

BYŁE DO PRZERWY



XI/XII 2022



W NUMERZE:

MAGICZNY WIECZÓR

ŚWIĄTECZNE TRADYCJE

NA WIGILIJNYM STOLE

ŚWIĄTECZNE WYPIEKI

JAK DBAĆ O ODPORNOŚĆ ZIMĄ?

SZLACHETNA PACZKA

WARTO PRZECZYTAĆ

POZNAĆ ŚWIAT - AFRYKA

HUMOR

Koleżanki i Koledzy!

Przed nami przerwa świąteczna. Wielkimi krokami zbliża się Nowy Rok. To dla wielu z nas czas postanowień. Mamy nadzieję, że ten wolny od zajęć czas, spędzony w gronie najbliższych osób, stanie się okazją do zastanowienia nad tym, co w życiu ważne i wartościowe.

WESOŁYCH ŚWIĄT!

ŻYCZY ZESPÓŁ REDAKCYJNY



MAGICZNY WIECZÓR

15 grudnia w naszej Szkole w Mokrej Wsi miała miejsce magiczna uroczystość. W czasie Spotkania Świątecznego mogliśmy podziwiać dzieci z przedszkola oraz uczniów, którzy wzięli udział w przedstawieniu pt. „Nie było miejsca dla Ciebie”. Jasełka uświetnił występ szkolnego chóru.

Przybyli goście mogli wziąć udział w kermaszu bożonarodzeniowym. To były wyjątkowe chwile, które wprowadziły nas w świąteczny czas :)



ŚWIĄTECZNE TRADYCJE

Dzielenie się opłatkiem, ubieranie choinki czy dodatkowe nakrycie przy stole - to tylko niektóre z tradycji bożonarodzeniowych w Polsce. Czy znasz jednak ich pochodzenie? Jeśli nie, zapraszam cię do lektury.

- **Dzielenie się opłatkiem**

Tę tradycję zapoczątkowali pierwsi chrześcijanie, którzy dzielili się chlebem. Jest to symbol jedności i pojednania. Podczas łamania się opłatkiem, bliscy składają sobie życzenia, po czym siadają do kolacji wigilijnej. Co ciekawe, ten zwyczaj jest znany jedynie w Polsce i Litwie.

- **Sianko pod obrusem**

Sianko pod białym obrusem to symbol skromności i ubóstwa. W takich warunkach urodził się Jezus. Według wierzeń ma to zapewnić gospodarzom powodzenie i dostatek na następny rok.

- **Dodatkowe miejsce przy stole**

Tradycja pozostawiania dodatkowego nakrycia dla wędrowca jest pozostałością ze słowiańskich wierzeń. Ten zwyczaj rozpowszechnił się w XIX wieku.

- **Pierwsza gwiazda na niebie**

Według tradycji, wieczerzę wigilijną rozpoczyna się dopiero po pojawieniu się pierwszej gwiazdy na niebie. Jest to nawiązanie do Gwiazdy Betlejemskiej, która pokazywała drogę do stajenki.

- **Pasterka**

Po kolacji wigilijnej wiele rodzin wybiera się wspólnie na Pasterkę, która zwykle odbywa się o północy.

- **Dekorowanie choinki**

Tradycja ta dotarła do nas z Prus na przełomie XVIII i XIX wieku. Choinka ma symbolizować rajske drzewo. Dawniej roślinę ozdabiano orzechami oraz jabłkami. Obecnie zamiast jadalnych ozdób wieszamy bombki.

- **12 potraw**

Tradycja nakazuje, aby na świątecznym stole znalazło się 12 potraw. Jest to nawiązanie do 12 apostołów. W Polsce są to potrawy postne.



NA WIGILIJNYM STOLE

Wigilia kojarzy nam się z dwunastoma potrawami, które pojawiają się na świątecznym stole. Jest to zwyczaj znany praktycznie w każdym polskim domu. Nie każdy jednak zdaje sobie sprawę z tego, że w zależności od regionu kraju, lista potraw może się różnić.

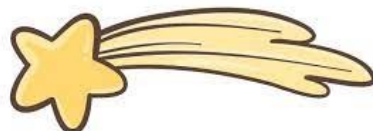
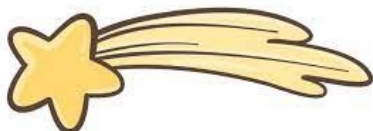
WIGILIJNE MENU :)

1. Barszcz czerwony z uszkami
2. Zupa grzybowa z łazankami
3. Pierogi z kapustą i grzybami
5. Kompot z suszu
6. Ziemniaki z olejem lnianym i cebulką
7. Ryba po grecku
8. Karp
9. Kutia
10. Śledzie
11. Kapusta z grzybami (postny bigos)
12. Piernik



Kutia – tradycyjna potrawa wigilijna z gotowanej pszenicy z makiem i bakaliami pochodząca z kuchni ukraińskiej, białoruskiej, rosyjskiej, litewskiej i dawniej polskiej kuchni kresowej. Obecnie jest przyrządzana na Białostocczyźnie, Lubelszczyźnie, a także w przygranicznych powiatach województwa podkarpackiego.

