

Kwartalnik Hufca Stargard

wydanie 4.0 - marzec 2016 r.



100-faces-for

Spis treści wydania 4.0

- s. 3 - Zimowisko w Reczu - „Teatralnym szlakiem”
- s. 4 - Dzień Myśli Braterskiej w Łobzie
- s. 7 - Kurs zastępowych i przybocznych „Esencja”
- s. 8 - Migawki przedlotowe; Oczami biskopca
- s. 9 - Pierwsza pomoc w ILO
- s. 10 - Kurs gitarowy
- s. 11 - Co w świecie słychać, czyli przegląd harcerskich imprez, na które warto się wybrać
- s. 13 - O pseudonimach słów kilka
- STREFA INSTRUKTORA**
- s. 14 - O wychowaniu...
- s. 15 - Najważniejszy czas
- s. 16 - Oszalalam.
- s. 17 - Co w „Czuwaju” piszczy?
- SPRAWY POZHARCERSKIE**
- s. 18 - Hej, za rok matura! ...dwa miesiące
- s. 19 - Finał w Warszawie
- s. 20 - Kącik Wnusi Gosi
- s. 21 - Miejska historia - Wieża Białogłówka
- s. 22 - Kącik suchych żartów Ziemka i Ostrego



Wiosna, cieplejszy wieje wiatr!

Drodzy Czytelnicy!

Na wstępie pragnę podziękować wszystkim autorom - jeszcze nigdy dotąd nie mieliśmy tylu wypowiedzi, choćby najmniejszych, zamieszczonych w jednym wydaniu! Wersja 4.0 aż szumi i huczy od opinii, wrażeń i opisów.

Za nami bardzo aktywny kwartał - Zimowiska, rajdy, biwaki, Dzień Myśli Braterskiej z koncertem oraz masa nieharcerskich przygód. Przed nami też niemało pracy, ale zaraz już - wiosna! Trochę słońca, zieleni, trochę... nadziei.

Dopiero co składałam Wam życzenia, a znów mam okazję to zrobić. Jak cudownie - okazji do świętowania nigdy za wiele! Życzę zatem w imieniu swoim i Redakcji

tęgo, żeby Wielkanoc przekicała wam miło i spokojnie, bez zbędnych nerwów i z samymi kolorowymi palcami. Czy myśli ktoś o harcerskich pisankach? A może warto rzucić takie wyzwanie?...

UWAGA!

Zróbmy szybką, hufcową akcję - harcanki na stół! Zróbcie harcerskie pisanki i pochwalcie się nimi w komentarzach. A potem połóżcie je na wielkanocnym stole i spałaszujcie z apetytem, jakim na harcerza przysłało :). (Ja także wezmę udział w zabawie, chociaż nie wiem, na ile moje talenty mi na to pozwolą...).

Trzymajcie się ciepło!

dh. Jagna Forysiak, Redaktor
Naczelną
12. WDR „Anakonda”

OKŁADKA

Piękną, tematyczną okładkę wykonała dla nas niezastąpiona Natalia ze 100 faces for (znajdźcie ją na Facebook'u!). Życzymy wam tyle wiosennej radości, co u naszego ukwieconego Gryfa!

Zimowisko w Reczu „Teatralnym szlakiem”

Ponad 100 harcerzy opanowało miasto!

W drugim tygodniu ferii, w dniach 10-13.02.2016 r., harcerze z naszego Hufca - i nie tylko, bo odwiedził nas Szczecin - spotkali się w Reczu na zimowisku, które przebiegało pod hasłem „Teatralnym szlakiem”. Uczestnicy stawiali czoła wyzwaniu, jakim było zagłębienie wiedzy na temat różnych epok w dziejach teatru. Podzieleni na patrole już od pierwszego dnia - zaraz po zwiadzie nowo poznanego miasteczka, który przygotowała dh. Elena Kwiecień wraz ze swoją drużyną - wzięli się do pracy i przygotowywali swoje własne scenariusze, scenografie oraz



przedstawienia.

Każdego poranka budziliśmy się piosenkami, a rozgrzewaliśmy się tańcami, które prowadził dh Marcin (obożny) z Hufca Gdańsk - Śródmieście. Dzięki tak miło rozpoczętemu dniu, harcerze mieli siłę, by zmierzyć się z Rajdem przygo-



Jeden z - bardzo pomysłowych - kostiumów

towanym również przez dh. Elenę, z pomocą dh. Patrycji Sobczak, dh. Klaudii Włodarczyk oraz dh. Laury Matuk.

Po wyczerpującej wędrówce odbyło się świeczkowisko, na którym każdy patrol przedstawiał swoją obrzędowość.

Trzeciego dnia, podczas gdy zajęcia z wyrażania emocji prowadziła Pani Justyna Lipska, wpadł do nas Piastek - maskotka powiatu choszczeńskiego - który przyniósł nam cukierki!

Przez całe zimowisko, gdy tylko znalazła się chwila ćwiczyliśmy przedstawienia, by czwartego - i niestety - ostatniego dnia naszej przy-



gody, wziąć udział w turnieju na najlepszą sztukę, a w składzie jury zasiadli: dh Mateusz Bułat, dh. Agnieszka Forysiak, dh. Anna Samsonik i dh. Ewa Falkiewicz. Zimowisko zakończyliśmy apelem, na którym zostali wyłonieni zwycięscy czterodniowych zmagania i zostały wręczone nagrody.

Oby na przyszłorocznym zimowisku również Was nie zabrakło, a może i uda Wam się namówić innych harcerzy z naszego środowiska! dh Marcin Wilkos, Hufiec Gdańsk-Śródmieście

edycja: dh. Dorota Białach
1. ChDH „Ad Astra”



Kadra zimowiska

Dzień Myśli Braterskiej

Jubileuszowy rajd w Łobzie



„Wyjdź w świat, zobacz, pomyśl - pomóż, czyli działaj.”

Dzień Myśli Braterskiej obchodzony jest 22 lutego i jest to najważniejsze święto skautów i harcerzy na całym świecie. Obchodziliśmy je w Łobzie po raz dziesiąty - to taki nasz mały jubileusz. Przygotowania do biwaku trwały blisko dwa miesiące. Wierciecie mi, warto było. Na wieść, że gościć będziemy z górą 250 zuchów, harcerzy i instruktorów ZHP, ogarnęła nas wielka radość, ale i lekki niepokój, czy poradzimy sobie.

Mieliśmy wielkie plany i nadzieje na świetną imprezę harcerską. Przygotowaliśmy naszym gościom muzyczną niespodziankę :), a na sobotnie wędrowanie po pięknej Ziemi Łobeskiej okraszone zadaniami do wykonania, rozstawiliśmy cztery różnej długości trasy: zuchową, harcerską, starszo harcerską i wędrowniczą. A wieczorem - koncert zespołu „Cisza Jak Ta”, który grał specjalnie dla nas - harcerzy.

To był magiczny czas. Trudno opowiedzieć o niezwykłej energii płynącej z harcerskich serc, o radości jaką dają nam wspólne wędrowki, śpiewanki, pąsy i rozmowy (czasem do białego rana). Wieczorne kominki, niektórym

znane jako świeczkowiska... Gawędy, rozmowy o ważnych dla nas sprawach, piosenki śpiewane przy dźwiękach gitary... Po raz kolejny przekonałam się, że magia jest w nas.

Na dziesiątym biwaku z okazji Dnia Myśli Braterskiej, który odbył się w dniach 19-21.02.2016 r. świętowaliśmy z nami harcerze ze Szczecina, Gryfic, Karnic, Recza, Stargardu i Choszczona, no i Łobza.

W sobotę, 20 lutego, odwiedził nas komendant Hufca Stargard, phm. Andrzej Wasiak. Trzem instruktorom naszego hufca, pwd. Beacie Kaźmierczak, pwd. Janowi Obarzankowi i pwd. Jakubowi Ziemiukowi wręczył Listy Gratulacyjne od Naczelnika ZHP. A na koniec sobotniego kominka wniesiono dwa ogromne torty. Były tak duże, że słodkości wystarczyło dla wszystkich!

Któż przygotował tę harcerską imprezę? - 1. Szczep Ziemi Łobeskiej „Czarna Jedyńka” ;)
phm. Małgorzata Ziemiuk



„Anakonda” + „Czarna 7”

Wrażenia uczestników

Dzień Myśli Braterskiej odbył się 19-21 lutego 2016 r. w Łobzie. Cały wyjazd bardzo nam się podobał, ale najbardziej zapadła nam w głowy sobotnia gra terenowa. Podczas wycieczki w plenerze czuliśmy się jak detektywi, ponieważ tematem gry były śledztwa. Żebyśmy nie zabłądzili, prowadziły nas narysowane na drzewach znaki Polskiej Walczącej. Pogoda bardzo nam sprzyjała. Wszyscy dotarliśmy na miejsce cali i zdrowi.

W nagrodę za nasz wysiłek poszliśmy na koncert „Cisza jak ta”, lecz to nie ostatnia niespodzianka tego dnia. Gdy wróciliśmy do szkoły, dostaliśmy tort z okazji 10. rocznicy DMB w Łobzie. Tort był pyszny!

