

TWARDO

PO ZIEMI

LISTOPAD
2020

PATRIOTYZM
Z
INNEJ PERSPEKTYWY

? WHAT CAN FLY
WITHOUT WINGS?

! TYLKO 1% LUDZI
MOŻE DOSTRZEC
TEN KOLOR!!!

JAK MY
TO
WIDZIMY?

HIT!

Z ŻYCIA
SAMORZĄDU

“Twardo po ziemi”

CLV Liceum Ogólnokształcące z Oddziałami Dwujęzycznymi im. Bohaterek
Powstania Warszawskiego

Redakcja: Anna Burlewicz, Anna Gabryś, Kamila Darczyńska, Iga Jurek,
Róża Karnicka, Antonina Leska, Gabriela Mamaj, Helena Mazurek, Antonina
Stępińska, Łukasz Świech, Sofia Vazquez, Maciek Woźniak, Ignacy Zalewski

Okładka: Ignacy Zalewski

Za opiekę merytoryczną i konsultacje językowe dziękujemy Profesorowi
Radostawowi Sobotce.

Zawartość

Patriotyzm z innej perspektywy	2
Okiem nastolatki. Spojrzenie na świat w XXI wieku.....	4
What can fly without wings?.....	6
Widzialno niewidzialni.....	7
Ja i mój patriotyzm. Wasz głos i nasza analiza	8
Z Życia Samorządu	10
„Tylko się lenisz!!”, czyli jak przeżywamy izolację.....	11
Jak widzę Patriotyzm? Kim dla mnie jest Patriota?	12
Tylko 1% ludzi może dostrzec ten kolor!!!.....	13
Łamigłówka matematyczna.....	16
Twarda Sztuka	17

Patriotyzm z innej perspektywy

Jest w ciągu roku taki czas, gdy w medialnym przekazie i różnego rodzaju publicznych wystąpieniach pojawia się temat patriotyzmu oraz przeszłości narodu, właśnie w kontekście tej postawy. Tak jak wiele innych, temat ten pojawia się i cichnie po pewnym czasie. Nieraz można odnieść wrażenie, iż liczne przemowy, artykuły czy wykłady tematyczne są niewiele więcej niż pompatycznym pustostowiem, oderwanym od rzeczywistości, w jakiej żyjemy.

Patriotyzm – postawa „umitowania ojczyzny”, a więc swojego miejsca lub grupy pochodzenia – społeczności lokalnej, wspólnoty politycznej czy narodu – rozumienie tego pojęcia różni się w zależności od okresu historycznego, miejsca i kontekstów. Lecz poprzestańmy na definicji określającej patriotyzm jako przywiązanie i szacunek do własnego narodu, a przez to stawianie jego dobra wysoko w swojej hierarchii wartości. Wynikają stąd pewne zobowiązania moralne dla jednostki określającej się jako patriota lub patriotka. Bowiem jeżeli ktoś kogoś szczerze kocha, zarówno w sensie miłości romantycznej, jak i chrześcijańskiej miłości bliźniego, to będzie czynił to, co w jego mocy, by osobie lub osobom, będących obiektem tego uczucia, działał się jak najlepiej. Nawet kosztem własnych poświęceń.

I tu pojawia się popularny, nieraz wręcz bezmyślnie hurrapatriotyczny, obraz takiej postawy – typowy „bohater narodowy” jest chodzącym zbiorem wszelkich cnót, poświęcającym własne życie w nierównej, heroicznej walce z zewnętrznym wrogiem zagrażającym ojczyźnie. Wizerunek ten jest poniekąd efektem ubocznym czci, jaką otaczane są osoby, które pośmiertnie lub jeszcze w trakcie swojego życia uzyskały status bohaterów czy symboli. Otóż my sami, nie będąc tego w pełni świadomi, umieszczamy je niejako w sferze sacrum – nietykalnych świętości lub podobnej. Dzieje się tak, gdyż trudno nam znaleźć sposób na proste pogodzenie dwóch wizerunków danej osoby – jako autorytetu, czyli kogoś wyróżniającego się biegłego albo wręcz wybitnego, w jakiejś

dziedzinie lub też z innych względów wywierającego na nas bardzo pozytywne wrażenie z istotą ułomną, niedoskonałą, która zdążyła w swoim życiu popełnić trochę błędów i/lub dokonać pewnego zła, która wszystkiego nie wie i nie we wszystkim ma rację, tak samo jak my. Trudno jest jednocześnie cenić sobie i ufać czyimś słowom, i działaniom, a jednocześnie analizować je zimnym, sceptycznym okiem. Z tego też powodu zdarza nam się ignorować ciemniejsze karty w życiu danej osoby, okłamywanie samego siebie i racjonalizowanie tego, czyli tworzenie pozornie racjonalnych uzasadnień dla swoich irracjonalnych przeświadczeń. Idealizowany w ten sposób obraz owej osoby, na przykład wspomnianego „bohatera narodowego”, staje się dla innych coraz mniej ludzki, bo któż z nas pozbawiony jest wad?

Kolejną rzeczą, która czyni nam obcym ów obraz jest pojawiający się czasem motyw zmagania, a nieraz dostownej walki, z jakąś wrogą, zewnętrzną siłą, spersonifikowaną jako najeźdźcy, okupanci czy władze zaborcze. Mimo iż epizody wojny czy terroru zajmują stosunkowo niedużą część historii Polski, a nawet i wtedy nie są to jedyne zmagania, jakie człowiek w swoim życiu (na przykład z samym sobą i swoimi słabościami), a więc i ów „bohater narodowy”, to akcent kładziony jest właśnie na nie. Jest to kolejny skutek idealizacji postaci, jako iż ktoś skazany na pozbawienie nie ma powodu, by się z nimi zmagać, ale też człowiek, który bliski temu stan osiągnął dzięki pracy nad sobą, postrzegany jest przede wszystkim przez

pryzmat tego, jaki był lub jest po osiągnięciu go. Mało kto wie i interesuje się tym, kim był wcześniej, co musiał w sobie zwalczyć, by dojść do tego miejsca. Pozostaje więc walka z zewnętrzną siłą, i choć, jak już wspomniałem, epizody te stanowią tylko ułamek historii Polski, to dominują w niej okresy spokojniejsze. Także mimo tego iż w polskim „panteonie narodowym” znaleźć można także bohaterów czasów pokoju pokroju Hipolita Cegielskiego czy Ignacego Paderewskiego, to w najbliższym przeciętnemu człowiekowi, a nieraz prawdopodobnie jedynym znanym – „szkolnym” obrazie historii to właśnie epizody niepokojów zajmują najwięcej miejsca. I oczywiście dokładne omówienie historii w ramach obowiązkowej edukacji jest praktycznie niemożliwe, z drugiej jednak strony uproszczenia, jakie są dokonywane celem „kompresji” przekazywanych wiadomości, pozwalają na jej reinterpretację i wpisywanie w różnego rodzaju ideologiczne narracje, nieraz całkowicie zaktamując fakty. Owa eliminacja szczegółów, to również eliminacja wielu faktów mogących budzić powątpiewanie i/lub kontrowersje w interpretacji i ocenie postaci historycznych; na przykład zarówno członkowie przedwojennego PPS-u, jak i endecji twierdzili, iż działają dla dobra Polski, a jednocześnie ich podejścia do wielu spraw były jaskrawie od siebie różne, co komplikuje na przykład etyczną ocenę. Sprowadzenie tego do słów: „W II Rzeczpospolitej funkcjonowało wiele partii politycznych, a najważniejsze z nich to Polska Partia Socjalistyczna, Polskie Stronnictwo Ludowe i Narodowa Demokracja.” albo samego: „Po I Wojnie Światowej Polska odrodziła się jako republika demokratyczna.” pozwala pominąć większość brzydkich, kontrowersyjnych i demitologizujących faktów, nie budząc wątplenia i nie szargając wizerunku „bohaterów narodowych”. Lecz możliwe jest pójście o krok dalej – sam fakt walki w czasach wojny czy niewoli i terroru w oczach wielu osób, a przynajmniej takie odnoszę

wrażenie, zdaje się upraszczać ten obraz. Wróg i „patriotyczny obowiązek” staje się wtedy jasno określony, odwracając uwagę od chaosu, konieczności dokonywania niejasnych etycznie wyborów oraz niemoralności samej przemocy, w wypadku otwartego konfliktu.

