



Wieści spod lasu

NUMER 15

SP NA GŁĘBOKIEM

CZERWIEC 2026

W numerze, m.in.:

- Dzień Dziecka
- Dzień Ojca
- Wywiad z Mariuszem Ottą, rzeźbiarzem i rysownikiem
- Rola autorytetu w życiu młodych
- Gdzie pojechać na wakacje?
- Wpływ promieniowania słonecznego na skórę
- „W ogniu pytań”
- Egzotyczne zwierzęta
- Kącik kulinarny
- Bezpieczna wakacje
- Uśmiechnij się

Oddajemy w Wasze ręce ostatni w tym roku szkolnym numer gazetki szkolnej. Ciężko pracowaliśmy i bardzo się staraliśmy, by „Wieści spod lasu” były ciekawą lekturą. Mamy nadzieję, że czytanie gazetki było dla Was przyjemną rozrywką.

Już za kilka dni koniec roku szkolnego. Wiemy, że czekacie na niego, tak jak i my, z niecierpliwością, marząc wspaniałych podróży i relaksie. Zanim jednak pożegnacie się ze szkolną rzeczywistością, przeczytajcie piętnasty już numer „Wieści spod lasu”, jest w nim wiele ciekawych artykułów. 😊

Bawcie się bezpiecznie podczas wakacji! Odpoczywajcie aktywnie!



Dzień Dziecka- to jedno z najbardziej lubianych świąt przez nas, dzieci.



Dzień Dziecka wymyślono po to, aby przypomnieć dorosłym, że dzieci muszą być bezpieczne, kochane i szczęśliwe. W Polsce obchodzimy go zawsze pierwszego czerwca na samym początku ciepłego lata. To wspaniały dzień pełen wspólnej zabawy, uśmiechu oraz miłych niespodzianek dla wszystkich najmłodszych. W szkole również obchodziliśmy to święto. Było wesoło, smacznie i kolorowo. Pamiętajmy, dobrze bawmy się nie tylko pierwszego czerwca, ale cały rok!

Jak ciekawie spędzić czas w Dzień Dziecka u nas, w Polsce?

Warto zrobić sobie jakieś wyzwania lub w coś pograć, bo przecież wszyscy jesteśmy dziećmi. Jeśli nie macie pomysłu, możecie, na przykład:

Chodzić tyłem: Przez pierwszą godzinę po przebudzeniu wszyscy w domu poruszają się wyłącznie tyłem.

Szalona garderoba: Załóżcie ubrania na lewą stronę, skarpetki nie do pary albo najbardziej jaskrawe rzeczy, jakie macie w szafie.

Baza Gigant: Wyciągnijcie z szaf wszystkie koce, prześcieradła, krzesła i poduszki. Zbudujcie gigantyczną fortecę w salonie.

Kwaterna główna: W bazie jecie przekąski, oglądacie filmy i opowiadacie sobie straszne lub śmieszne historie, świecąc latarkami.

Domowa mapa: Jedna osoba (np. starsza lub wylosowana) chowa w domu "skarb" (paczka żelków, drobny upominek) i rysuje tajemniczą mapę.

Zadania po drodze: Aby przejść do kolejnego pokoju, poszukiwacze muszą wykonać zadanie, np. zrobić 10 pajacyków, opowiedzieć suchar albo zaśpiewać piosenkę z zamkniętymi oczami.

Zamiana ról: Przez 2 lub 3 godziny w ciągu dnia dorośli muszą bezdyskusyjnie zgadzać się na propozycje zabaw wymyślone przez najmłodszych 😊.

Zasada: Zabawa musi być bezpieczna i wesoła dla wszystkich (np. „teraz wszyscy tańczymy do piosenki z Króla Lwa”).

Portret bez patrzenia: Spróbujcie namalować lub narysować siebie nawzajem, ale... z zawiązanymi oczami albo trzymając pisak w ustach! Śmiech gwarantowany.

Kreda i ulica: Jeśli macie „kawałek chodnika”, wyjdźcie na zewnątrz i stwórzcie wielki, wspólny komiks na betonie.

Wiemy, w jaki sposób obchodzi się Dzień Dziecka w Polsce, ale jak obchodzi się ten dzień w innych krajach?

Japonia – latające ryby i papierowe helmy

W Japonii bardzo popularne jest święto chłopców (5 maja). Tego dnia nad domami wiesza się ogromne, kolorowe flagi w kształcie karpia (zwane *koinobori*). Każda ryba symbolizuje jednego członka rodziny. Karpie pięknie „pływają” na wietrze i mają przynieść dzieciom siłę, bo te ryby potrafią pływać pod prąd. W domach wystawia się też małe figurki samurajów.

Turcja – dzieci rządzą państwem

W Turcji Dzień Dziecka przypada 23 kwietnia i jest to jedno z najbardziej niezwykłych świąt. Na jeden dzień dzieci symbolicznie przejmują władzę w kraju! Zasiadają w ławach prawdziwego parlamentu, a jedno z dzieci zostaje na kilka godzin premierem i może wydawać własne, śmieszne rozkazy dorosłym. Na stadionach organizowane są wtedy wielkie pokazy tańca i festiwale, na które przyjeżdżają maluchy z całego świata.

Indie – kolorowe stroje i dzień bez mundurków

W Indiach Dzień Dziecka świętuje się 14 listopada. W tym dniu szkoły całkowicie się zmieniają. Dzieci nie muszą zakładać codziennych, nudnych mundurków – zamiast tego przychodzą ubrane w swoje najpiękniejsze, kolorowe, odświętne ubrania. Nauczyciele nie robią lekcji, tylko przygotowują dla uczniów teatryki, śpiewają piosenki i rozdają im mnóstwo czekoladek.

Szwecja – homary i boginie światła

W Szwecji nie ma jednego wspólnego dnia dla wszystkich, ale są dwa osobne święta. 7 sierpnia to Dzień Chłopców, nazywany też Świętem Homara – chłopcy przebierają się za te morskie stworzenia i uczą się pływać łódkami. Z kolei 13 grudnia dziewczynki obchodzą Dzień Świętej Łucji – wkładają wtedy białe sukienki i specjalne korony z lśniącymi świeczkami, po czym roznoszą domownikom pyszne, cynamonowe bułeczki.

Paragwaj – wielka bitwa o prezenty

W tym kraju w Ameryce Południowej Dzień Dziecka świętuje się 16 sierpnia. Zamiast skromnych upominków dorośli organizują dla dzieci wielkie festyny na ulicach, gdzie rozdaje się tysiące zabawek i słodyczy. Na podwórkach królują piniaty – papierowe kule wypełnione cukierkami, które dzieci muszą rozbić z zawiązanymi oczami, żeby wysypał się na nie słodki deszcz.

CIEKAWOSTKI

Najdłuższy Dzień Dziecka w historii trwał... 30 dni! W 2011 roku w Dubaju dorośli doszli do wniosku, że jeden dzień to za mało na świętowanie. Zorganizowano tam wielki festiwal, który sprawił, że Dzień Dziecka trwał przez cały miesiąc. Przez 30 dni we wszystkich parkach rozrywki, kinach i na ulicach trwały nieprzerwane pokazy, konkursy, darmowe warsztaty i wielkie parady z udziałem postaci z bajek.

W tym dniu wybija się specjalne, prawdziwe monety. W niektórych krajach Dzień Dziecka traktuje się tak poważnie, że państwowe banki produkują z tej okazji wyjątkowe, limitowane monety. Na przykład w Kamerunie oraz na Wyspach Cooka wypuszczano do obiegu srebrne monety z wizerunkami postaci z kreskówek (np. ze Shrekiem, pingwinami z Madagaskaru czy Scooby-Doo). Co ciekawe, można nimi normalnie płacić w sklepie!

