

# Zespół Szkół Technicznych w Nysie



FORUM ZST

KWARTALNIK NR 54, Lato 2025

Witamy na łamach letniego wydania FORUM ZST.

Lato, jako jedna z pór roku, to okres wysokich temperatur, długich dni i wakacji. W Polsce lato zaczyna się astronomicznie 21 czerwca, a kalendarzowo 22 czerwca. Wakacje, które również kojarzą się z latem, rozpoczynają się w pierwszej sobotę po 20 czerwca i trwają do ostatniego dnia sierpnia.

Wszyscy z niecierpliwością czekają na zasłużony odpoczynek. Po miesiącach nauki, obowiązków i codziennego pośpiechu każdy z nas marzy o chwili wytchnienia. Wakacje to czas, na który czekamy z ogromną niecierpliwością. To właśnie wtedy możemy na chwilę zapomnieć o szkole, sprawdzianach i zadaniach domowych, a skupić się na tym, co sprawia nam radość.

Odpoczynek jest bardzo ważny, ponieważ pozwala zregenerować siły, poprawić nastrój i spędzić czas w sposób, który naprawdę lubimy. Jedni wybierają aktywne wakacje – górskie wędrówki, wycieczki rowerowe czy pływanie w jeziorze. Inni wolą leniuchowanie na plaży, czytanie książek lub spędzanie czasu z rodziną. Niezależnie od formy, odpoczynek pomaga nam oderwać się od codziennych problemów i nabrać nowej energii. To dla nas najlepszy sposób na relaks i naładowanie baterii przed kolejnym rokiem szkolnym.

Koniec roku szkolnego to czas na poprawianie ocen, ale także na realizację ciekawych zadań. W szkole odbywały się konkursy o różnorodnej tematyce, akcje, projekty i wiele różnych inicjatyw w których brali udział nasi nauczyciele i uczniowie.

Zachęcamy do przeczytania relacji z tych wydarzeń, które zamieściliśmy w tym wydaniu FORUM.

Życzymy przyjemnej lektury.

Redakcja FORUM

# Czas na rybę! 2025!

## Rekrutacja rozpoczęta!



Najlepszy Konkurs Gastronomiczny  
ZŁOTY WIDELEC 2025

ROZPOCZYNAMY REKRUTACJĘ!

ZGŁOSZENIA do 12 września 2025 r.



Już po raz ósmy, w pierwszy weekend października, Zamek Książęcy w Niemodlinie zamieni się w kulinarne centrum Polski. W ogólnopolskim Konkursie Kulinarnym „Czas na rybę!” o tytuł najlepszej potrawy z karpia opolskiego rywalizować będą uczniowie szkół gastronomicznych oraz profesjonalni kucharze z całego kraju. Za organizację wydarzenia odpowiada Grupa Rybacka „Opolszczyzna” wspólnie z szefem kuchni Kamilem Klekowskim. Organizatorzy zapraszają po raz kolejny do udziału wszystkich, którzy nie boją się kuchennych wyzwań.

PRODUKT OBOWIĄZKOWY

KARP OPOLSKI



TERMIN KONKURSU

3.10.2025 r. – uczniowie szkół  
4.10.2025 r. – profesjonalści  
05.10.2025 r. Forum „Smaczna  
przemiana karpia”

REGULAMIN I ZGŁOSZENIA



[www.czasnarybe.opolskieriby.pl](http://www.czasnarybe.opolskieriby.pl)

Zgłoszenia przyjmowane są do **12 września 2025 r.** – nie zwlekaj, bo to szansa, która może zmienić kulinarną przyszłość!

### Produkty obowiązkowe

W tym roku **karp** to jedyny obowiązkowy składnik w konkursowych potrawach. To świadomy wybór – ta szlachetna, lokalna ryba doskonale wpisuje się w aktualne trendy kulinarne, które stawiają na sezonowość, regionalne produkty i zrównoważone gotowanie. Organizatorzy liczą na pełną kreatywności odsłonę karpia – zarówno w klasycznych, jak i nowoczesnych interpretacjach. Tradycja spotka się z innowacją, a karp – w towarzystwie niebanalnych składników – zyska zupełnie nowe, zaskakujące oblicze.

Jeśli w konkursowych daniach pojawią się produkty tłuszczowe – uczestnicy mogą być spokojni o ich jakość. Partnerem wydarzenia została firma Bunge, właściciel marki Kruszewica, która zadba o najwyższej klasy oleje i tłuszcze wykorzystywane podczas rywalizacji. To gwarancja, że każdy detal – od techniki smażenia po subtelne nuty smakowe – będzie na najwyższym poziomie.

