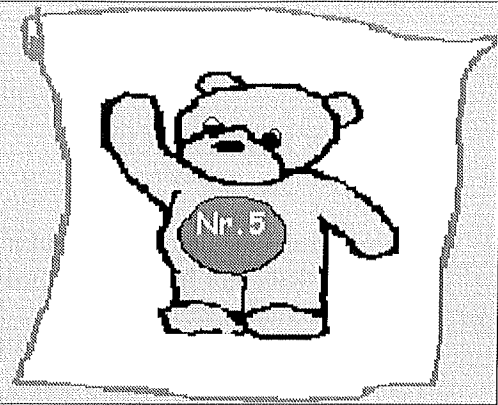


Postikaru

Võru I Põhikooli Postimees

Märts 2005

Hind 4 krooni



Tervis

Horoskoop

Playback show

Kuulsused

direktor Tiit Tali

Naljad

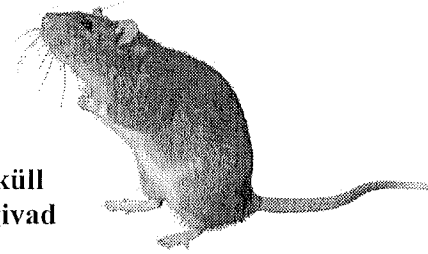
Salapärane hais

Test

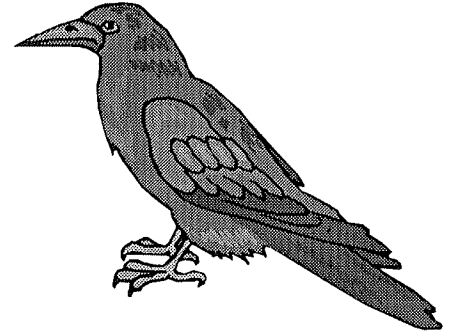
**Head
kevadvaheega!**

Salapärane hais

Meie rahulikku koolielu on juba pikemat aega häirinud hais 8a klassis. Ruumi küll tuulutatakse, aga hais on jäänud püsima. Mis siis tegelikult juhtus? Sellest räägivad meile lähemalt Saile ja Ande.



Asi hakkas sellest, et kuu aega tagasi toodi sinna klassi siil (*sinine kummisiil-toim*). Alguses kõik austasid teda, aga nädala pärast tuli hirmuvalitsus. Ta pandi vett täis ja pritsis kõik märjaks, eriti Annela. Siis võeti kraan otsast ära ja ajaloo õpetaja Halliki sai siili kätte- võttis ära. Kõik olid mega kurvad, sest klassi maskott läks minema. Siis Mati (*nimi muudetud-toim*) tõi klassi surnud varese- kiviga lõi maha- ja see toodi meile kappi. Vares oli kapis 4 -5 päeva ja see läks haisema, saadi jälile ja viidi minema. Aga seal klassis on lillepotis igasugust solki, sinna topitakse komme ja coca-colat, limonaadi valatakse. Ükskord keegi ajas tolle ümber ja hakkaski haisema, pange ninad lillepottide juurde ja te tunnete seda meeldivat haisu, need kõik on ära mädanenud. Tegelikult võib see rott ka olla, sest õpetaja rääkis, et kooli pandi rotimürki, sest kõik on rotte ja hiiri täis ja nüüd on põranda all rott ära surnud, 2 nädalat toimus lagunemisprotsess ja see ka võib haiseda, nii et võimalusi on mitmeid.



Eliise ja Agaate

Tiit Tali

Kooli kõige targem inimene on direktor. Meie kooli direktor Tiit Talile meeldib tegeleda spordiga ja ka õpilaste seas on ta hinnatud. Tegime temaga väikse intervjuu.

Kuidas teil läks suusa meistrivõistlusel ja suusaorienteerumisel?

TT: Hästi, lõpuni jõudsin ja suusaorienteerumises sain 2 hõbedat ja 1 kulla.

Kuidas teile meeldis selle aasta playback?

TT: Tore üritus, õpilasi oli palju kohal. Kuigi oleks tahtnud näha ka rohkem soo koolimaja lapsi.

Mis üritus on siamaani olnud kõige parem?

