

# MŁODZI

NR 7/2021/2022

GNIEWNI

**DZIEŃ  
ZIEMI**

**WIZYTA  
DELEGACJI  
Z NIEMIEC**

**I TURNIEJ  
EKOLOGICZNY  
W GOK-u**

WYWIAD Z PANIĄ KAROLINĄ STEFAŃCZYK



**Opiekun:** pani Wiesława Wojterek

**Redaktor naczelny:** Kajetan Perliński

**Okładka, pomoc techniczna:** pan Łukasz Czarnecki

**Na okładce:** Pola Barnowska

**Redakcja:** Justyna Borkowska, Filip Bzdyra, Jakub Jarmoń, Justyna Kucharczyk, Szymon Mazur, Igor Pawłowski, Allan Tomczyk, Aleksandra Zwonik

**Przy współpracy:** pani Karoliny Stefańczyk, pani Izabeli Kampczyk, pani Joanny Rentflejsz-Panek, pani Aleksandry Sadowskiej, pani Anety Stefańczyk, pana Rafała Wiewióry, pana Grzegorza Kuczaja, Poli Barnowskiej, Hanny Janke, Kamili Kucharczyk, Oliwiera Mulaka, Andżeliki Starzyńskiej, Leny Witczak, Michaliny Wygnańskiej.

## **Spis treści:**

WYWIAD Z PANIĄ KAROLINĄ STEFAŃCZYK	4
WYCIECZKA DO LEŚNEGO BANKU GENÓW	8
WIZYTA DELEGACJI Z NIEMIEC 08.04 - 10.04.2022	9
FESTIWAL PIOSENKI W RYTMIE WIOSNY	11
WARSZTATY ROBIENIA PISANEK	12
DZIEŃ ZIEMI	13
I TURNIEJ EKOLOGICZNY W GMINNYM OŚRODKU KULTURY	15
BURZA- SPEKTAKL WYREŻYSEROWANY PRZEZ NATURĘ	18
MAJOWE PRZYSŁOWIA	20
MEDYTACJA- ZAGŁĘBIENIE SIĘ W MYŚLACH	21
DOMOWE MASECZKI NA WIOSNĘ	22
BŁYSZCZYK - BRAT SZMINKI	24
HUSKY – CO MUSISZ WIEDZIEĆ O TEJ RASIE?	26
KOŃ ANDALUZYJSKI	28
REKSIO - NAJSYMPATYCZNIEJSZY BAJKOWY PIESEK	29
PRZYSMAKI W CHIŃSKIM KLIMACIE	32
HOT - DOG, CZYLI GORĄCY PIES	35
ZNACZENIE IMION	37
RZUT MŁOTEM	38

## WYWIAD Z PANIĄ KAROLINĄ STEFAŃCZYK

*Pani Karolina Stefańczyk to młoda koszykarka, obecnie zawodniczka Ślęzy Wrocław. Reprezentantka kraju w koszykówce. Prywatnie córka naszej germanistki- Pani Anety Stefańczyk. Pani Karolina opowie czytelnikom gazetki, jaka była jej droga do sportowego sukcesu.*

Karolino, Twoja przygoda z koszykówką zaczęła się w Jeleniej Górze. Pamiętasz, kiedy powiedziałaś sobie: „To jest to!”?

**Jako dziecko uczęszczałam na wiele zajęć: gitara, hip-hop, bardzo długo pływałam. Kiedy zaczęło się pojawiać więcej obowiązków i nauki, musiałam z czegoś zrezygnować. Została koszykówka. Pewnego dnia po prostu stwierdziłam, że nie chcę już wychodzić z treningu.**

Jakie predyspozycje musi mieć dziewczyna, żeby zostać koszykarką?

**Oczywiście przyjęło się, że w koszykówce ważny jest wzrost i poniekąd to prawda, wtedy jest trochę łatwiej, ale trzeba mieć też dobre umiejętności motoryczne i nie bać się ciężkiej pracy.**





Kiedy ukończyłaś gimnazjum, postanowiłaś kontynuować naukę w poznańskim liceum. Dlaczego nie skorzystałaś z oferty szkół znajdujących się bliżej domu rodzinnego?

**To był bardzo ciężki wybór, miałam wiele propozycji z różnych klubów. Wówczas jednak nie patrzyłam na odległość. Zależało mi na tym, aby to było miejsce, gdzie będę miała najlepsze warunki i najbardziej się rozwinę. Na tamten czas był to właśnie Poznań.**

Teraz, z perspektywy czasu, uważasz, że wyjazd do szkoły ponadpodstawowej do odległego miasta był dobrym wyborem?

**Oczywiście, nie było innego wyjścia. Gdybym została tutaj, pewnie przestałabym grać w koszykówkę. W Jeleniej Górze nie było szansy na dalszy rozwój.**



Jesteś reprezentantką kraju w koszykówce. Jak się nią zostaje, bo przecież nie każdy sportowiec reprezentuje Polskę?

**Raczej nie ma na to recepty. Myślę, że trzeba ciężko pracować, mieć pewne predyspozycje, odrobinę talentu i spotkać odpowiednich ludzi na swojej drodze, dzięki którym można się rozwinąć.**

Grałaś w Enea AZS Poznań, potem GTK Gdynia. Obecnie jesteś zawodniczką Ślęzy Wrocław. Najdłużej grałaś w poznańskim klubie. Dlaczego teraz stolica Dolnego Śląska?