Pociągi, w których bileterami i maszynistami są... dzieci! W Budapeszcie (stolica Węgier) istnieje niezwykła atrakcja turystyczna – Dziecięca Kolejka (*Gyermekvasút*). To prawdziwy pociąg jeżdżący po wzgórzach, w którym wszystkie ważne role (oprócz prowadzenia lokomotywy) pełnią dzieci w wieku od 10 do 14 lat. W Dzień Dziecka to właśnie mali zawiadowcy stacji, konduktorzy i sprzedawcy biletów rządzą całą trasą i przygotowują dla pasażerów specjalne, muzyczne przejazdy.



Dzień Ojca – 23 czerwca

CIEKAWOSTKI

Według statystyk najpopularniejszym prezentem na Dzień Ojca na świecie od lat pozostaje **krawat**. Tuż za nim plasują się skarpetki, kubki oraz elektronika. Jednak najpopularniejszy pozostaje krawat.

Skąd się wzięło słowo tata? Słowo „dad” oznaczające tata po raz pierwszy pojawiło się w zapiskach około **1500 roku**. Badacze języka uważają, że słowo to w niemal każdym języku brzmi podobnie (np. *tata* po polsku, *tad* po walijsku, *dada* w wielu innych językach), ponieważ powstaje z **najprostszych dźwięków**, jakie niemowlę jest w stanie z siebie wydać. To dzieci same „nazwały” swoich ojców.

Życzenia, które umilą naszym tatom ten dzień:

Ciekawe:

„Tato, jesteś jedyną osobą, która potrafi odpowiedzieć na moje najbardziej absurdalne pytania i zawsze wie, co zrobić, gdy wszystko idzie nie tak. Dzięki, że jesteś moim osobistym Google 24/7. Sto lat!”

„W Dniu Taty życzę Ci świętego spokoju, pilota od telewizora tylko dla siebie, kanapy na wyłączność i żeby dzisiejsze domowe obiady zrobiły się same. Odpoczywaj, zasłużyłeś!”

„Dla króla najsuchszych żartów na świecie! Życzę Ci, żeby Twoje dowcipy zawsze bawiły przynajmniej Ciebie, a Twoja cierpliwość do mnie nigdy się nie kończyła. Najlepszego, Tato!”

Wzruszające:

„Tato, dziękuję Ci za to, że jesteś moim bezpiecznym punktem na mapie. Za każdą mądrą radę, wsparcie w trudnych chwilach i za to, że po prostu zawsze przy mnie jesteś. Kocham Cię!”

„Jesteś moim pierwszym superbohaterem i najważniejszym nauczycielem życia. Dziękuję, że pokazujesz mi, jak być dobrym człowiekiem i nigdy się nie poddawać. Cudownego Dnia Ojca!”

„Dziękuję za Twój czas, cierpliwość i za wszystkie wspólne wspomnienia, które budujemy. Życzę Ci zdrowia, spokoju i spełnienia każdego, nawet najmniejszego marzenia.”

Krótkie:

„Najlepszeemu Tacie na świecie! Dzięki, że zawsze mogę na Ciebie liczyć (i na Twój portfel też 😊). Sto lat, szefie!”

„Tato, jesteś absolutnym numerem jeden. Dzięki za wszystko, co dla mnie robisz na co dzień. Świętuj dzisiaj na całego!”

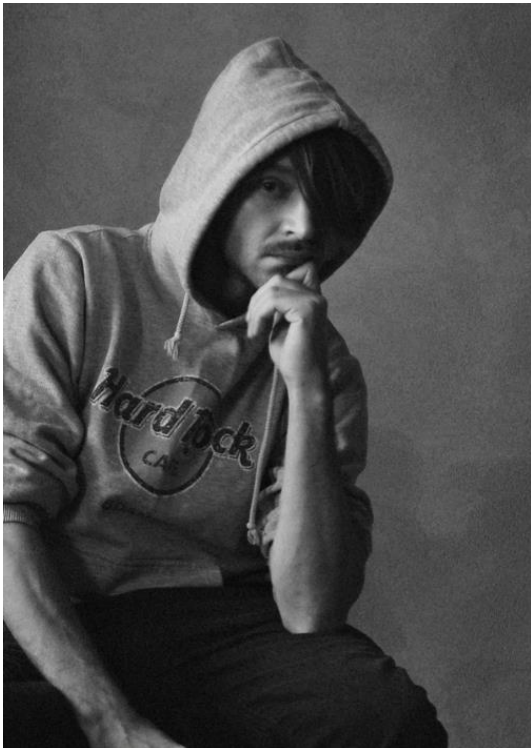
„Dla króla domowych sucharów i najlepszego kierowcy! Zdrowia, luzu i zero powodów do nerwów. Najlepszego z okazji Dnia Taty!”

Prezenty dla taty

Proste projekty DIY, np. :

- 1.własnoręcznie malowany kamień - przycisk do papieru „Mój tata jest najlepszy.”,
- 2.breloczek ze wspólnego zdjęcia,
- 3.specjalny spersonalizowany kubek dla supertaty.

Mariusz Otta, rzeźbiarz i rysownik. Jest absolwentem Wydziału Rzeźby Akademii Sztuk Pięknych w Gdańsku, dyplom (2010r.) w pracowni prof. Sławoja Ostrowskiego. Jego prace nie ograniczają się jedynie do rzeźb. Mariusz Otta idealnie odnajduje się również w ceramice, rysunku czy malarstwie. Brał udział w wystawach indywidualnych i zbiorowych w Polsce i za granicą, m.in. Niemczech, Francji, Hiszpanii czy Norwegii. Otta nie tworzy sztuki "ładnej". Stara się pokazać drugie dno ludzkiego ego, pełne tajemnic, niekonieczne radosne. Jego prace zawsze zwracają uwagę i często wywołują niepokój widza, zmuszając go do głębszej refleksji nad ludzką kondycją. Rzeźbiarskie realizacje można odnaleźć w przestrzeni miejskiej Gdańska, m.in. w Parku im. Jana Pawła II, Parku im. Ronalda Reagana czy Placu Kobzdeja. Rzeźby artysty odnaleźć można również w przestrzeni scenicznej filmu Pawła Pawlikowskiego „Zimna wojna”.
Zapraszam do przeczytania rozmowy z artystą, którą dla Was przeprowadziłam.



źródło: <https://artbidy.com/pl/artysta/mariusz-otta>

Skąd wzięła się u Ciebie ta pasja artystyczna?

Hm..., skąd wzięła się ta pasja artystyczna? Moja siostra zauważyła u mnie talent i rodzice wysłali mnie do liceum plastycznego. Wtedy jeszcze nie byłem świadomy tego, że będę miał taką pasję artystyczną, jaką jest rzeźba czy malarstwo, czy rysunek. Dowiedziałem się tego dopiero w liceum plastycznym, kiedy zaczęło mi wszystko wychodzić, a rzeźba wydawała się taką łatwą. Poznawanie jej wtedy w drewnie i w glinie wydawało się czymś fascynującym. I właśnie wtedy, w liceum plastycznym (Liceum Plastyczne w Gdyni Orłowie – Ł.P.), stwierdziłem, że tak, to jest coś, co będę chciał robić w życiu. Dlatego też idąc dalej, poszedłem na Akademię Sztuk Pięknych (ASP) w Gdańsku, żeby studiować rzeźbę, rysunek czy też ceramikę. Stąd się wzięła moja pasja. Ale także z przyjaciół, z jakiejś konkurencji międzyprzyjacielskiej - takiej pozytywnej. I właśnie wtedy już na dobre odkryłem swój talent, to, że potrafię to robić i jestem w tym dobry. To sprawia mi przyjemność po dziś dzień.

Ile lat już rzeźbisz?

