GAZETKA INTERNETOWA SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 5 W PABIANICACH
im. Grzegorza Piramowicza
> "PIĄTKA" na PIĄTKĘ <

GAZETKA 3 2016 - 2017

Witam was serdecznie

Nadchodzące święta Bożego Narodzenia to dobry czas, aby nieco wyhamować w codziennym pędzie, wyciszyć się i pozwolić sobie na głębszą refleksję. Dzisiaj pochylimy się nad wartościami uniwersalnymi, do których zaliczamy między innymi przyjaźń, lojalność, wierność, tolerancję, miłość czy patriotyzm. Nie będę się tu rozpisywała na temat każdej z nich. Pokuszę się raczej o refleksje ogólną, która będzie dotyczyła wartości jako takich w ogóle i o ich wpływie na życie poszczególnej jednostki oraz życie ogółu. Na początek zastanówmy się, co oznacza termin „wartości uniwersalne". Wartości uniwersalne to ponadczasowe, ponadreligijne i ponadkulturowe wzorce zachowań, które kształtują szczególnie pożądaną postawę jednostki, jednakże z korzyścią dla całego społeczeństwa. Rozumiecie?

Mam nadzieję, że tak. Zbiór norm moralnych (bo i tak możemy nazwać „obiekt" naszych dzisiejszych rozważań) to taki kodeks , który choć nie podlega jurysdykcji, jest niezwykle istotnym elementem życia każdej społeczności. Weźmy choćby lojalność. Człowiek lojalny to taki, który jest uczciwy i rzetelny w stosunkach z ludźmi, nie kłamie, nie plotkuje, nie oczernia, nie poddaje publicznej dyskusji zachowania i poglądów osoby, która okazała mu zaufanie. Brak lojalności utożsamiany jest ze zdradą,

niewiernością i oszustwem. Niektórzy z was pewnie już wiedzą jakie to okropne uczucie być zdradzonym przez najlepszą koleżankę czy kolegę, który na przykład wyjawił nasze sekrety powierzone mu w zaufaniu. Albo w imię jakichś własnych korzyści wyparł się publicznie naszej przyjaźni…