TT: Mulle meeldivad kõik Merikese ja Breidaksi korraldatud üritused.

Teil oli 23. veebruar väga kiire päev. Kuidas see välja nägi?

TT: teatavasti on meie kool 4 erinevas majas. 2 suuremas majas oli mitu aktust, see tähendab, et tuli käia mitmel üritusel. Eelnevalt said need üritused nii planeeritud, et juhtkond jõuaks igale poole, tegelikkuses tähendas see seda, et terve päev tuli liigelda erinevate majade vahel. Öhtul oli ka playback.

Kas korraldate ka spordiüritusi?

TT: sügisel ja kevadel tihedamini, huvi on nii õpilaste kui ka vanemate seas. Kõik huvitavad ettepanekud spordiürituste suhtes oodatud.

Mida ootate kevadest?

TT: ootan looduse tärkamist ja et lõpuklass lõpetaks edukalt.

Eliise ja Agaate

Tervise tõdedest räägib meile kooliõde Marje Ossip.

Mis viirused on meie koolis kõige rohkem levinud?

Õpilased kaebavad peavalu, kõhuvalu, iiveldust, nohu, köha, valusat kurku.

Kuidas oleks õige toitumisviis?

Toituda tuleb võimalikult mitmekülgset. Õpilane peab hommikul sööma korralikult enne kooli tulekut (putru, omletti, kohupiima, kodujuustu, kattega võileiba või võisaia juustuga, jooma piima või kakaod). Ja kõik õpilased peaksid kindlasti sööma koolis koolieinet. Õpilane on vaimse töö tegija ja aju vajab iga 3-4 tunni järel energiat. Kodus sööb õpilane korraliku lõunasöögi ja kindlasti ka õhtusöögi. Igapäevane toidukogus peaks sisaldama 15% valke, 32% rasvu ja 53% süsivesikuid. Loomse päritoluga toite võiks olla 1/3 ja taimseid 2/3. Päevasest toidumenüüst peaksid köögiviljad moodustama 19%, kartul 16%, puuviljad 11%, piimatooted 25%, liha, kala, munad 9%, maiustused 3%. Tervislik on kala ja kanalaha. Tarvita rohkelt kiudainerikkaid taimseid toite. Naudi maitsvat ja tervislikku toitu rahulikult ja kiirustamata.

"Õige toitumine säilitab hea enesetunde ning normaalse kehakaalu."

Miks kahjustab suitsetamine tervist?

Suitsetamine mõjub halvasti kogu organismile. Suitsetamine suurendab surmaohtu, soodustab haigestumist kopsuvähki, suurendab riski haigestuda südameinfarkti ja aju vereringe häiretesse, põhjustab kroonilisi hingamisteede haigusi (nt krooniline bronhiit), põhjustab ägedaid hingamisteede põletikke. Suitsetajad haigestuvad sagedamini haavandtõppe, suitsetamine langetab mehe sigitusvõimet, halvendab loote kasvamist, suitsetaja rinnapiim sisaldab nikotiini. Tubakasuits põhjustab kahjustust mittesuitsetajale (võib olla soodustavaks teguriks kopsuvähki)

Kuidas olla terve?

Tervise aluseks on tervislikud eluviisid, õige päevakava. Oluline on õigesti toituda, mitte vahele jätta ühtegi toidukorda. Tuleb süüa võimalikult vähe rasvaseid toite ja suhkrut, mõõdukalt liha, kala, muna ja piimasaadusi. Kõige rohkem puuvilja, aedvilja, leiba ja teraviljasaadusi. Regulaarne kehaline tegevus tugevdab tervist. Lisaks kooli võimlemistundidele peaks tegelema kehakultuuri ja spordiga rohkem kui 2 tundi nädalas soovitatavalt pool tundi (parem kui tund) päevas. Hea tervise aluseks on ka piisav öine uni- vähemalt 8 tundi! Magusaim uneaeg on 22.00-24.00-seega on oluline õigeaegne magamaheitmine. Hoiduda tuleb uimastavatest ainetest-suitsust, alkoholist, uimastitest!

Kuidas ennast nt grippi nakatumisest hoiduda?