Zacząłem rzeźbić w zasadzie odkąd dostałem się do liceum plastycznego. Mając 15-16 lat zacząłem rzeźbić, no to już będzie z 28 lat. I przez te 28 lat cały czas się uczę. Odkrywam coś nowego, ponieważ cały czas mam wrażenie, że jeszcze nie umiem tak perfekcyjnie wyrzeźbić tego, co bym chciał ani narysować, ani namalować. Dlatego też codziennie, nawet teraz, siedzę w pracowni i dębuję przy rzeźbie, żeby się nauczyć czegoś nowego, odkryć coś nowego, żeby dawało mi to satysfakcję w tworzeniu.

Czy zawsze się interesowałeś sztuką?

Nie, nie zawsze. Kiedyś mnie w ogóle nie interesowała sztuka. Na przykład w podstawówce nie byłem tym w ogóle zachwycony. Wtedy bardziej interesowało mnie moje hobby, czyli jubilerstwo. Praktycznie od liceum plastycznego, kiedy zacząłem poznawać świat sztuki, na dobre zacząłem się nią interesować.

Co Cię inspiruje?

Co mnie inspiruje? Inspirują mnie przede wszystkim ludzie, ich zachowania, ciało ludzkie, portret ludzki. Wszystkie rysy, które są na twarzach. Emocje, które ludzie ukrywają i które są schowane gdzieś w środku. Myślę, że czegoś nie widać. Jako rzeźbiarza bardzo mnie to fascynuje i patrząc się w twarz modela, próbuję to wydobyć. Czasami tylko instynktownie. Najbardziej inspirują mnie ludzie i ich zachowanie, to co ukryte. Inspiruję się również przyrodą. Uwielbiam pejzaże, uwielbiam liście w Sassi (Sassi to malownicza, spokojna wioska położona w prowincji Lukka w północnych Włoszech- Ł.P.). Uwielbiam te piękne widoki, które też mnie inspirują. One sprawiają, że moje prace nabierają takiej głębi, takiej rzeczywistości w jakimś takim surrealistycznym, znaczy takim trochę wymyślonym, świecie nawiązującym do naturalnego świata. Przyroda poza tym wszystko łączy, ludzie wynikają z przyrody ze świata, który z kolei ludzi otacza i ma to później wpływ na nich. I to też później próbuję przedstawić w swoich pracach. Ale głównie są to emocje, które temu wszystkiemu towarzyszą.

Co sprawia, że chcesz rzeźbić?

Wiesz, to jest jakaś taka wewnętrzna potrzeba tego, żeby rzeźbić, żeby tworzyć, żeby rysować, malować. Przyznam Ci się, że próbowałem innej pracy, np. chociażby konserwacji zabytków. W jakiś sposób to się łączyło również ze sztuką, ale to bardziej było rzemieślnicze działanie. I kiedy tak siedziałem na rusztowaniach, przy ścianach, gdzie trzeba było coś podmalować, podrzeźbić, uzupełnić jakieś kamienie, to jednak traktowałem to w jedynie jako zarabianie pieniędzy. Dlatego zawsze, kiedy siedziałem na tym rusztowaniu, to coś mi mówiło, że to nie jest to, co powinienem robić. Coś mi mówiło, że brakuje mi rysunku. Brakuje mi czegoś wewnątrz duszy, żeby coś przedstawiać samemu, a nie uzupełniać „kamyczki”. I to jest taka chyba wewnętrzna siła, jakieś wewnętrzne pragnienie, którego nie możesz powstrzymać i wtedy czujesz się bardzo nieszczęśliwy. A jeżeli ma się artystyczną duszę, a wydaje mi się, że taką mam, i jeżeli artyście nie pozwolą czegoś stworzyć, to po prostu zrobi wszystko, żeby jednak coś stworzyć. Inaczej artysta nie będzie szczęśliwy. Dlatego wstaję rano i idę do



pracowni, nie myśląc o tym, że będzie to bardzo fizyczna, ciężka praca. Wstaję, idę i na koniec dnia jestem szczęśliwy z tym zmęczeniem. Jestem zmęczony fizycznie, ale duchowo szczęśliwy, że mogłem znowu tworzyć. To mnie napędza każdego dnia, żeby wstać i znowu iść do pracowni.



Czy rzeźbienie sprawia Ci przyjemność?

Dużą, chociaż jest to bardzo ciężka praca fizyczna, ponieważ rzeźbię w różnych materiałach, np. w kamieniu. Ale sprawia mi olbrzymią radość tworzenie, wymyślanie w tym całym procesie twórczym, który towarzyszy temu wszystkiemu. Najbardziej cieszy mnie zawsze efekt końcowy, kiedy jest już po ciężkiej pracy fizycznej albo umysłowej. Umysłowej, ponieważ trzeba dużo myśleć podczas tworzenia. Czasami się sam ze sobą nie zgadzam podczas procesu twórczego, który jest bardzo przyjemny chociaż, różne emocje temu towarzyszą. Czasami jest to złość, czasami wielkie zmęczenie. Jednak na sam koniec, kiedy zastaję już gotowe dzieło, jestem z siebie zadowolony, jestem szczęśliwy. To też popycha mnie do tego, żeby dalej tworzyć i pokazywać to ludziom. Fakt, że innym ludziom, odbiorcom, podoba się to, co tworzę, też jest bardzo inspirujący. Artysta wtedy wie, że nie tworzy tylko dla siebie. Wie, że nie tworzy, żeby przedstawiać swoją duszę nie tylko dla siebie. Ale że tworzy, żeby zapisać w jakimś materiale siebie w taki jakiś sposób, aby inni ludzie też mogli to odebrać w jakiś taki pozytywny sposób i potrafili rozszyfrować dzieła, które artysta stworzył. Odbiorcy sztuki, oglądając dzieła, mają wgląd w duszę artysty i zdarza się, że się z nim utożsamiają. I kiedy artysta to widzi, kiedy ja to widzę, to jestem bardzo zadowolony. Dlatego też między innymi uwielbiam tworzyć, rzeźbić.

Czy poza artystycznie robisz też coś innego?

Czy robię coś poza artystycznie? Tak! Oprócz tego, że jestem artystą i rzeźbię, maluję, rysuję, to jeszcze jako artysta muszę być własnym managerem. Muszę też sam być własnym księgowym. Jako manager chodzę do galerii, piszę do galerii maile. Oprócz tego, że stworzę dzieło, to potem muszę to jakoś sprzedać, czyli jestem też sprzedawcą swoich prac. Szczerze, niestety nie jest to łatwe zadanie i nie lubię tego robić. Pewnie, że wolałbym mieć tutaj wsparcie

