przez trzy kadencje. Stosowała twardą politykę, ponieważ w tamtych czasach ekonomia Wielkiej Brytanii była w kryzysie. Zlikwidowała dotacje dla znacznej części państwowych firm, zatrzymała inflację kosztem zwiększonego bezrobocia.



Zredukowała ona wydatki budżetowe, obniżyła podatki oraz podwyższyła stopę procentową oszczędności. Wszystkie te działania, będące połączeniem liberalizmu, konserwatyizmu i monetaryzmu, uzyskały nazwę "thatcheryzmu".

Warto tu również wspomnieć o **Adzie Lovelace**. Była ona córką poety lorda Byrona i Annabelli Milbanke urodzoną w 1815 roku. Już w młodym wieku otrzymała solidne wykształcenie w naukach ścisłych o co zadbała jej matka, starając się utrzymać ją z dala od poezji. Było to bardzo wyjątkowe, ponieważ w XIX-wiecznej Anglii kobiety nie zajmowały się dyscyplinami naukowymi. Za ich jedyną drogę kariery uważano znalezienie bogatego męża. Ada jednak należała do Błękitnej Pończochy (Blue-Stocking Society), uznawanej za pierwszą naukową organizację kobiecą.

W wieku 17 lat poznała Charlesa Babbage'a – naukowca, który zajmował się m.in. budową mechanicznych maszyn liczących.

Na jego prośbę Ada przetłumaczyła artykuł włoskiego matematyka, Luigiho Menabrei, dotyczący tzw. maszyny analitycznej. Jednak dziewczyna zrobiła to dodając swoje własne uwagi i przedłużając pracę trzykrotnie. Zaproponowany w tej pracy rekurencyjny algorytm obliczania liczb Bernoulliego został po latach uznany za pierwszy program komputerowy. Ada Lovelace zmarła w wieku 36 lat z powodu raka szyjki macicy.

*Karolina Krasowska*



## Emma Watson - więcej niż utalentowana aktorka

**Emma Watson to znana aktorka, którą możecie kojarzyć m.in. z filmów o Harrym Potterze, ale też na przykład z ekranizacji książki "Małe Kobiety". W młodym wieku zaczęła swoją przygodę z aktorstwem, ale teraz coraz częściej można ją zobaczyć poza kinem. Emma nie tylko jest świetną aktorką, jest również feministką i aktywistką. Walczy ona o równość praw płci i nie boi się mówić o powszechnych problemach.**



Dzięki temu, że jest rozpoznawalna udziela licznych wywiadów, w których porusza tematy tabu i zachęca do dbania o swoje potrzeby.

Emma Watson to zadeklarowana feministka, która działa na rzecz równouprawnienia. Podkreśla przy tym w swoich wystąpieniach, że feminizm nie może być utożsamiany z niechęcią i nienawiścią do mężczyzn. Możliwość decydowania o swoim ciele, równość płac i bezpieczeństwo to wartości, które są dla niej niezwykle ważne. W 2014 roku wygłosiła przemówienie przed Zgromadzeniem Generalnym ONZ i zainaugurowała kampanię *HeForShe*, mającą włączyć mężczyzn w walkę o równość płci.

W czasie przemowy wspomniała, że gdy miała 14 lat, prasa zaczęła ją przedstawiać jako obiekt seksualny. Gdy miała 15 lat zauważyła, że jej koleżanki rezygnowały z uczestnictwa w drużynach sportowych, gdyż nie chciały wyglądać na zbyt "umięśnione". Jako osiemnastolatka Watson miała zdać sobie sprawę, że jej koledzy mieli problemy z wyrażaniem swoich uczuć.

Ja wielokrotnie podawałam Emmę jako przykład kobiety niesamowicie walecznej, która oprócz tego, że jest gwiazdą światowego formatu, jest też inspiracją dla wielu młodych dziewcząt.

*Maja Roszczyk*

## Z okazji Dnia Kobiet

**Z okazji Dnia Kobiet wszystkim Paniom pragniemy złożyć najserdeczniejsze życzenia.**

**Życzymy Wam spełnienia marzeń i planów,  
sukcesów w szkole/ pracy i życiu osobistym,  
radości,  
samyh cudownych chwil,  
miłości, zrozumienia  
i grona lojalnych przyjaciół.**

**Nam wszystkim w tym trudnym czasie życzymy spokoju i empatii.**

**Redakcja**

**Nasza Redakcja:**

Gaja Jabłońska  
Karolina Krasowska  
Patrycja Pietrzak  
Kuba Pietrzyk  
Maja Roszczyk  
Patryk Ślusarczyk  
Ananya Tripathi  
Varvara Yevtushenko

**Opieka redakcyjna:**

Pani Ewa Güzel



**Drodzy Czytelnicy!**

Chętnie poznamy Wasze opinie na temat kwartalnika Byle do Dzwonka! Zapraszamy również do współpracy, przesyłania propozycji interesujących Was tematów.

Czekamy na wiadomości od Was.

**Nasz adres:** byledodzwonka221@gmail.com.

**Redakcja**