

Школьная газета «Перемена»

27.09.2024г

Выпуск подготовили:

- Поздеева Анна Александровна
- Медиа волонтеры гимназии № 20

В этом выпуске:

1 Сентября – День Знаний 1

Об этом нельзя забывать! 2

День солидарности в борьбе с терроризмом! 2

«Капля жизни!» 2

«Родные и любимые» экологии! 3

Как защитить себя от простуды? 3

1 Сентября – День Знаний

1 сентября 2024 года вся наша большая страна отмечает День Знаний. День знаний – символ начала учебного года, радость учеников. В этот день все ученики приходят в школу после летних каникул. Кто-то бегом спешит в школу, чтобы поскорее увидеть своих друзей, а кто-то грустит о жарких летних каникулах. Это самый волнующий день для всех школьников, а особенно для первоклассников – малышей. Первый звонок запомнится им на всю жизнь, потому что они вступают в новую, пока еще не известную, школьную жизнь. Обучающиеся 5 классов переходят в среднее звено, где познакомятся в новыми преподавателями. Для учеников девятых и одиннадцатых классов этот год тоже является

очень важным – выпускным, ведь многие из них через год уйдут из нашей школы.

В гимназии № 20 этот день начался с торжественной линейки. Во время линейки учителя, ребята, родители и приглашенные гости поздравили друг друга с этим замечательным днем!

Почетными гостями нашего праздника стали начальник управления торговли и потребительского рынка - Пареньков Тимур Сергеевич, советник прокурора города Шуткина Анна Сергеевна, подполковник вооруженных сил Трифонов Михаил Андреевич.

После линейки для всех учащихся прошли первые уроки проекта «Разговоры о важном» в 2024-2025 учебном

году, которые были посвящены разговору об образе будущего России.

Хочется пожелать ученикам и учителям, чтобы не только 1 сентября было радостным, но и все дни, проведенные в школе. Счастливого всем нового учебного года!



Об этом нельзя забывать!



3 сентября 2024 года - 20 годовщина бесланской трагедии. В России этот день является Днем солидарности в борьбе с терроризмом. Он был учрежден в память о трагических событиях в Беслане 1-3 сентября 2004 года. И сегодня, боль о погибших и пострадавших в результате теракта в Беслане, среди которых большая часть были дети, не утихает. Всего в тот роковой день погибло 334 человека, из них 186 детей. Для всей России 3 сентября — это еще и день общенациональной скорби.

1 сентября 2004 года ученики школы № 1 города Беслан готовились торжественно начать новый учебный год. На линейку, посвященную Дню Знаний, собралось около двух тысяч человек. Присутствовали учителя, ученики, их родители и многочисленные родственники, друзья. Среди присутствовавших было около 130 детей дошкольного возраста.

Неожиданно ворвавшиеся террористы загнали присутствовавших в здание и 54 часа держали в залож-

никах. Все это время над ними издевались, морили голодом и не давали воды. И убивали в качестве наказания за плохое поведение и для того, чтобы запугать других.

В результате теракта, по официальным данным, погибло 334 человека, среди них — 186 детей, 17 учителей, 118 родственников, гостей и друзей, 13 бойцов спецназа. Ещё свыше 700 человек были ранены.

**«54 часа всех
держали в
заложниках.
Все это время
над ними
издевались,
морили
голодом и не
давали воды»**

День солидарности в борьбе с терроризмом!

Каждый год в День солидарности в борьбе с терроризмом мы вспомним всех погибших в терактах в разные годы. Обо всех этих страшных преступлениях каждый год вспоминают на линейках, классных часах, траурных мероприятиях во всех российских образовательных учреждениях. Активисты и молодежные организации проводят акции в память о погибших, также проводят беседы и инструктажи в ходе которых рассказывают о том, как нужно ве-

сти себя при террористической атаке.

В нашей школе в 3 сентября во всех классах прошли информационные пятиминутки и классные часы.

Городские власти в этот день организовали памятное мероприятие в сквере имени А.Н. Рыбнева. На нем архиепископ Новгородский и Геленджикский Каллистрат отслужил панихиду, по погибшим в террористических актах.

Также все желающие смогли возложить цветы к памятнику «Скорбящие ангелы» и почтить минутой молчания память «ангелов Беслана» и всех тех, кто погиб от террора.

