

# LASPress

Czasopismo szkolne

Nr 13, I. 2018



## Nareszcie ferie!!

Życzymy wszystkim uczniom miłych, bezpiecznych ferii zimowych oraz odpoczynku po trudach pierwszego semestru nauki.

Niech ten wspaniały czas dostarczy Wam niezapomnianych wrażeń oraz wielu ciekawych przeżyć. Odpoczywajcie, cieszcie się przygodami, poznawaniem nowych miejsc i ludzi.

Mamy nadzieję, że wrócicie zadowoleni, uśmiechnięci, wypoczęci i z nową energią do pracy w drugim semestrze.

*Redakcja*

|   |   |
|---|---|
| <b>W tym numerze:</b>   |   |
| „Na każdy temat”, czyli jak nasi nauczyciele spędzają ferie?..... | 2 |
| Gdzie warto spędzić ferie zimowe?.....                            | 3 |
| Dzień Babci i Dziadka na świecie.....                             | 5 |
| Rady dla wyjeżdżających na ferie.....                             | 5 |
| Sezon na łyżwy rozpoczęty!.....                                   | 6 |
| Wiersz dietetyczny.....   | 7 |
| Horoskop.....   | 7 |
| Ferie w kuchni i... Szybkie Ciasto.....                           | 8 |



**Kochane Babcie i Dziadkowie,  
Z okazji zbliżającego się  
Waszego święta,  
życzymy dużo zdrowia,  
uśmiechu każdego dnia  
i niegasnącej pogody ducha.  
Żyjcie nam nie sto,  
ale trzysta lat!!**

*Redakcja*



„Na każdy temat”, czyli...

**jak nasi nauczyciele spędzają ferie zimowe?**

**p. Aneta Stępniaak:** *Pierwszy tydzień spędzę z synkiem w górach, a drugi jako opiekun na Zimie w mieście.*

**p. Sławomir Jochym:** *Narazie nie mam żadnych planów.*

**p. Mariola Kutyla:** *Nie mam żadnych planów ale może pojedę w rodzinne strony.*

**p. Katarzyna Hajn:** *Wyjeżdżam z rodziną i psem, na 10 dni po rozpoczęciu ferii zimowych.*

**p. Ivan Díaz Castaños:** *Nie wiem, ale będę odpoczywał.*

**p. Ewelina Tarczyk Ligas:** *Pojadę z moimi córkami w polskie góry.*

**p. Magdalena Tarwacka:** *Spędzę ferie z rodziną w górach.*

**p. Monika Jędrzejewska:** *Wyjeżdżam do Krynicy Górskiej na narty.*

**p. Małgorzata Cicha:** *Pierwszy tydzień spędzę na badaniach lekarskich, a drugi jako opiekun na Zimie w mieście.*

**p. Renata Kulon:** *Na pierwszy tydzień jadę w góry Świętokrzyskie, a drugi tydzień spędzę jako opiekun na Zimie w mieście.*

**p. Marysia Tomczak:** *Drugi tydzień spędzę jako opiekun na Zimie w mieście.*

**p. Marta Obszyńska:** *Pierwszy tydzień spędzę jako opiekun na Zimie w mieście, a drugi będę pracowała.*

Przygotowały: Iga Dźwigała i Dorota Gawryszewska, kl. 5a



# Gdzie warto spędzić ferie zimowe?

Ferie zimowe to jedna z fajniejszych przerw szkolnych, ponieważ można w tym czasie wyjechać zarówno do ciepłych jak i do zimnych krajów.

Proponujemy kilka ciekawych kierunków, w tym Austrię, Tajlandię i oczywiście Polskę.

## Dlaczego Austria?

Jest to wymarzone miejsce na spędzenie ferii zimowych w gronie rodzinnym. Szlaki nie są łatwe, ale dzięki temu nie ma tłoku na stokach. Z gór rozciąga się wspaniały widok na ośnieżone lasy, wysokie góry i malownicze dachy domów. Po nartach możemy korzystać z wszelkich dobrodziejstw miasteczek, a jedną z ciekawszych rozrywek są baseny termalne.



W Austrii znajdują się też profesjonalne skocznie narciarskie, można wtedy oglądać turnieje skoków narciarskich, a także kibicować swojemu krajowi. Austria to prawdziwy raj dla narciarzy.



