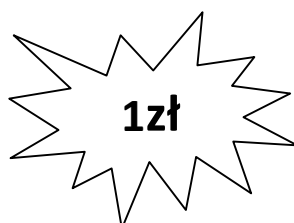


Byle do dzwonka



GAZETKA SZKOLNA

ZESPOŁU SZKÓŁ W SIDZINIE nr 1. 2016/17



Dzień dobry od redakcji!!!

Życzymy miłej lektury naszej gazetki :)

Spis treści

1. Z życia szkoły.....	3
2. Witaminki witaminki	8
3. Zdrowo jem więcej wiem.....	10
4. Nie wiesz tego???? A może powinienes?15	
5. Imiennik.....	18
6. Dla chcącego coś pysznego.....	20
7. Zadbaj o siebie - włosy	21
8. Gazetkowy You tube	23
9. Spróbuj swoich sił.....	24
10. Śmieć się z nami.....	25

Zachęcamy do zapoznania się z naszą gazetką szkolną. Serdecznie zapraszamy do współpracy wszystkich chętnych uczniów z naszej szkoły, którzy chcą się pochwalić swoim talentem pisarskim. Nie piszcie do szuflady, pochwalcie się swoimi zainteresowaniami i talentami. Przyjdźcie. Czekamy na Was co piątek sali 103 na lekcji 7.

REDAKJA: Mateusz Staszczak, Patrycja Jaromin, Justyna Stramek, Ewa Staszczak, Szymon Trzop inni członkowie SU.

Opiekun: mgr Sabina Mirek

Z ŻYCIA SZKOŁY



1 września 2016 roku uczniowie naszej szkoły rozpoczęli kolejny rok szkolny. Spotkanie ze szkołą poprzedziła uroczysta msza w. w naszym kościele parafialnym. Następnie uczniowie wraz z opiekunami i nauczycielami udali się do szkoły, gdzie o godzinie 9:00 na placu przed budynkiem szkoły rozpoczęli pierwszy w tym roku szkolnym Apel.

Pan Dyrektor powitał serdecznie wszystkich zebranych, przedstawił nowo nauczycieli, pani Jadwig Palowska oraz życzył wszystkim wielu sukcesów i satysfakcji ze zdobywania nowej wiedzy i umiejętności.

Następnie uczniowie wraz z wychowawcami udali się do klas rozpoczynając tym samym kolejny rok zmagania :-)

Zakończyła się II edycja Ogólnopolskiego konkursu badawczego "POSTAW NA SÓJCIE". W kategorii szkół gimnazjalnych wzięły udział 64 drużyny z całego kraju. Zespół "Solary" z Sidziny w składzie: Magdalena Lipka, Patrycja Mrózek, Michał Pitek, Grzegorz Kobiela, Daniel Kostka, Karolina Lipka, Martyna Niemiec, Kinga Kolaniak i Szymon Kasza ostatecznie uklasowały się na **8 miejscu**. To dobry wynik, gratulujemy uczestnikom zaangażowania i życzymy dalszych sukcesów.



XXVII Rajd Turystyczny Szlakiem ks. Karola Wojtyły



Dnia 9 września uczniowie i uczennice pierwszych klas gimnazjalnych wzięły udział w XXVII Rajdzie Turystycznym Szlakiem ks. Karola Wojtyły. Organizatorem rajdu było Babiogórskie Centrum Kultury w Zawoi. Rozpoczęcie rajdu poprzedzone było Mszą w. w skawickim kościele. Sam rajd odbył się w 38 rocznicę ostatniej w drówki w polskie góry kardynała Karola Wojtyły tu przed wyborem na Stolicę Piotrową. Trasa rajdu prowadziła od Skawicy na Suchą Górę. Z Suchoj Góry na Hal

Krupow , Polic i Krowiarki. Opiekunami wycieczki byli wychowawcy klas 1 gimnazjum, pani Aleksandra Firek i pan Tomasz Czarnota. Przewodnikiem naszej w drówki była pani Beata Konwerska - której w imieniu wszystkich uczestników bardzo dziękujemy!

W poniedziałek 19 września 2016 r. odbyły się w naszej szkole wybory do Samorządu Uczniowskiego. Uczestniczyło w wyborach 326 uczniów i tylko 3 głosy okazały się nieważne. Miłośnikom poinformować, że Przewodniczącym Szkoły w roku szkolnym 2016/2017 zostają **Jola Kolaniak** z klasy 3bG, a jej zastępcą **Iza Kolaniak** z klasy 1bG.



A wi c siostry gór !!! 😊 Serdecznie gratulujemy i życzymy samych sukcesów!!!



W tym roku po raz kolejny odbył się uwielbiany przez uczniów i rodziców konkurs na najpiękniejszą kukięk z owoców i warzyw. W eliminacjach wzięło udział ponad 50 uczniów z klas I-III. Prace smacznych artystów cieszyły się tak ogromnym zainteresowaniem, że jury uznało, iż wszystkie kukięki otrzymają pierwsze miejsce. Dzieła uczniów można podziwiać na wystawie na szkolnym korytarzu. Wszystkim uczestnikom gratulujemy i zapraszamy do udziału w kolejnych konkursach!
Ewa Niżnik i Barbara Wierzbka

Młodzi owo Złot Turystyczny PTTK

W dniach 23 i 24 września dziesięcioosobowa grupa uczniów brała udział w **63 Młodzieżowym Złocie Turystycznym PTTK im. Elfydy i Czesława Trybowskich**. Pierwszego dnia pojechaliśmy pociągiem do Nowego Targu i z Kowca wędrowaliśmy na Turbacz. Po drodze zwiedziliśmy Kaplicę Matki Boskiej Królowej Górców zwanej też Papięsk. Spotkaliśmy tam księdza Kazimierza Dadeję, który jest kapelanem tej kaplicy. Po odpoczynku w schronisku udaliśmy się na Polanę Turbacz gdzie znajduje się Szajłasowy Ojtarz. W drodze powrotnej podziwialiśmy piękny zachód słońca. Przed snem zapaliliśmy ognisko.



