

## 23 листопада — День пам'яті жертв голодомору і політичних репресій в Україні

В листопаді і грудні 1932 року забрали все зерно, картоплю, все забрали, включно квасоллю і все, що було на горищі. Які дрібні були сушені груші, яблука, вишні — все забрали.  
Федір Коваленко, Полтавщина

Ми не плакали. Тільки страждали голодом, і сліз не було. Позабували де й могили...

Ніна Карпенко,  
Полтавщина

Було, я йду на наряд, а там на фермі - коні дохлі й свині, а воно сидить, у зноу довбається, їсть дохле та подивиться тільки, а назад вже повертаюся, а воно вже готове - вмерло.

Харитина Пазенко, Полтавщина

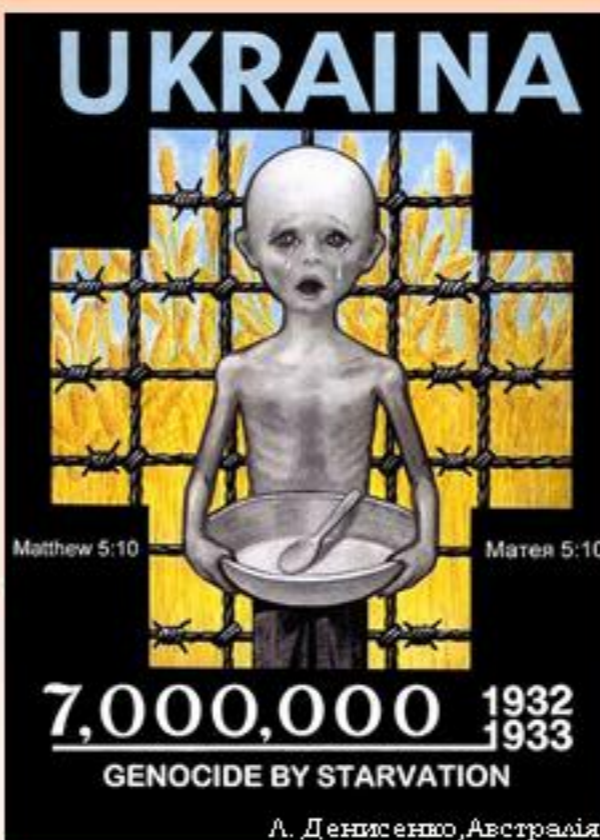
Єдиним піклуванням держави про голодаючих було те, що тримали спеціальних людей із сильніших, які повинні були збирати трупи і скидати їх у колодязі чи погріби по 50-60 чоловік, поки не переповняться. Платою за це була їм миска баланди в кінці дня. Чим більше вивезе трупів, тим більший заробіток. Видавав його спеціальний уповноважений, який рахував трупи.

Раїса Рудницька, Харківщина

Штучно було зроблено цей голод. Я бачив, як у мого батька забирали все на світі, всі пожитки, які є. Забрали до зернини. А я бігав горобців ловив. Дід умер і вже у жнива - батько. Риба нас спасала - батько був рибалкою.

Микола Кудін,  
Полтавщина

## Запалімо свічку пам'яті...



...Із тридцять третім голим роком,  
Голодно-голим та німим,  
Та тричі пухлим. Хай би з ним

Поїли б кору і комору,  
Траву і шкуру, цвіль і міль,  
Та мерли б жовті, як з похміль,  
Без труп понесені із двору.  
Нізащо. Просто. Без вини.

Андрій Малишко, 1964 р.

Одного разу наклепа макоржеників — млинців з грубо помеленої муки, і поставила на столі, що літнього часу розміщали на подвір'ї. У двір забіг чужий хлопчик, мабуть, донісся йому жаданий запах хліба. Поки я поралася по господарству, хлопець поїв всі макорженики, а через годину його знайшли мертвим.

Анастасія Гаврюшенко,

Мати на засов хвірку закривала і кричала, щоб ми не виходили за цю хвіртку, бо на вулиці, що поряд їли дітей. Ну, це страшно. А скільки хоронили таких, що ще рухалися. Чому? А щоб не заїжджати. Не було ні коней, ні підвод, ні тих, хто б їх возив. Тож тих, хто ще живий був, валили на той віз і кидали в могилу.

Надія Рогозянська, Поділ

## Пам'яті чорних років

Сімдесят з лишком років намагались забути,  
Сімдесят з лишком років ми боялись згадати,  
Як останнє сім'я відбирали рекрути,  
Залишаючи сім'ї безневинно вмирати.