W ostatni dzień odbył się apel, na którym dowiedzieliśmy się, że to właśnie nasza drużyna zajęła 1. miejsce na grze terenowej. Na pewno długo będziemy pamiętać tegoroczny Dzień Myśli Braterskiej.

dh. Jerzy Ciecierski

dh. Zuzanna Proszkiewicz

dh. Agnieszka Kałka

1. Choszczeńska Drużyna Harcerska „Ad Astra”

Wypowiedzi harcerzy z Recza:

„Byłam już na kilku biwakach i uważam, że ten był najlepszy. Miła atmosfera, cudowni ludzie, można



Cisza Jak Ta

powiedzieć, że czułam się jak pośród jednej, wielkiej rodziny. Z niechęcią wracałam do domu, z myślą, że już jutro muszę iść do szkoły."

dh. Zuzia

„Najbardziej podobał mi się rajd, ponieważ była miła atmosfera, piękna pogoda oraz zadania, które zostały pochowane w różnych miejscach. Polecam wszystkim rajdy harcerskie!"

dh Bartek

„Trasa rajdu była bardzo przyjemna. Najbardziej podobały mi się zadania podczas tej świetnie spędzonej wędrowki, w gronie moich kolegów z drużyny. Druhowie oraz drużny byli bardzo sympatyczni i mili."

dh Kuba

„Rajd w Łobzie był genialny! Bardzo mi się podobał. Poznałam wiele nowych znajomych jak i spotkałam się z niektórymi moimi kolegami i koleżankami z innych drużyn. Najbardziej podobał mi się koncert zespołu „Cisza jak ta" oraz trasa rajdu."

dh. Ula

„Biwak w Łobzie był moim pierwszym. Z powodu chorej nogi, poszłam z zuchami i żałuję, że nie mogłam pójść z moimi kolegami i

koleżankami z drużyny. Oprócz tego poznałam wielu ciekawych znajomych z innych miast."

dh. Oliwka

„Na rajdzie najbardziej mi się podobały kominki. Wszyscy razem śpiewaliśmy piękne piosenki, słuchaliśmy gawęd na temat motywacji. Mam nadzieję, że wrócimy do Łobza za rok!."

dh. Marysia

Najlepiej wspominam to, jak przyjęła mnie drużyna, z którą pojechałam, czyli 94; entuzjazm dzieciaków i ich uśmiechy oraz pozytywną energię, którą wydzielają mimo zmęczenia.

Dodatkowo, świetny koncert - atmosferę i wspólną zabawę, to, jak melodia połączyła większość harcerzy, wspólne tańce i oczywiście śpiew, którego nie brakowało.

P.S Mimo kilku trudnych spraw, jestem zadowolona, że pojechałam na rajd i mogłam miło spędzić czas w gronie tylu drużyn - to było spore wydarzenie! :)

pwd. Monika Malczak

Zuchy były zachwycone wyprawą do Łobza. Poznały tam dużo innych zuchów i harcerzy. Uczyły się ciekawych i nowych rzeczy. Bardzo im się podobało, były zachwycone



całym wyjazdem. Podobały im się kominki, ponieważ mogły pośpiewać.

dh. Alicja Majewska

1. Choszczeńska Gromada Zuchowa „Wiewiórki"

Dzień Myśli Braterskiej to dla harcerza jedno z największych wydarzeń w roku. Drużyna wędrownicza „Czarna 7" miała przyjemność gościć w Łobzie, gdzie motywem przewodnim była motywacja. Według mnie, pójście tą ścieżką było strzałem w dziesiątkę, ponieważ jest to czynnik, który w większym stopniu wpływa na nasze życie. Wartość ta opiera się na tym, że jeżeli już coś nam nie wyjdzie czy to całej drużynie, czy pojedynczej osobie, to nie należy się poddać, tylko dążyć do wyznaczonego celu.

DMB zaczęło się w bardzo dobrej atmosferze, a trasy oraz zadania, które mieliśmy do przejścia były ciekawe, jak i wymagające. Co najważniejsze, nie było żadnych problemów, a każdy z nas dotarł do końca trasy cały i zdrowy. Podsumowując, wszyscy wróciliśmy zmęczeni, ale zadowoleni.

dh Mateusz Zdanowicz,

1. Choszczeńska Drużyna Wielopoziomowa „Czarna 7"



Wspomnienia przyjaciół spoza Hufca - Związek Drużyn ZHP „Rega”

Wiele myśli przytaczają wspomnienia minionego Dnia Myśli Braterskiej - tym bardziej, że odbył się on w nieodległym Łobzie! Jako opiekun części „Cichych Cieni” (harcerzy z Gryfic), muszę przyznać, że dawno nie byliśmy na takim motywacyjnym wyjeździe. Wszak to słowo pojawiało się podczas tego wydarzenia raz po raz - używane w różnym kontekście. Motywacja do przejścia kolejnego kilometra trasy (dla HS'ów przy dolnej granicy wieku), rozwiązania kolejnej zagadki (choćby w stylu: dokąd prowadzi brukowana droga...), poznania kolejnej drużyny, czy też do wywoływania uśmiechu na twarzach innych osób! A do tego... Przekazanie łobeskiego szczepu i wiele innych braterskich chwil! W końcu w Dniu Myśli Braterskiej o to głównie chodzi. O momenty braterstwa, o bycie wśród „swoich” - aż nasuwa się jedno pytanie: Gdzie w tym wszystkim jest Bi-Pi?

Z pozdrowieniami,
Łysy, Paweł i Łysix

- Najbardziej podobało mi się w tym wyjeździe to, że gra terenowa była bardzo dobrze zrobiona (tylko źle wytłumaczona) i podobał mi się też bardzo koncert!

- Na biwaku bardzo mi się podobało. Była bardzo miła atmosfera, trasa była bardzo dobrze przygotowana i przejście jej okazało się wspaniałą przygodą. Ogólnie biwak fajnie przygotowany. Koncert zespołu „Cisza jak ta” był moim pierwszym koncertem i wspomnienia są fantastyczne. Tort był przepyszny, a ludzie przesympatyczni. Gawęda o motywacji dała wiele do myślenia. Jedyne, co mi się nie podobało to to,

ze nie zostaliśmy poinformowani o tym, że na jednym punkcie może być więcej puzzli. No, i było zimno. A tak to było super!

- Było super, bardzo ciekawe zajęcia z drużynowymi. A ten koncert rewelacyjny.

- Pierwszy raz pojechaliśmy na biwak do innego środowiska, tzn. poza nasz hufiec. Było bardzo sympatycznie, tylu harcerzy i zuchów na raz. Ciągle coś się działo, i ta mega długa trasa gry terenowej - ale daliśmy radę. Brakowało mi trochę czasu na poznanie innych harcerzy. No i koncert pozostawił niezapomniane doznania.

- Byłam opiekunem na tym wyjeździe, w przyszłym roku na pewno zabiorę moje zuchy do Łobza.

20. Karnicka Drużyna Harcerska



for. dh. Łysy

Kurs zastępowych i przybocznych „Esencja”

Dwa weekendy kursu zastępowych i przybocznych „Esencja” już za nami. Gościliśmy w Szkole Podstawowej w Pęzinie i w Szkole Podstawowej w Strachocinie, dzięki uprzejmości pana i pani dyrektor obydwu tych placówek.

Trochę statystyki: w kursie wzięło udział 33 harcerek i harcerzy z kilku miejscowości województwa Zachodniopomorskiego. Na kurs przybyła młodzież z: Choszczna, Stargardu, Międzyzdrojów, Barlinka i Szczecina. Kurs ukończyło i otrzymało patent przyboczny 15, a zastępowego 14 harcerzy.

Dostaliśmy wsparcie finansowe od Wójta Gminy Stargard, od Starosty Powiatowego i od Komendanta Hufca ZHP Stargard. Bardzo dziękujemy za dodatkowe fundusze. Drobne upominki ufundował również Pan Prezydent Miasta Stargardu. Dodatkowo, Starosta Powiatowy objął Honorowym Patronatem nasz kurs zastępowych i przybocznych „Esencja”, za co jesteśmy bardzo



fot. DMK

wdzięczni.

Dziękujemy darczyńcom i instruktorom, którzy zaszczytili swoją obecnością i wsparli fachową wiedzą nasz kurs. Przybyli oni z Poznania, Szczecina, Goleniowa i Stargardu. Kursantom dziękujemy za zaangażowanie w czasie zajęć i harcerską

postawę przez cały kurs. Życzymy sukcesów na harcerskiej drodze.