Pidage lugu tervislikest eluviisidest. Viibige vähem rahvarohketes kohtades, et mitte nakatuda. Tuulutage iga vahetund klassi.

Mis haigus on kõige ohtlikum?

Ohtlikke haiguseid on palju-Aids, B-hepatiit, vähktõbi, suhkruhaigus jne. Väga ohtlikuks võib kujuneda harilik viirusinfektsioon, kuna ta võib anda tüsistusena nt. kopsupõletiku või südamehaiguse. Puugihammustus võib põhjustada raske viirusliku ajupõletiku.

Millal on tavaliselt kõige rohkem viiruseid?

Viirusterohke periood kestab novembrist aprillini.

Mida sooviksite edasi öelda õpilastele?

Tervislikud eluviisid lapsepõlves edendavad tervist, kasvamist ja vaimset arengut. Hoiavad ära paljud tervisehäired (nt. kehveresus, söömishäired, hambakaaries, jne.) Nõndaviisi ennetate paljusid täiskasvanueas esilekerkivaid terviseprobleeme, nagu kõrgvererõhutõbi, südamehaigused, insult, luude hõrenemine jpt.

Riietuge vastavalt ilmale ja aastaajale! Talvel on kohane kanda mütsi salli ja kindaid.

Edu teile oma tervise hoidmisel ja kaitsmisel!

Eliise ja Agaate

Test

Kui tihti käid linna peal?

- a) Ei käigi
- b) Kord nädalas
- c) Laupäeval ja pühapäeval
- d) Iga päev

Mitu minutit/tundi õpid sa päevas?

- a) Terve päev
- b) Umbes tund aega
- c) Alla tunni
- d) Ei õpigi

Meeldib sulle koolis käia?

(mõtle ka sellele, et tänu koolile on sul kõik need sõbrad, kes sul on)

- a) Jah, muidugi
- b) Natukene
- c) Meeldib, kuid mõni pisi ikka häirib
- d) Ei meeldi

Kas sul on (on olnud) oma poiss/tüdruk?

- a) Kunagi ei ole olnud
- b) Mul on koguaeg järjekord seljataga, olen väga nõutud
- c) On küll olnud, aga hetkel ei ole
- d) On küll

Missugune järgmistest sõnadest iseloomustab sind?

- a) Korralik
- b) Ilus
- c) Segane
- d) Tegija

Kõige rohkem a-vastuseid:

Oled inimene, kes mõtleb peaaegu kogu aeg oma tuleviku peale. Sa pingutad õppimisega natuke liiga üle. Ära võta õppimist kui elu mõtet. Elus tuleb ka lõbutseda!

Kõige rohkem b-vastuseid:

Sa oled egoist. Ära mõtle endast liiga palju. Sul võib küll palju sõpru olla, kuid nad ei ole alati sõbrad sinu sõpruse pärast. Jälgi vahel iseennast ja mõtle, kas sa ise tahaksid endale sinusarnast sõpra.

Kõige rohkem c-vastuseid:

Sinul on peaaegu kõik korras, sa oled kõigega kursis. Sa ei pinguta õppimisega üle. Seda selles mõttes, et ka lõbutsed. Oled selline inimene, kes katsetab elus kõike mida võimalik.(Y)

Kõige rohkem d-vastuseid:

Oled tihti seltskonna hing. Oled enam-vähem kõigega kursis, mis puudutab linnas käimist ja muud sellist.. Aga kooliasjadega on lood päris halvasti. Mõtle rohkem oma tuleviku peale. See toob sulle endale kasu.

Kuulsused

Ashlee Simpson

Nimi: Ashlee Nicole Simpson

Sünnipäev: 03.oktoober 1984

Tähtkuju: kaalud

Sünnikoht: Dallas, Texas

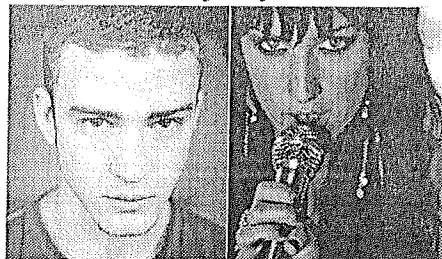
Juuksevärv: Naturaalselt blond aga värvitud mustaks

Pikkus: 168 cm

Õde: Jessica Simpson

Vanemad: Tina Simpson & Joe Simpson

Peigmees: laulja Ryan Cabrera



Justin Timberlake

Nimi: Justin Randall Timberlake

Sündis: 31.jaanuar 1981 / Memphis, Tennessee, USA.

