

Szkoła Podstawowa nr 1
im. Fryderyka Chopina w Żarach



Prace konkursowe (wybór)

*Zamiast palenia papierosów i bezsensownego
wydawania pieniędzy wolal[a]bym przeznaczyć
je na coś innego*

Żary 2015

Słowo wstępne

Uczniowie Szkoły Podstawowej nr 1 im. Fryderyka Chopina w Żarach wzięli udział w konkursie profilaktycznym „Stop dla nikotyny”. Ich zadaniem było napisanie pracy literackiej na temat *Zamiast palenia papierosów i bezsensownego wydawania pieniędzy wolal[a]bym przeznaczyć je na coś innego* oraz stworzenie plakatu ukazującego zgubne skutki palenia papierosów.

Dzieci bardzo dobrze wywiązały się z tego zadania, czego dowodem jest poniższy wybór prac. Uczniowie ukazali w nich, do czego prowadzi uzależnienie od tytoniu, dokonały obliczeń, z których jasno wynika, iż papierosy zabierają nie tylko zdrowie, lecz również sporą sumę pieniędzy. Ktoś przez nie nie ma ubrania, ktoś przez nie nie pojechał na wymarzone wakacje, ktoś przez nie nie ma roweru i nie może jeździć z rówieśnikami po osiedlu.

Zapraszamy do zapoznania się z poniższymi tekstami, niech zostawią w nas ślad, kto wie, być może ktoś dzięki nim porzuci papierosy na rzecz najbliższych, na rzecz zdrowia i życia?

Prace nagrodzone

Nazywam się Emilia Żelazek. Uczęszczam do 6 klasy w Szkole Podstawowej nr 1 w Żarach. Niby mam tylko 13 lat, ale jako młoda osoba bacznie obserwuję, co dzieje się wokół mnie. Coraz więcej ludzi sięga po papierosy, w tym osoby w moim wieku. Martwi mnie to i w tej pracy chciałabym przedstawić pomysł na wydanie pieniędzy w sposób rozsądniejszy niż na tytoń.

Moją największą pasją jest sport, trenuję lekkoatletykę od półtora roku. Spotykając się na co dzień z hasłem „**Sport to zdrowie**”, przechodzimy obok niego obojętnie. Nie zdajemy sobie sprawy, ile prawdy jest w tych dwóch słowach. Pomyślałam sobie, że młodzi ludzie sięgają po używki z braku pasji, zajęć, zainteresowania czymkolwiek. Z drugiej strony nie można się dziwić, skoro tutaj, w Żarach, nie ma odpowiednich warunków. Oczywiście, chcieć to móc. Jak komuś bardzo zależy, to będzie trenował, biegał po żużlu, po kamieniach czy po

dziurach. Ale to nie jest odpowiednie przygotowanie się. Aby osiągnąć dobre wyniki, trzeba się dobrze przygotować. A aby się dobrze przygotować, trzeba mieć warunki, niestety, tego nam brakuje. Gdyby zebrać pieniądze od tych wszystkich palaczy, zbierałaby się niezła suma. Moim pomysłem na wydanie tych pieniędzy jest wybudowanie stadionu. Prawdziwego stadionu. Położyć bieżnię, wybudować skocznię. Obecne warunki są do niczego. Trenuję, bo chcę. Dla siebie. Taki prawdziwy stadion pomógłby nie tylko mi, ale również chętnym czy rówieśnikom klubu. Moglibyśmy osiągać lepsze wyniki, korzystając z profesjonalnego sprzętu. Naprawdę wygodniej biega się po tartanie niż po żużlu.

