

Lato 2022



Jedyneczka



Gazetka Szkolna - Szkoła Podstawowa nr 1 w Hrubieszowie

Idzie lato...

Idzie lato ścieżką polną
Lasami, łąką i nad wodą...
Kroku przyspiesza, by czasami
nie spóźnić się przed wakacjami.
Na te ciepłe dni czekamy
i wakacji wyglądamy,
by wyjechać z walizkami
w świat daleki i nieznany.
Dużo pracy jest za nami
i dlatego tak czekamy...
Na to lato ze słoneczkiem
Jedyneczkę zabierz w teczkę. 😊

M. K.



*Wesołych wakacji
życzy Zespół redakcyjny
gazetki szkolnej „Jedyneczka”*

W bieżącym numerze:

Aktualności Jedyneczki	s. 2
Tydzień książki	s. 4
Szkoła Myślenia Pozytywnego 2.0	s. 5
X Edycja Warsztatów dla rodziców „Mądrzy rodzice”	s. 6
Rozstrzygnięcie szkolnych konkursów	s. 7
„Wierszyk do gazetki” 2022r	s. 8
Profilaktyka uważności	s. 10
Kącik Kulinaryny	s. 11
Kącik Moda i Styl	s. 12
Kącik Językowy	s. 14
Kącik Różności	s. 18
Łamigłówki	s. 21

Skolny humor

- Powtórzmy tabliczkę mnożenia - *mówi ojciec do syna* - na pewno wiesz, że dwa razy dwa jest cztery, a ile to będzie sześć razy siedem?
- Tato, dlaczego ty zawsze rezerwujesz dla siebie łatwiejsze przykłady?!



Przychodzi Jasiu do domu ze szkoły i krzyczy:

- Mamo, mamó dzisiaj zrobiłem dobry uczynek.
- No to mów.
- Koledzy podłożyli pineskę szpicem do góry na krześle nauczyciela... już miał siadać kiedy ja odsunąłem krzesło...



Co tam?

Jak tam?

CO SŁYCHAĆ?

Z ŻYCIA SZKOŁY

Co nowego...?

Aktualności Jedyneczka – Lato

- Dnia 07.04.2022r. w Szkole Podstawowej Nr 1 im. Bolesława Prusa w Hrubieszowie, w szkolnej bibliotece odbył się konkurs pięknego czytania w języku rosyjskim. Konkurs skierowany był do uczniów klas 7 – 8. Laureatami zostali uczniowie: I miejsce – Maciej Borzęcki, kl. 7a, II miejsce – Anna Sviderska, kl. 7c, III miejsce Wiktorija Najfeld, kl. 8d.
- 06.04.2022r. uczniowie klas ósmych naszej szkoły mieli okazję spotkać się z panem Leszkiem Kryszczukiem – kierownikiem administracyjnym placówki, a jednocześnie pasjonatem modelarstwa. Zajęcia odbywały się w ramach cyklu lekcji wychowawczych związanych z doradztwem zawodowym. Pan Leszek opowiadał ciekawie o swoim hobby, sukcesach jakie osiągnął wraz ze swoimi podopiecznymi w Polsce i na świecie, zachęcał do odkrywania pasji i zainteresowań. Dziękujemy!
- 11.04.2022r. w Krasnymstawie został rozegrany Półfinał Wojewódzki w mini koszykówce. Nasza drużyna uzyskała prawo startu wygrywając Mistrzostwa Powiatu.
- Podczas półfinału rozegraliśmy trzy mecze: z SP 1 Krasnymstaw, SP 6 Zamość oraz SP 2 Tomaszów Lubelski, w których to okazaliśmy się słabsi od w/w rywali.
- Warto nadmienić że byliśmy najmłodszą drużyną turnieju, a nasze uczennice pokazały się z bardzo dobrej strony. Dziewczyny zajęły IV miejsce i wystąpiły w składzie: Martyna Balcer, Aleksandra Pałys, Maja Magdziak, Maja Klimkowska, Oliwia Dudek, Julia Kiszal, Zuzanna Pęczak, Dominika Ciemięga, Iga Nowosad, Iza Jankowska, Lena Hołówek, Kornelia Mrozowska, Agata Szymańska, Nikola Pietryna, Karolina Grzegorzczak. Opiekunem był p. Tomasz Magdziak. Gratulujemy i trzymamy kciuki za kolejny rok!
- 13.04.2022r. Szkoła Podstawowa Nr 1 im. B. Prusa w Hrubieszowie włączyła się do wspólnego upamiętnienia Ofiar Zbrodni Katyńskiej. Apel ku czci Ofiar Zbrodni Katyńskiej odbył się przy Dębnie, który został poświęcony pamięci ppłk. Józefa Skrobiszewskiego – oficera Wojska Polskiego, hrubieszowskiego lekarza, działacza społecznego i patriotycznego.
- Wzorem lat ubiegłych nasza szkoła przystąpiła do obchodów upamiętniających 79 rocznicę Powstania w Getcie Warszawskim – największego zbrojnego zrywu Żydów podczas II wojny światowej, a zarazem pierwszego powstania w okupowanej Europie. W ramach akcji społeczno-edukacyjnej „Żonkile”, wolontariusze przygotowali gazetkę ścienną oraz papierowe żonkile, które symbolizują pamięć, szacunek i nadzieję. Nauczyciele jak również uczniowie, zapoznali się z materiałami opracowanymi przez zespół Muzeum Polin. Akcją zorganizowało Szkolne Koło Wolontariatu z opiekunem panią Anną Karkuszeuską.
- W dniu 21.04 w Tomaszowie Lubelskim rozegrane zostały Wojewódzkie Igrzyska Dzieci w Drużynowych Biegach Przełajowych. Uczniowie naszej szkoły zdobyli III miejsce! Warunki atmosferyczne oraz trasa biegu były bardzo wymagające, mimo to drużyna chłopców wywalczyła brązowy medal. Chłopcy wystąpili w składzie: Maciej Borzęcki, Tomasz Pawlos, Mikołaj Czerkawski, Maciej Ulanicki, Kajetan Szewc, Wojciech Malinowski, Franciszek Kogut (rezerwowi). Opiekunem był p. Tomasz Magdziak.
- Uczeń klasy 7a Olaf Lewandowski został Finalistą II Wojewódzkiego Turnieju Szachowego Lubelskiego Kuratora Oświaty i odebrał nagrodę z rąk Lubelskiego Kuratora Oświaty, pani Teresy Misiuk. Gratulujemy!
- W kwietniu w naszej szkole zorganizowano Święto Matematyki. W salach i na korytarzach szkolnych pojawiły się gazetki i plakaty o tematyce matematycznej podkreślające wagę i znaczenie tej wyjątkowej nauki w życiu codziennym. Były słynne cytaty, powiedzenia i wyliczanki matematyczne. Z tej okazji panie: Anna Suwała i Małgorzata Szumiata dla uczniów klas 4-8 zorganizowały konkurs pt. „Liczba Pi nam w głowach tkwi”.

Uczniowie wykonali prace plastyczne i modele przestrzenne tej wyjątkowej liczby. Uczestnicy konkursu otrzymali pamiątkowe dyplomy i drobne upominki zakupione ze środków SKO.

Nagrody otrzymali: Za wykonanie pracy plastycznej: Osmańska Martyna kl. 8c – I miejsce Woźniak Michalina kl. 8b – II miejsce Karkuszewski Paweł kl. 8c – II miejsce Za wykonanie modeli liczby Pi: Dworak Dawid kl. 5b – I miejsce: Kiszal Julia kl. 4b – II miejsce: Mączka Oliwia kl. 7d – III miejsce

- Przed świętami wielkanocnymi panie Paulina Seweryn, Joanna Sawicka i Agnieszka Hałasa ogłosiły konkurs na Najpiękniejszy stroik wielkanocny. Komisja konkursowa doceniła przede wszystkim samodzielność wykonania i nagrodziła dzieła następujących uczniów:

I miejsce – Julia Momot z klasy 1a, II miejsce – Urszula Nowak z klasy 2b, III miejsce – Natalia Balcer z klasy 1a. Wyróżnienia otrzymali: Fabian Dec z klasy 1a, Lena Cierech z klasy 1a, Karol Stadnicki z klasy 6a.

Pozostałe dzieci, które wzięły udział w konkursie, otrzymały pamiątkowe podziękowania.

