

# LONIUS

Wolny głos XXIV LO!

**“CZAS WOLNY”  
CZYLI CO PRÓCZ SZKOLEY...**



### 3... 2... 1...

Witajcie drodzy czytelnicy! Niezmiernie cieszę się, że to ja mam okazję po raz pierwszy w historii napisać do Was tych kilka słów jako redaktor naczelny nowej szkolnej gazetki „LO nius”. Wyruszamy co prawda dopiero od drugiego semestru roku szkolnego, ale mam nadzieję, że po przeczytaniu pierwszego numeru stwierdzicie, że warto było czekać na wolny głos naszego liceum tak długo.

Na samym początku poruszamy temat naszego wolnego czasu. Będziecie mogli więc przeczytać o przeróżnych formach aktywności pozaszkolnej Waszych kolegów i koleżanek. Wątek totalnego leniuchowania i niczym nieograniczonego obijania się postanowiliśmy ominąć. Prawdopodobnie byłoby tego po prostu za dużo. Skupiliśmy się na znacznie żywszej i o wiele bardziej dynamicznej części życia licealisty. Stąd w naszej gazetce m.in. temat imprez, pracy, zainteresowań, sportu, a także (co praktycznie nikomu nie nasuwa się automatycznie na myśl) nauki. Uruchamiamy także kącik recenzenta, gdzie zamieszczać będziemy opinie na temat m.in. filmów, książek, a także gier komputerowych. Pojawi się również kącik literacki z przeróżnymi efektami twórczości licealistów. Z pewnością każdy z Was będzie mógł znaleźć w naszej gazetce coś dla siebie. Nawet jeśli ktoś nie interesuje się tym, o czym jest tekst, to mamy nadzieję, że przynajmniej będzie się go dało przeczytać.

Wszyscy wiemy, że absolutnie każdy twór na świecie musi (a przynajmniej powinien) się rozwijać, dlatego zrobimy wszystko, by nam się to udawało. Pracując nad kolejnymi numerami będziemy cały czas o tym pamiętać, by móc przyciągnąć do siebie coraz to nowych i nowych czytelników.

To by było na tyle, jeśli chodzi o samochwalstwo. Jaka będzie rzeczywistość, zobaczymy już niedługo. Nie prosimy jednak Was o wyrozumiałość. Wręcz przeciwnie - o bezgraniczne uwielbienie :) Do zobaczenia na łamach "LO nius-a"!

Redaktor Naczelny  
Robert Pęczalski

### Kącik literacki :)

Mam na imię Monika i jestem z klasy II „A”. Będę prowadzić kącik literacki w szkolnej gazetce. Wiem, że nie każdy lubi czytać. Może dlatego, że nie każdy miał okazję przeczytać naprawdę interesującą książkę. Książki są nie tylko sposobem na nudę. Zabierają nas do świata wykreowanego przez autora i pozwalają oderwać się na chwilę od rzeczywistości. Uczą również stawiać pytania i poszukiwać na nie odpowiedzi. Osobiście bardzo lubię czytać i szczerze was do tego zachęcam. Mam nadzieję, że uda mi się zarazić was tą pasją.

Jeżeli często zastanawiacie się jak będzie wyglądało wasze życie w przyszłości polecam wam książki Jonathana Carrolla - nieprzeciętnego pisarza, który zaskakuje nas w swojej twórczości. W swoich książkach porusza on problemy współczesnego świata w niecodzienny sposób. Stara się odpowiedzieć na pytania zadawane przez ludzi od wieków. Pełna ponadczasowych wartości lekcje życia zawiera w ciekawej i pochłaniającej treści. Opisuje historie zwykłych ludzi, którzy spotykają na swojej drodze niezwykle sytuacje.

Tytuły najnowszych książek Jonathana Carrolla: Zakochany duch, Na pastwę aniołów, Kraina Chichow.

W książce zatytułowanej „Na pastwę aniołów” Jonathan Carroll stawia pytanie - Czym jest śmierć? - i odpowiada na nie. Splotają się losy trojki bohaterów, którym los wplótł „śmierć” między kartki życiorysu. Czy da się poznać odpowiedzi na pytania zadawane śmierci? Czy można przechytrzyć śmierć i opóźnić jej plan o jakiś czas. Tego dowiedziecie się czytając książki Jonathana Carrolla

### Spis treści:

Kujon - gatunek na wyginięciu .....	3
Licealista bawi się .....	4
Centra handlowe .....	5
Pracowity jak licealista .....	6
Zajęcia pozalekcyjne .....	7
Pomocna dłoń .....	7
Licealista i siłownia .....	8
BEOWULF (recenzja) .....	9
Call of Duty 4 (recenzja) .....	10
Odrobina humoru :) .....	12

## KUJON - GATUNEK NA WYGINIĘCIU



Prawdopodobnie wielu uczniów naszej szkoły uważa, że nauka to przykry obowiązek każdego nastolatka. W takim razie, na pewno wykorzystaliście każdą wolną godzinę zimowych ferii, aby zapomnieć o lekcjach, zadaniach domowych i innych zajęciach związanych ze szkołą. Zapewne „ładowaliście baterie” na zbliżający się semestr ciężkiego i wyczerpującego „kucia”.