Dzieci są dobrymi obserwatorami. Dorośli, pracując w stresie i nie zwracając uwagi na szczegóły, nie dostrzegają prawdziwych problemów i potrzeb społeczeństwa. Młodzi ludzie nudzą się, szukając innych zajęć, do których łatwo ma się dostęp. Niestety, najczęściej są to używki. Pisząc tę pracę chciałam podsunąć pomysł dorosłym, którzy najwidoczniej nie zauważyli złych warunków. Przedstawiłam tylko jeden pomysł, ale dla mnie najważniejszy. Tak naprawdę wydawanie pieniędzy na papierosy to tak, jakby spalić pieniądze, bo z tego żadnego pożytku nie ma. Dlatego następnym razem kupując papierosy, zadaj sobie pytanie „**Czy warto?**”

Emilia Żelazek, 6b

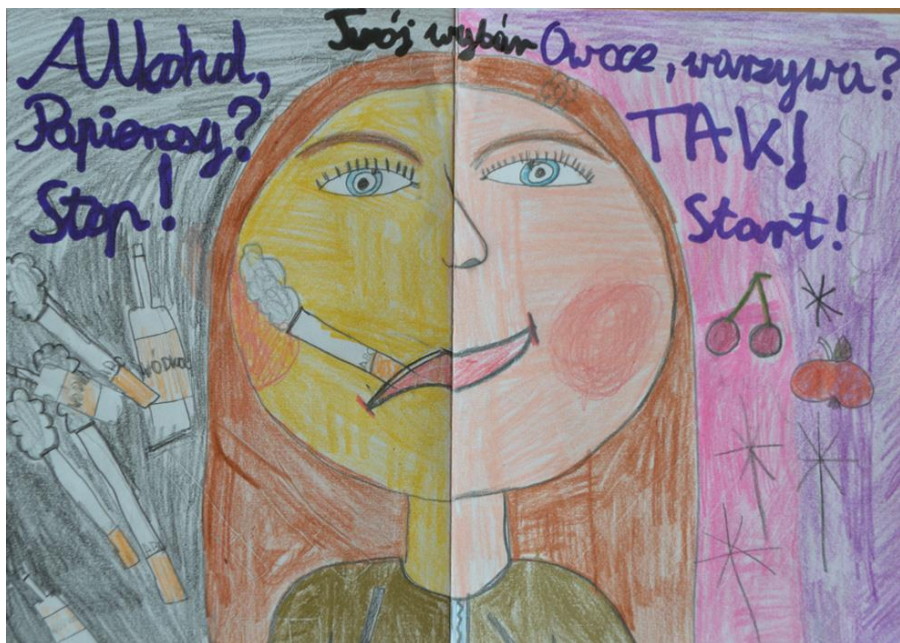
Mam na imię Gabrysia, chodzę do Szkoły Podstawowej nr 1 w Żarach i w tym roku skończyłam 13 lat. Pomimo wieku mam małe przemyślenia odnośnie osób palących papierosy. Wydawanie miesięcznie około stu złotych na papierosy jest bezsensowne - bo co one dają?

Gdyby wszyscy przestali palić papierosy, byłoby dużo pieniędzy do wydania. Można by je wydać na własne zachcianki: ekskluzywny samochód sportowy, modne ciuchy, elegancki domek jednorodzinny i jeszcze więcej rzeczy. Prócz tego można by przeznaczyć pieniądze na cele charytatywne. Jest wiele osób, które potrzebują naszej pomocy. Można ich wesprzeć dając im pieniądze na odzież, jedzenie, leki i wiele innych potrzebnych rzeczy. Niestety pieniądze nie zawsze pomagają, za nie nie można kupić lekarstwa na raka dla całego świata czy odbudować

więzi z rodziną, bliskimi, przyjaciółmi. Pieniądze można przeznaczyć na rzeczy, dzięki którym chcemy rozwijać własne pasje. Bez farb czy sztalugi nie możemy stworzyć najpiękniejszego obrazu. Lekarz, aby zbadać pacjentów, musi mieć doświadczenie, ale też nie może wykonywać tego za darmo. Palenie papierosów to marnowanie pieniędzy lecz również zatrutowanie środowiska, w którym żyją miliony ludzi. Dorośli nie mają pomysłu, na co by przeznaczyć pieniądze, dlatego warto rozpowszechniać ulotki na temat akcji charytatywnych. Za pieniądze na zakup papierosów można zbudować różne atrakcje dla dzieci i dorosłych, np. basen, plac zabaw, wesołe miasteczko, restaurację, hotel, kawiarenkę i nie tylko. Oprócz ludzi w potrzebie są również zwierzęta, którym także warto pomóc. Można by wybudować schroniska dla psów i kotów z przyzwoitym jedzeniem i dobrą opieką. Na świecie żyje wiele gatunków zwierząt, którym chciałabym zaoferować swoją pomoc.