- W dniach 12-13 kwietnia panie ze świetlicy szkolnej zorganizowały Kiermasz Wielkanocny, podczas którego można było za symboliczną kwotę nabyć dowolny stroik. Zebrane pieniądze przekazały na zakup nowych, drewnianych zabawek do świetlicy szkolnej – przychodni/lecznicy dla zwierząt oraz kawiarni.
- 26 kwietnia zostały rozegrane Mistrzostwa Powiatu w mini piłce nożnej w ramach Igrzysk Dzieci Szkolnego Związku Sportowego. Nasze dziewczęta wygrały wszystkie swoje mecze, tym samym zostając mistrzyniami powiatu.
- 29 kwietnia nasze dziewczęta wzięły udział w turnieju koszykówki 3x3 rozegranym w ramach Igrzysk Młodzieży Szkolnej SZS. Po zaciętej walce nasze koszykarki wywalczyły srebrne oraz brązowe medale.
- W naszej szkole odbył się „Tydzień Książki”. Świątowaliśmy od 20 do 27 kwietnia. Relację z działań można przeczytać w niniejszej gazetce.
- 29 kwietnia w naszej „Jedynce” zorganizowano wesołe, integracyjne święto pod nazwą „Pidżama party”. Uczniowie i nauczyciele założyli piżamy oraz szlafroki, odbyły się wspólne tańce na placu rekreacyjnym. Wrażenia i wspomnienia mamy bezcenne!
- Z okazji ważnych rocznic Świąt Majowych 2 i 3 Maja zorganizowano przedstawienie online, udostępnione do obejrzenia dla społeczności szkolnej. Przedstawienie przygotowali uczniowie klas 3a, 3b i 3c wraz z wychowawcami. Dekorację wykonały panie Arleta Kowalska i Ewa Filipowicz-Sidorczuk. Dziękujemy!
- W maju odbyło się „Spotkanie ze sportowym autorytetem”. W naszej szkole gościliśmy zawodniczkę i trenera, którzy są związani z miastem Hrubieszowem i odnoszą sukcesy w podnoszeniu ciężarów: Panią Ewę Mizdal – Brązową Medalistkę Mistrzostw Europy, Olimpijkę – Londyn 2012r., Czerokrotną Uczestniczkę Mistrzostw Świata, Pana Antoniego Czerniaka – Trenera Reprezentacji Polski w Podnoszeniu Ciężarów.
- W maju odbędą się dwa ważne edukacyjne wydarzenia: Sprawdzian Kompetencji Trzecioklasistów oraz Egzaminami Ósmoklasistów. Trzymamy za Was kciuki!!!

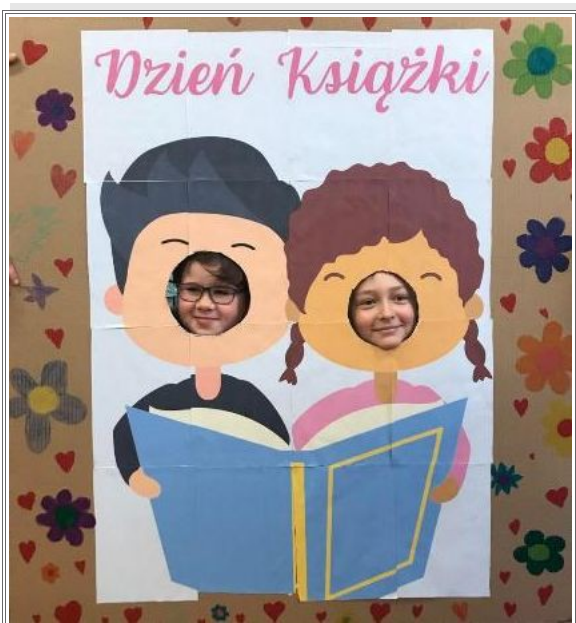
Przygotowała: p. Marta Kuczyńska



Tydzień Książki

W naszej szkole zorganizowany został Tydzień Książki. Świątowaliśmy od 20 do 27 kwietnia. Z tej okazji zostały przygotowane materiały tematyczne, z których mogli skorzystać nauczyciele podczas zajęć z wychowawcą. Na szkolnych korytarzach pojawiły się dwie gazetki poświęcone obchodom Dnia Książki. Funkcjonowała także książkowa „fotobudka”, która cieszyła się sporym zainteresowaniem. 25 kwietnia część uczniów przyszła do szkoły przebrana za wybraną postać z książki. Najliczniejszą grupę przebierańców stworzyli uczniowie z klasy 4b. Za piękne przebrania dziękujemy również uczniom z klasy 1b i 1c, 2a, 3b, 6a oraz 7c. Podczas Tygodnia Książek odbyła się też akcja „Czytam sobie na przerwie”. W wielu klasach odbyły się lekcje tematyczne. Klasa 5c wybrała się także do szkolnej biblioteki oraz gościła u siebie na lekcji panią bibliotekarkę Annę Czernysz. Klasy 5a i 5b projektowały okładkę do omawianej lektury „Tajemniczy ogród”, a klasa 4b tworzyła projekty okładek ulubionej książki. W ramach świętowania klasa 1 b wybrała się do Biblioteki Pedagogicznej na spotkanie z autorem książki dla dzieci i młodzieży z panem Arturem Jasińskim. Obchody Tygodnia Książki i Praw Autorskich pozytywnie wpłynęły na stan czytelnictwa – uczniowie zachęcani do czytania książek, liczniej odwiedzali bibliotekę szkolną wybierając interesujące ich pozycje książkowe.

Bardzo dziękujemy wszystkim nauczycielom i uczniom, którzy włączyli się w szkolne świętowanie. Podziękowania kierujemy także w stronę Samorządu Uczniowskiego, za wsparcie przy działalności fotobudki.



Przygotowała: p. Marta Lackowska

Szkoła Myślenia Pozytywnego 2.0

Zadanie na miesiąc kwiecień 2022r.

Zadanie kwietniowe „Komiksy i emocje”, realizowane w ramach udziału w programie „Szkoła Myślenia Pozytywnego” stało się dla uczniów naszej szkoły prawdziwą inspiracją do działania i podejmowania twórczości w swoich grupach i klasach. Uczniowie uczestniczyli w zajęciach z wychowawcami oraz bibliotekarzami. Podczas zajęć przypominali sobie czym jest komiks i co go wyróżnia. Następnie pojawiła się twórczość dziecięca i młodzieżowa, która ukazała jak pięknie można wyrazić swoje emocje poprzez tworzenie komiksu. W salach lekcyjnych można było podziwiać wystawy super prac. Przy okazji biblioteka szkolna odnotowała rekordową liczbę wypożyczeń komiksów, wchodzących w skład szkolnego księgozbioru, co cieszy szczególnie w kwietniu, miesiącu, w którym obchodzony jest „Światowy Dzień Książki”

W zajęciach udział wzięły następujące klasy i grupy:

- klasa Ia, wych. p. Małgorzata Serafin,
- klasa Ib, wych. p. Monika Korneluk,
- klasa Ic, wych. p. Joanna Nazar,
- klasa IIa, wych. p. Katarzyna Sztuk,
- klasa IIIa, wych. p. Renata Paczała,
- klasa Ivb, wych. p. Marta Lackowska,
- klasa Ivc, wych. p. Monika Jakoś-Wór,
- klasa Vb, wych. p. Ewa Filipowicz-Sidorczuk,
- klasa Vc, wych. p. Anna Lewandowska,
- klasa Via, wych. p. Ewa Szostak,
- klasa VIc, wych. p. Monika Anigacz,
- grupa świetlicowa wych. p. Paulina Serweryn,
- zajęcia biblioteczne p. Anna Czernysz w klasach: Ic, IIIa, IVc, VIc.

Dodatkowo, rodzice i nauczyciele mieli możliwość wzięcia udziału w kreatywnym webinarze pt. „Komiksy i emocje - a gdyby tak zaskoczył dzieciaki?”.



Uczestnicy zadania kwietniowego zgodnie uznali, że czytanie komiksów, to wspaniała przygoda, zabawa, radość oraz nauka, zaś tworzenie ich, to czysta przyjemność ale i nie lada wyzwanie. Liczymy na to, że wspomnienia, które powstały przy wspólnym tworzeniu komiksów, pozostaną z nami na dłużej i przyczynią się do poprawy relacji w klasach i grupach.