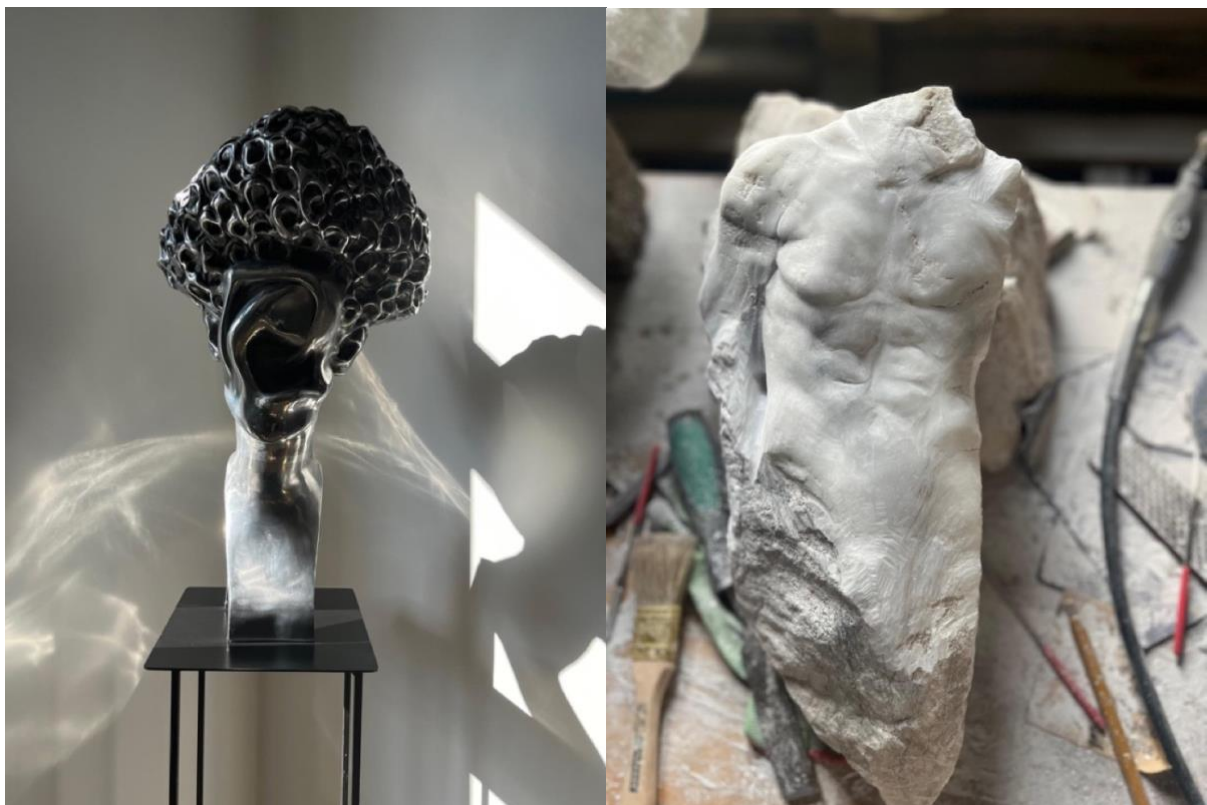
– osobistego kuratora sztuki, ale nikogo takiego nie mam, więc muszę się tym zajmować samodzielnie. Poza samą sztuką są to też obecnie social media, przysłowiowe bieganie po galeriach, jak również wystawach. Osobiście nie przepadam za organizowaniem wystaw, ale kiedy już wystawa się odbywa, to jestem bardzo zadowolony z tego, że mam kontakt z ludźmi, odbiorcami sztuki. Czyli gdybyście chcieli powiedzieć tak jednym zdaniem, czym jeszcze oprócz sztuki się zajmuję, to zajmuję się promocją własnej sztuki, własnej twórczości.



W jakich wystawach brałeś udział?

Miałem parę indywidualnych wystaw, głównie w Gdańsku. Brałem udział w wystawach zbiorowych, co znaczy, że paru artystów razem wspólnie wystawia się w jednej galerii i zaprasza na wernisaż. Poza Polską miałem także wystawy za granicą, np. w Hiszpanii.

Dziękuję za rozmowę.



Rola autorytetu w życiu młodzieży...

Czy współczesna młodzież nadal potrzebuje autorytetów?

Jeszcze kilkanaście lat temu odpowiedź na to pytanie była prosta. Dla wielu młodych ludzi autorytetami byli rodzice, nauczyciele, naukowcy czy znane postacie historyczne. Dziś świat wygląda trochę inaczej. Media społecznościowe sprawiły, że codziennie obserwujemy setki osób i mamy dostęp do ogromnej liczby opinii. Czy w takim razie autorytety nadal istnieją?

Autorytet to osoba, którą cenimy i szanujemy za jej wiedzę, doświadczenie, postawę lub osiągnięcia. Nie musi być ona idealna. Ważne, że swoim zachowaniem inspirowała innych i pokazuje wartości, które są ważne i którymi warto się kierować.

W życiu młodzieży autorytety odgrywają bardzo ważną rolę. To właśnie dzięki nim uczymy podejmowania decyzji, budowania relacji i radzenia sobie z trudnościami. Autorytet może motywować do rozwijania pasji, nauki czy pracy nad własnym charakterem. Czasami jedno zdanie wypowiedziane przez ważną dla nas osobę potrafi zmienić sposób myślenia na wiele lat.

A kto tak właściwie jest autorytetem dla nas, współczesnej młodzieży?

Odpowiedzi na to są różne. Dla jednych są to rodzice, dziadkowie lub rodzina, która wspiera nas każdego dnia. Inni podziwiają sportowców, artystów, podróżników czy naukowców. Coraz częściej młodzi ludzie wskazują również twórców internetowych. Nie każdy influencer jest jednak autorytetem. Popularność nie zawsze idzie w parze z odpowiedzialnością, dlatego warto zastanawiać się, czy dana osoba rzeczywiście przekazuje wartości godne naśladowania i uznania.

Współczesna młodzież nadal potrzebuje autorytetów, choć często szuka ich w innych miejscach niż wcześniejsze pokolenia. W świecie pełnym informacji i różnych opinii ważne jest, aby umieć wybierać takie, które inspirowały do rozwoju, uczciwości, szacunku wobec innych i dobroci. Dobry autorytet NIE MÓWI nam jak żyć. Pokazuje raczej swoim przykładem, że warto być najlepszą wersją siebie. Można więc śmiało stwierdzić, że autorytety nie zniknęły. Zmieniły się jedynie czasy i miejsca, w których ich szukamy i je znajdujemy!

Każdy z nas ma autorytety, które odgrywają w naszym życiu, nawet jeżeli nie zdajemy sobie z tego sprawy, ogromną rolę! Pamiętajcie jednak - nie zmieniajcie się dosłownie w daną osobę! Bądźcie sobą, bo właśnie tacy jesteśmy najbardziej wyjątkowi i wartościowi!

Manuela Sobolewska, klasa 7



Nieuchronnie zbliżamy się do czasu, na który wszyscy uczniowie czekają z niecierpliwością. Wakacje! To czas szaleństw, lenistwa, ale i podróżowania. A dokąd możemy pojechać? Do Jeleniej Góry!

Jelenia Góra to piękne miasto położone na Dolnym Śląsku, niedaleko granicy z Czechami. Leży u podnóża Karkonoszy, dlatego jest bardzo popularne wśród turystów. Miasto zachwyca pięknymi widokami, zabytkami oraz ciekawą historią. Można tam odpocząć, zwiedzać i spędzać czas aktywnie. Jelenia Góra jest dobrym miejscem zarówno na wakacje jak i na krótki wyjazd weekendowy.



Historia miasta sięga średniowiecza. Jelenia Góra została założona w XIII wieku i szybko zaczęła się rozwijać dzięki handlowi oraz rzemiosłu. Dawniej słynęła głównie z produkcji płótna lnianego. Według legendy nazwa miasta pochodzi od jelenia, którego podczas polowania zobaczył książę Bolesław Krzywousty. Zwierzę zrobiło na nim tak duże wrażenie, że postanowił założyć tam osadę.

Jedną z największych atrakcji miasta jest **rynek** z kolorowymi kamienicami i zabytkowym



ratuszem. Spacer po starym mieście jest bardzo przyjemny, ponieważ można podziwiać stare budynki i poczuć wyjątkowy klimat tego miejsca. Warto odwiedzić także Bazylikę świętego Erazma i Pankracego, która jest jednym z najstarszych zabytków w mieście.

Bardzo popularną częścią Jeleniej Góry są **Cieplice**. Jest to uzdrowisko znane z gorących źródeł termalnych. Znajdują się tam Termy Cieplickie, gdzie można odpoczywać w basenach z ciepłą wodą. Wiele osób przyjeżdża tam, aby się zrelaksować i poprawić swoje zdrowie.



Niedaleko miasta znajduje się **Zamek Chojnik**. Zamek stoi na wysokim wzgórzu i można z niego podziwiać piękne widoki na góry oraz okoliczne lasy. Z tym miejscem związana jest legenda o księżniczce Kunegundzie, która kazała rycerzom wykonywać trudne zadania, jeśli chcieli zdobyć jej rękę.