Na ferie można wyjechać też do kraju egzotycznego np. Tajlandii. Jest to miejsce nie tylko piękne, oferujące masę różnorodnych wrażeń, ale również przyjazne turystom (nawet tym podróżującym z małymi dziećmi). Jest to kraj tętniący życiem, pełen korków, wielkich wieżowców, ale również tajemniczych zaułków. Są tam cudowne plaże, tajemnicze świątynie, a także niespotykane w Europie sierocińce dzikich zwierząt np.

śloni. I oczywiście tajska kuchnia jedna z najbardziej lubianych na świecie. Przeżycia kulinarne w

Tajlandii dostępne są dla każdego, nie trzeba mieć dużo pieniędzy żeby posmakować tego co najlepsze, bo na ulicy znajdziemy wyjątkowe i oryginalne smaki. Tajlandia to miejsce idealne na wyjazd zimą. Gdy u nas wokół zimno, szaro i mokro, tam czeka słońce i soczyste owoce..



## A w Polsce?

W naszym kraju też mamy bardzo dużo możliwości na ciekawe spędzenie ferii zimowych. Można wyjechać zarówno na narty jak i udać się na zwiedzanie ciekawych rejonów i zakątków.


W trakcie ferii można np. schować się pod ziemią, mamy w Polsce kilka godnych uwagi miejsc tego typu. Jednym z najciekawszych jest szlak turystyczny po podziemiach Rynku Głównego w

Krakowie lub kopalnia soli w Wieliczce. Jedną z najdłuższych podziemnych tras w kraju znajdziemy natomiast pod ulicami Sandomierza, system połączonych korytarzami piwnic i składów kupieckich powstał na przestrzeni XIII i XIV wieku.



# Dzień Babci i Dziadka na Świecie

W Polsce Dzień Babci obchodzimy 21 stycznia, a Dzień Dziadka 22 stycznia. Wtedy dziękujemy dziadkom za troskę o nas, dając im kolorowe laurki i prezenty.



W Stanach Zjednoczonych od 1978 roku babcie i dziadkowie świętują wspólnie - **Narodowy Dzień Babci i Dziadka** obchodzony jest od 1978 roku we wrześniu, w pierwszą niedzielę po Dniu Pracy. Oficjalnymi kwiatami święta są niezapominajki. Skomponowano z tej okazji także specjalny hymn autorstwa pt. „A Song For Grandma and Grandpa”, czyli po prostu "Piosenka dla Babci i Dziadka".

**We Francji** dzień dedykowany babciom (obchodzony od 1987 roku) przypada na pierwszą niedzielę marca, a dziadkom - pierwszą niedzielę października. Pomysłodawcą święta była marka Le Café Grand'Mère, ale mimo komercyjnego pochodzenia dzień zyskał znaczną popularność i od ćwierć wieku Francuzi chętnie go obchodzą.

**Włoskie** święto babć i dziadków, czyli La Festa dei nonni przypada na 2 października i został ustanowiony w 2005 roku. Data została wybrana nieprzypadkowo - tego dnia w Kościele katolickim przypada święto Świętych Aniołów Stróżów. Podobnie, jak w Stanach Zjednoczonych, oficjalnym kwiatem święta jest niezapominajka.

**W Australii** Dzień Babci i Dziadka obchodzi się pierwszej niedzieli listopada od 2010 roku.

**W Estonii** Dzień Babci i Dziadka celebrowano po raz pierwszy dopiero w 2010 roku, święto ustanowiono na drugą niedzielę września.

**Japonia** jest krajem, w którym ludzie starsi traktowani są z należnymi im honorami. W kraju tym nie obchodzi się co prawda dnia Babci czy Dnia Dziadka, ale niezmiennie od 1966 roku Japończycy świętują Dzień Szacunku dla Wieku. Święto to obchodzone jest 15 września. Japonia jest krajem, w którym osoby starsze darzone są niezwykłym szacunkiem i właśnie dlatego można powiedzieć, że Dzień Dziadków obchodzony jest przez cały rok. Szacunkiem obdarzają dziadków przeważnie ludzie młodzi, dla których starsi są autorytetem w kwestii życia i moralności.