Tähtkuju: Veevalaja

Hüüdnimed: Bounce, Mr. Smooth, Curly, Shot, Baby

Juuksed: Tumeblondid

Silmad: Sinised

Pikkus: 183 cm

Kaal: 73 kg

Lemmikloom: Ozzie (terjer)

Playback

Toimus üks võru oodatuim sündmus-playback. Ettevalmistused hakkasid juba mitu kuud varem ja ka meie koolis oli ärevust tunda. Peale tunde olid proovid ja vaeva oli nähtud küllaga. Nagu me kõik teame olid ka eelvoorud, nii ka meie koolis. Esinejad andsid oma parima ja rahvast oli palju. Nooremas vanusegrupis oli esinejaid palju ja kõik olid tublid, vanemas vanusegrupis(7-9) esinesid: 7a lauluga "Grease Mix", 8a Marilyn Monroe lauluga "Sparking Diamond", 8b Spice girls megamix ja 9b 50cent lauluga "To all my niggas". I koht 8a, II koht 8b, III koht 7a. Maakondlikule pääsesid 8a ja 8b. Maakondlik toimus 4. märtsil spordikoolis ja meie kooli esinejad olid väga tublid. 8a sai II koha ja 8b III koha.

Mis on playbackis nii erilist?

Vilkuv kapsas: ägedad kavad ja tuttavad inimesed.

Helena ja Kristiina: Seal esinevad sellised inimesed, keda muidu ei näe nii julgena.

Reelika: See on iga aasta olnud ja kõigile on hakanud meeldima, rahvale meeldib lõbutseda ja vaadata kuidas teised esinevad.

Kuidas teile meeldis selle aasta playback?

Vilkuv kapsas: Mega meeldis

Reelika: see oli mu arust kõige parem mis on olnud nüüd

Helena ja Kristiina: väga meeldis, kuidas ei saakski, me ju võitsime.

Milline on hea esineja?

Vilkuv kapsas: see kellel on sammud selged, riided sellised, millega iga päev koolis ei käi.

Näiteks nagu 8a, 8b ja 7a.

Reelika: Selline, kes liigutab ennast ja riided ei tohiks liiga litsilikud olla.

Helena ja Kristiina: julge, see kes ei paku üle, aga annab endast kõik.

Kas tuled ka järgmine aasta?

Vilkuv kapsas: muidugi tulen, mis kodus ikka teen.

Reelika: loomulikult, playback on hästi lahe pidu ja see on ainult kord aastas.

Helena ja Kristiina: jah, ikka. Loogiline.



Eliise ja Agaate

ÕPILASOMAAVALITSUS

Poisid ja tüdrukud, kes te olete huvitatud oma koolielu põnevamaks muutmisest, võtke osa meie kooli õpilasomavalitsuse koosolekutest. Saate öelda sõna sekka:

- Kooliürituste korraldamisel
- Õpilashuvide kaitsmisel
- Koolimurede lahendamisel

Helena

Munadepühad

Lihavõtete üks tähtsamaid toiminguid on olnud pühademunade värvimine.

Munade värvimise komme on tulnud Saksamaalt. Eestis on munade värvimine suhteliselt hiline nähtus.

Mune värviti palju ja võimalikult kirjuks. Värvimiseks kasutati sibulakoori, kaselehti, rukkiorast, riideribasid jms.

Esimese lihavõttepüha hommikul enne lauda istumist koksiti mune ja sooviti midagi. Kelle muna jäi pärast koksimist terveks, selle soov pidi täide minema. Erinevates paikkondades olid munadega seoses levinud traditsioonid nagu munade vahetamine, kinkimine, veeretamine.

