



Carpe Diem

Gazetka szkolna
Liceum Ogólnokształcącego im. Marii Sadowskiej i Technikum
w Łochowie

Marzec 2026r.

W TYM NUMERZE:

Życie szkolne/akcje charytatywne.....1,2,3,4,6

Sportowe sukcesy.....5

Prezentacja profili.....8

Szkolna manufaktura językowa.....7

WAŻNE TEMATY:

- Dzień Otwarty
- Stypendia Starosty
- Erasmus

STUDNIÓWKA

W Zespół Szkół Ponadpodstawowych w Łochowie było czuć, że zbliża się coś wyjątkowego. Studniówka była tuż-tuż, a uczniowie intensywnie przygotowawali się do tego ważnego wydarzenia. Próby stały się codziennością – najpierw walc, dopracowywany krok po kroku, z dużym skupieniem i zaangażowaniem. Każde kolejne spotkanie przynosiło widoczne postępy. Maturzyści tańczyli z gracją, uśmiechem i ogromnym zaangażowaniem. Choć wciąż trwały ostatnie przygotowania, już wtedy było wiadomo, że zapowiada się wyjątkowy wieczór, który na długo pozostanie w pamięci. Atmosfera była wspaniała – pełna radości, elegancji i pozytywnej energii. Nie zabrakło tańca, śmiechu i wspólnej zabawy. To był naprawdę szczególny dzień dla naszych maturzystów. Z pewnością na długo pozostanie w ich pamięci jako jedno z najważniejszych wydarzeń w szkolnym życiu.



Zuzanna Skorupka, 3c

WALENTYNKI

Walentynki w naszym liceum były pełne radości i dobrej energii. W szkole zrobiło się słodko, kolorowo i bardzo serdecznie. Klasa 3c spędziła ten dzień kreatywnie. Na godzinie wychowawczej uczniowie ozdabiali torby, tworząc własne projekty, pojawiły się na nich cytaty o miłości z filmów, bajek i piosenek oraz ciekawe rysunki. Każda praca była inna i wyjątkowa. To był miło spędzony czas, pełen uśmiechu i współpracy.



Zuzanna Skorupka, 3c

ŻYCIE SZKOLNE

16 października – Ślubowanie klas pierwszych w ZSP Łochów oraz przekazanie obowiązków nowo wybranemu Samorządowi Uczniowskiemu.

23 października – Dzień Mola.

11 listopada – Poczet sztandarowy podczas Mszy Świętej w intencji Ojczyzny.

1 grudnia – Światowy Dzień AIDS.

5 grudnia – Mikołajkowy Turniej Piłki Nożnej.

11 grudnia – „Paczka na Kresy” – wyjazd na Łotwę.

16 grudnia – Konkurs śpiewania piosenek w języku angielskim i niemieckim.

17 stycznia – Studniówka.

10 lutego – Akcja Dawcy Szpiku.

14 lutego – Walentynki w ZSP Łochów.

23 lutego – Ogólnopolski Dzień Walki z Depresją.

24 lutego – Rozdanie stypendiów.

28 lutego – Powiatowy Turniej Tenisa Stołowego.

3 marca – Gminne obchody Dnia Żołnierzy Wyklętych.

Zosia Cyrych, 3c

POMOC DLA SCHRONISKA

Wolontariuszki ze Szkolnego Koła Caritas – Marysia Winnicka, Kasia Klimek oraz Julia Kupiec – odwiedziły bezdomne psy w Psi Azyl w Łochowie, aby przekazać dary zebrane podczas szkolnej zbiórki. Dzięki zaangażowaniu uczniów i nauczycieli do schroniska trafiły karma, koce, zabawki oraz inne niezbędne akcesoria.

Pobyty w azylu był nie tylko okazją do przekazania pomocy, ale także do spędzenia czasu z czworonożnymi podopiecznymi. Pieski okazały się bardzo przyjazne i spragnione kontaktu z człowie-

kiem. Wiele z nich wciąż czeka na adopcję i kochający dom. Każdy może pomóc wystarczy odwiedzić azyl i wyjść z psem na spacer. To niewielki gest, który ma dla zwierząt ogromne znaczenie.



Zosia Cyrych, 3c

DZIEŃ DAWCY SZPIKU

W naszej szkole odbył się Dzień Dawcy Szpiku – wyjątkowe wydarzenie promujące ideę bezinteresownej pomocy i ratowania życia. Uczestnicy mieli okazję dowiedzieć się, jak ogromne znaczenie ma dawstwo szpiku oraz jak w prosty sposób można zarejestrować się w bazie potencjalnych dawców Fundacja DKMS. Akcja spotkała się z dużym zainteresowaniem społeczności szkolnej. Aż 26 pełnoletnich osób zdecydowało się dołączyć do bazy dawców, dając tym samym realną szansę na życie osobom potrzebującym przeszczepienia. W organizację wydarzenia zaangażowało się Szkolne Koło Caritas oraz Samorząd Uczniowski, które przygotowały kiermasz ciast. Dochód ze sprzedaży został przekazany na rzecz Fundacji DKMS, wspierając jej działania.