Źródło: focus.tv, senior.pl

Opracowała: Sonia Wagner, kl. 4D



## Rady dla wyjeżdżających na ferie

Już za momencik zaczną się ferie. Żeby spędzić je miło i bezpiecznie należy znać kilka zasad. Oto one:

- Jeździj tylko na przygotowanych lodowiskach.
  - Nie zjeżdżaj przy ulicy np. na sankach, nartach.
- Upewnij się, że podczas zabawy śnieżkami nie ma w nich kamieni.
  - Nie liź zamrzniętych metalowych rzeczy.
  - Nie wchodź na zamrznięte jeziora, rzeki.
  - Nie jedz śniegu, bo mogą w nim być bakterie.
- Nie ufaj obcym i nie przyjmuj żadnych prezentów.



Życzę wszystkim miłych i bezpiecznych ferii.

Opracowała: Jagoda Kostrzewska, kl. 4 B

## Sezon na łyżwy rozpoczęty!

Wraz z pierwszymi mrozami w parkach i na skwerach większych miast powstają lodowiska, które przyciągają wszystkich miłośników jazdy na łyżwach.

Jest to świetna okazja, by trochę się poruszać, poprzebywać na świeżym powietrzu, poprawić kondycję i miło spędzić czas z przyjaciółmi lub z rodzicami.

Wszystkie osoby, które nigdy nie jeździły na łyżwach, powinny zacząć od nauki prawidłowego upadania! Zazwyczaj pierwszy kontakt z łyżwami kończy się drobnymi stłuczeniami. Warto zatem wiedzieć, jak upadać, żeby nie zrobić sobie krzywdy.

Istotne jest to, aby przed upadkiem ugiąć kolana, pochylić się lekko do przodu i na bok. Przy podpieraniu się dłońmi, palce powinny być złożone w pięści, aby osoba przejeżdżająca obok, nie przejechała po palcach. Przy podnoszeniu dłonie powinny być ułożone między stopami.

Dla osób, które jeżdżą na rolkach lub na wrotkach nauka jazdy na łyżwach nie będzie stanowić problemu. Stawiając pierwsze kroki na lodzie, można przytrzymać się bandy lub trzymać kogoś za rękę. **Warto pamiętać, że upadki czasem się zdarzają i najważniejsze jest to, by się nie zniechęcać bo jazda na łyżwach to prawdziwa frajda i super zabawa!**



W tym sezonie w Warszawie uruchomiono 16 lodowisk.

Adresy ślizgawek w naszej okolicy:

- Wawer: OSiR Wawer przy ul. V Poprzecznej 22, lodowisko zadaszone, płatne
- Praga-Południe: Stadion Narodowy, al. Poniatowskiego 1, lodowisko zadaszone, płatne
- Praga-Południe: Zespół Szkół nr 37 przy al. Stanów Zjednoczonych 24, lodowisko zadaszone, bezpłatne
- Śródmieście: przed Pałacem Kultury i Nauki, lodowisko odkryte, bezpłatne
- Śródmieście: Rynek Starego Miasta, lodowisko odkryte, płatne

### Ważne!

Korzystaj tylko ze sztucznych lodowisk!  
Nie wchodź na lód powstały na stawach,  
jeziorach czy rzeczkach!  
Ryzyko załamania się lodu jest tam zbyt duże.

### Słownik

Łyżwy po angielsku - *skates*  
Łyżwy po niemiecku- *Schlittschuhe*  
Łyżwy po islandzku- *skata*  
Łyżwy po japońsku- *スケート*

Jak pozbyć się zbędnych kilogramów po świętach? Pomoże nam w tym fragment wiersza:



Kto nam potrafi mądrze doradzić?  
Jak z plagą tycia sobie poradzić?

Jest taka dieta od wieków znana,  
Dziś żartobliwie "M-Ż" nazwana.  
Czy odszyfrować ten skrót się skusisz?  
Znaczy on tyle, że Mniej Żreć musisz!

Odrzuć zasmażki, chipsy i sosy,  
Smalec, rolady, tłuste bigosy.  
Lekkie potrawy teraz zastosuj,  
Miast mięs smażonych - rybę ugotuj.

O swojej diecie, z nadejściem wiosny,  
Chwali się wszem rodak radosny!

*Laura Romiszewska*

## HOROSKOP Z PRZYMRUŻENIEM OKA

### Baran

czas będzie pędził jak szalony. Zanim się obejrzyś, nadejdzie przerwa świąteczna, potem ferie... Nie odkładaj nauki na potem, bo pod koniec semestru może się okazać, że masz spore zaległości!