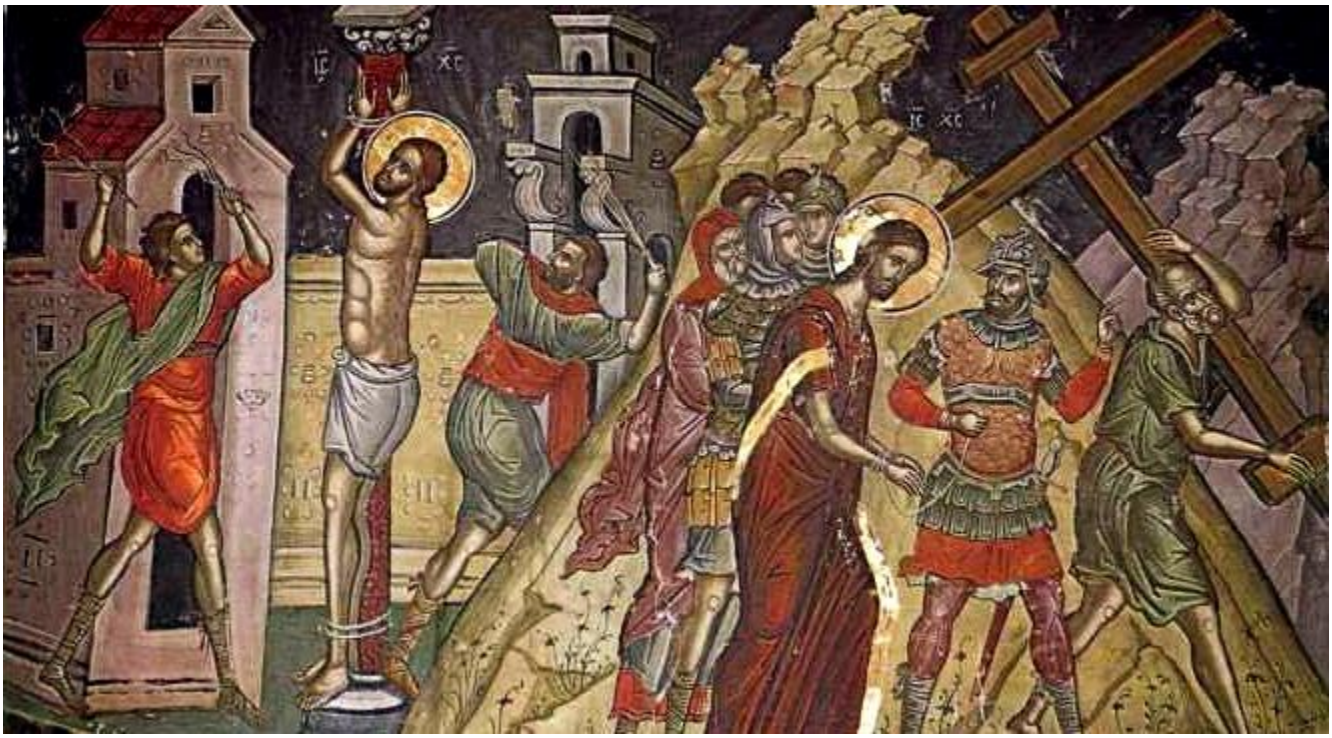
Przykłady nielojalności możemy mnożyć w nieskończoność. Niestety. Na pocieszenie powiem, że większość ludzi w mniejszym lub większym stopniu zna i respektuje wartości uniwersalne. Wchodząc do sklepu raczej nie spodziewamy się, że ekspedientka zamiast obsłużyć, nas pobije. Mam nadzieję, że pomogłam Wam choć trochę zrozumieć jak ważne w życiu każdego człowieka są wartości uniwersalne. Nikt nie rodzi się z wmontowaną w głowie szufladką z napisem „wartości uniwersalne", czy „normy społeczne". Są to rzeczy, których się trzeba nauczyć, przyswoić i przetrawić po swojemu i stosować na co dzień. O człowieku, który jest lojalny, wierny, prawdomówny, uczciwy, otwarty na inne religie czy poglądy mówi się, że to człowiek z zasadami. I tego Wam właśnie z całego serca życzę.

Redaktor opiekun.

Życie jest teatrem cz.5

Jak już wspominałam, teatr powstał w starożytnej Grecji jako jedna z form kultu religijnego. Pierwsze spektakle poświęcone były Dionizosowi – bogowi wina, radości i świętowania. Z biegiem czasu teatr zaczął przybierać – nazwijmy to bardziej świecki charakter, by wraz z nadejściem średniowiecza, znów powrócić do korzeni. Teatr średniowieczny miał za zadanie szerzyć wiarę wśród niepiśmiennych, prostych ludzi.

Najważniejsze były **misteria** oparte na przypowieściach zaczerpniętych w Nowego i Starego Testamentu Pisma Świętego. Początkowo najważniejsze były święta Bożego Narodzenia i Wielkiej Nocy. Z czasem dołączano do nich elementy, które oprócz przedstawienia życia Chrystusa miały za zadanie wychowywać i promować pożądane postawy i zachowania społeczne. Tak narodził się **moralitet**. Czy wiecie, że pierwszymi aktorami byli sami uczestnicy nabożeństw? Niejednokrotnie misterium z ich udziałem trwało kilka godzin, ponieważ twórcy i organizatorzy tego typu przedstawień upatrywali w nich doskonałą okazję do nawrócenia.



Obok typowo wychowującego i nawracającego, z czasem zaczął pojawiać się teatr dostarczający wyłącznie rozrywki, co było oczywiście surowo krytykowane i tępione przez Kościół. Względną przychylnością Kościoła mogli cieszyć się tylko ci, którzy wychwalali wyczyny władców. Wszystkich twórców teatru, którzy proponowali przedstawienia świeckie, nazywano wówczas włóczęgami i wędrownymi błaznami oraz podejrzewano o konszachty z siłami nieczystymi.

Za miesiąc zbieram Was w podróż w czasie, do teatru elżbietańskiego, którego głównym i najznamienitszym przedstawicielem jest William Szekspir.