Zosia Cyrych, 3c

STYPENDIA STAROSTY

W Zespole Szkół Ponadpodstawowych w Łochowie odbyła się uroczystość wręczenia stypendiów Starosty Węgrowskiego za wysokie wyniki w nauce osiągnięte w pierwszym semestrze roku szkolnego 2025/2026. Wyróżnienia przyznano uczniom szkół ponadpodstawowych z terenu powiatu, w tym szkół i placówek oświatowych prowadzonych oraz dotowanych przez Powiat Węgrowski. Łącznie nagrodzono, aż 90 uczniów, doceniając ich systematyczną pracę, zaangażowanie i ambicję. Serdecznie gratulujemy wszystkim stypendystom! To dowód na to, że wytrwałość i konsekwencja przynoszą realne efekty. Życzymy dalszych sukcesów i nieustannej motywacji do rozwijania swoich talentów.



Maja Gałązka, 3c

BIOOLIMPIADA

Uczniowie klas 3c i 4c wzięli udział w I etapie ogólnopolskiego konkursu biologiczno-chemicznego „BIOLIMPIADA 2026”, organizowanego przez Wyższą Szkołę Inżynierii i Zdrowia w Warszawie pod patronatem Mazowieckiego Kuratorium Oświaty. Konkurs miał formę testu online, składającego się z 75 pytań jednokrotnego wyboru. O końcowym wyniku decydowała nie tylko liczba poprawnych odpowiedzi, ale również czas ich udzielenia, co dodatkowo podniosło poziom rywalizacji. W zmaganiach wzięło udział aż 982 uczestników z całej Polski, jednak tylko 20 najlepszych osób zakwalifikowało się do kolejnego etapu.

Z ogromną dumą informujemy, że w gronie finalistów znalazły się trzy uczennice naszej szkoły:

- **Małgorzata Balcer (4c)**
- **Nikoła Saks (3c)**
- **Wiktoria Tabor (3c)**

To wyjątkowe osiągnięcie jest dowodem ich ciężkiej pracy, systematyczności oraz pasji do nauk przyrodniczych. Serdecznie gratulujemy naszym finalistkom wspaniałego wyniku i życzymy powodzenia w II etapie konkursu, który odbędzie się w marcu. Trzymamy mocno kciuki za dalsze sukcesy!



Maja Gałązka, 3c

FESTIWAL NAUK PRZYRODNICZYCH

W naszej szkole odbyła się kolejna edycja Szkolnego Festiwalu Nauk Przyrodniczych, skierowanego do uczniów klas ósmych Szkoły Podstawowej nr 3 w Łochowie. Tegorocznym tematem przewodnim było powietrze. Wydarzenie zostało przygotowane pod opieką nauczycieli przedmiotów przyrodniczych, a prezentacje i doświadczenia zaprezentowały uczennice klasy o profilu biologiczno-chemicznym. Podczas spotkania ósmoklasiści mogli spojrzeć na powietrze z różnych perspektyw naukowych. W części biologicznej dowiedzieli się, jak powietrze wpływa na życie roślin, zwierząt i ludzi oraz jak działają ludzkie płuca. Na geografii poznali rolę wiatru i jego znaczenie w przyrodzie. Fizyka pokazała, że powietrze nie jest „niczym”, a uczniowie mogli zobaczyć m.in. doświadczenia związane z powstawaniem próżni. Z kolei podczas chemii uczestnicy sprawdzali, z jakich składników składa się powietrze oraz obserwowali efektowne eksperymenty z tlenem i dwutlenkiem węgla. Na zakończenie odbył się krótki test wiedzy, w którym wyłoniono trzech zwycięzców. Festiwal był okazją do nauki poprzez doświadczenia i dobrą zabawę oraz pokazał, że nauki przyrodnicze mogą być naprawdę fascynujące.