Czuwaj.

pwd. Dorota Milczarska - Kogut

I jeszcze kilka słów od kursantek:

Kurs „Esencja” to dla nas otwarcie możliwości harcerskich. Dzięki niemu możemy lepiej spełniać swoje obowiązki jako przyboczni i zastępowi. Po kursie, drużynowi będą mogli polegać na naszych pomysłach. Teraz będziemy wiedzieć, jak zorganizować wyjazd, który będzie podobał się harcerzom, będziemy umieli zaplanować ciekawą zbiórkę a także jak rozmawiać z innymi.

dh. A. Jaroszczuk

dh. D. Jaskóła



fot. DMK

Migawki przedzlotowe

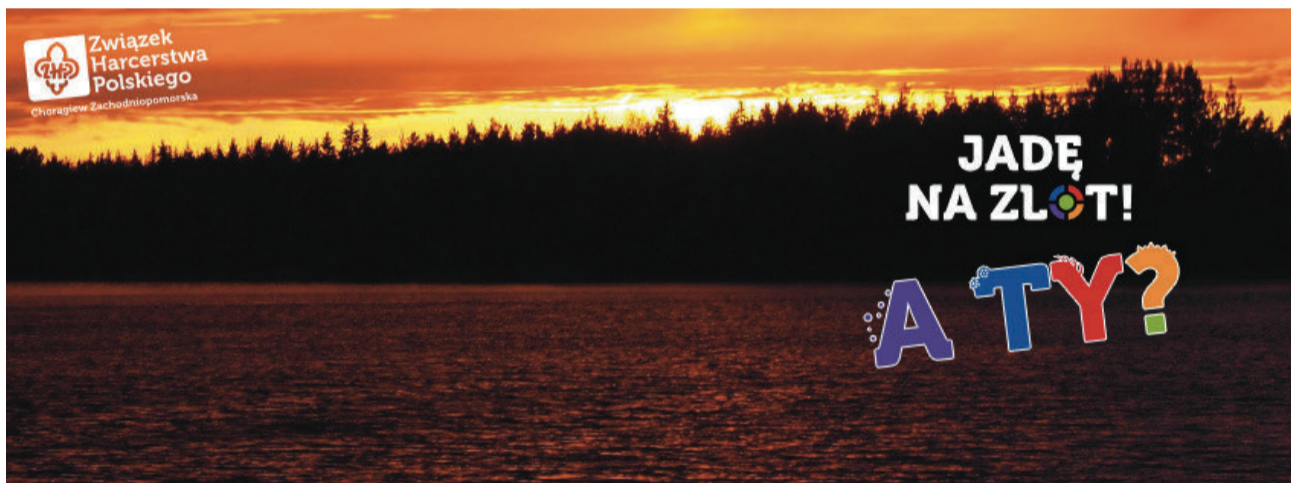
Zlot Chorągwi Zachodniopomorskiej ZHP „Wyzwolić Kolory”

Na Zlot zgłosiły się prawie dwa tysiące osób. Odbędzie się on w Świnoujściu na początku września. Z naszego Hufca zgłosiło się 141 harcerzy, to prawie połowa wszystkich naszych członków. Drużyny z Hufca ZHP Stargard, które wykonały pierwsze zadanie przedzlotowe i wyraziły ochotę na wyjazd:

- 1. ChDH „Ad Astra”
- 4. DSH „Incognito”
- 5. DH „Vade Mecum”
- 6. DH „Tabula Rasa”
- 8. DSH „Tal galar”
- 12. WDR „Anakonda”
- 20. DH „Buki”

- 33. DSH „Zwiad”
 - 94. DH „Tobogan”
 - 1. DSH „Łobeskie Włóczykije”
 - Drużyna Wędrownicza „Muminki”
 - 99. DH „Trampy”
- Miejmy nadzieję, że wszyscy wytrwają do ostatniego zadania

przedzlotowego. Wytrwałości i powodzenia.
DMK



Oczami biskopcika

Harcerstwo według nowego członka



Czuwaj!

Nazywam się Filip i mam 10 lat. Od września należę do 20-stej DH „Buki”. Chciałbym się z Wami podzielić moimi wrażeniami. W harcerstwie najbardziej podoba mi się spędzanie wspólnego czasu z przyjaciółmi, podczas którego bawimy się i bliżej poznajemy. Możemy zdobywać również stopnie, dzięki którym później awansujemy na bardziej doświadczonego harcerza. Dowiadujemy się różnych ciekawostek ze świata, np. ostatnio rozmawialiśmy o Chińczykach i ich zwyczajach.

W harcerstwie organizowane są również rajdy i obozy, na które z

chęcią wyjeżdżam. Niedawno byliśmy w ośrodku dla niepełnosprawnych dzieci. Bardzo mi się tak podobało, ponieważ czułem się potrzebny i pomocny. Zachęcam wszystkich do dołączenia do nas!

Czuwaj,
dh Filip Gronek
20 DH „Buki” im. Tadeusza Zawadzkiego „Zośki”

Pierwsza pomoc w I LO



Nieczęsty dzień, więc i zajęcia nietypowe. 29 lutego, razem z Zuzią Okrutną, przeprowadziłyśmy wykład dla pierwszych klas „starego ogólniaka” czyli I Liceum Ogólnokształcącego w Stargardzie. Można pomyśleć, że nic specjalnego, że przecież i tak podstaw uczą w szkole, że wszędzie o tym się mówi. Czym w takim razie te zajęcia różniły się od tego, co młodzież słyszy na lekcjach edukacji dla bezpieczeństwa? Przede wszystkim językiem, którym się do nich mówiło tak, by chcieli tego słuchać, bez nudy i oklepanych schematów. Naszym celem było pokazanie, że pierwsza pomoc nie jest niczym trudnym.

Kto z Was umie upiec ciasto? Zastanówcie się i spróbujcie wyobrazić sobie, że macie to wytłumaczyć komuś, kto jeszcze nigdy nie próbował go zrobić. Bierzymy składniki, mieszamy wszystkie w misce w odpowiednich proporcjach, przekładamy do wyłożonej papierem blaszki i wstawiamy do uprzednio nagrzanego piekarnika na odpowiedni czas. Trudne? Oczywiście, że nie! Tak samo jest z udzieleniem pomocy komuś, kto jej potrzebuje. Wystarczy zapamiętać kilka

prostych kroków!

Właśnie z takim podejściem przedstawiłyśmy schemat resuscytacji krążeniowo-oddechowej i wzywania pogotowia, łańcuch przeżycia. Staraliśmy się uświadomić młodym ludziom to, że nawet oni są w stanie sobie z tym poradzić. Poza standardowymi prezentacjami poszczególnych działań, prelekcja przepleciona była ciekawostkami, czyli na przykład piosenkami, których tempo odpowiada temu do RKO, zamiast suchych faktów i nieprzydatnych liczb - podpowiedzi i wskazówki.

Dla urozmaicenia, następnego dnia odbyła się gra z pozoracjami dla grupy z jednej z pierwszych klas. Uczniowie mieli za zadanie udzielić pomocy osobie z raną ciętą przedramienia, RKO, omdleniem i krwotokiem z nosa, czyli z przypadkami, które, na nieszczęście, najczęściej mogą ich spotkać. Za-

chowali zimną krew i ruszyli do działania. Po krótkich symulacjach, nasi punkтови omówili przebieg scenki i pokazali, co jeszcze można było zrobić. Ta część zajęć nie odbyłaby się, gdyby nie pomoc naszych harcerskich i nieharcerskich znajomych, którzy pozorowali i opiekowali się punktami na trasie gry.

Dziękujemy Ani Nadkiernicznej, Ani Samsonik, Karolinie Ciemielewskiej, Weronice Szczepaniak, Adzie Wolskiej i Oli Oleksiuk za poświęcenie swojego czasu, zaś nauczycielom i uczniom za udział w zajęciach. Oby wiedza, którą staraliśmy się przekazać, nigdy nie musiała się nikomu przydać.

pion. Marysia „Mary” Alankiewicz
33 DSH "Zwiad" im. rtm. Witolda Pileckiego



fot. HKR „Stargard”



KURS GITAROWY

Zapraszamy was na kurs gitarowy organizowany
przez

PRÓBNA DSH

Kiedy?: Już w ten poniedziałek (07.03) od 15:30
do 17:00

Gdzie?: Hufiec Stargard ul. Rynek Staromiejski 1

W razie pytań kierować się do druhny Ani pod
numer: 603 711 207

Co w świecie słysząc, czyli przegląd harcerskich imprez, na które warto się wybrać



Kwiecień:

IV Festiwal Piosenki Harcerskiej i Turystycznej „Harcogranie”

Wiosna to pora roku, w której wybór tego typu wydarzeń jest wręcz niezmierny, do wyboru, do koloru. Propozycja Hufca Starachowice i Chorągwi Kieleckiej ZHP. Do dyspozycji mamy trzy kategorie: do lat 14, do 20 oraz OPEN, czyli dla wszystkich, nie tylko harcerzy. Organizator stawia jednak warunek: drużynowy, który nie mieści się wiekiem w wybranej kategorii, może jedynie akompaniować oraz od uczestników wymaga się opłaconych składek członkowskich (nie dotyczy kategorii OPEN). Nie wolno stosować podkładów oraz, cokolwiek kryje się pod tym określeniem, dozwolone jest używanie jedynie instrumentów żywych. Jedna osoba może wystąpić tylko w jednej grupie w danej kategorii. Uczestnicy śpiewają dwie piosenki: jedną z kategorii harcerskiej i jedną z kategorii turystycznej lub poezji śpiewanej (w przypadku kategorii OPEN mogą być to dwie piosenki z kategorii turystycznej lub poezji śpiewanej).