Nie warto palić papierosów, a tym samym wydawać na nie pieniądze, gdyż szkodzą one naszemu zdrowiu, w ten sposób także marnujemy szansę na pomoc innym ludziom.

Gabriela Rubczyńska, 6b



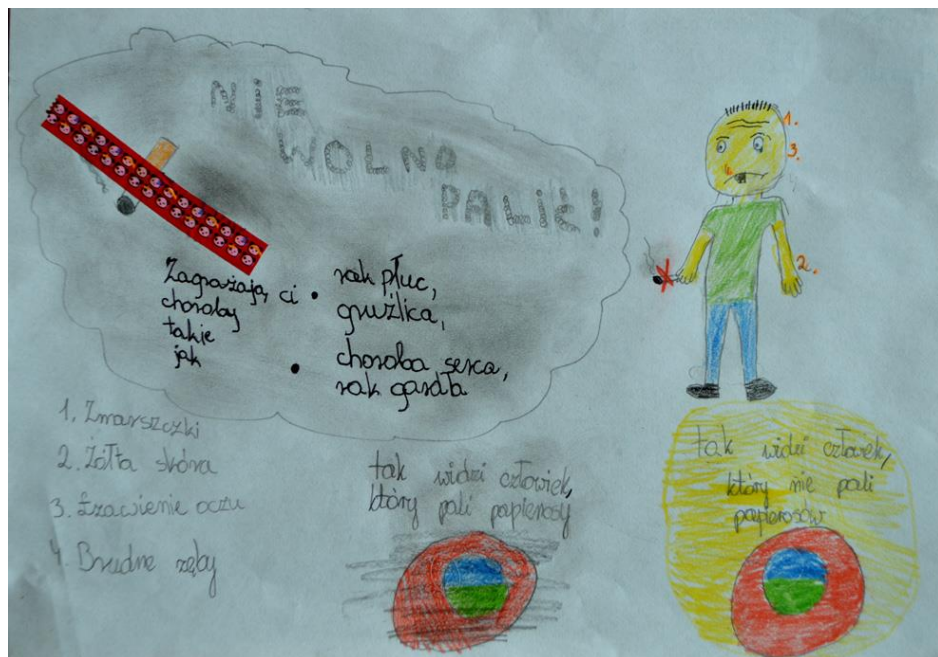
rys. Daria Lekczyńska

Jestem Janek i chodzę do klasy szóstej. Mimo trzynastu lat, mam już pewne przemyślenia na temat bezsensownego wydawania pieniędzy na papierosy. To tak, jakby co miesiąc wziąć sto złotych i porwać je, a następnie spalić.

Gdyby tak każdy, kto aktualnie pali, rzucił ten straszny nałóg i pieniądze dałby mi, myślę, że najpierw przeznaczyłbym je na cele charytatywne, czyli np. na pomoc dzieciom z Afryki, które nie mają co jeść lub pomógłbym finansowo dzieciom z domu dziecka. Następnie pomyślałbym o rozbudowie naszych żarskich szkół. W co trzeciej klasie wisiłyby tablice interaktywne, a uczniowie mogliby z nich korzystać. Sfinansowałbym również sprzęt sportowy, który służyłby nauczycielom i uczniom. Za te pieniądze mógłbym też zbudować krytą pływalnię (coś w stylu Aqua Parku). Oczywiście, chyba jak każdy, pomyślałbym o sobie i kupiłbym „wypasionego” laptopa z największym procesorem i kartą graficzną. Mógłbym również zdobyć moją wymarzoną rakietę do tenisa. Wspomógłbym rodzinę i dalekiego kuzyna, który potrzebuje rehabilitacji. Otworzyłbym nietuzinkowy hotel z „plazmami” na każdym piętrze. Resztę przeznaczyłbym na rozbudowę miasta, czyli np. budowę nowego i wiecznie zielonego parku; wieżowców, gdzie będzie pełno miejsc pracy, jak i dróg dla rowerów – aby każdy mógł swobodnie jeździć rowerem.

