

Csikysektől csikyseknek.

CSIKY - CSUKY

csakis nektek!

A Csiky Gergely Főgimnázium diáklapja, 6. évfolyam 1. szám



Gólyapróba 9. oldal



A nagy utazás 10. oldal



Ügyeskedett a X.C osztály 11. oldal

Csiky-Csuky újratöltve

Üdvözlünk titeket az új tanévben, amit már minden bizonnyal június 22. óta mindenki „türelmetlenül” várt. A tanévvel együtt újra itt vannak a diákok kedvencei: a kora reggeli ébredések, a dolgozatok és a véget nem érő tanórák. Persze a tanárok kedvenceit sem kell elfelejteni, az álmos, bamba, semmitmondó tekinteteket, amikkel jóesteben csak reggelente találkoznak...

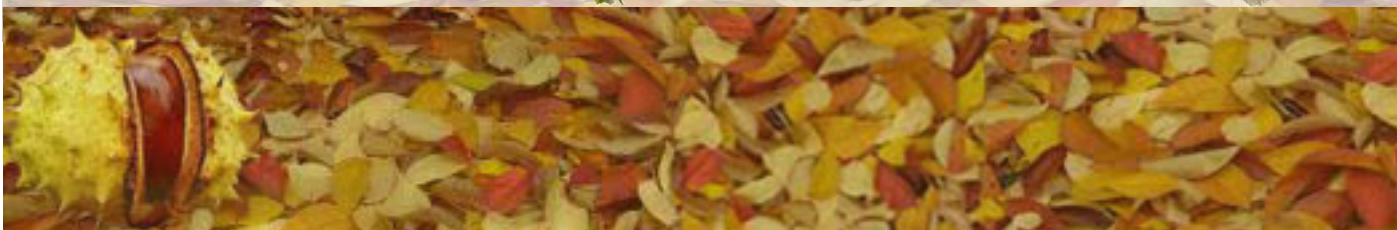
Változások is vannak az iskolában, de a megváltozott igazgatóság ellenére a dohányzás (sokak bánatára) még most sem megengedett a Csikyben, nincsenek plusz szabadnapok, és most sem kaphat senki sem jó jegyet a két szép szemére.

A szeptemberrel együtt megérkeztek az elsősök, az ötödikesek és a gólyák, akik már javában készülődnek a novemberi bálukra. Mert igen, idén is lesz gólyabál, farsang és maturandus is, nyár elején pedig újra elbúcsúznak a végzős diákoktól, akiket már minden bizonnyal ijesztgetnek a MUMUSSAL, az érettségi vizsgával. Ehhez kívánunk nekik kitartást és türelmet. Küldjük az energiát. ;)

Befejezésként pedig csak annyit, hogy lassan felejtsetek el a nyarat, mert ideje újra a tanulásra koncentrálni, ugyanis az idő nagyon gyorsan telik, észre sem vesszük, s az első hóhullással beköszöntenek az első félévi dolgozatok is.

U.I. A hideg ellen a Dufi néninél kapható forrócsokival lehet harcolni.

Heni



Így művészkedtek ti!

Kathy: Az elmúlt nyárról (nosztalgia)

Meleg van ma, rekkenő,
Ventilátort igénylő.
Fagyi nélkül brutális,
De a strandon totális.

A strandon jót napozunk,
Leélgünk, majd nyavalygunk.
Kenjük aztán keményen,
De aludni rajt' képtelen.

Mikor elmúlik, bebarnulsz,
Úgy, mint Penelope Cruz.
Kreol tested irigylendő,
Hisz erre vágyik minden nő.

Estére te kiülnél,
De a szúnyog nem kímél.
Agyoncsíp, ahol lehet
Vakard csak, míg sebes leszel.

Bent a házban füllesztő,
Ventilátort igénylő.
Elindítod, hű de jó,
Csakis így kibírható.



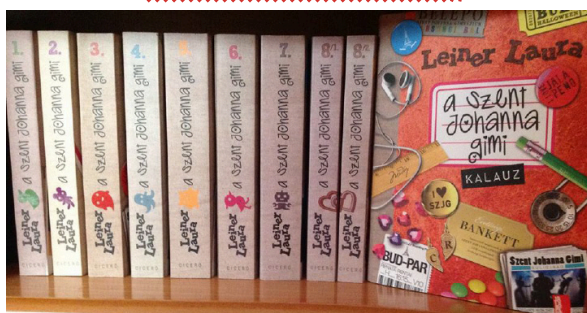
Tapasztó Edi IX.D



Rovatszerkesztők:
Kathy és Zoli

HALIHÓ!!!

Kreatív krapek vagy?
Szeretsz verseket írni, vagy szépen rajzolsz?
ITT a lehetőség, hogy publikáld műveidet!
Nem kell más tenned, mint eljuttatni őket
Molnár Katalin vagy
Bella Zoltán
11. D osztályos tanulókhoz!!:)



Szent Johanna gimnázium
Leiner Laura

Könyvajánló

E havi rovatunkban egy olyan könyvvel ismerkedünk meg, melyet egy tanár és egy diák is elolvasott. Kíváncsiak voltunk hát, hogy miért is tetszett meg *Leiner Laura Szent Johanna gimnázium* regénye számukra.

Ilona János tanár úr: Miért tetszik? Hát. Ezt most röviden, merthogy 5 sor elég lesz. A nyolckötetes (az utolsó kötet dupla!) ifjúsági naplóregényről röviden. Hm. Na jó, igyekszem. Szóval, régóta fordult elő, izé, soha nem fordult még elő, hogy egy könyvet, ami egyszer csak felbukkant a családban, egymás kezéből kikapdosva olvastunk el. Ez volt a Szent Johanna gimnázium első kötete. Ami után megszavaztuk, hogy megrendeljük a másodikat és a harmadikat is. Azután a negyediket, ötödiket és hatodikot. Végül pedig, naná, a hetediket és a nyolcadikat is. (Ami dupla!) És közben nagyon vigyáztunk, hogy ne meséljünk olyan részleteket valamelyik kötetből, amit a másik még nem olvasott el. (Nem volt könnyű!) Igen, ez némi (némi, hm...) pénzbe is került. Meg sok-sok, olvasással eltöltött órába. De megérte. Hogy miért? Hát Reni miatt. Aki a főszereplő. Meg Cortez, Zsolti, Ricsi, Dave, Kinga, Virág, Jacques, Gábor, Arnold (később Macu) miatt, akik szintén főszereplők. Ja, és a két dilis rocker, Andris és Robi miatt. A teljes, tizenkét fős (igen, csak annyi!) osztály miatt, amelynek tagjai nem csilivili szuperhősök, nem vámpírok és nem zombik, csak (csak?) független személyiségek, érdekes emberek, igazi tizenéves diákok. És ennek az osztálynak a négy középiskolai évét végig olyan színesen, érdekesen, hitelesen és életszerűen írta meg Leiner Laura (a szerző), hogy az elképesztő. Jól, sőt klasszul, na! Aki épp most diák (ti, akik olvassátok ezt), az a saját életét látja megelevenedni a könyv oldalain. A saját sikereit, kudarcait, a saját szerelmét, féltékenységét, reménytelenségét és reményét, a saját kamaszkorát és, majd, a felnőtté válását. Aki már nem diák, az pedig

