

Eskulap

LUTY-MARZEC



Pismo słuchaczy

**Szkoły Policealnej - Medycznego Studium
Zawodowego im. Stanisława Liebarta w Lublinie**



Drodzy Czytelnicy!

Wraz z nadejściem wiosny wszystko budzi się do życia – dni stają się dłuższe, słońce coraz częściej zagląda przez okna, a wokół nas pojawia się nowa energia i chęć do działania. To także dobry moment, by zatrzymać się na chwilę i spojrzeć na wydarzenia, które w ostatnim czasie miały miejsce w naszej szkole.

W tym numerze naszej gazetki przypominamy najważniejsze chwile minionych miesięcy – od wspaniałej zabawy choinkowej, przez uroczyste pożegnanie absolwentów, aż po spotkania z wyjątkowymi gośćmi, którzy podzielili się z nami swoją wiedzą i doświadczeniem. Znajdziecie tu również relacje z Dnia Otwartego Szkoły oraz inspirujące artykuły o zdrowiu, książkach i nowych technologiach.

Nie zabraknie także chwili uśmiechu, refleksji i literackich inspiracji. Mamy nadzieję, że każdy znajdzie w tym numerze coś dla siebie i z przyjemnością spędzi czas na lekturze.

*Życzymy przyjemnej lektury!
Redakcja "Eskulapa"*

W BIEŻĄCYM NUMERZE:

Zabawa choinkowa	2
Uroczyste pożegnanie absolwentów	4
Spotkanie z Patrycją Waszak	6
Dzień Otwarty Szkoły	7
Każde życie ma wartość – spotkanie z lekarzem Hospicjum Dobrego Samarytanina.....	10
Spotkanie z misjonarzem podczas rekolekcji	12
Targi Edukacyjne	13
Mikrobion jako naturalny “dopalacz”	14
Mężczyzna za pomocą AI opracował szczepionkę na raka dla swojego psa	17
Szkoła, praca, czas dla siebie – jak to połączyć	19
Chwile zapisane w słowach.....	21
Z półki szkolnej biblioteki	24
Uśmiechnij się !	25

ZABAWA CHOINKOWA

Jak co roku w naszej szkole odbyła się zabawa choinkowa – wydarzenie, które na stałe wpisało się w kalendarz szkolnych uroczystości i od wielu lat przynosi radość najmłodszym. Wydarzenie zostało przygotowane przez nauczycieli: mgr Annę Stanisławczuk, mgr Anetę Pastusiak, mgr Małgorzatę Barycką, mgr Justynę Ciesielczuk oraz słuchaczy kierunku Terapeuta zajęciowy, którzy z dużym zaangażowaniem i kreatywnością zadbali o wyjątkową oprawę artystyczną. To właśnie oni wcielili się w bohaterów bajki „Kopciuszek”, samodzielnie przygotowując scenariusz, stroje, dekoracje oraz elementy scenografii. Dzięki ich pracy przedstawienie było dopracowane w każdym szczególe – od gry aktorskiej, przez oprawę muzyczną, aż po kontakt z młodą publicznością. Słuchacze nie tylko odegrali swoje role, ale także aktywnie angażowali dzieci w przebieg spektaklu, co sprawiło, że najmłodsi czuli się częścią tej wyjątkowej historii.





Nie zabrakło również wspólnej zabawy przy muzyce, licznych konkursów oraz animacji, które wywoływały uśmiechy na twarzach uczestników.

Zabawa choinkowa po raz kolejny okazała się wspaniałą okazją do wspólnego świętowania, integracji oraz tworzenia pięknych wspomnień. Już teraz z niecierpliwością czekamy na kolejną edycję!



UROCZYSTE POŻEGNANIE ABSOLWENTÓW

W dniu 13 lutego 2026 roku w naszej szkole odbyło się uroczyste pożegnanie absolwentów kierunków Opiekun Medyczny oraz Technik Elektroradiolog.



W uroczystości wzięli udział zaproszeni goście: Piotr Szczepanik – zastępca dyrektora Departamentu Kultury, Edukacji i Dziedzictwa Narodowego Urzędu Marszałkowskiego w Lublinie; Tomasz Szabłowski – Lubelski Kurator Oświaty; prof. dr hab. n. med. Ingrid Różyło-Kalinowska; Dominika Słomka – kierownik Punktu Opieki PCK w Lublinie; lek. med. Małgorzata Orzeł – dyrektor Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Lublinie.



Był to niezwykle uroczysty moment, któremu towarzyszyły emocje, radość oraz satysfakcja z osiągniętych rezultatów. Podczas uroczystości absolwenci odebrali swoje świadectwa, kończąc ważny etap edukacji i rozpoczynając nowy rozdział w życiu zawodowym. Nie zabrakło serdecznych gratulacji, podziękowań oraz życzeń powodzenia na przyszłość.



Lata nauki były dla nich czasem bardzo intensywnej pracy, zdobywania wiedzy oraz rozwijania praktycznych umiejętności. Uczniowie mierzyli się z wieloma wyzwaniami, które wymagały dużo zaangażowania, odpowiedzialności i systematyczności. Ważnym elementem kształcenia były również praktyki zawodowe, podczas których mogli zdobywać cenne doświadczenie i poznawać realia pracy w placówkach medycznych.

Jesteśmy przekonani, że zdobyta wiedza, umiejętności praktyczne oraz doświadczenie pozwolą naszym absolwentom z pełnym profesjonalizmem i zaangażowaniem zasilić szeregi specjalistów w branży medycznej.



Wszystkim absolwentom życzymy satysfakcji z wykonywanej pracy, wielu sukcesów zawodowych oraz spełnienia marzeń.