Organizator zapewnia nocleg w turystycznych warunkach w przeddzień festiwalu (możliwy również po

imprezie), zapoznawcze świeczkowisko, niespodziankę, nagrody i upominki, ciepły posiłek, poczęstunek i, jak zazwyczaj bywa na takiego typu wydarzeniach, pamiątkową plaketkę. Zgłoszenia do 17 marca. Uwaga, organizator nie zapewnia ubezpieczenia!

Kategoria:

Kultura i sztuka

Odległość*:

484 km

Gdzie?

Starachowice

Kiedy?

1-3 kwietnia 2016

Koszt:

15 zł (niezapewnione ubezpieczenie oraz dojazd we własnym zakresie, obiad w sobotę w cenie)

Organizator:

Hufiec Starachowice, Chorągiew Kielecka ZHP

Kontakt:

Związek Harcerstwa Polskiego Hufiec Starachowice

ul. Harcerska 4, 27-200 Starachowice - drogą tradycyjnie-oficjalną

Komendant festiwalu - phm. Mateusz Ślaski, tel.600-260-634

email: matys15gdh@interia.pl - drogą mailową

Informacje: <http://harcogranie.starachowice.zhp.pl>

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

IV Ogólnopolski Turniej Halowej Piłki Nożnej w Toruniu

Coś dla miłośników sportu, ruchu, zdrowej rywalizacji. Toruń zaprasza na dużą, sportową imprezę podzieloną na cztery kategorie: dla druhen 10-13 letnich, dla tych starszych - 14-99 letnich, pozostałe dwie kategorie dzielą się identycznie w przypadku panów. Wymagane są koszulki w jednakowym kolorze dla wszystkich graczy z drużyny, ta zaś musi liczyć min. 5 osób w składzie podstawowym (z bramkarzem włącznie), rezerwowych może być tylu, ile się chce, nie ma tu ograniczenia. Poza jednolitymi strojami, konieczne są również buty



Członkowie Inspektoratu Ratowniczego Chorągwi Zachodniopomorskiej na ADM



halowe, stroje sportowe i kolacyjno-śniadaniowy prowiant. Ze strony organizatora spodziewać się można ciepłego posiłku, miejsca noclegowego w hali wraz z materacami, upominków, pucharów, wrzątku i herbatki, turniejowych plaketek oraz ubezpieczenia od NNW. Jeden uczestnik może być członkiem tylko jednego składu! Istnieje możliwość zabrania ze sobą kibiców, jednak i oni zobowiązani są do uiszczenia wpisowego. Wymagane opłacone składki. Zgłoszenia przyjmowane są do 1 kwietnia.

Kategoria: Sport i turystyka

Odległość*: 239 km

Gdzie? Toruń

Kiedy? 16-17 kwietnia 2016

Koszt: 20 zł - uczestnik, 15 zł - kibic i/lub opiekun + dojazd we własnym zakresie

Organizator: Hufiec Toruń

Kontakt:

adamwiznerowicz@gmail.com - komendant turnieju

karolina.majerowska@zhp.net.pl - zgłoszenia

oraz przez profil Facebook'owy

Informacje: <https://www.facebook.com/turniej>

V Międzynarodowy Harcerski Turniej Piłkarski Scout Cup 2016

Zgłoszenia właśnie ruszyły, jest szansa, by zapisać się na piąty już turniej międzynarodowy! Impreza duża i ciekawa, nieczęsta okazja na poznanie skautów i harcerzy z najróżniejszych organizacji z Europy i Polski, i na podszlifowanie swojego angielskiego, kto wie, może i innych języków. Autorzy zamieszczenia szykują pięć kategorii, w których można wziąć udział, do wyboru, do koloru. Przyjąć można maksymalnie 50 zespołów, więc nie ma na co czekać. W cenie wpisowego mieści się gorący posiłek oraz wrzątek wraz z zakwaterowaniem w warunkach turystycznych. Nie zawiera ono ubezpieczenia, wymagane również obuwie zmienne. Całe wydarzenie odbywać się będzie na obiektach sportowych kilku krakowskich szkół. W zależności wybranej kategorii, liczba grających waha się między 8 a 7 osobami, maksymalnie 3 rezerwowych na drużynę. Karalne i niedozwolone jest używanie korek! Kategoria: Sport i turystyka

Odległość*: 496 km

Gdzie? Kraków

Kiedy? 20-22 maja 2016

Koszt: 100 zł za cały patrol, niezależnie od liczby osób w patrolu, dojazd we własnym zakresie

Organizator: ZHP Chorągiew Krakowska

Kontakt: komendant/koordynator turnieju: phm Marcin Perzanowski

667259462marcin.perzanowski@zhp.net.pl

scoutcup@krakowska.zhp.pl

Informacje: <http://scoutcup.krakowska.zhp.pl>

Czerwiec:

58. Harcerski Rajd Świętokrzyski

Nietypowy rajd z tradycją, tym razem jego zlot odbędzie się w Wąchocku, niezależnie od pogody. Do wyboru spodziewać się można ponad pięciu tras dla różnych grup wiekowych. Nieporównywalność tej imprezy do wielu innych rajdów polega na większej swobodzie w wyborze poziomu trudności odpowiadającemu oczekiwaniom - wszystko na plecach czy opcja „zagospodarowana” - decydują uczestnicy. Dla młodszych patroli i drużyn gotowe są trasy z zapewnionymi noclegami, nie wymaga to wtedy dźwigania całego ekwipunku ze sobą. Poza samą wędrówką, zlot w programie zawiera również liczne konkursy, gry typu paintball czy ASG, warsztaty, zwiedzanie wystaw, muzeów, zajęcia naukowe, sportowe, czyli cały wachlarz propozycji. Na zeszłorocznej edycji Rajdu odbył się też koncert zespołu „Dom o Zielonych Progach”, pojawiła się również sama Druhna Naczelnik. Jednym słowem - impreza „z jajem”, kto wie, jakie niespodzianki szykują dla nas organizatorzy w tym sezonie?

Kategoria: Sport i turystyka



1-3.04.2016

<http://harcogranie.starachowice.zhp.pl>

Odległość*: 478 km

Gdzie? Wąchock i okolice

Kiedy? 2-5 czerwca 2016

Koszt: Chwilowo nieznany, prawdopodobnie zbliżony do zeszłorocznego - od 40 do 80 zł za osobę.

Organizator:

Hufiec ZHP im. Stanisława Staszica w Starachowicach,

Komenda Kieleckiej Chorągwi ZHP im. Stefana Żeromskiego.

Kontakt: starachowice@zhp.pl

Informacje:

www.starachowice.zhp.pl

www.rajdswietokrzyski.zhp.pl

Harcerska Służba Lednica

Impreza obchodzi w tym roku swój jubileusz, 20. edycję. Również tu potrzebne jest nasze wsparcie, służbę pełnić będzie można na kilku polach, to tylko niektóre: medyczna, liturgiczno-reprezentacyjna, porządkowa i ruchu drogowego. Każda z nich jest równie potrzebna do sprawnego, bezpiecznego i płynnego przebiegu tego wydarzenia.

Kategoria: Wolontariat, ratownictwo i pierwsza pomoc, służba

Odległość*: 179 m

Gdzie? Pola Lednicke, okolice Gniezna

Kiedy? 3-5 czerwca 2016

Koszt: Ewentualny koszt jeszcze nieznany

Informacje i kontakt:

<https://www.facebook.com/events/1448614102105205/>

<https://www.facebook.com/HS-LEDNICA-ZHP-349535963840/>

<http://www.lednica.zhp.pl>

*odległość podawana w linii prostej od Stargardu do danej miejscowości pion. Marysia „Mary” Alankiewicz 33. DSH "Zwiad" im. rtm. Witolda Pileckiego



Lednica - fot. Organizator

O pseudonimach słów kilka...

Pseudonimy w harcerstwie są znane już od II wojny światowej. Pełniły one funkcję kamuflującą prawdziwą tożsamość, przykładami są pseudonimy znanych wszystkim harcerzy Zośki, Alka oraz Rudego. Jak to wygląda dziś? Najczęściej występujące pseudonimy pochodzą od nazwiska bądź imienia - często jego zdrobnienia lub zagranicznej formy. W tej kategorii można wyróżnić dh. Zuzię „Okrutną” oraz dh. Marysię „Mary”. Równie ciekawe jest pochodzenie pseudonimów od wyglądu osoby. Tu taki przydomek znajdziemy u dh. Magdy "Moro" (pochodzi od unikalnego koloru oczu) oraz dh. Michaliny „Misia”. Jednak najciekawsze, według mnie, są pseudonimy pochodzące od zachowań oraz historii danej osoby. W tej kategorii zawiera się dh. Mateusz „Zaszczycony”, autorka artykułu - dh. Ola „Trójkąt”

oraz dh. Konrad „Ściana”, znany również jako "człowiek jednej pozy". Praktycznie w każdej drużynie można znaleźć osoby z wyjątkowymi pseudonimami.

dh. Aleksandra „Trójkąt” Cząstka 33. DSH „Zwiad”



Strefa instruktora...