Zamiast palić i skracać sobie życie, można przecież je spożytkować w inny sposób, a nasze życie stanie się o wiele lepsze. Mam jeszcze mnóstwo pomysłów, które mógłbym zrealizować mając te pieniądze, bo przecież na papierosy wydaje się miliony, jak nie miliardy złotych.

Jan Kuźniar, 6b



rys. Dominika Krzyżanowska i Agnieszka Waśko, 3c

Wielu ludzi ma problem z paleniem papierosów. To bardzo duży wydatek. Na dzień dzisiejszy cena paczki to ok. 13zł. Po trzech dniach niepalenia zaoszczędzilibyśmy 39zł, a po roku ok. 4735zł. Jest to duża suma pieniędzy.

Ja wolalabym przeznaczyć je na coś innego, np. w celu pomocy chorym dzieciom. Na pewno przydałyby się im na kupno lepszego, nowego sprzętu medycznego lub pokrycie kosztów operacji. Miałabym satysfakcję, że pomogłam innemu człowiekowi, a nie bezsensownie wydałam pieniądze. Wspomogłabym również schroniska dla zwierząt. Za taką sumę można by kupić naprawdę dużo karmy, misek, nowych smyczy i zabawek, oraz naprawić budy. Jest wiele korzyści z niepalenia papierosów. Chciałabym także rozwijać swoje pasje, hobby, jak np. jazdę konną. To dość kosztowny sport, ale czerpię z niego dużo radości i przyjemności. Kupiłabym sobie nowe ubrania, rzeczy do pokoju. Jest

tyle korzyści z niepalenia. Chciałabym, aby każdy palacz zdał sobie z tego sprawę.

Klaudia Mazurek, 6c

Palenie papierosów jest bardzo szkodliwe i bardzo kosztowne. Jak również wydawanie pieniędzy na niepotrzebne rzeczy, np. słodycze, zabawki, itp.

Jak zapobiec takim zakupom? Należy je planować i kupować tylko to, co jest nam naprawdę potrzebne. W domu sporządzamy listę zakupów na papierze, a nie w głowie. Zamiast wydawać pieniądze na niepotrzebne zakupy i papierosy, na które rocznie wydaje się 4600 zł, możemy spróbować odłożyć do skarbonki. Można się zdziwić, jak po roku odkładania rośnie duża suma pieniędzy. Właśnie te pieniądze, oszczędzone w taki sposób, przeznaczyłabym np. na cele charytatywne, zakupiłabym żywność dzieciom z Afryki, na wakacyjny wyjazd do Turcji. Również wyjazd do Disneylandu, na pewno byłby bardzo ciekawy. Innym moim marzeniem jest kupno konia. Obiecałam sobie, że będę wrzucać pieniądze do skarbonki.

Weronika Abramowicz, 5b

Prace wyróżnione

Papierosy są złe, powiem,
kosztują zdrowie, bowiem
pieniędzy na nie dość,
a wakacje miną wskroś.

Zamiast pachnieć perfumami,
wolisz papierosy palić,
Już po jednym papierosie,

śmierdzieć będziesz tu i tam,
I to wszystko idzie z dymem,
a nie na radosne chwile.

Tyle pieniędzy spalonych,
można przeznaczyć na wiele:
dobrych wozów z zagranicy,
telefonów i smartfonów ,
zabawek dla dzieci zdrowych.
Tak też można się wzbogacić.