Tymczasem ów wizerunek nijak ma się do realiów naszych czasów i naszego życia. Nie pokazuje nam, jak radzić sobie z własnymi słabościami, dylematami etycznymi, jak szukać prawdy, ani jak na co dzień postępować względem innych ludzi, którzy też nie są pozbawieni wad. „Bohaterowie narodowi”, mimo całej czci, jaką są otaczani, w praktyce nie stanowią przystępnego i atrakcyjnego wzorca osobowego/ideału dla mas. Zamiast tego ich kult stwarza pewien problem – otóż ich czyny uważane za zasługi dla ojczyzny (nie mylić z faktycznymi zasługami, bo są to dwie zupełnie różne od siebie rzeczy) przywoływane w kontekście omawianych wydarzeń historycznych bywają przypisywane narodowi jako całości, czyli „nam” – „My złamaliśmy kod Enigmy.”, „My pokonaliśmy bolszewików w 1920 roku.”, itp. Tyle że owo „my”, to tak naprawdę nie my, lecz konkretni ludzie żyjący przed nami lub współcześnie. „My” w kontekście narodu służy solidaryzowaniu się jednostki z szerszym społeczeństwem, dając to poczucie, iż mimo dystansu jaki nas dzieli, mamy coś ze sobą wspólnego i coś razem tworzymy. Jednakże na skutek infantylnego podejścia do „własnej” historii zdarza się niektórym ludziom przypisywać sobie owe szlachetne skłonności, a w praktyce nie próbując choć trochę zbliżyć się do osiągnięcia wysokich standardów moralnych wyznaczanych przez cały „panteon” wyidealizowanych „bohaterów narodowych”. Karmiona w ten sposób duma narodowa, przybierająca czasem formę wręcz megalomanii, jest w swej istocie pusta. Bowiem dumnym można być z czegoś, co się samemu dokonało, lub w czym miało się swój udział. Jaki wkład własny miało się we własne urodzenie

się w danym kraju i zostanie wychowanym w określony sposób? Żaden.

Obserwując, pojawiające się nieraz w przestrzeni czy dyskursie publicznym, obnoszenie się czy wygłaszanie przez oficjeli podniosłych, acz niewiele wnoszących orędzi, zdarza się nam czasem zacząć odczuwać powątpiewanie w autentyczność patriotyzmu w ogóle. Należy jednak pamiętać, iż deklarowanie bycia kimś, a bycie tym kimś, to dwie zupełnie różne od siebie rzeczy, jako iż to pierwsze może być prawdą, ale nie musi; drugie zaś po prostu nią jest. Szczególnie jeżeli chodzi o tych, którzy o tym najczęściej krzyczą, jak na przykład część tak zwanych „narodowców”. I tutaj chciałbym dokonać kolejnego rozróżnienia – tym razem pomiędzy pojęciami nacjonalizm a patriotyzm. Nacjonalizm, a w szczególności ten reprezentowany przez wspomniane środowiska, jest ideologią polityczną, wedle której naród stanowi najwyższą formę uspołecznienia, a tożsamość narodowa najważniejszym składnikiem tożsamości jednostki, potączona z nakazem stawiania interesu narodowego ponad inne zobowiązania oraz tego, co narodowe ponad to, co cudzoziemskie czy kosmopolityczne, innymi słowy – naród ponad wszystko albo prawie wszystko inne. Nie oznacza to bynajmniej, iż zawsze popada on w niegodzące się na żadne ustępstwa skrajności, które charakterystyczne są dla jego najradykalniejszej formy zwanej szowinizmem, a jego bardziej umiarkowani przedstawiciele są skorzy do pewnych kompromisów, co nie

zmienia faktu, iż jako ideologia polityczna, każda próba wprowadzenia go w życie oznacza narzucenie reszcie społeczeństwa pewnego porządku społecznego i hierarchii wartości. Patriotyzm zaś charakteryzuje pewna elementarna skromność czy też pokora – otóż, jak już wspominałem na początku tego tekstu, jest to postawa indywidualna – „Stawiam dobro narodu nad sobą; dbam o jego dobro i zmieniam się, by móc jak najlepiej o nie dbać, gdyż mi zależy.” Z kolei problem z budowaniem „nowego, lepszego świata”, wedle nacjonalistycznej, czy jakiegokolwiek innej wizji, stwarza pewne ryzyko, iż zaniedbamy doskonalenie samego siebie na rzecz „aktywizmu”, jednocześnie usprawiedliwiając i próbując zrekompensować to samemu sobie „działaniem dla większego dobra”, mimo iż faktyczną przyczyną tego stanu jest lenistwo i niechęć względem dokonywania w sobie zmian, bo to oznaczałoby konieczność przyznania się do błędów i konfrontacji z własnymi lękami i brakami. Co gorsza nie jest to zadanie łatwe, ani widowiskowe. Nie neguję tym samym samej idei aktywizmu, lecz uważam, iż próba zmiany świata bez wiedzy, kompetencji, odwagi i gotowości na przyjęcie odpowiedzialności, a w każdym razie bez podejmowania jednocześnie działań celem ich zdobycia, jest ryzykownym pomysłem.

Myślę też, iż lepsze jutro Polski i świata jest zdecydowanie warte podjęcia tego wysiłku.



Łukasz Świech

Okiem nastolatki. Spojrzenie na świat w XXI wieku

Z pewnością każdy z Was ma jakieś przemyślenia, uwagi i swoje zdanie na temat czasów, w których żyjemy. Pozwólcie, że i ja odważę się wrzucić swój kamyk do tego ogródka. Mnie, a i moim rówieśnikom zapewne także, nietrafno jest wyobrazić sobie życie w czasach rodziców, a cóż dopiero dziadków czy pradiadków. Żyjemy dziś w epoce konsumpcjonizmu, w czasach, w których wszystko jest na wyciągnięcie ręki (albo telefonu), nie brak nam – przynajmniej teoretycznie

- niczego. Tymczasem wcale nie tak dawno wiele rzeczy w naszym kraju było nieosiągalnych, pozostawało jedynie w sferze marzeń.

Dziś dążenie do nich jest o wiele łatwiejsze niż kiedykolwiek wcześniej. Słuchając opowieści moich rodziców, uświadomiłam sobie smutną prawdę – problem, który dotyka znaczną część społeczeństwa. Przestaliśmy doceniać to, co już mamy, a wszystko, czym się otaczamy bardzo szybko traci na swojej wartości. Wciąż chcemy więcej. Małe rzeczy, na które obecnie nie zwracamy większej uwagi, kiedyś były jednymi z najbardziej pożądanymi.

W świecie globalizacji, w którym wszystkie produkty i nowości z zagranicy są sprowadzane do większości krajów, w zasadzie nie ma rzeczy, których nie moglibyśmy kupić. Moja mama opowiadała mi, że kiedy była dzieckiem, jej tata, wróciwszy z Ameryki, przywiózł jej w prezencie lalkę Barbie. To była jej najcenniejsza zabawka, więc bardzo o nią dbała i nie mogła się nią nacieszyć. Obecnie to raczej rzadko spotykane zjawisko, aby dziecko umiało tak bardzo cieszyć się z prezentu. Dzisiaj prędzej prosi o kolejny i kolejny.

Następna sprawa, o której wato wspomnieć, to zacieranie się różnic w sposobie i stylu życia charakterystycznego dla poszczególnych krajów. Będąc na mieście bez trudu znajdziemy restaurację czy bar z kuchnią włoską, azjatycką, meksykańską, itd. Nie musimy odwiedzać tych krajów, by zasmakować kulinariów charakterystycznych dla tych miejsc – wszystko mamy u siebie.

Jeszcze niedawno, patrząc na strój człowieka, mogliśmy z łatwością określić jego pochodzenie lub miejsce zamieszkania. Poszczególne regiony geograficzne wyróżniały się. Obecnie produkowane na ogromną skalę w tzw. sieciówkach ubrania dostępne prawie na całym świecie. Nie da się zatem określić stylu dla danego obszaru – wszyscy ubieramy się bowiem, w mniejszym lub większym stopniu, tak samo...

Ważnym aspektem naszej rzeczywistości jest postęp technologiczny. Coraz częściej

korzystamy ze sztucznej inteligencji. Dzięki niej życie człowieka staje się o wiele łatwiejsze, zyskujemy więcej czasu dla siebie. Nie wszyscy jednak potrafimy dobrze go wykorzystać. Dla wielu z nas sposobem na nadmiar wolnego czasu jest spędzanie go w wirtualnym świecie. Obumiera z tego powodu komunikacja międzyludzka, która jest podstawową potrzebą każdego człowieka.