Dorota Olejnik

Z ŻYCIA SZKOŁY

"KOLOROWY BILET" 2016 III edycja konkursu rozstrzygnięta.

Natalia Grodzka z kl. Vb odbiera wyróżnienie z rąk pana Starosty i Prezydenta Miasta Pabianic.

Święto Patrona

25 listopada obchodziliśmy Święto Patrona Szkoły. W tym dniu wszyscy przyszliśmy ubrani na galowo. Każda klasa poświęciła chwilę na rozmowę o Grzegorzu Piramowiczu. Oglądaliśmy też prezentację o patronie, przygotowaną przez p. Katarzynę Dumkę i rozwiązywaliśmy krzyżówkę.

Na trzeciej i czwartej godzinie lekcyjnej oglądaliśmy projekcję filmu dokumentalnego o szkole. Reżyser, pan Ireneusz Jarzyński, przeprowadził rozmowy z siedmioma osobami związanymi z SP5. Szkoła powstała w 1917 roku, więc bohaterowie filmu to starsi ludzie, którzy mają wiele wspomnień związanych z tym miejscem. Z filmu dowiedzieliśmy się, na przykład, że szkoła miała kiedyś siedzibę przy ulicy Mariańskiej oraz, że była jedną z najnowocześniejszych szkół w mieście.

Projekcja filmu sprawiła, że święto naszej szkoły przeżyliśmy inaczej niż co roku.

Szymon Kopczyński, IVb

Gratulacje dla Natalii!

Nasza uczennica z klasy 5b zdobyła **II miejsce** w ogólnopolskim konkursie na miniaturę literacką w języku angielskim organizowanym przez pabianicki MDK.

W bieżącym roku obowiązującym tematem mini-sagi jest Friendship.

Natalka Grodzka wykonała przepiękny, ciekawy, z ponadczasowym przesłaniem komiks zatytułowany **"Invisible Friendship"**

Zobaczcie sami...

Życzymy Natalce wielu sukcesów literackich w języku angielskim.

Małgorzata Kuna

„Najlepiej zbieram i segreguję surowce wtórne"

Przez kilka tygodni naszej szkole trwał ekologiczny konkurs . Zadaniem uczniów było zbieranie makulatury i pustych butelek po napojach. Klasy rywalizowały między sobą w ilościach zbieranych surowców wtórnych. Gdy ogłoszono wyniki, okazało się, że klasy: 5b, 3c, 6b, 4a to grupy najaktywniej i najprężniej działające wśród uczniów naszej szkoły. Nagrodą było obejrzenie przedstawienia ekologicznego pt. „Rady na odpady" w Młodzieżowym Domu Kultury.
Aktorzy w łatwy, bajkowy sposób opowiedzieli o ochronie środowiska. Przy pomocy bajki „O Zielonym Kapturku", przedstawili problemy dotyczące wyrzucania śmieci do lasu oraz dlaczego należy oszczędzać wodę. Przedstawienie ekologiczne miało zwiększyć naszą świadomość na temat ochrony środowiska i dbania o naszą planetę.

Dbająca o środowisko Weronika Łuczak 5b.

Zakończyła się Akcja Ekologiczna pn. „Najlepiej zbieram i segreguję surowce wtórne" zorganizowana przez Zakład Wodociągów i Kanalizacji w Pabianicach. W akcji wzięło udział 116 uczniów z wybranych klas tj. kl. IIIC, IVA, VB, VIA, VIB pod opieką wychowawców. Uczniowie aktywnie włączyli się do akcji i oddali do recyklingu surowce wtórne, tj. makulaturę i butelki typu PET. Łącznie zebrano ok. 2500 butelek plastikowych typu PET i 868 kg makulatury.

