



# Gazeta Królewska

Gazeta II Liceum Ogólnokształcącego z Oddziałami Dwujęzycznymi  
im. Świętej Królowej Jadwigi w Siedlcach

## W NUMERZE:

SŁOWO O ANDRZEJKACH  
str. 2

PERFORMANCE i  
ZASKOCZENIE  
str. 3

CZY PRACA MOŻE BYĆ  
PASJĄ?  
str. 3

KRÓLEWSKIE TALENTY  
TEATRALNE  
str. 4-5

WALKA O POPULARNOŚĆ  
str. 5

JAK DOBRZE KUPOWAĆ  
TELEFON?  
str. 6

HASTA LA VISTA, BABY!  
str. 6

TUNEL POD WISŁĄ  
str. 7

DIETA  
str. 7

SIEDLCE W PRZYSZŁOŚCI  
str. 8

CHEAP CHANGE  
str. 8



*Wyjątkowych  
chwil w  
andrzejkową  
noc życzy...  
redakcja  
Gazety  
Królewskiej*



## SŁÓW KILKA O ANDRZEJKACH - KAROLINA STEFANIUK

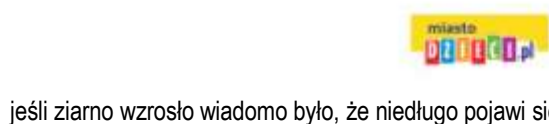


Andrzejki obchodzone są w nocy z 29 na 30 listopada i są ściśle związane z imieninami Andrzeja-30 listopada. Imię to pochodzi z języka greckiego-oznacza prawdziwego mężczyznę. Istnieje teoria, że to właśnie z tego kraju pochodzi andrzejkowy zwyczaj. Obrzędy andrzejkowe znane są głównie z XII w., jednak istnieją dowody, że tradycja ta jest jeszcze starsza. Andrzejki od kilku stuleci popularne były w Niemczech, Szwajcarii, na Słowacji, w Czechach, Rosji, na Ukrainie i Białorusi, w Rumunii, na Węgrzech i Litwie, w krajach śródziemnomorskich, a także na wyspach greckich. W Polsce obrzęd ten, a właściwie wzmianka o nim w literaturze, pochodzi z XVI w.

Dawniej w Polsce podczas andrzejek oczywiście wróżono, jednak robiły to wyłącznie niezamężne dziewczęta. Ciekawe były swego przyszłego małżonka oraz tego kiedy znajdą swą miłość. Wierzono, że tej nocy magiczne drzewi tajemnicę się otwierają i uchylają rąbka tajemnicy dotyczącej przyszłej miłości. Początkowo dziewczęta wróżyły samotnie, aby nikt prócz nikogo nie znał ich przyszłych losów. **Oto kilka dość specyficznych i szalenie interesujących ówczesnych zwyczajów:**

- ciekawskie kobiety cały dzień nic nie jadły, aby wraz ze zmierzchem pomodlić się do świętego Andrzeja, aby ten za ich gorliwość ukazał im obraz przyszłego mężczyzny

- zrywanie w święto Andrzeja gałązki wiśni bądź czereśni, jeśli gałąź zakwitła w Boże Narodzenie, oznaczało to szybkie nadejście miłości



- wysiewanie w ziemi ziarna lnu lub konopi, które grabione było męskimi spodniami, jeśli ziarno wzrosło wiadomo było, że niedługo pojawi się też ukochany.

**Możemy sobie tylko wyobrazić jaka wielka rozpacz, płacz i zgrzytanie zębów towarzyszyło paniom jeśli wróżby się nie sprawdziły. Z czasem jednak zwyczaje się zmieniły-panie więc odprawiały wróżby wspólnie!**

- losowanie przedmiotów o symbolicznym znaczeniu (Uwaga! Najbardziej niechciany przedmiot do wylosowania: różaniec=staropanieństwo)
- ustawianie butów dziewcząt od ściany do progu-but który jako pierwszy dotrze do progu wyznaczał tę, która jako pierwsza wyjdzie za mąż
- lanie wosku przez klucz do wody, aby następnie odczytać informacje o ukochanym (do jakiego zwierzęcia jest podobny, czy dobrze zbudowany, a może jednak chucherko?)
- dziewczęta ustawiały się w kole i wpuszczaly do środka gąsiora. Ta, którą gąsior skubnął jako pierwsza miała wyjść za mąż
- rzucanie psu jedzenia, czyli tej, której kawałek został zjedzony najpierw, wiadomo - jako pierwsza miała mieć męża.

