

Byłe do Dzwonka

Listopad 2025



# WPROWADZENIE



W NUMERZE:

**Recenzje książek**

**Opowiadania**

**Felieton**

**Kalendarz historyczny**

**Kącik Lego**

**Złota myśl**

**Challenge sudoku**

**Ciekawostki**





# Recenzje

## **Recenzja książki Anety Pawłowskiej-Krać „Głośnik w głowie. O leczeniu psychiatrycznym w Polsce”.**

**Książka „Głośnik w głowie. O leczeniu psychiatrycznym w Polsce” autorstwa Anety Pawłowskiej-Krać to poruszający reportaż poświęcony kondycji polskiej psychiatrii i ludziom, którzy na co dzień się z nią stykają — pacjentom, lekarzom, pielęgniarkom, terapeutom rodzinom osób chorujących psychicznie. Autorka wnikliwie przygląda się temu, jak funkcjonuje system leczenia psychiatrycznego w Polsce i co czuje człowiek, który w tym systemie szuka pomocy.**

**Już sam tytuł: „Głośnik w głowie” ma znaczenie symboliczne. Odnosi się do zjawiska, które osoby chorujące psychicznie często opisują jako nieustanny, wewnętrzny hałas – głos w głowie, który nie pozwala im zaznać spokoju. Ale to także metafora społecznego szumu i chaosu, w którym ginie to, co najważniejsze: prawdziwe historie ludzi, ich cierpienie i potrzeba zrozumienia.**

**Nie jest to powieść z wymyślonymi bohaterami, lecz zbiór prawdziwych historii ludzi zmagających się z chorobą psychiczną i brakiem zrozumienia ze strony otoczenia. Pawłowska-Krać rozmawia z pacjentami, którzy opowiadają o swojej walce z depresją, lękiem, schizofrenią czy uzależnieniem. Ich opowieści są szczerze, często bolesne, ale właśnie przez to niezwykle autentyczne. Autorka pokazuje, że choroba psychiczna nie wybiera - może dotknąć każdego, niezależnie od wieku, płci czy statusu społecznego. Pokazuje, że zdrowie psychiczne nie powinno być luksusem, lecz prawem każdego człowieka, a leczenie psychiatryczne nie powinno być tematem tabu. Autorka udowadnia, że o cierpieniu można mówić z szacunkiem, a o chorobie – z empatią i bez lęku. To książka, która daje głos tym, których najczęściej nikt nie słucha, i przypomina, że milczenie wobec ludzkiego bólu bywa najgorszą formą obojętności.**

**Zdecydowanie warto sięgnąć po ten reportaż. Nie tylko dlatego, że poszerza wiedzę o stanie polskiej psychiatrii, lecz przede wszystkim dlatego, że pozwala lepiej zrozumieć drugiego człowieka. To książka, która zostaje w pamięci i sprawia, że zaczynamy uważniej słuchać – nie tylko tych, którzy mówią, ale także tych, których „głośnik w głowie” krzyczy w ciszy.**



# Opowiadanie



## Labirynt

Wpatrywałam się w małą papierową karteczkę. Skąd ona się tutaj wzięła? Kto ją napisał? Dlaczego ktoś ją zaadresował do mnie? Próbowałam znaleźć odpowiedź na te pytania, lecz na razie kartka z numerem telefonu pozostawała dla mnie tajemnicą...

Stałam na środku klatki schodowej budynku, w którym mieszkałam. Przede mną znajdowały się rzędy skrzynek pocztowych, a ja przed chwilą z tej o numerze 137 wyjęłam kopertę z pięknie wykaligrafowanymi literami. W środku nie znalazłam nic, oprócz małej karteczki z pojedynczym numerem telefonu. Nie wiedziałam, co zrobić. Zadzwoić? Nie zadzwonić? W końcu uznałam, że co mi szkodzi i wybrałam tę dziewięciocyfrową kombinację. Usłyszałam pierwszy sygnał, a po nim także drugi. Myślałam, że nikt już nie odbierze, aż w końcu usłyszałam w słuchawce automatyczny głos: „Witamy w grze Symera!”.

Nagle wszystko wokół mnie zaczęło się zmieniać. Kremowe ściany zniknęły, a w ich miejsce pojawił się masywny żywopłot. Wyłożona kafelkami podłoga zamieniła się w grząski grunt. Chyba znalazłam się w jakimś labiryncie?

Chciałam krzyczeć. Chciałam wołać o pomoc. Chciałam się wydostać! Gdzie ja jestem?! Jak ten głos powiedział? Simela?

- Symera! – usłyszałam syczący głos gdzieś z oddali.

-Halo?! Jest tu ktoś?! – zawołałam.

Cisza.

- Halo?! Pomocy! To chyba pomyłka. Ja tu nie powinnam być!

- Pokonaj przeszkody i znajdź wyjście, a ponownie ujrzysz światło – znów usłyszałam głos.