Internet – wspaniały owoc postępu technologicznego to nasze zbawienie czy może zguba? Dzięki internetowi wszystkie informacje dostarczane są do nas błyskawicznie, obiegają cały świat. Nie zajmie to więcej niż kilkanaście minut, aby dowiedzieć się, co się dzieje w danym kraju. Ten natłok wiedzy nie zawsze jednak dobrze na nas wpływa. Często zdarza się, że trafiamy na powszechne w internecie *fake news'y*, które stają się jedynie przyczyną niepotrzebnych trosk i stresów.

Jaką cenę musimy płacić za rozwój technologiczny świadczą katastrofy ekologiczne: emisja gazów cieplarnianych, huragany, powodzie, trzęsienia ziemi, itp. Z powodu zanieczyszczenia wód i lasów następuje degradacja środowiska naturalnego, wymiera wiele gatunków zwierząt i roślin.

Na koniec warto wspomnieć o ogólnoświatowym problemie, z jakim boryka się ludzkość – pandemii Covid-19. To też w pewnym sensie cena, jaką płacimy za globalizację, która z jednej strony czyni świat otwartym dla wszystkich, a z drugiej – sprzyja rozprzestrzenianiu się groźnych chorób!

Za mało mam wiedzy, aby rościć sobie prawo do oceny świata, w którym żyję. Bardzo bym chciała wierzyć, że postęp technologiczny działa dla dobra ludzkości, ale jednocześnie jestem pełna obaw, aby nie zadziałał przeciw niej.



Iga Jurek

What can fly without wings?

Time is something that is present in our daily life and sometimes we do not pay the right attention to it, but it's very important to know how to manage it and learn how to take advantage of it. But what exactly *is* time?

The Cambridge dictionary defines time as „the part of existence that is measured in minutes, days, years, etc., and this process considered as a whole, so we can understand time as the indefinite continued progress of existence and events in the past, present, and future.“ Time's starting point is around 13.8 billion years ago, when the Big Bang occurred and the end is unknown. If the universe keeps expanding forever, time would continue, and our timeline would end if a new Big Bang occurs and new time would begin

The way we see the time going is called time perception and it is determined by some factors like the memory and the action we are paying attention to. So when we do an absorbing activity that occupies all our attention, time seems to go quickly. This can also happen when we are having a good time. However when we feel bored, sick or we are waiting for something or someone, time seems to go slowly.

As we know the most important and valuable supply in anyone's life is time. Managing time wisely allows us to create wealth, earn new talents and expand our intelligence. How we use our days is how we use our life. If we waste it and dedicate it to activities that don't contribute something to our most important goals in the day, month or year, the goals will take longer. To take advantage of the time we need to use a time planning method, that consists of organizing our tasks in order of priorities, knowing that we have a certain time to complete them, setting goals and objectives, finally creating an action plan to achieve them. There are a lot of techniques

for time planning like The Eisenhower Matrix that consists of separate actions based on four possibilities.

1. Urgent and important (tasks that you can do immediately).
2. Important, but not urgent (tasks you can schedule to do later).
3. Urgent, but not important (tasks you can delegate to someone else).
4. Neither urgent nor important (tasks that you can eliminate).

Or GTD method (Getting Things Done) that aims to avoid delay work, we can apply it by making our to-do list and organize them by priority and time to complete; specifying those that take you less than two minutes, then define how and when the rest of the tasks will be done and organize your time to know in advance how long each task will take and what do you need to do it.



Here some amazing fun facts about time:

- The strontium atomic clock is the most accurate clock ever built.
- At the top of Mount Everest, a year would be about 15 microseconds shorter than at the sea level.

- Oxford University is older than the Aztecs.
- On Mercury, a day is two years long
- There are total 31,557,600 seconds in a year.
- Horology is the scientific study of time.
- If we compressed the entire history of the Earth into a single

year, the modern human would only appear in the last minutes of December 31st. The human race has lived on Earth for only 0.004% of the planet's history.

- The day does not last 24 hours. The Earth rotates once every 23 hours, 56 minutes, and 4.2 seconds.

■ Sofia Vazquez Hernande

Widzialno niewidzialni

W życiu polegamy na wszystkich naszych zmysłach – wzroku, słuchu, smaku, dotyku oraz węchu. Nie da się jednoznacznie stwierdzić, który jest najważniejszy, najpotrzebniejszy; każdy w nieoceniony sposób ułatwia nam funkcjonowanie i przetrwanie. Na pewno większości ludzi trudno jest wyobrazić sobie życie bez wzroku, ponieważ zwyczajnie jesteśmy od niego w ogromnym stopniu zależni. Jednak są wśród nas osoby, które nie mając innego wyjścia, muszą radzić sobie bez niego. W jaki sposób ludzie niewidomi potrafią działać i żyć wśród społeczeństwa, nie posiadając możliwości obserwacji?

Nikt, kto widzi, nie może sobie w pełni uświadomić, jak wygląda życie osób niewidomych, jak żyją i odbierają otaczający nas świat. Jednak, mimo różnych przeciwności, oni także w jakiś sposób przemieszczają się po ulicach, robią zakupy, chodzą na spacer. Wykonują te wszystkie czynności, nie widząc otaczających ich przeszkód, które mimo tego sprawnie omijają.

Nasze społeczeństwo z biegiem lat coraz bardziej zaczyna dostrzegać problematykę życia osób, które nie mogą widzieć i starają się w pewnym stopniu ułatwić im walkę o przetrwanie w miejskich spędach. Przykładem tego są światła przy przejściach dla pieszych, które oprócz zmiany kolorów nadają sygnały dźwiękowe, mające na celu ułatwienie rozróżnienia, czy światło jest odpowiednie do bezpiecznego przejścia przez ulicę.

Rozwój w tym kierunku możemy również zauważyć w miejscach kultury, takich jak muzea czy wystawy. Oprócz audio przewodników, którzy dokładnie opisują wygląd „oglądanego” dzieła, często możemy zauważyć tabliczki napisane alfabetem Braille’a, dzięki czemu osoby niewidome mogą samodzielnie przeczytać kilka słów na temat, który je interesuje. Chociaż niewątpliwie staramy się pomóc i ułatwić życie takim ludziom, nigdy tak naprawdę nie będziemy w stanie nawet wyobrazić sobie tego, przez co przechodzą i jak wielką trudność im to sprawia. Możemy jednak próbować! Świetną okazją do zrozumienia, chociaż w pewnym stopniu, jak wygląda życie niewidomych jest zwiedzenie „Niewidzialnej wystawy”, którą od kilku lat można „zobaczyć” i odwiedzić w Warszawie.

Podczas wycieczki, niewidomy przewodnik prowadzi ludzi przez pokoje symulujące miejsca

codzienne – może być to ulica lub zwykła kawalerka. Całą esencją tego doświadczenia jest całkowiata ciemność otaczająca zwiedzających – nie widać tam nic, oprócz czerni, otaczającej z każdej strony. Chodząc po tych pokojach możemy przekonać się, jak wyglądają codzienne wyzwania osób niewidzących. To doświadczenie ma na celu nie tylko uświadamianie ludziom trudności, z jakimi mierzą się takie osoby, ale także powoduje, że stajemy się bardziej wrażliwi na konsekwencje życia niewidomych.

Kilka lat temu obie miałyśmy możliwość uczestniczenia w tej wystawie. Oprowadzający nas przewodnik opowiedział, że czasami przychodzą do nich dorośli, którzy nie dają rady przejść wszystkich pokoiów i wychodzą wcześniej, przytłoczeni trudnościami, z którymi wielu ludzi, w każdym wieku, przez całe życie musi sobie radzić. Takie historie pokazują jedynie, że pomimo powolnego nabierania

świadomości społeczeństwa o niepełnosprawności, w dalszym ciągu jest ona zdecydowanie za mała. Ta wycieczka jednak budzi w nas jeszcze inną świadomość, a mianowicie świadomość własnych zmysłów. Świat bez działającego prawidłowo widzenia jest zupełnie inny, ale dalej warty poznania, bowiem gdzie zanika rola oczu, w zastępstwie pozostałe zmysły działają znacznie sprawniej: zapach staje się wyostrojony, smak intensywniejszy, a dotyk zdecydowanie dokładniejszy. Jest to niewątpliwie wspaniała lekcja poznania możliwości naszego ciała.