Wyobraźcie sobie jednak, że istnieją w naszej szkole ludzie, którzy poświęcili prawie każdy wolny dzień ubiegłych dwóch tygodni na naukę. Nie były to bynajmniej osoby przygotowujące się do zaliczenia poprzedniego semestru, chociaż i one na pewno ciężko pracowały, aby poprawić swoje oceny.

Mam na myśli pospolitego, spokojnego, niczym nie odznaczającego się (może prócz dobrych ocen), szkolnego KUJONA. Tego typu osobniki, zarówno w męskim, jak i żeńskim odpowiedniku są coraz rzadziej zauważalne w naszym otoczeniu. Dlaczego? Umierają z przeuczenia, giną pod stosami książek? Nie! Nic bardziej mylnego. Najzwyczajniej w świecie stają się przeciętniakami. To dla nich zdrowsze. W końcu wysypiają się, nie niszczą wzroku przez ciągłe czytanie książek, nie boli ich głowa od nadmiaru informacji.

Na szczęście w naszej szkole znalazła się bardzo silna przedstawicielka tego gatunku. Jak się już domyślacie, sposób w jaki spędzała swój wolny czas w okresie ferii znacznie różnił się od waszego. Powinniście wiedzieć, że kujony nie lubią dłuższych przerw w nauce, ferie świąteczne i zimowe przyprawiają ich o ból głowy.

Więc, nasza szkolna Kujonka, aby nie cierpieć na ciągłą migrenę, ułożyła swój własny plan lekcji na ferie. „Dobra organizacja to pierwszy krok do sukcesu”- twierdzi. Kiedy wy w pierwszy wolny poniedziałek słodko spaliście, wasza koleżanka już o godz. 7.00 rano wstawała z łóżka. Po szybkim śniadaniu zasiadała przy biurku w celu rozprawienia się z pracami domowymi zadanymi na ferie przez gorliwych nauczycieli naszej szkoły. Taki plan pracy był przewidziany na trzy dni. Dlaczego tak długo? „Po co robić wszystko jednego dnia? Później bym się nudziła.”- odpowiada zażenowana. Co więc robiła przez kolejne dni żeby się nie nudzić? Uczyła się do kartkówek i sprawdzianów przewidzianych po feriach, czytała lektury.

Nasza szkolna Kujonka potrafiła jednak znaleźć nieco ciekawszy sposób spędzania wolnego czasu- spacery, kino, pizza z przyjaciółmi. Istnieje, chociaż cień nadziei, że nasza koleżanka „nie przedawkuje z nauką”.

Możecie wierzyć lub nie, ale taki tryb życia daje dużo szczęścia Kujonce, zwłaszcza, gdy jej praca przynosi owoce, jakimi są dobre oceny i uznanie nauczycieli, no i wasza wdzięczność za możliwość odpisania pracy domowej.

Jak sami widzicie, wolny czas można spędzać nawet na uczeniu się, więc na przyszłość, nie zarzucajcie kujonom, że marnują młodość nad książkami. Cały ten gatunek żyje radością z poszerzania swojej wiedzy. Bierzcie z nich przykład, ale bez przesady!

Anna Husak

## Licealista bawi się

Jestem osobą, która nie lubi się nudzić. Zawsze staram się wymyślić coś ciekawego do roboty. Mam swoją grupą przyjaciół, z którą jestem bardzo zżyta. Nie wyobrażam sobie wyjazdu czy wolnego dnia bez nich, ale jest problem... Oprócz mnie wszyscy są fanami techno i hip-hopu. Nie przepadam za tą muzyką, ale to jest moja indywidualna sprawa i toleruję ich gust. Ostatnio nasilił się bardzo strzał na dyskoteki, na tych Dj-ów, na nowe utwory muzyki elektronicznej no i oczywiście łatwe dziewczyny, ale to już chyba standard.



Kiedy zbliża się weekend i planujemy, jak zająć sobie czas, chłopaki oczywiście nie proponują nic prócz pójścia na bibę (mieszkam w okolicy Krakowa i jest tu sporo tych dyskotek). Ja też uwielbiam się bawić i kilka razy znajomi wyciągnęli mnie na te swoje zabawy. Żałuję do dziś, że dałam się namówić. I ja, oczywiście ubrana normalnie w stare poczciwe jeansy, jakiś prymitywny t-shirt, na nogach adidas, a tam wytapetowane nastolatki w obcisłych ciuszkach i krzykliwych fryzurkach, które mówią: "jestem wolna" czy też "bierz mnie...". Do takiego widoku można się przyzwyczaić i jest to nawet zabawne. Kolejna sprawa to nadmiar alkoholu i innych używek. Ja nie jestem święta i przyznaję się, że lubię procenty, gdyż uważam, że wszystko jest dla ludzi tylko z umiarem! Jednak to co widziałam bardzo mnie wzburzyło. Dziewczyny pijące ze szklanek każdego napotkanego faceta no i te tabletki czy też krążki jak to się również nazywa!! To jest chore! Co ta wiara chce udowodnić? Te młode dziewczyny Ci faceci, którzy chcą dojrzeć szybciej niż im natura na to pozwala... Po co oni to robią? Po co biorą te dropsy, piją tyle. Pytałam kumpla, co ma z tego za przyjemność. On twierdzi, że ma w sobie max energii do tańczenia od tego!