Obecnie zwyczaje andrzejkowe nie są odprawiane już tak często jak kiedyś. Mają też nieco inną formę: wróży się oczywiście z wosku czy ustawiania butów, lecz nikt już raczej nie bierze tych wróżb całkowicie poważnie. Chyba, że są to dzieci, a Asia cieszy się, że wylosowała imię Patrysia jako miłości swego życia. Często zamiast wróżb udajemy się w ten dzień na imprezy czy bale. **Może dziewczyny w naszej szkole chcą wskrzesić zwyczaj związany z dziobaniem gąsiora?**



08-110 Siedlce  
ul. Starowiejska 12a

# www.centrumxero.pl

**NOWOŚĆ! WYDRUKI FOTO NA PŁÓTNIE xero, wizytówki, reklama, bindowanie, oprawa prac, skanowanie**

zaproszenia ślubne, studniówkowe, komunijne na chrzest ponad 1000 wzorów

# www.zaproszenia-online.com

## PERFORMANCE I ZASKOCZENIE - EMILIA OŁĘDZKA



swoich wystąpieniach mają na celu zaskoczyć i zmusić publiczność do refleksji. Gdybyśmy mieli oglądać wydarzenie artystyczne tego typu nie byłibyśmy w stanie przewidzieć co za chwilę może się stać a co nie może. Warto tutaj wspomnieć o wyjątkowej artystce jaką jest Marina Abramović, której twórczość jest mocno powiązana z jej doświadczeniem życiowym i z sytuacją XX wieku. Podstawowym przedmiotem i tematem prac Mariny jest jej ciało. Różne są opinie na temat jej działalności, niektórzy co do niej mają mieszane uczucia dla innych znów jest czymś fascynującym. Na tym polega cała sztuka performance, ma jednocześnie zachwycać, niepokoić oraz wносить powiew świeżości na rodzimą scenę artystyczną. Podsumowując, jeśli myślicie, że sztuka nie jest w stanie Was niczym zaskoczyć, możecie liczyć na artystów performance.

## CZY PRACA MOŻE BYĆ PASJĄ? - KLAUDIA KOZAK

W dzisiejszych czasach rzadko spotyka się osoby, które pracują z pasji. Większość z nas pracuje tam gdzie znajdzie pracę, gdyż w dzisiejszych czasach ciężko o jakąkolwiek pracę. To stało się problemem, praca dla ludzi którzy nie czują się spełnieni, często jest męcząca, nudna a nawet monotonna. Przez co każdy nowy dzień jest dla nich karą, ponieważ muszą do niej iść. Lecz zaufajcie są ludzie którzy żyją z pasji i tylko i wyłącznie z tego. Według słownika pasja, to wielkie zamiłowanie do czegoś, ale czy każdy z nas odkrył swoją pasję? Na świecie żyją ludzie którzy tak naprawdę nie mają pasji. Większość z nich myśli że można ją znaleźć tylko spontanicznie, żyjąc z przekonaniem że to ona nas znajdzie, co jest absolutną bzdurą. Dlatego znajdź coś co będzie Cię pasjonować i zacznij zarabiać tym na życie! Warto poświęcić trochę czasu na jej szukanie, robiąc potem każdego dnia to co kochasz. Co lepsze w taką pracę będziesz wkładał więcej chęci, energii, a przede wszystkim kreatywności, co zapewni Ci więcej klientów. Chyba jest to oczywiste że ludzie korzystają częściej z usług osób, które są uśmiechnięte i widać po nich że robią to z przyjemności, a nie z przymusu. Sama osobiście jestem osobą która zarabia na pasji. Zajmuje się fotografią, która sprawia że na mojej twarzy pojawia się uśmiech. W głowie mam mnóstwo pomysłów na zdjęcia, gdziekolwiek nie idę, zawsze mam ze sobą aparat. A wszystko to zaczęło się gdy miałam 11 lat, gdy pod choinkę dostałam małą cyfrówkę Olympus. Robiłam zdjęcia zwierzętom, roślinom, rodzinie. Uczylałam się sama obsługiwać różnego rodzaju programy, m.in. odróżniać zdjęcia przepalone od nieprzepalonego. Poświęcałam temu każdą wolną chwilę, z czasem na uzbierałam lustrzankę. Przyznać się muszę, że jestem samoukiem i jestem dumna z tego co osiągnęłam. Dziś przychodzą do mnie ludzie z prośbą o upamiętnienie najważniejszych dni w ich życiu. Jest to cudowny zawód, gdy widzi się roześmiane i zadowolone twarze klientów. Słyszysz się miłe słowa, bądź konstruktywną krytykę, którą przyjmuje z uśmiechem i staram się zapobiec błędowi w następnej z prac. Moją pasję odkryłam po tym jak dostałam aparat, wy też szukajcie, czytajcie przeróżne magazyny, szukajcie w Internecie przeglądając ciekawe dla Ciebie artykuły, aż w końcu traficie na temat który was zainspiruje. Robiąc każdego dnia to samo nigdy jej nie odkryjecie. Pamiętajcie nigdy się nie poddawajcie, a Ci którzy już ją odkryli niech się w niej zagłębiają. Życzę każdemu z was odnalezienia pasji w której się odnajdziecie.