Галина Верд

## Фізика і здоров'я

16 жовтня викладач-предметник Хомич В.В. провела пізнавально-виховний лекторій, в якому органічно поєднала факти із життя курців та фізичні явища.

Наприклад, завдяки явищу **дифузії** (а саме проникненню тютюнового диму, змішаного з повітрям, в одяг, волосся, легені, тканини, кров, мозок і т.д.) мама точно може впіймати на гарячому юного курця. А ще, викрити палія може й п'явка: присмоктавшись, вона негайно відпаде і в судамах помре від отруєння (пояснює це те ж явище дифузії).

Щодо поняття **атмосфери**, то не лише автомобілі забруднюють її, а й курці щедро діляться половиною всіх шкідливих речовин, що утворюються в процесі куріння (в той час собі залишають лише 20%, а фільтр затримує тільки 5%). Дуже щедро, чи не так?

А чим пояснити непривабливу усмішку курця? Відповідь: явищами **теплого розширення тіл** та **конденсації**. Внаслідок 15-20 різких перепадів температур під час куріння 1 цигарки (а температура тютюнового диму на 35 – 40° С вище температури повітря) емаль і тріскається, а сконденсований рідкий дьоготь осідає на зубах і забарвлює їх у жовто-коричневий колір (крім того, проникає далі: в легені та шлунок).

За характерний захриплий голос та поганий слух курець також завдячує цигаркам (відбуваються неперворотні зміни в будові відповідних органів).



Валентина Василівна у своїй лекції привернула увагу слухачів не лише до охорони навколишнього середовища, а й до охорони власного здоров'я. Сподіваємося, що почуті учнями факти змусять «юних курців» замислитися й змінити їхні погляди на шкідливу звичку куріння.

## Наша сила – наша гордість!

Минулого навчального року Ніжинський професійний аграрний ліцей випустив у світ сильного, вольового, амбітного хлопця Ногтева Юру. Хоча хлопцем його назвати важко, адже він – майстер спорту з пауерліфтингу. Тільки уявіть! А починалося все так: юнак, вступивши до НПАЛ, обрав для себе хобі по душі – почав відвідувати секцію з силового триборства під керівництвом Ісмайлова А.М. Трохи наполегливості, крапля впевненості плюс велике бажання – і ось у квітні 2013 року Юра виграв першість Чернігівської області з пауерліфтингу серед ПТНЗ. А потім стає переможцем чемпіонату Чернігівської області серед дорослих, на якому й виконує норму майстра спорту з пауерліфтингу у ваговій категорії до 60 кг по версії AVPC. А саме: жим штанги з положення лежачи вагою 110 кг, присідання з вагою 150 кг, станова тяга 160 кг. Уявляєте? Мати таке досягнення у 18 років! Зараз Юра навчається в Ніжинському агротехнічному інституті, але займатися улюбленим спортом продовжує в нашому ліцеї. Хочеться побажати Юрі наснаги, сили м'язів та сили духу! Він – наша гордість та взірць для наступних поколінь!



## Козак святкує

у грудні

- 1 грудня, неділя — Всесвітній день боротьби зі СНІДом  
(4 грудня о 17<sup>00</sup> в читальному залі відбудеться зустріч із лікарем-наркологом).
- 3 грудня, вівторок — Міжнародний День інвалідів.
- 6 грудня, п'ятниця — День Збройних Сил України  
(6 грудня о 17<sup>00</sup> в читальному залі буде проведено тематичний вечір "Ми вам довіримо Батьківщину").
- 10 грудня, вівторок — Всесвітній день футболу (першу згадку про футбол як «про гру в м'яч ногами» історики знайшли в китайських джерелах, що датуються другим тисячоліттям до н. е. Називалася вона Цу Чю, що означає «штовхати ногою». У футбол грали й у Стародавньому світі близько 2500 років тому. У Греції ця гра називалася «битва за м'яч», з чого можна припустити, що грали в неї відповідно, застосовуючи різноманітні прийоми бойових мистецтв).
- 10 грудня, вівторок — День прав людини  
(10 грудня о 17<sup>00</sup> в читальному залі буде проведено бесіду "Права і обов'язки учня").
- 14 грудня, субота — День вшанування учасників ліквідації наслідків аварії на Чорнобильській АЕС.
- 15 грудня, неділя — Міжнародний день чаю.
- 31 грудня, вівторок — Новий рік!