Dla mnie to już nie jest zabawa! To tragedia! Nie twierdze, że dyskoteki to jakaś banalna sprawa, ale gdyby każdy był sobą i przychodził w celu spotkania towarzyskiego, potańczenia i poznania nowych, ale oryginalnych ludzi to na pewno i ja bym tam chodziła. Ale ludzie chodzą tam, żeby wypić i wyrwać kogoś na jedną noc. Za trudne to jest dla mnie!

Pamiętam wspólne wypady z moją ekipą, jakieś imprezy, ale normalne, gdzie zbierało się dużo ludzi i świetnie można było się bawić. Zimą kuligi, łyżwy, latem namioty i jezioro na kilka dni. Wtedy było naprawdę fajnie. Teraz, kiedy jest piątek czy sobota, nikogo z moich bliskich nie da się namówić na jakieś kino czy wyjazd. Nie! bo oni idą na dyskotekę. Pewnie kiedyś jeszcze zacisnę zęby i pójdę, przykładowo tam dlatego, że odbywają się tam 18-stki moich znajomych. Rozumiem, że można do dyskotek iść raz na jakiś czas, ale nie co tydzień!

Ja jestem ciągle tą samą osobą i coraz bardziej oddalam się od moich znajomych, bo spędzam wolny czas z osobami, które mają podobny pogląd na świat jak ja. Zawsze powtarzam, że kocham wszystkich ludzi i to się nigdy nie zmienia. Gubię się w dzisiejszym świecie. Ludzie się tak szybko zmieniają, a ja nie potrafię. Nie pasuję do tego otoczenia. Czy ktoś widzi to samo co ja?

Magdalena Stapała

## CENTRA HANDLOWE

Długo nie wiedziałymy jak zabrać się do pracy nad tym artykułem. Felieton, odpada. Reportaż też nie. W taki razie co..?? Każdy pomysł był zły. Aż w końcu nad głowami zapaliła się lampka :) Zapytamy poprostu kilku młodych ludzi o: Co takiego przyciąga ich tam? Jak często są ich gośćmi? Z kim i po co najczęściej się tam umawiają? Przygotowałyśmy pytania i wybrałyśmy się na "łowy".

Sroda, ferie wiedziałyśmy, że o tej porze spotkamy tu kogoś kto będzie mógł odpowiedzieć na nasze pytania. Nie musiałyśmy długo szukać. Z jednego ze sklepów wyszła Monika. Podeszłyśmy do niej i zadałyśmy nasze jakże wyszukane pytania :).

MONIKA : Odwiedzam centra handlowe bo w jednym miejscu jest tak wiele sklepów, które lubię. Jestem jednak rzadkim bywalcem, ponieważ mam lepsze zajęcia niż łażenie po sklepach bez celu. Przychodzę tu jedynie gdy muszę coś kupić. Zakupy robie sama nie lubie jak kolezanki narzucają mi do którego sklepu mam wejść bo one akurat tam cos fajnego wypatrzyły. Nie jestem maniaczką zakupów wiec może dlatego mnie tu tak nie ciągnie :)

Monika odeszła a my ponownie wyterzyłyśmy wzrok by znaleźć kogos kto będzie chetny do rozmowy z nami. Niestety kilka osób nie chciało podzielić się z nami swoimi doznaniem :) Kasia naszczęście bez zastanowienia zgodziła się na kilka pytań.

KASIA: W galeriach jestem co drugi dzień. Nie przychodze to jedynie na zakupy. Często umawiam się tu ze znajomymi. Idziemy do kina albo cos zjesć. Lubie gdy w jednym miejscu moze się zabawić jak i coś przekasić. Centra handlowe to dobry pomysł.

Naszej rozmowie z Kasią przysłuchiwało się dwóch chłopców, który sami zapytali czy mogą też coś powiedzieć. Oczywiście zgodziłyśmy się bez zastanowienia i to był strzał w dziesiątkę Filip i Olaf zdradzili nam po co tak naprawdę tu przychodzi:)

Filip i Olaf: Tu można w ciepłku wagary spędzić :) A jak jesteśmy głodni to idziemy do Mac Donaldsa i możemy zjesć za marne grosze:)

Heheh a jednak centra handlowe to nie tylko sklepy i zakupy ale również spotkania przy kawie i ciepłe wagary :) Każdy z nas inaczej spędza wolny czas. W galeriach jest o tyle łatwiej, ze możemy isć do kina, na kolacje i na zakupy bez opuszczania jednego wielkiego budynku.



Centrum Handlowe „Galeria Krakowska” od wewnątrz :)

## **„Pracowity jak... licealista”**



Licealista w pracy spotykany jest coraz częściej. Zjawisko to jest powszechne i nikogo już nie dziwi. Młode pokolenie chce zdobywać swoje pierwsze grosze. Towarzyszy temu wielka satysfakcja i cenne doświadczenia, które mogą w przyszłości okazać się pomocne. Nasuwa się pytanie czy kompromis pomiędzy efektywną nauką a zajęciami w pracy da się pogodzić? Jak wygląda to w praktyce opowiedzą nasi koledzy z 2 klasy liceum.