Jak widać, wnioski i przeżycia z jednej wystawy mogą być zupełnie różne, ale z jednym, jako uczestniczki, możemy się zgodzić: warto poświęcić godzinę na taką naukę, gdyż jest ona w stanie wnieść wiele do naszego życia, co będzie owocowało w naszej przyszłości i przyszłości społeczeństwa.

■ Helena Mazurek i Kamila Darczyńska

Ja i mój patriotyzm. Wasz głos i nasza analiza

Biada, kto daje ojczyźnie pół duszy, a drugie pół dla szczęścia zachowa.” – grzmiał wieszcz Słowacki. „Człowiek rodzi się nie sobie, lecz dla swojej ojczyzny.” – w podobnym tonie Andrzej Frycz-Modrzewski. „Ojczyzna to wielki zbiorowy obowiązek.” – dotożył do głosów kolegów Cyprian Kamil Norwid. Piękne to i patetyczne słowa, które rozgrzewały serca Polaków kilkaset lat temu, ale czy wciąż trafiają do wyobraźni współczesnych odbiorców? Można by zasięgnąć języka u socjologów czy innych specjalistów przemian w społeczeństwie, ale po co uciekać się do takich środków, jeśli młodzi ludzie sami mogą mówić za siebie swoim głosem? Właśnie dlatego poprosiliśmy Was, uczniów, o opinię w sprawie nowoczesnego patriotyzmu i postaw obywatelskich.

Pierwszym pytaniem zadany ankietowanym było: „Czym jest dla Ciebie ojczyzna?”. Zdecydowana większość odpowiedzi oscylowała wokół pojęć takich jak: dom, miejsce zamieszkania, kraj urodzenia, ziemia przodków. Odpowiedzi z tej kategorii były zazwyczaj szczątkowe, kilkuwyrazowe – można z tego wydedukować, że ojczyzna nie jest dla

większości respondentów czymś bliskim, ani nie wiążą się z nią jakieś oczywiste konotacje. Niektóre odpowiedzi wychodziły poza utrwalony schemat i zauważały, że ojczyzna nie musi się wiązać z konkretnym kawałkiem ziemi; mogą ją tworzyć rodzina, przyjaciele, kultura, szerzej pojęta wspólnota czy historia. Około (wciąż sptywają Wasze odpowiedzi) 13% ankietowanych

ma zdecydowanie negatywne zdanie o ojczyźnie, zarówno w wymiarze pojęciowym jak i rzeczywistym. Te osoby uważają swój ojczysty kraj za udrękę, swego rodzaju ograniczenie, przeszkodę w realizowaniu siebie, miejsce, w którym wszyscy powinni czuć się bezpiecznie, a tak nie jest. Ta liczba może być jednak zaniżona, gdyż należałoby zakładać, że te osoby, które odpowiedziały na pytanie w sposób szczątkowy, chciały w ten sposób zaznaczyć, że ojczyzna już dawno przestała mieć dla nich większe znaczenie. Wiązać się to może z faktem, że przedstawiciele obozu rządzącego ostatnio zdehumanizowali osoby nieheteronormatywne, a za miejsce odpowiednie dla kobiet uznali kuchnię. Jednocześnie ok. 13% respondentów miało zdecydowanie pozytywne skojarzenia dotyczące ojczyzny; w ich odpowiedziach pojawiały się sformułowania takie jak: przywiązanie emocjonalne, miejsce bezpieczne, akceptacja czy sentyment. Jednak w porównaniu z ilością uczniów niezbyt przychylnie patrzących na kraj ojczysty i tych w stosunku do niego obojętnych, optymiści zdają się być w mniejszości.

A czy młodzi uważają się za patriotów i co w ogóle to pojęcie dla nich znaczy? Mniej więcej tyle samo uczniów na pytanie odpowiedziało konsekwentnie: tak lub nie, później następowało krótkie uzasadnienie. Osoby z pierwszej grupy definiowały patriotyzm jako miłość do ojczyzny, chęć walki o dobro kraju, interesowanie się jego sprawami, kultywowanie tradycji, a nawet poświęcenie dla dobra wspólnego. Często występującą odpowiedzią było uczestnictwo i pamięć o świętach państwowych oraz szacunek do symboli narodowych (niemal jak w piosence zespołu T.Love: „Ojczyznę kochać trzeba i szanować /Nie deptać flagi i nie pluć na godło”). Z kolei ankietowani, którzy nie uważają się za patriotów za powód swojej odpowiedzi podają brak przywiązania do kraju, niezadowolenie z obecnej władzy, rozczarowanie

nierespektowaniem praw wszystkich obywateli. Wielu respondentów przyznało, że nie identyfikuje się z utrwalonym wzorcem patrioty i jest im trudno jednoznacznie odpowiedzieć na to pytanie. Pojawiły się również rozgraniczenia na patriotę/ patriotkę lokalnego, czyli osobę interesującą się sprawami swojej lokalnej społeczności, dzielnicy, miasta. Część ankietowanych wyraziło szacunek i szczerze zainteresowanie sprawami kraju z zaznaczeniem, że nie zgadzają się z politycznym kierunkiem objętym przez Polskę, a postawę obywatelską rozumieją także jako (tutaj cytata) – „sprzeciwianie się władzy, gdy widzę, że ojczyzna moja jest niszczona.”

O ile poprzednie tematy wywołały sporo kontrowersji, to muszę przyznać, że przy pytaniu o polskie symbole narodowe było dosyć spokojnie, może ze względu na pozorną oczywistość odpowiedzi. Większość respondentów postawiło na przeróżne kombinacje zestawu: godło, flaga i hymn, które są jak najbardziej poprawne. Jednak dużo ciekawsze są odpowiedzi mniej oczywiste, nawiązujące do tożsamości narodowej Polaków (m. in. pierogi, torba z Tesco) czy do mentalności lub religii (nie wiedziałam na przykład, że św. Maryja jest polskim symbolem narodowym). Jeden/ jedna z ankietowanych, zapewne w celach humorystycznych, uznał/ uznała za symbole narodowe Michałki z Wawelu, karpia z Lidla oraz wódkę „Soplica”. Wbrew pozorom nie są to błędne założenia – kto wie, czy to nie właśnie powyższe artykuły spożywcze definiują lepiej współczesne polskie społeczeństwo, niż trochę abstrakcyjne godło, hymn i flaga. Kilka osób do symboli dołączyło Syrenkę warszawską, prawdopodobnie pragnąc podkreślić swoje przywiązanie do stolicy oraz jej ważność w stosunku do całego kraju. W części odpowiedzi pojawiają się również tradycja, zabytki oraz ważne wydarzenia historyczne.

W ostatnim pytaniu chcieliśmy dowiedzieć się, czy młodzi widzą potrzebę wprowadzenia do szkół Edukacji Obywatelskiej jako osobnego przedmiotu, który uczyłby postaw obywatelskich i zachowań patriotycznych. Około 18% ankietowanych stwierdziło, że byłoby to dobry pomysł, gdyż polska młodzież musi pielegnować w sobie miłość do ojczyzny i budować swoją tożsamość narodową. Pozostałe głosy stawiały do tej odpowiedzi w radykalnej opozycji; większość respondentów nie chciałaby widzieć w swoim planie lekcji Edukacji Obywatelskiej. Za powód swojej decyzji podawali najczęściej przetadowanie materiałem nauczania, w którym nie znalazłoby się miejsca na dodatkową lekcję. Inni zauważali, że funkcję takiego przedmiotu pełnią po części historia i WOS, choć temat patriotyzmu nie jest podejmowany na tych zajęciach ani często, ani szczególnie ciekawie. Wielu ankietowanych wyraziło obawę, czy Edukacja Obywatelska nie stanie się kolejnym narzędziem w rękach propagandy oraz czy byłaby prowadzona w sposób wyczerpujący temat, ciekawy i

zostawiała pole na swobodną dyskusję. Ciekawy wątek stanowią również osoby, które w swoich odpowiedziach sugerowały, aby lekcje religii zastąpić EO, które ich zdaniem będzie bardziej wartościowe dla młodych ludzi.