Dominik Kominek, 6a

Mam na imię Hania. Jestem uczennicą klasy szóstej. Bardzo lubię zwierzęta. Uwielbiam spotkania z przyjaciółmi i pomagać. Ostatnio, stojąc w sklepie, zauważyłam pana, który kupował sobie dwie paczki papierosów. Byłam bardzo zawiedziona widząc to, gdyż bardzo duża ilość papierosów bardzo nam szkodzi, a coraz więcej ludzi po nie sięga. Czy ludzie nie mogą wspomóc jakieś cele charytatywne? Czy oni muszą kupować sobie takie paskudztwa? Zamiast palenia papierosów i bezsensownego wydawania pieniędzy wolalabym przeznaczyć je na coś innego, a to byłyby akcje wspomagające chore dzieci. Jest bardzo dużo biednych dzieci, które potrzebują naszej pomocy! Gdyby jeszcze zostało trochę pieniędzy, chciałabym, aby ludzie wybudowali ogromny, kolorowy basen, w którym byłoby wiele zjeżdżalni i zabawek. Każdy mógłby przebywać na basenie i po prostu poczuć się dzieckiem. Chciałabym jeszcze, aby pieniądze były przeznaczone na place zabaw, żeby dzieci w ciepłe dni spędzały miło czas, a nie, na przykład spędzały, przed komputerem. Według mnie, my, ludzie, powinniśmy zniszczyć papierosy, aby już nikt ich nie palił, ani przez „to coś” nie chorował. Mam nadzieję, że ludzie zastosują się do moich rad i nie będą już więcej truli!

Hanna Styś, 6b

Palenie niszczy ci życie!

Nazywam się Emila, mam 13 lat. Przez to, co ostatnio się zdarzyło, coraz lepiej się rozumiemy z moją mamą. A było to tak!

Moja mama paliła nałogowo papierosy. Dzień wydawała na nie 36zł. Rok rocznie obiecywała nam wspaniałe wakacje nad morzem, ale nigdy nie mieliśmy wystarczająco dużo pieniędzy. Mój tata nie mieszka z nami, ponieważ miał dosyć nałogowego palenia i wydawania pieniędzy na papierosy. Poza tym nie może on przebywać w otoczeniu, w którym powietrze jest zanieczyszczone przez papierosy, ponieważ jest ciężko chory. Mama nie raz próbowała rzucić palenie, ale nigdy jej się to nie udawało. Postanowiłam pomóc jej w rzuceniu palenia i uświadomieniu, jak bardzo niszczy siebie oraz ile wydaje na papierosy. Pewnego dnia usiadłyśmy razem, wzięłyśmy kartkę, kalkulator i długopis. Zaczęłyśmy liczyć, ile tygodniowo na nie wydaje. Okazało się, że już w kolejne wakacje moglibyśmy jechać na wymarzone wakacje nad morze. Moja mama była w szoku. Kolejnego dnia spaliła o paczkę mniej niż zazwyczaj. Byłam z niej bardzo dumna, ale widziałam, że będzie jej ciężko. Wierzyłam w nią, wierzyłam, że da radę. Po dwóch tygodniach moja mama nie paliła już w ogóle. Nie tylko ja się cieszyłam, ale także tata, który z powrotem się do nas wprowadził. Mama obiecała, że zacznie oszczędzać na wymarzone wakacje, że pojedziemy w najbliższym czasie nad morze.

Gosia Bieńkowska, 6a

PALENIE ZABIJA!!!

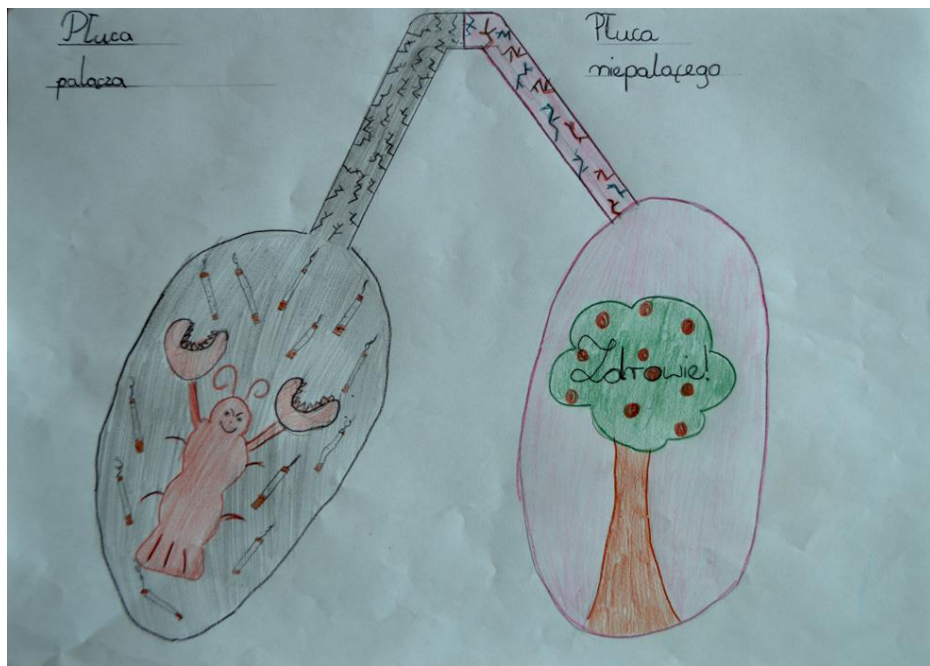
Palenie papierosów jest bardzo szkodliwe dla zdrowia, a także stanowi spory wydatek dla palacza, który mógłby wykorzystać środki pieniężne w inny sposób.