Csillagok, csillagok!

Vízöntő



Már jó bőven elkezdődött az iskola, így te is fáradtabb, és elfoglaltabb lettél. Ezért több odafigyelést igényel a szervezeted, igyál többet, mint általában, fogyassz rendszeresen zöldségeket és gyümölcsöket, illetve szoríts időt a napi nyolc óra alvásra! A fokozott elfoglaltságod miatt megeshet, hogy elhanyagolod családot, szerelmedet, ezért nagyon ügyelj rá, hogy ne ők szenvedjenek miatta. Szerencsenapok: 2., 13., 27.

Kos



Nagyon vidám és különböző érdekes programokkal teli hónap vár rád, sok kedves embert fogsz megismerni, ami nagyon jót tesz neked, mivel mostanában kissé magadba fordultál. Ez az alkalom jó lehet arra, hogy megtaláld a szerelmet, hogy boldog lehess egy olyan személy mellett, aki fontos számodra, ezért járj nyitott szemmel, hiszen sosem tudhatod, mikor jön veled szembe a nagy ő. Szerencsenapok: 5., 17., 21.

Rák



Elszánt és magabiztos leszel ebben a hónapban, olyan fába vered a fejszéd, ami nem kis fálat, de talpraesettséged miatt ez nem fog kifogni rajtad. Ezzel szemben viszont a szerelemben és a baráti körökben nehézségek várnak majd rád, kisebb nagyobb veszekedések és nézeteltérések lesznek köztetek, amit, ha ügyes vagy, könnyen el fogsz tudni simítani. Szerencsenapok: 11., 23., 30.

Oroszlán



Az elmúlt pár hétben sokat idegeskedtél, aminek úgy látszik most van a vége, helyreállnak körülötted a dolgok, minden sokkal jobban fog menni. Vigyázz rá, hogy ez az állapot így is maradjon, hiszen ez a te javadat szolgálja. A szerelemben is minden a legjobban fog alakulni, szerelmeddel közelebb kerültök egymáshoz, mint gondoltátok valaha. Szerencsenapok: 15., 25., 28.

Szűz



Egy jól sikerült terved miatt, kissé elszalad veled a ló. Észre sem veszed, de magabiztosságod beképzeltséggé válik, amit se családod, se barátaid, de még a tanáraid sem néznek jó szemmel. Ne csodálkozz, ha egyre több kellemetlen megjegyzés fog érni ezzel kapcsolatban, hiszen ez nem a te igazi éned, így vissza kéne venned belőle. Szerencsenapok: 2., 6., 24.

Mérleg



Állandó menésben vagy, egy percre sem ülsz le, vagy állsz meg a rohanásban, ami nem rossz dolog, de hosszútávon a kimerültséghez vezethet. Egy kicsit törődj magaddal is, ne csak a rádszabott feladatokkal, és meglátod, sokkal vidámabban fogod venni, ha bármilyen akadály fog előtted állni. Szerencsenapok: 9., 18., 22.



Skorpió

Egy rendkívül jó év előtt állsz, minden a kezed alá fog dolgozni, és könnyű dolgod lesz az iskolában. Vigyázz magadra, mert könnyen megfázhatsz, öltözz fel jobban, mert csalóka az idő. Szerelmi életed egy kicsit kusza, próbáld meg jobban megbízni kedvesedben, mert a sok veszekedés miatt elveszítheted. Szerencsenapok: 2., 5., 19.

Nyilas



Nagyon jó fizikai erőben vagy, egészségesen táplálkozol, sportolsz, és nem kell félned, hogy megbetegszel! Próbáld koncentrálni a tanulásra, hisz rég elmúlt a vakáció, már október van, és az érettségi itt lesz hamarosan. Szerelmed mindenben támogat, és apró romantikus ajándékokkal lep meg ebben a hónapban. Szerencsenapok: 8., 15., 28.

Bak



Új környezet, új osztálytársak, minden más most számodra, de a változás mindig jó. Új barátokat szerzel, de a régieket se feledd! Az iskola szabályzata szigorú, és nem mindenkinek tetszik, de te próbáld betartani, és ne cigizz, ne rongálj stb., mert csak bajba kerülsz. Figyelj oda minden órán, és menj színházba is, mert művelődsz, de magyarnál a plusz pont sem jön rosszul. Szerencsenapok: 7., 23., 29.

Halak



Már első héten konfliktusba kerütlél tanáriddal: le kellene szokni a cigiről, és nem bujkálni szünetekben a vécében. A tanulással nincs problémád, egy kisebb zseni vagy, de ne szállj el magadtól. Nem minden barátod igaz barát, vigyázz velük, mert csak érdekből vannak társaságodban. Szerencsenapok: 10., 13., 25.

Bika



Minden nap azt hallod, hogy „érettségi”, s már elegend van. De hiszen erre vágytál, hogy 12.-es legyél, és hogy hamarosan kiléphess a nagybetűs életbe, de még az érettségi előtted áll, előbb annak kell sikerülnie. A szerelem nagy ívben elkerül, és ne is keresd, mert majd rádtalál ő, amikor nem is számítasz rá. A tornaórákat próbáld meg nem elkerülni, mert fontos a sport az egészségednek. Szerencsenapok: 1., 20., 27.