O wychowaniu

O wychowaniu - Capre diem

Zaangażowanie drużynowych i instruktorów przekłada się na działania. Działanie na zadowolenie harcerzy i środowiska. Na pierwszej stronie miesięcznika "Harc mistrz" nr 9-10 z 1927 roku, który współredagował hm. Juliusz Dąbrowski - patron naszego hufca - napisano:

„Młodzież, nadzieja przyszłości, psuje nam się z roku na rok coraz więcej. Gdzież dawny jej patriotyzm? Partyjniactwo lub obojętność u wielu zajęły jego miejsce. Gdzie ukochanie wiedzy i cnoty? Chęć zrobienia kariery i użycia są dziś ideałami znacznej części młodzieży... Capre diem - korzystaj z chwili! - oto najpopularniejsze dzisiaj hasło wśród młodego pokolenia."

Zadam więc pytanie: Czy młodzież się psuje? Odpowiem: Nie, to rodzina i społeczeństwo psuje młodzież. Czyż nie jest tak, że „starzy" (i ja się do nich zaliczam) muszą się nagadać, aby syn posprzątał w pokoju, swoim pokoju.

Mama wraca z pracy, przygotowuje obiad, później pranie, sprzątanie, odkurzanie, robienie słoików, zakupów i jeszcze kilka tysięcy zajęć. A młody wystawia głowę zza drzwi i pyta: „Mamo, uprałaś może skarpety, mamo, uprasowałaś koszulę, bo idę do Kaśki?". Po czym wychodzi z domu. Idzie do Kaśki. Po godzinie przychodzi z Kaśką. W pokoju posprzątane, bo matka patrzeć nie mogła na ten bałagan. A czasami jeszcze pretensje: „Po co ty mi tu sprzątasz, ja później nie mogę niczego znaleźć bo mi poprzekładasz!". A może w ramach

dobrego wychowania, zapytać w tym momencie syna (córkę): „A co Ty zrobiłeś(-aś) dla rodziny?". A może zamiast posprzątać ten pokój, po prostu go zamknąć na głucho, aby się Kaśka zorientowała, kim jest jej partner w wyprasowanej śnieżnobiałej koszuli?

Dlaczego, to nie „działa" w drużynie? Bo żadna drużynowa nie będzie mu matkować. Rzecz, o której piszę, dotyczy głównie harcerzy starszych i wędrowników, warto więc czasami o tym porozmawiać na zbiórkach.

Na lilijce harcerskiej widnieje napis: ONC - Ojczyzna, Nauka, Cnota. Czy nasi harcerze rozumieją te słowa? Czy potrafią o każdym z nich coś powiedzieć? A to jest właśnie patriotyzm.

A patriotyzm właśnie zaczyna się w domu, gdzie jest ojciec i matka. Ojciec najczęściej myśli o samochodzie, działce, garażu, jakimś nowym biznesie. Matka zaś aby gospodarować tym co mamy w domu, zakupach, wychowaniu dzieci, wywiadówkach, klasówkach, etc. Zatem matka ma częściej wpływ na wychowanie młodego człowieka. Ojciec czasami uczestniczy w procesie wychowawczym, gdy metody matki przestały być skuteczne.

Cnota - pojęcie etyczne, to potocznie przestrzeganie zasad moralnych, wyznawanie jakichś zasad moralnych i etycznych. A czy moralne jest, że wykorzystujemy matkę, do tego, aby prała nam skarpety, sprzątała pokój, robiła synowi kanapeczki i robiła zakupy, które my możemy zrobić?

Wszak matka to kobieta, zwana szyją, która kręci głową mężczyzny.

Czyż nie warto czasami jej pomóc, aby mieć czas z nią na rozmowę, zagranie w karty, wspólne rozwiązywanie krzyżówek, wyjście do kina lub dyskusję o książce. Dlaczego kochamy matkę. Odpowiedź jest brutalna.

Kariera - to taki dziki pęd, który prowadzi nas na szczyty, ale gdy już tam się wdrapiemy - brutalnie możemy spaść w dół. Bo karierę mogą utrzymać ludzie ambitni i pracujący. A gdy spadniemy w dół, kto nas wtedy pocieszy - matka!

Obojętność - to coś, czego doświadczamy i zastanawiamy się: dlaczego? Jak mało w nas empatii, jak łatwo przechodzimy obojętnie, obok problemów jakie dotyczą naszych bliskich, co czuje matka, ojciec? Brak empatii w stosunku do znajomych, kolegów, a także rodziny.

Capre diem - korzystaj z chwili! (Chwytaj dzień!). Nie znaczy - tylko dla siebie!

Za pasem święta, rozejrzyj się wokół, może to jest ten czas, abyś skorzystał z chwili!

A święta będą świąteczne dla wszystkich!

dh Wasyl



Najważniejszy czas

Jako instruktorzy harcerscy, prawie nieustannie poświęcamy się różnorodnym działaniom. Po przebyciu niejednej już próby, zapewne jesteście mistrzami w tworzeniu i realizowaniu planów tygodniowych, miesięcznych, rocznych... Nasz dzień i miesiąc jest idealnie zaplanowany i uwzględnia czas na wszystko. Jest w nim miejsce dla drużyny, dla rodziny, dla przyjaciół i kolegów oraz dla edukacji i szkoły. Niestety, jednak brakuje w tych naszych planach często czasu najważniejszego. Brakuje czasu dla siebie.

I nie mam na myśli tutaj czasu mile spędzonego w gronie najbliższych, i może tych nie tak bliskich, lub w ogóle całkiem dalekich osób. Nie mówię też o czasie na rozwój własny, poświęconego na pracę nad sobą, swoje hobby, może jakąś dobrą książkę. O jaki czas więc chodzi?

Odpoczynek, ale w pełnym tego słowa znaczeniu. Na każdej możliwej płaszczyźnie, z uwzględnieniem każdego możliwego aspektu naszego człowieczeństwa. I nie tylko rozumiany jako regeneracja zużytych sił. Mam tu na myśli coś znacznie głębszego.

Człowiek jest jednością psychofizyczną. Oznacza to tyle, że zachodzi korelacja pomiędzy naszą cielesnością oraz psychiką. Psychikę można tutaj jeszcze rozebrać na czynniki pierwsze, jako intelekt i ducha, albo pewnie jeszcze jakkolwiek inaczej. Niemniej jednak pod pojęciem psychiki będziemy rozumieli cały nasz świat wewnętrzny, na który składają się nasze myśli, stany duchowe, podświadomość, z emocjami jako mostem łączącym to, co psychiczne, czyli duchowe, z tym co fizyczne. Na temat miejsca uczuć, bo to może niektórym wydać się zastanawiające,

co napisałem, można spokojnie napisać nie jeden tekst, ale to już zupełnie inna historia.

Jednak po kolei, bo odeszliśmy w naszych rozważaniach nieco od wątku głównego. Odpoczynek, musi uwzględniać każdy aspekt, każdą płaszczyznę naszego wielopoziomowego człowieczeństwa. Ponieważ zachodzi zależność między tymi poziomami, to w rzeczywistości w czasie naszego odpoczynku każdy z tych poziomów musi zostać wzięty pod uwagę. Często bowiem pozwalamy odpocząć naszemu ciału. Sen, może wcześniej gorąca kąpiel, żeby rozgrzać i rozluźnić zbolące mięśnie i stawy. Po czym kładziemy się wreszcie do łóżka i zaczyna się wojna.

No właśnie... Co z naszymi myślami, co z uczuciami, co z naszym utrudzonym i umęczonym duchem, który wyje ze zmęczenia obarczony wieloma zmartwieniami? Koniec końców budzimy się niewyspani i nadal zmęczeni. Dzieje się tak, ponieważ nie odpoczywamy całościowo. Tego jednak trzeba się nauczyć. Odpoczywać również potrzeba nam w sposób świadomy, przemyślany i ukierunkowany na cel. Tak, również odpoczynek musi być przemyślany.

Żeby nie zostawić was, drodzy przyjaciele, bez jakichkolwiek wskazówek, podzielę się moim obecnym doświadczeniem. Trudno jest mi powiedzieć coś więcej ponad moje obserwacje, przemyślenia i wnioski, ponieważ specjalistą w tej dziedzinie nie jestem.

Przede wszystkim trzeba nam poznać siebie. Tutaj pomocna jest dobra lektura psychologiczna, która pozwoli nam zrozumieć tajniki naszej osobowości. Po odpowiedniej ilości sensownych tytułów będziemy

w stanie wypracować odpowiednie dla siebie metody w oparciu o zdobytą wiedzę i doświadczenie w odpoczywaniu.

Trzeba następnie nam rozłożyć siebie na czynniki pierwsze, niczym przekładańca, każdą płaszczyznę kładąc osobno i z osobna się nad każdą zastanawiając. Zacząć można od tej najprostszej, fizycznej. Odpoczynkiem jednak nie będzie tylko leniuchowanie. Odpoczynkiem będzie coś lekkostrawnego. Spacer, może jak kto zaprawiony to jakiś poważniejszy wysiłek, który nas twórczo rozrusza. Intensywność tutaj trzeba dostosować już indywidualnie.

Jak dać odpocząć intelektowi? Dobrym rozwiązaniem jest zabawa intelektualna, gdzie wysilamy tylko delikatnie nasze szare komórki, zabierając je tym samym na spacer niejako. To może być dobra, lekka książka, to może być twórcza rozmowa na jakiś sensowny temat, to może być jakiś program popularnonaukowy. Musi to być, jak w przypadku ciała coś, co nas rozluźni, rozrusza, ale nie nadweręży.