Nast pnego dnia poszli my na szczyt Turbacza a nast pnie w drowali my do Rdzawki przez Stare Wierchy i Maciejow . Przy szkole w Rdzawce odbyła si uroczysto zako czenia Zlotu. Organizatorzy przygotowali ró ne konkursy np. pakowanie plecaka, rozbijanie namiotu, rzut butem turystycznym na odległõ czy konkurs piosenki turystycznej. Zm czeni ale zadowoleni wrócili my autobusem do Sidziny. opiekunk grupy była pani Beata Konwerska. Dzielnie pomagają jej Patrycja, ubiegłõroczna absolwentka naszego Gimnazjum.

Podwójne zwyci stwo w powiecie!



10.10.2016 Tym razem uczniowie naszej szkoły rywalizowali w sztafetowych biegach przełajowych. Po raz pierwszy mieli my przyjemno zobaczy i wystartowa na wie o wybudowanym stadionie lekkoatletycznym w Suchej Beskidzkiej.

Wyniki:

- 1 miejsce - SP dziewczyny
- 1 miejsce - SP chłopaki
- 3 miejsce - GIM dziewczyny

Gratulujemy wspaniałych wyników! Tak trzymaj !



Wizyta klas IV a i IV b w sidzi skim skansenie.



18 wrze nia 2016 r. klasy IV a i IV b wraz z wychowawczyniami udały si na wycieczk edukacyjn do naszego skansenu. Uczniowie poznawali histori osadnictwa i architektury regionalnej wsi Sidzina oraz wysłuchali wykładu pana Tadeusza Uczniaka na temat najnowszej historii Sidziny. Grzali my si te przy kominku i zajadali kiejbaski.

Chcemy wyrazi serdeczne podzi kowania za mię i profesjonalne przyj cie Pani Dyrektor GOKPTiS Jadwidze Czarny, Paniom z Koła Gospody Wiejskich za smakowity, gor cy pocztunek oraz Panu Tadeuszowi Uczniakowi za ciekawe opowie ci historyczne - wdzi czni uczniowie i wychowawczynie.

Akcja „Dzieci Dzieciom”

W tym roku w ramach akcji „Dzieci Dzieciom” wspieramy Krakowskie Hospicjum dla Dzieci im. ks. J. Tischera.

Działalność Hospicjum nie byłaby możliwa bez pomocy ludzi dobrej woli, dla których los nieuleczalnie chorych dzieci i ich rodzin nie jest obojętny.

Zbieramy rzeczy, które są najbardziej potrzebne Podopiecznym Hospicjum:

- podkładki higieniczne,
- pampersy SENI 1 (S) i 2 (M),
- zwykłe pampersy,
- chusteczki nawilżane,
- emolienty (np. Emolium)
- bawełniana pościel 160x200

Zwracamy się z gorącą prośbą do całej społeczność szkolnej o wsparcie akcji pomocy dzieciom nieuleczalnie chorym.

Klasy które zechcą uczestniczyć w akcji otrzymają dodatkowe punkty w konkursie na „Super klasę”.

Zbieramy od 10.10.2016 do 30.11.2016

WZOROWA ŁAZIENKA



Zapraszamy wszystkich uczniów oraz rodziców do systematycznego głosowania. Oddaj 1 głos codziennie co zwiększy nasze szanse na wygraną.

W dniu 26.09.2016r nasza szkoła została zgłoszona do udziału w programie **„Wzorowa łazienka”**. Jest to już III edycja tego programu. Celem jest promocja edukacji w zakresie higieny oraz promocja estetycznej aranżacji szkolnych łazienek. **Szkoły rywalizują o nagrody pieniężne w wysokości 30 000 na remont łazienek oraz ich aranżację.** Każda

uczniowie oraz rodzice mogą oddać jeden głos dziennie, a do zakończenia akcji czyli do 30 listopada. [Liczy się każdy oddany głos na naszą szkołę](#).

Jak głosować? Należy w wyszukiwarce wpisać "Wzorowa uczelnia", następnie wybrać [oddaj głos](#), wybrać województwo, miejscowość oraz szkołę. Przejść do galerii, poniżej kliknąć w obrazek kciuka i głosować przez... Dalej sobie już poradzicie.



Dnia 13 października 2016 roku obchodziliśmy w naszej szkole również to z okazji Dnia Edukacji Narodowej. W świetlicy szkolnej odbyły się dwie akademie przygotowane przez uczniów klas 6a i 6b wraz z wychowawcami Panią mgr Aleksandr Romanowską, mgr inż. Tomasza Gwiżdżalą. Wsparcia muzycznego udzielił niezawodny kapelmistrz szkolny mgr Szymon Nieużytek.

W czasie drugiej akademii na sali zgromadzili się również zaproszeni emerytowani i obecni pracownicy naszej szkoły.

Dyrektor Zespołu Szkół w Sidzinie Pan Mieczysław Matyasik oraz Wójt Gminy Bystra-Sidzina Pan Stanisław Tempka złożyli życzenia i podziękowania wszystkim pracownikom szkoły. Następnie Pan Dyrektor wręczył nagrody dla nauczycieli i pracowników Zespołu Szkół w Sidzinie, a Wójt Gminy przyznał nagrody wyróżnionym przez siebie nauczycielom i pracownikom obsługi.