*Koordynator programu „Szkoła Myślenia Pozytywnego 2.0” w SP Nr 1 w Hrubieszowie
Marta Kuczyńska, pedagog szkolny*

X EDYCJA WARSZTATÓW DLA RODZICÓW „MĄDRZY RODZICE”

*„Najlepszą formą wychowania jest nieustanny dialog,
który pozwala obu stronom poznać siebie nawzajem,
a dziecku daje możliwość przyswojenia sobie doświadczenia i mądrości dorosłych”.*

Jesper Juul

W dniu 02.04.2022r. zakończyła się realizacja X edycji warsztatów „Mądrzy Rodzice”. Warsztaty edukacyjne dla rodziców odbywały się w miesiącach marzec-kwiecień 2022r. w Szkole Podstawowej Nr 1 im. Bolesława Prusa w Hrubieszowie i były realizowane we współpracy z Gminą Miejską Hrubieszów. Uczestnicy zajęć warsztatowych wzięli udział w zajęciach prowadzonych przez specjalistów z różnych dziedzin oraz w grupie wsparcia, pozwalającej na wymianę rodzicielskich doświadczeń, związanych z wychowaniem dzieci i młodzieży. Dodatkowym atutem warsztatów, których realizacja przypadła na trudne czasy, było wspieranie rodziców w ochronie zdrowia psychicznego oraz dobrostanu zarówno dzieci, jak i rodziców. Na zakończenie zajęć rodzice otrzymali Certyfikaty ukończenia warsztatów oraz książki, których zakup sfinansowany był przez Gminę Miejską Hrubieszów. Absolwenci warsztatów zostali zaproszeni do grupy na FB pod nazwą „Grupa wsparcia – Mądrzy Rodzice po warsztatach”, zrzeszającej absolwentów wszystkich dziesięciu edycji warsztatów, realizowanych w Hrubieszowie. O przydatności tego typu przedsięwzięcia, dedykowanego rodzicom i opiekunom świadczyć mogą pozytywne opinie uczestników warsztatów, wybrane z nich zacytowano poniżej:

I. „Szczerze polecam warsztaty wszystkim rodzicom, nawet przyszłym. Dzięki warsztatom zrozumiałam, gdzie popełniam błędy i nauczyłam się, jak je niwelować. Mądrzy Rodzice to nie tylko informacje o wychowaniu dzieci, dla rodzica to podróż w głąb siebie, refleksja nad wewnętrznym ja-rodzic, człowiek! Dziękuję serdecznie za to doświadczenie”.

II. „Po ukończeniu warsztatów potrafię lepiej i mądrzej kochać swoje dzieci. Nie chodzi o to, żeby urodzić i po prostu kochać dzieci ale także o to, by być odpowiedzialnym za ich wychowanie, przygotowanie do życia w trudnym świecie”.

III. „Warsztaty wniosły wiele pozytywnych inspiracji do mojego życia. Pokazały, że dużo można zmienić w relacji rodzic-dziecko z innym podejściem niż mamy z własnego dzieciństwa. Zdałam sobie sprawę z tego, jak ważne w naszym życiu są emocje, sposób ich wyrażania i akceptacja emocji. Spróbuję pewne narzędzia wykorzystać w swoim rodzicielstwie, aby wychować swoje dzieci na pewnych sobie i akceptujących siebie dorosłych”.

IV. „Warsztaty to najlepsze co zrobiłam dla siebie i swoich dzieci. Nauczyłam się i uczę rozmawiać inaczej z dziećmi o emocjach i oczekiwaniach”.

V. „Warsztaty pomogły mi bardziej kontrolować moje emocje, które wpływają na moje dzieci. Pomogły w przypomnieniu o najważniejszych wartościach. Dowiedziałam się jakie zagrożenia czyhają na nasze dzieci”.



Dziękuję wszystkim współtworzącym warsztaty rodzicom i wykładowcom za te owocne chwile, poświęcone na rzecz rozwoju rodzicielskich kompetencji wychowawczych.

*Lider warsztatów „Mądrzy Rodzice”
Marta Kuczyńska, pedagog-terapeuta
SP Nr 1 w Hrubieszowie*

Rozstrzygnięcie Szkolnego Konkursu Poetyckiego „Wierszyk do gazetki”

W dniu 28.04.2022r. wręczono nagrody i dyplomy laureatom konkursu „Wierszyk do gazetki”, który jak co roku, z okazji Światowego Dnia Książki zorganizowany został przez Zespół redakcyjny gazetki szkolnej „Jedyneczka”.

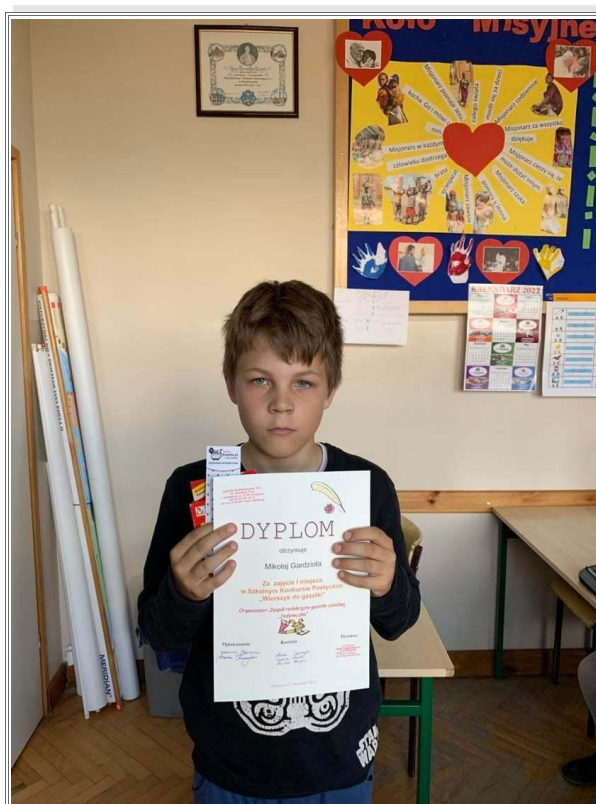
Laureatami konkursu w klasach I-III zostali:

I miejsce: Zuzanna Korneluk z kl. Ia

II miejsce: Zuzanna Gruszka z kl. Ic

III miejsce: Martyna Markowska z kl. IIa

Wyróżnienia: Pola Pachniewska z kl. Ia, Natalia Balcer z kl. Ia oraz Alicja Rudek z kl. Iib.



Laureatem w klasach IV-VIII został:

Mikołaj Gardziola z kl. Vb

Wszyscy uczestnicy konkursu otrzymali podziękowania oraz pamiątkowe zakładki do książek. Nagrodzone utwory są zamieszczone w niniejszej gazetce szkolnej „Jedyneczka - lato”

Gratulujemy wszystkim uczestnikom oraz pozdrawiamy naszych Czytelników.

Zespół redakcyjny gazetki szkolnej „Jedyneczka” wraz z opiekunami

Laureaci konkursu „Wierszyk do gazetki” 2022r

I miejsce klasy I-III, Zuzanna Korneluk, kl. Ia

Luna

Mój ulubiony piesek to Luna
Wygląda trochę jak mała kuna
Lubi być ze mną na działeczce
Przyglądać się małej skaczącej piłeczce.
A kiedy koty idą na płot
Luna robi skok w bok.
Bardzo lubi kasze i ryż
Bo wtedy w misce nie zostanie nic.
A kiedy już ma pełny brzusek
To zwija się jak kłębuszek.

II miejsce I-III, Zuzanna Gruszka, kl. Ic

Kotek - Psotek

Mały kotek Psotek, wskoczył na płotek
Oj ten mały rozrabiaka, udaje pewniaka.
Wyruszył w podróż, udał się do lasu,
Przestraszył się ogromnego hałasu.
Spotkał małego niedźwiadka,
Ale cóż to była za gratka!
Bawili się wesoło, tańczyli w koło,
Śpiewali do rana,
Aż zobaczyli fruującego bociana.
-Boćku, boćku! - woła Psotek
Witaj nam bocianie!
Już przywędrowała wiosna miła,
Już słoneczko świeci.
Będą się cieszyły wszystkie dzieci!

III miejsce I-III, Martyna Markowska, kl. IIa

Wiosna

Wiosna, wiosna piękna pora
Można bawić się na dworze do wieczora
Przyszła zgrabna, ładna i wesoła
Pewnie zajrzała też do przedszkola.
Do naszej klasy przyniosła kwiaty,
Na parapecie powstały rabatki.
Zakwitły nam hiacynty i szafirki
A na ścianie widać kolorowe motylki.
Każdy wiosnę dobrze zna
Cieszy się bardzo, gdy w klasy gra.

Wyróżnienie I-III, Alicja Rudek, kl. IIb

Klucz i jego marzenia

Klucz się bardzo nudził!
Kłódka brudna i się brudził!
Klucz wypowiedział życzenia
I spełniły się jego marzenia
Życzę sobie żeby wszystko się zmieniło
I żeby było czysto i miło!
Wyobraźcie sobie że wszystko się spełniło!