### Byk

W najbliższych miesiącach poświęcisz się przyjacielom lub rodzinie. Ktoś bliski będzie potrzebował Twojego wsparcia, a Ty oczywiście mu go udzielisz i spieszysz się na medal. Dzięki temu poczujesz się potrzebny i doceniany przez innych

### Lew

Zapał do szkoły będzie widoczny jeszcze na długo przed pierwszym dzwonkiem. Lew jest niezwykle ambitny, nie zawsze ma środki, by osiągnąć to co chce.

### Koziorożec

Nie wiadomo skąd pojawi się w Tobie nagle ogromna dawka pewności siebie i zdecydowania.

### Wodnik

Uwolnisz się od tego, co najbardziej Cię męczyło i śmiało ruszysz przed siebie, wykorzystując wszystkie szanse, które podeśle Ci los

### Skorpion

Świat będzie względem Ciebie wymagający, ale Tobie uda się sprostać zadaniu, które przed Tobą postawi.

### Ryby

ktoś w końcu doceni Twój talent! Może napiszesz opowiadanie, za które otrzymasz główną nagrodę w konkursie, lub namalujesz obraz, który potem pojawi się w jakiejś galerii sztuki?

### Rak

Wydarzenia: Na początku semestru będziesz walczyć z rutyną i monotonią. I wygrasz tę walkę - nie pozwolisz na to, by nuda na stałe wkroczyła do Twojego życia i odebrała Ci energię.

### Panna

Same dobre wydarzenia! Takiego horoskopu każdy Ci pozazdrości, bo wygląda na to, że na Twojej drodze nie pojawią się żadne przeszkody.

Wydarzenia: Ten rok będzie dużo spokojniejszy od poprzedniego. Uda Ci się znaleźć więcej czasu na odpoczynek i ulubione zajęcia.

### Strzelec

Wydarzenia: Wokół Ciebie będzie się działo tak dużo, że zamarzysz, żeby doba trwała nie 24, ale 48 godzin. Zapomnisz, co to znaczy odpoczynek i lenistwo.

### Bliźnięta

Podczas tej zimy nauczysz się jeździć na łyżwach. Może warto pomyśleć już o własnym sprzęcie?

### Waga

Szkoda czasu na rozmyślanie, gdzie pojechać w tym roku na narty. Nie ważne gdzie, a ważne z kim. Pomyśl z kim warto byłoby spędzić ten wyjątkowy czas.



# Ferie w kuchni...

## Szron na szklance

**Potrzebne:** szklanka ,dwa talerze ,woda , cukier.

**Przygotowanie:** do jednego talerza wlej wodę a do drugiego wsyp cukier. Następnie szklankę obróć do góry dnem, namocz jej brzegi w wodzie, a potem w cukrze i ... gotowe.

## Sernik Babcí Ani

**Potrzebne:** 1kg mielonego sera, 3 szklanki mleka, 2 budynie śmietankowe lub waniliowe, 2 szklanki cukru pudru, 4 łyżki oleju, 6 żółtek.

**Przygotowanie:** ser rozetrzeć+6 żółtek+4 łyżki oleju+2 szklanki cukru+mleko z rozpuszczonymi budyniami (surowe)+rodzynki - wszystko dokładnie zmiksować.

### Ciasto kruche do sernika

**Potrzebne:** 3 żółtka, dwie szklanki mąki, 1/2 kostki margaryny, 1/2 szklanki cukru, 2 łyżeczki proszku do pieczenia.

**Przygotowanie:** Ciasto zagnieść i wyłożyć nim blachę, wlać przygotowany wcześniej ser (będzie rzadki) i piec około 40 min. w 180 stopniach.

Opracowała: Jagoda Kostrzewska, kl. 4B

## Szybkie Ciasto!

### Składniki:

- 4 jaja
- 1 szklanka cukru
- 2 szklanki mąki
- 2 całe brzoskwinie (z puszki)
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- ½ szklanki oleju
- ½ szklanki wody
- Trochę bułki tartej



### Przygotowanie:

Jajka zmiksować z cukrem na sztywną masę, dodać mąkę i powoli dolewać olej, potem wodę. Gdy masa będzie jednolita dodać proszek do pieczenia. Blachę wysmarować masłem i posypać bułką tartą. Do blachy wlać masę.

Na górę ciasta położyć brzoskwinie, piec w 180° przez 40 minut.

Smacznego!

Opracowała: Marta Materny, kl. 5 A