Czy wiesz, że w niektórych regionach w Polsce w czasie kolacji wigilijnej podaje się pierogi ruskie, kapustę z grochem czy gołąbki z kaszą i grzybami?



ŚWIĄTECZNE WYPIEKI

24 grudnia obchodzimy Wigilię Bożego Narodzenia.

Jest to wieczór wypełniony rodzinną atmosferą i tradycjami.

Na wigilijnym stole nie może zabraknąć dwunastu potraw.

Jednak już przed świętami wiele osób przygotowuje domowe pierniki, dzięki którym możemy dosłownie poczuć magię świąt w naszych domach.

SKŁADNIKI:

- 1/4 szklanki miodu,
- 80 g masła,
- pół szklanki cukru lub cukru pudru,
- 1 duże jajko,
- 2 i 1/4 szklanki mąki pszennej,
- 1 łyżeczka sody oczyszczonej,
- 1,5 - 2 łyżki przyprawy korzennej do piernika,
- opcjonalnie: 1 łyżeczka kakao (jeśli lubicie, gdy pierniczki mają ciemniejszy kolor)



Miód, masło i cukier podgrzać w garnuszku i mieszać aż do rozpuszczenia się cukru, następnie przestudzić. Dodać pozostałe składniki i wyrobić ciasto.

Ciasto piernikowe wałkować na stolnicy na grubość 2 - 3 mm lekko podsypując mąką (pamiętając, że grubsze pierniczki są bardziej miękkie po upieczeniu). Wykrawać pierniczki w dowolnych kształtach i przekładać na blachę wyłożoną papierem do pieczenia.

Piec około 8 - 10 minut w temperaturze 170 - 180°C. Uważać, aby nie piec za długo, ponieważ wtedy ciasteczka będą zbyt kruche i będą miały posmak goryczy. Po wyjęciu z piekarnika, wystudzić na kratce. 🎄

Jak dbać o odporność zimą?

Zima to szczególny czas w roku, kiedy częściej chorujemy. W związku z tym głównie w tym okresie powinniśmy dbać o nasze zdrowie. Podpowiemy, jak zadbać o odporność i zdrowie zimą...

→ Aby poprawić stan naszej odporności tą porą roku możemy przyjmować witaminę C. Witamina ta pomaga w nawilżeniu skóry. Dodatkowo wzmacnia naczynia krwionośne, co wpływa na lepsze dotlenienie komórek. Witamina ta jest zawarta między innymi w cytrusach, brokułach czy papryce.

→ Nie możemy także zapomnieć o odpowiednim ubiorze. Za każdym razem, kiedy wychodzimy na dwór, powinniśmy pamiętać, by założyć wystarczająco ciepłe ubrania. Czapka, szalik i rękawiczki nie powinny być dla nas obce.

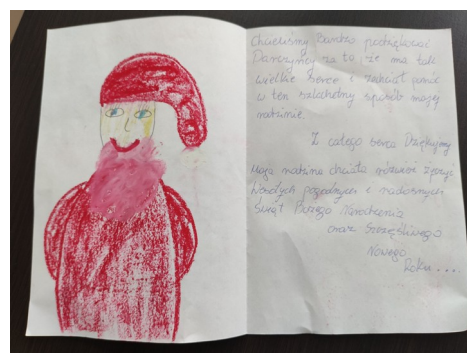
→ Zimą warto dodawać do dań przyprawy, które wspierają nasz organizm. Nie zapominajcie zatem o kurkumie, cynamonie czy czarnuszce oraz o imbirze czy soku malinowym do herbaty.

Powinniśmy zawsze stawiać nasze zdrowie na pierwszym miejscu. W ten sposób łatwiej będzie uniknąć nam chorób i wirusów niebezpiecznych dla naszego organizmu zwłaszcza w czasie zimnej pogody.



SZLACHETNA PACZKA

W tym roku po raz kolejny włączyliśmy się do akcji "Szlachetnej Paczki". Dzięki zaangażowaniu całej społeczności szkolnej udało się zebrać wszystko, czego potrzebowała wybrana przez nas Rodzina. Jesteśmy wdzięczni za wszystkie formy wsparcia tej inicjatywy. Jest nam niezmiernie miło, że w tak magicznym przedświątecznym czasie wspólnie udowodniliśmy, że razem możemy działać bardzo dużo. Weekend cudów za nami, a my nadal wspominamy tę chwilę, w której możemy być świadkami radości i wzruszenia osób, którym pomagamy. Jest to dla nas co roku niezwykle przeżycie, które utwierdza nas w przekonaniu, że warto ofiarować innym coś od siebie. Najbardziej nas cieszy fakt, że nasi wychowankowie wraz z bliskimi tak chętnie włączają się w akcję i co roku stają na wysokości zadania. Dziękujemy!