ZAPRASZAM NA FACEBOOKA

<https://www.facebook.com/KludiaKozakPhotography>

## ALEKSANDRA DOMAŃSKA - KRÓLEWSKIE TALENTY TEATRALNE

Dużą rolę w pracy aktora odgrywa talent, pasja, umiejętności. Należy posiadać ogromną odporność psychiczną, jak i wykazywać się pracowitością. Występowanie w teatrze jest bardzo trudne. Wszystko jest grane na żywo, przed szeroką publicznością. Zupełnie inaczej jest w filmach, serialach, gdzie daną scenę możemy wielokrotnie powtarzać przed ostatecznym nagraniem. Zapytałam moje dwie rówieśniczki, które występują w teatrze, o to jak zaczęła się ich przygoda.



**Dominika Arct, uczennica klasy 2H. Aktorka w teatrze Fanum w Siedlcach.**

**Od kiedy rozpoczęła się Twoja przygoda z teatrem?**

Do teatru Fanum trafiłam w czerwcu, pod koniec 3 klasy gimnazjum.

**Czy zawsze marzyłaś o występowaniu na scenie?**

Jasne! Od małego już marzyłam o karierze aktorskiej. Uczestniczyłam w zajęciach teatralnych. Nie bałam się tego, robiłam to, co lubiłam, w czym mogłam się spełnić. Bardzo dobrze czułam się na scenie i tak jest do dziś.

**W jakich rolach czujesz się najlepiej, i jaki masz stosunek do grania nowych, innych ról?**

Lubię grać role charakterystyczne. Złe charaktery, wybuchowe, nacechowane złymi emocjami. Te role, które grałam dotychczas były moim odzwierciedleniem, bardzo dobrze się w nich czułam. Podczas występów

mogłam być sobą. Do grania nowych ról podchodzę często z delikatnym dystansem. Sądzę, że jest to spowodowane tym, że wiążą się z tym umiejętności wchodzenia w daną rolę, co wcale nie jest łatwym zadaniem.

**Występowanie w teatrze to gra przeważnie przed dużą publicznością, jak radzisz sobie ze stresem, treścią przed występem?**

Przede wszystkim należy się bardzo dobrze przygotować. Mam na myśli tu nie tylko dobrą znajomość tekstu, która świadczy o tym, że w pełni będę przygotowana, ale i inne czynności typu: wyspanie się, najedzenie, i ogólnie wypoczęty organizm. Osobiście ja dzień przed występem mam wszystko dokładnie zaplanowane przygotowane łącznie ze strojem.

**Jesteś na profilu humanistycznym. Czy po zakończeniu nauki w liceum chciałabyś kontynuować karierę aktorską?**

Tak! Moim największym marzeniem jest szkoła aktorska w Krakowie. Teatr towarzyszył mi przez całe życie. Jestem z nim bardzo związana i bardzo dobrze czuję się na scenie. Nie wyobrażam sobie, że mogłabym teraz zaprzestać występowania w teatrze. Bardzo bym chciała zagrać rolę na większym ekranie mam tu na myśli jakiś film.

**Czy posiadasz jakieś osiągnięcia związane z występowaniem na scenie?**

Brałam udział w konkursach recytatorskich jak byłam młodsza. Jeżeli chodzi o teatr to nie ma jakiś szczególnych nagród. W moim otoczeniu doceniały mnie pojedyncze osoby za co jestem im ogromnie wdzięczna, że mniej więcej dzięki nim spróbowałam swoich sił w aktorstwie. Czego nigdy nie żałowałam.

**Jakie masz rady dla osób, które tak jak Ty chciałyby spróbować sił w aktorstwie?**

Głównie należy obiektywnie postrzegać swoje możliwości. Dużą rolę odgrywa również wiara we własne siły. Powinniśmy sprawdzać swoje umiejętności jak i je rozwijać. Należy pamiętać, że trzeba to wszystko robić obiektywnie. Osobiście wychodzę z takiego założenia, że przecież jeżeli nie umiemy śpiewać to nie startujemy w konkursach muzycznych, bo możemy się rozczarować i nie koniecznie pójdzie to po naszej myśli.