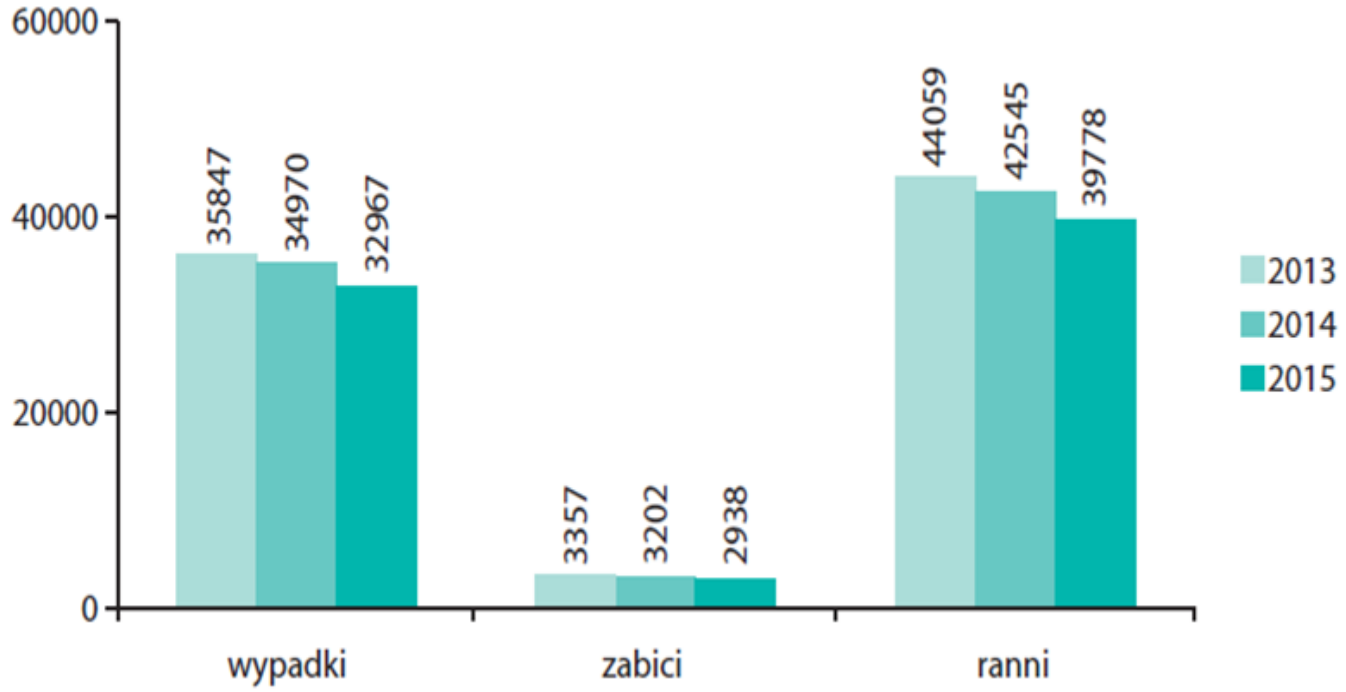
Sylwia Łaguniak – koordynator akcji

„Bo wypadek to dziwna rzecz.
Nigdy jej nie ma, dopóki się nie wydarzy."
Alan Alexander Milne (z książki Kubuś Puchatek)

20 listopada 2016 – Światowy Dzień Pamięci o Ofiarach Wypadków Drogowych

Jak co roku, w trzecią niedzielę listopada jest obchodzony Światowy Dzień Pamięci o Ofiarach Wypadków Drogowych. Wypadki drogowe pochłaniają wiele ofiar. Według statystyk Komendy Głównej Policji w roku 2015 zgłoszono 32 967 wypadków drogowych, w których zginęło 2 938 osób, a 39 778 zostało rannych.

Wypadki drogowe i ich skutki w latach 2012 – 2014 (źródło: WWW.policja.pl)



Głównymi sprawcami wypadków drogowych są kierujący pojazdami (82,8%), którzy między innymi: nie dostosowują prędkości do warunków ruchu, nie przestrzegają pierwszeństwa przejazdu, nieprawidłowo zachowują się wobec pieszych.
Trzeba również zauważyć, że 7,9% wszystkich wypadków jest spowodowane przez pieszych. Najczęstszą przyczyną wypadków spowodowanych przez pieszych jest: wejście na jezdnię bezpośrednio przed jadącym pojazdem, wejście na jezdnię z zza pojazdu (przeszkody), przekraczanie jezdni w miejscu niedozwolonym, czy wejście na jezdnię przy czerwonym świetle.