Miłośnicy przyrody również znajdą tam coś dla siebie. W pobliżu znajduje się **Karkonoski Park Narodowy**, gdzie można spacerować po górskich szlakach i podziwiać piękne krajobrazy. Popularnym miejscem jest także Wodospad Kamieńczyka, który jest najwyższym wodospadem w polskich Karkonoszach. Turyści bardzo chętnie odwiedzają to miejsce i robią tam pamiątkowe zdjęcia.

Jelenia Góra słynie także z **dobrej kuchni**. W restauracjach można spróbować tradycyjnych polskich potraw, takich jak pierogi, kwaśnica czy pieczone mięsa. Popularne są również dania



z pstrąga, ponieważ w okolicy znajdują się hodowle ryb. W zimie turyści często piją gorącą czekoladę lub herbatę po powrocie z górskich wycieczek.

W mieście organizowanych jest wiele **wydarzeń kulturalnych i festiwali**. Najbardziej znanym jest Wrzesień Jeleniogórski, podczas którego odbywają się koncerty, występy i różne atrakcje dla mieszkańców oraz turystów. Dzięki temu w Jeleniej Górze nigdy nie jest nudno.

Moim zdaniem, Jelenia Góra to bardzo ciekawe miejsce, które warto odwiedzić. Miasto ma piękne zabytki, ciekawą historię i wspaniałe krajobrazy. Każdy może znaleźć tam coś dla siebie zarówno osoby lubiące zwiedzanie, jak i te, które wolą odpoczywać na łonie natury. To jedno z najpiękniejszych miast na Dolnym Śląsku i świetne miejsce na wycieczkę.

Jedź do Jeleniej Góry!



Tegoroczne ferie zimowe spędziłam w Tajlandii – kraju położonym w Azji Południowo-Wschodniej. Była to niezwykła podróż, która pozwoliła mi poznać nową kulturę, spróbować egzotycznych potraw i odpocząć w ciepłym klimacie, gdy w Polsce panowała zima. Tajlandia ma klimat tropikalny, co oznacza, że nie dzieli się na cztery klasyczne pory roku, jak u nas. Zamiast tego wyróżniamy trzy główne sezony: pora sucha, gorąca i deszczowa. Dla turystów najprzyjemniejsza będzie pora sucha, ale nie gorąca, czyli właśnie ta, z którą mamy do czynienia mniej więcej wtedy, kiedy mamy polską zimą. Temperatury nie przekraczają trzydziestu stopni, wilgotność nie jest bardzo wysoka, a pogoda jest słoneczna. Jest to świetny kierunek dla tych, którzy kochają odkrywać nowe miejsca.



Jest to niezapomniane przeżycie.

Podczas pobytu próbowałam także tradycyjnych tajskich potraw, takich jak, np. pad thai. Kuchnia tajska jest bardzo różnorodna i pełna aromatycznych przypraw. Dzięki temu mogłam poznać nowe smaki i kulinarne tradycje tego kraju.

Uważam, że Tajlandia to doskonałe miejsce na wakacje. Oferuje nie tylko piękne widoki i ciepłą pogodę, ale także możliwość poznania interesującej kultury i historii. To kraj pełen atrakcji zarówno dla osób lubiących odpoczynek na plaży, jak i dla tych, którzy wolą aktywne zwiedzanie. W Tajlandii wyróżniamy przede wszystkim ludzi, którzy są wspaniali i zawsze uśmiechnięci.

Ferie zimowe spędzone w Tajlandii na długo pozostaną w mojej pamięci. Była to wyjątkowa podróż, która dostarczyła mi wielu wspaniałych wspomnień i pokazała, jak fascynujący może być świat poza granicami Polski.

Podróż do Tajlandii wymagała kilku godzin lotu oraz przesiadki na jednym z dużych lotnisk międzynarodowych. Choć podróż była długa, zdecydowanie było warto. Po przylocie od razu można było poczuć wysoką temperaturę, zobaczyć egzotyczną roślinność i uśmiechniętych mieszkańców.

Tajlandia jest bardzo popularnym kierunkiem turystycznym. Znajdują się tam piękne plaże z białym piaskiem, turkusowe morze oraz liczne wyspy zachwycające swoim wyglądem. Miałam okazję zwiedzić ciekawe miejsca, takie jak, np. Bangkok czy Hua Hin, podziwiać świątynie buddyjskie oraz poznać lokalne zwyczaje. Szczególne wrażenie zrobiła na mnie przyroda i zwierzęta. Miałam okazję umyć słonie w rwącej rzece tuż nad Birmą.





Podróżowanie

Jest wiele sposobów na spędzenie wakacji. Każdy z nas ma swoje wymarzone miejsca, które chciałby odwiedzić. Jedni wybierają wypoczynek nad morzem, inni zwiedzają miasta pełne zabytków, a jeszcze inni decydują się na aktywny wypoczynek na łonie natury.

Wiele osób decyduje się na wyjazdy edukacyjno-krajoznawcze i pragnie jak najwięcej „wycisnąć” z wyjazdu, jednak na takim wyjeździe nie jest łatwo odpocząć, bo cały czas się za czymś goni.

Kiedy podróżujemy za granicę warto wziąć przykład z tubylców i zobaczyć, jak oni żyją. Poza zwiedzaniem najbardziej popularnych punktów, które mamy zaznaczone w przewodnikach, warto też czasem zboczyć z wyznaczonej trasy i przyjrzeć się prawdziwemu życiu mieszkańców. Dobrze jest zjeść pyszny posiłek w lokalnej knajpce czy usiąść w kawiarni, gdzie nie ma turystów.

Jest jeszcze kilka sposobów na podróżowanie, np. wypoczynek bierny. Plaże, spa, baseny czy po prostu słońce dają nam bardzo dużo pozytywnej energii i właśnie w takich miejscach niektórzy z nas potrafią naprawdę odpocząć. Idealnym miejscem na to są ciepłe kraje i egzotyczne wyspy, na których mamy gwarancję pięknej, słonecznej pogody przez wiele miesięcy w roku.

Jednym z wielu sposobów spędzania wakacji jest podróżowanie w góry i uczestniczenie w pieszych wędrówkach. Taka forma wypoczynku cieszy się coraz większą popularnością wśród osób w różnym wieku. Góry przyciągają turystów swoim niezwykłym pięknem oraz możliwością aktywnego spędzania czasu.

Podczas wędrówek można podziwiać malownicze krajobrazy, górskie jeziora czy piękne doliny. Niektórzy turyści zdobywają także górskie szczyty, co daje im dużo niezapomnianych wrażeń i satysfakcji. Wędrówki poprawiają kondycję fizyczną oraz pomagają się zrelaksować.

Kolejnym przykładem na spędzenie wakacji jest agroturystyka. Może to być za granicą, ale również w Polsce. Polega na wypoczynku w gospodarstwach rolnych, gdzie turyści mogą odpocząć od miejskiego hałasu. Agroturystyka daje również możliwość spacerów, jazdy na rowerze i korzystania ze świeżego powietrza oraz delektowania się naturalnym, prostym jedzeniem. Jest to doskonała forma wypoczynku dla rodzin z dziećmi oraz osób szukających spokoju i relaksu.

Podróżowanie ma wiele zalet. Dzięki niemu możemy poznawać nowe miejsca, kultury i tradycje. Wyjazdy pozwalają odpocząć od codziennych obowiązków oraz spędzić czas z rodziną i przyjaciółmi. Podczas podróży zdobywamy nowe doświadczenia i tworzymy wspomnienia.

Podróżujmy!



"W podróży po świecie" - ciekawostki



DUBAJ MA NAJWYŻSZE BUDOWLE NA ŚWIECIE

Burj Khalifa ma 828 metrów. Tym samym jest oficjalnie najwyższym budynkiem na świecie. W tej chwili oczywiście, bo są plany stawiania wieżowców wyższych niż 1000 metrów. Budowa Burj Khalifa zaczęła się w 2004 roku i trwała 6 lat.