Kuba: „Byłem sprzedawcą w sklepie spożywczym i zarabiałem jakieś 6 złotych na godzinę. Pracę zdobyłem po znajomości i sprawiała mi ona satysfakcję. W pewnym momencie jednak stwierdziłem, że mam za mało czasu na naukę! No i zrezygnowałem. 12 godzin na dobę, które wystąpiłem przy kasie pomogło mi podjąć decyzję- twierdzi Kuba. Kolejnym młodym pracownikiem jest Justyna, która sprzedawała kosmetyki. Umowę z pracodawcą podpisała na 12 dni. Na takie właśnie krótkie terminy bardzo często decydują się młodzi ludzie, chcący zarobić z góry określoną kwotę pieniędzy, wykorzystując np. weekendy lub inne dni wolne. Jak twierdzi Justyna, praca w sklepie była „przyjemna i dosyć łatwa, tym bardziej, że wynagrodzenie, jakie otrzymałam było zależne tylko ode mnie”. Wygodna i spokojna praca nie jest przeznaczona jednak dla wszystkich. Niektórzy oprócz świeżej gotówki cenią sobie odreagowanie codziennej nudy i monotonii czasu spędzonego przed książkami. Piotr np. miał dużo satysfakcji z pracy na wysokościach (często bez zabezpieczenia). Pomimo jak twierdzi „ „ płacy przeciętnej ”, bardzo miło wspomina tamten okres. Jest przekonany, że to pozwoliło mu zdobyć energię do dalszych znacznie cięższych działań w szkole. Jest to jednak wyjątkowy przypadek. Osoby, które niewłaściwie coś rozplanują przed rozpoczęciem zajęcia, często nie odczuwają korzyści ani w nauce ani w portfelu. Ważne jest również dokładne zapoznanie się z warunkami pracy.

Tak więc licealista pracujący musi być z jednej strony człowiekiem zaradnym i gotowym na nowe wyzwania a z drugiej potrafiącym dojrzałe podejmować decyzje. A nie ma na to oprócz szkoły lepszego miejsca niż praca gdziekolwiek. Zdobywanie cennych umiejętności przystosowania się do życia w zawodzie jest w dzisiejszych czasach przydatna. Ludzie którzy już zdobyli się na taką decyzję są z reguły zadowoleni. Nareszcie mogą spożytkować swoją ciężką pracę. Co prawda trudny jest ten pierwszy krok, ale do odważnych świat należy.

Mateusz Kulas kl. II b

## Czym są zajęcia pozalekcyjne?

Dla jednych to forma oderwania się od szarej codzienności, drudzy w zajęciach pozalekcyjnych szukają rozrywki oraz zabawy. Są też tacy, którym zajęcia są potrzebne do samorozwoju. I chociaż wszyscy szukają czegoś innego łączy ich jedno: pożyteczne spędzenie wolnego czasu, połączenie "przyjemnego z pożytecznym". A jakie instytucje oferują nam możliwość ciekawego zgospodarowania wolnego czasu?. Są to m.in. MDK - i, Siemacha, Korona, Ośrodek Profilaktyki Środowiskowej czy Staromiejskie Centrum Kultury Młodzieży na Kazimierzu. Wszystkie te placówki mają bogatą ofertę zajęć, np. taniec, śpiew, gra na instrumentach, dziennikarstwo czy żeglarstwo. zapytałem kilka osób z mojego otoczenia, co sądzą o zorganizowanych zajęciach pozalekcyjnych.

Ola 16 lat " Zajęcia są dla mnie oddechem przed następnym dniem w szkole. Tu zawsze się coś dzieje i nigdy się nie nudzę."

Kuba 17 lat "Chodzę na zajęcia, ponieważ chciałbym podszkolić się językowo. W szkole nie zawsze mogę podejść do nauczyciela, jak czegoś nie rozumiem. Poza tym będzie mi to potrzebne w przyszłym zawodzie."

Jacek 19 lat " Cieszę się, że kolega mnie tu zaciągnął. Przedtem ganiałem między blokiem, a dziś mam występy break - danceowe i szkolę się w Parkour, który ostatnio zaczął mnie interesować."

Michał 15 lat " Ja to nie wiem po co są te placówki. Przecież to strata czasu. nie lepiej posiedzieć na kampie albo umówić się na jakiś melanz z kumplami."

Jarek 18 lat " To wszystko według mnie jest jakąś pomyłką. To jakieś zamknięte oddziały dla ludzi którzy nie wiedzą co zrobić z kasą.

Zdania na temat spędzania czasu wolnego są podzielone. Według mnie uczęszczanie na dodatkowe zajęcia rozwija umiejętności, talenty oraz osobowość, a przede wszystkim daje możliwość poznania nowych, interesujących ludzi. Moja lista kontaktów GG jest o wiele dłuższa ale zdecydowanie wolę spotkania w "realu" i aktywne spędzanie czasu. Osobiście bardzo polecam! Pamiętajcie żeby upewnić się na stronach internetowych co do ofert Domów Kultury.

Krzysztof Katra IIB

## POMOCNA DŁOŃ

Dużą część młodzieży chętnie bierze udział w różnego rodzaju akcjach charytatywnych. Gdy do naszej szkoły przyjechał przedstawiciel wolontariatu, który zachęcał do wzięcia udziału w Świątecznego Zbiórce Żywności, po chwili namysłu z dwiema koleżankami zgłosiliśmy się.

Wypełniliśmy ankietę, dostaliśmy identyfikatory i pozostało nam czekanie na dzień zbiórki. Nasz termin wypadł w piątek po lekcjach od godziny 13:00 do godziny 16:00 .