- Ale o co chodzi?!

- Powodzenia...

Co to ma znaczyć? Jakie „powodzenia”? Gdzie ja jestem? Chyba mam znaleźć wyjście z tego mrocznego labiryntu... tylko dlaczego się tu w ogóle znalazłam i jak? Uznałam, że zastanowię się nad tym, kiedy stąd wyjdę, przecież przejście labiryntu nie może być aż tak trudne?! Nieraz oglądałam filmy akcji, w których bohaterowie pokonywali przeciwników i cało wychodzili z takich wyzwań.

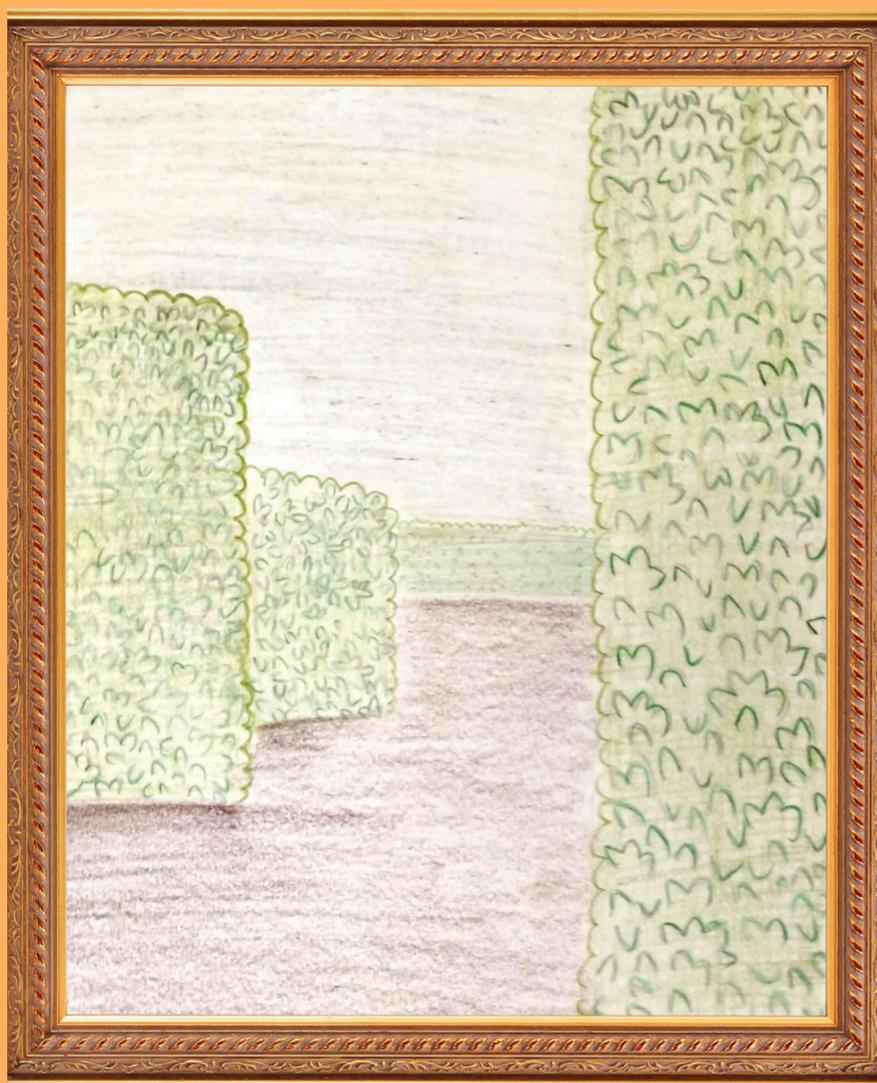
Przed sobą widziałam jedynie małą, ciemną ścieżkę, więc ruszyłam naprzód, gdyż innej opcji nie było. Po dłuższej chwili, na drodze pełnej zakrętów, spostrzegłam zagrządzającą mi przejście ścianę i pomyślałabym, że to ślepy zaułek, gdyby nie fakt, że po drodze nie było żadnych innych opcji przejścia. Może coś przegapiłam? Wrócę się dla pewności. Chodziłam i chodziłam. Wydawało się, jakby nie było stąd wyjścia. Zaczęłam się stresować. Co jeśli tutaj zostanę już na zawsze? Może muszę oglądać otoczenie uważniej.