Wiktoria Sadowska, 3b

SZKOLNY DZIEŃ SPORTU

Wydarzenie miało miejsce tuż po uroczystym ślubowaniu klas pierwszych i stało się doskonałą okazją do wspólnej integracji oraz promowania zdrowego stylu życia. Tego dnia nie brakowało emocji i dobrej energii. Jednym z głównych punktów programu był Turniej Tenisa Stołowego. Przy stołach toczyły się zacięte, ale pełne zasad fair play pojedynki. Uczestnicy wykazali się nie tylko umiejętnościami technicznymi, lecz także sportowym duchem walki. Dużym zainteresowaniem cieszył się również między klasowy konkurs na zdrową przekąskę. Uczniowie przygotowali pomysłowe, kolorowe i przede wszystkim zdrowe propozycje dań. Jury miało trudne zadanie, ponieważ wszystkie prace wyróżniały się kreatywnością i dbałością o wartości odżywcze. W trakcie wydarzenia działało także stanowisko z pomiarem ciśnienia tętniczego. Każdy chętny mógł sprawdzić swoje wyniki i dowiedzieć się więcej o profilaktyce zdrowotnej. Była to cenna lekcja dbania o własne zdrowie. Wręczono nagrody w dwóch kategoriach: „Zdrowa przekąska” oraz Turniej Tenisa Stołowego. Zwycięzcom serdecznie gratulujemy, a wszystkim uczestnikom dziękujemy za zaangażowanie i wspólną zabawę.

W kategorii: Zdrowa Przekąska podium zajęły uczennice z klas 2 i 3:

Maja Nowotka kl.2c, Lena Przybysz i Oliwia Gołaszewska kl.3T1b oraz Oliwia Kaczmarczyk i Karolina Bieniek kl.2a, a także Wiktoria Staszuk z kl.2c Wyróżnienia, otrzymały: Karina Jarosz, Piotr Sych.

W turnieju Tenisa Stołowego uczniowie zajęli poszczególne miejsca:

Chłopcy:

1. Radosław Garwoliński - kl. 5TT
2. Przemysław Garwoliński - kl. 4b
3. Rafał Kasprzycki - kl. 5TL

Dziewczyny:

1. Nikola Kułak - kl. 1b
2. Gabriela Rybner - kl. 3c
3. Julia Krasuska - kl. 2a



DZIEŃ KOBIECI

W naszej szkole odbył się wyjątkowy koncert z okazji Dnia Kobiet! Nasz szkolny zespół o zabawnej nazwie „Raz na jakiś czas, nie częściej niż raz w roku, zawsze na Dzień Kobiet” po raz kolejny zachwycał wszystkich uczniów i nauczycieli., obchodząc tym samym 22-lecie zespołu. Było dużo dobrej muzyki, śpiewu i świetnej atmosfery. Widać było, że każdy świetnie się bawi zarówno wykonawcy, jak i publiczność. Był to idealny sposób, aby wspólnie świętować Dzień Kobiet. Podczas tego dnia przygotowano też drobne upominki dla wszystkich pań - słodkości, które wywołały uśmiech na twarzach uczennic i nauczycielek naszej szkoły. Koncert odbył się w dwóch częściach: w Domu Kultury w Łochowie oraz w naszej szkole dla klas licealnych oraz technikum.



Oliwia Pielech, 3a

DZIEŃ WALKI Z DEPRESJĄ

W naszej szkole pamiętaliśmy o wyjątkowym dniu Ogólnopolskim Dniu Walki z Depresją. To okazja, aby przypomnieć sobie, że zdrowie psychiczne jest równie ważne jak zdrowie fizyczne. Depresja to poważne zaburzenie, które wciąż bywa mylone ze „złym nastrojem” lub traktowane jako oznaka słabości. Tymczasem wymaga zrozumienia, wsparcia i jeśli trzeba profesjonalnej pomocy. Z tej okazji w Zespole Szkół Ponadpodstawowych w Łochowie odbyły się warsztaty prowadzone przez psychologa szkolnego. Uczniowie mieli okazję: dowiedzieć się, czym jest depresja i jak rozpoznać jej objawy, rozmawiać o emocjach i sposobach radzenia sobie w trudnych sytuacjach, poznać miejsca i formy wsparcia, z których można skorzystać. Była to cenna przestrzeń do rozmowy i refleksji. Na zakończenie uczniowie oraz nauczyciele otrzymali drobne „dobre słowo”, bo czasem jedno miłe zdanie może dodać otuchy i wiary w siebie. Rozmawiajmy, wspierajmy się i reagujmy, gdy ktoś obok potrzebuje pomocy!



Oliwia Pielech, 3a

ERASMUS

Uczniowie Zespołu Szkół Ponadpodstawowych w Łochowie wzięli udział w dwutygodniowych praktykach zawodowych w Grecji w ramach programu Erasmus+. W mobilności uczestniczyło 24 uczniów z kierunków technik logistyki oraz technik teleinformatyk, którzy rozwijali swoje umiejętności zawodowe, językowe i międzykulturowe, pracując w greckich firmach pod opieką zagranicznych mentorów. Teleinformatycy zajmowali się m.in. konfigurowaniem urządzeń sieciowych, tworzeniem połączeń kablowych i bezprzewodowych oraz administracją systemami Windows Server i Linux. Uczyli się także zabezpieczania danych i zarządzania zasobami sieciowymi. Z kolei logiści poznawali praktyczne aspekty pracy w magazynie i zarządzania łańcuchem dostaw – analizowali stany magazynowe, przygotowywali towary do transportu oraz pracowali z dokumentacją i programami magazynowymi. Pobyt w Grecji był również okazją do poznania kultury tego kraju. Uczniowie odwiedzili m.in. wyspę Skiathos, Meteory oraz Zamek Platamonas, a także ćwiczyli język angielski w codziennych sytuacjach. Udział w projekcie pozwolił młodzieży zdobyć cenne doświadczenie zawodowe oraz rozwijać samodzielność, odpowiedzialność i umiejętność pracy w międzynarodowym środowisku. Projekt został sfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach programu Erasmus+.