Gdy nastał ów dzień od razu po zajęciach pojechaliśmy na miejsce zbiórki, odbywała się ona w Galerii Kazimierz w Almie. Koleżanka Justyna, która brała już udział w wolontariacie tego typu, ostrzegała nas, że te trzy godziny będą się ciągnęły, jak zepsuty pociąg pchany na zawodach przed kulejącego strongmena. Z Karoliną stwierdziłyśmy, że nie ma racji.

- Zobaczysz! Jak zaczniemy o czymś rozmawiać to nim się oglądniesz będzie koniec. – powiedziała Karola. I to była nasza ostatnia rozmowa do godziny 16:00. (O tym....., że Justka miała całkowitą rację przekonaliśmy się później). Tak więc dotarliśmy na miejsce, poznałyśmy się z naszą opiekunką, która od razu przydzieliła nam zadania. Karolina stała przy koszyku, do którego osoby mające chęć wzięcia udziału w zbiórce mogły wkładać żywność. Zadaniem moim i Justyny było rozdawanie ulotek informujących o zbiórce i zachęcających do wzięcia w niej udziału. Stałyśmy przy wejściu do sklepu, w znacznej odległości od siebie. Ja przygotowałam sobie formułkę, którą chciałam mówić przy wręczaniu ulotki. Brzmiała ona: „Proszę bardzo. Serdecznie zapraszamy do wzięcia udziału w Świątecznej Zbiórce Żywności”. Banalna, krótka, jak obliczyłam to zdanie nie trwa nawet 5 sekund, a co w tym najciekawsze czasem zdarzyłam powiedzieć tylko „proszę bardzo” i już ktoś uciekł. Zwykle wysłuchiwali mnie i byli zainteresowani zbiórką ludzie starsi. To oni najchętniej brali w niej udział. Faktycznie czas płynął bardzo wolno. Kiedy nastała godzina 16:00 skończyłyśmy naszą działalność. Wspólnie z Justyną stwierdziłyśmy, że rozdawanie ulotek to ciężka i nudna praca. Gdy tak ubolewałyśmy nad naszym zajęciem, Karolina powiedziała, że jej praca także nie była ciekawa. Ona stała przy koszyku i odbierała produkty żywnościowe. Od czasu do czasu gdy ktoś miał życzenie i wkładał coś do koszyka, jej zadaniem było mówić „dziękuję”.

Mimo iż było nudno żadna z nas nie żałowała, że wzięłyśmy udział w tej akcji. W końcu nie stałyśmy tam po to, by dobrze się bawić! Byłyśmy tam po to, by swą pracą pomóc innym. Gdy następnym razem w szkole ogłoszono podobną zbiórkę także, brałyśmy w niej udział.

Agata Domagała  
Klasa II b

## **KLATA, BICEPS, TRICEPS...** **Licealista i siłownia...**



W dzisiejszych czasach jedną z najpopularniejszych form spędzania wolnego czasu przez młodzież jest różnego rodzaju aktywność fizyczna. Młodzi ludzie grają w piłkę nożną, siatkówkę, koszykówkę lub pracują nad sylwetką. To ostatnie można praktykować w domowym zaciszu lub uczęszczać na siłownię. Poprzez ćwiczenie w domu można osiągnąć dobre i widoczne rezultaty, jednak bardziej efektywne jest ćwiczenie na siłowni. Profesjonalne przyrządy i sprzęt umożliwiają wykonywać ćwiczenia rozbudowujące poszczególne partie mięśniowe. Mężczyźni uczęszczają na siłownię, ponieważ zależy im na muskularnej budowie ciała. Niektórzy robią to dla siebie i lepszego samopoczucia, inni ponieważ istnieje stereotyp, że dziewczyną podobają się umięśnieni faceci. Tak więc chłopcy ćwiczą, by wyrobić sobie przede wszystkim klatkę piersiową, biceps oraz triceps, często zapominając o wykonywaniu ćwiczeń na nogi, plecy, brzuch, które są równie ważnymi partiami ciała jak wcześniej wymienione. Nie ćwicząc nóg można osiągnąć niepożądany efekt, a mianowicie mieć umięśnione i rozbudowane górne części ciała, a nogi chude jak zapałki, co wygląda dość komicznie. Z innych względów niż mężczyźni na siłownię chodzą dziewczyny. One nie odczuwają potrzeby posiadania umięśnionego ciała, lecz wyrobienia sobie smukłej i szczupłej sylwetki. Jest to dobry sposób, lecz paniom o wiele lepiej służy aerobik lub fitness. Wracając do panów, większość z nich marzy o wspaniałej muskulaturze ciała, jednak nie jest to ani proste ani łatwe do osiągnięcia. Budowanie sylwetki to długotrwały, żmudny i ciężki proces, a na efekty trzeba czekać cierpliwie. Tylko najwspanialszych czeka wspaniała nagroda, jaką jest posiadanie umięśnionego ciała. Niektórzy dla ułatwienia sprawy stosują różnego rodzaju odżywki i suplementy. Oczywiście wspomagając się nimi rzeczywiście można osiągnąć lepszy efekt w krótszym czasie, należy jednak być bardzo ostrożnym i uważać co się bierze. Jest mnóstwo dozwolonych i nie psujących organizmu odżywek takich jak np. kreatyna czy glutamina, jednak niestety jest również wiele tzw. sterydów dzięki którym wprawdzie można osiągnąć jeszcze lepsze efekty, jednak stosowanie takich „gadżetów” jak np. koks, „deka” i „miętki” negatywnie wpływa na ludzki organizm i w przyszłości może spowodować ogromne uszczerbki na zdrowiu. Podsumowując uczęszczanie na siłownię przez młodzież, zarówno panów jak i pań jest pozytywnym zjawiskiem, ponieważ ćwicząc można się oderwać od szarej rzeczywistości, odpocząć po ciężkim dniu, wyładować energię lub po prostu zrelaksować. Wszystkim zwolennikom siłowni, ćwiczeń fizycznych i budowanie muskularnej sylwetki życzyć powodzenia w dążeniu do pożądanego celu i osiągnięcia sukcesu.