Po dłuższym szukaniu uznałam, że jest to bezowocne i może nie o to chodzi w tej grze. Może jest jakieś inne wyjście? Tylko co to może być? Zatrzymałam się i zaczęłam rozmyślać. Jeśli nie można pójść w przód, to którędy? Przez ściany? Raczej nie... Przekopać się jakoś? Tylko czym? Poza tym lepki i mokry grunt nie jest do tego stworzony. Może górą...? Wspiąć się? Nie... A latanie? Może uda mi się jakoś zbudować pewnego typu skrzydła? To miejsce jest magiczne, więc może się uda. Zaczęłam urywać gałęzie z żywopłotu i wiązać je lub lepić ziemią. Po krótkiej chwili prototyp skrzydeł był gotowy. Założyłam je na plecy i ku mojemu zdziwieniu skrzydła naprawdę uniosły mnie w powietrze. Nie mogłam uwierzyć! Ja latam! Górowałam nad labiryntem z żywopłotu.

Po chwili wylądowałam przed drzwiami ze starego, ciemnego drewna, ozdobionego dodatkami z mosiądzu. Zdjęłam z pleców skrzydła i usłyszałam znany mi już głos.

- Gratuluję! Rozwiązałaś zagadkę i wydostałaś się z labiryntu. Teraz możesz wrócić na powierzchnię. I pamiętaj: odpowiedź nie zawsze jest oczywista. Czasami musisz myśleć nieszablonowo...

Po tych słowach wrota się otworzyły, a ja wyszłam na moją klatkę schodową.



# Felieton

## Ach, ta dzisiejsza młodzież!

W dzisiejszych czasach pewnie nieraz słyszycie, jak dorośli narzekają na młodzież, mówiąc: „Ach, ta dzisiejsza młodzież! Nic nie robi! Tylko umie siedzieć w domu i się lenić”. Niestety, nie mogę się z tym zgodzić. W dzisiejszych czasach my, czyli nastolatki, jesteśmy bardzo zapracowani.

Widząc nas z nosami w telefonach lub w komputerach, nie myślcie, że się obijamy! My ćwiczymy. Pewnie jesteście ciekawi, co możemy trenować. Odpowiedź jest prosta. Klikanie w klawisze - to bardzo trudna umiejętność. Codziennie młodzież klika w literki na klawiaturze. Celem tego jest coraz szybsze i bezbłędne wciskanie ich. Często takie treningi występują w najróżniejszych rodzajach gier (oczywiście komputerowych). Ci, którzy osiągnęli w tym prawie mistrzostwo, co jest nielada wyzwaniem, próbują swoich sił w zawodach gier komputerowych bądź konsolowych. Zwycięzcy są odpowiednio nagradzani i mogą się cieszyć tytułem „Mistrz klikania w klawisze”.

Młodzież, która nie jest zafascynowana tym typem aktywności, może spróbować zostać słowotwórcą! Osoby wyspecjalizowane w tej dziedzinie odpowiadają za nasz nastoletni język. Co to za język? Już tłumaczę, jest to nasz oryginalny język, złożony ze specjalnie wymyślonych unikalnych słów. Aby lepiej zobrazować występowanie młodzieżowego zbioru wyrazów, pokażę to na przykładzie:

Grupa nastolatków jest na boisku. Jeden z nich strzelił gola. Ktoś krzyczy:

- Koleś, ale to był sigma gol!

Z tyłu inni krzyczą:

- Fr, fr!

- Imo rel!



On im na to odpowiada:

- Wiecie ziomki, po prostu mam esę.



No dobrze, skoro już wiemy, jakie to mogą być słowa (oczywiście przykładowe, gdyż w naszym języku istnieje ich ponad 100), to gdzie one powstają? W królestwie internetu, z którym jesteśmy dobrze obeznani. Czujemy się w nim jak ryba w wodzie. Istnieje wiele platform np. Youtube lub Tiktok, a w nich zawarta jest „SEKCJA KOMENTARZY”.

W zakładce istnieje fabryka słów, gdzie ciągle nasi zapracowani słowotwórcy, czyli nastolatki, szukają nowych kombinacji sylab, by stworzyć nowe, niepospolite wyrazy. Jednak nie wszystkie słowa mają takie same korzenie, niektóre wywodzą się z gier np. „bambik”, co jest synonimem do słowa „noob”.

Najbardziej kreatywne wytwory są sówicie nagradzane w kompetycji zwanej „Młodzieżowe Słowo Roku”. Tam tysiące wyrazów walczy o miano najbardziej popularnego. Słynni czempioni to np. „rel”, „essa”, „xD” i „dzban”, jednakże warto również zwrócić uwagę na pojęcie „slay” (nie mylić ze znaczeniem z j. angielskiego). Jest ono popularne, szczególnie w gronie nastolatków.