DO KOREI PÓŁNOCNEJ LEPIEJ NIE JECHAĆ NA WAKACJE

Korea Północna jest bardzo szczególnym krajem w Azji. Jego oficjalna nazwa brzmi Koreańska Republika Ludowa Demokratyczna. Kraj powstał w 1948 roku, kiedy Korea została podzielona na dwie części. W Korei Północnej nie lubią ciekawskich gości. Przyjeżdża tam zaledwie 100 tysięcy turystów w roku, głównie z Chin, z Zachodu wpuszcza się jedynie 5 tysięcy osób. Turystom nie wolno tak po prostu wszystkiego fotografować, najczęściej mogą tylko spacerować z przewodnikiem. Przywódcy, którzy w Korei Północnej są u władzy, decydują o wszystkim. Mieszkańcy tego kraju mogą oglądać, na przykład wyłącznie telewizję nadawaną przez rządzących. Nie wolno im korzystać z Internetu. Istnieje za to Internet z informacjami podawanymi przez władzę.



W 75 KRAJACH JEŹDZI SIĘ PO LEWEJ STRONIE ZAMIAST PO PRAWĘJ

Dla nas jazda prawą stroną jest czymś całkiem normalnym, jednak aż w 75 krajach na świecie jeździ się lewą stroną. Być może już wiesz, że po lewej jeździ się w Wielkiej Brytanii i Irlandii. Ale także w Japonii, Tajlandii, Republice Południowej Afryki, Nowej Zelandii, Australii i wielu innych krajach.



NAJWIĘKSZA PIRAMIDA ZNAJDUJE SIĘ W MEKSYKU

Mnóstwo ludzi myśli, że piramida Cheopsa w Egipcie jest największą na świecie, ale to nieprawda. Zaszczyt przypada Wielkiej Piramidzie w Choluli w Meksyku. Wielka Piramida w Choluli była poświęcona azteckiemu bogu Quetzalcoatlowi (Pierzasty Wąż). Obecnie wygląda jak wzgórze z kościołem na szczycie. Kościół został zbudowany w okresie kolonialnym przez Hiszpanów.



W SZWECJI MOŻNA BYŁO DOSTAĆ MANDAT ZA TAŃCZENIE

W Szwecji do 2016 roku trzeba było uważać, kiedy się tańczyło w kawiarni albo restauracji, było to zabronione. Można było tańczyć w miejscu, które posiadało specjalne zezwolenie.

Jeżeli właściciel takiego zezwolenia nie miał, a mimo to w tym miejscu tańczono, mógł dostać spory mandat.



W CHINACH JE SIĘ PAŁECZKAMI I MOŻNA BEKAĆ PRZY STOLE

Rodzice prawdopodobnie nauczyli cię eleganckiego jedzenia nożem i widelcem. Super, kiedy zasiadasz do stołu w naszym kręgu kulturowym, ale w Chinach ci się to nie przyda. Tam noży, widelców i łyżek używa się tylko w kuchni. Przy stole je się pałeczkami, jedynie zupę je się porcelanową łyżką. Nie wskazuj pałeczkami na kogoś innego przy stole. To bardzo niegrzeczne. Nie wbijaj pałeczek pionowo w miskę ryżu. Chińczykom kojarzy się to ze śmiercią. W odczuciu Chińczyków niestosowne jest nakłuwanie pałeczkami jedzenia albo ich oblizywanie. Nigdy nie podawaj drugiej osobie kawałka jedzenia swoimi pałeczkami. Poza tym wszystkim przy chińskim stole dużo wolno. Można więc do woli bekać, siorbać i mlaskać. Chińskich kucharzy to wręcz cieszy - oznacza, że smakuje ci ich jedzenie.



JAPOŃCZYCY NIE LUBIĄ PODAWAĆ RĘKI

Japończycy z zasady nie lubią cielesnego kontaktu z innymi ludźmi. Zamiast tego się kłaniają. W ten sposób okazują, że darzą Cię szacunkiem. Wyobraź sobie, że uczysz się w japońskiej szkole. Jako uczeń zawsze kłaniasz się pierwszy. Poza tym musisz też kłaniać się nisko. Osoba najbardziej szanowana także wykonuje skłon, ale nie tak głęboki.

Redakcja



Wpływ promieniowania słonecznego. Jak chronić skórę?



Przed nami początek lata, wiele podróży.
Jak przygotować skórę na mocne promieniowanie UV?
Jak i dlaczego chronić skórę przed słońcem?
Jakie filtry UV stosować?

Słońce oczywiście jest nam potrzebne do życia. Dzięki niemu w naszym organizmie wytwarzana jest cenna witamina D3, która chroni nas przed krzywicą i osteoporozą, do tego działa antydepresyjnie i wspomaga odporność. Niestety, pomimo tego, że słońce ma wiele zalet, potrafi również działać mocno destrukcyjnie, ponieważ wytwarza promieniowanie ultrafioletowe.

Promieniowanie UV dzieli się na trzy główne rodzaje: UVA, UVB i UVC.
UVA powoduje wytwarzanie w skórze wolnych rodników, które powodują między innymi destrukcję włókien kolagenowych i elastyny.
UVB jest mutogenne, wywołuje rumień i w głównym stopniu jest odpowiedzialne za poparzenia słoneczne, zagraża też nie tylko urodzie, ale i zdrowiu, gdyż może powodować raka skóry.
UVC, chociaż najgroźniejsze, na szczęście do Ziemi praktycznie nie dociera (chroni nas przed nim warstwa ozonowa).

Czemu opalanie się jest szkodliwe?

Opalenizna to obrona organizmu przed promieniowaniem UV. Kiedy wystawiamy się na słońce, melanocyty (komórki znajdujące się w skórze) zaczynają produkować znacznie więcej melaniny – naturalnego barwnika odpowiedzialnego za zatrzymywanie promieniowania słonecznego. Opalenizna jest więc naturalnym procesem ochronnym skóry przed wnikaniem w nią promieniowania. Oczywiście, jeśli opalamy się zbyt często i długo, naturalna ochrona przestaje być wystarczająca. W taki sposób ciało pokrywa się ładnie wyglądającym brązem, ale jednocześnie zaczynają zachodzić w nim procesy niszczące skórę, bo wytwarzane pod wpływem UVA wolne rodniki burzą strukturę tkanki. Skóra staje się cieńsza, mniej jędrna oraz wysuszona. Pojawiają się na niej z czasem zmarszczki.

Negatywny wpływ promieniowania objawia się przez:

- odwodnioną skórę,
- przebarwienia,
- stany zapalne skóry,
- osłabienie funkcji skórniego układu odpornościowego.

Jednak największym zagrożeniem dla skóry, powodowanym promieniowaniem słonecznym, są nowotwory skóry. Promieniowanie UV jest główną przyczyną raka skóry, w tym raków podstawnokomórkowych i czerniaka złośliwego. Nadmierna ekspozycja na słońce prowadzi do uszkodzenia DNA w komórkach skóry, co może skutkować mutacjami i niekontrolowanym wzrostem komórek.

Jak się chronić przed promieniowaniem?

Jedyną skuteczną ochroną przed szkodliwym promieniowaniem UV są kosmetyki z filtrami, czyli kremy przeciwsłoneczne z filtrem SPF chroniącym skórę przed działaniem słońca. Dobre kremy to takie, które mają filtry przeciwsłoneczne nie niższe niż SPF 30, optymalnym wyborem jest SPF 50, który całkowicie chroni przed promieniowaniem.

Należy pamiętać, że nie wszystkie kosmetyki ochronne są wodoodporne. Uważajmy więc, gdy spędzamy czas nad wodą. Poza tym nawet te, które mają taką właściwość, po dłuższym czasie przebywania na plaży wycierają się, gdy leżymy na piasku czy wycieramy się ręcznikiem. Wtedy ich ochrona słabnie. Należy tego pilnować i regularnie powtarzać czynność nakładania kremu z filtrem, aby był on skuteczny.