## BEOWULF

„Beowulf” to jeden z pierwszych epickich poematów wyspiarzy. Opowiada zatopioną w średniowiecznej fantastyce historię dzielnego wojownika, ratującego duńskiego króla przed okrutnym potworem. Ma on siłę 30 ludzi, a żeby tego było mało jest arogancki, samolubny, żądny złota oraz zuchwały. Kinowa wersja staroangielskiego utworu autorstwa Roberta Zemeckisa, to przede wszystkim efektowne widowisko, które w maksymalny sposób wykorzystuje możliwości, jakie daje filmowcom komputer.



Jest rok 507. Film rozpoczyna się od sceny uczty na dworze Hrothphara. Lekko podpiła gawiedź skanduje imię króla. Chwiejący się władca nie zważa na hałas jaki czynią biesiadnicy (podkręca całą zabawę) lejąc do kielichów następną porcję słynnego w okolicy pitnego miodu. Hałas dobiega do jaskini Grandela. Nie mogąc go znieść, potwór nieproszony zjawia się i przerywa biesiadę, mordując znaczną część jej uczestników (dlatego proponuje, abyście po nocach za głośno nie balowali, bo kto wie...). Nie jest to pierwsza taka sytuacja, kiedy to wstrętna bestia składa niezapowiedzianą wizytę w królestwie Heorotu. Noc w noc krwiożerczy Grendel grasuje po królestwie. Każdego ranka o brzasku Scyldingowie zbierają się, aby zobaczyć kogo strasliwa bestia porwała poprzedniej nocy. Nie ugodny król potrzebuje bohatera, który uwolni go od prześladowcy i oczyści z hańby. Tu właśnie na ratunek przybywa nieustraszony, ambitny przywódca Geatów – tytułowy Beowulf. I właśnie od tego momentu scenariusz Zemeckisa nie odbiega zbyt od oryginału. Jednak ambitny reżyser postanowił zmienić parę szczegółów. Dlatego matce Grendela nadano powierzchowność, nie kogo innego, jak samej Angeliny Jolie (!). To sprytnie posunięcie tworzy niejako nowy wymiar tej postaci oraz wpływa na zmianę wydźwięku całej tej historii. W legendzie była ona okrutną smoczycą, a w islandzko-kanadyjsko-brytyjskiej produkcji z 2005 roku, zatytułowanej „Beowulf – droga do sprawiedliwości”, choć nieco spersonifikowana, nadal budziła wyłącznie grozę i wstręt. Jej rola w całości utworu ograniczała się do matkowania Grendelowi oraz odegrania krwawej zemsty (za co i tak spotkała ją śmierć z rąk dzielnego Geata). Neil Gaiman i Roger Awary – scenarzyści nowej wersji – nadali rodzicielce potwora cechy kuszącej manipularki i przypisali jej znacznie większy wpływ na losy bohaterów. W nowej odsłonie „Beowulf’a” zamiast odwagi, pierwszoplanowe stają się pokusa, żądza władzy i odkupienie. Rola Angeliny nie została imponująco rozbudowana. Jedyne co możemy powiedzieć o grze laureatki Oscara, to stwierdzenie, że „do twarzy” jej

z ogonem. Nie mniej sugestywne sceny, w których brała udział aktorka, zostały atrakcją trailerów zapowiadających film. Trzeba przyznać, że zapadają w pamięć widza :). Z tłem dźwięków wirtuozerii Anthony'ego Hopkinsa, rozgrywa się przejmująca historia władcy przegranego, w której dostrzegamy tragizm i ironię duńskiego króla. Ray Winstone, brytyjski aktor znany z kreacji twardzieli (wręcz dewiantów), przekonująco nakreślił postać wojowniczego Beowulfa, lecz nieco mniej – jego skruszone wcielenie. Jednak przy pamiętnym odtwórcy Hannibala Lectera i bezbłędnym Johnie Malkovichu w roli Unfertha (poddanego Hroghara), nie łatwo było mu zabłysnąć. Najbardziej rozczarowuje zgubiony klimat starodawnej opowieści, w której przeplatały się fantazja z rzeczywistością, otoczone aurą pogańskiej krainy Duńczyków. Zamiast tego mamy sprawnie zrealizowaną produkcję o lekkim posmaku fantasy. Jednak sposób realizacji może razić widzów. Reżyser serii „Powrót do przyszłości” i oscarowego „Forresta Gumpa” zdaje się być zafascynowany możliwościami współczesnej techniki. Cyfrowe odwzorowanie razi sztucznością i nie oddaje ona w całości mimiki twarzy ani ruchów ciała. Rozumiem taki zabieg wobec smoka, ale mija się to z celem w przypadku wybitnych aktorów. Brakuje też prawdziwych krajobrazów surowej Skandynawii. Oczywiście spece od sztuczek komputerowych wykonali w filmie naprawdę dużo roboty. Sceny walki z potworami czy lekko „przerobiona”, piękna Angelina to prawdziwy majstersztyk.