Kolejnym ważnym zajęciem młodzieży jest oglądanie influencerów, którzy swoje kanały mają na podobnych platformach, gdzie istnieje sekcja komentarzy. Pewnie zapytacie, kto to influencer? Jest to osoba nagrywająca, nie wnosząca do życia, filmy. Często są oni idolami lub autorytetami nieletnich. W dodatku można powiedzieć, że mamy z nimi zawartą, korzystną dla obu stron, umowę. Gdyż my, wpatrując swoje ślepia w ekran, pomagamy im przeżyć. Jak to jest możliwe? Za każde wyświetlenie, które mają pod wideo, zarabiają pieniądze, więc kiedy my oglądamy ich filmy i cieszymy się z możliwości zobaczenia naszych ulubionych idoli, oni w najlepsze są zadowoleni, że zarabiają. Jedynym minusem naszej pracy jest zmęczenie w życiu codziennym. Wyczerpująca praca słowotwórcy bądź klikacza w klawiaturę sprawia, że na lekcjach jesteśmy nieobecni, a sprawdziany, które piszemy, są nisko oceniane. No cóż, wszystko ma swoją cenę. Niektórzy poświęcają się bardziej, co jest szlachetne z ich strony, a niektórzy mniej.

Czy są jakieś inne wady bądź zalety nastolatków? Pracowici, dążący do lepszej, unowocześnionej przyszłości, czynnie pracujący nad nowymi słowami, które lądują w słownikach, pilnie klikający w klawiaturę, najczęściej litery „W”, „A”, „S”, „D”. Każdy powinien - zamiast na nas narzekać, krzyknąć: „Ach! Jaka wspaniała ta dzisiejsza młodzież!”.



# Kalendarz

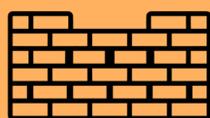
5 listopada 1605 - nieudany spisek Guya Fawkesa

29 listopada 1830 - wybuch powstania listopadowego

7 listopada 1917 - wybuch rewolucji październikowej

11 listopada 1918 - Polska oficjalnie odzyskuje niepodległość po 123 latach zaborów

9 listopada 1989 - zburzenie Muru Berlińskiego

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
27	28	29	30	31 	1	2
3	4	5 	6	7 	8	9 
10	11 	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29 	30

**Antoni  
Kruszewski  
7d**

# Kącik Lego

## KĄCIK LEGO

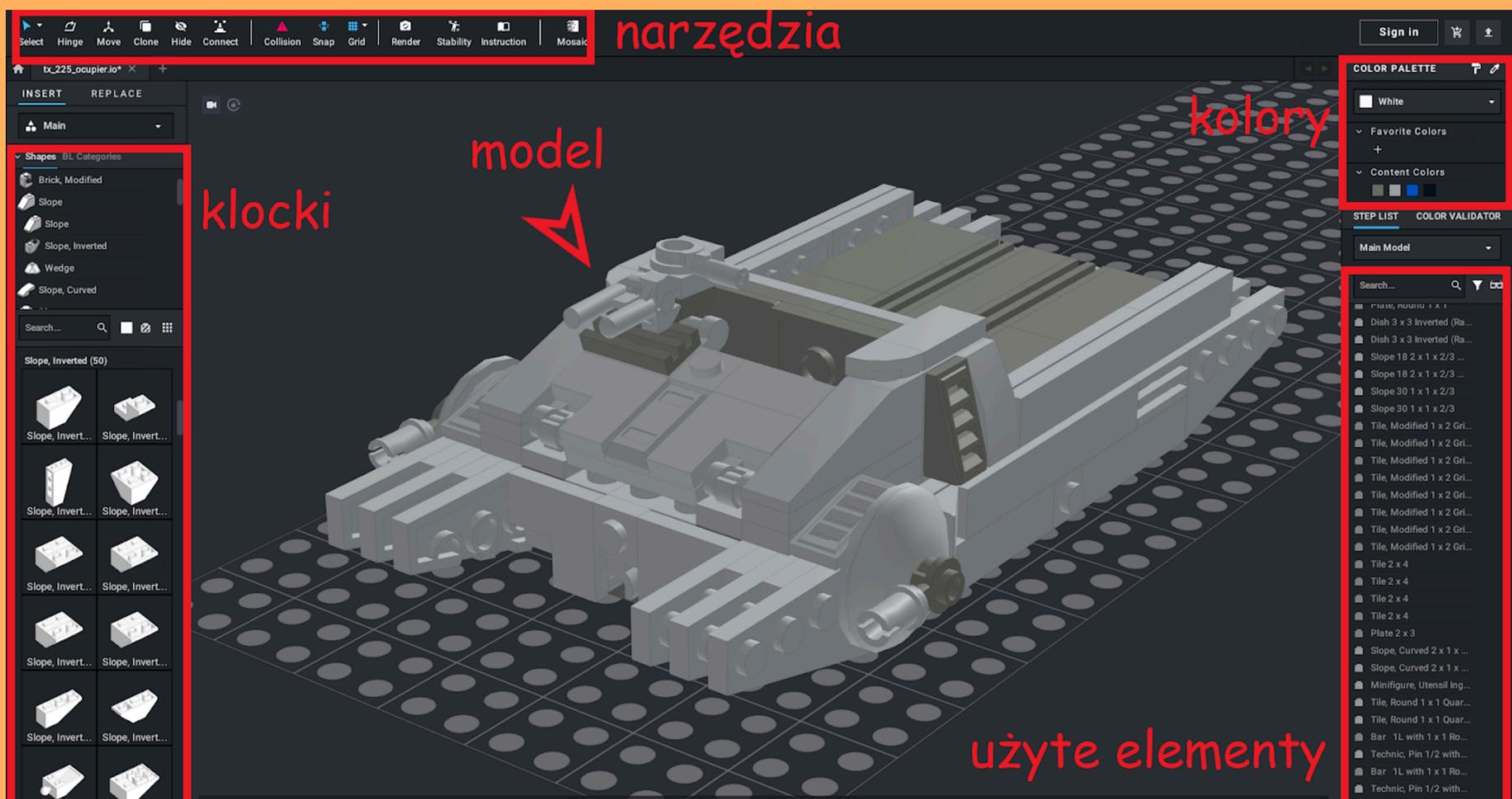
Czasami mam pewien problem: mam pomysł, co zbudować, siadam do biurka i nagle uświadamiam sobie, że nie mam potrzebnych klocków! W takich przypadkach przychodzi z pomocą fantastyczny program komputerowy, w którym nigdy się nie skończą klocki, nie ma ograniczeń odnośnie rozmiarów i kolorów, gdzie jedyną granicą jest twoja wyobraźnia. Przedstaw przed sobą wielkie pudełko, z którego wysypujesz tysiące klocków na podłogę. Teraz wyobraź sobie, że masz takich nieskończenie wiele. To wszystko leży przed tobą, i tylko czeka na to, żebyś zbudował coś niesamowitego. Przedstawiam ci Bricklink Studio.