Ikrek



Párkapcsolatod eléggé labilis, nagyon fontos lenne számodra az érzelmi visszajelzés a párod részéről, próbáld elmondani neki, hogy mi bánt. Valószínűleg a tanulás lelkiállapotod miatt nem megy, de próbáld odafigyelni, mert azt a matek 4-est nem lesz olyan könnyű kijavítani. Nagyon jó barátaid vannak, mindig veled vannak, és tanácsokkal próbálnak segíteni. Szerencsenapok: 5., 24., 30.



Rovatszerkesztők: Dóra és Réka

(A horoszkópot nem elhinni kell, hanem szórakozni rajta!)

Agykroba

50 lejes Farmec vásárlási utalványt nyerhetsz, ha beküldöd a következő rejtvény megfejtését. Ne késlekedj, mert lehet, hogy te leszel az októberi számunk győztese! Várjuk megfejtésed!

Határidő: **2013. október 30.**

A sorsolás időpontja: **2013. október 30. nagyszünet.**

Sudoku

Töltsd ki az üres négyzeteket számjegyekkel (1-től 9-ig) úgy, hogy egy-egy sorban, oszlopban és nagyobb (háromszor hármas) négyzetben egy szám csak egyszer forduljon elő!

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

Intrijó

Nagyon hamar eltelt a vakáció, és itt van egy újabb tanév, s újra bizonyítani kell. Kívánok minden kilencedikes diáknak kitartást a tanulásban!!! A bentlakás megszokásával úgy vélem, hogy már senkinek sincs gondja, mindenki belerázódott, de egész biztos vagyok benne, hogy sokan vágnak haza, és nem csak kilencedikesek!

Az idén 14 új bentlakó érkezett a bentlakásba, ebből 13 kilencedikes és egy tizedikes tanuló. Mindenkori színes egyéniség, aranyosak, nincs velük semmi probléma. Egyelőre :), de reméljük nem is lesz.

Készülődjete a gólyabálra, egész jó kis multság lesz, efelől a 12.-es diákok gondoskodnak... :) Élvezetek ki minden egyes percet a bentlakásban, mert higgyétek el, eljön az a pillanat, amikor bizony majd meg kell válnotok a jó közösségtől, a jó barátoktól, és biztos vagyok benne, hogy nagyon fog hiányozni!!! (Nekem máris hiányzik, pedig még itt vagyok!!!) Továbbá minden végzős diáknak üzenem, hogy üljenek le tanulni idejében! :)

Kellemes és sikeres tanévet mindenkinek!!!



Rovatszerkesztő: Péli

Idén szeretnénk a kisebbeket is bevonni a rejtvényfejtésbe, ezért a 0-4. osztályosoknak külön feladatot szánunk. Tőlük az alábbi logikai feladat megfejtését várjuk.

Logikai feladat:

Egy kosárban öt alma van. Az almákat úgy kell elosztani öt ember között, hogy mindenki kapjon egy almát, és a kosárban is maradjon egy. Hogyan csinálnád?



Rovatszerkesztő: Juli



Az én Aradom!

Október 31-én zárul le Az én Aradom című fotó- és videopályázatra való jelentkezés. Az Alma Mater Alapítvány és a Csiky Gergely Főgimnázium által kiírt pályázaton 5 (öt) olyan fényképpel és/vagy egy olyan videóval lehet pályázni, amelyeket a szerzőjük Aradon készített. Ezeket a csiky.fotovideo@yahoo.com email-címre lehet elküldeni, egy kitöltött pályázati űrlap kíséretében, amelyet az iskola weblapjáról tölthetünk le. Arad építészeti örökségét (épületek, emlékművek, szobrok, hidak, terek stb.), a város természeti örökségét (Maros-part, parkok, zöldövezetek stb.) vagy Aradon megörökített élethelyzeteket, életképeket bemutató fotóval, videóval lehet pályázni. A legjobb fényképeket és kisfilmeket is díjazni fogják a decemberi Csiky-napon. A legjobb pályamunkát beküldő diákot (akár a fénykép, akár a film kategóriában) értékes fődíjjal, egy korszerű digitális fényképezőgéppel jutalmazzák. Az iskola weblapján valamennyi fotó és videó látható lesz, s ezek közül a látogatók szavazatai alapján kerül majd ki a közönségdíjas alkotás.

A pályázat részletes leírását a Csiky weblapján, a fenti menüben található Az én Aradom gombra kattintva olvashatjuk el, további információkat pedig e cikk írójánál lehet kapni. A fő, hogy fényképezetek vagy videózatok, de hamar, mert telik az idő! Október van, szépek a fények, színesek a fák, sárgulnak a levelek, de még ha csepereg is az eső, kitűnő fotókat lehet készíteni. Mire vártok hát?!!!



Ilona János

SPORT

Sziasztok! Az idén is én fogok beszámolni nektek a foci újdonságairól, illetve egy újabb része is lesz a rovatomnak. Ebben az új részben iskolánk diákjai fognak megszólalni: ha sportolók, akkor arról a sportról kérdezem őket, amit űznek, ha meg nem, akkor bármilyen kedvelt sportról.

Kezdjük a focival. Véget értek a 2014-es FIFA Világbajnokság selejtezői. Fény derült az egyenesen kijutottakra és a pótselejtezőt kiérdemlő csapatokra. Ebben a cikkben az Európai végkifejletről számolok be.

Az utolsó forduló eredményei után egyenesen kijutott csapatok: Belgium, Olaszország, Németország, Hollandia, Oroszország, Anglia, Svájc, Bosznia és a címvédő Spanyolország. Pótselejtezőre jutottak: Franciaország, Románia, Svédország, Görögország, Ukrajna, Izland, Horvátország és Portugália. A párosítások a cikk megjelenése után lesznek kihúzva. Következő cikkemben a pótselejtezők kimenetéről és a végső résztvevőkről fogok írni. Na, de most következzen cikkem másik része!

Első kiválasztottam **Bálint Bernadett 11. B** osztályos



tanuló, akinek néhány kérdést tettem fel a pingpong sportágon belüli jeleskedéséről.

– **Mióta űzöd ezt a sportágat?**

– 5 és fél éves voltam, amikor először kezembe vettem az ütőt. Körülbelül 12 éve pingpongozom!

– **Miért pont a pingpongot választottad?**

– A tesóm nagyobb, és ő már űzte, ezért én is kipróbáltam és megtetszett.