**Bardzo dziękuję za rozmowę, i życzę dalszych sukcesów.**

Dziękuję .

**Kolejną osobą, którą postanowiłam zapytać o aktorstwo w teatrze jest Karolina Soczewka również uczennica klasy 2H. Występuje w teatrze ES w Siedlcach.**

**Od kiedy rozpoczęła się Twoja przygoda z teatrem?**

W teatrze gram już około dwóch lat.

**Czy zawsze marzyłaś o występowaniu na scenie?**

Już od dziecka zawsze chciałam być aktorką. Teraz właśnie po przez występowanie w teatrze ES przygotowuję się do spełnienia moich marzeń.





**W jakich rolach czujesz się najlepiej?**

Jest to teatr muzyczny, formą jest musical. Zazwyczaj gramy rolę grupowe. Jeśli chodzi o formy gry na scenie indywidualne to są to zdecydowanie poważniejsze role. Również są też takie kiedy mogę zachowywać się jak dziecko, mówiąc krótko mogę się powyglupiać. Nigdy nie zastanawiałam się na tym, aby występować w innym wcieleniu, gdyż w dotychczasowych rolach czuję się bardzo dobrze.

**Występowanie w teatrze to gra przeważnie przed dużą publicznością, jak radzisz sobie ze stresem, treścią przed występem?**

Pewnie, że czasem jest ciężko poradzić sobie ze stresem, treścią. Ona zawsze towarzyszy mi przed występem. Jednak znalazłam bardzo dobry sposób i tłumaczę sobie to jako czynnik, który mnie mobilizuje do spełnienia się w stu procentach na scenie.

**Jesteś na profilu humanistycznym. Czy po zakończeniu nauki w liceum chciałabyś kontynuować karierę aktorską?**

Zdecydowanie tak, od zawsze chciałam podjąć naukę w szkole aktorskiej. Sam fakt, że teraz występuję w teatrze i mogę przygotować się do spełnienia swoich planów na przyszłość mnie mobilizuje przez co nie mogę się doczekać, aż rozpocznę dalszą naukę i kształcenie w tym kierunku.

**Czy posiadasz jakieś osiągnięcia związane z występowaniem na scenie?**

Brałam udział w konkursach recytatorskich. Posiadam osiągnięcia w tym kierunku na szczeblu powiatowym itp. W teatrze nie ma indywidualnych osiągnięć, wszyscy występujemy w grupie. Biorąc pod uwagę to, że trafiłam do tego teatru i po zakończonym spektaklu usłyszę brawa, które świadczą o zadowoleniu publiczności oznacza dla mnie wysoką nagrodę.

**Jakie masz rady dla osób, które tak jak Ty chciałyby spróbować sił w aktorstwie?**

Nie należy się bać, trzeba próbować swoich sił w każdej dziedzinie. Osobiście proponuję zacząć od brania udziału w konkursach recytatorskich, następnie zapisaniu się do teatru, nawet amatorskiego i tam rozpocząć swoją karierę. Później kształcić się dalej w tym kierunku.

**Dziękuję i życzę kolejnych sukcesów.**

Dziękuję.



www.eioba.pl

**WALKA O POPULARNOŚĆ - NATALIA SCHABOWSKA**

Walka o popularność w szkole kojarzy się z amerykańskimi filmami, w których grupa nastolatków pochodząca z zamożnych rodzin rządzi resztą rówieśników. Taki scenariusz pojawia się coraz częściej w polskich szkołach. Jest to zjawisko niebezpieczne, które może doprowadzić nawet do tragedii. Szkolna popularność daje uznanie wśród rówieśników. Jeżeli nastolatek ją uzyska będzie szkolną gwiazdą, zapraszana na wszystkie imprezy. Inni będą darzyć go ogromnym szacunkiem i robić wszystko, aby choć przez chwilę znaleźć się w jego towarzystwie.

Ich obecność jest wszędzie wyczekiwana i mile widziana.

Co zrobić, aby stać się zauważonym? Kiedyś liczyły się takie cechy jak poczucie humoru, pomysłowość, sam sposób bycia. Dziś liczą się przede wszystkim pieniądze, gadżety, markowe ciuchy, wygląd, pewność siebie i powodzenie u płci przeciwnej. Dążenie do popularności i sama popularność jest niebezpiecznym zjawiskiem. Młodzież wyrabia sobie opinię z kim należy się zadawać, a z kim nie. Najważniejszymi wartościami w życiu takich osób są rzeczy materialne. Wytykają tych którzy nie są postrzegani jako "fajni".