Przewodnicząca Rady Rodziców Pani Ewa Sutor złożyła na ręce Pana Dyrektora wiązankę kwiatów z życzeniami i podziękowaniami dla Grona Pedagogicznego i wszystkich pracowników szkoły.

Uwiecznieniem uroczystości było krótkie spotkanie i poczęstunek przygotowany przez Szkolną Radę Rodziców oraz Panią Annę Handzel, która z okazji przejścia na emeryturę poczęstowała wszystkich tortem.

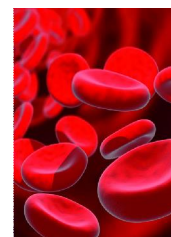
Żelazo



Żelazo (Fe, łac. *ferrum*) – metal z VIII grupy pobocznej o dużym znaczeniu gospodarczym, znane od czasów starożytnych. Czyste żelazo jest lśniąącym, srebrzystym, dość twardym i stosunkowo trudno topliwym metalem.

ŻELAZO W ORGANIZMIE:

W organizmie człowieka największe ilości żelaza (Fe) występują w hemoglobinie. Pierwiastek ten znajduje się również w wątrobie, śledzionie i szpiku kostnym. Żelazo jest składnikiem mioglobiny oraz wielu enzymów.



WŁAŚCIWOŚCI ŻELAZA:

- Ze względu na zdolność odwracalnego wiązania tlenu z żelazem hemoglobina umożliwia oddychanie tkanek przez przenoszenie tlenu z płuc do komórek i odprowadzanie z nich dwutlenku węgla utworzonego podczas oddychania.
- W szpiku kostnym żelazo bierze udział w powstawaniu czerwonych krwinek.
- Uczestniczy między innymi w reakcjach immunologicznych, syntezie DNA, powstawaniu neuroprzekaźników i niektórych hormonów.
- Podkreśla się rolę żelaza w profilaktyce niektórych chorób, np. niedokrwistości spowodowanej niedoborem żelaza.

NIEDOBÓR ŻELAZA:

- niedokrwistość,
- błądź skóry,
- zmęczenie i osłabienie odporności,
- zmniejszenie sprawności fizycznej i umysłowej,
- osłabienia koncentracji oraz problemy z pamięcią,
- u kobiet może zaburzać przebieg ciąży,
- ważne jest zapobieganie niedoborom żelaza u niemowląt i małych dzieci, aby zapewnić im prawidłowy rozwój mózgu i układu nerwowego!!!



Nadmierne spożywanie żelaza:

- Na ogół nie obserwuje się niepożądanych objawów nadmiernego spożycia żelaza dostarczanego z pożywieniem. Przypadki zatrucia tym składnikiem to wynik przedawkowania preparatów farmaceutycznych. Objawiać się ono może
- nudnościami,

- biegunką,
- wymiotami,
- zaburzeniami pracy układu sercowo-naczyniowego, nerek, wątroby czy układu krwionośnego,
- nadmierne ilości żelaza mogą powodować powstawanie w organizmie wolnych rodników, a w konsekwencji zwiększenie ryzyka wystąpienia nowotworów i chorób układu krążenia.

Żelazo w produktach spożywczych:

- podroby :wątroba, nerki,
- suche nasiona roślin strączkowych
- natka pietruszki i szpinak
- pieczywo i inne produkty zbożowe,
- mięso, jaja i ryby
- mleko i produkty mleczne
- ziemniaki, ryż
- owoce, warzywa



Osobiście uwielbiam szpinak, a zwłaszcza sałatkę szpinakową, pierogi ze szpinakiem i słoneczko szpinakowe. Wszystkie przepisy znajdziecie na internecie!!!

Sałatka ze świeżego szpinaku

Potrzebne składniki:

- 150 g świeżych liści szpinaku
- 500 g pomidorków koktajlowych
- 250 g sera feta
- 1/3 szklanki czarnych oliwek
- 4 łyżki ziaren słonecznika

sos:

- 4 łyżki oliwy z oliwek
- 3 łyżeczki octu balsamicznego
- pieprz

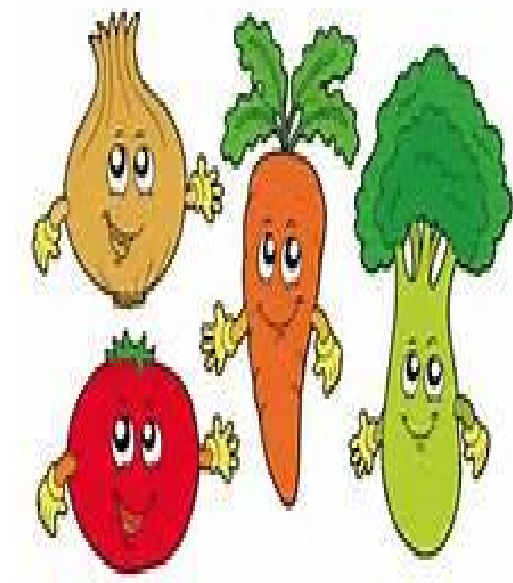
Sposób przygotowania:

Składniki na sos dokładnie połączyć. Szpinak umyć i osuszyć. Ser pokroić w niedużą kostkę, oliwki pokroić w plasterki a pomidorki przekroić na połówki. Słonecznik uprażyć na suchej patelni przez około minutę uważając, by się nie przypalił. Wszystkie składniki wymieszać. Sałatkę schłodzić. Przed samym podaniem połączyć sosem. Bon appétit!



