

Echo bursy

Powrót młodzieży i rozdanie nagród za konkursy

Po powrocie naszych wychowanków do bursy, Pani Dyrektor wręczyła dyplomy oraz nagrody za konkursy, które odbywały się zdalnie. Były to konkursy: o bezpieczeństwie w Internecie, fotograficzne, o savoir vivre, dla miss i mistera Bursy, za najlepszą prezentację promującą Bursę Szkolną w Starym Sączu. Największym sukcesem naszych wychowanków było zajęcie drugiego miejsca w konkursie wojewódzkim "Co Ty wiesz o regionie?", którego organizatorem był Samorząd Województwa Małopolskiego. Nagrody zostały wysłane pocztą przez organizatora i wręczone przez panią dyrektor Bursy oraz wychowawcę, pana Krzysztofa Ruchałę, następującym wychowankom: Maćkowi Byśkowi, Kamilowi Murzynowi i Wojtkowi Joniakowi. Gratulujemy chłopcom i opiekunowi konkursu, panu Krzysiowi.

W tym numerze:

- Powrót młodzieży i rozdanie nagród 1
- Tegoroczni maturzyści 2
- Porady dla szukających pracy 2
- Pogłębianie relacji naszych wychowanków 3
- Rysuj w wolnej chwili 4
- Bezpieczne wakacje 4



Zdjęcie: B. Nobilec, tekst: E. Plata

Porady dla szukających pracy

Maturzyści 2021

Bovsunivsky Denys
Bysiek Maciej
Cisoń Gabriela
Filipek Sebastian
Gołdyn Natalia
Górz Tomasz
Gurgul Magdalena
Jarząbek Dawid
Karpierz Maria
Kołodziej Jakub
Kotowicz Natalia
Kowalik Szymon
Kozma Wiktor
Królczyk Ewelina
Krzyszkowski Rafał
Kuchta Sylwia
Liana Ewa
Lichoń Ewelina
Lytvynczuk Nika
Majewska Magda
Nachyła Jakub
Plata Marzena
Płachta Kacper
Podgórnii Jakub
Ponisz Jakub
Romaniak Gabriela
Setlak Alicja
Sharnenkov Viktor
Wąs Karolina
Wielkiewicz Benia
Wróbel Vanessa

Jedną z najważniejszych cech w działaniu każdego człowieka jest optymizm i pozytywne nastawienie. Nasze życie w dużym stopniu zależy od tego, co myślimy o sobie, o innych ludziach i otaczającym nas świecie. Myśli uruchamiają określone zachowania i mają tendencję do potwierdzania się na zasadzie „samospełniającego się proroctwa”. W związku z tym :

1. Nie dopuszczaj do siebie czarnych myśli - to one kształtują Twoje nastroje i usposobienie oraz sposób funkcjonowania.
2. Powtarzaj dobre nowiny - treść prowadzonych rozmów z innymi ludźmi wpływa na Twoje samopoczucie.
3. Nie dziw się faktem występowania trudności - są one udziałem wszystkich ludzi.
4. Zaczynaj wszystko od początku - zrywaj z rutyną, poszukuj własnych sposobów odnowy.
5. Wierz, że sam przeważnie decydujesz o swojej przyszłości - to Ty kształtujesz swoje życie a nie przypadek czy los.
6. Przyjmuj częściowe rozwiązania określonego zadania - częściej będziesz mógł je wykonać.
7. Rozwijaj w sobie wdzięczność - naucz się dziękować innym, bądź uprzejmy i wrażliwy, pamiętaj przysługi.
8. Bądź pogodny - próbuj nawet wtedy, gdy nie sprzyja Ci szczęście.
9. Wykorzystuj swoją wyobraźnię, chcąc odnieść sukces - wyobrażaj sobie rzeczy dobre i przyjemne, które mają się wydarzyć w przyszłości.

Akceptuj to, czego nie możesz zmienić - nie na wszystko masz wpływ i trzeba się z tym pogodzić.. M.C.



Pogłębianie relacji naszych wychowanków

„Pandemiczna rozłąka” sprawiła, że nasza młodzież jest spragniona relacji towarzyskich, rozmów, przebywania ze sobą. W miarę możliwości staramy się nadrobić utracone chwile. Organizujemy wspólne integracyjne ognisko, rozdajemy zaległe nagrody oraz bawimy się na dniu Dzieckś. Korzystamy z zabaw i gier towarzyskich w bursie ponieważ nawiązywanie kontaktów międzyludzkich ułatwia zaspokajanie wielu potrzeb, zarówno psychicznych, duchowych, jak i materialnych. A oto foto relacja z naszych spotkań.