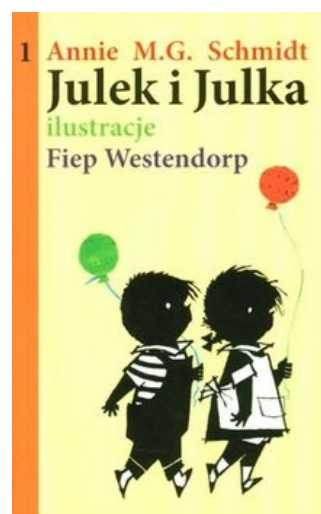


WARTO PRZECZYTAĆ

Zimowe wieczory są doskonałą okazją do czytania. Zgodnie z chińskim przysłowiem mówi się, że kiedy przeczytamy nową książkę, to tak jakbyśmy znaleźli nowego przyjaciela, a gdy przeczytamy książkę, którą już czytaliśmy - to tak jakbyśmy spotkali się ze starym przyjacielem. Czytanie nie tylko rozwija naszą wyobraźnię, wzbogaca słownictwo, lecz także staje się okazją do przeżycia z bohaterem sytuacji, których w życiu moglibyśmy nie doświadczyć. Nie zastanawiajcie się zatem! Warto czytać!

„Julek i Julka” (M.G Schmidt)

to zabawne opowiadania o dwójce dzieci mieszkających w sąsiedztwie. Krótkie historyjki są pełne ciepłego humoru, zabawnych dialogów, wzruszających scen. Dzieci malują paznokcie, przebierają się w ubrania taty, wyrywają sobie Lalannę - ulubioną lalkę. Bawią się na strychu itp. Jest to świetna książka dla przedszkolaków i dzieci nieco starszych.



„Mikołajek i inne chłopaki” (Gosciny, Sempé) Jest to kolejna część przygód znanego nam wszystkim chłopca i jego kolegów z szkoły. Jest on dzieckiem, które kłóci się, bawi, wygłupia i bije z kolegami. *Mikołajek* to pełna humoru opowieść, idealna na jesienne i zimowe wieczory. Koniecznie przeczytajcie!

Zbliżają się święta. Finley wraca z elitarniej szkoły do swego rodzinnego miasteczka Christmas w Oklahomie. Dziewczyna spodziewa się, że wszystko będzie takie same, jak wtedy, gdy wyjeżdżała. Jednak po przyjeździe odkrywa, że wiele rzeczy się zmieniło. Czy Finley odnajdzie swoje miejsce, wspólny język z rodziną i przyjaciółmi? A może pod choinką znajdzie także najlepszy prezent świąteczny ze wszystkich? Przekonajcie się sami i przeczytajcie książkę :)



POZNAĆ ŚWIAT - AFRYKA

- Afryka jest domem dla największych żywych zwierząt lądowych, słońa afrykańskiego i najwyższej żyrafy.
- 41% dzieci w Afryce pracuje w wieku pomiędzy 5 a 14 rokiem życia.
- W Sudanie znajduje się ponad 200 piramid, czyli więcej niż w Egipcie.
- Prawie jedna trzecia języków świata jest używana w Afryce.
- Wiele osób spoza Afryki jest zdania, że największym zagrożeniem są tam krokodyle, lwy i rekiny. Nic bardziej mylnego. Najgroźniejszym zwierzęciem Afryki jest hipopotam nilowy. Ten kolos zabija rocznie więcej osób niż wymienione wcześniej gatunki razem wzięte.
- Dorosły słoń afrykański każdego dnia pożera ok. 200 kg materiału roślinnego.
- Podczas polowania gepard w ok. 2 sekundy osiąga prędkość 70 km/godz.
- W Afryce rosną tzw. żywe kamienie. Mowa o litopsach, których liście przybierają walcowatą formę, przypominającą kamień. To specyficzny mechanizm obronny – rodzaj kamuflażu, chroniący roślinę przed pożarciem.
- Afryka to drugi największy kontynent świata, ale ma najkrótszą linię brzegową. Ta zaskakująca cecha wynika z jej niewielkiego zróżnicowania.
- Kilimandżaro (5900 m n.p.m.) jest najwyższą górą Afryki, ale wbrew pozorom, jej zdobycie nie jest dużym wyzwaniem. Rocznie na szczyt wyrusza kilkanaście tysięcy turystów. Na Kilimandżaro jest nawet bezprzewodowy internet.
- Niemal połowa wszystkich diamentów na świecie pochodzi ze środkowej i południowej części Afryki.
- W 2021 roku w RPA na świat przyszedł dziesięcioraczki.



HUMOR



Wydawca: Zespół Szkół im. W. Podkowińskiego w Mokrej Wsi
Zespół Redakcyjny: Uczniowie Zespołu Szkół im. W. Podkowińskiego w Mokrej Wsi
Opiekun Zespołu: Joanna Michalczyk