Zdrowo jem więcej wiem

Klasy I- III Szkoły Podstawowej wzięły udział w siódmej edycji projektu „Zdrowo jem, więcej wiem” realizowanego przez Fundację Banku Ochrony Środowiska.



Misją projektu było przywrócenie naszym dzieciom do wiary w zdrowie, sprawność i pogodę ducha.

Patronat honorowy nad konkursem objęła Małżonka Prezydenta RP Agata Kornhauser

Duda.

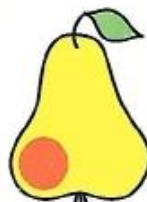
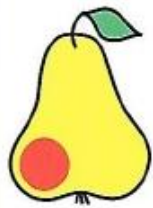
W ramach projektu w klasie II c zorganizowano konkurs na ...

Zwycięzcą konkursu został Wojtek Tempka.

Na łamach naszej gazetki prezentujemy zwycięską pracę konkursową.



**ZDROWIE TO JEST WAŻNA RZECZ,
WIĘC SŁODYCZOM MÓWIĘ PRECZ !**



Warto jeść warzywa i owoce ponieważ:

1. Dają siłę

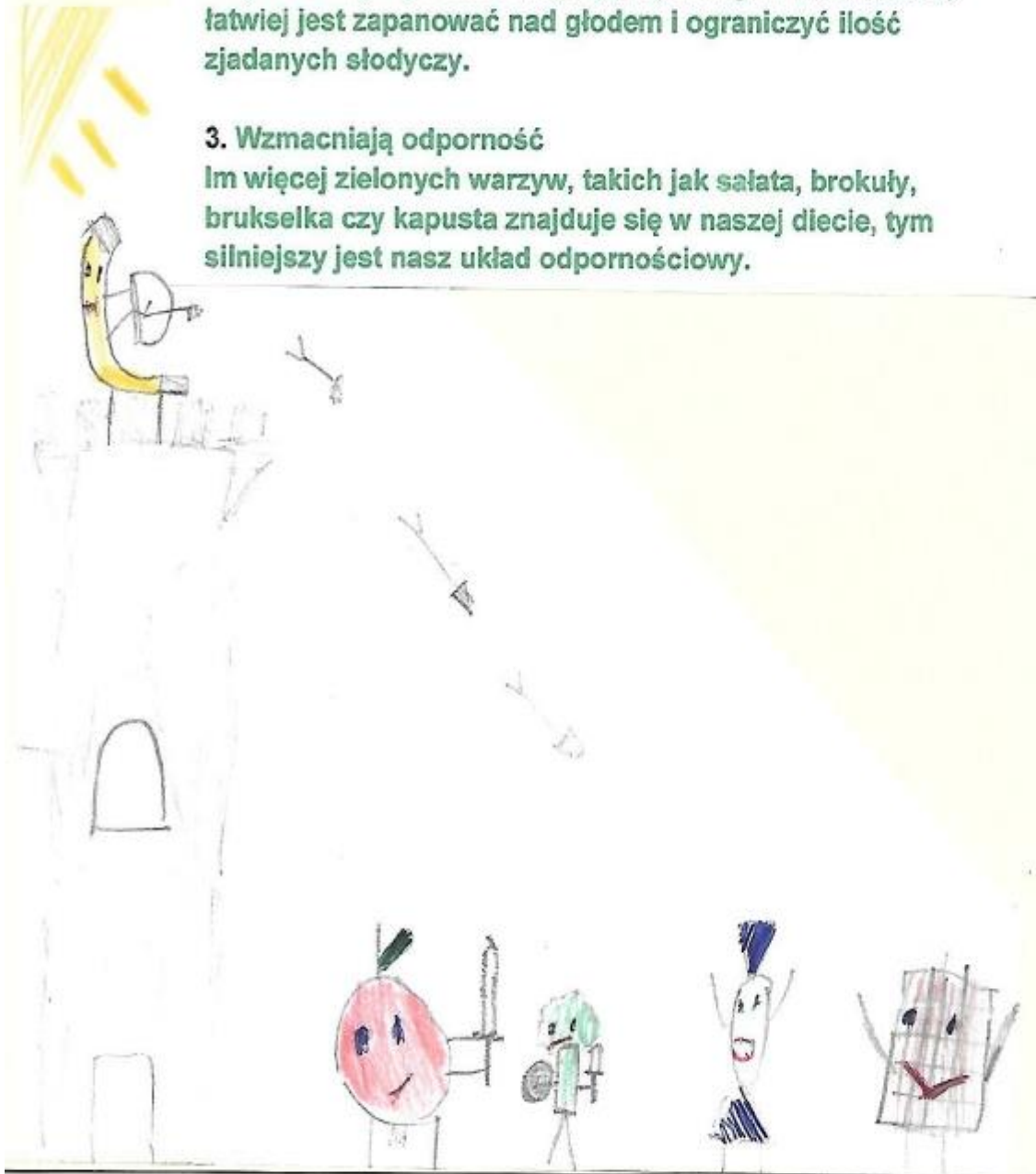
Naszym mięśniom, żeby dobrze pracowały. Zielony groszek, brokuły czy szparagi bogate w witaminy z grupy b, słonecznik i rzepa zawierające wapń czy wreszcie fasola, groch i szpinak pełne magnezu to produkty, bez których trudno nam sobie wyobrazić zdrowe i silne mięśnie.