– **Milyen eredményeid vannak eddig?**

– Kétszeres Európa bajnok vagyok csapatban, páros és vegyes páros 3. hely, Balkán bajnok, Európa top 10-ben 4. hely, kétszeres országos bajnok egyéniben, országos top 12-ből 1. hely.

– **Hogyan gondolod el jövődet? A pingpongban vagy másban?**

– Mindenképpen a pingpongban, mivel ha betöltöm a 18 évet, húzódok külföld felé. Később pedig edzőként szeretnék dolgozni.

Köszönjük szépen Berninek, hogy válaszolt a kérdésekre, és sok szerencsét neki a jövőben, és még sok ilyen szép eredményt kívánunk neki! Csak így tovább!

Rovatszerkesztő: Boti

TECHNIKA

Integrált hangszóróinak és mikrofonjának hála a Samsung Galaxy Gear okosórával még telefonálni is lehet, így bátran beszélhetünk egy karóra/okostelefon hibrid készülékről. Sőt, még beépített BSI szenzoros kamera is található benne, mely akár 1.9 megapixeles képeket és 720p HD felbontású videókat tud rögzíteni. A Galaxy Gear funkciói között szerepel a Smart Relay,

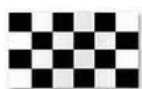


az S Voice, a Voice Memo és a Memographer, az előre telepített alkalmazások listáján pedig ott figyel a Banjo, az eBay, a LINE, a RunKeeper, az Evernote és még sokan mások.

A technikai adatokra rátérve meg kell említeni a 800Mhz-es processzort, az 512MB RAM-ot és a 4GB belső memóriát, de nem mehetünk el szó nélkül az 1.63 colos, 320 x 320 pixel felbontású Super AMOLED érintőkijelző mellett sem. A Bluetooth 4.0, a gyorsulásmérő, a giroszkóp és a 315mAh teljesítményű lítium-ion akkumulátor szintén az okosóra része.

A 36.8 x 56.6 x 11.1 mm-es méretekkel és 73.8 grammos Samsung Galaxy Gear színek széles választékában kapható szeptember végétől, köztük feketében, szürkében, narancssárgában, bézsben, aranyban és zöldben. A szerkezet ára 299 amerikai dollár körül alakul.

Rovatszerkesztő: TI BI



FORMA 1

Mi zajlik a Forma 1-ben?

Elsősorban eredményes tanévet kívánok mindenkinek. A nyár folyamán sok minden történt, de csak a legérdekesebb dolgokat foglalom össze.

Anyáron a Forma 1-nek talán három főszereplője volt: Sebastian Vettel, Kimi Räikkönen és a Red Bull. Sokan úgy vélték, és talán remélték is, hogy a két barát egy csapatnál folytatja, méghozzá a Red Bullnál. Hát ez nem így fog történni. Ki tudja, hogy jobb-e így vagy sem, de Kimi Räikkönen ismét a Ferrari versenyzője lesz. A Red Bull Daniel Ricciardót szerződtette le, azzal az ígérettel, hogy egyenlő rangú lesz Vettelrel, de szerintem ezt még Christian Horner sem hiszi el. A Ferrarinál a mezőny legerősebb párosa áll majd a rajtrácson jövőre, Kimi Räikkönen és Fernando Alonso. Itt az a kérdés, hogy miként fognak tudni kezelni ilyen két kiváló képességű versenyzőt, ki segíti majd a másikat, bár véleményem szerint egyik sem fogja támogatni a csapattársát. Egy másik nagy kérdés, hogy megismétli-e a történelem önmagát, és megtörténik-e az, ami a McLaren Mercedesnél történt Alonso és Hamilton között. Kérdéses, hogy a Ferrari versenyképes lesz-e jövőre, és ha bekövetkezne a harc a két pilóta között, hogy fogja tudni kezelni a helyzetet. Kimi fájó háttal is tökéletesen versenyez, Alonso pedig akármilyen pozícióból indul, motivált, szóval nehéz dolga lesz a Ferrarinak, hogy kordában tartsa versenyzőit.

A nyár folyamán több versenyző jövője is eldőlt. Mark Webber a Le Mans-i 24 órás viadalra készül Porschéhoz szerződött. Felipe Massa még keresi helyét a Forma 1-ben, három csapat is szóba jöhet: a Lotus, a Sauber és a Force India. Nico Hülkenberg lehet, hogy a Sauber versenyzője marad, de akár a Lotusé is lehet. Több pilóta jövője is bizonytalan még, mint például Perezé vagy Buttoné, vagy akár Alonsoé is, aki egyes értesülések szerint el szeretné hagyni a Ferrarit.

Vettel körül kisebb örvény keletkezett, mióta zsinórban megnyerte az olasz, a szingapúri és a koreai és a japán nagydíjat. Mindenki látja a nagy fölényt, és keresik a magyarázatot, de szerintem erre csak egy válasz van: zseniális az autó tervezője, Adrian Newey, és zseniális a versenyző, Vettel. Ők ketten nyerő

párost alkotnak. Sokan elismerik Vettel képességeit, a jelenlegi mezőnyből és a nagyok közül is, mint például Lauda és Schumacher is legendaként kezeli már a fiatal bajnokot. Schumacher szerint Vettel lesz az utódja, aki megdöntheti címeinek számát, és akár nagyobb legendává válhat, mint ő. Úgy tűnik, Vettel nagyon kiegyensúlyozott, nem zökken ki a ritmusából. Sokak szerint már oda lehetne adni neki a világbajnoki címet, így ő lenne minden idők legfiatalabb négyszeres világbajnoka, és mind a négy címet zsinórban nyerné meg. Szerintem már csak Alonso reménykedik abban, hogy megfoghatja, de ő is látja, hogy erre nincs reális esélye. A Red Bull is megfoghatatlan a konstruktóri világbajnokságban. De ez még mind a jövő zenéje.

U. I.: Sok sikert a gólyáknak, és mindenkinek egy emlékezetes és kiváló tanévet kívánok. :))



Rovatszerkesztő: Be@

Humorzsák

Tanár magyarázza a vérkeringést:

– Ha fejen állok, akkor a vér a fejembe folyik, és a fejem vörös lesz. Meg tudja valaki magyarázni, hogy ha a lábamon állok, a vér miért nem folyik a lábamba?

Erre Pistike a hátsó padból:

– Mert a tanár bácsi lába nem üres!

Az anyuka kérdezi a fiát:

– Mi volt ma az iskolában, Zolika?