### Jak to zainstalować?

Przede wszystkim program jest wspierany przez grupę Lego, więc jest to oficjalna aplikacja. Żeby ją pobrać, trzeba wejść na stronę: [studio.bricklink.com](https://studio.bricklink.com) i kliknąć przycisk „download”. Niestety, aplikacja jest dostępna tylko dla Windows.

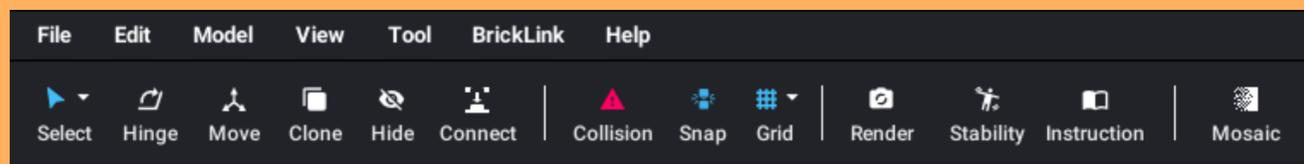
### Do czego służy?

Do budowania Lego na własnym komputerze bez wszelkich ograniczeń! Jeśli nie masz potrzebnych klocków, możesz zbudować to, co chcesz, w programie, a potem ewentualnie dokupić części na stronie [bricklink.com](https://bricklink.com) za pomocą wygodnego systemu, który pozwala na skopiowanie listy potrzebnych elementów do koszyka zakupów i znalezienie sklepu według preferowanej ceny.