SPOTKANIE Z PATRYCJĄ WASZAK



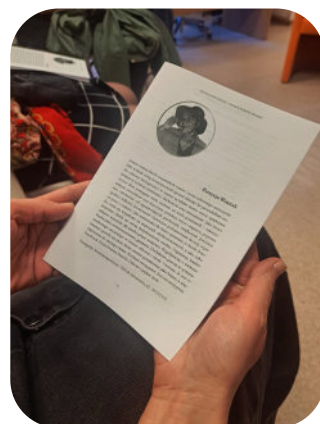
W dniu 16 marca 2026 r. w bibliotece szkolnej odbyło się wyjątkowe spotkanie z Patrycją Waszak – słuchaczką kierunku terapeuta zajęciowy (oddział 21), współautorką książki: "Mentalność sukcesu. Polskie kobiety biznesu". Spotkanie autorskie cieszyło się dużym zainteresowaniem i zgromadziło wielu uczestników, którzy z ciekawością wysłuchali historii zaproszonego gościa.

Podczas spotkania autorka opowiadała o sobie, swojej ścieżce zawodowej oraz pasjach, które od lat rozwija. Podzieliła się również doświadczeniami związanymi z prowadzeniem własnej działalności, a także swoją drogą do osiągnięcia sukcesów i spełniania marzeń.

Szczególną uwagę poświęciła wartościom, które są dla niej fundamentem w życiu – takim jak wiara w siebie, wytrwałość oraz autentyczność.

Pani Patrycja chętnie odpowiadała na liczne pytania uczestników, tworząc przyjazną i otwartą atmosferę do rozmowy. Udzieliła wielu cennych wskazówek dotyczących rozwoju osobistego, motywacji oraz sposobów radzenia sobie z trudnościami na drodze do celu.

Serdecznie dziękujemy za wartościowe spotkanie, cenne rady oraz ogrom pozytywnej energii, którą Pani Patrycja podzieliła się z uczestnikami.



DZIEŃ OTWARTY SZKOŁY

W dniu 19 marca 2026 r. w naszej Szkole odbył się Dzień Otwarty. Była to doskonała okazja, aby przyszli słuchacze mogli poznać ofertę edukacyjną placówki, zobaczyć nowoczesne pracownie zawodowe oraz porozmawiać z nauczycielami i słuchaczami poszczególnych kierunków.

Szkołę odwiedzili uczniowie szkół średnich, m.in. z Zespołu Szkół Chemicznych i Przemysłu Spożywczego w Lublinie, Zespołu Szkół Nr 1 w Lublinie, XXX LO w Lublinie oraz osoby zainteresowane nauką w szkole medycznej. Już od wejścia goście mogli poczuć przyjazną atmosferę i przekonać się, że nauka w naszej szkole łączy teorię z praktyką.

Odwiedzający mieli możliwość zajrzeć do pracowni zawodowych, poznać specjalistyczny sprzęt wykorzystywany podczas zajęć, zobaczyć, jak wyglądają ćwiczenia praktyczne, a także samodzielnie spróbować swoich sił w wybranych zadaniach.



Była to znakomita okazja, aby dowiedzieć się więcej o kierunkach kształcenia i perspektywach zawodowych po ukończeniu szkoły. Wiele pracowni praktycznej nauki zawodu otworzyło swoje podwoje dla odwiedzających. W pracowni masażu odbył się pokaz technik masażu leczniczego. Słuchacze opowiadali o swoim kierunku kształcenia oraz dzielili się doświadczeniami zdobywanymi podczas praktyk zawodowych.

W pracowni ortopedycznej przedstawiono techniki ortopedyczne i specyfikę pracy w tym zawodzie. Zaprezentowano także wybrane elementy zaopatrzenia ortopedycznego oraz urządzenia wykorzystywane w codziennej pracy technika ortopedy.



Kierunek technik elektroradiolog prezentował zasady ochrony radiologicznej pacjenta oraz techniki rentgenografii stosowane w diagnostyce obrazowej. Uczniowie mogli dowiedzieć się, jak ważne jest bezpieczeństwo podczas wykonywania badań diagnostycznych oraz jak wygląda praca elektroradiologa w nowoczesnych placówkach medycznych.

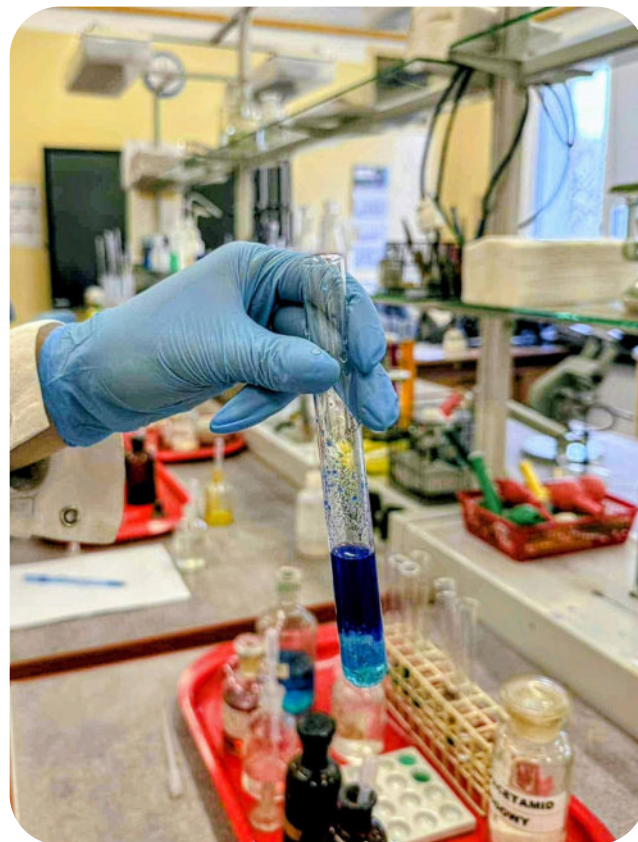
Dużym zainteresowaniem cieszyła się również pracownia kosmetyczna. Słuchaczki wykonywały zabiegi kosmetyczne, prezentowały sposoby pielęgnacji skóry, a także udzielały porad z zakresu makijażu i wizażu. Odwiedzający mogli dowiedzieć się, jakie umiejętności są potrzebne w zawodzie kosmetyczki oraz jak wygląda nauka na tym kierunku.