«Капля жизни!»



3 сентября волонтеры гимназии организовали участие обучающихся во Всероссийской акции «Капля жизни», посвященной Дню солидарности в борьбе с терроризмом.

В ходе акции участникам было рассказано об угрозе терроризма в современном мире, о том, что случилось в 2004 году в Беслане. Учащиеся почтили память погибших минутой молчания.

В память жертв Беслана,

которые, находясь в заточении, не могли выпить и капли воды, участники акции подходили к чаше с водой, набирали в ладони немного воды и с пожеланием светлой памяти всем безвинно погибшим полили цветы, которые растут на территории школы.

«Родные и любимые» экологи!

7 сентября в городе в Новороссийском дендропарке состоится семейный экофестиваль "Родные-любимые". В денном фестивале вместе с неравнодушными горожанами приняли участие и юные экологи гимназии № 20.

Во время фестиваля можно было не только утилизировать отработанные отходы, но и без лишних сложностей сдать небезопасные материалы, такие как ртуть и батарейки.

В рамках просветительской работы фестиваля

всем участникам рассказывали о важности правильной утилизации опасных отходов. Лекторий помог всем желающим глубже понять тему экологии и переработки отходов.

На фестивале была организована зона отдыха с фудкортом и с чайной церемонией. Также на фестивале все желающие имели возможность принять участие в работе мастер-классов: творческая выставка картин, чайная церемония, ловец снов и авоська. Гости фе-

стиваля создавали арт-объекты из вторсырья и пробовали свои силы в экоквесте.



Как защитить себя от простуды?

Наступила осень, но большую часть сентября на улице тепло. Похолодание при переходе от лета к осени наступает нас внезапно. Осень – традиционный сезон простуд и острых респираторных вирусных инфекций.

Почему мы боеем? Мало того, что лето безвозвратно уходит, настроение падает, за окном слякоть сменяется дождем, а дождь – порывистым ветром. Осенние погодные неприятности дополняет простуда. Она выводит людей из строя в среднем на 1-2 недели, заставляет нас терпеть повышенную температуру, головной боли, боли в горле, насморк и кашель. Как же сохранить здоровье в сезон простуд?

Профилактику простудных заболеваний осенью нужно проводить по двум направлениям. Во-первых, укреплять иммунитет. Во-вторых, уменьшать вероятность заражения.

1. Соблюдайте правила гигиены. Такое простое действие, как мытье рук с мылом после посещения

общественных мест, серьезно снижает риск заражения ОРВИ, очищая кожу рук от возбудителей болезней.

2. Надевайте одноразовую медицинскую маску в местах, переполненных людьми (особенно если рядом кто-то чихает или кашляет), ведь самый распространенный путь передачи простуды именно воздушно-капельный. Но не забывайте, что менять такую маску нужно не реже 1 раза в 2 часа, иначе она не будет выполнять защитных функций.

3. Проветривайте помещения. Если рядом с вами сидит простуженный человек, проветривайте помещение каждые 1,5-2 часа – это примерно на 20% снизит вероятность подхватить ОРВИ.

4. Высыпайтесь. Главное базовое средство от всех внезапных болезней – достаточно спать. Главные правила хорошего сна: сон должен быть непрерывным, желательно регулярным по комфортной норме (6–8 часов) с

засыпанием плюс-минус пару часов.

5. Утепляйтесь и держите ноги и нос в тепле. Осенью и зимой температура в помещении и на улице очень отличается, как и дневная и ночная погода, так что лучше быть готовыми ко всему. Учтите, что перегрев так же вреден для организма, как и переохлаждение. При необходимости берите с собой зонт или дождевик.

6. Следить за воздухом в помещении. Спертый воздух или сквозняки – отличное условие для мгновенной простуды. А кондиционер – самый коварный житель помещений, с которым надо обходиться очень осторожно. Регулярно проветривайте помещение. Главное правило – не открывать окна широко на долгое время и не ждать полного заморозания конечностей.

Это далеко не все способы сохранить здоровье. Но обязательно обращайтесь за медицинской помощью в случае возникновения симптомов ОРВИ!



«Осень – традиционный сезон простуд и острых респираторных вирусных инфекций»