– Kémiaórán a robbanóanyagokról tanultunk.

– És holnap mi lesz az iskolában?

– Iskolában? Miféle iskolában?

– Mama, az iskolában azt mondták, hogy állandóan hazudok!

– De Pistike, te még nem is jársz iskolába!

Irodalomórán:

– Pistike, neked ki a kedvenc író?

– A papám. Ő szokta írni az igazolásokat, amikor nem jövök iskolába.

– A maga fia elég régóta nem jár iskolába.

– Nem létezik, hisz minden reggel elkísérem!

– Elhiszem, de a tanítás délután van!

– Pistike, melyik a kedvenc tantárgyad?

– A kvantumfizika.

– De hiszen ti még nem is tanultok kvantumfizikát!

– Hát éppen ezért!

Rovatszerkesztő: Andi



Csak csajok!!!

Őszi hidratálás

Az őszi kezdetével gyakoribb a bőr, illetve ajak kiszáradása, mely nagyon kellemetlen lehet, ezért ajánlott a probléma megelőzése. Különböző

erősen hidratáló krémek, szájbalzsamok használata nagyon sokat segít, de már azzal sokat teszünk, ha naponta megiszunk 2 liter vizet, mivel testünk nagy részét víz alkotja.

Hogyha gyakran szoktad harapni vagy rágni ajkaid, az csak ront a helyzeten. Próbáld odafigyelni, hogy minél ritkábban csináld, és ne váljon rossz szokásoddá!

Ha netán odáig jutsz, hogy kibírhatatlanul repedezett lesz a szád, a leghatékonyabb, ha este lefekvés előtt bekened mézzel. A méz gyulladáscsökkentő hatása, így gyógyítja ajkunkon az apró berepedéseket. Nagyon jók a száraz bőrre

Legyünk ősszel is szépek és üdék!

a shea-, kakaóvajból készült testápolókrémek, szájbalzsamok, mivel hihetetlenül jól hidratálják azt, és használat után selymesek és jó illatúak leszünk.

Figyelj oda, hogy A (répa, dió, máj) és E (napraforgómag, mandula, mogyoró, mangó) vitaminban gazdag ételeket fogyassz!

Fogmosás után fogkefével ma-sszírozd meg ajkaid, így azok szép puhák lesznek.

Egy kis kényeztetés általában elég ahhoz, hogy megóvjad ajkaid egészségét. Sok sikert kívánunk ehhez!

A tinikor ellen-ségei: a pattanások!

Sokan küszködünk tinikorban a pattanásokkal, kellemetlen, ide-gesítő érzés, amikor a tükörbe nézve meglátod a kis szörnyetegeket az arcodon. A legvégső esetben sokan gyógyszeres kezeléshez fordulnak a pattanások ellen, de lássunk pár egyszerű tippet, amivel otthon könnyedén megszabadulhatunk a pattanásainktól!

és üdék!

Ki gondolta volna, hogy egy kis citromlé csodákra képes! Friss és szép lesz a bőröd, ha hetente egyszer (többször nem kell!) egy félbevágott citrommal átdörzsölöd. Nemcsak a pattanásokat üzi el, hanem a pattanások után maradt barnás foltokat is eltünteti.

A tojásfehérje egy csodás fegyver a pattanások ellen! Kétúró arcmaszk készíthető belőle, főként zsíros bőrűeknek ajánlott. Annyi az egész, hogy egy kis tojásfehérjét felverünk (nem kell nagyon, ha egy picit már habos, az jó), és az egészet felkenjük az arcunkra. 10 percig pihenünk, majd lemossuk. Ragyogó lesz a bőrünk azonnal!

A teafaolaj egy nagyon erős természetes gyógyír antibakteriális hatásának köszönhetően. Vigyázz, hogy olyan olajat használj, ami 100% tisztaságú! Pár cseppet hígíts fel egy kevéske vízzel, majd ebbe márts egy vattapamacsot, és tedd a pattanásodra! Nagyon gyorsan leszárítja, és az illata is frissítő.

Rovatszerkesztők: Kitti és Regina

Koktél

Így maradhatsz fitt és egészséges ősszel is

A hűvös és borongós őszi napok könnyen elronthatják a hangulatunkat, ebben az időszakban gyakoriak a köhögéssel és náthával járó fertőzések. Adunk pár hasznos tippet, hogy ősszel és télen is egészséges és fitt légy, immunrendszered pedig erős maradjon.

A sport segít az immunrendszer egészségének megőrzésében

Sokan abba a hibába esnek, hogy az őszi időjárás beköszöntével lemondanak minden szabadidős sporttevékenységről. Pedig mind a testnek, mind a léleknek nagy szüksége van ilyenkor a friss levegőre és a mozgásra. A séta, a biciklizés és a túrázás lendületben tartja az immunrendszert, és gondoskodik róla, hogy a légzőszervek hozzá szokjanak a hidegebb levegőhöz. Előfordulhat,

hogy a szervezet az edzést követő 24 órában érzékenyebb a fertőzésekkel szemben. Ezért ne fuss vagy kocogj minden nap, hagyd időt szervezetednek a pihenésre, és figyelj oda arra, hogy bármit is sportolsz, ne izzadj, mert a nedvesség és a hideg hatására nagyon könnyen megfázhatsz, vagy akár tüdőgyulladást is kaphatsz. Semmi estre se erőltess túl magad!

Váltófürdő/zuhany:

A hideg és meleg váltakozása serkenti a vérkeringést, ami ellenállóbbá tesz a kórokozókkal szemben, és fokozza az anyagcserét. Kezdj mindig a meleg vízzel! Majd a lábaidtól felfelé haladva válts hideg vizes zuhanyra. Háromszor ismételd meg a meleg-hideg váltást! Mindig hideg vízzel fejezd be! Utána törülközz meg, és öltözz fel kellemes melegen!

Szauna:

A szauna nem csak a bőrnek tesz jót, de edzi az ereket és az immunrendszert is.

Egyél levest!

Egy kis meleg húsleves vagy zöldségleves nagyszerű hatással van az egészségedre. Ha úgy érzed, meghűltél, vagy sokáig fáztál odakint, semmiképp se hagyd ki!