Na zakończenie chciałabym bardzo podziękować wszystkim osobom, które zdecydowały się podzielić z nami swoim zdaniem na temat nowoczesnego patriotyzmu; w chwili, gdy wysyłam ten artykuł do korekty mam równo 82 Wasze odpowiedzi. Już sama to liczba przeczy niepochlebnym opiniom o młodym pokoleniu, które ma się jakoby tylko ogłupiać smartfonami i przejmować jedynie liczbą lajków pod swoim postem na portalu społecznościowym. Nie! Jestem przekonana, że rośnie nam nowe wspaniałe pokolenie ludzi świadomych swoich przywilejów i obowiązków w stosunku do ojczyzny, ale też potrafiących krytycznie patrzeć władzy na ręce; a gdy zajdzie taka potrzeba wyjść na ulicę i domagać się swoich konstytucyjnych praw.



Antonina Stepińska

Z Życia Samorządu

- Filip Wojas z klasy 2Bs został naszym Rzecznikiem Praw Ucznia. Powstał dedykowany mail, na który Uczniowie mogą wysłać swoje pytania i rozwiązać wszelkie wątpliwości.
- Ruszył projekt pod tytułem „Pomoc Uczniowska”, który polega na wzajemnej pomocy między uczniowskiej, na przykład w nauce.
- Odbył się nieoficjalny „Tęczowy Piątek” podczas, którego chętni uczniowie założyli kolorowe elementy ubioru na e-lekcjach.
- Przeprowadzono ankietę wśród Uczniów na temat tego co by chcieli w szkole lub co chcieliby odmienić itp.
- Powstały postulaty jak można by było zmienić wygląd e-lekcji (sytuacja jest rozwojowa).



Maciej Woźniak

„Tylko się lenisz!!”, czyli jak przeżywamy izolację

Po wiosennej kwarantannie wszyscy wiemy, jak męczące i uciążliwe może okazać się spędzenie całych dni w domu. Dlaczego tak się czujemy i co może poprawić nasze samopoczucie?

Wymuszona przez pandemię sytuacja odosobnienia budzi w nas ogrom emocji – niestety w większości negatywnych, często powodujących stres. Najczęściej pojawiać się będzie poczucie odizolowania, osamotnienia, bezradności, a także spadek motywacji do jakichkolwiek działań. Pojawia się również lęk związany z niepewnością jutra oraz mnóstwo pytań, aktualnie bez odpowiedzi: Ile to jeszcze potrwa? Czy spotka nas choroba? Jak świat będzie wyglądał po powrocie do „normalności”? Brakuje nam przewidywalności oraz poczucia bezpieczeństwa, a media, podając w sensacyjny sposób informacje, potęgują niepokój i frustrację. Czujemy się, jakby ktoś usunął nam grunt spod nóg, co rodzi bunt. Jednak zaakceptujmy, że te odczucia są całkiem naturalne. Powinniśmy pamiętać, że nad emocjami możemy w jakimś zakresie panować, dlatego szukajmy rozwiązania, które zminimalizuje negatywne odczucia.

Spróbujmy nieco zmienić tok myślenia. Nie skupiajmy się na tym co złe – to tylko pograża i nasila moc szkodliwych uczuć, które już poznaliśmy (i z przyjemnością je pożegnamy). Pomyślmy o tym czasie odosobnienia jak o wyzwaniu, nowym doświadczeniu. Wbrew pozorom taka izolacja może rozwinąć w nas kreatywność, pomóc nadrobić zaległości czy obowiązki odkładane dotychczas w czasie, którego paradoksalnie nam brakowało. Cóż, teraz ta wymówka nie jest już aktualna... Zastanówmy się na nowo nad wartościami, którymi chcemy się kierować i zauważmy, jakimi priorytetami się kierujemy. To czas dla nas, naszych rodzin i bliskich. Dbajmy o siebie nawzajem, bądźmy życzliwi i wspierający. Każdy z nas na swój sposób przeżywa tę sytuację, dlatego warto poświęć

kilka minut na przegadanie rodzinie naszego dnia, samopoczucia. Może właśnie nadarza się okazja do poprawienia kontaktu z którymś domownikiem? Oprócz tego, bardzo pomocne jest zachowanie struktury dnia. Po długim czasie spędzonym w czterech ścianach, coraz trudniej jest nam odróżnić poprzedni dzień od kolejnego. Wstanie rano na lekcje po maratonie Netflixu albo „ostatnim rozdziale” wymaga bardzo dobrego powodu i solidnej dawki samodyscypliny, ale wprowadzenie pewnej rutyny dnia może te osobiste wyzwania ułatwić. Zaplanowanie i sporządzenie listy obowiązków lub zajęć da nam poczucie kontroli i dodatkowej motywacji. Ta technika, znana z terapii poznawczo-behawioralnej, sprawdza się u dużej ilości osób. (Oprócz tych zalet pokoje niektórych mogą nabrać niezwykle oryginalnego wydźwięku, obklejone kolorowymi karteczkami...) Odhaczając kolejne punkty, widzimy, że czas nie przecieka nam przez palce – wykorzystujemy go produktywnie. Odrobina satysfakcji jest przecież zawsze mile widziana.

Człowiek ma naturalną zdolność adaptacji i dostosowania się do spotykających go kryzysów, czy trudności. Szukamy rozwiązań i możliwości przetrwania cięższych czasów. Izolacja to dla nas ogromna próba, ograniczająca większość aspektów naszego życia, w szczególności ten społeczny. Wierzymy, że posiadamy siłę, by tę próbę przetrwać. Będzie ona lekcją, z której wyciągniemy jak najwięcej na przyszłość. Pamiętajmy, że sytuacja ta jest z pewnością czasowa, a słowami otuchy niech będzie cytat naszej noblistki, Wiestawy Szymborskiej: *„Czemu ty się zła godzino, z niepotrzebnym mieszasz lękiem? Jesteś – a więc musisz minąć. Miniesz – a więc to jest piękne”*

Róża K.

Jak widzę Patriotyzm? Kim dla mnie jest Patriotą?

W dzisiejszym świecie to pojęcie ma wiele twarzy. Zdaje się, że każdy człowiek ma inne podejście do tego tematu. Niektórzy uważają, że jak jesteś Polakiem to musisz być patriotą i nie ma innej opcji. Są tacy, co twierdzą, że jest to totalnie niepotrzebne i wręcz się trzeba wstydzić stwierdzenia: „Jestem patriotą”. No i są tacy, którym jest to obojętne i nie opowiadają się po żadnej stronie. Pytanie brzmi, jak ja to widzę? Jak moim zdaniem powinien wyglądać nowoczesny patriotyzm i kiedy mogę powiedzieć, że jestem patriotą?

Rzecz, bez której nie ruszymy, to na pewno „to uczucie”. Uczucie, którego nie możemy kupić czy zdobyć od tak. To miłość i poczucie przywiązania do tradycji oraz ojczyzny. To więź, która wynika z człowieka tak po prostu. Mam swoją Polskę i czuję się Polakiem.

Wydaje mi się, że solidnym gruntem tego poglądu jest znajomość historii Polski. Od razu uprzedzam, nie chodzi mi tu o powtarzane truizmy – „Patrz, Wielka Husaria” albo „Gdyby nie Polacy to Anglicy przegrali by wojnę”. Nie znaczy to też, że nie można być dumnym z dokonań przodków i ich osiągnięć. Przede wszystkim chodzi mi tutaj o fundamentalną wiedzę i znajomość dat oraz wydarzeń, które miały największy wpływ na kształtowanie się naszego kraju. Radość z sukcesów pradziadów jest tak samo ważna jak umiejętność wyciągania wniosków z tych mniej ciekawych wydarzeń. Człowiek znający przeszłość swojego kraju będzie w stanie, bazując na własnym rozumie i przemyśleniach, tworzyć lepsze jutro swojej ojczyzny. Co również istotne będzie mógł obronić jej historię przed obelgami, nieprawdziwymi informacjami lub zwykłymi kłamstwami, takimi jak na przykład „polskie obozy śmierci”.

Kolejnym ważnym narządem organizmu pod tytułem „patriotyzm” jest postawa obywatelskości. Tutaj akurat się chyba wszyscy zgodzimy. Patriotą musi znać prawo obowiązujące w Polsce. Być zaznajomiony ze swoimi wolnościami oraz prawami. Poza

przyjemnościami musi znać swoje obowiązki wobec państwa takie jak: płacenie podatków, wierność ojczyźnie, czy głosowanie w wyborach i referendach. Patriotą w ramach postawy prawdziwego obywatela powinien uczestniczyć w życiu społecznym narodu oraz działać w różnych organizacjach pożytku publicznego. Dobro kraju i jego mieszkańców jest priorytetem każdego patrioty, a promocja postawy obywatelskości oraz wzrost kultury politycznej są w tym temacie kluczowe.