W pracowni opiekuna medycznego słuchacze wykonali pokaz toalety pacjenta leżącego w łóżku. Była to okazja do przedstawienia podstawowych czynności higieniczno-pielęgnacyjnych oraz omówienia roli opiekuna medycznego w opiece nad osobami chorymi i starszymi.

Diagnostykę stóp przy użyciu podoskopu diagnostycznego chętnym uczestnikom wydarzenia wykonywały słuchaczki z kierunku podolog. Odwiedzający mogli dowiedzieć się, jak ważna jest prawidłowa pielęgnacja stóp oraz jakie problemy zdrowotne można wykryć dzięki specjalistycznym badaniom.

Duże zainteresowanie wzbudziła również pracownia analizy leków i chemii kosmetycznej, w której można było zobaczyć specjalistyczne wyposażenie laboratoryjne oraz dowiedzieć się, na czym polega analiza składników leków i kosmetyków.



Goście mieli także okazję obejrzeć bazę sportową szkoły – salę gimnastyczną oraz salę fitness. Uczniowie szkół średnich odwiedzili również internat i stołówkę, dzięki czemu mogli lepiej poznać warunki nauki i codziennego funkcjonowania w naszej placówce.

Dzień Otwarty przebiegał w miłej i serdecznej atmosferze. Był doskonałą okazją do zaprezentowania możliwości, jakie oferuje nasza Szkoła, a także do pokazania, że nauka może być ciekawa, praktyczna i rozwijająca. Mamy nadzieję, że spotkanie pomoże wielu młodym osobom w wyborze dalszej drogi edukacyjnej i zawodowej.

KAŻDE ŻYCIE MA WARTOŚĆ

– SPOTKANIE Z LEKARZEM HOSPICJUM DOBREGO SAMARYTANINA

Narodowy Dzień Życia – to święto obchodzone co roku 24 marca, uchwalone przez Sejm Rzeczypospolitej Polskiej w dniu 27 sierpnia 2004 roku. Dzień Świętości Życia obchodzony 25 marca został ustanowiony w 1998 roku uchwałą Episkopatu Polski w odpowiedzi na zachętę Jana Pawła II z encykliki Evangelium Vitae (Ewangelia Życia) ogłoszonej 25 marca 1995 roku, aby corocznie w każdym kraju obchodzono Dzień Życia.

Narodowy Dzień Życia oraz Dzień Świętości Życia są szczególną okazją do poruszenia tematyki godności, wartości czy nienaruszalności ludzkiego życia. Jako szkoła medyczna, której misją jest, między innymi, promowanie ludzkiego życia w różnych jego aspektach, co roku przyłączamy się do tej inicjatywy, organizując szkolne obchody Narodowego Dnia Życia i Dnia Świętości Życia.



W tym roku naszym szkolnym obchodom przewodziło hasło: „Każde życie ma wartość.” Głównym punktem obchodów było spotkanie z Panem Mariuszem Sałamachą, naczelnym lekarzem Hospicjum Dobrego Samarytanina w Lublinie, zatytułowane „Każde życie ma wartość. Czego uczy praca w hospicjum?”



W czasie spotkania, na którym obecni byli zgromadzeni licznie słuchacze oraz nasza kadra nauczycielska, pan doktor podzielił się wiedzą, ale także swoimi osobistymi doświadczeniami związanymi z pracą w hospicjum. Mówił między innymi o tym, że śmierć i umieranie jest współcześnie tematem tabu. Boimy się tego tematu, nie wiemy jak podejść do osoby, która odchodzi lub przeżywa odchodzenie kogoś bliskiego.

Dlatego takie osoby często są wyizolowane i samotne w swoich granicznych doświadczeniach, nie otrzymują stosownego wsparcia, często nawet od swoich najbliższych. Aby dać wsparcie osobie terminalnie chorej, trzeba przede wszystkim być przy niej, w sposób prosty, szczerzy i zgodnie z jej indywidualnymi potrzebami. Warunkiem prawdziwego i pomocnego kontaktu z taką osobą jest wewnętrzna prawda. Okłamywanie pacjenta i pocieszanie go słowami typu „nie martw się, będzie dobrze”, nie przynosi mu faktycznej ulgi i nie jest dla niego żadną pomocą. Wręcz przeciwnie, przerywa z nim dialog i pozostawia go samemu sobie z trudnymi pytaniami czy przeżyciami.

Pan doktor podczas spotkania podkreślił również, że praca w hospicjum daje nieocenione doświadczenie życiowe. Stwierdził, że on sam bardzo dużo zawdzięcza swoim pacjentom, wiele się od nich uczy i dostrzega w nich ogromną wartość. Spotkanie zakończył hasłem, z którym się solidaryzuje: „Hospicjum to też Życie”.



Tegoroczne szkolne obchody Dni Życia były połączone z organizacją charytatywnego kermasu ciast, w którego przygotowanie zaangażowali się przede wszystkim mieszkańcy naszego internatu. Ze sprzedaży ciast udało się zebrać kwotę 800 zł, którą przekazaliśmy na inicjatywę budowy ogrodu całorocznego dla pacjentów Hospicjum Dobrego Samarytanina w Lublinie.