Vitaminok és ásványi anyagok:

Különösen ősszel fontos odafigyelni a kiegyensúlyozott vitamin- és ásványi anyagbevitelre. Amilyen gyakran csak lehet, kerüljön az asztalra tipikus őszi zöldség, például tök és káposzta. A tök tele van fontos vitaminokkal, és egyes kutatások eredménye szerint még a dohányzásról és az alkoholoról való leszokásban is segíthet. A káposzta pedig gazdag C-vitaminban.



Igyál elegendő folyadékot!

Annak ellenére, hogy hidegebbre fordult az idő, nem szabad elfelejtenünk az elegendő folyadékfogyasztásról! A fűtés miatt a levegő szárazabb lesz, ezért is fontos, hogy a száj- és garatüreg nyálkahártyáját nedvesen tartsuk, és a kórokozók ne tudjanak megtelepedni rajta.

Pihenés:

A betegségek elkerülése érdekében időt kell adni szervezetünknek a

pihenésre. Elegendő alvás nélkül az immunrendszer könnyen legyengülhet. Ha úgy érzed, alváshiányod van, fekjüdj le korábban!

Kézmosás:

Ebben az időszakban hemzsegnek a vírusok az ajtókilincseken, a közlekedési eszközök kapaszkodóin, a lépcsőkorlátokon, és egy kézfogással is könnyen terjedhetnek. Ezért, ha hazaérsz, mindig moss kezet!

Ne felejtsük el: legfontosabb az egészségünk, ezért nem árt egy kis figyelmet fordítani rá!

Rovatszerkesztők: Berni,
Meli, Timi :)



Közhírré tétetik!

GÓLYAPRÓBA

Ha új tanév, akkor új iskolatársak. A kilencedik osztályban az a jó, hogy valamilyen szinten mindenki új, és lehet ismerkedni, új barátokat szerezni, vagy a régi barátságokat szorosabbra fűzni. A barátságok kialakulásában nagyon sokat segít a gólyabál, illetve a bálra felkészítő próbák. Tavaly én is gólya voltam, és a próba minden percét élveztem. Lehetőséget



adott ismerkedni diáktársakkal, és a jó hangulat megszépítette a szürke iskolai hétköznapiakat. Nem elhanyagolható az a tény sem, hogy együtt lehetsz a „nagy” tizenkettedikesekkel, akik beavatnak az iskolai élet titkaiba, trükkjeibe, egyes tanárok szokásaiba. Nagyon örültem, amikor a próbára látogatva megláttam, milyen sokan jelentkeztek az idén gólyának. Lássuk, ők hogyan vélekednek minderről!

Először a szervezőket kérdeztem...

Boda Melánia (XII. D)

- Mi lesz a gólyabál témája?
- A gólyabál témája a vadnyugat lesz.
- Meg vagy elégedve a gólyákkal?
- Igen. Látszik rajtuk, hogy

igyekeznek, és jól akarnak teljesíteni. Nagyon lelkesek, ami segíti a munkánkat.

- Milyen táncok lesznek?
- Keringő, és megpróbálunk egy témával kapcsolatos közös táncot is összeállítani, valószínűleg a Cotton Eye Joe-ra.
- Hol fogjátok tartani a bált?
- A bált a No Name-ben fogjuk tartani, november 15-én.

Wager Ricsi (XII. E)

- A te szemszögedből nézve eddig, hogy haladtok?
- Szerintem elég jól haladunk, hiszen a gólyák ügyesek, ami sokat számít.

– Milyen a próbák hangulata?

- Nagyon jó, vidám hangulat uralkodik. Sokat szórakozunk a próbák alatt.
- Milyen érzés szervezőnek lenni?
- Nagyon jó, mert kihívást jelent.
- Mit üzensz a diáktársaknak, mivel reklámoznád a bált?
- Jöjjenek el, mert NAGY PARTY LESZ!!! :D

Lássuk, hogy miként vélekednek a főszereplők, vagyis a GÓLYÁK!

Zsámbók Zoli (IX. A)

- Miért jelentkezted?
- Én a buli kedvéért jelentkeztem.
- Ki a párod? Milyen az összhang köztetek?
- Szindi, és eddig jó az összhang... ,remélem így is marad.
- Van-e lámpalázad?
- Nincs lámpalázam..., nem vagyok az az izgulós fajta.

Sáfár Kinga (IX. C)

- Miért jelentkezted?
- Mert ez egy izgalmas és vicces tevékenység.

- Megfelelnek a próbák az elképzeléseidnek?
- Igen. Mindenki itt van, és nagyon jól szórakozunk.
- Szerinted melyik gólyapár teljesít a legjobban?
- Szerintem Walti és Anna, hiszen Walti jó táncos.



Ha kíváncsiak vagytok Bold Barbi (IX. A) és Sipos Walti (IX. A) válaszaira, és remélem, azok vagytok, látogassatok el iskolánk weblapjára, és olvassátok el a weboldalas cikkemet a gólyapróbáról. Kitartást a szervezőknek és sok sikert a gólyáknak! Ti pedig kedves csikysek, ne feledjétek:

NOVEMBER 15., NO NAME!!!

Béla

Siska-Szabó Zoltán természetfotó kiállítása

Biztos hallottatok már arról, hogy fényképek vannak kiállítva a Tóth Árpád teremben, sőt egyesek talán már látták is. A képeket Siska-Szabó Zoltán természetfotós készítette. Aki már látta a

kiállítást, biztos egyetért velem abban, hogy nagyon érdekes és változatos képek vannak kiállítva. Némelyek nagyon drasztikus üzenetet közvetítenek, míg más képeken közlelő lefényképezett rovarok láthatók. Hogy ne csak a fantasztikus képeket nézhessük meg, hanem egy kicsit ismerjük is meg azt, aki a képeket készítette, feltettem egy pár kérdést Siska-Szabó Zoltán természetfotósna.

1. Mióta foglalkozik fényképezéssel?

Fényképezéssel úgy kb. 25-26 éve foglalkozom. A 80-as évek közepétől végeztem el egy tanfolyamot, ami 2 évig tartott, és közben beiratkoztam az aradi fotóklubba, aminek azóta is tagja vagyok.

2. Miért szeret fényképezni?

Hát, nekem ez adatott mint hobbi. Mindenkinek van valami hobbi: van, aki focizik, van, aki horgász, van, aki kirándul, van, aki zongorázik, van, aki sakkkörbe jár..., hát nekem a fotózás jutott, és nem bántam meg.