Teraz przedstawię postawę, która profesjonalnie nazywa się „patriotyzmem gospodarczym”. Wydaje mi się, że jest istotna i wyróżnia się na tle innych, szczególnie w tej wyjątkowej sytuacji koronakryzysu. Jak wiemy kolejne sektory gospodarki są zamykane, biznesy padają, ludzie tracą pracę, a polscy przedsiębiorcy zostają bez pomocy. Co w takiej sytuacji może zrobić patriotą, aby pomóc? Lekarstwo jest proste – kupować polskie produkty oraz korzystać z polskich usług. Wystarczy w sklepie wybrać na przykład polskie mleko zamiast niemieckiego, czy rodzimy sok zamiast amerykańskiego. Nawet tak małe i proste działania, mogą przyczynić się do uratowania czyjegoś biznesu. Nie tylko w trakcie kryzysu można działać na rzecz polskiej gospodarki. Będąc za granicą, odwiedźmy czasem polski sklep z rodzimymi produktami lub polećmy obcokrajowcom dobra z kraju nad Wisłą, które są warte kupna. Wzrost gospodarczy podziękuje nam za naszą dbałość.

Na koniec jeszcze taka mała dygresja do cech „mojego patrioty”. Taka osoba powinna moim zdaniem umieć postąpić się poprawną polszczyzną. Zarówno mówioną jak i pisaną. Umiejętność napisania odpowiedniego „u” czy postawienia w dobrym miejscu przecinka, wpisuje się chyba w szacunek do swojego języka. Prawda?

Można by było wymienić więcej cech i elementów takiego „Giga-Patrioty”, ale te dla mnie stanowią taką podstawę tego poglądu. Oczywiście każdy ma inną wizję swojego patrioty. Pamiętajmy o powiedzeniu, że w Polsce jest 38 milionów różnych opinii na wszystkie tematy :).

■ **Maciej Woźniak**

Tylko 1% ludzi może dostrzec ten kolor!!!

Każdy z nas zapewne natknął się chociaż raz na takie tytuły filmów na YouTube. Często reklamują one klipy, które powinny, w dość prymitywny i naciągany sposób, testować naszą spostrzegawczość; to czy widzimy wszystkie barwy, jak dobry mamy wzrok oraz inne tego typu zagadnienia. Oczywiście nie wskazują one na nic, ponieważ przez ekran kolory trochę się zmieniają, ale i tak wiele osób to właśnie przez ich pryzmat postrzega to, jak wyglądają wszelakie zaburzenia widzenia. Jak jednak jest naprawdę?

Według raportu WHO na krótkowzroczność, nadwzroczność, jaskrę, zaćmę i inne zaburzenia wzroku cierpi ponad 2,2 miliardy, a na samą ślepotę barw ponad 663 miliony ludzi na świecie. Mimo ogromnych liczb tak naprawdę dość mały odsetek osób wie trochę więcej na ten temat.

Krótkowzroczność

Zacznijmy może od czegoś dość oczywistego i najbardziej znanego. Miopia, czyli inaczej krótkowzroczność lub, jak mówimy potocznie, bliskowzroczność to wada wzroku, która polega na wyraźnym widzeniu przedmiotów znajdujących się blisko, natomiast te znajdujące się daleko wydają się zamazane. Występowanie krótkowzroczności często ma podłoże genetyczne, jednak w dzisiejszych, pełnych elektroniki czasach, zdecydowana większość osób nabywa ją podczas swojego życia. Istotą miopii jest to, że promienie świetlne wpadające do oka ogniskują się przed siatkówką zamiast na niej, jak ma to miejsce w przypadku poprawnie funkcjonującego oka. Najczęściej jest to spowodowane złą budową naszego narządu

wzroku. Krótkowzroczność oczywiście można leczyć i korygować, poprzez specjalnie dobrane okulary czy soczewki, które możemy zauważyć u coraz większej liczby osób.

Nadwzroczność

Skoro omówiłam już krótkowzroczność, to wypadałoby także powiedzieć trochę o drugiej, kontrastującej z nią wadzie. Hiperopia, nadwzroczność lub z języka potocznego, dalekowzroczność to kolejna, dość często występująca wada wzroku. W przeciwieństwie, do wcześniej przytoczonej przeze mnie miopii hiperopia polega na wyraźnym widzeniu tylko tego, co znajduje się dalej od nas, natomiast obiekty położone bliżej naszej osoby mogą wydawać się rozmazane. Jednakże w przypadku wysokiej nadwzroczności mogą występować problemy z ostrym widzeniem obiektów w każdej odległości. Jeśli mamy tę wadę to promienie świetlne wpadające do naszego oka ogniskują się za siatkówką, zamiast na jej powierzchni. Jest to spowodowane zbyt płaskim kształtem rogówki, która wtedy jest zbyt mała w stosunku do długości gałki

ocznej. Podobnie jak w przypadku krótkowzroczności tutaj także, by skorygować swój wzrok ludzie noszą soczewki kontaktowe lub okulary.

Astygmatyzm

Każdy z nas na pewno chociaż raz usłyszał ten termin, w końcu astygmatyzm to statystycznie jedna z najczęstszych chorób wzroku na świecie, jednak czy potrafimy powiedzieć co on znaczy? Astygmatyzm, zwany również nieźornością, to wada powodująca zniekształcenie, rozmycie widzenia. Powoduje on różną siłą załamania się równoległych promieni świetlnych w dwóch różnych płaszczyznach układu optycznego oka. Wiązka światła, wpadając do oka, zamiast ogniskować się w jednym punkcie, tworzy linię. Tak naprawdę nie do końca możemy stwierdzić co wywołuje nieźorność, ze względu na różnorodność czynników, które zaobserwowano podczas jej rozwoju. Przypuszcza się jednak, że najczęściej, tak jak większość chorób wzroku, jest ona dziedziczna. Ustalono również, że może być ona wywołana przez takie czynniki jak wady anatomiczne, urazy mechaniczne oka czy zwyrodnienia. Astygmatyzm na szczęście możemy leczyć – jest na to nawet kilka sposobów. Przede wszystkim tutaj również możemy korygować wzrok poprzez soczewki kontaktowe czy okulary, jest również opcja wykonania zabiegu laserowego (nacięcie rogówki), ale na to można sobie pozwolić dopiero od 20 roku życia.

Jaskra

Mimo mniejszej rozpoznawalności tej choroby jest ona niezwykle niebezpieczna. Jaskrę tak naprawdę niezwykle trudno jakkolwiek zdefiniować, a co dopiero leczyć. Mianem jaskry możemy określić dość dużą grupę chorób, które nieleczone powodują zanik nerwów wzrokowych, a co za tym idzie, nieodwracalną ślepotę. W skład zaburzenia, które kryje się

pod terminem jaskry wchodzi kilkanaście chorób. Każda z nich ma inne przyczyny, objawy czy wymagania dotyczące leczenia. Ich wspólną cechą jest to, że każda prowadzi do zaniku nerwów i całkowitej ślepoty. Najczęściej jaskra jest przekazywana dziedzicznie – jeśli masz w rodzinie kogoś, kto miał jaskrę, prawdopodobieństwo, że ty również będziesz ją miał wynosi aż 70%! Bardziej zagrożone wystąpieniem jaskry są również osoby z nadciśnieniem tętniczym lub ze zbyt niskim ciśnieniem krwi, cukrzycą, migrenami oraz te osoby, które są przewlekłe leczone sterydami. Jaskra, mimo tego, że jest niezwykle niebezpieczna, często na samym początku nie daje żadnych objawów, dlatego też często jej wykrycie jest z reguły przypadkowe podczas kontrolnej wizyty u okulisty. Dlatego też zalecane jest, by chociaż raz na jakiś czas udać się do sprawdzonego okulisty, żebyśmy mogli upewnić się, że nasze oczy są zdrowe. Leczenie jaskry z reguły jest oparte na przyjmowaniu leków, które obniżają ciśnienie wewnątrz gałki ocznej oraz takich, które zmniejszają produkcję płynu wewnątrz oka.