Osoby zepchnięte na margines mogą się zamknąć w sobie, a nawet popaść w depresję. Bycie popularnym zmusza do ciągłej rywalizacji między rówieśnikami o najlepszą pozycję, a gdy już ją osiągną o jej utrzymanie.

## JAK DOBRZE KUPOWAĆ TELEFON? - PAULINA KOZŁOWSKA



W życiu każdego z nas przychodzi taki czas, że komórkę trzeba zmienić. Dotyczy to zarówno prawdziwych komórkomaników, jak i tych którzy z telefonu tylko dzwonią i wysyłają smsy. W każdym z tych wypadków warto przemyśleć swój zakup. W dzisiejszych czasach bardzo często telefony nabywamy podpisując umowę na abonament + telefon u jednego z wielu dostępnych na rynku operatorów. Na przykładzie swojej przygody z pewną siecią, chciałabym Wam udzielić rady jak kupować telefon, żeby następnego dnia z nowym sprzętem nie udawać się do serwisu. A więc tak zanim podpiszesz umowę na świadczenia telekomunikacyjne, upewnij się, że sprzęt działa. Nie wierz w słowa pracowników salonu, którzy twierdzą, że wszystkie telefony jakie dostają są sprawdzane. Jak się okazało w moim przypadku pracownicy sprawdzają telefony nie mając możliwości włożenia tam kart SIM. Czyli jak sprawdzają, czy działa wyświetlacz? Owszem działał jednak telefon nie czytał karty SIM. Nawet gdybym chciała przed podpisaniem umowy sprawdzić czy telefon czyta kartę byłam pozbawiona takiej możliwości, ponieważ mój stary telefon posiadał normalną kartę SIM a do nowego telefonu potrzebna była micro SIM, której salon w danym dniu odmówił mi wydania, ponieważ była już późna godzina. Następnego dnia dostałam nową kartę, która miała się do 30 min aktywować. Jednak to się nie stało, okazało się, że telefon jest uszkodzony i z nowym zafolowanym telefonem musiałam udać się do serwisu, ponieważ pracownicy salonu twierdzą, że wydali mi w 100 % sprawny sprzęt i nie wiedzą co ja robiłam z tym telefonem, przez ten czas kiedy go miałam.

Przedstawiając wam w wielkim skrócie moją historię z pewną siecią, chciałabym udzielić wam rady, abyście pod żadnym pozorem nie podpisywali umowy na telefon jeśli nie upewniliście się sami, że jest on w stu procentach sprawny. A nie tak, że pracownik twierdzi, sprzęt sprawdzony, wy włączycie telefon, wyświetlacz działa więc jest wszystko w porządku, no jak się okazuje nie zawsze.

## HASTA LA VISTA, BABY! - WERONIKA MALCZUK

Niemal codziennie słyszymy wyrazy w języku hiszpańskim, angielskim, niemieckim itd. Oczywiście nie zawsze wiemy, co one oznaczają. Jednak, kiedy zastosujemy sposób współcześnie będący „na czasie” od razu zrozumiemy dane znaczenie. O jaką metodę chodzi? Mowa jest o łączeniu wyrazów pochodzących z różnych języków w jedno zdanie.

Hiszpańskie Hasta lavista - do zobaczenia i angielskie - baby. Prawdopodobnie nie ma osoby, która by nie słyszała o takowym wyrażeniu. Filmy, piosenki, radio. To jest źródło tej całej mieszanki! Niestety jesteśmy nieświadomi, że ucząc się pojedynczych słów zasłyszanych jednym uchem biegnąc na odjeżdżający pociąg czy siedząc na ławce w parku, budujemy nowy rodzaj języka. Nie można nazwać poprawnym zdanie, w którym część jest po angielsku, a reszta po polsku. Czy to pomoże nam w drodze do zdania chociażby zbliżającej się, wielkimi krokami, matura? Myślę, że nie. Warto zauważyć, iż w ten sposób niszczyliśmy ojczysty język, który przestaje być oryginalny. Należy, więc bardziej zaangażować się w naukę konkretnego języka obcego za pomocą sprawdzonych metod. Spróbuję Ci pomóc.