### Jest o co walczyć!

Ten konkurs to nie tylko prestiż i kulinarna przygoda – tu naprawdę gra toczy się o wysoką stawkę. Uczniowie szkół gastronomicznych powalczą o nagrody o łącznej wartości do **2 500 zł** oraz cenny staż pod okiem szefa kuchni należącego do prestiżowego stowarzyszenia **Euro-Toques Polska**. To przepustka do świata zawodowej gastronomii i bezcenne doświadczenie na start kulinarnej kariery.

### Jak się zgłosić do konkursu?

Aby wziąć udział w Konkursie Kulinarnym „Czas na rybę!” i powalczyć o tytuł mistrza karpia, należy zgłosić się w 2-osobowych zespołach. Rejestracja odbywa się za pomocą formularza, który dostępny jest na stronie konkursu. W zgłoszeniu muszą znaleźć się następujące elementy:

- 3 zdjęcia potrawy,
- receptura oraz proces technologiczny przygotowania dania,

Każdy zespół powinien przygotować potrawę – danie główne – z produktem obowiązkowym – karpim. Ryba dostarczana będzie przez organizatorów w formie patroszonego karpia z głową. Jury wybierze po 6 drużyn. Podczas Konkursu potrawa musi być przygotowana w ilości 8 porcji. Przygotowanie dań odbywa się na talerzach zapewnionych przez firmę Lubiana – szczegóły dotyczące wyboru talerzy znajdują się w regulaminie.

Czas na zgłoszenia – formularze można przysyłać **do 12 września 2025 r.**

### **Weekend pełen smaków i emocji – zapraszamy do Niemodlina!**

Konkurs „Czas na rybę!” to nie tylko rywalizacja kulinarna, ale też prawdziwe święto dla wszystkich miłośników dobrej kuchni.

W piątek, **3 października 2025 r.**, do kulinarnych zmagania staną uczniowie szkół gastronomicznych, a w sobotę, 4 października, pałeczkę przejmą szefowie kuchni z całej Polski.

Organizatorzy zapraszają na Zamek w Niemodlinie przez cały weekend – równolegle, w sobotę i niedzielę, odbywać się będzie Wojewódzkie Święto Karpia Opolskiego – barwne wydarzenie plenerowe, pełne smaków, rękodzieła i atrakcji dla całych rodzin. Na niedzielę zaplanowano także kulinarne forum dyskusyjne z pokazami mistrzów kuchni, zatytułowane „Smaczna przemiana karpia” – to doskonała okazja, by zobaczyć, jak karp zyskuje nowe, inspirujące oblicza w rękach najlepszych kucharzy w kraju.

### **Kto będzie oceniał potrawy?**

Już wkrótce zostanie ogłoszony skład jury! Na chwilę obecną powiemy, że będą to obiektywni profesjonaliści, z różnych środowisk kulinarnych!

### **Informacje o Konkursie**

Informacje o konkursie można znaleźć:

- na stronie: <https://czasnarybe.opolskieryby.pl/>
- na FB: <https://www.facebook.com/CzasNaRybe>
- bezpośrednio u Organizatorów:
- Aleksandra Czerkawska – tel. 535 380 010, Kamil Klekowski -tel. 790 247 247

Konkurs został dofinansowany z Programu Unijnego Fundusze Europejskie dla Rybactwa na lata 2021 – 2027 w ramach projektu „Smaczna przemiana karpia”!

# Spotkanie z psychologiem



W dniu dzisiejszym gościliśmy w naszej szkole psychologa, p. mgr Tomasza Kaczmareckiego, który przybliżył uczniom definicję stresu, mechanizmów jego działania oraz metody radzenia sobie w sytuacji stresu. Dziękujemy za cenne wskazówki i przekazaną wiedzę 😊 🎓 📖

Podziękowania dla PANS w Nysie (Kierunek: PSYCHOFIZYCZNE FORMY KSZTAŁTOWANIA CZŁOWIEKA) za zainicjowanie spotkania i współpracę 😊

# Dzień Matki

26 maja przypada wyjątkowe święto – **Dzień Matki**. W tym dniu szczególnie okazujemy naszym mamom miłość, szacunek i podziękowania. To właśnie One dbają o nas, martwią się, pomagają, rozwiązują każdy problem. Bardzo często nasze Mamy po raz pierwszy wprowadzają swoje dzieci w magiczny, bezpieczny świat książek. Czytają dzieciom, zabierają do biblioteki, pokazują jaką radość może nieść czytanie. Pamiętajmy o swoich Mamach – dziś i każdego dnia 😊



## ***Miłość Mamy***

Miłość Mamy nie waży się na gramy!  
Mama – dotknięciem dłoni  
największy smutek przegoni!