Zaćma

Zaćma, znana także pod nazwą katarakta, to według Światowej Organizacji Zdrowia najczęstsza przyczyna upośledzenia narządu wzroku, która może doprowadzić do całkowitej utraty widzenia. Jest to dość charakterystyczna choroba – można ją poznać po tym, że cała źrenica ma mętny, biało szary kolor, jest wręcz zamglona. Zamglona źrenica sprawia, że ilość światła docierająca do soczewki chorego nie będzie wystarczająca przez co widziany przez niego obraz będzie nieostry.

Zaćma zasadniczo dzieli się na dwie grupy: wrodzoną i nabytą. Pierwsza z nich rozwija się już w okresie prenatalnym (czyli od powstania zygoty do narodzin dziecka) i przez pierwsze lata życia dziecka. Zaćma nabyta natomiast

może rozwinąć się na skutek cukrzycy, atopowego zapalenia skóry, czy różnych urazów, czy stanów zapalnych oczu. Niestety na ten moment nie znamy żadnych sposobów, dzięki którym moglibyśmy zapobiegać katarakcie. Istnieje również tylko jedna metoda jej leczenia, a mianowicie operacja. Zabieg taki polega na wszczepieniu pacjentowi syntetycznej soczewki (uprzednio również rekonwalescent jest poddawany fakoemulsyfikacji, czyli rozbięciu zmętniałej soczewki, bez tego nie dałoby się wsadzić nowej).

Ślepota barw

I w końcu doszliśmy do zaburzenia, do którego odwołałam się w tytule. Co prawda dość dużo osób rozpoznaje podstawowe zaburzenia takie jak daltonizm czy protanopia, ale tylko mały procent wie o tym, że jest tych zaburzeń o wiele więcej. Więc na czym polega każde z nich?

Zacznijmy może od tego co powoduje ślepotę barw. Tak jak w większości chorób dzieli się na zaburzenia nabyte i wrodzone. Jednak i w tym przypadku jest ona zazwyczaj wrodzona. To zaburzenie uwarunkowane jest bowiem genetycznie i dziedziczone recesywnie w sprzężeniu z chromosomem X, dzięki czemu najczęściej dotyczy mężczyzn. Kobiety mają bowiem dwa chromosomy X (XX) i jeśli jeden z znajdujących się na chromosomie X posiada zmianę, prawidłowy gen na drugim chromosomie X może zrównoważyć obecność zmienionej kopii. Duża liczba kobiet jest zatem nosicielkami ślepoty barw, nawet o tym nie wiedząc. Natomiast mężczyźni posiadają tylko jeden chromosom X (XY) i jeśli jeden z genów na chromosomie X mężczyźni ma zmianę, to nie ma drugiego genu, który mógłby to zrównoważyć. W takim przypadku mężczyźni zawsze będzie dotknięty chorobą. Jednak tak jak już powiedziałam nie zawsze to geny są przyczyną ślepoty barw. Zaburzenie to może być również wywołane poprzez uszkodzenie dróg

wzrokowych. Ślepota barw może również wystąpić jako efekt uboczny używania specyficznych leków czy zażywania narkotyków. Uszkodzenie rozpoznawania barw wynika z wadliwego lub całkowitego braku funkcjonowania czopków, czyli światłoczułych receptorów siatkówki oka. Czopki bowiem zawierają specyficzne błonowe białka receptorowe, które absorbują światło w rozlicznych zakresach długości fali, dzięki czemu umożliwiają normalne postrzeganie kolorów. U osób, których czopki nie działają, lub ich działanie jest zaburzone, występuje problem z widzeniem barw. Ślepotę barw możemy podzielić, ze względu na rodzaj uszkodzonych czopków oka i stopień ich uszkodzenia, na trzy główne grupy: dichromatyzm, trichromatyzm i monochromatyzm.

Zacznijmy więc od pierwszej z tych grup, a mianowicie dichromatyzmu. Mówimy o nim, kiedy następuje całkowity brak jednego z rodzajów czopków, co powoduje brak umiejętności rozpoznawania danego koloru lub mylenia go z innym. Wyróżniamy trzy podgrupy dichromatyzmu. Pierwszym z nich jest protanopia, czyli całkowite nierozpoznanie barwy czerwonej lub mylenie jej z zieloną. Kolejna podgrupa to deuteranopia, która jest dokładnym przeciwieństwem wspomnianej na początku inkluzji, a mianowicie cierpiący na nią ludzie nie potrafią rozpoznać barwy zielonej i często mylą ją z czerwoną. Ostatnia z podgrup jest dość specyficzna, jeśli porównać ją do dwóch poprzedniczek. Mianowicie osoby cierpiące na tritanopię nie potrafią dostrzec barwy niebieskiej lub mylą ją z czernią. Specyficzne jest to z takiego powodu, że zarówno w protanopii jak i deuteranopii niebieski jest najbardziej wyraźnym kolorem jaki ludzie posiadający je mogą widzieć. Kolejną grupę – trichromatyzm – wyodrębniamy ze względu na różnicę wrażliwości na barwy jednego z rodzajów czopków. Podobnie tak jak

w poprzedniej dolegliwości tutaj również wyróżniamy trzy podgrupy, które są dość podobne do tych już wspomnianych. Jedyłą ich różnicą jest to, że tutaj nie chodzi o postrzeganie kolorów, a jedynie o obniżoną percepcję nasycenia i jaskrawości danych barw. I tak: protanomalia obniża możliwe do zobaczenia nasycenie i jaskrawość czerwieni, deuteranomalia robi to samo z postrzeganiem różnych odcieni zieleni, a tritanomalia wpływa na postrzeganie koloru niebieskiego. Ostatnią już i najrzadziej spotykaną grupą jest monochromatyzm. Szacuje się, że na świecie to zaburzenie posiada tylko 0,03% ludzi! Jest to wada, która uniemożliwia widzenie jakichkolwiek kolorów, wszystko jest czarno białe, niczym w

starym filmie. Mimo, że to zaburzenie brzmi dość jednoznacznie ono również dzieli się na podgrupy, tym razem jednak tylko dwie. Pierwszą z nich jest monochromacja czopków. Kiedy mamy z nią do czynienia w organizmie człowieka działa tylko pojedynczy system czopków, nie pozwala on na postrzeganie barw, ale oprócz tego wzrok jest w miarę normalny. Nie tak kolorowo jednak już jest przy achromatopsji, podczas niej bowiem, siatkówka oka nie zawiera żadnych czopków lub zawiera ich niezwykle mało, przez co poza niezdolnością widzenia barw występują również trudności w widzeniu przy normalnym świetle.

■ **Gabriela Mamaj**

Łamigłówka matematyczna

Czterej koledzy z klasy 1 g: Adam, Marek, Jacek i Wojtek, pisał w ostatni poniedziałek sprawdziany, każdy z innego przedmiotu (biologia, geografia, fizyka, chemia). Każdy z nich dostał inną ocenę (3+, 4-, 5+, 6). Kolejność przedmiotów i ocen została zapisana w losowej kolejności. Wiedząc, że:

- Marek nie dostał 4-.
- Klasówkę z fizyki pisał Adam albo Marek.
- Chłopiec, który dostał 4-, nie pisał klasówki ani z geografii ani z fizyki.
- Wojtek nie dostał najgorszej oceny spośród wszystkich kolegów, a Marek nie dostał najlepszej.
- Uczeń, który pisał sprawdzian z fizyki nie dostał ani 3+ ani 5+.
- Ani Jacek ani Marek nie pisali sprawdzianu z geografii.
- Najgorzej oceniona został sprawdzian z przedmiotu innego niż chemia.
- Ustal, który z chłopców pisał sprawdzian z geografii i jaką ocenę otrzymał.

Zadanie przygotowane przez prof. Iwonę Gruszecką we współpracy z Wydawnictwem Logi, a może i ty odczuwasz przyjemność z rozwiązywania łamigłówek i chciałbyś rzucić wyzwanie innym?

Twarda Sztuka

Skąpstwo

Czy już zdobyteś koronę świata?
Czy tron dzisiejszości ma się wygodnie?
Czy już mam zacząć odliczać lata,
Zanim ograniczysz wszystko na dobre?

Szok i strach, czy wielki czy najlżejszy,
Odbierzesz uśmiech nawet najmniejszy.
Każde krzyknięcie od nas zabierzesz,
Na kartki tży sprzedawać nam będziesz.