„Beowulfa” warto obejrzeć bez względu na znajomość oryginalnego utworu literackiego: dla widowiska, gry aktorów i ciekawych rozwiązań fabularnych. Jednak ci, którzy spodziewają się klimatycznej historii, zakorzenionej w mrocznych czasach, mogą wyjść z kina rozczarowani. Po prostu zgubiono po drodze mistykę staroangielskiej opowieści.

<Vesper>



## Call of Duty 4

Gry komputerowe cieszą się dużym zainteresowaniem oraz popularnością z różnych względów. Dostarczają nam sporą dawkę rozrywki, relaksu, pozwalają przeżyć przygody, których nie uświadczymy na co dzień oraz umożliwiają wcielenie się w kogoś, kim w prawdziwym, życiu raczej nie będziemy. Gdyby nie gry nie mielibyśmy okazji poczuć jak to jest wygrać nielegalny wyścig uliczny, strzelić bramkę w finale mistrzostw świata, być szpiegiem, snajperem, piratem, detektywem, bandytą, złodziejem, policjantem, czy walecznym i odważnym perskim księciem. By nasze wirtualne poczynania były jak najbardziej zgodne z rzeczywistością, przy tworzeniu gier kładzie się nacisk na realizm i wrażenie autentyczności z tego powodu co poniektóre produkcje zaczynają przypominać interaktywne filmy. Podobnie sprawa miewa się z Call of Duty 4 gdzie gracz może poczuć niesamowity klimat wojny.

Call of Duty 4 - ten tytuł powinien kojarzyć każdy. Zapoczątkowana 2003 roku, natychmiast została określona "ulepszonym Medal of Honor" i wraz z kolejnymi odsłonami zapewniła sobie pewne miejsce w czołówce FPS-ów, mówiących o II wojnie światowej. Pęsetowcy otrzymali dwie części i dodatek w trzecią odsłonę tej serii mieli przyjemność zagrać tylko właściciele konsol nowej generacji. Na szczęście pracownicy z Infinity Ward naprawili to niedopatrzenie i już czwarta część ponownie trafiła na nasze pocziwe "blaszaki"

Do tej pory wszystkie części koncentrowały się na wydarzeniach z lat 1939-45, a więc gracz mógł wcielić się w żołnierzy biorących udział w II wojnie światowej. Ale ileż można lądować w Normandii i unicestwiać szkopów? Takie samo pytanie zadali sobie programiści z Infinity Ward i postanowili zmienić główny wątek gry. I w ten sposób zamiast Normandii, Aliantów, Niemców i Stalingradu otrzymujemy konflikt zbrojny z naszych czasów. Mamy przelom XX i XXI wieku i rosyjski nacjonalista Zakajew dąży do

zdobycia władzy w swoim kraju, a tym samym staje się inspiracją dla terrorystów z całego świata. Takie odbiegnięcie od tematu poprzednich części, przez jednych zostanie określone bezczeszczeniem serii, a ja osobiście nie mam nic przeciwko, tym bardziej że jest zdecydowanie najlepiej zrealizowaną grą o takiej tematyce.

Kampania dla jednego gracza rozpoczyna się standardowo. Poznajemy dowódcę oraz przechodzimy szkolenie, na które składa się szereg ćwiczeń ważna jest celność i szybkość - bo co ciekawsze, czas w jakim wykonujemy zadania decyduje o tym jaki poziom przydzieli na komputer (nie bujcie się, można to też później zmienić). Trening wraz z pierwszą misją i filmikiem należą do PROLOGU, a całość misji została podzielona na 3 akty. W czasie ich trwania wcielimy się na zmianę w komandosa brytyjskiego S.A.S oraz nieśmiertelnych Marines

Już pierwsza misja jest dobitną zapowiedzią tego co spotka nas w ciągu 6-7 godzin jakie spędzimy przed tym tytułem. Łądujemy na estońskim frachtowcu podczas mocnej ulewy z zadaniem zabezpieczenia cennego ładunku, znajdującego się na pokładzie. Jest infiltracja, są strzelaniny, a gdy wydaje się nam, że wszystko załatwione, w statek uderzają rakiety i sytuacja diametralnie się zmienia. Frachtowiec przechyla się na bok a kto zostanie za długo na pokładzie musi liczyć się z dużym niebezpieczeństwem. Kompani zaczynają ewakuować się z doszczętnie zniszczonej łajby, a my chcąc przeżyć, nie możemy pozostawać z tyłu.