2. Dostarczają energii

Gdy w każdym posiłku znajdują się warzywa i/lub owoce, łatwiej jest zapanować nad głodem i ograniczyć ilość zjadanych słodczy.

3. Wzmacniają odporność

Im więcej zielonych warzyw, takich jak sałata, brokuły, brukselka czy kapusta znajduje się w naszej diecie, tym silniejszy jest nasz układ odpornościowy.



SAŁATKA OWOCOWA

SKŁADNIKI

- 1 PUSZKA ANANASÓW
- 1 PUSZKA BRZOSKWIŃ
- 2 POMARAŃCZE
- 3 MANDARYNKI
- 3 BANANY
- 2 JABŁKA
- 1 KIWI
- 2 ŁYŻKI SOKU Z CYTRYNY
- 4 ŁYŻKI JOGURTU NATURALNEGO



SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

ANANASY I BRZOSKWINIE ODSĄCZAMY Z ZALEWY. POMARAŃCZE I MANDARYNKI MYJEMY, OSUSZAMY, OBIERAMY I DZIELIMY NA MAŁE CZĄSTKI. KIWI MYJEMY, OBIERAMY I KROIMY W PÓŁPLASTERKI. BANANY I JABŁKA MYJEMY, OSUSZAMY, Z JABŁEK USUWAMY GNIAZDA NASIENNE, KROIMY W KOSTKĘ I SKRAPIAMY SOKIEM Z CYTRYNY. WSZYSTKIE SKŁADNIKI WYKŁADAMY DO SALATERKI, POLEWAMY JOGURTEM I DELIKATNIE MIESZAMY



Jedz zielone brokuly,
a będziesz miał duże mięśnie.

Kto owoców dużo je,
zdrowiem, co dzień cięższy się.



* DIETA bogata nie tylko w cebulę, ale też w szczypiorek i czosnek to najlepszy sposób na budowanie odporności organizmu. Z takimi sojusznikami przetrwamy jesienne chłody w pełnym zdrowiu.

WOJTEK TEMPKA II C

CIEKAWOSTKI

10 ciekawostek o Polsce, i nie tylko które cię zaskoczą

Historii naszej ojczyzny uczymy się w szkole od najmłodszych lat. Prawie codziennie z internetu, telewizji i radia dowiadujemy się o Polsce czegoś nowego. Dlatego nie zdziwi nas, jeśli powiecie, że wiecie już wszystko o swoim kraju. Mamy jednak 10 dowodów na to, że może na was jeszcze zaskoczy.

1. Warszawa - czyli miasto, które widziało wojnę

Warszawa po angielsku to Warsaw, czyli w dosłownym tłumaczeniu "widziało wojnę". To określenie jest o tyle trafne, że po upadku powstania warszawskiego i dalszych działaniach wojennych 85 proc. budynków stolicy leżało w gruzach.



2. Radom jest większy niż Paryż



Radom leży w województwie mazowieckim. Okazuje się, że to niewielkie polskie miasto ma powierzchnię większą niż stolica Francji, mimo że na jego terenie mieszka 10 razy mniej ludzi. Powierzchnia Radomia to 111,8 km², natomiast Paryża 105,4 km².

3. Tarnów to polski biegun ciepła.

To małopolskie miasto jest miejscem, gdzie najczęściej gości lato. Jeśli zatem nie lubicie



zimny, powinniście zamieszkać w Tarnowie i przez około 118 dni w roku cieszyć się termicznym latem.



4. Grosz jest grosza wart?

Okazuje się, że wyprodukowanie jednego grosza wcale nie jest warte grosza. Szacuje się, że na wybitcie jednej monety potrzeba od pięciu do ośmiu groszy.

5. Znikający półwysep

Według niektórych naukowców półwysep Helski może zniknąć. W ciągu od kilkudziesięciu do kilkuset lat może zniknąć z resztą kraju



6. Dzień Polaka narodowym świętem... Argentyny!

Argentyna to jedyny kraj na świecie, gdzie co roku, 8 czerwca obchodzi się Dzień Polaka. "Día del Colono Polaco", czyli Dzień Polskiego Osadnika został ustanowiony w 1995 roku. To

święto narodowe, które upamiętnia przybycie pierwszych Polaków do Argentyny. Wydarzenie to datuje się na początek czerwca 1897 roku.

7. Nie ma wiat bez Kevina!

To już tradycja. Co roku, miliony Polaków zasiadają w wigilia Bożego Narodzenia przed telewizorami, by oglądać film "Kevin sam w domu". Bez niego nie wyobrażają sobie wiat



8. Najmłodszy małżonkowie?



Okazuje się, że typowy wiek w jakim Polacy wstępują w związek małżeński to 24 lata dla kobiet i 26 lat dla mężczyzn. To o 7 lat wcześniej niż na przykład w Szwecji. Jako jedni z najmłodszych decydujemy się na legalizację związków.

9. Najbrudniejszy europejski kraj?

Według rankingu, jaki opracowała Europejska Agencja Ochrony Środowiska, 6 na 10 najbardziej zanieczyszczonych miast znajduje się w Polsce. W "brudnej" dziesiątce znalazły się: Kraków, Nowy Sącz, Gliwice, Zabrze, Sosnowiec, Katowice.



10 Środek Polski to nie Łódź

W miejscowości Piątek, 33 km na północ od Łodzi, znajduje się pomnik, który



symbolizuje... W centrum miejscowości znajduje się pomnik, który ma symbolizować...