O szkodliwości papierosów wiedzą wszyscy, dym zawiera ok. 60 niebezpiecznych dla zdrowia substancji, prowadzą one do wielu chorób, takich jak udar mózgu czy rak płuc. Regularne palenie niszczy skórę, sprawia, że staje się szara, pomarszczona, ma brzydki, niezdrowy

wygląd. Zęby palacza są żółte i robią się kruche, a jego oddech jest nieświeży. Palenie tytoniu prowadzi też do niedotlenienia całego organizmu. Bierne palenie, tzn. wdychanie dymu papierosowego, jest również niebezpieczne dla naszego organizmu, nieświadome wchłanianie szkodliwych substancji powoduje problemy zdrowotne. Rocznie palacz na papierosy wydaje ok. 4 tys. Zł. Kwota ta mogłaby być przeznaczona na wiele innych pożytecznych rzeczy, np. ciekawe wakacje, sprzęt sportowy czy regularny zakup zdrowej żywności.

Myślę, że nałóg, jakim jest palenie papierosów, to niszczenie własnego zdrowia, wyglądu, a nawet życia. Życie bez papierosów jest o wiele zdrowsze i bardziej ekonomiczne, pieniądze wydane na tytoń, to zbędny wydatek.

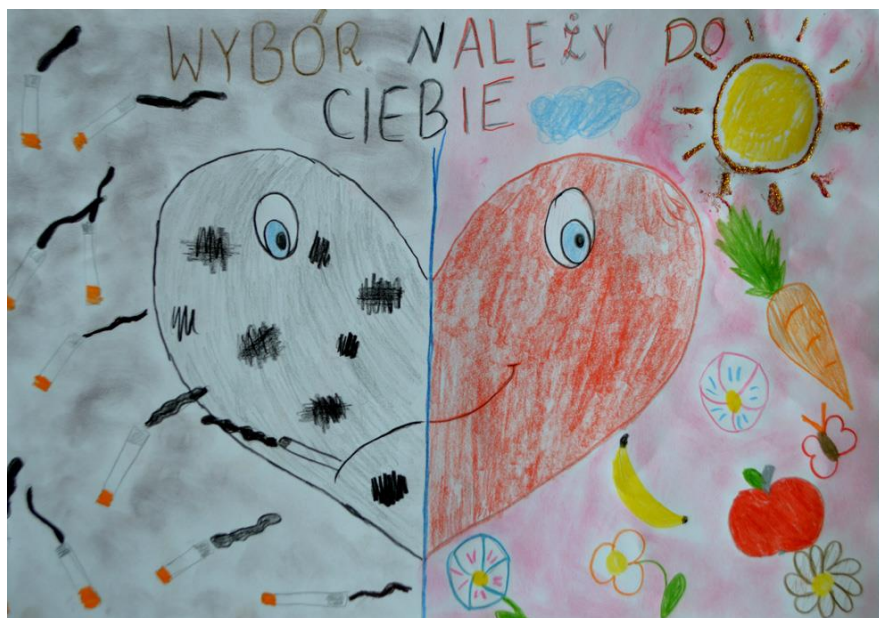
Inez Kabin, 5b



rys. Dominika Kamińska, Martyna Góra, Patrycja Sobczak, 3b

Jestem uczennicą klasy 5 szkoły podstawowej, ale mam już poważne przemyślenia co do pieniędzy wydawanych przez palaczy na papierosy. Przecież mogliby wydawać je na cele charytatywne, aby pomóc chorym. Lub na własny użytek, aby kupić sprzęt sportowy, aby zadbać o własną kondycję i zdrowie. Jak wszyscy wiemy, palenie szkodzi nie tylko palącym, ale też całemu otoczeniu palacza. **Bierny palacz to też palacz!** Palacze są ogromnymi egoistami. Nie dbają o swoje zdrowie i zabierają je innym. Pieniądze wydają na zatruwanie siebie samych i wspieranie koncertów tytoniowych w produkcji papierosów, aby one z kolei rujnowały życie i zdrowie innych uzależnionych. I koło się zamyka. Gdybyśmy te same pieniądze przeznaczyli na pomoc potrzebującym czy na sprzęt do rehabilitacji, świat wyglądałby inaczej. Nie potrafię na razie dokładnie określić tego, jak by wyglądał, ale na pewno byłoby mniej chorych na różne nowotwory i inne choroby układu krążenia i oddechowego.

Julia Kasperczak, 5b



rys. Emilia Dembek i Daria Matuszczyk, 3c

„Pieniądze poszły z dymem”