Pamiętaj, że pieszy w kontaktach z pojazdem jest narażony na znacznie większe niebezpieczeństwo niż kierujący pojazdem, dlatego apeluję:

Nie powiększaj statystyk policyjnych!

Janusz Koźlenko

W piątek 25 listopada odbyła się w naszej szkole dyskoteka andrzejkowa. Organizatorem była klasa 5b z wychowawcą p. Januszem Koźlenko.
Zabawa rozpoczęła się o godz. 16.00. Każdy uczestnik mógł znaleźć coś dla siebie, dla ciała i dla ducha.

W sali gimnastycznej w rytm znanych przebojów wszyscy mogli stać się królami parkietu. W sali przyrodniczej przygotowane były na tę okazję rozmaite wróżby. Można było kupić los "kim zostaniesz w przyszłości" lub „za kogo wyjdziesz za mąż". Można było zrobić malunek na twarzy związany z andrzejkami lub znaleźć szczęście w kartach. W przerwach między tanecznymi wyczynami odbywały się konkursy ze słodkimi nagrodami. Na przykład z zawiązanymi oczami należało zgadnąć jaki owoc się próbuje, albo kto pierwszy usiądzie na wolnym krześle i która para najdłużej zatańczy na gazecie trzymając między głowami nadmuchany balon.

W sali angielskiej zorganizowany był sklepik. Można było posilić się między innymi smacznym kanapkami, wybornym ciastem „salceson", szaszłykami owocowymi, galaretką z owocami. Hitem były gofry z dżemem i cukrem pudrem. Zabawa zakończyła się około 19.00. Bardzo dziękujemy nauczycielom i rodzicom za pomoc. Dziękujemy za wspólną zabawę.

Weronika Łuczak 5b.

Artystycznie o wartościach

18 listopada w naszej szkole gościliśmy wybitną osobowość. Odwiedził nas pan Waldemar Wolański, który od 1992r. jest dyrektorem Teatru Lalek „Arlekin" w Łodzi. Pisze i reżyseruje również sztuki teatralne oraz jest aktorem. Najbardziej znane przedstawienia, które grane są w teatrze Arlekin w reżyserii naszego gościa to „Mistrz i Małgorzata" oraz „O żabce, co nie została królewną". Pasją pana Waldemara jest pisanie książek dla dzieci i dorosłych. Pierwsze swoje dzieło napisał w 1997r. Obecnie jest w trakcie pisania kolejnej, już dziewiątej książki. Najbardziej znane tytuły to „Pan Twardowski", „Szara Mysza", „Złodziej czasu", „O Wandzie, co Niemca nie chciała".

W trakcie spotkania rozmawialiśmy z p. Waldemarem o wartościach.
Dziękujemy naszemu gościowi za przybliżenie nam również wiadomości o teatrze i sztuce.

Podziękowania składamy p. Dorocie Olejnik za zaproszenie tak wybitnej postaci do naszej szkoły.

Zachęcam do odwiedzenia szkolnej biblioteki i przeczytania wybitnych dzieł naszego goscia.

Weronika Łuczak klasa V b

Konkurs sprawdzający umiejętność *czytania ze zrozumieniem w języku angielskim*

W listopadzie odbył się w naszej szkole konkurs sprawdzający umiejętność czytania ze zrozumieniem w języku angielskim. Wzięli w nim udział wszyscy obecni w danym dniu uczniowie klas czwartych, piątych i szóstych, którzy wykonali zadania przygotowane na podstawie omawianych w poprzednich miesiącach i latach nauki zagadnień leksykalnych i gramatycznych. Poziom trudności tekstu był inny dla każdego poziomu klas.

Serdecznie gratulujemy wszystkim uczestnikom konkursu, którzy dzięki udziałowi w takim wydarzeniu mogli sprawdzić swoje umiejętności, a także pochwalić się swoimi uzdolnieniami.