3. Hol készültek a kiállított képek?

Több helyen készültek, a Biharban és az Érchegységben.

4. Van-e kedvenc képe, és ha igen, melyik?

Igen... igen..., ezt eléggé sokszor megkérdezik fotósoktól és festőktől is, hogy „Melyik a kedvenc képe?”. Na, ez pont olyan, mintha egy apától vagy egy anyától megkérdeznéd, hogy melyik a kedvenc gyereke. Vagyis erre a kérdésre nem tudok válaszolni, mert mindegyik képhez ugyanúgy ragaszkodom, mint a többihez.

5. Mit akar üzeni a diákoknak a képeivel?

Legelőször is azt, hogy szeressék és óvják a természetet, mert ez

az egy dolog, amin ha elrontasz valamit, akkor azt már a te életedben nem lehet visszacsinálni, mert ha egyszer kipusztul az emberiség, akkor a természet újra szép lesz. De akkor már nem lesz, aki lássa. És azért nem szabad bántani a természetet, mert mire az a sebeit begyógyítja, azt mi már nem fogjuk megérni... sőt, még a gyerekeink és az unokáink se.

6. Nehéz-e megragadni egy pillanatot, vagy mindig adódik téma?

Azéntémakörömben nem probléma elkapni egy-egy pillanatot, mert az a pillanat majdnem örök, mert én természetfotós vagyok. Valamint téma mindig adódik, hiszen a témát mi keressük, de persze szerencsére is szükség van, mert nem mindegy, hogy milyenek a fényviszonyok. Tehát a témaválasztás 80%-ban tőlünk függ, 20%-ban meg, hogy mi adódik.

Most, hogy egy kicsit többet tudtok a kiállításról, azt ajánlom nektek, hogy amikor a könyvtár felé visz az utatok, nézzetek be a díszterembe is, vagy csak úgy simán, kíváncsiságból menjetek le megnézni, hiszen egy kis testmozgás senkinek se árt, és a látvány kárpótol a fáradságért :P

T.B.

A NAGY UTAZÁS

Október 9-én reggel nagy utazás várt Sisa Richárdra (X. A), Kovács Henriettára (XI. A) és rám, Gulyás Beatrixra (XII. A). Szovátára indultunk átvenni Mákvirág-díjainkat, illetve részt venni a jutalom táboron.

Két átszállás és egy kis ügyeskedés után sikeresen megérkeztünk Szovátára, a Teleki Oktatási Központba. A szokásos ismerkedős programmal kezdtünk, amit majd egy éjjeli túra követett

a Medve-tó körül. Annak, aki még nem látta a tavat nappal, az éjjeli élmény még csodálatosabb volt, hiszen az apró fényeket csodálatosan tükrözte vissza a tó felszíne. A túra izgalmas volt: zseblámpával szakadékok szélén járkálni. Szabadprogram közben nagyon jó barátságokat kötöttünk máktársainkkal, amik lehet, hogy örökké megmaradnak, ha ápoljuk őket. Csütörtökön a Bekecs hegyre kirándultunk, ez egy 25 km-es túra volt, ami igénybe vette minden erőnket, de megérte. Gyönyörű tájakat jártunk be, nagyon jó időben. A szalonnasütésnél viszont igénybe kellett vennünk egy esernyőt, hogy a tűz ne aludjon ki. Estére mindenki nagyon elfáradt, de a közös szórakozás



akkor sem maradhatott el. Péntek délelőtt a Parasztolimpia várt ránk, aminek próbái a következők voltak:

Petrencserúd-tartás, Krumplihámozás, Patkódobás, Csutak-dobás, Vetőmagválogatás, Malomkő-tartás és Gumicsizma-hajtás. A Rámbóú csapat nyert, aminek tagja volt Ricsi is, és nagyon büszkék vagyunk rá. Heni ennek a jeles eseménynek a fényképezése, én pedig a pontozással foglalkoztam. Délután termet díszítettünk, szerepet állítottunk össze, este pedig Pali bácsival beszélgettünk, akinek köszönhetjük a Mákvirág-díj megszületését. Szombaton először az Ezüstgyopár díjas tanárokat ünnepeltük meg: Aradról Czirják Izabella Márta tanítónő és Szabó

László tanár úr kapták meg. Utána pedig mi is elnyertük jutalmunkat: Ricsi bronz fokozatot, Heni ezüst fokozatot, én pedig arany fokozatot kaptam. Murvai Dávid ezüst fokozatot kapott, de ő nem tudott velünk Szovátára jönni. Aki először kapja meg függetlenül, hogy hányadikos, bronzot kap, aki másodszor, az ezüstöt, aki harmadszor aranyat, és aki negyedszer, az gyémántot.



Szombaton még sétáltunk egyet Szovátán. Vasárnap reggel elindultunk Szovátáról Marosvásárhelyig, onnan pedig Kolozsvárra. Az út izgalmassá alakult, mert a mikrobuszunk gumidefektet kapott, és így megvolt az esély, hogy lekéssük a vonatunkat Kolozsváron, de szerencsére ez nem következett be. Így estére jól hazaértünk.

„Szerintem sikeres táborot zártunk a vasárnapi érdekes hazautazással. A közösség és a programok jók voltak, és remélem, hogy lesz még lehetőségem ilyen táborokban való részvételre.” Sisa Richárd

„Idén már másodszor voltam Mákvirág, és csak remélni tudom, hogy jövőre is az lehetek.

A szovátai jutalomtábor idén is tanulságos és szórakoztató volt, és ez jó alkalom arra, hogy megismerjük a miénkkel hasonló érdeklődési körrel rendelkező diákokat, vagy arra, hogy újra találkozhatunk olyanokkal, akiket országos versenyekről ismerünk. A visszaút meg csak a hab volt a tortán.” Kovács Henrietta

Én idén harmadjára is megkaptam a díjat, és személy szerint nagyon jól éreztem magam. Nekem ez a díj többet jelent, mint egy érem, amit megkapok, itt igazi barátaimmal találkozok, emellett nagyon jól szórakozom, és új barátokra teszek szert, akik olyannak fogadnak el, amilyen vagyok.

Köszönjük szépen az iskolánknak, a tanárainknak, Pali bácsinak és Szolláth Hunornak azt, hogy Mákvirágok lehetünk, a tábor és ezt a kiváló négy napot, amit eltölthettünk új és régi barátainkkal.