Pewnego dnia moja mama z nerwów wypaliła dwie paczki papierosów. Zdenerwowałem się, bo wiem, że każdy papieros zatruwa organizm. Postanowiłem jej pomóc. Pomyślałem sobie, że sprawdzę w internecie sposoby na rzucenie palenia. Najpierw zacząłem podsuwać jej landrynki, ale to nie działało. Postanowiłem schować jej papierosy. Nazajutrz, kiedy wstałem, zrobiłem tak: poszedłem do łazienki, znalazłem pięć paczek papierosów, zabrałem je i schowałem do szuflady w biurku. Potem poszedłem do sypialni mamy i taty, znalazłem tam dwadzieścia paczek papierosów, zapakowanych w dwa pudła. Pomyślałem, że jak zabiorę je wszystkie naraz, to mama się zorientuje, zabierałem więc po pięć paczek na tydzień. Po miesiącu mama nie miała już papierosów. Zorientowała się, że je podkradałem. Zaczęła ich szukać. Kiedy otworzyła szufladę, ujrzała dwadzieścia pięć paczek papierosów. Spojrzała na mnie i zapytała:

- Co to jest Michał?

-Papierosy! - odrzekłem.

-Właśnie, moje papierosy - odpowiedziała.

Spojrzałem na mamę i powiedziałem:

-Mamo, papierosy cię zabijają, tak samo jak i mnie. A poza tym... Jedna paczka kosztuje 12zł. 12x31 dni to ponad 372 zł. W trzy miesiące mogłabyś pojechać na wymarzoną wycieczkę wycieczkę, np. do Czech albo do Niemiec. A po paru miesiącach pojechalibyśmy wszyscy: ty, ja, tata i siostra.

Mama odpowiedziała:

-Synu, jeżeli nie chcesz, żebyśmy paliła, to nie będę

-Dziękuję, mamo.

Mama przestała palić, a ja pojechałem na wycieczkę do Berlina.

Łukasz Pawlacyk, 6a

Palenie papierosów bardzo szkodzi. Wywołuje np. raka płuc, udar mózgu i miażdżycę, czyli odbiera nam życie. Osoby, które przez to chorują, wydają dużo pieniędzy na leczenie, ale i sporo płacą za same papierosy.

Pieniądze, które wydałbym na palenie, wolałbym przeznaczyć na wymarzoną wycieczkę do Kenii. Zobaczyłbym wtedy słonie, żyrafy, zebry i lwy.

Zdobyłbym szczyt Kilimandżaro i patrzył na wszystko z wysoka. Lub kupiłbym quada i jeździłbym nim z bratem i kuzynem. Niedawno znalazłem góry ziemi, które usypały się w taki sposób, że powstały skocznie. Na pewno bym tam pojechał. Chciałbym mieć też papugę, którą nazwałbym Bambus. Jest bardzo dużo rzeczy, które mógłbym kupić .