Dziękujemy wszystkim, którzy włączyli się w szkolne świętowanie Życia...

mgr Anna Łaba

SPOTKANIE Z MISJONARZEM PODCZAS REKOLEKCJI



W czasie rekolekcji słuchacze mieli okazję uczestniczyć w wyjątkowym spotkaniu z misjonarzem – Ojcem Tomaszem. Nie była to jednak zwykła opowieść o Afryce, lecz poruszające świadectwo codziennego życia mieszkańców, ich problemów, radości oraz ogromnej siły wiary.

Ojciec Tomasz opowiadał o swojej pracy misyjnej, spotkaniach z ludźmi oraz wyzwaniach, z jakimi mierzy się na co dzień. Podkreślał, jak ważna w pracy misjonarza jest otwartość na drugiego człowieka, gotowość do niesienia pomocy oraz budowanie relacji opartych na zaufaniu i szacunku.



Spotkanie było także okazją do refleksji nad obecnością Jezusa w codziennym życiu oraz nad tym, jak wiele można zmienić poprzez dobro, życzliwość i wrażliwość na potrzeby innych. Słuchacze mogli lepiej zrozumieć, że misje to nie tylko podróże do odległych krajów, ale przede wszystkim służba drugiemu człowiekowi, a także poświęcenie i odpowiedzialność.

To wyjątkowe doświadczenie skłoniło wielu uczestników do osobistej zadumy oraz spojrzenia na własne życie i codzienne wybory z innej perspektywy.

TARGI EDUKACYJNE

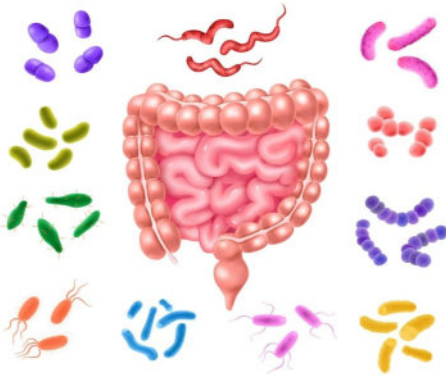
W dniach 26-27 marca 2026 nasza szkoła uczestniczyła w Targach Edukacyjnych, które zgromadziły przedstawicieli wielu placówek oświatowych i uczelni. Była to doskonała okazja, aby zaprezentować ofertę edukacyjną szkoły.



Serdecznie dziękujemy wszystkim, którzy brali udział w Targach – zarówno słuchaczom, jak i nauczycielom, którzy aktywnie promowali kierunki kształcenia naszej szkoły. Wasze zaangażowanie i entuzjazm sprawiły, że nasze stoisko było pełne pozytywnej energii i przyciągnęło wielu zainteresowanych.



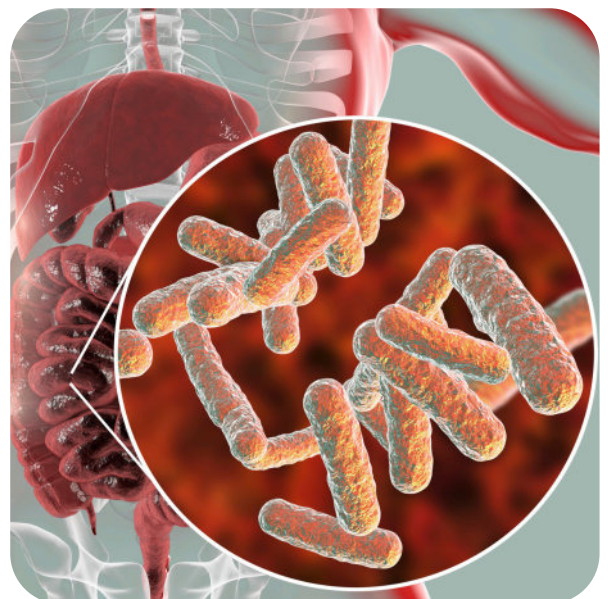
MIKROBIOM JAKO NATURALNY „DOPALACZ”



Mikrobiom jelitowy (mikrobiota/ mikroflora/ flora jelitowa) to ogół mikroorganizmów, głównie bakteryjnych, które najliczniej zasiedlają jelito grube. Wokół mikrobioty jelitowej w ostatnich latach krąży wiele informacji oraz doniesień naukowych **ponieważ przypisywana jej jest coraz większa rola w utrzymaniu zdrowia i równowagi całego organizmu.**

Mikrobiom jelitowy ma kluczowy wpływ na metabolizm, produkcję energii, funkcjonowanie układu odpornościowego w zwalczaniu drobnoustrojów chorobotwórczych ponieważ 70% komórek odpornościowych znajduje się w przewodzie pokarmowym. Mikrobiom bierze udział w procesie fermentacji, trawieniu, wchłanianiu, poprawie perystaltyki jelit, ma udział w syntezie witamin i hormonów. 90% serotoniny, kluczowego neuroprzekaźnika wpływającego na nastrój i samopoczucie, jest produkowane właśnie w jelitach. Przekłada się to na ogólną wydajność fizyczną i psychiczną naszego organizmu.

Bakterie jelitowe wspierają efektywne wchłanianie składników mineralnych takich jak sód, potas, magnez, wapń oraz rozkładają niestrawione przez człowieka składniki pokarmowe, np. **błonnik**, co prowadzi do produkcji grupy kwasów tłuszczowych o krótkich łańcuchach węglowych (SCFA), które po przedostaniu się do krwi mogą regulować odporność, stan zapalny, metabolizm, liczne procesy fizjologiczne, a nawet mają zdolność wpływania na realizację instrukcji zapisanej w genach.



Odpowiednie proporcje poszczególnych SCFA zmniejszają ryzyko wystąpienia lub łagodzą przebieg cukrzycy typu 1 i 2, astmy i alergii, atopowego zapalenia skóry, infekcji wirusowych, otyłości, miażdżycy, schizofrenii, niealkoholowego stłuszczenia wątroby czy nadciśnienia.