Warto zaznaczyć też, że wiele osób korzysta z kremów ochronnych głównie latem, na plaży, podczas wakacji. Jest to nieprawidłowe, ponieważ nasza skóra na promieniowanie UV jest narażona przez cały rok. Dlatego warto zabezpieczać skórę niezależnie od pory roku i miejsca, w którym się przebywa.

Należy pamiętać również o nakryciu głowy – kapelusz z szerokim rondem to dodatkowa ochrona, z której nie warto rezygnować. Osłania od słońca całą twarz oraz ramiona i kark zapobiegając poparzeniom słonecznym. Kolejną korzyścią jest oczywiście ochrona włosów, które pod wpływem promieni słonecznych stają się przesuszone. Noś więc kapelusz nawet wtedy, gdy stosujesz krem z filtrem!

W jakich godzinach najlepiej się opalać?

Najlepsze momenty na opalanie przypadają na wczesny poranek, między 8:00 a 10:00 oraz późne popołudnie, od 16:00 do 18:00. W tych godzinach promieniowanie UV jest znacznie mniejsze, co przekłada się na niższe ryzyko poparzeń słonecznych oraz uszkodzeń skóry. Zaleca się unikanie opalania w czasie od 10:00 do 16:00, gdy słońce świeci najintensywniej i może powodować poważne oparzenia.

Warto również pamiętać o dostosowaniu czasu spędzanego na słońcu do indywidualnych potrzeb naszej skóry. Osoby z jasną karnacją powinny szczególnie zadbać o bezpieczeństwo i ograniczyć czas opalania jeszcze bardziej, wybierając krótsze sesje w bezpieczniejszych porach dnia.

Jak reagować podczas oparzeń słonecznych?

Jednym z najczęstszych skutków nadmiernego przebywania na słońcu są oparzenia słoneczne. W ich przypadku należy jak najszybciej zejść ze słońca i schronić się w cieniu lub w chłodnym pomieszczeniu. Skórę warto delikatnie schładzać chłodnymi okładami lub letnim przysnkiem. Należy również pić dużo wody, aby zapobiegać odwodnieniu organizmu. Na podrażnioną skórę można stosować preparaty łagodzące, np. z aloesem lub pantenolem. Nie wolno przebijać pęcherzy, ponieważ zwiększa to ryzyko zakażenia. Jeśli oparzenie jest bardzo rozległe, pojawia się wysoka gorączka, silny ból lub zawroty głowy, należy skontaktować się z lekarzem.



Julia Tarczyńska, klasa 7



Poznajmy bliżej naszych nauczycieli i pracowników szkoły...

W ogniu pytań!

W cyklu „W ogniu pytań” postanowiliśmy lepiej poznać pracowników naszej szkoły. Dziś przepytaliśmy nauczycielkę – Paulinę Duraj.

Oto, co nam o sobie powiedziała nauczycielka edukacji wczesnoszkolnej i logopeda - Pani Paulina Duraj.

Co zabrałaby Pani na bezludną wyspę?... Dobrą książkę, kawę i klasę, która sama odrabia prace domowe.

Została Pani nauczycielem, ponieważ ... *lubię ludzi, wyzwania i tłumaczenie po raz piąty tego samego zagadnienia.*

Gdyby Pani miała magiczne moce to... *sprawiałabym, że sprawdziany same się sprawdzają.*

Gdyby Pani nie była nauczycielem, to prawdopodobnie zostałaby ... *podróżniczką testującą najlepsze desery świata.*

Wakacje to czas... *kiedy budzik przechodzi na emeryturę.*

Wymarzone miejsce na urlop... *zdecydowanie Grecja.*

W wolnych chwilach... *udowadniam, że nauczyciele też potrafią odpoczywać.*

Lubię... *poczucie humoru, dobrą kawę i uczniów, którzy mówią „dzień dobry”.*

Nie lubię... *poniedziałków przed pierwszą kawą.*

Największą radość sprawiają mi... *sukcesy uczniów i niespodziewane wolne lekcje.*

Nie wyobrażam sobie życia bez... *rodziny, przyjaciół i odrobiny śmiechu każdego dnia.*

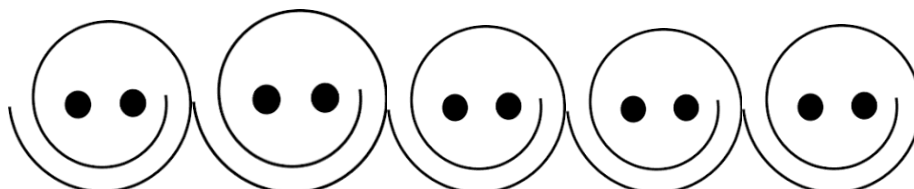
Marzę o... *teleporcie na wakacje i powrocie przed poniedziałkiem.*

Boje się... *że kiedyś pomyłkę kawę z herbatą.*

Ulubiony kolor ... *różowy.*

Ulubiony zespół muzyczny/muzyk... *Quebonafide.*

Zwierzęta bliskie sercu.... *psy – zawsze cieszą się na mój widok, nawet bez oceny celującej.* 😊



Świat wokół nas jest fascynujący- egzotyczne zwierzęta.

Świat zwierząt kryje wiele niezwykłych tajemnic. Oprócz dobrze znanych gatunków, takich jak psy, koty czy konie, istnieją również zwierzęta tak niezwykle, że trudno uwierzyć w ich istnienie.

Niektóre z nich potrafią regenerować utracone części ciała, inne wyglądają jak postacie z bajek lub istoty z innej planety.

Egzotyczne zwierzęta zachwycają swoim wyglądem, zachowaniem i wyjątkowymi zdolnościami. W tym artykule przedstawię kilka najbardziej fascynujących gatunków, które pokazują, jak różnorodna i zaskakująca jest przyroda naszej planety.

AKSOLOTL - to niezwykle płaz pochodzący z Meksyku.

W przeciwieństwie do większości salamander przez całe życie pozostaje w wodzie i zachowuje cechy młodego osobnika, takie jak charakterystyczne zewnętrzne skrzelki przypominające piórka. Najbardziej zadziwiającą umiejętnością aksolotla jest regeneracja. Jeśli utraci kończynę, ogon, a nawet część serca lub mózgu, potrafi je odtworzyć. Naukowcy badają go od lat, ponieważ jego zdolności mogą pomóc w rozwoju medycyny regeneracyjnej. Niestety, w naturze aksolotle są zagrożone wyginięciem.



TRZEVIKODZIÓB -

to jeden z najbardziej niezwykłych ptaków na świecie. Występuje na terenach podmokłych Afryki Wschodniej i Środkowej, między innymi w Ugandzie, Sudanie Południowym, i Zambii. Swoją nazwę zawdzięcza ogromnemu dziobowi, który przypomina drewniany trzewik, czyli dawny rodzaj buta.



RÓŻOWY PANCERNIK -

jest jednym z najrzadszych i najbardziej niezwykłych ssaków na świecie. Występuje wyłącznie w centralnej części Argentyny, gdzie zamieszkuje piaszczyste tereny, pustynne równiny i suche zarośla.

Jest najmniejszym gatunkiem pancernika – osiąga zaledwie około 10–13 cm długości i waży około 120 gramów.



SMOK LIŚCIASTY - żyje u wybrzeży Australii.

Jest blisko spokrewniony z konikami morskimi. Jego ciało pokrywają liczne wyrostki przypominające liście wodorostów. Dzięki temu niemal całkowicie wtapia się w otoczenie i unika drapieżników.

Co ciekawe, te „liście” nie służą do pływania – zwierzę porusza się za pomocą małych, prawie niewidocznych płetw. Smok liściasty jest uznawany za jedno z najpiękniejszych zwierząt morskich na świecie.