Imiennik

Adam

Adam to imię pierwszego człowieka, którego, jak powiada Biblia, Bóg powołał do życia w szóstym dniu stwarzania świata. Dawni Żydzi, twórcy Biblii, rozumieli to imię po prostu jako człowiek. Ponieważ w ich języku podobnie brzmiały także słowa ziemia i czerwony, stąd wywnioskowali, że Bóg Jahwe ulepił Adama z czerwonej ziemi. Adam był pierwszym człowiekiem i numerologia...

Adela

Imię Adela jest też znane jako Adelajda, Adelina lub najkrócej: Ada. Pochodzi z dawnego języka niemieckiego. Imię Adela brzmi lekko, sprężyste i zachęca do życia aktywnego. Jego liczba: pięć, sprawia, że Adele są rzeczywiście naładowane energią, uwielbiają ruch i przygody, i zazwyczaj mają wrodzone zamiłowanie do sportu. A jednocześnie działa ta magia, która to imię...

Adrian

Imię to ma iście cesarski rodowód. Miasto Hadria leżało nad Adriatykiem - nazwa tego morza również od Hadrii pochodzi. Imię to, w postaci Hadrian, nosił jeden z najbardziej zasłużonych rzymskich cesarzy, a także sześciu papieży. Święty Adrian był patronem żołnierzy i kowali. Zgodnie z liczbą imienia - piątką - a także w zgodzie z jego cesarską historią, imię Adrian...

Adrianna

Imię Adriana (pisane także Adrianna) jest żeńską odmianą imienia Adrian. Jednak utworzenie imienia żeńskiego od męskiego zmienia jego charakter. Okultystyczna analiza imienia Adrianna wskazuje, że kojarzy się ono z zupełnie innym charakterem i życiową drogą niż jego pierwowzór: idący przebojem Adrian. Liczba imienia Adriany wynosi sześć, ale jeżeli będziemy pisać je:...

Agata

Sława imienia Agata wiąże się z kultem świętej Agaty, jednej z wielu męczennic wczesnego chrześcijaństwa. Lepiej oszczędzić sobie wszystkich szczegółów jej okrutnej śmierci. Ważne jest, że żyła na Sycylii i zginęła od ognia. Dlatego właśnie, już jako święta, została patronką chleba, który przecież dojrzewa w rozpalonym piecu. Chroniła również od pożaru, od...

Agnieszka

Agnieszka, po łacinie Agnes, pochodzi od greckiego słowa hagn czyli czysta, nieskalana. Poprzez różne skojarzenia imię to łączy się z ideą początku, zaczynania. Tak więc liczba tego imienia równa się jeden, co stawia Agnieszki w szeregu tych, którzy idą na początku, przewodzą innym. Także czystość i niewinność właściwa jest istotom, które stoją u początków. Ludziom...

Alan

Imię Alan jest tajemnicze z tego powodu, że nie wiadomo, z jakiego języka się wywodzi i co pierwotnie oznacza. Jedni autorzy uważają to imię za angielskie, inni za francuskie bądź celtyckie. Na dodatek w starożytności było plemię Alanów, które koczowało pod Kaukazem. To niewiadome pochodzenie imienia wskazuje, że każdy Alan sam sobie jest początkiem; sam sobie najwięcej...

Albert

To imię wzywające do sławy. Imię Albert w dawnym języku niemieckim brzmiało Adal-beracht, czyli promieniejący szlachetnością. Inne wersje tego imienia to: Adalbert, Albrecht, Olbracht i Olbrycht. Nazwisko Olbrychski wywodzi się od Alberta. Albert lub Albrecht było też drugim imieniem św. Wojciecha. Do tej pory w Europie Zachodniej imiona Albret czy Albrecht mylone są z...

Albin

Imię Albin wyklada się na dwa sposoby: bo jeżeli pochodzi ono z łaciny, to znaczy biały (albo blondyn), a jeżeli z dawnego języka niemieckiego, oznaczyłoby przyjaciela elfów, czyli duchów przyrody, a może po prostu: krasnoludków. W każdym razie czujemy, że za tym imieniem kryje się istota wszystkim przyjazna i pogodnego usposobienia. Dodatkową informację o Albinach zawiera...

Albina

Doprawdy, kobieta ta jest pełna sprzeczności. Czasem dodaje to jej uroku, a czasem sprawia, że wszyscy mają ochotę uciekać od niej gdzie pieprz rośnie. Niewątpliwie miło jest z nią spędzać czas na dobrym filmie w kinie, na ekskluzywnej wystawie czy w snobistycznym klubie - chyba... że gwałtownie zmieni jej się nastrój.

Aldona

Imię Aldona pochodzi z Litwy: tak miała na imię litewska księżniczka, która pod imieniem Anna została poślubiona Kazimierzowi Wielkiemu. Jednakże imię to nie ma litewskiego brzmienia i jego właściwe pochodzenie nie jest znane. Spopularyzował to imię Adam Mickiewicz. W poemacie Konrad Wallenrod tak ma na imię młodziutka żona bohatera, który ją porzuca - wcale nie dla kochanki,...

Aleksander

Imię Aleksander tryumfalnie wkroczyło do historii wraz z Aleksandrem Wielkim, królem Macedonii, który w starożytności podbił prawie cały znany wówczas świat. I chociaż, jak się wydaje, tamten Aleksander był ze znaku Lwa, dzisiaj to imię kojarzy się z innymi punktami zodiaku. Liczba imienia Aleksander równa się cztery, a czwórka to liczba porządku, trwałości, konserwatyizmu i...

Ciąg dalszy w kolejnym numerze.. Zapraszamy ☺

Ewa Staszczak

Kącik kulinarny

Kiełbasa wiśniowa - wegetarian zapraszamy do stołu

- Mamo, kup mi ciastko!