Są to schorzenia łączone z **dysbiozą** czyli zaburzeniem proporcji poszczególnych mikroorganizmów w przewodzie pokarmowym, przez co dochodzi do nadmiernego rozrostu gatunków niepożądanych – zwykle mikroorganizmów patogennych przy jednoczesnym zmniejszeniu liczby gatunków pożądaných, które mają funkcje ochronne i pozytywnie oddziałują na pracę jelit.



Źródłem błonnika pokarmowego są wszystkie warzywa i owoce, a także pełnoziarniste produkty zbożowe, mleko kobiece (między innymi dlatego karmienie piersią jest tak ważne w kształtowaniu się mikrobioty) oraz niektóre substancje dodatkowe do żywności. Spadek spożycia błonnika pokarmowego łączy się z większym ryzykiem zachorowania na cukrzycę typu 2, otyłość, nowotwory jelita grubego, choroby sercowo-naczyniowe, alergię czy choroby autoimmunologiczne.

Aktywność bakterii jelitowych opisuje się jako mechanizm „**os mózg – jelito – jelito – mózg**” tzn. system dwukierunkowej sygnalizacji o charakterze biochemicznym, który zachodzi pomiędzy układem pokarmowym i nerwowym. Kluczową rolę odgrywają w nim neurotransmitery wytwarzane przez bakterie mikrobioty jelitowej modyfikujące działanie ośrodkowego układu nerwowego co wpływa na kojarzenie, uczenie się i zapamiętywanie. Zaburzenia w osi mózgowo-jelitowej są związane z wieloma schorzeniami, zarówno psychicznymi jak i somatycznymi. Należą do nich depresja, lęki, zespół jelita drażliwego, choroby neurodegeneracyjne (np. choroba Parkinsona).

Badania naukowe dowodzą, że wiele chorób ma swój początek „w jelitach”, a wielu chorobom przewlekłym towarzyszą powikłania właśnie w postaci zaburzeń mikrobioty jelitowej.

Liczba komórek bakterii jelitowych (od 300 do 1500 gatunków) dziesięciokrotnie przewyższa liczbę komórek ludzkich a ich waga to około 2 kilogramy.

Mikrobiota jelitowa kształtuje się już w życiu płodowym. Od narodzin wpływ na jej jakość ma rodzaj porodu (naturalny/cesarskie cięcie), karmienie (mleko matki/mleko sztuczne), a na dalszych etapach rozwoju i w życiu dorosłym – dieta i styl życia.

Największy wpływ na zaburzenia mikrobioty jelitowej ma stosowanie leków (np. antybiotyków, niesteroidowych leków przeciwzapalnych), **nieprawidłowa dieta** (np. napoje energetyczne z wysoką zawartością cukru, sztucznych słodzików i kofeiny oraz wysokoprzetworzona żywność), **wiek, choroby towarzyszące, długotrwały stres, niehigieniczny tryb życia** (np. zła jakość snu, używki).

Aby wspierać swój mikrobom dla lepszej wydajności należy spożywać szeroką gamę warzyw w tym roślin strączkowych, owoców, pełnoziarnistych produktów zbożowych, spożywać produkty fermentowane takie jak naturalne jogurty (również typu islandzkiego czy greckiego), kefir, maślankę, zsiadłe mleko, kumys, mleko acidofilne, mleko bifidusowe i kiszonki, ograniczyć przetworzoną żywność i cukier, wdrożyć regularną aktywność fizyczną (to doskonały sposób na redukcję stresu) oraz zadbać o higienę snu (telefon, laptop czy telewizor emitują światło niebieskie, które oszukuje mózg, hamując produkcję melatoniny – hormonu snu).

mgr Agnieszka Jonik

MĘCZYŻNA ZA POMOCĄ AI OPRACOWAŁ SZCZEPIONKĘ NA RAKA DLA SWOJEGO PSA



Gdy u psa australijskiego przedsiębiorcy technologicznego zdiagnozowano agresywnego raka, właściciel postanowił wykorzystać AI oraz chatbota ChatGPT, aby znaleźć nowe możliwości leczenia. Efektem tych działań było opracowanie spersonalizowanej szczepionki mRNA, która w krótkim czasie znacząco zmniejszyła guz nowotworowy u zwierzęcia. Sprawa wzbudziła duże zainteresowanie w środowisku naukowym zajmującym się terapiami przeciwnowotworowymi.

Historia zaczęła się od psa o imieniu Rosie - ośmioletniej suczki rasy mieszanej staffordshire bull terrier i shar pei. Została ona adoptowana w 2019 roku przez australijskiego przedsiębiorcę technologicznego Paul Conyngham. W 2024 roku u Rosie zdiagnozowano agresywny nowotwór komórek tucznych, jeden z trudniejszych do leczenia nowotworów u psów. Pomimo zastosowania operacji chirurgicznej oraz chemioterapii weterynaryjnej leczenie, jedynie spowolniło to rozwój choroby. Guzy nadal rosły, a jeden z nich osiągnął rozmiar piłki tenisowej.

Nie chcąc się poddać, Conyngham zaczął szukać alternatywnych metod leczenia. Wykorzystał do tego ChatGPT, który zasugerował rozważenie immunoterapii oraz analizy genetycznej guza. To doprowadziło do współpracy z naukowcami z australijskiego University of New South Wales, gdzie przeprowadzono sekwencjonowanie DNA psa. Badanie polegało na porównaniu zdrowego DNA z krwi oraz DNA z komórek nowotworowych. Pozwoliło to zidentyfikować mutacje odpowiedzialne za rozwój choroby.