OŚMIORNICA DUMBO –

zawdzięcza swoją nazwę płetwom przypominającym uszy słonia Dumbo z bajki Disneya. Żyje na głębokości nawet kilku tysięcy metrów, gdzie panują ciemność i ogromne ciśnienie. Porusza się spokojnie, machając swoimi „uszami” i żywi się drobnymi organizmami dennymi.

Ze względu na trudne warunki życia ludzie bardzo rzadko mogą obserwować ją w naturalnym środowisku.

Maja Martyniuk, klasa 7

Klasyki, które nigdy się nie starzeją, czyli idealna playlista na letnie dni i podróże. ☺

1. „Wehikuł czasu” - Dżem
2. „Cykady na Cykladach” - Maanam
3. „Tańcz głupia, tańcz” - Lady Pank
4. „Chcemy być sobą” - Perfect
5. „Tyle słońca w całym mieście” - Anna Jantar
6. „Z twarzą Marilyn Monroe” - Myslovitz



Pola Ziemann, klasa 8

POEZJA NA CO DZIEŃ

Przyjście lata

JAN BRZECHWA

I cóż powiecie na to,
Że już się zbliża lato?

Kret skrzywił się ponuro:
- Przyjedzie pewnie furą.

Jeź się najeżył srodze:
- Raczej na hulajnodze.

Wąż syknął: - Ja nie wierzę.
Przyjedzie na rowerze.

Kos gwizdnął: - Wiem coś o tym.
Przyleci samolotem.

- Skąd znowu - rzekła sroka -
Nie spuszczam z niego oka.

I w zeszłym roku, w maju,
Widziałam je w tramwaju.

- Nieprawda! Lato zwykle
Przyjeżdża motocyklem!

- A ja wam to dowiodę,
Że właśnie samochodem.

- Nieprawda, bo w karecie!

- W karecie? Cóż pan plecie?

- Oświadczyć mogę krótko,
Przyplynie własną łódką.

A lato przyszło pieszo -
Już łąki nim się cieszą

I stoją całe w kwiatach

źródło: https://poezja.org/wz/Jan_Brzechwa/3428/Przyjście_lata



Kącik kulinarny

Lato sprzyja lekkiemu jedzeniu i orzeźwiającym deserom. Przygotowaliśmy dwa przepisy na letnie dni.

Makaron z truskawkami i słodką śmietanką to klasyka polskiej kuchni!

SKŁADNIKI:

- 150g makaronu wstążki
- 500g truskawek
- ok. 3-4 łyżki cukru
- 200g gęstej śmietany 12% lub 18%

PRZYGOTOWANIE:

1. Makaron ugotować w posolonej wodzie i odcedzić.
2. Wymyć truskawki i oderwać szypułki oraz pokroić na mniejsze kawałki.
3. Odłożyć około 1/3 pokrojonych truskawek, a resztę zmiksować z cukrem (blenderem lub rozgnieść widelcem). Na koniec wymieszać ze śmietaną. Dodać więcej cukru w razie potrzeby.
4. Gorący makaron wyłożyć do talerzy, poleć otrzymanym sosem i posypać resztą pokrojonych truskawek

SMACZNEGO!



kwestia smaku

Paulina Studniak, klasa 7

Letni deser

Ten orzeźwiający deser łączy ze sobą słodczy kremu z mascarpone i białej czekolady z kwaskowatym musem z kiwi. Jest to szybki przepis idealny na upalne letnie dni.

Krem z białej czekolady i mascarpone

SKŁADNIKI:

- 200 g serka mascarpone (schłodzonego),
- 100 g białej czekolady,
- 100 ml śmietanki 30% lub 36% (schłodzonej).

Mus z kiwi i warstwy:

- 4-5 sztuk dojrzałego kiwi,
- 1 łyżeczka soku z limonki lub cytryny,
- 50 g ulubionych herbatników lub biszkoptów (opcjonalnie, na chrupiący spód), odrobina startej białej czekolady do dekoracji.

PRZYGOTOWANIE:

Krem: Białą czekoladę połam na kostki i rozpuść w kąpielu wodnej. Odstaw do przestudzenia, ale pilnuj, by pozostała płynna. W misce ubij schłodzoną śmietankę na sztywno. W drugiej misce krótko zmiksuj serek mascarpone. Dodaj do niego rozpuszczoną białą czekoladę i delikatnie wymieszaj szpatułką. Na koniec dodaj ubitą śmietaną i wymieszaj całość na gładki, puszysty krem.

Mus owocowy: Obierz kiwi ze skórki. Jedno kiwi odłóż do dekoracji (pokrój w plasterki), a resztę zblenduj na gładki mus z dodatkiem soku z limonki.

Składanie deseru: Na dnie pucharków lub szklanek możesz ułożyć pokruszone herbatniki. Następnie wlej warstwę musu z kiwi, a na nią wyłóż puszysty krem z białej czekolady.

Dekoracja: Wierzch deseru udekoruj plasterkami kiwi oraz startą białą czekoladą. Przed podaniem warto schłodzić deser w lodówce przez około 30 minut.

SMACZNEGO!



Pola Ziemann, klasa 8



BEZPIECZNE WAKACJE!

BEZPIECZNIE NAD WODĄ

Pływaj tylko w miejscach strzeżonych, czyli tam, gdzie jest ratownik WOPR. Nie skacz rozgrzany do wody oraz w miejscach nieznanach. Może się to skończyć śmiercią lub kalectwem. Absolutnie zabronione są w takich miejscach skoki "na główkę".

BEZPIECZNIE NA SŁOŃCU

Noś nakrycia głowy i okulary słoneczne, stosuj kremy z filtrami. Chroń się w cieniu w godzinach południowych.



BEZPIECZNIE NA ROWERZE I HULAJNODZE

Używaj sprawnego i w pełni wyposażonego roweru/hulajnogi. W czasie jazdy używaj kasku. Dokładnie rozejrzyj się, zanim ruszysz. W miarę możliwości korzystaj z dróg dla rowerów. Przestrzegaj przepisów drogowych. Sygnalizuj odpowiednio wcześniej wszystkie skręty. Nigdy nie ścinaj zakrętów. W czasie jazdy zawsze uważaj!

BEZPIECZNIE W DOMU I NA PODWÓRKU

Mieszkanie jest wspaniałym miejscem do organizowania ciekawych, bezpiecznych zabaw. Pamiętaj jednak, że są rzeczy, których musisz się bezwzględnie wystrzeżać. Są to:

1. gaz - możesz się nim zatruć lub spowodować wybuch,
2. prąd elektryczny - może Cię porazić,
3. ogień - możesz spowodować pożar,
4. woda - możesz zalać mieszkanie,
5. ostre przedmioty - grożą zranieniem,
6. lekarstwa - możesz się nimi zatruć.



WAŻNE TELEFONY

- 112** - telefon alarmowy służb ratowniczych
- 997** - telefon alarmowy Policji
- 998** - telefon alarmowy Straży Pożarnej
- 999** - telefon alarmowy Pogotowia Ratunkowego
- 601 100 100** - telefon alarmowy WOPR



UŚMIECHNIJ SIĘ

- Jasiu, czemu nie ukłoniłeś się swojej nauczycielce?
- No wiesz mamo, w wakacje?!

- Co to są wakacje?
- Oficjalne węgry.
- Co to są węgry?
- Nieoficjalne wakacje.

Syn wraca ze szkoły.

- Jak było? - pyta mama.
- Na 5!
- Naprawdę?
- Tak! Dwójka z polskiego, dwójka z matmy i jedynka z historii.



Piszą dla Was:

Julia Abramowska – Gołąb, klasa 6; Maria Gościniak, klasa 7; Manuela Sobolewska, klasa 7; Lena Adamiak, klasa 7; Paulina Studniak, klasa 7; Julia Tarczuńska, klasa 7; Maja Martyniuk, klasa 7; Pola Ziemann, klasa 8, Łucja Prugar, klasa 4.

Opiekun: Patrycja Ponieważ