Wreszcie duch. Tutaj sprawa się komplikuje. Tutaj bowiem wielki wpływ mają nasze emocje i je musimy nauczyć się uspokajać, co jest najtrudniejsze. Często bardzo pomocnym może być krótka praca ze specjalistą, z psychologiem, który niczym dietetyk wskaże nam pewne newralgiczne punkty, pokaże pewne techniki. Unikałbym tutaj czysto samodzielnych poszukiwań, bo można łatwo pobiłdź.

Tak czy inaczej, dla mnie, świetnym sposobem na odpoczynek duchowy jest rozmowa z przyjacielem, ale taka z tych trudnych, gdzie mogę zrzucić z ramion nieco moich codziennych stresów. Takim odpoczynkiem jest dla mnie praca, jakaś nie stresująca, na dobrą sprawę pozbawiona większej odpowiedzialności. To jest

przestrzeń dla hobby. To może być klejenie modeli, lub cokolwiek innego, co pozwala skupić się na czymś bardziej przyziemnym. I wreszcie, jako dla człowieka wierzącego takim sposobem odpoczynku jest modlitwa. Ale nie jako tylko klepanie formułek, ale jako autentyczne spotkanie z Bogiem. Ale to już w ogóle zupełnie inny temat.

Jak widzicie, trochę tego jest. Trudno jest to zmieścić w pięciu minutach. Dlatego warto tak zacząć planować swój dzień i tydzień, by każdego dnia znaleźć odpowiednią ilość czasu na kompleksowy odpoczynek. Oczywiście z uwzględnieniem, którego odpoczynku najwięcej nam trzeba. Przede wszystkim jednak, jako, że jesteśmy wszyscy mocno zapracowani i zaangażowanie w służbę, gdzie odpowiadamy za drugiego człowieka, jakkolwiek wielkiej satysfakcji to nie przynosi, czasem po prostu trzeba od tych naszych uciek odpocząć. Odpocząć od odpowiedzialności. Pozwolić sobie na pomyślenie tylko o sobie. I nie jest to egoizm. Bynajmniej. Bo jakże mamy dzielić się sobą z drugim człowiekiem, kiedy wewnątrz powoli umieramy ze zmęczenia.

Świat potrzebuje ludzi żywych... Jeżeli jest więc coś, co daje Ci życie... Rób to.

dh. Łukasz Grzybek



Oszalałam.

Oszalałam.

Głupi, dziwny, inny- są to określenia, które wielu ludzi lubi „przyklejać” obcym osobom. Wyraża się często w ten sposób powątpiewanie w zdrowie psychiczne danego człowieka. Jego odmienność budzi w oceniającym co najmniej mieszane uczucia, które potrzebują zostać wyrażone.

Wiecie co, drodzy czytelnicy? Mam wrażenie, że brzmię trochę jak wariata. W sumie mnie to cieszy, bo przecież: „Tylko wariaci są coś wariaci”. Osobiście jednak niezupełnie zgadzam się z tym stwierdzeniem. Dlaczego? Z tej mianowicie prostej przyczyny, że moim zdaniem nie ma (prawie) nikogo, o kim można by było powiedzieć: „Tak, on jest całkowicie normalny”. Wszyscy mają coś nie tak ułożone pod sufitem. Mogą się do tego nie przyznawać, mówić: „Nic nam się nie da udowodnić, pracujemy, żyjemy, troszczymy się o siebie i o drugiego człowieka”. No i co z tego, że tak grzecznie zapytam? Czy chorzy umysłowo nie mogą troszczyć się o innych lub pracować? Otóż mogą. Oba obozy różni to, że jedni mają medycznie potwierdzone choroby, a drudzy mają takie zachwiania, które nie są szczególnie ważne dla lekarzy. Nie przeszkadzają im w „normalnym” życiu.

Teraz nie mogę nie zadać pytania: Co jest normalne? To co jest uważane za prawidłowe przez tłum? Po pierwsze: tłum nigdy nie ma racji. Wielu ludzi jest tak zaprogramowanych, że idą za postaciami dominującymi lub za tym, co usłyszą w mediach. Trzeba mi zwrócić uwagę na to, że pewne rzeczy w tychże mediach się wzajemnie wykluczają. Dlatego też jakim cudem prosty człowiek ma stwierdzić, że

coś jest normą w zachowaniu? Z drugiej strony, występuje rzecz nawiązująca do tej pierwszej, a więc znane powiedzenie: „tłum głupi wszystko kupi”. Poza ogólnym ogłupieniem, wielu słucha mądrych stwierdzeń psychologów, psychiatrów czy polityków. Nie próbują zrozumieć drugiego człowieka. Zapamiętują, co usłyszą, bo to nie wymaga myślenia. Potem popadają w generalizację, która jest już swego rodzaju zachwianiem. Utożsamiają jakąś cechę z całą grupą, nie widząc, że ktoś z tej grupy jej nie ma.

Wiem, macie wrażenie, że ja właśnie bawię się w hipokrytkę. No i tak to mogło wyglądać jak do tej pory, ale nie to było moim celem. Przecież są na tym świecie altruści, którzy chcą zrozumieć każdego człowieka. Zgadzam się z tym w całości. Tylko jest jedno małe „ale”, a mianowicie: zrozumienie każdego jest rzeczą średnio możliwą, a chęć bądź próbę dokonania czegoś takiego można porównać do chęci posiadania mocy nadnaturalnych, a więc i dewiacji umysłowej. Zgadzam się, że są ludzie absolutnie zdrowi, choć osobiście takich nie znam, ale mam wrażenie, że muszą to być osoby bez wyrazu.

Nie jestem psychologiem, a tym bardziej psychiatrą, a jedynie obserwatorem świata. Moim zdaniem, trzeba przyjąć do świadomości to, że ludzie nie są raczej „normalni”. Nie jest to powód do smutku, a raczej do refleksji i do zastanowienia się nad samym sobą zanim następnym razem powie się komuś, że jest dziwny, chory bądź „nienormalny”. Ja cieszę się z mojego szaleństwa.

dh. Joanna Winnicka
12. WDR „Anakonda”

Co w „Czuwaju” piszczy?

Czym jest „Czuwaj”?

Czuwaj to miesięcznik instruktorów harcerskich, który jest wydawany przez Główną Kwaterę w Warszawie i obecnie jest jedynym ogólnopolskim czasopismem wydawanym przez ZHP.

Z kart historii:

Pierwsze wydanie ukazało się w 1990 roku, a do połowy 1993 roku było dwutygodnikiem. W 2015 roku czasopismo obchodziło swoje 25-lecie.

Skład redakcji:

redaktor naczelny:

* hm. Grzegorz Całek

zastępczyni red. naczelnego:

* hm. Halina Jankowska

Kolegium redakcyjne:

* hm. Adam Czetwertyński

* hm. Emilia Kulczyk-Prus

* hm. Ewa Lachiewicz

Stali współpracownicy:

* hm. Paweł Chmielewski

* hm. Lucyna Czechowska

* hm. Maria Kotkiewicz

* hm. Wiesław Laskowski

* hm. Anita Regucka-Kwaśnik

Ze stronic miesięcznika:

Do „Czuwajów” warto zaglądać, możemy w nich szukać natchnienia, inspiracji, odpowiedzi na nurtujące nas pytania ale również dowiedzieć się wielu ciekawostek z życia harcerskiego czy też przeczytać relacje z minionych wydarzeń. Chciałabym Wam przedstawić trzy artykuły do których warto zajrzeć.

Pierwszy z nich odpowie nam na pytanie, czego uczy nas harcerstwo. W artykule tym są przedstawione wyniki badań z 2012 roku, przeprowadzonych na zlecenie Instytutu Badań Edukacyjnych, które dotyczą tego, jak postrzegane jest harcerstwo i jego rola edukacyjna. Badanie przeprowadzono w dwóch grupach, każdej zadając to samo py-

tanie, tylko w nieco innej formie i pozwalając zaznaczyć różną ilość odpowiedzi.

Drużynowi zostali zapytani o to, jakiego człowieka ich zdaniem wychowuje harcerstwo i mieli zaznaczyć trzy najważniejsze według nich cechy. Do wyboru mieli: zaradny, odpowiedzialny, patriota, prawy, uczciwy, przyjacielski, żyjący w zgodzie z zasadami, tolerancyjny, pogodny, aktywny obywatel, gotowy na zmiany, dzielny, zdrowy. Następne pytanie, jakie im zadano, dotyczyło tego, czego ich harcerze z drużyny nauczyli się w ostatnim roku. Znow mogli zaznaczyć tylko trzy z wymienionych. Trzecie pytanie: „Czego uczy harcerstwo?” zadano byłym harcerzom i instruktorom, którzy nie mieli ograniczeń co do wyboru. Odpowiedzi dla niektórych mogą być dość zaskakujące, to co było najczęściej zaznaczane to: zaradność, odpowiedzialność, samodzielność, patriotyzm i umiejętność pracy w zespole, przy czym zdrowie było na ostatnim miejscu. Zachęcam do zapoznania się z tym artykułem i doczytania jego podsumowania.