- Przecie masz w domu kiełbas ...

Brzmi jak śniadanie? To niech zabrzmie jak dobry przepis. Ciasto-kiełbasa, kiełbasa-ciasto, takie combo! Przy okazji podpowiadamy: masz znajomych wegetarian, którzy zarzekają się, że do ust kiełbasy nie wezmą? Zająć się z nimi, przygotuj wiśniową kiełbasę i ciesz się z wygranego zakładu!

Składniki:

450 g mąki pszennej
100 g cukru, i cukier do posypania
200 g miodowego masła
1/2 łyżeczka proszku do pieczenia
1/2 łyżeczka ekstraktu z wanilii
250 g jogurtu
500 g wiśni bez pestek
tłuszcz do wysmarowania formy
ew. cukier puder - do posypania ciasta



Wykonanie:

Mąkę przesiej przez sitko, dodaj cukier, masło, 1/2 łyżeczki proszku do pieczenia i ekstraktu z wanilii oraz jogurt. Wszystkie składniki dokładnie rozmieszaj, a potem zagnieć. Ciasto wstaw do lodówki na 30 minut. Po wyjściu z lodówki rozwałkuj je i podziel na cztery części. Na środku każdej z nich ułóż rzędek wiśni. Zawij tak, by utworzyć kiełbaski. Tak przygotowane kiełbaski włóż do natłuszczonej formy, posyp cukrem i piecz przez 35 minut w 180°C.

ZYCZYMY SMACZNEGO!

5 sposobów na rozdawajające się końcówki włosów

Gorące powietrze z suszarki, niewłaściwe cięcie i farbowanie nadwyręzają strukturę włosa, przez co często jego łodyga rozwarstwia się na końcach. Oczywiście najlepszym sposobem na pozbycie się zniszczonych łusek jest po prostu pozbycie się kilku centymetrów włosów, ale istnieje kilka sposobów, które pomogą ci osiągnąć efekt pięknych i zdrowych kosmyków bez konieczności ich ścinania.

1. Oliwa sprawiedliwa: Minimum dwa razy w miesiącu stosuj prostą kurację na zniszczone końcówki. Podgrzej odrobinę oliwy zmieszanej z sokiem z cytryny i kilkoma kroplami witaminy A+E. Można to zrobić nawet w mikrofalówce - przez około pół minuty. Zawień końcówki w folię lub ręcznik i trzymaj w cieple jak najdłużej. Po trzydziestu minutach takiej pielęgnacji co kilka tygodni, łuski włosów zaczną się zamykać, a końcówki staną się silniejsze i bardziej błyszczące. Jeśli masz suche i zniszczone włosy, możesz stosować oliwę na całej ich długości.

2. Tylko ostro nie: Rozdawaniu się końcówek sprzyjają uszkodzenia mechaniczne. Traktuj więc swoje włosy delikatnie podczas codziennych zabiegów. Po umyciu nie pocieraj ręcznikiem po całej głowie, tylko przyciskaj go do skóry, by wchłonął wodę. Warto też spłukiwać szampon chłodną (ale nie zimną) wodą, a podczas suszenia zapomnieć o gorącym strumieniu powietrza. Nie traktuj wilgotnych włosów prostownicą, ani lokówką, a najlepiej w ogóle ogranicz ich używanie. Wysoka temperatura pozbawia łodygi ich naturalnej warstwy ochronnej.

3. Serum, maska i odżywka: W sklepach znajdziesz wiele kosmetyków przeznaczonych do pielęgnacji końcówek. Najskuteczniejszy

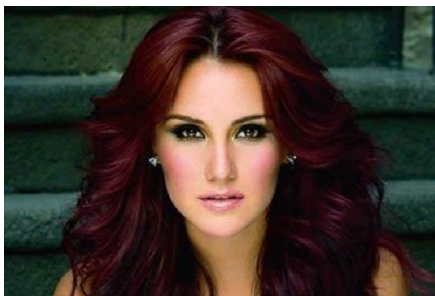
będzie płynny jedwab - kilka kropel wystarczy, by całe włosy idealnie błyszczały. Jeśli szukasz bardziej wielofunkcyjnego kosmetyku, wybieraj te z dodatkiem panthenolu i kreatyny. Składniki te będą chronić włosy i dodadzą im elastyczności.

4. Naturalnie piękne: Jeśli wolisz korzystać z naturalnych, dostępnych w domu produktów, spróbuj samodzielnie wykonać regenerującą maskę. Świetne efekty osiągniesz dzięki mieszance żółtka i olejku rycynowego. Innym pomysłem na bazie żółtek jest maseczka z dodatkiem oliwy z oliwek, miodu oraz cytryny - można zastosować ją na całej długości. Nakładaj maski przed myciem raz na tydzień lub dwa, by wygładzić końcówki. Łuski włosa zamknie także płukanka z octu. Wystarczy rozcieńczyć kilka łyżek w wodzie i rozprowadzić na włosach. Pamiętaj o dokładnym umyciu włosów, by pozbyć się nieprzyjemnego zapachu. Jest to jednak sposób raczej do profilaktyki niż leczenia rozdwojonych końcówek.