Вітаємо!

<http://www.dilovamova.com>

## Козак жартує

РЕЗУЛЬТАТИ КОНКУРСУ ЖАРТІВ, ПРОВЕДЕНОГО ДО МІЖНАРОДНОГО ДНЯ КВК:

### I місце

Зверхоптиміст — це той, хто, навіть знаходячись по вуха у лайні, не сумує, а грайливо й задержує булькає.

Виноградський Олег, гр. 1302

### II місце

Образливо, коли йдеш по стелі, а в тебе з кишень випадають твої улюблені таблетки.

Баланюк Ілля, гр. 1202

### III місце

Проводнице по имени Даша  
Электрический стул не так уж и страшен.  
Хоть заряд был и велик,  
В Дашу он не проник —  
Даша очень плохой проводник.

Баланюк Ілля, гр. 1202

Вітаємо переможців!  
Дякуємо всім за участь!

## Сторінками літопису

29 жовтня 2013 року відбулися обласні збори лідерів учнівського самоврядування ПТНЗ Чернігівщини. Від імені НПАЛ виступав отаман учнівсько-козацького полку Рудік Ярослав, який позначив основні засади створення літопису «Вони прославили і прославляють наш навчальний заклад», а також представив декілька цікавих фактів з історії ліцею:

- Навчальний заклад було створено через півроку після визволення Ніжина від німецько-фашистських загарбників.
- 27 квітня 1944 року розпочинає роботу фабрично-заводська школа, яка здійснює підготовку за професіями пічника, муляра, столяра, коваля, 160 чол. (для відбудови народного господарства, зруйнованого війною).
- 6 разів змінював нумерацію і назву наш навчальний заклад, але завжди займався підготовкою робітничих кадрів.
- 27 квітня 2014 року ліцею виповнюється 70 років.
- Учні та випускники навчального закладу брали участь у будівництві Північно-Кримського каналу, освоєнні цілини, у будівництві БАМУ та інших великих будівель.
- Більше 60 випускників за сумлінну працю відзначені високими державними нагородами. Чотирьом з них присвоєно звання "Заслужений меліоратор" та "Заслужений будівельник України".

Ще Ярослав зазначив, що робота по написанню літопису ліцею буде організована на базі гуртка "Краєзнавець" під керівництвом викладача Бартоша І.М.



Номер готували: Г.Г. Березняк, Н.В. Музиря, С.А. Шень.

## ОГОЛОШЕННЯ

- Бажаєш бути у курсі всіх подій протягом навчального року?
- Знаєш, як привернути увагу до найгостріших питань ліцею?
- Хочеш отримати більше спілкування з учнями та викладачами?
- Прагнеш здобути цікавий досвід?

### Тоді приходь до нас!

Запрошуємо стати кореспондентом Вісника НПАЛ. За детальною інформацією звертатись до зав. бібліотекою Шень С.А. E-mail: [biblioteka35@ukr.net](mailto:biblioteka35@ukr.net).

Тримай руку на пульсі!



## ПІЗНАЙ СЕБЕ: Рекомендації «Стоп гнів»

- Психологи радять зробити одне з переліченого, якщо ти відчуваєш, що тебе охоплює гнів:
- Порахуй до десяти або до ста і в цей час спитай себе: «Чи вирішить моє бажання посваритися мою проблему, чи зробить це мене щасливим?»
- Спробуй усміхнутися. Негативна емоція буде зменшуватися, тому що наше тіло не може усміхатися і злитися одночасно.
- Подивись навколо, зупини погляд на чомусь маленькому й розглядай його уважно.
- Підвищена інтонація, крик, образи впливають на тебе. Але ти можеш переключитися зі слухового каналу сприйняття на зоровий: наприклад, зверни увагу на те, як у крикуна ворухаться вуха або зморщується лоб. Ти не лише відвернеш увагу і перестанеш його чути, але й побачиш багато нових, часто смішних рис опонента.
- Сильно стисни кулаки до напруження всього тіла. Зафіксуй це положення на кілька секунд. Повільно розтисни кулаки. Після перенапруження обов'язково настане розслаблення всіх м'язів, спаде загальне напруження.

І пам'ятай, якщо ти з кимось сваришся й говориш щось неприємне, то залишаєш після себе рани в душі людини. І цей біль зостається, незважаючи на те, скільки разів ти потім вибачишся. Словесні рани завдають такий же біль, як і фізичні.

Будь толерантним!

Психолог Музиря Н.В.