Tu wszystko dzieje się naprawdę szybko, efektownie i czasami są momenty gdzie nie można się zastanawiać tylko musimy działać. Mieszanka genialnej rozgrywki i oprawy audiowizualnej, sprawiają że zostajemy wciągnięci do świata przygód, rodem z hollywoodzkiego filmu wojennego. Świsł przelatujących tuż obok głowy kul, wybuchające granaty i pociski powoduje, że doskonale poczujemy cały ten klimat wojskowej zawieruchy. By nas nic nie rozpraszało w walce z terrorem i terrorystami na ekranie nie uświadczymy wielu elementów. Informacja o broni i stanie amunicji, kompas wskazujący drogę oraz odległość od celu - to musi nam wystarczyć w walce. Na próżno szukać paska zdrowa - stan naszej postaci musimy rozpoznawać sami po tym co się dzieje. Gdy dostaniemy za bardzo po tyłku, obraz na ekranie lekko się zaczerwieni, a wtedy każdy następny strzał, powoduje, że nasza postać umiera. W momencie gdy obraz się zaczerwieni i usłyszymy bicie serca (naszej postaci :)), najlepiej znaleźć ustronne miejsce i odsapnąć trochę, aż wydobrzejemy. W CoD 4 zginąć można na pare sposobów - nie licząc tak oczywistych jak oberwanie kulą czy rozerwanie rakieta lub granatem. Na tamten świat pomoże nam wybrać się wybuchający pojazd (dlatego nie radzę stać blisko palących się samochodów). Sposobem na unikanie rzuconych granatów może być uciekanie lub odrzucanie ich kochanym wrogom (jednak w razie próby odrzucenia musimy to zrobić szybko i gdy jesteśmy w miarę blisko granatu. Tu niezdecydowanie raczej nie popłaca).

Żadna misja nie jest suchym etapem w grze, a wszystko jest zgrabnie ze sobą powiązane. Tu też pojawia się największy minus tej gry, jakim jest LINIOWOŚĆ, zero zdarzeń losowych. Jeżeli coś ma wybuchnąć w pewnym miejscu, to chociażbyśmy powtórzyli dany moment kilkadziesiąt razy to nic to ni zmieni.

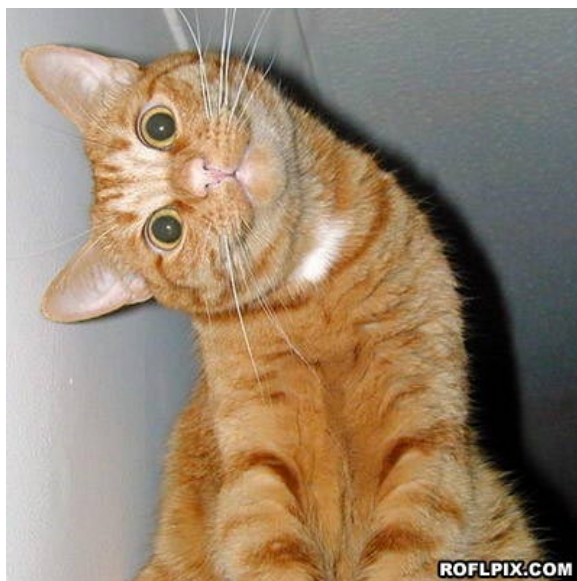
Jak już wcześniej wspominałem, udźwiękowanie CoD 4 jest doskonałe. Odgłosy walki, broni, wybuchów czy też okrzyki żołnierzy a także strona muzyczna jest wykonana wręcz genialnie.

Oprawa wizualna jest rewelacyjna wszystko jest dopracowane i pełne szczegółów. Grafika CoD 4 należy do czołówki wykluczając Crysis. W Modern Warfare wszystko wygląda ślicznie i chce się grać.

Klima to jest mocna strona tego tytułu. Call of Duty 4 Modern Warfare to jedna, wielka, spektakularna i efektowna przygoda elektroniczna. Zachęcam wszystkich do brania szturmem sklepów z tą grą, zapewniam, że nie pożałujecie tego.

<VESPER>

## Humor :)



Od obsługi technicznej naszej gazetki:  
„Podczas składania materiałów doszedłem do wniosku, że dla komputera nie ma rzeczy niemożliwych prócz tych, które od niego wymagamy...”

### **Za niedługo dzień kobiet, dlatego męska część redakcji LOniusa pragnie życzyć wszystkim Paniom WSZYSTKIEGO NAJLEPSZEGO!**

Więc teraz kilka dowcipów dla pań (na temat panów:P)

<p>Wielkie sympozjum nt. "Czy mężczyzna powinien mieć żonę, czy kochankę?"</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Lekarz stwierdza, że przede wszystkim żonę, bo to zdrowie seksualne...</li><li>- Psycholog, że kochankę, bo wtedy jest uprzejmy, elegancki i w ogóle się stara.</li><li>- Naukowiec dowodzi, że i żonę i kochankę, bo żona myśli, że jest u kochanki, kochanka, że u żony, a on tup tup tup i do biblioteki...</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Jak mężczyźni definiują podział obowiązków "pół na pół"?</li><li>- Ona gotuje - on je, ona sprząta - on brudzi, ona prasuje - on gniecie...</li></ul>	<p>Skąd wiadomo, że mężczyzna robi plany na przyszłość?</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Bo kupuje dwie skrzynki piwa zamiast jednej.</li></ul>
<p>Mężczyzna pyta stylistę:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Co by mi pan radził zrobić przy moich żółtych zębach?</li><li>- Najlepiej założyć brązowy krawat!</li></ul>	<p>Kiedy facet traci 99% swojej inteligencji?</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Gdy zostaje wdowcem.</li></ul>	<p>Dlaczego mężczyźni nie mają kryzysu wieku średniego?</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ponieważ nigdy nie dorastają.</li></ul>

To tyle w tym numerze! Już niedługo następny:)