Z badań wynika, że najlepszy sposób to kurs w szkole językowej. Efektywniejszy jest jedynie kontakt z „żywym językiem”, czyli wyjazd za granicę. Co zrobić, gdy nasze kieszenie są puste, a ambicje ogromne? Ciekawie jest połączyć przyjemne z pożytecznym! Lubisz oglądać filmy? Nie rezygnuj z nich. Włącz coś interesującego, ale... bez lektora i napisów. Wsłuchuj się w to, co mówią, jeśli naprawdę lubisz ten język wyrazy będą niczym miód na uszy. Bardziej kręci Cię czytanie książek? Zaopatr się w te nieprzetłumaczone. Obcy język miły także dla oczu! Skuteczną metodą są „przyklejanki” Małe karteczki o wyrazistych kolorach, które możesz przykleić dosłownie wszędzie. Na lodówce, szafie, biurku czy pralce. Po kilku spojrzeniach, słówka same wchodzą do głowy. Twoim zamiłowaniem jest śpiew? Pożyteczną metodą jest tłumaczenie tekstów śpiewanych. Jednak należy uważać, gdyż w tym przypadku zdążają się wcześniej wspomniane „mieszanki językowe” Możesz także, co pewien czas obejrzeć program obcojęzyczny (BBC czy CCN). Dostałeś kieszonkowe i planujesz zrobić „melanż”? Przeciwwstaw się chęci przyjemności. Z zaoszczędzonych pieniędzy zaopatr się w książkę językową bądź słownik (polecam wyd. PWN OXFORD i Langenscheidt). Pewna metodą jest oczywiście nauka w szkole. Wiadomo, łatwo mówić, trudniej zrobić. Siedząc na lekcji liczysz minuty do dzwonka, to normalne, chodź nie zbyt nam pomaga. Spróbuj się skoncentrować. Pamiętaj o swojej przyszłości i wymierzonym celu.

Myślę, że warto znaleźć odpowiedni dla siebie sposób nauki i nie bazować na tym, co usłyszymy od przypadkowego przechodnia.



## TUNEL POD WISŁĄ - JOANNA WŁODKOWSKA

Listopadowej niedzieli 2014 roku otworzono do użytku publicznego drugą nitkę metra łącząca oba brzegi Warszawy. Prawie po 200 latach od pierwszych planów nastąpiła ich realizacja. Tak długo czekaliśmy na realizację tak prostej budowy jakim jest przekopanie tunelu pod dnem Wisły. Próby były podejmowane już w latach 50 dwudziestego wieku, ale natrafiono na bardzo niestabilny grunt i roboty zostały wstrzymane i zakończone. Podobne próby kopania tuneli były też podejmowane w Warszawie przedwojennej, zakończone wstrzymaniem robót. Mimo tak wielkiego rozwoju cywilizacji technicznej Wisła stawiała dość długo opór w jej przekopaniu.



Czy tak też było w czasie powstawania pomysłu połączenia obu brzegów Wisły tunelem? Po upadku powstania Listopadowego na terenie Warszawy powstała twierdza mająca na celu kontrole i pacyfikację wszelakich buntów niepodległościowych.

W czasie zaboru rosyjskiego twierdza nosiła nazwę cytadeli Aleksandryjskiej. Wokół cytadeli wzniesiono liczne forty tworzące zewnętrzny pierścień obronny cytadeli. Jeden z nich powstał także na prawym brzegu Wisły i nosił nazwę fortu Śliwickiego. Cytadela była połączona z zewnętrznymi fortami podziemnymi tunelami zwanymi *poternami*. Jeden z nich prowadzący do fortu *gieorgijewskiego* rozebranego w okresie międzywojennym istnieje do dziś i jest wpisany na listę zabytków architektury militarnej. Istnieją też przypuszczenia, że takie podziemne połączenie było między cytadelą a praskim fortem pod dnem Wisły. Wiarygodności takim tezom dodaje fakt istnienia planów takich podziemnych połączeń przedstawionych władzom Warszawy przez architekta Adama Idzikowskiego w 1821 roku. Włodarzom miasta plany się nie spodobały i nie podjęto żadnych oficjalnych prób budowy przejść podziemnych. Możliwe, że owymi planami zainteresowali się wojskowi, i oni wykorzystali innowacyjny pomysł przy rozbudowie i modernizacji samej cytadeli jak i całego rejonu umoczonego zwanego twierdzą 'Warszawa'. Między legendy należy włożyć jeszcze taką, która mówi o przejściu podziemnym ciągnącym się od twierdzy „Modlin” a warszawską Pragę. Mimo licznych robót budowanych na terenie miasta jak i w pasie ciągnącym się do twierdzy Modlin nie natrafiono na żaden ślad istnienia takowego przejścia. W tym samym czasie powstawało metro w Londynie.