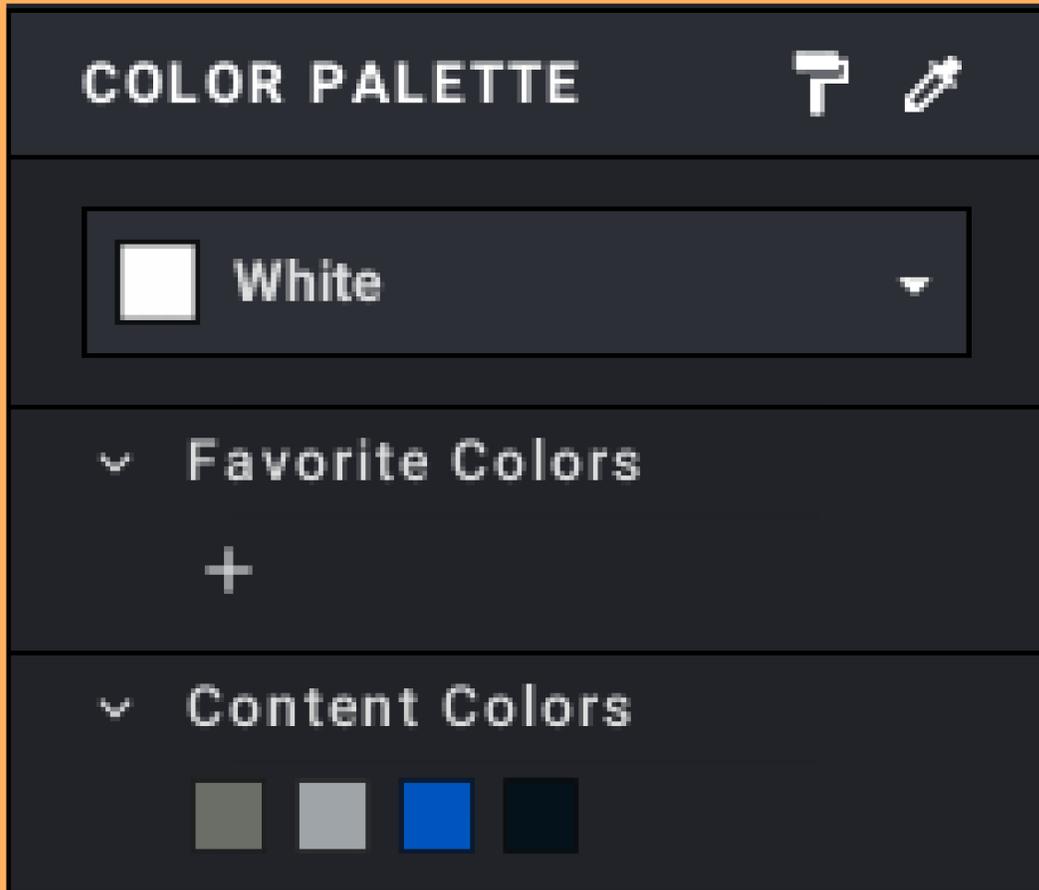


Są tam 4 obszary:

### Narzędzia:

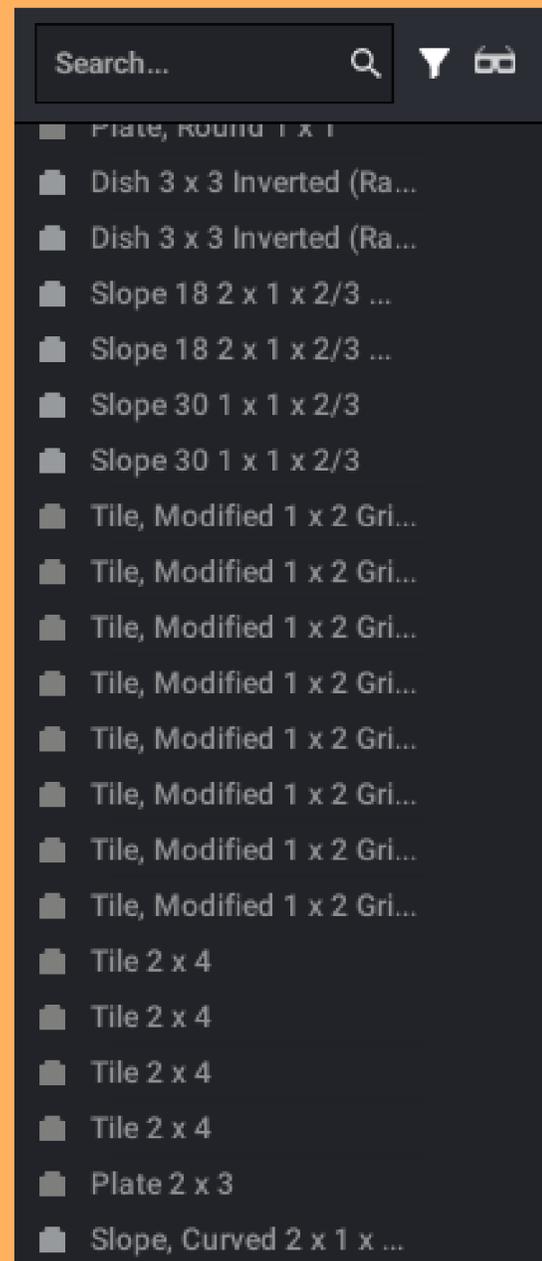


Są to podstawowe narzędzia pracy. Dodatkowo są dwie ciekawe funkcje: Render (czyli można zrobić piękny obrazek budowli) oraz Instruction (umożliwia zrobienie instrukcji modelu).



### Kolory:

Tutaj można wybrać potrzebną barwę i pomalować klocki na dowolny kolor! (Jedynym ograniczeniem jest dostępność elementów w poszczególnych barwach).