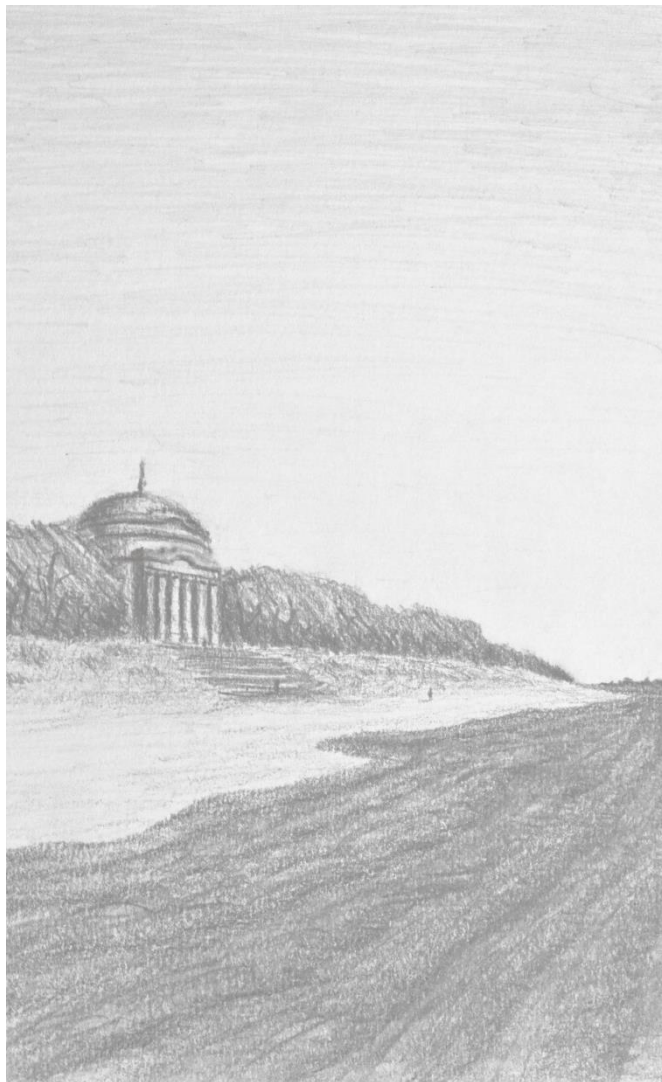
Wyliczać zaczniesz każde oddechy,
Bo tlen dla ciebie już zbyt drogocenny.
Chociaż potrafisz żyć sobie bez niego,
Jako, żeś skąpstwo, nie dasz, bo dłączego?

Nawet minuty dajesz na sztuki.
Zachowasz dla siebie czasu nauki.
Wmawiasz, że doba za krótka jest ludziom,
A oni biegają i pędzą, się trudzą.

Wierzą, że nie ma czasu, na rozmowy,
spotkania,
kłótnie, romanse, ludzkości doznania.
Nie poświęcą sekundy, a żyją wśród siebie
Bo ty ich nauczyteś, że potrzebują ciebie!

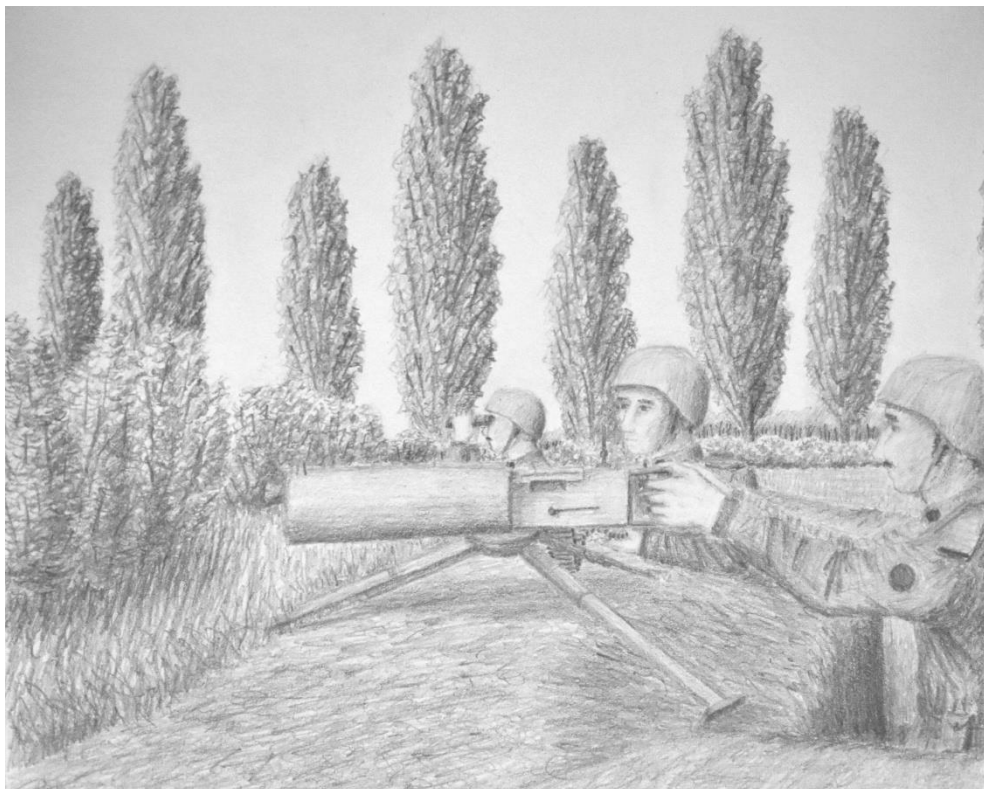
A ty się śmiejesz i patrzysz z perspektywy
wieku

Nawet nie pomyślisz o biednym człowieku,
Bo dla ciebie liczy się jedynie skarb,
Ale, bez człowieka, on nie jest nic wart.

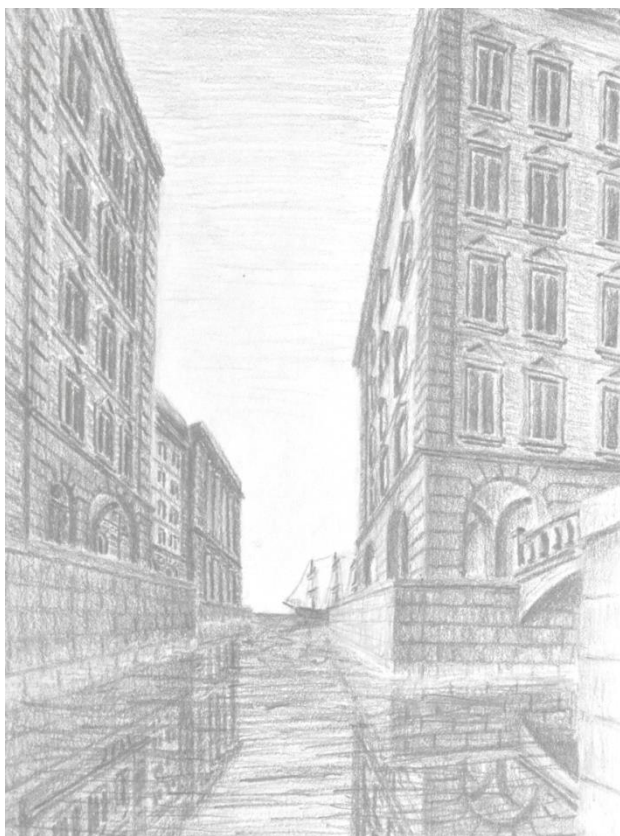


Autor rysunku: Łukasz Świech

Autorka wiersza: dalla



Autor rysunków: Łukasz Świech



Interesujesz się fotografią?

Zdarza ci się napisać wiersz,

opowiadanie czy piosenkę?

A może lubisz malować

lub rysować?

Chciałbyś/chciałabyś pochwalić

się swoim talentem, ale brak Ci

odwagi albo nie miałeś/aś jeszcze

okazji, by pokazać swoją artystyczną

duszę przed światem? Jeśli tak,

to ten dział jest idealny dla Ciebie.

Wystarczy tylko, że wyślesz Nam swoją pracę!

Czekamy na Wasze zgłoszenia (**również anonimowe**)

ADRES: twardzielkigazetka@gmail.com

TEMAT E-MAILA: TWARDA SZTUKA

ZOBACZ SWOJE POMYSŁY W GAZETCE



MASZ JAKIŚ
CIEKAWY POMYSŁ,
KTÓRY CHCIAŁBY
UJRZEĆ ŚWIATŁO
DZIENNE?

NAPISZ DO NAS: TWARDZIELKIGAZETKA@GMAIL.COM