Värvidel olid ka oma tähendused:

punane -- armastus,

roheline -- lootus,

sinine -- truudus,

kollane -- valskus.

hall --tasadus

roosa --õrnus

Looduse tähendusi:

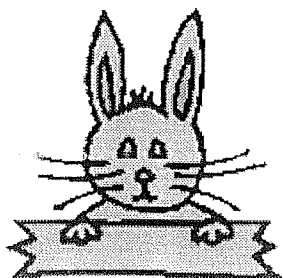
*Kui lihavõttehommikul on katused valged, kas härmas või lumega, siis tuleb veel nelikümmend ööd külma.

*Härmatis pühadeöös tähendab head vilja-aastat.

*Kui lihavõttepühade hommikul tuul mere poolt on, siis olla suvel head kalasaaki loota.

KOLLANE NARTSISS õitseb paljudes maades just lihavõttepühade paiku. Varakevadised lilled, eriti sibullilled, tähendavad uut elu.

MUNA on nii loomise, viljakuse kui kasvu sümbol. Kevadpühade ajal on muna maailma eri paigus kujutanud looduses tärkavat elu. Muna, mis paistab elutuna, peidab endas uue elu algeid.



TIBUDEL iseseisvat tähendust pole. Nad on seotud munast uue elu tekkimisega ja on seega üks osa lihavõtetega seotud elusümbollikast.

JÄNES on paljude rahvaste uskumustes oma kiire ja rohke paljunemise tõttu viljakuse, elujõu ja elu sümboliks. Saksamaal liitusid jänes ja lihavõtted lõplikult 17. sajandil. On levinud üldine arvamus, et just jänes toob majja lihavõttemunad.

TÄRKAV ORAS.

Roheline on taimestiku ja kevade värv ning sümboliseerib kevade võitu talve üle.



Emadepäev

See on ajatu ja imetabamatu looduse seadus, mille käigus üha uuesti ja uuesti kordub elu üks suurimaid müsteeriume — elu edasiandmine. Aja möödudes saavad tütardest emad, emad muutuvad vanaemadeks ja vanaemadest saavad vanavanaemad... Austus emaduse vastu panigi aluse ühele kauneimale traditsioonile meie maailmas — emadepäevale. Meil kõigi on ta kusagil olemas — meie ema. Ja just talle võlgname me tänu selle eest, et oleme sündinud siia ilma ja oleme just sellised, nagu oleme. Pole siis ime, et kõikjal maailmas austatakse emasid nende erilise koha eest meie elu.

Info väliskirjandusest.

Horoskoop

Jäär: oled sel kuul väga edukas.

Tuled paljude asjadega toime ning sul on selle üle hea meel. Aga sellegipoolest ole ettevaatlik, sest keegi sinu lähedastest võib kadedaks minna.

Kuu märksõnad: hoia silmad lahti!

Sõnn: satud sel kuul mitu korda väga piinlikusse olukorda, kuid see sind ei kõiguta ning mõne arvates oled sa kangelane.

Kuu märksõnad: pea püsti!

Kaksikud: Kahtled oma sõprade usalduses. Püüad nendega kontakti luua, aga sul ei õnnestu. Sellest pole midagi, sest oota, nad tulevad varsti ise sinu juurde.

Kuu märksõnad: ole kannatlik!

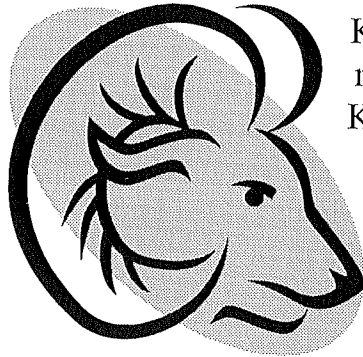
Vähk: kohtad kedagi vägagi hingelähedast. Sul tuleb temaga kontakt ja ta hakkab sulle meeldima. Aga igaks juhuks ole ikkagi ettevaatlik.

Kuu märksõnad: ole valvas!

Lõvi: eelmine kuu oli sinu jaoks raske, aga see kuu tunned end uuestisündinuna. Veeda päev sõpradega ning lõbutse, oled selle ära teeninud.

Kuu märksõnad: tunne elust rõõmu!

Neitsi: oled kuidagi väsinud ja et sellest lahti saada, tuleb sul oma aega



planeerida. Võta ette midagi lõbusat, ka see aitab.

Kuu märksõnad: puhka ja lõbutse!