Wyróżnienie I-III Pola Pachniewska, kl. Ia

Nikuś i Nikita

Nikuś i Nikita

To moje koty – jak ktoś zapyta
Wciąż razem w domu rozrabiają
I mamie kwiatki z parapetu zrzucają.
Można powiedzieć, że czasem się lubią
Choć chętniej jednak, to się czubią
Walczą uparcie o różne zabaweczki
Jak psy aportują do małej kuleczki.

Wyróżnienie I-III Natalia Balcer, kl. Ia

Mój piesek

Tofik to mój ukochany
Piesek, psoci ciągle jak osesek.
Ma czarne futerko i brązowe łapki,
Ciągle gryzie moje klapki
Lubi spać na moim łóżku
Ma fajną łatkę na lewym uszku
Gdy mi jest smutno
Potrafi do mnie przyjść cichutko
i przy tym bardzo szybciotko.
Taki właśnie jest mój piesek
Mały, drobny jak orzeszek.

I miejsce klasy IV-VIII, Mikołaj Gardziola, kl. Vb

Patron

Nasz patron kochany
W naszej szkole jest bardzo znany
A kto go nie zna niech wie,
Że Bolesław Prus nazywa się
Po całym świecie wędrował
i lektury nam podarował:
Lalkę, Placówkę oraz Faraona.

Zawędrował w nasze czasy
By uczyć nas po wsze czasy.
Nasza szkoła jego imię obrała
I co roku w maju świętuje cała.
My się z tego ogromnie cieszymy.
I naszego patrona na innego nie zamienimy.

W szkole
Piękna była dziś pogoda
Szkoda że jutro znowu szkoła
Klasóweczka się szykuje
Chyba złapię jakąś dwóję.
Pani ciągle pyta mnie,
Czy nauczę w końcu się.
Ja jej odpowiadam tak
Chyba to już najwyższy czas...

Profilaktyka uważności

Uważność to nic innego jak świadomość swoich doświadczeń i czynów bez ich oceniania. Odnosi się do psychologicznego stanu świadomości, cech charakteru i sposobów na przetwarzanie informacji.

Najważniejszymi czynnikami uważności są akceptacja i świadomość. Świadomość to umiejętność skupienia uwagi na obecnych procesach i doświadczeniach. Akceptacja to umiejętność obserwowania i akceptowania ciągów myśli i doświadczeń.

Zaletami praktykowania uważności są:

1. redukcja stresu, udowodniona badaniami. Wśród grupy osób, która miała zredukować stres za pomocą uważności zachodziły większe i lepsze zmiany, niż wśród grupy kontrolnej,
2. zdrowy sen i ciało – wprowadzenie uważności do swojej rutyny pomaga zwalczać somatyczne objawy, które pojawiają się przy lęku. Przy medytacji uważności można wyzbyć się złych schematów myślowych,
3. pamięć i uwaga – związana z uważnością medytacja pozwala na poprawę uwagi, pamięci i koncentracji,
4. pokonywanie trudności w relacjach – bycie uważnym może pomóc w komunikacji i wyrażaniu emocji w różnych relacjach.

Uważność może być niezdrowa w momencie, w którym przesadnie się jej poświęcimy. W kwestiach praktyki najlepiej poradzić się osoby, która ma do czynienia z tym stanem na co dzień.

Jak można ćwiczyć uważność?

- Skupiając się na swoim oddechu, dźwiękach, myślach, obrazach przed nami,
- słuchając i przetwarzając, ale nie oceniając, wypowiedane przez drugą stronę słowa,
- w trakcie spaceru, ciesząc się widokami,
- akceptując wiele rzeczy takich, jakimi są,
- doceniając małe gesty, wychytując je,
- poświęcając uwagę na małe szczegóły.

Podsumowując, poświęcając się uważności jesteśmy w stanie zmienić swoje życie w dużej liczbie aspektów. Możemy praktykować ją w każdym momencie, jednocześnie nie kolidując z naszymi zadaniami.

Ćwiczenie uważności jest powolnym procesem, jednak czas, który na niego poświęcamy jest tego warty. Proces ten prowadzi do pogłębienia relacji międzyludzkich, Jedyne, co możemy czerpać z praktyki to korzyści, objawiające się w zdrowiu fizycznym oraz psychicznym.

Uważność pomaga na nowo dostrzec, jak wiele wyjątkowości kryje się w „zwykajnym” otaczającym nas świecie.

Przygotowała: Amelia Panasiewicz



Wiosenne przepisy na nudę

Witam! Dzisiaj pokażę wam ciekawe wiosenne przepisy które łatwo możecie zrobić sami w domu lub z pomocą osoby dorosłej, zapraszam!

Owsianka z masłem orzechowym

- 1/2 - 3/4 szklanki płatków owsianych górskich
- 1-2 łyżki masła orzechowego
- 1 szklanka mleka
- 1 łyżka miodu (dla chętnych)
- kromka chleba tostowego
- kilka borówek amerykańskich
- sól

Wykonanie:

Do garnka wlej mleko i ok. 100 ml wody. Dodaj szczyptę soli i doprowadź do wrzenia. Zmniejsz ogień, wrzuc płatki i gotuj 6-8 minut tak, by powstała gęsta masa.

Owsiankę przelej do miseczki, jeśli chcesz dodaj miód, wymieszaj.

Teraz dekoracja! Posmaruj masłem orzechowym wierzch owsianki w kształcie trójkąta - mniej więcej 1/3 powierzchni całości. Z chleba tostowego wytnij trójkąciki na szpiczaste uszka i też posmaruj masłem na brzegach. Z reszty kromki posmarowanej masłem orzechowym stwórz ogonek. Teraz tylko oczka oraz nosek z borówek i gotowe!

Lody na patyku

Składniki:

żelowe misie Haribo

puszka Sprite lub innego napoju typu lemoniada

Jak zrobić:

Wrzuc po kilka misiów do każdego z pojemniczków na lody na patyku. Nalej lemoniady. Zamknij zamknięciem z patyczkiem. Włóż do zamrażarki na całą noc.

Wesołego smacznego!

Są to tylko pojedyncze przepisy na nudę w wiosnę, lecz jedno z tych ciekawszych. Jeżeli nie wiesz co zrobić w domu możesz zrobić właśnie te przepisy lub poszukać w internecie jeszcze ciekawszych.

Dziękuję za przeczytanie!

Przygotowała: Maja Nowacka

KĄCIK MODA I STYL



Shein

to chiński sklep internetowy z odzieżą. Został założony w 2008 roku w Chinach. Obecnie sklep sprzedaje swoje produkty w ponad 220 krajach na świecie. W roku 2021 Shein przyjął na swojej stronie internetowej, że jego fabryki są certyfikowane przez Międzynarodową Organizację Normalizacyjną (ISO) i SA8000. Zostało to zakwestionowane i zostało uznane za naruszenie brytyjskiej ustawy o współczesnym niewolnictwie z 2015 r. Według Reutersa Shein naruszył również podobne prawo anty niewolnicze w Australii. W dochodzeniu przeprowadzonym przez szwajcarską grupę publiczną Public Eye stwierdzono, że pracownicy w sześciu lokalizacjach w Kantonie pracują 75 godzin tygodniowo (Europejczyk zatrudniony na pełnym etacie pracuje średnio 40,3 godz. w tygodniu).

W fabrykach Shein pracują również dzieci, które są zmuszane do zbierania bawełny na ubrania, jak mówią ludzie jest to niewolnicza praca, często bez żadnego wynagrodzenia. Dzieci nie mają innego wyjścia, bo w czasie zbiorów na terenach wiejskich szkoły są zamykane.

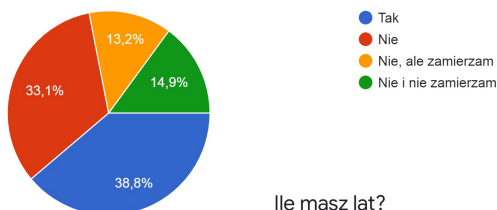
Wyliczono, że przykładowo przy tworzeniu jednego T-shirtu, zużywa się nawet 2.500 litrów wody! Jeśli chodzi o pozostałe materiały – sytuacja jest podobna. Możemy szacować, że Shein i pozostałe sklepy fast fashion korzystają w ok. 60% z tkanin syntetycznych, które nigdy nie rozłożą się na wysypisku i będą przyczyniać się do panującej już katastrofy ekologicznej. Shein miał również problem z przekroczeniem ilości ołowiu dozwolonej przez przepisy bezpieczeństwa.