Miłość Mamy nie waży się na kilogramy!  
Gdy Mamusia usiądzie przy tobie,  
Łżej – nawet w ciężkiej chorobie!  
Chociaż się waży na tony hipopotamy i dzwony,  
to takiej wagi nie mamy,  
żeby zważyła miłość Mamy

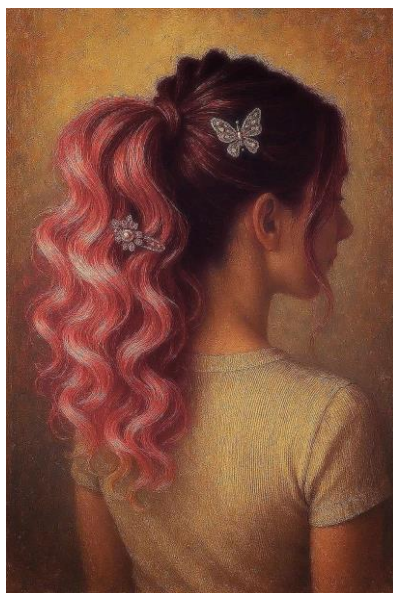
Wszystko, co Mama nam daje,  
co będzie, co jest, co już było,  
i Mama, i my obok mamy  
– to miłość.

*P. Kaniżaj*



*Kącik fryzjerski*

## Wyniki Szkolnego Konkursu Fotograficznego „Fotografia mobilna we fryzjerstwie”



Zadanie konkursowe polegało na wykonaniu fotografii przedstawiającą fryzurę w dowolnym stylu. Przy ocenie prac uwzględniono m.in. staranność wykonania fryzury, walory artystyczne, dobór koloru i obróbkę cyfrowa zdjęcia.

Komisja konkursowa w składzie pani Magdalena Kruk-Cieślik, pani Angelika Bartoszek-Koza oraz pani Anna Kobusińska wyłoniła zwycięzców spośród nadesłanych prac:

**1 miejsce: Wiktoria Bachryj (4TF5),**

**2 miejsce: Jagoda Chudek (4TF5),**

**3 miejsce: Wiktoria Krzyżanowska (4TF5).**

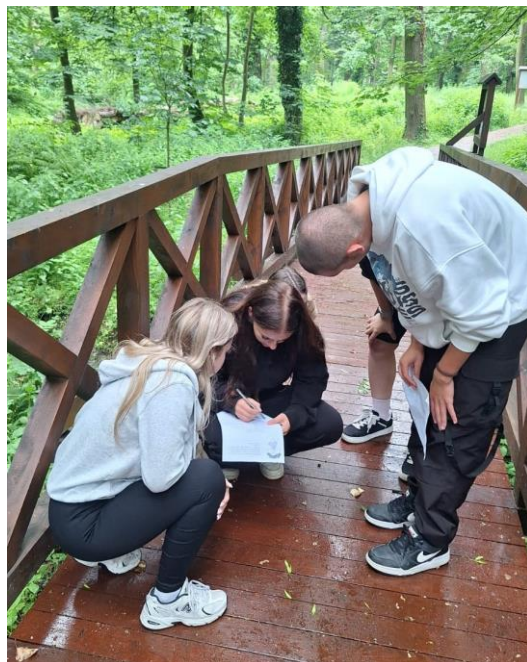
Gratulujemy !!!

Nauczyciele przedmiotów zawodowych fryzjerskich.

# Szkolny Dzień Sportu!

W tym roku główną atrakcją był bieg na orientację (gra terenowa). W wydarzeniu wzięli udział uczniowie z 11klas: 2TK, 3M, 1FS, 3TB, 2G, 2S, 1K, 3TF, 4TF5, 2X, 3TK. Rywalizacja sportowa odbywała się na terenie pobliskiego parku, co sprzyjało aktywności fizycznej na świeżym powietrzu.