Nr 1 (335) Styczeń 2016 „Rozmawiamy o harcerstwie” - „Harcerstwo, które uczy” str. 23-25

Kolejny artykuł, choć dość krótki, zawiera rozważania na temat tego, czy warto byłoby przywrócić Ruch Przyjaciół Harcerstwa. Autor pokrótce przedstawia, na czym owy ruch polegał oraz jak działał we wcześniejszych latach. Zadaje sobie również pytanie dlaczego o RPH zapomniano, skoro był on ogromnie pomocny? Jeśli chcecie wiedzieć więcej zajrzyjcie do artykułu ;).

Nr 2 (336) Luty 2016 „20 lat od powrotu ZHP do WOSM i WAGGGS” - „Ruch Przyjaciół

Harcerstwa - był, nie ma, czy będzie?” str. 28

W ostatnim proponowanym przeze mnie artykule chciałabym, aby każdy z Was zastanowił się nad tym, czy współczesne harcerstwo potrzebuje swojego własnego Beara Gryllsa - porównywanego do współczesnego B-P? Na to właśnie pytanie usiłuję odpowiedzieć autor artykułu, przedstawiając sytuację irlandzkiego skautingu, który postanowił wziąć za swoją wizytówkę znanego ze swoich survivalowych programów Beara Gryllsa. W artykule tym znajdziemy rozważanie na temat tego, czy jest to dobry pomysł oraz czy sprawdziłby się w naszych polskich realiach. Autor zastanawia się również nad tym, kto mógłby być polskim Bearem Gryllsem. Rozważa również możliwość „pożyczenia” sobie Gryllsa. Chcesz znać więcej szczegółów? Zajrzyj do artykułu.

Nr 12 (334) Grudzień 2015 „Matryca kompetencji” - „Bear Grylls - współczesny B-P?” str. 22-23

dh. Dorota Białach

1. ChDH „Ad Astra”



Medal Pamiątkowy XXV-lecia „Czuwaj”

Sprawy pozaharcerskie

Hej, za rok matura! ...dwa miesiące

Już niedługo, bo za niespełna 60 dni, tegoroczni maturzyści zasiądą w ławkach i będą główkować nad pierwszym poważnym egzaminem w życiu. Przed nami jeszcze około 1500 godzin na powtórki, ale pamiętajmy, że potrzebujemy też czasu na regenerację, a mózg przyswaja wiedzę znacznie gorzej, kiedy jest zmęczony. Każdy maturzysta obowiązkowo przystępuje do egzaminu na poziomie podstawowym z matematyki, języka polskiego i języka obcego nowożytnego. Ponadto, musi wybrać minimum jeden przedmiot, z którym zmierzy się na

zostały już zaledwie dwa miesiące, warto rozwiązywać zadania z arkuszy maturalnych, aby oswoić się z formą, jaka będzie na nas czekała w maju. Powtórki warto zaplanować wcześniej i ustalić ich grafik. Najważniejsze jednak jest to, aby nie uczyć się wszystkiego „na raz”. Musimy dawkować materiał i aplikować w odpowiednich odstępach, aby nasza nauka była skuteczna.

W naszym Hufcu jest 9 tegorocznych maturzystów. Cztery osoby zdają biologię i chemię. Z geografią, matematyką i fizyką zmierzy

takie testy życia już za nami. Poradzimy sobie i z maturą! Bo kto da radę, jeśli nie my?! Aby się odstresować, polecam od czasu do czasu sporą porcję śmiechu. Pomocne mogą być niekiedy na przykład cytaty z matur:

- „Antek nie miał ojca, bo był drwalem.”
- „Aleksander Głowacki to panieńskie nazwisko Bolesława Prusa.”
- „Było ich tysiące, a nawet setki.”
- „Adler gromadził pieniądze, ponieważ chciał wyjechać z synem w podróż dookoła świata albo gdzieś dalej.”
- „Chłop pańszczyźniany musiał znosić panu jajka.”

Ciekawostki z kalendarium. W tym roku zaczynamy 4 maja egzaminem z języka polskiego. A matura z chemii odbędzie się w piątek 13-go maja.

Wszystkim maturzystom życzymy powodzenia i trzymamy kciuki za przygotowania!

dh. Zuzanna Okrutna
33 DSH „Zwiad”



poziomie rozszerzonym.

Matura jest egzaminem, który sprawdza ogromny zakres wiedzy, obejmując jednocześnie gimnazjum i liceum/technikum. Jak więc się do niej przygotować, aby nie pogubić się w tym wszystkim? Teraz, gdy

się po dwóch naszych maturzystów. Trzech harcerzy przystąpi do egzaminu z rozszerzonego angielskiego. Jedna nasza harcerka odważyła się zdawać również rozszerzony niemiecki.

Ale nie ma się co stresować, nie



Finał w Warszawie



Światelko do Nieba - źródło: www.wosp.org.pl

Stargardzki finał minął spokojnie i radośnie. Wspólnymi siłami harcerzy i cywili, podczas koncertów, spacerów i zabawy, zbieraliśmy 75390 zł i 131 €. Jednak każdy mniej więcej wie, jak to wszystko wygląda u nas. Jednak jak się sprawy mają u źródła - w stolicy? J.

Warszawski Finał WOŚP to prawdziwa „letnia zadyma w środku zimy”. Wydarzenie to przyciąga co roku ludzi o wielkich sercach, którzy sprawiają, że atmosfera w stolicy staje się przez ten jeden jedyny dzień w roku naprawdę wyjątkowa.

10 stycznia na placu Defilad pod Pałacem Kultury i Nauki, odbywały się koncerty zespołów zarówno polskich jak i zagranicznych. Na finałowej scenie zagrali m.in. Enej, Primetime, Afromental, Oberschlesien czy Clock Machine.

Po raz dziesiąty miał miejsce Bieg „Policz się z cukrzycą”. Ini-

cjatywa ta odbywa się również w wielu innych miastach w Polsce, a jej

celem jest podnoszenie świadomości społeczeństwa na temat cukrzycy oraz wspieranie diabetyków w walce z tą chorobą, a także promowanie zdrowego stylu życia.

O godzinie 20:00 tradycyjnie wypuszczono „Światelko do nieba”, dziękując tym samym za wspólne granie z Orkiestrą.

Po zakończeniu wydarzeń pod PKiN, akcję przenosimy do studia TVP2, skąd Jurek Owsiak aż do ostatniej minuty dnia nadaje relację o przebiegu Finału, przyjmuje gości i zaprasza na pozostałe atrakcje.

Jako członek Pokojowego Patrolu (wolontariuszy przy Fundacji WOŚP), już trzeci raz mogłam być w Warszawie podczas Finału. Razem ze swoją grupą pomagaliśmy w organizacji opisanych wyżej wydarzeń, a także dbaliśmy o bezpieczeństwo ich uczestników.

phm. Magdalena „Moro” Opulska
33. DSH „Zwiad”

W czasie 24.Finału WOŚP zebraliśmy

7 2 6 9 6 5 0 1, 53
PLN!

Kwota zadeklarowana w dniu Finału - 44 047 594 PLN

Na zakup urządzeń medycznych dla oddziałów pediatrycznych oraz dla zapewnienia godnej opieki medycznej seniorów.

DZIĘKUJEMY!

wielka orkiestra świątecznej pomocy

Kącik Wnusi Gosi

Długie warkocze przepięknie wyglądają u każdej harcerki, jednak wiele z nas obcięło je pod wpływem jakiegoś impulsu. Często żałuje się takich decyzji, a zapuszczanie na nowo wydaje się trwać w nieskończoność. Chciałoby się jakoś skrócić ten proces, ale wydaje się to niemożliwe... Czy na pewno tak jest? Otóż nie!

1. MASUJ SKÓRĘ GŁOWY

Każdy włos na naszym ciele rośnie z cebulki, która zaczepiona jest w skórze. Aby ją dotlenić, warto stosować masaż skalpu. Wykonywany regularnie, poprawia jakość wyrastającego włosa i przyspiesza jego wzrost. Jak masować głowę? Najpierw umyj ręce i skróć paznokcie żeby nie podrapać skalpu. Następnie, przyłóż opuszki palców do skóry głowy i lekko przyciskając wykonuj okrężne ruchy. UWAGA: masuj skalp z pochyloną głową. Wykonuj czynność codziennie, po ok. 5 minut.