Najlepsi w czytaniu ze zrozumieniem w naszej szkole to:

- w klasach czwartych: Wiktor Mucha, Zuzanna Lichnowska, Amelia Otto

- w klasach piątych: Budz Angela, Chrzęst Kamil, Grzelka Adrian, Słupska Małgorzata, Kowalczyk Alicja, Fortino Milenalucia, Seliga Roksana, Gerula Ewa, Borkiewicz Aleksander

- w klasach szóstych: Nowak Angelika, Aleksandra Goclik, Karolina Woźniak, Kacper Janasiak, Kacper Nowak, Roksana Gajdowicz, Kacper Więclewski, Jakub Szatan.

Serdecznie gratulujemy wszystkim uczestnikom konkursu, którzy dzięki udziałowi w takim wydarzeniu mogli sprawdzić swoje umiejętności, a także pochwalić się swoimi uzdolnieniami.

Zachęcamy do wypożyczenia książek w języku angielskim z biblioteczki angielskiej i czytania w tym języku nie tylko w czasie konkursów i lekcji.

p. Małgorzata Wójtowicz- Kuna
p. Marta Tomczyk

XX RAJD GWIAZDKOWY

Około dziewięciu kilometrów liczyła trasa jubileuszowego XX Rajdu Gwiazdkowego, który zorganizował Klub Turystyki Pieszej Aaron. Jeśli dodamy do tego długość odcinka ze szkoły do miejsca startu na Lewitynie (ok. 4km) oraz drogę z domu i do domu, to dla niektórych piechurów podwoił się pokonany dystans. A to już niemały wysiłek. Wielkie uznanie wobec tego dla wszystkich uczestników. Nasz zespół tworzyli uczniowie klas starszych oraz czworo opiekunów. W typowo turystycznych nastrojach, w dobrych humorach i przy niezłej, choć szkoda, że bezśnieżnej, pogodzie wędrowaliśmy wyznaczonym szlakiem.

Z podziwu godnym samozaparciem nasi wędrowcy pokonywali różne naturalne przeszkody. Błoto, powalone drzewa, dokuczliwy wiatr na otwartej przestrzeni, ale i kilka minut słońca, to scenografia naszego kilkugodzinnego spaceru. Na mecie tradycyjny gorący posiłek, pamiątkowe zdjęcie z Mikołajem i, przy okazji, wywiad dla pabianickiej TV, a potem już droga powrotna do domu. Dziękuję uczestnikom za udział i gratuluję dobrej kondycji. Gratulacje i podziękowania także dla organizatorów!

Relacja z rajdu w TV PRO - MOK OD 19'45": http://promok.pl/player/?id=2463

Galeria zdjęć na FACEBOOK.

KONKURS MITOLOGICZNY W SP 17.

W środę 30 listopada Szkoła Podstawowa nr 17 w Pabianicach zamieniła się w świat antyczny. Odbył się tu I Konkurs Mitologiczny "Z mitologią za pan brat." Uczniowie pabianickich szkół ubrani w starożytne stroje, rywalizowali w konkurencjach mitologicznych. Między innymi trzeba było zaprezentować jedną z postaci, wykazać się wiedzą na temat świata bogów, bóstw i herosów oraz znać wiele szczegółów z wojny trojańskiej. Dość trudną konkurencją okazało się tłumaczenie frazeologizmów mitologicznych oraz podanie tytułu mitu z jakiego pochodzą.
Naszą szkołę reprezentował zespół w składzie: **Natalia Ruta, Kacper Czarnecki, Aleksander Ciemnoczołowski** przygotowywani przez nauczycieli języka polskiego: p. Sylwię Grzeszną i p. Tomasza Klimka.
Zajęli III miejsce.
Gratulujemy!