Czy przejście lub też przejścia istniały tego nikt nie jest w stanie stwierdzić w stu procentach, ale o metrze w Warszawie myślano już w dziewiętnastym wieku.



## DIETA - KLAUDIA TROJECKA

Często, chociaż jest to próżne i nie wnosi istotnych wartości do naszego życia, wygląd jest sensem istnienia. Z drugiej strony wiemy, że można mieć wszystko, ale to zdrowie jest najważniejsze. Gdy jego zabraknie nie możemy cieszyć się z rzeczy materialnych, wakacji czy wyglądu zewnętrznego. Przez wieki zmieniają się kanony, ideały piękna. Od kilku lat na wybiegach, okładkach magazynów modowych triumfuje drastyczna szczupłość, a modelki zostają posadzone o anoreksję. Trend ten został przeniesiony do codziennego życia milionów kobiet. Teraz co druga osoba ogłasza, że powinna schudnąć, a więc musi drastycznie ograniczyć kalorie. To jednak błędne koło. Ile razy słyszymy, że ktoś próbuje setny sposób na utratę wagi, a po każdym małym sukcesie następuje efekt jo-jo? Dlaczego tak mało decyduje się na zniesienie stylu życia? Jednak nie na chwile. Udowodniono, że ograniczenie zjadanych porcji, spożywanie 5-6 niewielkich posiłków dziennie w krótkich odstępach czasu oraz ograniczenie słodczy i picie dużej ilości wody to najprostsza droga do osiągnięcia idealnej wagi. Doskonale jeżeli zmiana żywienia doprowadzi także do rozpoczęcia aktywności fizycznej, do czego gorąco zachęcam. Takie postanowienia wydają nam na zdrowie, a także osiągniemy wymarzony cel bez głodzenia się, wyniszczania organizmu. Nasze ciało podziękuje nam za to w przyszłości.



webnews.textalk.com

## SIEDLCE W PRZYSZŁOŚCI - SEBASTIAN JODEŁKA

**Siedlce, nasza mała ojczyzna. Na dzień dzisiejszy jest to zwyczajne, na pierwszy rzut oka niczym nie wyróżniające się jak na Polskie standardy miasto. Lecz jakie będzie w przyszłości? Co może się tutaj zmienić w ciągu najbliższych, powiedzmy, 50 lat?**

50 lat to kawał czasu. W tak długim okresie postęp technologiczny na świecie może być dla nas niewyobrażalny. Państwa dominujące na scenie międzynarodowej prawdopodobnie będą prowadziły działania, mające na celu rozszerzenie ich wpływów poza orbitę ziemską. Transport przeniesie się z naziemnych dróg w przestworza, a każdy szanujący się obywatel z odrobiną gotówki będzie miał prywatny, latający pojazd. Znając życie, właśnie wtedy władze naszego kochanego miasta uznają, że czas wybudować metro. Ale spójrzmy na to z odrobiną bardziej pozytywnym nastawieniem i założmy, że technologia w naszym mieście będzie dotrzymywała kroku tej w Stanach Zjednoczonych, Korei Południowej czy Japonii.

Siedlce z pewnością zwiększą swoją powierzchnię, przy okazji wchłaniając pobliskie, mniejsze miejscowości. Nowe budynki będą wysokimi, smukłymi wieżowcami, tak bardzo różniącymi się od dzisiejszych kłocowatych bloków. Ale spokojnie, nie zastąpią w pełni dzisiejszych konstrukcji. W końcu jedną z nielicznych, wyróżniających nasze miasto cech jest jego nieharmonijne, bezsensowne przemieszanie stylów architektonicznych. W takim razie możemy się spodziewać bardzo ciekawej mieszanki, w której skład wchodzić będą przeplatane się ze sobą nowoczesne, kilkudziesięciu metrowe dzieła sztuki budowlanej i betonowe straszdyła - pomniki z czasów PRL-u.

Dzisiejsze urządzenia, takie jak telefony komórkowe, komputery czy konsole, zostaną z pewnością ze sobą połączone i to w znacznie większym stopniu niż dziś. Nowoczesne aparaty będą miały możliwości znacznie przekraczające to, co dzieje się dziś. Będziemy mieli możliwość uczestniczenia w tym, co dzieje się na drugim końcu świata i to bez wstawiania z fotela. Nie oznacza to jednak, że ludzie staną się leniwi.