Po uzyskaniu wyników sekwencjonowania Conyngham przeanalizował dane przy pomocy algorytmów oraz narzędzi AI, próbując znaleźć potencjalne sposoby leczenia. Początkowo zidentyfikował lek immunoterapeutyczny opracowany przez jedną z firm farmaceutycznych. Producent odmówił jednak udostępnienia go. Wtedy pojawił się pomysł zastosowania technologii szczepionek mRNA, znanych m.in. z walki z pandemią COVID-19. Do projektu dołączył ekspert od nanomedycyny Páll Thordarson z UNSW RNA Institute, który na podstawie danych genetycznych opracował spersonalizowaną szczepionkę mRNA dla psa.

Eksperymentalna szczepionka została podana Rosie w okresie świąt Bożego Narodzenia. Efekty okazały się zaskakująco dobre. W ciągu krótkiego czasu guz wielkości piłki tenisowej zmniejszył się o około połowę, a stan psa wyraźnie się poprawił. Według naukowców był to pierwszy przypadek zaprojektowania spersonalizowanej szczepionki przeciwnowotworowej dla psa.

Przypadek Rosie pokazuje potencjał nowego podejścia do leczenia nowotworów. Dzięki analizie genomu oraz wykorzystaniu sztucznej inteligencji możliwe jest tworzenie terapii dopasowanych do konkretnego pacjenta. Badacze podkreślają, że podobne rozwiązania mogą w przyszłości znaleźć zastosowanie także w leczeniu ludzi. Technologie takie jak analiza genomu, algorytmy AI oraz szczepionki mRNA mogą przyspieszyć rozwój medycyny spersonalizowanej, która zamiast jednego leku dla wszystkich pacjentów będzie oferować terapie projektowane indywidualnie dla każdego przypadku choroby.

Nikola Łoza, technik elektroradiolog 57
Źródło: www.portaltechnologiczny.pl

SZKOŁA, PRACA, CZAS DLA SIEBIE – JAK TO POŁĄCZYĆ?

Łączenie szkoły, pracy i życia prywatnego nie jest łatwe. Wielu słuchaczy szkół policealnych pracuje, uczy się i jednocześnie próbuje znaleźć czas dla znajomych, rodziny czy własnych zainteresowań. Czasem wydaje się, że doba jest po prostu za krótka. Na szczęście istnieje kilka prostych sposobów, które mogą pomóc lepiej zorganizować codzienne obowiązki.

Pierwszym krokiem jest **planowanie**. Warto zapisywać ważne terminy, sprawdziany, godziny pracy i inne obowiązki w kalendarzu lub aplikacji w telefonie. Dzięki temu łatwiej zobaczyć, ile naprawdę ma się czasu i uniknąć sytuacji, w której wszystko spada na jeden dzień.

Dobrym pomysłem jest także **ustalenie priorytetów**. Nie wszystko trzeba zrobić od razu. Najważniejsze zadania warto wykonywać jako pierwsze, a mniej pilne zostawić na później. Jeśli ktoś ma do napisania pracę, przygotowanie do sprawdzianu i sprzątanie pokoju, lepiej najpierw zająć się nauką, a dopiero potem innymi sprawami.

W nauce pomaga **metoda małych kroków**. Zamiast siedzieć kilka godzin bez przerwy nad książkami, lepiej uczyć się krócej, ale regularnie. Dobrze działa zasada 25 minut nauki i 5 minut przerwy. Dzięki temu łatwiej się skupić i nie czuć zmęczenia.

Ważne jest też **ograniczenie rozpraszaczy**. Telefon, media społecznościowe i seriale potrafią zabrać więcej czasu, niż się wydaje. Czasami warto wyłączyć powiadomienia lub odłożyć telefon na bok, żeby szybciej skończyć naukę i mieć potem więcej wolnego czasu.

Nie można **zapominać o odpoczynku**. Sen, chwila relaksu i spotkania z bliskimi są równie ważne jak nauka i praca. Osoba zmęczona szybciej traci motywację i gorzej zapamiętuje nowe informacje. Lepiej zrobić sobie krótką przerwę niż próbować działać bez końca.



Dobrze jest też **nauczyć się mówić „nie”**. Nie trzeba zgadzać się na wszystko i brać na siebie zbyt wielu obowiązków. Czasem warto odpuścić dodatkowe zadanie lub spotkanie, jeśli wiadomo, że brakuje czasu i sił.

Najważniejsze jest jednak to, żeby **nie wymagać od siebie perfekcji**. Każdemu zdarza się gorszy dzień, spóźnienie z projektem albo brak motywacji. To normalne. Dobra organizacja nie polega na robieniu wszystkiego idealnie, ale na znalezieniu własnego sposobu, żeby mieć czas na naukę, pracę i zwykłe życie.

Łączenie nauki, pracy i życia prywatnego może być trudne, ale dzięki prostym trikom można lepiej zorganizować swój czas. Planowanie, ustalanie priorytetów, nauka w krótkich blokach, ograniczenie rozpraszaczy i dbanie o odpoczynek pozwalają osiągać więcej bez stresu. Najważniejsze to znaleźć własny sposób działania i pamiętać, że nie trzeba być perfekcyjnym – liczy się systematyczność i zdrowa równowaga między obowiązkami a życiem osobistym.

mgr Renata Drozd

CHWILE ZAPISANE W SŁOWACH

Po raz kolejny z przyjemnością prezentujemy wiersze Julii Trubacz – słuchaczki naszej szkoły (kierunek protetyk słuchu, oddział 13), która z wrażliwością opisuje świat emocji, codziennych doświadczeń i refleksji. Jej poezja skłania do zatrzymania się na chwilę i spojrzenia na rzeczywistość z innej perspektywy.