Sklep wielokrotnie kopiował projekty mniejszych projektantów, m. in. Mariama Diallo która skomentowała to na swoim tweeterze (tekst przetłumaczony): "Mam już dość tych dużych marek okradających mniejsze @SHEIN_official UKRADŁO mój @sincrelelyriaxo projekt 1:1.

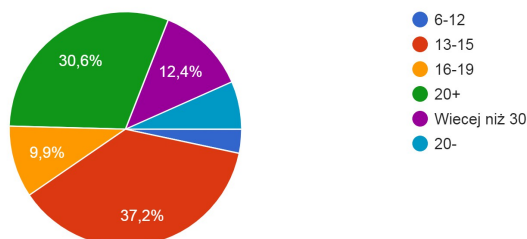
Nic w nim nawet nie zmienili, a teraz jest to jedna z najlepiej sprzedających się produktów. Ukradli nawet estetykę całej marki. No proszę was".

Wyniki anonimowej ankiety, w której wzięło udział 121 osób.

Czy robicieś/taś zakupy na Shein?
121 odpowiedzi

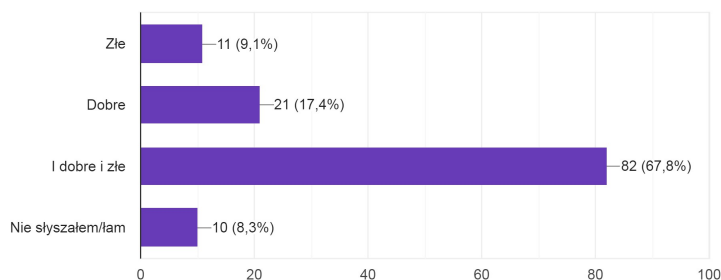


Ile masz lat?
121 odpowiedzi



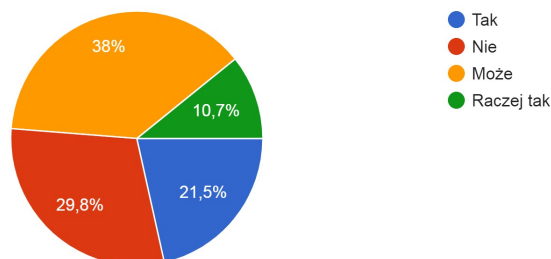
Jakie opinie słyszałeś/łaś na temat Shein?

121 odpowiedzi



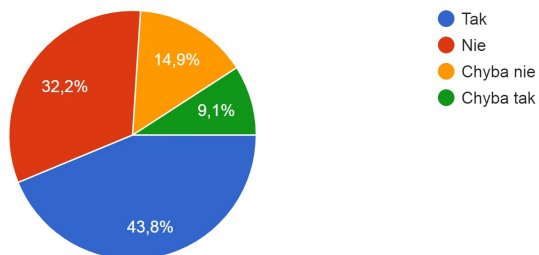
Czy polecibyś/łabyś komuś Shein?

121 odpowiedzi



Czy słyszałeś/łaś o warunkach w jakich powstają ubrania z Shein!

121 odpowiedzi



Na pytanie, co myślą o Shein internauci odpowiedzieli m. in.:

“Wyzysk ludzi”, “Jest to masowa produkcja, i ubrania średniej jakości bo przykładą się wagę do ilości a nie jakości”, “To okropny sklep”, “Jest spoko i polecam”, “Ma bardzo ładne ubrania ale ponoć słabej jakości”, “Jest kox”, “Dobra opcja dla osób szukających rzeczy w niższych cenach, zła dla tych którzy oczekują jakości premium”, “Dobrze mieć coś z tego sklepu”, “Zła warunki pracy, zanieczyszczanie środowiska i fast fashion, nie polecam ogólnie i mam nadzieję, że ludzie przestaną tam kupować i wspierać podobne działania”, “słaba jakość, kupiłam pare ubrań do niczego”, “Jest to masowa produkcja, i ubrania średniej jakości bo przykładą się wagę do ilości, a nie jakości”, “Sklep posiada niekorzystny wpływ na stan planety, kwestia etyczna oraz zdrowie ludzi”, “Wydaje mi się, że jest to marka z niskimi standardami etycznymi i ubraniami produkowanymi masowo o niskiej jakości ale tanich.”, “Myślę, że to chińszczyzna, ale trzeba umieć wyselekcjonować to co najlepsze z oferowanych rzeczy.”, “Nieetyczny, fast fashion, nie jest ekologiczny, wyzysk”.

Czy to wszystko oznacza, że osoby kupujące w Shein i innych wcześniej wymienionych markach są złe? Oczywiście, że nie. Wiele osób robi to nieświadomie i niekoniecznie jest to ich wina. Zanim następnym razem będziemy robić zakupy w jakimś sklepie zastanówmy się jaki wpływ ma na planetę ten sklep i jak powstają ubrania które produkuje.

Źródła: flesz.amu.edu.pl, pl.wikipedia.org, vibez.pl
Przygotowała: Stefania Suchecka



Holidays around the world - Wakacje dookoła świata

CONTINENTS - kontynenty

Europe - Europa	European - Europejczyk
Asia - Azja	Asian - Azjata
Africa - Afryka	African - Afrykanin
Australia - Australia	Australian - Australijczyk
North America - Ameryka Północna	American - Amerykanin
South America - Ameryka Południowa	Latin American - Latynoamerykanin
Antarctica - Antarktyda	

LET'S TALK ABOUT SOME EUROPEAN COUNTRIES AND NATIONALITIES – pomówmy o niektórych krajach i narodowościach europejskich

COUNTRY - państwo	NATIONALITY - narodowość
Great Britain – Wielka Brytania	British – Brytyjczyk
Germany - Niemcy	German - Niemiec
Spain - Hiszpania	Spanish Hiszpan
Portugal - Portugalia	Portuguese - Portugalczyk
Italy - Włochy	Italian - Włoch
France - Francja	French - Francuz
Hungary - Węgry	Hungarian - Węgier
Czech Republic – Republika Czeska	Czech - Czech
Austria - Austria	Austrian – Austriak
Belgium- Belgia	Belgian - Belg
Sweden - Szwecja	Swedish - Szwed
Norway - Norwegia	Norwegian - Norweg
Finland - Finlandia	Finn - Fin
Russia - Rosja	Russian - Rosjanin
Greece - Grecja	Greek – Grek
Croatia - Chorwacja	Croatian – Chorwat
Netherlands – Holandia	Dutchman – Holender
Denmark – Dania	Danish – Duński
Turkey - Turcja	Turkish – Turecki
Slovenia - Słowenia	Slovenian – Słoweniec
Romania- Rumunia	Romanian – Rumun
Switzerland - Szwajcaria	Swiss – Szwajcar
Poland - Polska	Polish – Polak
Slovakia - Słowacja	Slovak - Słowak

Jadąc na wakacje za granicę warto znać kilka przydatnych zwrotów w języku angielskim. Oto najpopularniejsze z nich:

- Hello. My name is Julia.
- Where are you from?
- Where do you come from?
- Where do you live?
- I'm from Spain.
- I come from Spain.
- I live in Madrid.
- Hi, Julia. How are you?
- I'm fine, thanks. And you?
- Nice to meet you.
- How much is it?
- How much does it cost?
- How can I get to the station?
- Could you help me?
- Cześć. Mama na imię Julia.
- Skąd jesteś?
- Skąd pochodzisz?
- Gdzie mieszkasz?
- Jestem z Hiszpanii.
- Pochodzę z Hiszpanii.
- Mieszkam w Madrycie.
- Cześć Julia. Jak się masz?
- Mam się dobrze. A Ty?
- Miło mi Cię poznać.
- Ile to kosztuje?
- Ile to kosztuje?
- Jak mogę dostać się na dworzec?
- Czy mógłbyś mi pomóc?

Przygotowała: p. Ilona Winogrodzka



Rosyjskie desery

Rosja to pod względem powierzchni największy kraj na świecie. Kuchnia rosyjska czerpie zatem różnorodność z całej swojej wielokulturowości. Także rosyjskie desery odzwierciedlają wpływy wielu kultur i obyczajów. Słynny kogel-mogel, faworki, kisiel, czy ciasto miodowe znane są także w Polsce i innych krajach słowiańskich.

Desery to nieodłączny element każdej kuchni. Są słodkim urozmaiceniem śniadań, obiadów i kolacji oraz świąt i innych ważnych uroczystości. Co więc zatem można znaleźć na rosyjskich stołach oraz jakie słodkie przysmaki są typowe dla kuchni rosyjskiej?