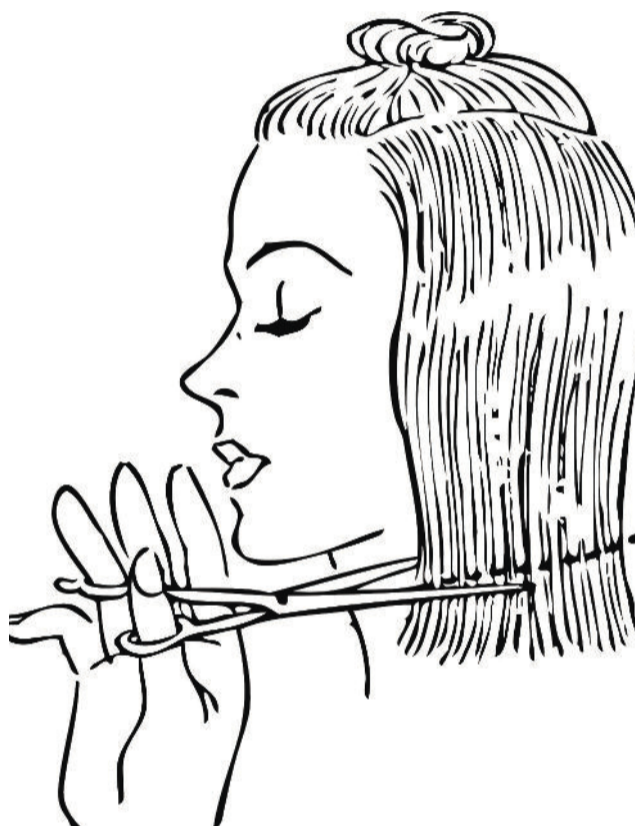
2. MYJ WŁOSY TAK CZĘSTO, JAK TEGO POTRZEBUJĄ

Przeszukując Internet, na wielu blogach znajdziesz informację, że codzienne mycie włosów hamuje ich porost. Nie jest to jednak prawdą! Każdy z nas ma inny rodzaj skóry, także tej ukrytej pod włosami. Pewnie znasz kogoś lub sama jesteś posiadaczką bardzo słabo przetłuszczającego się skalpu. W takim przypadku faktycznie, nie powinno się codziennie myć głowy, ponieważ nie jest to potrzebne (może jedynie przesuszyć włosy, co spowoduje ich osłabienie i przetłuszczanie). Jeśli jednak Twoje włosy każdego wieczoru są brudne i tłuste, nie „przetrzymuj” ich. Wytworzony łój będzie zapychał pory i spowolni porost włosa. UWAGA: przy przetłuszczającej się skórze

warto zaopatrzyć się w naturalny, delikatny szampon nie zawierający alkoholu (np. szampon dla dzieci, szampon z pokrzywy).

3. ZADBAJ O KOŃCÓWKI

Chociaż włos rośnie z cebulki, o jego koniec także warto się zatroszczyć, dlaczego? Codziennie „maltretowany”



szarpaniem szczotki, prostownicą, lokówką i ciasną gumką łatwo ulega zniszczeniom. Rozdwaja i łamie się. W pewnym momencie, podczas kolejnego ostrego traktowania, jego koniec odpada. Podczas miesiąca urośnie ok. 1,5 cm i ubędzie go tyle samo, co skutkuje brakiem widocznego przyrostu. Zniszczone włosy wyglądają także bardzo nieestetycznie. Co w takim razie robić, a czego nie, by uchronić nasze włosy?

- nie używaj lub ogranicz stosowanie suszarki, prostownicy, lokówki

- chodź spać z całkiem suchymi, związanymi w luźny warkocz włosami

- nie stosuj lub ogranicz nakładanie

środków chemicznych na włosy (farba do włosów, lakier, żel)

- delikatnie rozczesuj włosy i nie rób tego sto razy dziennie

- stosuj odżywkę lub serum do końcówek

- nie używaj gumek do włosów z metalową częścią i nie związuj włosów zbyt mocno

- podcinaj regularnie zniszczone końce

4. ZADBAJ O WŁOSY OD ŚRODKA

Nic tak nie poprawia stanu naszych włosów jak pełna witamin i minerałów dieta. Cebulki stają odżywione, a włosy piękne i lśniące. Racjonalne odżywianie poprawia także nasze samopoczucie oraz wygląd skóry i paznokci, co jest dodatkowym plusem. Połączenie odpowiedniej diety i dużej ilości wody odżywi nasz organizm (w tym włosy) tysiąc razy lepiej niż garść suplementów diety, których przyjmowanie w tym przypadku jest zwyczajnie zbędne.

Mam nadzieję, że wykorzystasz moje rady i za kilka miesięcy będziesz cieszyć się długim, lśniącym warkoczem. Pamiętaj, że wciąż musisz być uzbrojona w cierpliwość - w tydzień nikomu nie rośnie 10 cm (statystyczne tempo wzrostu włosa to ok. 1,5 cm miesięcznie). Życzę wytrwałości i POWODZENIA!

dh. Małgorzata Winnicka

12 WDR „Anakonda”

Miejska historia

Baszta Białogłówwka

W najstarszej części Starego Miasta, w miejscu, gdzie znajdowało się kiedyś grodzisko, położona jest jedna z czterech zachowanych do dziś baszt, którą jest Baszta Białogłówwka. Zbudowana została w pierwszej połowie XV wieku. Osiąga wysokość około 30 metrów. Budowla podzielona jest wewnątrz na pięć



Baszta Białogłówwka - źródło: wikipedia.org

pięter. Oprócz tego, w budynku znajdują się lochy więzienne. Z basztą wiąże się pewna legenda:

Kiedy Stargard był niewielkim grodem, toczył przeróżne wojny z licznymi sąsiadami i nie tylko. Władał nim pewien gniewny człowiek, bardzo skory do konflik-

tów, pewny swoich umiejętności przywódczych. Ta jego bezgraniczna wiara w siebie wynikała z tego, iż stargardzianie zwycięsko wychodzili nawet z najtrudniejszych bitew, a ich atutem było ogromne doświadczenie w boju.

Pewnego razu, kiedy władca po raz kolejny wysłał swoich poddanych po pewną wygraną, a w grodzie zostały jedynie kobiety, dzieci i starcy, stało się coś nieprzewidzianego. Na Stargard napadł władca leżącego nieopodal Szczecina, któremu od dłuższego czasu nie podobały się opłaty, jakich żądano za przepłynięcie rzeki Iny.

Wśród mieszkańców wybuchł popłoch. Wszyscy byli pewni, że nie poradzą sobie z najeźdźcami i czeka ich nieuchronna zagłada. Ale nie białogłówwy (tak nazywano wówczas kobiety gdyż obyczaj nakazywał, aby wszystkie niewiasty miały na głowach białe chusty lub czepki)! Wcześniej uznawane za niezdolne do walki, nie uległy tym nastrojom. Postanowiły działać, nie chciały oddać swojego losu i przyszłości swoich dzieci wrogom. Opracowały szczegółowy plan i wcieliły go w życie.

W środku nocy, kiedy szczecińska armia smacznie spała przed atakiem na „bezbronnych mieszkańców”, kobiety zebrały się w baszcie, niedaleko której, pod murami, rozbił swój obóz wróg. Wniosły ciężkie beczki z ciemną cieczą na sam szczyt wieży. Tam przez kilka godzin gotowały ciecz, jak później okazało się, była nią smoła. Zgodnie powzięły decyzję, aby zdjąć białe nakrycia głowy, gdyż bały się, że

będą one przeszkadzały przy pracy i ubrudzą się kleistą mazią.

Z dźwiękiem piania pierwszego koguta, niczego niespodziewająca się armia nieprzyjaciół ruszyła na podbój naszej ziemi. Byli przekonani o swoim zwycięstwie i nie przewidzieli żadnych komplikacji. „Przecież tam nie ma mężczyzn, wszyscy walczą daleko stąd”- myślał ich władca. Wtedy na głowy z chludem polały się im ogromne ilości ciemnej, gorącej smoły, uniemożliwiającej sprawne poruszanie się. Szczecinianie, bardzo zaskoczeni obroną muru wykonali odwrót. Kobiety wniebowzięte swoim sukcesem, założyły na głowy porzucone wcześniej okrycia i wróciły do domów, z niecierpliwością czekały na dalszy rozwój zdarzeń. Nie minęło kilka godzin, a zaczęły docierać do nich odgłosy oddalających się od Stargardu wojowników.

Nasz władca, kiedy zobaczył te ilości mazi przed basztą był wielce zdumiony. Usłyszawszy całą historię od swoich zaufanych sług, nie mógł uwierzyć własnym uszom. Na cześć walecznych stargardzianek kazał wybudować wielką kopułę na wieży, pod którą rozegrała się cała walka i pomalować ją na biały kolor. Od tego czasu baszta nazywana jest Białogłówwką, na znak bohaterstwa białogłówwy.

dh. Małgorzata Marczak
dh Kamil „Baśka” Basiukajc
12. WDR „Anakonda”

Kącik suchych żartów Ziemka i Ostrego

Pani na lekcji języka polskiego prosi dzieci o wymienienie cech charakteru Maćka z Bogdańca.

Do odpowiedzi zgłasza się Jasiu:

- Honor.

- Ależ Jasiu - dziwi się Pani - czy „honor” to cecha?

- Nie, samo „h”.



Dwóch gliniarzy łączy się przez radio z wydziałem zabójstw:

- Przyślijcie ekipę...

- Jaka sytuacja?

- Zabójstwo, ofiara to mężczyzna, lat 38, matka uderzyła go nożem kilkanaście razy za to, że wszedł na moką, dopiero co umytą podłogę.

- Aresztowaliście matkę?

- Nie, podłoga jeszcze mokra.

dh. Mateusz „Ostry” Ostrowski
12 WDR „Anakonda”