Już wkrótce będzie okazja, poznać jej twórczość bliżej, podczas wieczoru autorskiego w bibliotece szkolnej. Zachęcamy do udziału w spotkaniu z poezją Julii. Termin wydarzenia zostanie podany w mediach społecznościowych szkoły oraz na plakatach.

czarowanie

*niech powiew słów
które piszę
poruszy strunę w twoim sercu
by rozbrzmiała melodia
która przepęlni cię miłością*

*niech nic słów
które rzucam na wiatr
otuli twoją zmarzniętą duszę
kokonem czułości*

*i niech pomost słów
które buduję
zespoli nas byśmy mogli
dostroić swoje serca do siebie*



las zimowy

*pośród mgieł pozorów
rozwianych wiatrem prawdy
wzrastamy
ogołoczone
otulone w białe płaszcze
nasze ręce
tysiące palców
malujących śnieżne niebo czernią
na pierwszy rzut oka
zdajemy się być martwe i zimne
lecz w głębi nas
tli się życie
i nadzieja
na słoneczne dni*



***[czułość]

ledwo dostrzegalna
delikatna
jak motyl
i równie płochliwa
ucieka
gdy podniesiesz głos
kryje się
w splecionych dłoniach
muśnięciach palców
w słowach
wymawianych szeptem
i pocałunkach
tych pierwszych
jest jak dotyk
płatka śniegu
lub kwiatu
jak ciepły promień słońca
nieśmiało przebija
chmury obojętności
choć
spychana w zakamarki
domów
umysłów
serc
choć często przegrywa
z namiętnością
arogancją
gwałtownością
choć może
głupia
niepotrzebna
śmieszna
jednak istnieje
i gdy jej nie masz
noc pogrąża wszystkich
we śnie
a ty patrzysz w czern
i tęsknisz



nie poddaję się

budzę się
witam życie
szare
pełne pytań
o sens bycia
tym kogo widzę
w lustrze

chciałabym
poznawać
świat przesywać
spojrzeniem
na wskroś
chciałabym
mieć marzenie
za towarzysza
zamiast lęków i porażek

nie poddaję się

tropię sensy

odkrywam zrozumienia

oswajam braki

PRZYŁAPANI NA CZYTANIU

• SZKOLNY KONKURS FOTOGRAFICZNY

**Lubisz czytać ? A może przyłapujesz innych z nosem w książce?
Biblioteka szkolna zaprasza słuchaczy do udziału
w konkursie fotograficznym**

◆ Cel konkursu

Promowanie czytelnictwa wśród słuchaczy szkoły oraz pokazanie, że książka może towarzyszyć nam wszędzie - w autobusie, w parku, w poczekalni czy na przerwie w szkole

◆ Co trzeba zrobić ?

Pokaż kogoś pochłoniętego lekturą lub książkę w wyjątkowej scenie - możesz użyć dowolnej techniki i stylu!

ZASADY UCZESTNICTWA

- ◆ Do udziału w konkursie zapraszamy słuchaczy Szkoły Policealnej - Medycznego Studium Zawodowego im. S. Liebarta w Lublinie
- ◆ Maksymalnie 2 podpisane zdjęcia (tytuł zdjęcia, autor) można przesłać pocztą elektroniczną na adres: biblioteka@msz.lublin.pl
Fotografie można także przynieść w wersji elektronicznej do biblioteki szkolnej
- ◆ Nadesłanie prac na konkurs jest równoznaczne z wyrażeniem zgody na ich wykorzystanie
- ◆ Prace można nadsyłać do **20 kwietnia 2026 r.**
- ◆ Oceny prac i wyboru wyróżnionych dokona Szkolna Komisja Konkursowa
- ◆ Najlepsze prace zostaną nagrodzone oraz zaprezentowane w bibliotece szkolnej





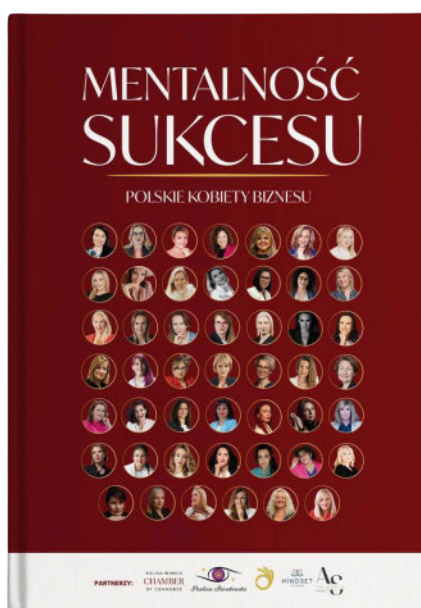
Z PÓŁKI SZKOLNEJ BIBLIOTEKI

Mentalność sukcesu. Polskie kobiety biznesu, UK 2025.

Książka **Mentalność sukcesu. Polskie kobiety biznesu** to inspirująca publikacja, która wyróżnia się na tle typowych poradników biznesowych swoją autentycznością i różnorodnością perspektyw. Zamiast jednego autora i jednej wizji sukcesu, czytelnik otrzymuje aż 54 historie kobiet aktywnie działających w świecie biznesu – od właścicielek firm po liderki i mentorki.

Największą siłą tej publikacji jest jej praktyczny i jednocześnie bardzo ludzki wymiar. Autorki nie skupiają się wyłącznie na wynikach finansowych, ale podkreślają znaczenie wartości, relacji oraz umiejętności budowania trwałych organizacji odpornych na zmiany. Sukces w ich ujęciu to coś więcej niż liczby – to wpływ, rozwój i sens działania.

Autorką jednego z rozdziałów jest Patrycja Waszak, słuchaczka na kierunku terapeuta zajęciowy oddział 21. Jej doświadczenie – zarówno w prowadzeniu działalności, jak i pracy terapeutycznej oraz edukacyjnej – przekłada się na uniwersalne i życiowe wskazówki. Pięć zasad, którymi się kieruje (wiarą, nadzieją, miłość, wsparcie i wierność swojej misji), brzmią prosto, ale mają dużą siłę oddziaływania. Szczególnie trafne jest podkreślenie znaczenia pozostania wiernym własnym wartościom, zamiast podążania za chwilowymi trendami.