W zachowaniu się mieszkańców już dziś można zauważyć zmianę odnośnie lat wstecz. Chodzi mi o sposób, w jaki ludzie traktują swoje ciała. W ostatnich latach znacznie zwiększyła się liczba siłowni, orlików i innych obiektów, które pomagają w fizycznym rozwoju organizmu. Dzieje się tak, ponieważ mieszkańcy, zarówno młodzi jak i ci starsi, starają się wzmocnić swoje ciało. Spodziewam się, że tendencja ta będzie tylko postępowała, co przyczyni się do sporej zmiany wyglądu przeciętnego Kowalskiego.

Czego możemy się spodziewać po zachowaniu ludzi? Mniej więcej tego, co już dziś dzieje się w dużych miastach. Ludzie staną się dla siebie jeszcze bardziej anonimowi, nie będą wchodzić ze sobą w interakcję, a ich głównym celem zostanie stale niezmienny wyścig szczurów. Prawdopodobną tego przyczyną będzie pogoń za lepszym życiem, podczas której znaczna część ludności zapomni, że próbując osiągnąć ten cel, tak naprawdę tracą swoją szansę na szczęście.

Nie zapominajcie, że są to tylko bardzo luźne myśli, mające na celu przekazanie wam wizji, którą uważam za prawdopodobną. Możliwe jest, że nic z tego co opisałem nie ujrzy światła dni, albo wręcz przeciwnie, sprawdzi się co do joty. Wszystkiego dowiemy się w swoim czasie. W dniu dzisiejszym zachęcam was do przemyśleń na temat przyszłości, lecz jako główny cel ustawcie sobie dzień dzisiejszy. *Carpe diem!*



[www.komputerswiat.pl](http://www.komputerswiat.pl)

## CHEAP CHANGE - JOANNA WŁODKOWSKA



Kiedy natura przechodzi gruntowne zmiany, może warto zastanowić się nad zmianami w swoim najbliższym otoczeniu? Przestrzenia, którą łatwo jest poddać modyfikacji jest nasz pokój, jednak na myśl o remoncie większość z nas ma ciarki na plecach. A może jest sposób, aby odnowić nasze cztery kąty szybko, tanio i bez zbędnych trudności? Oczywiście, że tak! Coraz częściej wybieranym sposobem na nadanie niektórym rzeczom nowego życia jest decoupage. Jest to technika zdobnicza, polegająca na przyklejaniu na odpowiednio przygotowaną powierzchnię, wzorów wyciętych z papieru lub serwetek i pokrywaniu ich wieloma warstwami lakieru tak, by dany element całkowicie się wtopił i nie był wyczuwalny przy dotknięciu. Jeżeli wykonamy to poprawnie, wybrane przez nas wzory będą wyglądały jak namalowane. Decoupage jest więc wspaniałą alternatywą dla osób, które nie do końca posiadają zdolności manualne ;) Ponadto, wykorzystując ją unikniemy zbędnego bałaganu oraz zaoszczędzimy mnóstwo czasu. Dzięki tej łatwej i taniej metodzie możemy całkowicie odmienić przedmioty codziennego użytku i nadać im nową funkcję lub świeższy wygląd. Technice tej poddaje się najróżniejsze przedmioty, od mebli po ramki na zdjęcia, ceramikę i biżuterię, tak więc każdy znajdzie coś dla siebie. Decoupage jest także wspaniałym pomysłem dla osób, które chcą bardziej wyrazić siebie w swoim pokoju, umieścić w nim przedmioty, które mówią coś o nas. Osoby które nie mają pojęcia o decoupage'u, ale chcą spróbować swoich sił nie muszą się o nic martwić. W Internecie można znaleźć wiele filmików typu „krok po kroku”, które szczegółowo tłumaczą i pokazują jak należy to wykonywać. Przydatne są także liczne blogi osób zajmujących się tym zawodowo, które zawsze służą pomocą oraz oferują kursy, które z pewnością pomogą nam bardziej oswoić się z tematem decoupage'u. Wystarczy tylko wyszukać w Internecie hasło decoupage oraz znaleźć w sobie trochę chęci i cierpliwości. Powodzenia! ☺

Redakcja Gazety Królewskiej

Redaktor naczelny: p. Jan Jaroszyński

Redaktorzy: Sebastian Jodełka, Klaudia Trojecka, Aleksandra Domańska, Joanna Włodkowska, Weronika Malczuk, Paulina Kozłowska, Natalia Schabowska, Karolina Stefaniuk, Emilia Ołędzka, Klaudia Kozak,