Gogol mogol (kogel mogel)

Kogel mogel to znany deser w całej Centralnej i Wschodniej Europie. Jest wytwarzany z surowych żółtek jaj, cukru i dodatków, takich jak miód, rum, wanilia, czy kakao. Składniki są ucierane lub miksowane aż do otrzymania kremowej, puszystej masy o jaśniejszej niż żółtko jaja barwie. W klasycznej formie podaje się go schłodzony lub w temperaturze pokojowej. Na ciepło uznawany jest za lekarstwo na ból gardła.



Khvorost (anielskie skrzydła, faworki)

Faworki to znane w Europie Wschodniej kruche ciasto uformowane w skręcone wstążki i smażone w głębokim tłuszczu, a następnie posypane słodkim cukrem pudrem. Składniki stosowane do przygotowania faworków to mąka, woda, żółtka jaj, cukier cukierniczy, spirytus, wanilia i sól. Deser ten najczęściej spożywany jest przed rozpoczęciem okresu Wielkiego Postu oraz podczas karnawału.

Owsianka Guriewska

Owsianka to jedno z najpopularniejszych dań spożywanych na słodko. Są to płatki owsiane (często też innych zbóż - żytnie, jaglane, jęczmienne, gryczane, ryżowe) gotowane w mleku. Dodatek stanowią masło, cukier, owoce świeże, konfitury i dżemy, syropy oraz orzechy. Jest spożywana najczęściej na śniadanie.

Kisiel

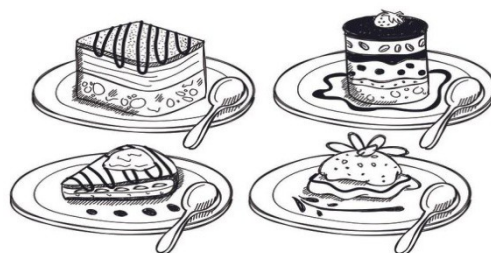
To lekki owocowy deser, który przygotowujemy jest ze słodkich soków owocowych zagęszczonych skrobią kukurydzianą lub ziemniaczaną. W Rosji najpopularniejsze smaki kisieli to żurawinowy, wiśniowy i z czerwonej porzeczki. O kisielu po raz pierwszy wspomniano w starej kronice Wschodniosłowiańskiej, w której opowiadano o tym, jak uratował on X-wieczne rosyjskie miasto Bełgorod Kijowski, oblegany przez koczowniczych Pieczyngów w 997 roku. Gdy w mieście zaczęło brakować żywności, mieszkańcy przygotowali z resztek ziarna i słodkiego napoju z miodu dwa drewniane pojemniki i umieścili je w otworach ziemi, tworząc prowizoryczne studnie. Kiedy do miasta przybyli ambasadorzy Pieczyngów, zobaczyli, jak mieszkańcy zabierają jedzenie ze studni. Pieczyngom pozwolono skosztować kisieli i miodu pitnego. Po degustacji najeźdźcy postanowili znieść oblężenie i odejść, stwierdzając, że Rusini w tajemniczy sposób karmią się z samej ziemi.

Medovik (miodownik, ciasto miodowe)

Medovik to słowiańskie ciasto popularne w krajach byłego Związku Radzieckiego. Składnikami tego deseru są miód i śmietana lub mleko skondensowane.

Jest to deser znany z długiego czasu przygotowywania. Składa się bowiem z wielu warstw ciasta biszkoptowego z kremowym nadzieniem. Często jest przykryty orzechami lub okruchami wykonanymi z resztek ciasta. Istnieje wiele przepisów i odmian tego deseru, ale zawsze głównym składnikiem jest miód, nadający mu charakterystyczny smak i aromat.

Miodownik został stworzony w wieku XIX w carskiej Rosji przez młodego kucharza, który starał się zaimponować cesarzowej Elżbiecie Alexeievnej, żonie Aleksandra I. Legenda głosi, że cesarzowa nie lubiła miodu, jednak nowe ciasto przygotowane przez owego cukiernika przypadło cesarzowej do gustu. Miodownik zyskał również ogromną popularność w czasach sowieckich i do dziś jest cenionym deserem kuchni rosyjskiej, ukraińskiej i polskiej.



Śliwki w czekoladzie

Śliwki w czekoladzie to rodzaj słodkich cukierków, które przygotowujemy są przez oblanie bezpestkowych suszonych śliwek czekoladą. Znane są również w Polsce.

Kulich



Kulich to słowiański prawosławny chleb wielkanocny, którego korzenie sięgają do czasów Rusi Kijowskiej. Tradycja chleba rozpowszechniła się w kulturach związanych z Cesarstwem Bizantyjskim.

Tradycyjnie po nabożeństwie wielkanocnym kapłan błogosławi chleb, który został umieszczony w koszu i ozdobiony kolorowymi kwiatami. Święcony kulich jest spożywany codziennie przed śniadaniem. Kulich piecze się w wysokich, cylindrycznych puszkach. Po schłodzeniu ozdabiany jest białym lukrem i kolorowymi kwiatami. Przepis na ciasto kulich jest podobny do włoskiego deseru panettone.

Paskha (pascha)

Jest to słowiański świąteczny wielkanocny deser. Wykonany jest z twarogu i uformowany w formę ściętej piramidy. Zwykle służy jako dodatek do chleba wielkanocnego kulich.

Pastyła

Pastyła jest tradycyjnym deserem znanym od XIV wieku. Jest to miąższ z owoców, najczęściej z jagód, ugotowany z miodem i cukrem. Zagęszczany jest po ugotowaniu i rozlewany warstwami. Najczęstsze smaki to jagodowy, jabłkowy, gruszkowy, wiśniowy oraz malinowy. Według legendy po raz pierwszy przygotowana była przez mieszkańców Kołomyi, gdzie dziś znajduje się muzeum poświęcone temu deserowi. W czasach ZSRR rozpoczęto masową produkcję pastyli.



Kutia

Kutia to tradycyjne danie bożonarodzeniowe spożywane w Rosji, Polsce, Ukrainie i innych państwach Europy Wschodniej. Przygotowywana jest z pszenicy, maku, bakalii i miodu oraz orzechów i rodzynek, oraz suszonych owoców. Niekiedy dodaje się również kandyzowane owoce tropikalne i migdały.



Zefir

Zefir to małe ciasteczka wytwarzane przez ubijanie przecieru owocowego z cukrem i białkami jaja. Następnie dodaje się pektyny, żelatynę bądź agar. Konsystencja zefiru przypomina pianki, a forma tradycyjną bezę.

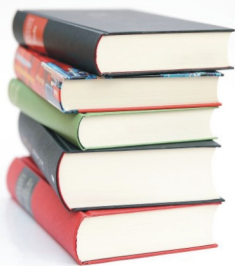
Sushki

To tradycyjne wschodnioeuropejskie małe, chrupiące krążki chleba. Podawane są zwykle z kawą lub herbatą. Wytwarzane są z mąki, jaj, wody i soli. Ciasto jest cięte w paski i formowane w małe pierścienie. Następnie gotowane jest w wodzie z cukrem i pieczone w piekarniku. Często posypywane są makiem.

Watruszki (Piróg)

To ciasto w kształcie pierścienia z twarogiem w środku. Czasem spotykane jest z rodzynekami, bądź kawałkami owoców. Przygotowane jest z ciasta drożdżowego.

Przygotowała: p. Monika Anigacz



KĄCIK RÓŻNOŚCI

KSIĄŻKI, ZAGADKI, REBUSY, KRZYŻÓWKI ...

Książki

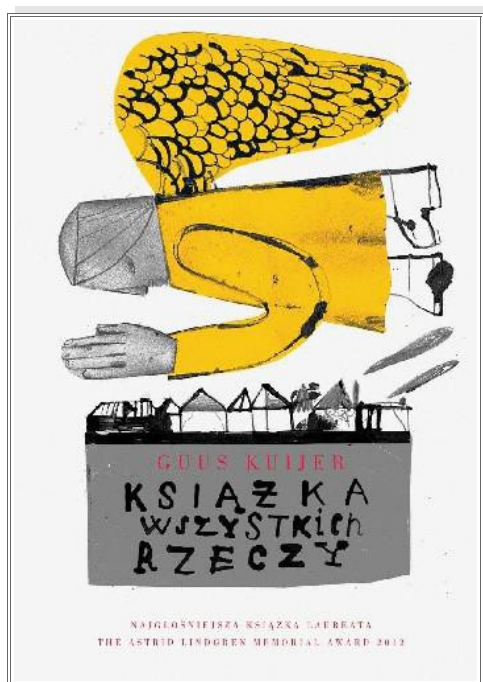
Chyba wszyscy dostrzeżliśmy, jaki popyt na książki panuje obecnie w polskiej kulturze Internetu. Jest to zresztą świetna wiadomość. Jeśli chcecie się dołączyć, oferuję poniższe pozycje:

Dla maluchów:

Dlaczego mleko jest białe? – Susanne Orosz

To jedno z nieskończonej ilości pytań, które może zadać dziecko. Na każde z nich oczekuje odpowiedzi. Jednak nie na każde potrafimy odpowiedzieć.