Gulyás Beatrix

Ügyeskedett a 10. C osztály!

Sulikezdeésre mi is, mint még pár osztály, kimeszeltük az osztályunkat. Fehérré. Azt gondoltuk, hogy fel kéne dobni valamilyen szép színnel. Mondtuk, hogy ráférne egy kis vidámság azokra a fehér, újonnan festett falakra. Az oszi segítségével e hónap 10-én nekivágtunk, és különböző ábrákat rajzoltunk a falra, majd kifestettük azokat. Mindenki lelkesen nekikezdett a falfestésnek, és nagyon kíváncsiak voltunk, mi fog ebből kisülni. Rajzoltunk többfajta virágot, egy fát, és végül a kéznyomainkat is megörökítettük. A fára majd felkerül mindenki arcképe, szimbolizálva az összetartást, ami úgy érzem, hogy már kialakult valamilyen mértékben. Szerintem



nagyon szép lett az osztályunk, remélem, mindenkinek tetszik!

Így, a munka végén szóra bírtam két osztálytársamat. Nézzük az ő véleményüket is!

– Szerinted ez a közös program jót tett az osztályközösségnek?

– Szerintem a közös festegetés nagyon jól sikerült. Ezzel is egy kicsit összebb kovácsolódtunk. Összekötöttük a kellemest a hasznossal. Remélem, lesz még több ilyen közös programunk. (Sipos Szilárd)

– Milyennek tartod a falra felkerült rajzokat, illetve hogyan vetted ki részed a munkából?

– Szerintem művésziek, szépek, gyönyörűek, csodálatosak, kiválóak, isteniek és páratlanok a falra festett rajzaink. Hát, én csak pár levelet és a fa törzsét festettem ki. (Sandu Roland)

(U. I.: Vállalunk szobafestést is... na jó, nem! :))



Juli



Mákszemtől Mákvirágig



Újra megkezdődött az iskola. Ha a nagyobbak nem is, de a kicsik annál jobban örültek neki. Círják Márta tanító néni előkészítőseinél jártunk, és megkértük őket, hogy röviden meséljenek magukról.

Budacsek Tímea: Nagyon jó a nulladik, sokkal érdekesebb, mint az ovi. A legjobban a kézimunkát szeretem, nagyon sokat rajzolunk és színezzük.

Bíró Botond: A testvéreimet Bíró Mátyásnak hívják, nagyon szeretem őt. Őt és fél éves vagyok. Szeretem a sulit. A kedvenc órám a szünet. Nagyon szeretem a versenyautókat.

Csermák Dani: 6 és fél

Ambrus Roland (9. A)

1. Mikor születtél, és hogyan szokott telni a születésnapod?

1998. október 30-án születtem, és a születésnapom általában otthon szoktam tartani a barátokkal együtt, akikkel jókat szórakozunk, esetleg játszunk vagy meccset nézünk, egyszerűen csak jól érezzük magunkat.

2. Mi volt az elvárásod 8.-ban a liceummal kapcsolatban?

Akkoriban úgy gondoltam, sőt még most is azt gondolom, hogy nehéz lesz, főképpen azért, mert másik iskolából jöttem, újak az osztálytársak, új az iskola, és ezeket mind meg kell még szoknom.

3. Hogyan jellemeznéd magad?

Nagyon szeretek sportolni, szeretem a focit, fontosak számomra a barátaim, sőt, néha úgy érzem, ők a legfontosabbak az életemben, mert számíthatok rájuk, és jókat szoktam velük szórakozni. Kedvenc színem a kék, illetve a piros.

Rovatszerkesztők: Berni, Timi, Meli



éves vagyok. 7-en vagyunk testvérek a családban: Maris, Józsi, Dávid (aki most harmadikos), Regina, Kami, György és én, és nemsokára megszületik a kishúgom is. Nagyon szeretem a tornaórát.

Gyarmati Timike: Nem hiányzik az ovi, megszoktam az iskolát. Nagyon jó a tanító néni velünk, szeretem őt.

Bokor Brúnó: Szeretek tanulni, nagyon szeretek festeni is. Már el tudok számolni 19-ig. A 10-es a kedvenc számom.

Drasztyl Anna Szilvia: Szeretek tanulni, mert érdekes dolgokat tanulunk az iskolában. Jobban szeretek iskolába járni, mint az oviba.

Rovatszerkesztők: Ency, Timi, Berni, Meli.

Október Arcai

Péter Lídia (12. D)

1. Mikor volt a születésnapod, és milyen érzés 18 évesnek lenni?

Október 1-jén volt a születésnapom, viszont egyelőre nem érzek semmi változást. Esetleg abban más, hogy mostantól a felelősség rám hárul, illetve belecsöppentem a nagybetűs életbe. :)

2. Milyen tizenkettedikesnek lenni?

Pfff... félek, hiszen sokat kell tanulni, mindenkinek



nagyok az elvárásai felénk, de úgy gondolom, hogy ezeknek eleget kell tenni a legjobb tudásunk szerint, hiszen ez segít elindulni saját utunkon.

3. Hiszel-e a horoszkópban? Mit gondolsz, milyen tulajdonságok igazak rád a mérleg tulajdonságai közül?

Nem hiszek a horoszkópban, de szerintem annyi rám ragadt, hogy azt mondhassam, pár dolog azért igaz rám a tulajdonságok közül mégpedig az, hogy az érzelmek irányítanak, és úgy gondolom, hogy az idő mindent helyrehoz, megoldódnak a problémák, és ez azért tipikus mérleg gondolkodás.

A szerkesztőség tagjai: Bakai Kitti, Bella Réka, Bella Zoltán, Boda Melánia, Bortos Júlia, Gáspár Bernadett, Gulyás Beatrix, Kiss Zsuzsanna, Mátyás Enikő, Mihály Bernadett, Molnár Andreea, Molnár Katalin, Molnár Melinda, Pálfi Kinga, Péter Lídia, Pop Reghina, Schmidt Tímea, Szilágyi Dóra, Tóthpál Béla, Veres Bernadett, Viszhányó Botond, Weisz Tibor

Projektvezető: Rudolf Ágnes tanárnő

Tördelés, képszerkesztés: Tóthpál Béla

Korrektúra: Rudolf Ágnes tanárnő

Támogatók: Farmec, a Csiky Gergely Főgimnázium Szülői Bizottsága

Nyomtatás: Trinom nyomda