Wiktoria Sadowska, 3b

EUROPEJSKI DZIEŃ JĘZYKÓW OBCYCH

W naszej szkole obchodziliśmy Europejski Dzień Języków Obcych. Było to wyjątkowe wydarzenie, które połączyło naukę, kulturę oraz dobrą zabawę. Celem tego dnia było pokazanie, jak ważna jest nauka języków obcych oraz poznawanie innych kultur. W ramach obchodów odbyły się inspirujące konferencje z Panią Profesor Martą Witkowską z Uniwersytetu Warszawskiego, skierowane do uczniów klas I, II i III liceum oraz zaproszonych gości – uczniów klas ósmych ze Szkoły Podstawowej nr 2 w Łochowie. Podczas spotkań uczniowie mogli dowiedzieć się, dlaczego znajomość języków obcych jest tak ważna we współczesnym świecie

oraz jakie możliwości daje w przyszłości. Dużą atrakcją był również pokaz tańca street dance w wykonaniu uczennic ze Szkoły Tańca „Latino Fever”, który dostarczył widzom wielu emocji i energii. Podczas wydarzenia odbył się także kiermasz ciast, przygotowany przez uczniów. Uczniowie mogli również wziąć udział w quizach z kodami QR, które sprawdzały wiedzę o językach i krajach Europy w nowoczesny i ciekawy sposób. Dodatkowo zorganizowano symulacje ustnych egzaminów maturalnych z języków obcych, dzięki którym uczniowie

mogli sprawdzić swoje umiejętności językowe i przygotować się do przyszłych egzaminów. Przez cały dzień wybrani uczniowie prowadzili krótkie rozmowy w języku angielskim z nauczycielami, uczniami i pracownikami szkoły, co pozwoliło wszystkim ćwiczyć komunikację w praktyce.



Maja Gałązka, 3c₇

DZIEŃ OTWARTY

Zespół Szkół Ponadpodstawowych w Łochowie po raz kolejny zorganizował Dzień otwarty dla klas ósmych, który odbędzie się 18 marca o godzinie 18:00. To doskonała okazja, aby poznać naszą szkołę, jej ofertę edukacyjną oraz atmosferę panującą wśród uczniów i nauczycieli. W programie wydarzenia przewidziano prezentację kierunków kształcenia, zwiedzanie szkoły z uczniami-przewodnikami, a także pokazy edukacyjne przygotowane w salach lekcyjnych. Na uczestników czekają również występy taneczne uczniów. Spotkanie będzie świetną okazją do rozmów z nauczycielami i uczniami oraz do uzyskania informacji na temat wybranych profili i możliwości rozwoju w naszej szkole. Taki dzień ułatwia uczniom klas podstawowych do podjęcia decyzji o wyborze dalszej drogi edukacyjnej. Organizatorzy serdecznie zapraszają wszystkich zainteresowanych do udziału w wydarzeniu.

W naszej szkole każdy uczeń może wybrać profil w liceum oraz technikum, który najbardziej odpowiada jego zainteresowaniom i talentom:

Liceum:

- **Biologiczno-chemiczny,**
- **Politechniczny,**
- **Humanistyczny.**

Technikum:

- **Logistyczne**
- **Informatyczne**



Oferujemy również zajęcia pozalekcyjne, które są świetnym sposobem na aktywne spędzenie czasu po lekcjach, poznawanie nowych osób i rozwijaniem swoich pasji.

- **Tańce ludowe dla klas 2 i 3,**
- **Siatkówkę,**
- **Zajęcia strzeleckie**



Wiktoria Sadowska, 3b

„Carpe Diem”

Gazetka szkolna. Ukazuje się od 1999 r. Nr 152/2026. Wydanie specjalne przygotowane jako projekt polonistyczny. Redaktorzy prowadzący: Wiktoria Sadowska; autorzy: Wiktoria Sadowska, Oliwia Pielech, Zuzanna Skorupka, Maja Gałązka, Nikola Saks, Zosia Cyrych, Zosia Stępień; Opieka nad redakcją: Kamila Kądziała oraz uczennica Wiktoria Sadowska