Kaalud: tunned soovi oma elus midagi muuta ning sa ei tea mida. Küsi oma sõpradelt nõu, sest nemad tunnevad sind.

Kuu märksõnad: Aga ole ettevaatlik, sest uus võib olla hullem kui vana.

Skorpion: üks hiljutine sündmus või kohtumine mõjutab su elu tugevalt ning sulle hakkab tunduma, et kõik on muutunud. Tegelikult ei ole.

Kuu märksõnad: ole positiivne!

Ambur: Leiad mingi huvitava tegevusala või avastad teist inimest tundma õppides sootuks uue maailma. Uus maailm on sinu jaoks vägagi üllatav ning põnev. Kuu märksõnad: vaata et sinu maailm kokku ei laguneks!

Kaljukits: see kuu võib kujuneda sündmusterohkeks. Aitad paljusid ning sõprade seas oled särasilmne.

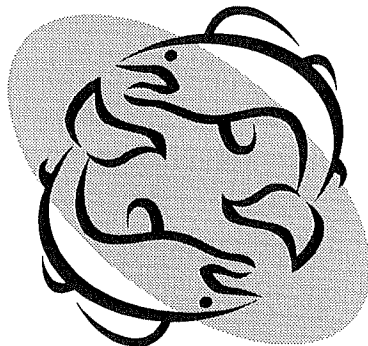
Kuu märksõnad: jätkka samas vaimus!

Veevalaja: võid langeda kurvameelsusesse, sest sattusid äpardustesse ning ei suuda nendest kuidagi hoiduda. Vähenda koormust ja otsi vaheldust.

Kuu märksõnad: võta aeg maha!

Kalad: koged sel kuul palju uut ning saad uusi kogemusi. Aga vaata, et sa liiga hoogu ei lähe, sest see võib olla sulle üleliia.

Kuu märksõnad: ära kiirusta!



Postikaru loojad:

Peatoimetajad: Eliise ja Agaate

Fotograaf: Johanna

Reporterid: Liis, Johanna, Eliise, Agaate, Kätlin, Stefania, Ken.

Head kevadvaheaega ja mõnusat väljapuhkamist kõigile soovib "Postikaru" toimetus.

Täname:
AS Võru trükikoda
"Täht"
It videolaenutus



Naerunurk

Istuvad 3 vanameest pingil ja joovad õlut. Peale kes-teab-jubamitmendat pudelit ringutab üks ja lausub:

"Mnjaa, ma tunnen end lausa 40-sena!"

Veidi aja pärast lausub teine õhetava näoga:

"Aga mina oleksin justkui 30- aastane..."

Kolmas aga vajub pingile kõssi:

"Ma tunnen end aga paarikuusena: juukseid eriti pole, hambaid ka mitte ning paar minutit tagasi tuli mul püksi..."

Tuigerdab jokkis mees mööda külatänavat:

"Ku-u-le, poisu, kassai tea, kussiin Juuraku Kalle elab?"

"Onu, aga teie ju oletegi toosama Kalle!"

"Ss-eda teanma isegi, aga kussma elan, vot s-seda..."

Rahvarõivais indiaanlane saabub USA väikelinna hotelli.

Portjee, täites ankeeti, pärib:

"Olete vist 1. korda meie linnas... Kuidas Teile meeldib?"

"Linn on täitsa tore... Aga kuidas Teile meeldib meie maa?"

Soomlane tuleb hommikul hotelli restorani, toob endale söögi, istub laua taha ja hakkab sööma. Lauale ligineb prantslane ja kõnetab lahkelt:

"Bon appetite!"

Soomlane ei ole ka kade mees ja vastab:

"Numminen!"

Nii kordub ka järgmisel päeval.

Prantslane:

"Bon appetite!"

Soomlane:

"Numminen!"

Õhtul hakkab soomlane oma keeleoskuses kahtlema - miks ütleb prantslane oma nime kaks päeva järjest? Sõnastikust leiab ta üllatuseks, et konnasööjast lauanaaber on talle kaks korda "head isu!" soovinud.

Järgmisel päeval ootab soomlane, kuni prantslane on lauda istunud, läheneb siis ja ütleb viisakalt:

"Bon appetite!"

"Numminen!" vastab valjusti prantslane.