T. Klimek

"JESIENNE DRZEWO" W SZKOLNYCH ŚWIETLICACH

W dniu 29 listopada za oknami padał śnieg, a w naszej świetlicy jesień w pełnej krasie. Wszystko za sprawą galerii prac plastycznych nadesłanych na konkurs "Jesienne drzewo".
Konkurs wymyśliła i zorganizowała kierownik świetlicy, p. Ewa Owsik wraz z wychowawczyniami. Temat chyba przypadł do gustu podopiecznym z pabianickich świetlic szkolnych, ponieważ napłynęło bardzo dużo przepięknych prac. Jury miało nie lada kłopot, żeby wybrać te najpiękniejsze. Nagrodzono dziewięć prac w kategorii klas: I, II i III oraz przyznano siedem wyróżnień.
W kategorii klas pierwszych nagrody zdobyły prace nadesłane ze szkół:
I miejsce – SP3,
II miejsce – SP14,
III miejsce – SP17.
W kategorii klas drugich:
I miejsce – SP8,
II miejsce – SP3,
III miejsce – SP9.
W kategorii klas trzecich:
I miejsce- SP1,
II miejsce- SP14,
III miejsce – SP17.
Wyróżnienia trafiły do uczniów z SP1, SP14, SP8, SP13 oraz SP5.
Bardzo miło było nam gościć uczniów i ich opiekunów na podsumowaniu konkursu.

Dorota Stolińska

MISTRZYNIE POWIATU W PIŁCE RĘCZNEJ

Kolejny sukces naszych sportowców: zespół dziewcząt przygotowany przez p. Lidię Golewską, zdobył tytuł Mistrza Powiatu Pabianickiego w rozgrywkach piłki ręcznej szkół podstawowych. W przyszłym tygodniu wojewódzki etap rozgrywek... Będziemy gorąco kibicować (wirtualnie 🙂:-)) i mocno trzymać kciuki.
Gratulujemy!

SZACHY

W dniu 30 listopada drużyna w składzie: Ksawery Gaweł, Krystian Parteka (uczniowie klasy 5a), Mateusz Borowski, Antoni Tszydel, Piotr Wiesetek oraz Jakub Łoboda (uczniowie klasy 4b) wzięli udział w **Mistrzostwach Powiatu w Szachach** organizowanym przez Młodzieżowy Dom Kultury w Pabianicach.

Szkoła wystąpiła po raz pierwszy w turnieju szachowym, na którym zajęliśmy VIII miejsce wśród szkół podstawowych powiatu.

Janusz Koźlenko

Szachy są planszową grą strategiczną o wieloletniej tradycji, które powstały około V – VI w. n.e. Nie wiemy skąd pochodzą, ale najprawdopodobniej z Indii. Za najwcześniejszą formę gry zbliżonej do szachów uznajemy grę "szaturanga" z Indii, w którą następnie w zmienionej postaci grali Chińczycy i Persowie. Po zdobyciu Persji przez Arabów gra dotarła do Europy.

Polska poznała szachy w XII wieku i grywał w nie podobno nawet Bolesław Krzywousty. Umiejętność gry w szachy uznawana była za zaletę. O szachach napisał poemat Jan Kochanowski pod tytułem „Szachy", który uznał je za grę królewską.

Źródło: Mirosława Litmanowicz "SZACHY" - M.A.W. Warszawa 1987

WICEMISTRZOSTWO W ZGIERZU

Zespół naszej szkoły zajął drugie miejsce w wojewódzkich eliminacjach rejonowych - Mistrzostwach Rejonu Zgierz w piłce ręcznej dziewcząt, które odbyły się w Poddębicach w dniu 15 listopada. Opiekunem drużyny jest p. Lidia Golewska.

Natomiast nasz zespół rugby zajął trzecie miejsce w Turnieju półfinałowym Szkolnych Lig Rugby Tag Województwa Łódzkiego w kategorii klas VI, który odbył się w Zgierzu w dniu 16 listopada. Opiekunem zespołu jest p. Wojciech Woźniak.

Gratulujemy zawodnikom i nauczycielom. Brawo!

DYPLOM

DLA

SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 5
w PABIANICACH

za zajęcie II miejsca

w Mistrzostwach Rejonu Zgierz

w piłce ręcznej dziewcząt - IMS

Poddębice 15.11.2016

(fotorelacja z zawodów: https://www.facebook.com/rugbydzieci/photos

---

Stało się to, co i tak było nieuniknione. Nadeszła zimna, słotna jesień, a wraz z nią infekcje, grypy i przeziębienia. No cóż – parafrazując popularną reklamę - taki mamy klimat i nic na to nie możemy poradzić. Możemy jednak wpłynąć i to znacznie, na poziom naszej odporności. Jest kilka zasad, które rzetelnie przestrzegane, może nie wyeliminują całkiem jesiennych infekcji, ale wesprą naszą odporność i pozwolą łagodniej przechodzić niedomagania organizmu.