Z pomocą przychodzi nam książka z ciekawymi historyjkami, które objaśniają wszystkie niezrozumiałe kwestie.



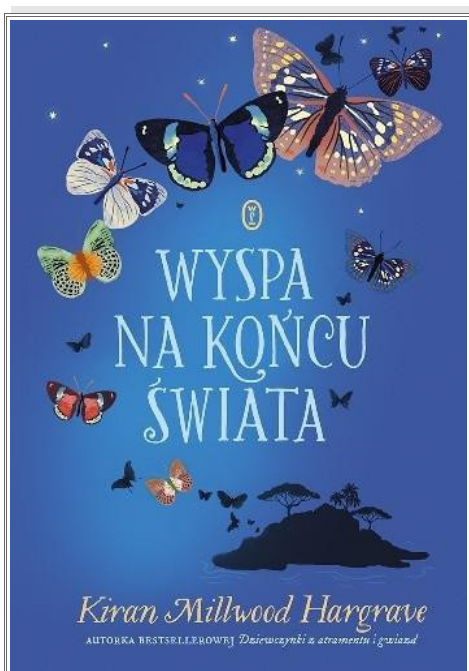
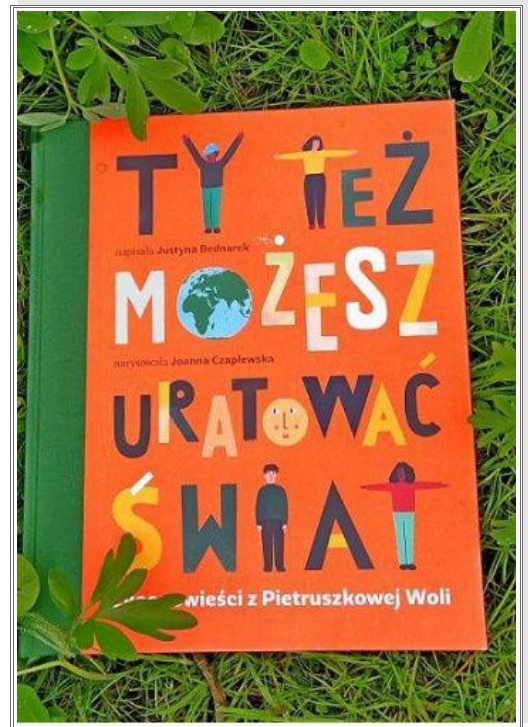
Książka wszystkich rzeczy – Guus Kuijer

Thomas to chłopiec z Amsterdamu. Dostrzega on rzeczy, których nie mogą zobaczyć inni i wcale nie ułatwia mu to życia. Widzi mamę, którą bije tata i anioły, które wciąż zakrywają oczy. Spotyka on na swojej drodze osoby, z którymi może pogawędzić i całe szczęście odpycha to jego myśli od nieciekawej sytuacji w domu.

Ty też możesz uratować świat - Justyna Bednarek

Opowieści ekologiczne, przedstawiające sposoby na zachowania sprzyjające ekologii. Przekazywanie wiedzy przez autorkę jest przyjazne i zrozumiałe dla dzieci.

Proste słowa, ilustracje i wszystko, co może je zainteresować.



Wyspa na końcu świata - Kiran Millwood Hargrave

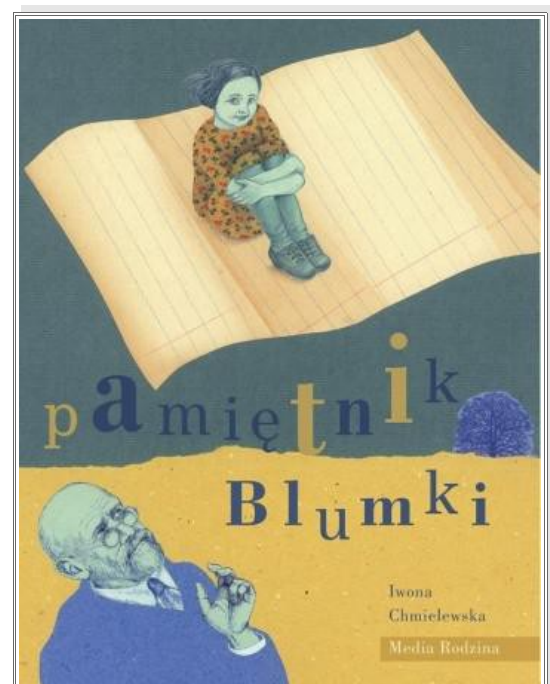
Wyspa Culion jest piękna tak, jak jej okolice, jednak nikt nie jest tu z własnej woli. Amihan i jej mama uważają to miejsce za dom.

Raj kończy się z przybyciem tajemniczego urzędnika z daleka, kiedy to ludzie zostają podzieleni na dwie grupy. Amihan zostaje rozdzielona z mamą i trafia do sierocińca. Chce uratować chorą mamę i wyrusza w niebezpieczną podróż.

Pamiętnik Blumki - Iwona Chmielewska

Na ulicy Krochmalnej 92 w stolicy mieści się Dom Sierot. Blumka opisuje mieszkających tam ludzi i czasami zamiast pisać, rysuje.

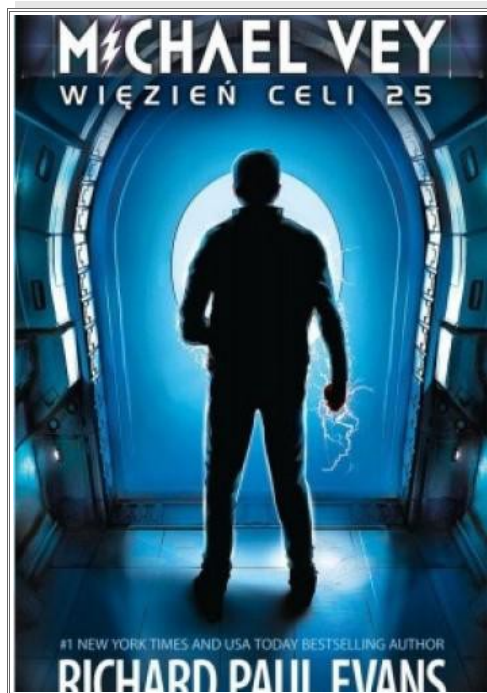
Wszystko jednak zmienia się w momencie gdy wybuch wojna. Historia o tym, jak kochać dziecko, ale delikatnie.



Dla starszych:

Michael Vey. Więzień celi 25 – Richard Paul Evans

Michael ma 14 lat, zespół Tourette'a i prąd elektryczny w sobie. To czyni go wyjątkowym, ale również zmniejsza poczucie bezpieczeństwa. Ktoś chce go przez to złapać, ale kto...



Król złodziei – Cornelia Funke

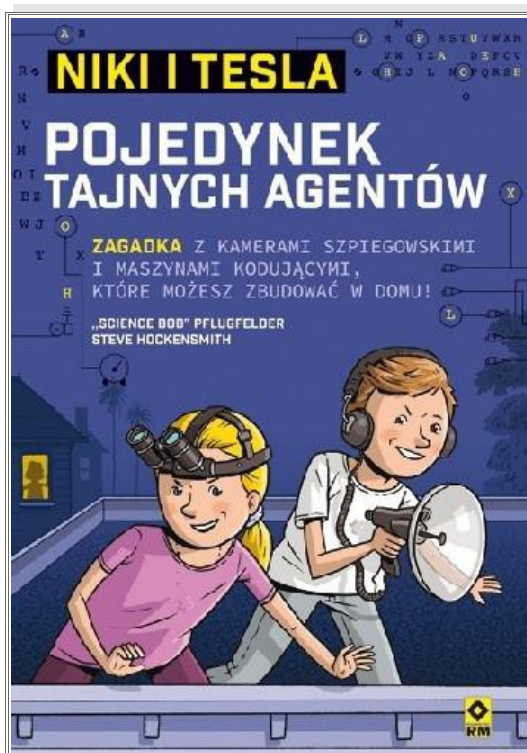
Prosper i Bo po śmierci matki uciekają od swojej ciotki, Estery. Z opowieści mamy Wenecja to baśniowe miasto, do którego uciekają z Hamburga. Nie oni jedni są gośćmi w tym mieście....