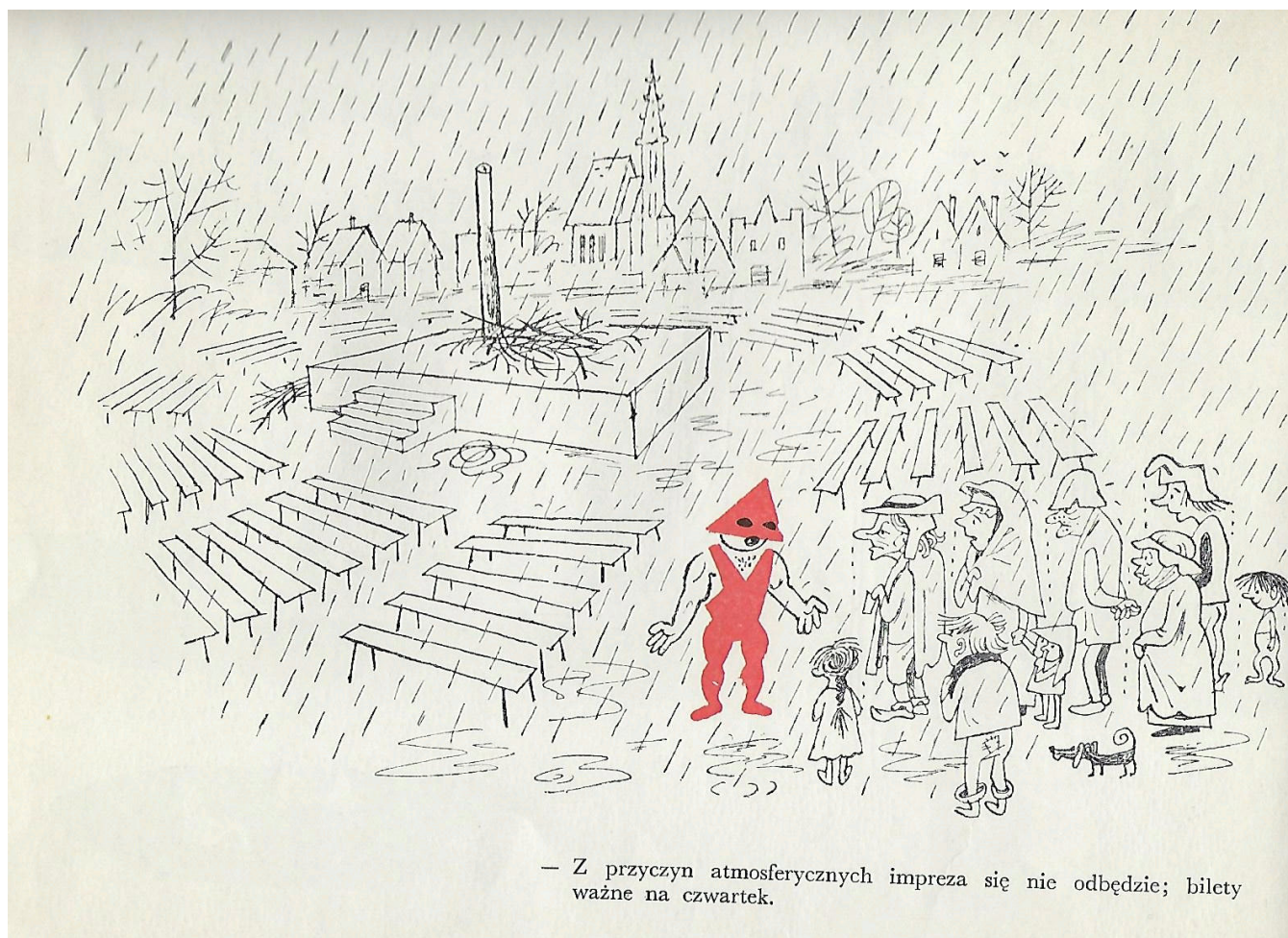
Podsumowując, „Mentalność sukcesu. Polskie kobiety biznesu” to wartościowa lektura nie tylko dla osób zainteresowanych przedsiębiorczością, ale dla każdego, kto szuka inspiracji do rozwoju osobistego i zawodowego. To książka, która pokazuje, że sukces ma wiele twarzy – a każda z nich opiera się na odwadze, konsekwencji i autentyczności.

Książka dostępna w bibliotece szkolnej – polecamy!

UŚMIECHNIJ SIĘ !

Śmiech to najlepsze lekarstwo – bez recepty!

Po raz kolejny prezentujemy żarty z książki „**Żarty średniowieczne**” **Zbigniewa Lengrena** – pełnej humoru publikacji, która pokazuje średniowiecze z lekkiej i zaskakująco aktualnej strony. Autor udowadnia, że ludzie żyjący przed wiekami potrafili śmiać się z codziennych spraw i ludzkich słabości. Zamieszczone rysunki pochodzą właśnie z tej książki, która jest dostępna w naszej bibliotece.



Zapraszamy do współtworzenia!

Masz zabawną anegdotę albo własny rysunek satyryczny?

Prześlij go do redakcji gazetki – najlepsze prace opublikujemy w kolejnym numerze.



Eskulap

PISMO SŁUCHACZY

Szkoły Policealnej Medycznego Studium Zawodowego
im. St. Liebharta w Lublinie

ZESPÓŁ REDAKCYJNY

mgr Anna Felińska
mgr Sylwia Wontorska-Sarek
mgr Renata Drozd

SKŁAD I WYDRUK KOMPUTEROWY

mgr Leszek Szpinda