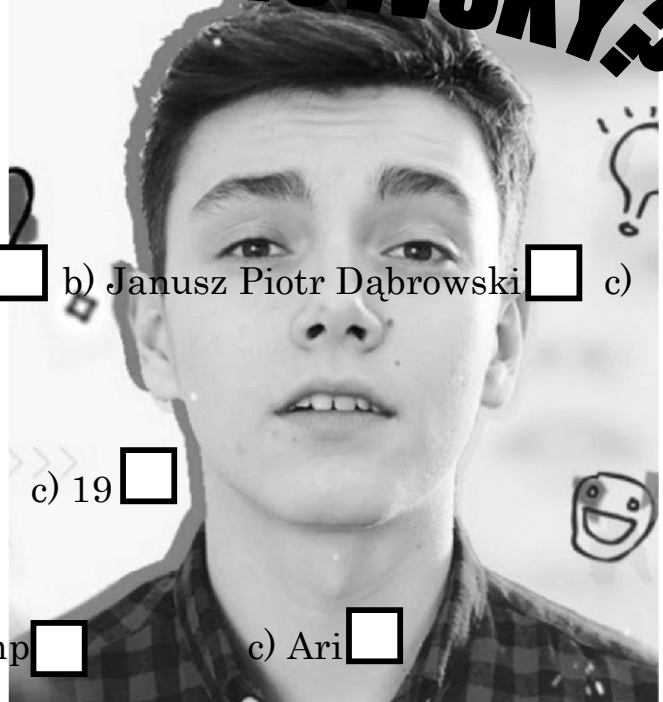
5. Szczotkowanie: Jeśli lubisz upięcia, warkocze i kucyki, pewnie często drażnią cię odstające, rozdwojone końcówki. Istnieje sposób na ich doraźne wygładzenie. Na niepotrzebnej szczoteczce do zębów rozprowadź mocny lakier do włosów. Rozczesz końcówki delikatnymi włoskami szczoteczki i dla pewności wygładź palcami. Rozwarstwienie będzie mniej widoczne, a fryzura utrzyma się dłużej.

Miękkie włoski przydadzą się jednak nie tylko w szczoteczce do zębów. Także szczotki do włosów powinny być wykonane z naturalnego włosa i mieć odpowiedni kształt. Okrągłe, o gęstym włosiu przeznaczone są do pielęgnacji i modelowania włosów kręconych - podniosą je u nasady i nadadzą miękkości. Płaskie, prostokątne szczotki sprawdzają się u osób o prostych i długich włosach, natomiast lekko zaokrąglone, z mniejszą ilością włosa lepiej zadziałają na krótkich fryzurach. Najbardziej uniwersalne są kształty owalne, z twardym włosiem i miękką bazą.

Patrycja Jaromin 1b Gim.



LE WIESZ O JDABROWSKY?



1. Jak się nazywa?

- a) Jan Jarosław Paweł Dąbrowski b) Janusz Piotr Dąbrowski c) Jan Stefan Dąbrowski

2. Ile ma lat?

- a) 17 b) 18 c) 19

3. Jak nazywa się jego króliczek?

- a) Bamboleo b) Hefalump c) Ari

4. Gdzie mieszka?

- a) Legnica b) Wrocław c) Warszawa

5. Czy ma lub miał kiedyś dziewczynę?

- a) NIE b) TAK

6. Ile ma subskrypcji?

- a) 600 000 - 700 000 b) 750 000 - 830 000 c) 850 000 - 1 000 000

☆			6.
		☆	5.
☆			4.
	☆		3.
☆			2.
		☆	1.
A	B	C	

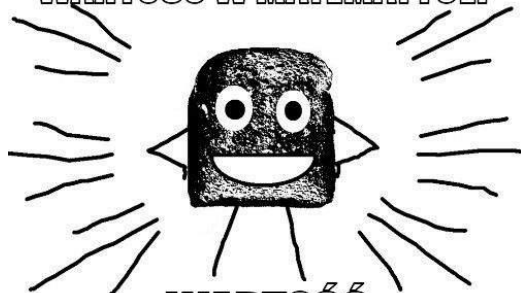
0-2 znasz go trochę
3-4 oglądasz niektóre jego filmiki
5-6 znasz go bardzo dobrze i oglądasz prawie wszystkie jego filmiki!

ODPOWIEDZI

SZYMON TRZOP
23

ŚMIEJ SIĘ Z NIAMI

JAKA JEST NAJOKRUTNIEJSZA
WARTOŚĆ W MATEMATYCE?



WARTOŚĆ
BEZWZGLĘDNA

www.mleczko.pl

MINISTER ZDROWIA OSTRZEGA PRZED kwejk.pl

www.mleczko.pl



www.straszakikomiks.blogspot.com

**Na lekcji rysunku pani
pyta Jasia:**

- Co rysujesz?
- Kozę na trawie.
- A gdzie ta trawa?
- Koza ją zjadła.
- Ale kozy też tu nie ma!
- A co miała tu robić, kiedy już nie ma trawy?



LOLfobia

Kawały o Jasiu

Przychodzi Jasio ze szkoły i mówi do mamy:

- Mamo w szkole śmieją się ze mnie, że dużo jem!***
- Synku nie marudź - odpowiada mama - tylko wypij zupę, bo mi wanna potrzebna.***

Rozmawia ojciec z Jasiem:

- No no, czytałem listę Twoich wymorzonych prezentów i wiem co ci kupię!***
- Co?***
- Słownik ortograficzny***

Ojciec przegląda dzienniczek szkolny Jasia:

- Co to, znowu jedynka z historii?***
- Niestety, historia lubi się powtarzać***

Nauczyciel wchodzi do klasy i mówi:

-Kto gupi wstać.

Jasiu wstaje.

Nauczyciel pyta:

-Czemu wstałeś?

-Bo nie Chciałem ,żeby pan tak sam stał.

Mateusz Staszczak