Niki i Tesla. Pojedynek tajnych agentów – Steve Hockensmith

Jedenastolatki – Niki i Tesla – rozwiązują zagadkę, dotyczącą pojawienia się szpiega w domu ich wujka.

W celu odkrycia jego tożsamości tworzą różne maszyny – od maszyn kodujących do kamer szpiegowskich.

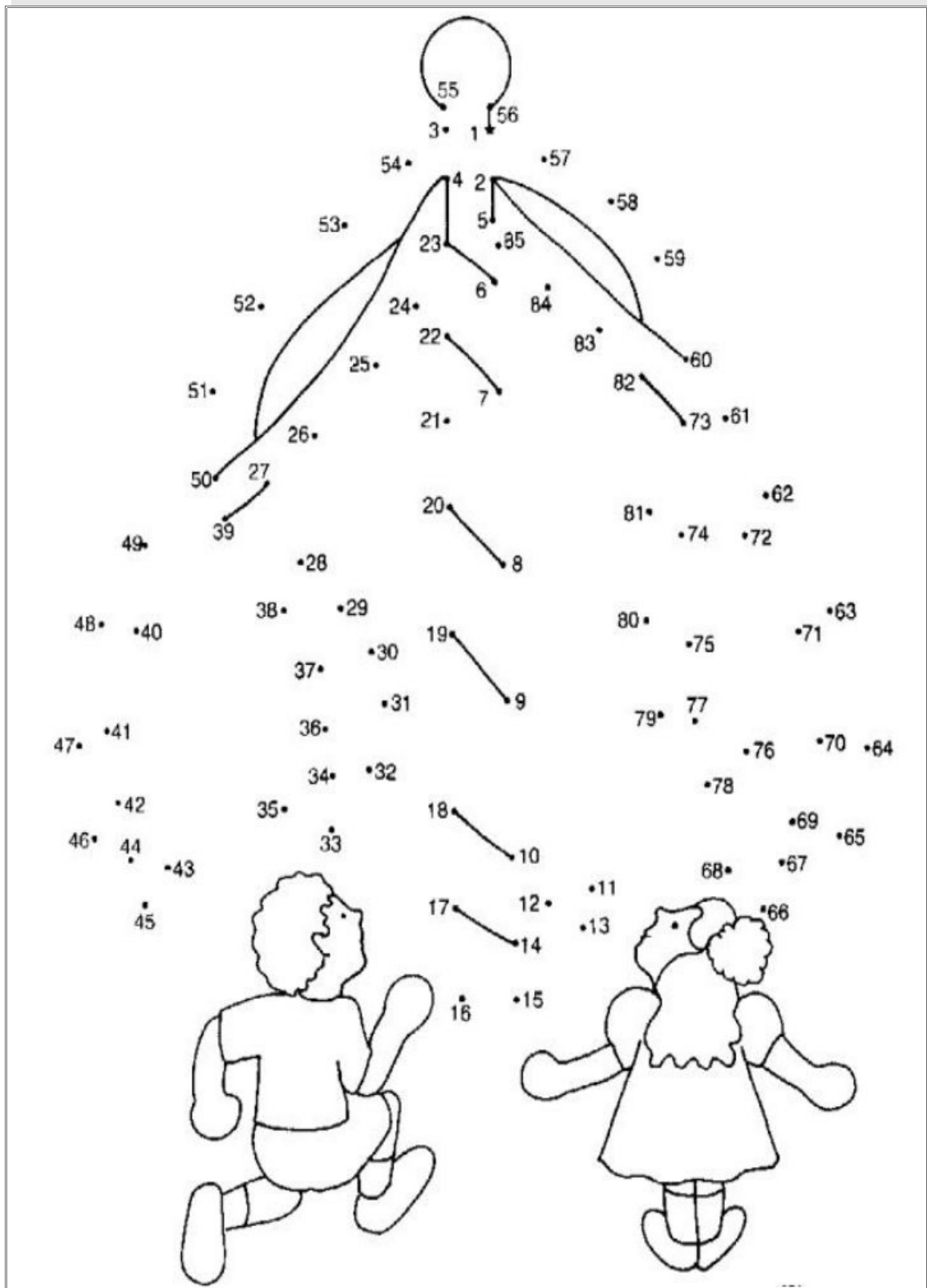
W książce są zawarte instrukcje, więc każdą z tych maszyn można skonstruować samemu.



Przygotowała: Amelia Panasiewicz

Łamigłówki

Połącz punkty według kolejności



Rozwiąż krzyżówki

1 Puszczasz go na wietrze
 2 Robisz to na basenie -
 3 Skacząc na niej, wykonujesz ćwiczenia.
 4 Jesz je w upalny dzień.
 5 Na przykład rowerem - co?
 6 W dzień świeci na niebie.
 7 Jest go dużo na plaży - co to jest?
 8 Zielona na kanapce.
 9 Jedyny ssak lądowy który nie umie skakać.
 10 Może być Letnia, lub zimowa.
 11 Piszesz nim w zeszytcie.
 12 od lodu.
 13 Pływa w oceanach i jeziorach

Nikoła Dorosz 5c

Poziomo:

2. Aluminiowe zamknięcie butelki
6. Roślina z kolcami
8. Rymowany tekst
9. Gryzoń mieszkający na drzewie
11. Pół człowiek pół byk
12. Mazurek Dąbrowskiego

Pionowo:

1. Miejsce przechowywania ubrań
2. Rysowana książka
3. Sprawdzenie wiedzy na koniec szkoły
4. Posiłek na świeżym powietrzu na np. kocu
5. Zielony ogr z filmu
7. Wielki gad sprzed milionów lat
8. Jej wzór chemiczny to H₂O
10. Satelita Ziemi, który odbija światło słoneczne

Przygotowała: Stefania Suhecka

Pokoloruj obrazek



<http://www.coloring-book.info>

Wstaw odpowiednie słowo do zdania.

by	<input type="text"/>	Podejdź do płota
no	<input type="text"/> byś pękł.
ż	<input type="text"/>	słuchaj.... mnie w końcu
oby	<input type="text"/> w zdrowiu żyli.
bodaj	<input type="text"/>	Marznął.... na takim śniegu.
że	<input type="text"/>	Ile..... razy mam powtarzać?
niech	<input type="text"/>	Proszę, pan wejdzie.

Połącz w pary

candyfloss	get a job	<input type="text"/>	kwaśne	<input type="text"/>	świeże
plate	blow out the candles	<input type="text"/>	serwetka	<input type="text"/>	miska
merry-go-round	sour	<input type="text"/>	pociąg strachu	<input type="text"/>	pomyśleć życzenie
become famous	make a fortune	<input type="text"/>	zjeżdżalnia wodna	<input type="text"/>	widelec
waterslide	rollercoaster	<input type="text"/>	bezzmakowe	<input type="text"/>	ożenić się
big-wheel	fork	<input type="text"/>	znaleźć pracę	<input type="text"/>	przeprowadzić się do miasta
sweet	knife	<input type="text"/>	talerz	<input type="text"/>	stać się sławny
tasty	get married	<input type="text"/>	smaczne	<input type="text"/>	słomka
stay in the village	napkin	<input type="text"/>	słodkie	<input type="text"/>	wata cukrowa
tasteless	travel around the world	<input type="text"/>	słone	<input type="text"/>	łagodne
mild	fresh	<input type="text"/>	nagroda	<input type="text"/>	zdmuchnąć świeczki
prize	move to the city	<input type="text"/>	karuzela	<input type="text"/>	zostać na wsi
salty	spoon	<input type="text"/>	łyżka	<input type="text"/>	kolejka górską
bowl	straw	<input type="text"/>	diabelski młyn	<input type="text"/>	zbić fortunę
make a wish	ghost train	<input type="text"/>	nóż	<input type="text"/>	podróż dookoła świata



I to już jest koniec

Redaktor naczelny: Amelia Panasiewicz

Redaktorzy tego numeru:

Nikola Dorosz, Maja Nowacka, Stefania Suchecka

Opieka redakcyjna:

p. Joanna Bartnik
p. Marta Kuczyńska

Współpraca:

p. Monika Anigacz, p. Marta Lackowska,
p. Ilona Winogrodzka