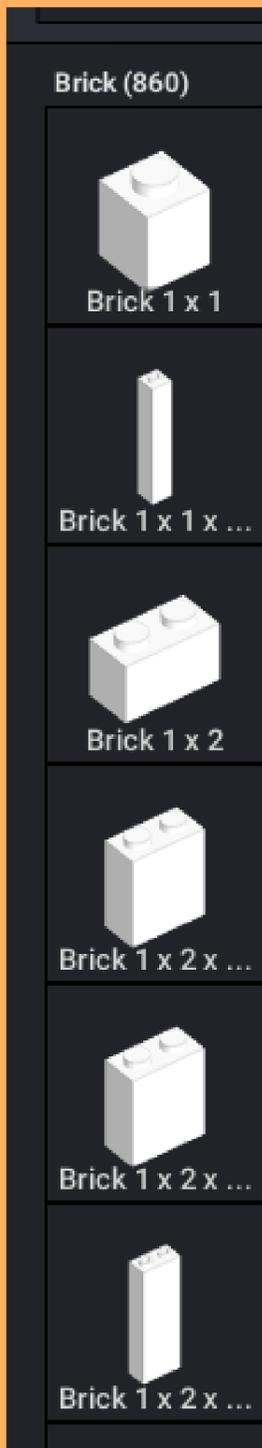


### Klocki:

To są wszystkie dostępne klocki, czyli tak naprawdę wszystkie zrobione elementy Lego w historii!

### Użyte klocki:

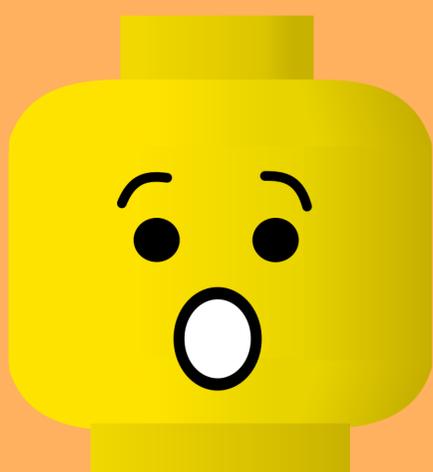
Jest to lista (jak sama nazwa wskazuje) wszystkich użytych elementów.



PS: Nadal nie widziałem waszych budowli.

Pokażcie Moc! Czekam.

[zaitsevplaton03@gmail.com](mailto:zaitsevplaton03@gmail.com)



# Złota myśl

„Wiem, że nic nie wiem.”

~ Sokrates

„Jakoby też rok bez wiosny mieć chcieli, którzy chcą, żeby młodzi nie szaleli.”

~ Jan Kochanowski, ‘Fraszka na młodość’

„Dowodem bowiem prawdziwej cnoty jest szukać nie tyle sławy, ile czynów okrywających sławą, związanych mocno z uczciwością i słusnością.”

~ Andrzej Frycz Modrzewski

„Miłość zaczyna się wtedy,

kiedy szczęście drugiego człowieka staje się ważniejsze niż twoje.”

~ Jan Twardowski

„Być zwyciężonym i nie ulec - to zwycięstwo.”

~ Józef Piłsudski

„Wymagajcie od siebie, choćby inni od was nie wymagali.”

~ Jan Paweł II

„Tylko ten, kto pragnie wiedzieć, naprawdę potrafi się uczyć.”

~ Sokrates - parafraza

„Człowiek uczy się całe życie... i głupi umiera.”

~ Jan Zamoyski

„Kto rano wstaje... ten ziewa na pierwszej lekcji.”

~ z dzienniczka uczniowskiego



Igor  
Wojtowicz  
7d



# Opowiadanie



## Pożar w szkole

**Autor: Franek Lipka**

Był czwartek. Wojtek miał lekcje historii, a nauczyciel chodził po klasie, tłumacząc na czym polegało powstanie styczniowe, ale nie słuchał. Patrzył zamyślony w okno, jak chłopcy kopią piłkę na boisku.

- Zieliński, czy mógłbyś zająć się lekcją? – Nauczyciel od historii stał nad nim i czekał na odpowiedź. Wojtek odwrócił się twarzą do niego i powiedział:

- Ależ oczywiście, proszę pana - odchrząknął. - Cały czas słucham.

Nauczyciel popatrzył podejrzliwie i zapytał:

- To w takim razie... kiedy odbyło się powstanie styczniowe?

- W styczniu... - odpowiedział niepewnie chłopak. Nauczyciel już miał coś powiedzieć, ale zadzwonił dzwonek.

- Co za licho? Dopiero zaczęliśmy! – zdziwił się. Dzwonek faktycznie nie był zwyczajny, dzwonił przez około trzy sekundy, a potem chwilowo zamierał i zaczynał znów dzwonić.

- Pożar! – zawołał ktoś przebiegający korytarzem.

Nauczyciel chwilowo zastygł, następnie powiedział:

- Zachowajcie spokój, dobierzcie się w pary i idźcie za mną.

Kilka sekund później szli korytarzem. Tymczasem Wojtek zastanawiał się, jakby się tu urwać...

- Mógłbym opowiadać, że widziałem, jak płonie szkoła! – myślał.

Gdy zeszli na pierwsze piętro, zaskoczył ich piekący w oczy dym.

- Idźcie za moim głosem, nie oddalajcie się! – krzyknął nauczyciel historii.