Uczniowie zostali podzieleni na pięcioosobowe zespoły, które miały za zadanie odnaleźć punkty kontrolne rozmieszczone na mapie, oraz wykonać przydzielone na nich zadania. Liczyła się zarówno sprawność fizyczna, jak i umiejętność czytania mapy i współpracy. Zawodnicy startowali co kilka minut, aby uniknąć tłoku na trasie. Wszyscy ukończyli bieg w dobrym czasie i z dużym zaangażowaniem. Najbardziej zgraną i najszybszą klasą okazała się drużyna z 3TB, kolejno uplasowały się zespoły z 3TF i 2TK 🏃🏃🏃🏆



**Szkolny Dzień Sportu** był nie tylko okazją do rywalizacji, ale przede wszystkim do integracji uczniów, rozwijania umiejętności pracy zespołowej oraz promowania aktywnego stylu życia. Z niecierpliwością czekamy na kolejną edycję tego wydarzenia! Dziękujemy uczestnikom.

Nauczyciele wychowania fizycznego.

## Bezpieczne wakacje

Bezpieczne wakacje dla młodzieży to ważny temat. Należy zadbać o ochronę przed słońcem, nawadnianie się, bezpieczeństwo nad wodą, przygotowanie do wędrowek oraz ochronę przed kleszczami i owadami. Ważne jest również zwrócenie uwagi na to, co jemy i zabranie apteczki pierwszej pomocy.

Ochrona przed słońcem:

- Unikaj słońca w godzinach jego największego nasłonecznienia (od 11:00 do 15:00) .
- Stosuj kremy z filtrami UV (SPF 50+ lub wyższy) .
- Używaj nakrycia głowy (czapeczki, kapelusz) i okularów przeciwsłonecznych .
- Noś odzież, która zakrywa ciało, szczególnie ramiona i nogi .



- Pij dużo wody, aby utrzymać nawodnienie .

Bezpieczeństwo nad wodą:

- Nie pływaj w czasie burzy, mgły lub gdy wieje porywisty wiatr .
- Nadzoruj dzieci na basenie lub nad wodą, nawet jeśli są na płytkim basenie .
- Zwracaj uwagę na oznakowania i zasady bezpieczeństwa obowiązujące na basenie lub plaży .
- Nie wdrapuj się na brzegi zbiorników wodnych ani nie pływaj w nieznanych miejscach .

Bezpieczeństwo na wypoczynku:

- Uważaj na swoje rzeczy (torby, portfele, telefony) w tłumie lub na imprezach .
- Nie pozostawiaj rzeczy bez opieki .
- Nie zabieraj autostopowiczów, ani nie zatrzymuj się w niebezpiecznych miejscach .
- Zwracaj uwagę na to, co jesz (szczególnie w miejscach, gdzie sprzedaje się żywność uliczną) .
- Uważaj na rośliny, których nie znasz (niektóre są trujące) .
- Zadbaj o właściwy ubiór – strój z elementami odblaskowymi, kask podczas jazdy na rowerze .

Dodatkowe porady:

- Nauczyć się podstaw pierwszej pomocy lub przypomnieć sobie jej zasady .
- Zabranie do wyjazdu apteczkę pierwszej pomocy .
- Rozmawiać z młodymi osobami o zasadach bezpieczeństwa, aby były świadome zagrożeń i wiedziały, jak reagować w różnych sytuacjach .
- Zwracać uwagę na zachowanie młodzieży, jeśli zauważysz coś niepokojącego, nie wahaj się interweniować lub powiadomić o tym odpowiednie służby .
- Pamiętaj o numerach alarmowych (112, 998, 999)





# Światowy Dzień Architektury

Tegoroczne obchody  
odbędą się w Nysie dnia  
**12 czerwca 2025** roku pod  
hasłem „**Rewitalizacja  
przestrzeni publicznej**”.  
Organizatorem jest  
Państwowa Akademia  
Nauk Stosowanych w Nysie  
oraz Opolska Okręgowa  
Izba Architektów RP.

Światowy Dzień  
Architektury jest  
wydarzeniem  
dedykowanym twórczości  
architektonicznej  
i przemyślanej przestrzeni  
publicznej.

Głównym celem  
wydarzenia jest popularyzacja wiedzy na temat zawodu architekta, jak również  
edukacja poprzez zabawę przeznaczoną dla mieszkańców powiatu nyskiego.