Po pierwsze – nie należy się przegrzewać. Aby tego uniknąć dobrze jest ubierać się na cebulkę, to znaczy zakładać na siebie kilka warstw niezbyt grubych ubrań, aby mieć pole manewru: jeśli nam zbyt ciepło łatwo się wówczas rozebrać,

a gdy odczuwamy dyskomfort termiczny ze względu na chłód –szybko i bez kłopotu z powrotem się ubrać.

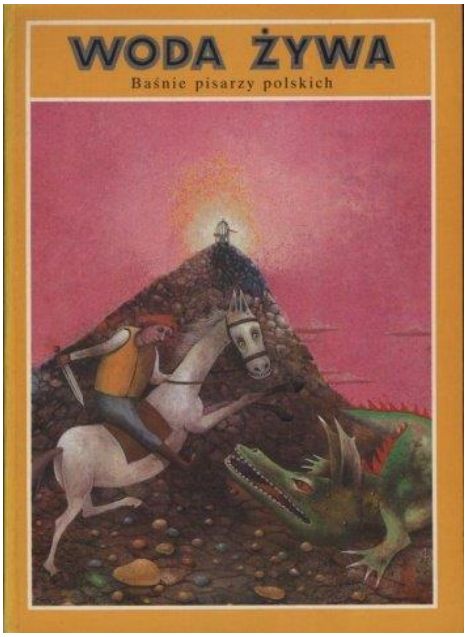
Po drugie odpowiednie odżywianie. O tej porze roku posiłki powinny nas dogrzewać, a nie wychładzać. Polecam tu wszelkie zupy i gorące napoje typu herbata owocowa lub kompot. Nie zapominajcie o śniadaniu. To jeden z najważniejszych posiłków w ciągu dnia, nie tylko ze względu na to iż rozkręca metabolizm, ale również na ogromny wpływ na odporność organizmu. Codzienna dawka warzyw i owoców sezonowych dostarcza witaminy i mikroelementy, które są niezbędne do prawidłowego funkcjonowania systemu immunologicznego.

Na koniec przypomnę jeszcze o pozytywnym nastawieniu do rzeczywistości. W myśl zasady – *uśmiechnięci żyją dłużej* ! Żegnam się z Wami pogodnym uśmiechem i do zobaczenia za miesiąc.

Wasza Szkolna Pielęgniarka

Pan "Stopek" na lekcjach zajęć technicznych w klasach IV.

Redakcja poleca



Dzisiaj chcę zarekomendować książkę, której pierwsze wydanie ukazało się równiutko 60 lat temu, jednak nic a nic nie straciła na swojej wartości. Promuje ona wartości uniwersalne, których waga nie ulega dewaluacji. Nigdy. Mówię tu o książce **„Woda Żywa. Baśnie pisarzy polskich”.** Wyboru poszczególnych dzieł dokonała Stefania Wortman w 1956 roku. Książkę wydała NASZA KSIĘGARNIA. Zawiera ona 29 baśni napisanych między innymi przez: Bolesława Prusa, Jana Kasprowicza, Bolesława Leśmiana, Janusza Korczaka czy Marię Konopnicką.

Każda z nich opowiada inna historię ale łączy je jedno – każda promuje ponadczasowe wartości, takie jak: odwaga, lojalność, wierność, przyjaźń, bohaterstwo, prawdomówność, uczciwość czy patriotyzm. Baśnie zostały napisane jako legendy, a wiemy, że każda legenda niesie ze sobą tak zwaną mądrość ludową, która przekazywana z pokolenia na pokolenie uczy życia i zasad postępowania. To co mnie najbardziej ujmuje w tego typu literaturze to konieczność odczytania symboli, ponieważ w każdej baśni ukryty jest morał, ale nie jest on powiedziany wprost. Dzięki temu interpretacja zmusza do refleksji i głębszego zastanowienia się nad przeczytanym tekstem. Serdecznie polecam. Bibliotekarz