W klasie było ich nieparzyście i akurat Wojtek został bez pary, więc gdy oddalał się w dymie, nikt tego nie zauważył. Szedł coraz bardziej w głąb korytarza, a dym był coraz bardziej przejrzysty, bo rozświetlał go żółtawy blask tańczącego ognia, który rozpełzł się po mijanej przez niego sali od polskiego,

ale był nie tylko tam. Żółtawe światło migotało wszędzie! Nagle odgłos tłuczonego szkła dobiegł z pracowni chemicznej.

- Ktoś tam jest? – krzyknął, ale nikt nie odpowiedział, tylko trzaskający ogień. Wojtek otworzył drzwi, ogień pochłaniał wszystko! Składzik, gdzie trzymano chemikalia, tonął w płomieniach.

Wojtek wyszedł i oddalił się wzdłuż ściany. Gdy odszedł parę kroków, coś w pracowni chemicznej huknęło z taką mocą, że drzwi do pracowni rozbryznięły się na wszystkie strony, a zawiasy ze znikomymi kawałkami drewna, które się ostało, zabrzęczały w głębi korytarza. Wojtek leżał, nie mogąc sobie przypomnieć, jak znalazł się na podłodze, ale musiało to mieć związek z mocą wybuchu. Miał kilka drobnych ran i podartą koszulę.

- Miałem szczęście – pomyślał, po czym wstał. Zakręciło mu się w głowie i zaczęło dzwonić w uszach. Szedł powoli, ogień ucichł i osłabł. Gdy wyszedł na zewnątrz, wszyscy patrzyli na niego i padł na wznak, zemdłał.

Wojtek obudził się w łóżku, a co dziwne - w swoim własnym.

- Co się stało?- zapytał. Nikogo nie było w pokoju, więc nie spodziewał się odpowiedzi, która nadeszła.

- O, obudziłeś się wcześniej. - To była jego mama.

- Wypałeś się? – zapytała.

- Pożar, jak? Jaki jest dzień? - zapytał, wcześniej sobie wszystko przypomniawszy.

- Jest czwartek – powiedziała, przykładając rękę do jego czoła.

- Jesteś rozpalony, dziś nie pójdziesz do szkoły – powiedziała mama i poszła z zamiarem podania mu leków.

Tej nocy Wojtek nie mógł zasnąć. Śniły mu się tańczące płomienie.



# CHALLENGE SUDOKU 2

POZIOM

## EASY

						7		
2			1		7	5	6	9
	7		3		2	4	1	
		9				8		
	5		6		1	9	4	
6	2	3				1	7	5
	4	1	5	2			8	7
7	8		9	6				1
	6				8	2		4

W klasycznym sudoku plansza ma 9 wierszy, 9 kolumn i 9 mniejszych kwadratów 3×3.  Celem jest wypełnienie pustych pól cyframi od 1 do 9.  W każdym wierszu, kolumnie i małym kwadracie każda cyfra może pojawić się tylko raz.  Spróbuj, to świetna zabawa i doskonały trening dla mózgu – dasz radę!  

POZIOM  
STARTER

4			1	
				4
		4	2	
		1	4	3

POZIOM

## HARD

							1	3
1	8						6	
3	2		4			9		
		2		8			3	
6	1		2					
8				6	7	1		
			8	4			5	
			6	5	1	3		
	6		7	3			9	

POZIOM  
IMPOSSIBLE

			3	8		6		
	8			7	9	5		
	6	9				3		
			2		8		3	
	9							
			1	9				
			8		6	3	4	
			8				1	

**Sebastian  
Ulman  
8c**

# Ciekawostki

Listopad to chłodny i wilgotny miesiąc, o którym można znaleźć wiele informacji. Oto niektóre z nich:

- nazwa miesiąca pochodzi od opadających jesienią liści,
- w listopadzie kwitną rozmaite kwiaty, m.in. złocienie i chryzantemy,
- w listopadzie zamykamy cykl prac gospodarczych , następuje tzw. „sprzątanie z pól”,
- w listopadzie rozpoczynają się przygotowania do przyszłorocznych zbiorów,
- najdziwniejsze święto w listopadzie to Dzień Kotleta Schabowego,
- listopad to miesiąc melancholijny.



Igor  
Kowalczyk  
7a

# Redakcja

**Redaktor naczelna:**

Lena Wałazińska 7a

**Zastępczyni:**

Julia Panek 7e

**Sekretarz:**

Hania Kowalska 8c

Antoni Kruszewski 7d

**Korekta:**

Maja Jarosz 8c

**Graficy:**

Dominik Panek 7e

Maria Mierzejewska 7d

**Pozostały skład Zespołu:**

Maria Chmielewska 7a

Sebastian Ulman 8c

Platon Zaitsev 7d

Igor Kowalczyk 7a

Franciszek Lipka 7b

Igor Wojtowicz 7d

**Opieka polonistyczna:**

p. Anna Wolska

p. Gabriela Zych