Jan Pawęski, 5b

Dzisiaj zajmujemy się papierosami

Nie paleniem – a wydatkami za zakup paczki papierosów. Jedna taka paczka kosztuje **14 zł**. Zamiast wydawać **14 zł** dziennie, moglibyśmy oszczędzać. Za cenę jednej paczki papierosów możemy kupić jakiś drobiazg, np. karty kolekcjonerskie, miesięcznik. Po tygodniu możemy już wyjść z kolegami do kina, na strzelnicę. Po miesiącu możemy myśleć o telefonie, hulajnodze wyczynowej. Możemy też zrobić jakiś tajny prezent bliskim. Po roku pozwolimy sobie na „**grubszą rybę**”, np. na telewizor, PS3 lub wymarzoną wycieczkę. Gdy tak już będziemy odkładać, stać nas będzie na samochód lub, po dłuższym czasie, nawet na dom. Pomyślcie, co jest lepsze: samochód czy jakiś głupi tytoń owinięty w bibułkę?

Maciek Rysiewicz, 6c

Palenie jest złe.
Nie pal koleżanko, kolego,
bo to nie jest nic dobrego.
Palenie kosztuje
i życie twe rujnuje.
Ciało szybciej się starzeje.
Włosy pachną nieładnie,
wszystkie zalety papieros Ci kradnie.
Jedna paczka papierosów dużo cię kosztuje,
zamiast tego idź na lody, lepiej to smakuje.
Więc nie pal, bo to złe,
szanuj się!

Jedynym z nałogów człowieka jest palenie papierosów. Przeciętnie jedna ich paczka kosztuje 12 zł, więc rocznie nałogowiec wydaje na papierosy 4380 zł.

Za takie pieniądze można wyjechać na wczasy lub kupić różne rzeczy. Należy jednak pamiętać, aby nie wydawać pieniędzy na drobiazgi. Lepiej zbierać i kupować bardziej wartościowe rzeczy, np. laptop, meble, rower, samochód itp. Palenie szkodzi zarówno osobie palącej, jak i osobom z jego otoczenia. Każdy papieros skraca życie o 8 min. Spada nasza odporność, częściej chorujemy i więcej wydajemy na leki. Możemy zachorować na raka płuc, którego leczenie jest kosztowne. Śmierdzą nam włosy i ubrania. Pieniądze zaoszczędzone na niepaleniu można wydać na fryzjera, dentystę, kosmetyczkę. Piękny wygląd wpływa na nasze samopoczucie i relacje z ludźmi, możemy te pieniądze wydać na siłownię – szczupła sylwetka daje nam poczucie własnej wartości. Odnosimy wówczas sukcesy w każdej dziedzinie.

Uprawianie sportu wzmacnia naszą odporność i mniej chorujemy, przez co zmniejszamy wydatki na lekarza i leki. **Z niepalenia mamy same korzyści. Rozsądny człowiek dokona mądrego wyboru!**

Paweł Bojakowski, 5 b

Dorośli ludzie często tracą pieniądze na bezsensowne produkty, np. papierosy czy alkohol. To nie pomaga, wręcz przeciwnie, szkodzi. Zaś co niektórzy, np. dzieci z Afryki, nie mają niczego. Im potrzeba ubrań, jedzenia, przyborów szkolnych, aby móc się uczyć, gdyż pragną tego, ale nie mają potrzebnych środków. Więc gdybym pracowała i miała taką możliwość, to przeznaczyłabym małą część pieniędzy na to, by pomóc potrzebującym. W czasie rekolekcji kościelnych poprosiłam mamę, aby kupiła kilka przyborów szkolnych: ołówków, gumek, temperówek, bloków itp. Dzieci nie pracują, lecz gdyby każde z nich porozmawiało z rodzicami i choć za niewielką część pieniędzy kupiły potrzebne produkty,

to można by nieco zmienić świat. Gdyż jedna osoba może niewiele, ale więcej osób BARDZO DUŻO!

Julia Danielczyk, 5c



rys. Paweł Stankiewicz, 3c