PAŃSTWOWA AKADEMIA  
NAUK STOSOWANYCH W NYSIE

IZBA ARCHITEKTÓW  
OPOLSKA OKRĘGOWA IZBA  
ARCHITEKTÓW RP



## ŚWIĄTOWY DZIEŃ ARCHITEKTURY

### 12 CZERWCA 2025

Miejska i Gminna Biblioteka Publiczna w Nysie / rynek

#### Program ŚDA 2025

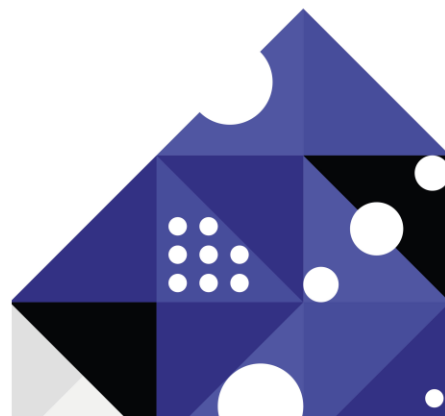
|                                                                                                                                            |             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Warsztaty architektoniczne dla dzieci i młodzieży                                                                                          | 11:00-14:00 |
| Oficjalne otwarcie ŚDA 2025 i wystąpienia zaproszonych gości                                                                               | 16:30       |
| Panel dyskusyjny - prelekcje zaproszonych gości nt. rewitalizacji przestrzeni publicznych                                                  | 16:30       |
| Konsultacje społeczne - rewitalizacja wnętrz urbanistycznych (podwórek komunalnych) znajdujących się w śródmieściu Nysy                    | 18:15-19:45 |
| ARCHITEKTURA ŚWIATŁA - iluminacja Domu Starej Wagi w Nysie, instalacji architektonicznej „TENSOSTRUKTURA” oraz przestrzeni wystawienniczej | 21:30       |
| Wystawy plenerowe architektów IARP w Opolu                                                                                                 |             |
| Wystawy plenerowe studentów architektury PANS w Nysie                                                                                      |             |



Fundacja Regionalnej  
Kultury Nysy

Miejska i Gminna  
**BIBLIOTEKA**  
w Nysie

Nysa**HOT**



PANS w Nysie

# Światowy Dzień Architektury

12 czerwca 2025r. uczniowie klas **4KB5** i **3TK** wzięli udział w warsztatach architektonicznych z okazji **Światowego Dnia Architektury**. Wydarzenie zorganizowane przez **Państwową Akademię Nauk Stosowanych w Nysie** oraz **Opolską Okręgową Izbę Architektów RP**, miało na celu popularyzację wiedzy o zawodzie architekta oraz edukację poprzez zabawę dla uczniów i mieszkańców powiatu nyskiego.



Podczas warsztatów młodzież miała okazję rozwijać swoje kreatywne zdolności, a także podziwiać prace architektów Opolszczyzny oraz studentów kierunku Architektura i Urbanistyka PANS w Nysie.



## Humor na wakacje

Jaś wraca z wakacji i mówi do kolegi:

- Szkoda że tego nie widziałeś. Jechałem na słońiu, a obok mnie dwa lwy...
- I co dalej? Co dalej?
- Musiałem zejść z karuzeli...



Na pustyni wyczerpany turysta pyta Beduina:

- Jak dojść do Kairu?
- Cały czas prosto, a w czwartek w prawo.

Wpada Jasiu do domu szczęśliwy . Ojciec ogląda świadectwo i mówi:

- Durniu! Same pały, a Ty się cieszysz?
- Jeszcze tylko lanie i wakacje!

W szkole, w klasie:

- Dzieci - pyta pani.
- Jaka jest liczba mnoga od słowa niedziela?
- Wakacje!!! - krzyczą dzieci.

Jaka jest różnica między wczasami w górach, a wczasami nad morzem?

- W górach ceny są wysokie, a nad morzem słone.

Po powrocie z wakacji u babci Iksiński ma podrapaną okolicę ust i pokaleczone palce.

- Co Ty wyprawiałeś? - pyta go zdziwiony ojciec.
- Ja nic! Tylko babcia kazała mi zawsze jadać widelcem i nożem.

Nauczyciel:

- Ciepło sprawia, że rzeczy zwiększają swoją objętość, zimno - że się kurczą. Możecie podać jakieś przykłady?

Jaś:

- Wakacje są dłuższe od ferii zimowych!

Przed wakacjami ksiądz pyta uczniów:

- Które przykazanie jest najważniejsze?
- Ósme - mówi Jaś. - Nie wystawiaj złego świadectwa bliźniemu swemu!

*redakcyjny:* Wanessa Gach, Aleksandra Mazurek

*Skład komputerowy:* mgr Magdalena Kruk-Cieślik,

*Opiekunowie pisma:* mgr Marta Kufieta, mgr Magdalena Kruk-Cieślik, Anna Kobusińska