Tekst: E.Plata



Zdjęcia: B. Nobilec

BEZPIECZNE WAKACJE- ZŁOTE ZASADY DLA MŁODZIEŻY

1. Wyjeżdżając, zawsze pozostaw najbliższym informację, gdzie i z kim będziesz spędzać czas. Umów się na określone hasło, które wypowiedziane przez Ciebie będzie oznaczało, że czujesz się zagrożony i potrzebujesz pomocy.

2. Nie afiszuj się zbyt posiadaniem dobrami - nigdy nie wiesz, kto może Cię obserwować. Podczas płacenia staraj się nie pokazywać zawartości portfela.

3. Podróżując pociągiem zawsze zajmuj miejsca z dala od podejrzanych osób i - jeśli to możliwe - blisko konduktora. Staraj się nie podróżować nocą. Nigdy też nie podróżuj autostopem sam - zawsze w gronie przyjaciół. Nigdy nie korzystaj z ofert podwiezienia przez obcych.

4. Kiedy ktoś Cię zaczepia, nie wdawaj się w rozmowy - czasami lepiej udać, że się nie słyszy i iść dalej. Kiedy zaczepki się nasilą, odpowiadaj pewnie, krótko, bez wdawania się w dyskusję. Nie obrażaj napastnika.

5. Przebywając na plaży, pływalni czy w wakacyjnym tłumie, uważaj na swoją torbę, portfel, telefon. Nie noś portfela i dokumentów razem i nigdy nie wkładaj ich do tylnej kieszeni. Dokładnie zapinaj plecaki i torby. Wartościowe rzeczy noś tylko w zamykanych kieszeniach. Jeśli bawisz się na imprezie, nigdy nie pozostawiaj swoich rzeczy bez opieki - kradzieże torebek, portfeli, telefonów komórkowych zdarzają się w klubach niezwykle często.

6. Zawsze i wszędzie pilnuj swoich napojów. Przypadki dosypywania i dolewania różnych specyfików są coraz większym problemem. Po takich substancjach tracisz samokontrolę a na jutro niczego nie pamiętasz. Jeśli idziesz na parkiet, napoje zostaw pod opieką osoby zaufanej.

7. Nigdy nie wybieraj się na dyskotekę sam - zawsze w gronie znajomych. Nie wychodź z dyskoteki samotnie - staraj się wracać do miejsca zamieszkania w towarzystwie przyjaciół.

8. Wakacje to okres wzmożonej działalności dealerów narkotykowych. Pamiętaj, że mitem jest, iż "dopalacze" pomagają w dobrej zabawie. Naucz się być asertywnym! Naucz się odmawiać. **PAMIĘTAJ - NIE ISTNIEJE BEZPIECZNE BRANIE NARKOTYKÓW!!!!**

9. Wakacje to czas relaksu i zabawy, ale nie daj szans, aby wakacyjne picie powiększyło związane z tym statystyki tragicznych wydarzeń. Alkohol wzmacnia agresję, a jednocześnie nietrzeźwy nastolatek jest łatwiejszą ofiarą przestępstwa.

10. Okres wakacji to również intensywny werbunek prowadzony przez sekty. Nie opowiadaj nowo poznanym ludziom o swoich kłopotach czy marzeniach. Możesz być zaproszony na "bardzo ważne spotkanie". Jeżeli osoba jest bardzo życzliwa, ale nie chce odpowiedzieć na Twoje pytanie o cel spotkania i osoby lub instytucje je organizujące: "bo tam się wszystkiego dowiesz", bądź ostrożny. Nie idź, jeżeli wcześniej nie sprawdzisz, kim są ludzie, którzy Cię zapraszają i o co im chodzi. **Należy pamiętać, że żaden zbiór zasad nie gwarantuje 100% skuteczności.**

Nic nie zastąpi rozsądku, odpowiedzialności i ostrożności!!!
Skorzystaj z poniższych linków: <https://www.youtube.com/watch?v=bTL4vNkBqvk>
<https://www.youtube.com/watch?v=7qrT8vMkHlw>

Za artykułem: Anny Dziudzio

Redaktor E. Plata
Marta Cebula oraz
zespół redakcyjny