**W Enei grałam bardzo długo, poczułam, że potrzebuję zmian. W Gdyni byłam krótko, zaledwie 2 miesiące, tam doznałam kontuzji i musiałam przejść żmudną rehabilitację. Jak doszłam do siebie, otrzymałam propozycję od trenera Ślęzy i ostatecznie zdecydowałam się na Wrocław. Myślę, że to był dobry wybór.**

Grasz na pozycji niskiej skrzydłowej. Proszę, „odszyfruj” nam to...

**Gram na różnych pozycjach, tak naprawdę od 2 do 4, czyli jako zawodniczka obwodowa i ta wysoka pod koszem.**

Koszykówka to sport kontuzyjny?

**Jest to sport kontaktowy, więc występuje wysokie ryzyko kontuzji.**

Kiedy koszykarz przechodzi na emeryturę?

**Ha, ha, ha..., to zależy, jak długo ma siłę grać i jak długo dopisuje mu zdrowie.**

Jakie masz marzenia związane z koszykówką?

**Chciałabym pojechać na Igrzyska Olimpijskie w koszykówce 3x3.**

Co studiujesz, Karolino?

**Studiuję inżynierię bezpieczeństwa. 2 lata studiowałam na Politechnice w Poznaniu, a we Wrocławiu kontynuuję ją na Uniwersytecie Przyrodniczym.**



Jak godzisz naukę z treningami, meczami?

**Nauczanie zdalne, które było przez pandemię, trochę pomagało, wtedy łatwiej było mi wszystko połączyć. Oczywiście trzeba dobrze rozplanować czas, być zdyscyplinowanym i konsekwentnym. Przyznaję jednak, że póki co, praktycznie nie mam czasu prywatnego.**



*Zdjęcia z archiwum Pani Karoliny Stefańczyk*

Jeśli znajdujesz chwilę na odpoczynek, to w jaki sposób się relaksujesz?

**Jeżeli znajdę chwilę, lubię wyjść ze znajomymi na jakieś dobre jedzonko lub do kina.**

Jakiej rady udzieliłabyś naszym uczniom, którzy trenują jakąś dyscyplinę sportową?

**Najważniejszy jest cel- jeżeli się go ma, to w drodze do jego osiągnięcia trzeba mieć świadomość ciężkiej pracy, wielu wyrzeczeń, zdyscyplinowania i determinacji.**

**Jednak, kiedy się go osiągnie, wówczas nie ma nic piękniejszego i czujesz, że twój wysiłek się opłacił.**

*Wywiad z Panią Karoliną Stefańczyk, na prośbę redakcji, przeprowadziła Pani Aneta Stefańczyk.*

## WYCIECZKA DO LEŚNEGO BANKU GENÓW

30 marca klasy 8a i 8c pod opieką Pań- Joanny Rentflejsz-Panek oraz Małgorzaty Sochackiej udały się na wycieczkę do Leśnego Banku Genów w Kostrzycy.

Pierwszym punktem programu wycieczki była prezentacja opisująca życie lasu. Potem dostaliśmy karty pracy, które sprawdziły, jak dużo zapamiętaliśmy informacji, m.in. o nasionach drzew.



*Zdjęcie z archiwum Oliwiera Mulaka*

Następnie udaliśmy się do laboratoriów, w których m.in. zaobserwowaliśmy pracę nad szyszkami różnych drzew (ocena nasion, przygotowywanie ich do przechowania oraz samo ich przechowywanie).

Nasza wycieczka zakończyła się oprowadzeniem po ogrodzie Leśnego Banku Genów, w którym znajdują się zbiorniki wodne oraz rośliny takie jak: kolekcja roślin wrzosowatych, kolekcja roślin miododajnych, sosny, jodły, świerki, brzozy, klony, lipy i wiele innych odmian. Tam pożegnaliśmy się z panią ekolog i udaliśmy się z powrotem do szkoły.

Oliwier Mulak



## WIZYTA DELEGACJI Z NIEMIEC 08.04-10.04.2022

### Wspólne działanie na rzecz uchodźców z Ukrainy

*Współpraca z organizacjami pozarządowymi i Gminą Leopoldshöhe trwa już od ćwierćwiecza. Wzajemna przyjaźń i zaangażowanie na przestrzeni lat pozwoliły na zrealizowanie wielu projektów o charakterze kulturalnym, społecznym, turystycznym, jak i gospodarczym.*

Tym razem nasi przyjaciele z Niemiec wsparli materialnie i finansowo uchodźców z Ukrainy przebywających w gminie Mysłakowice. Duży bus transporter z przyczepą przywiózł od mieszkańców niemieckiej miejscowości: artykuły chemiczne, higieniczne, zabawki, ubrania, buty oraz 100 w pełni wyposażonych w artykuły szkolne plecaków dla nowych uczniów z Ukrainy. Wszystkie wyżej wymienione materiały zostały przekazane do szkół i przedszkoli na ręce dyrektorów w trakcie sobotniego objazdu. W planie wizyty były odwiedziny w przedszkolach - w Mysłakowicach i Łomnicy, szkołach- w Kostrzycy, Łomnicy i Mysłakowicach, Gminnym Ośrodku Pomocy Społecznej oraz na budowie nowo budowanej szkoły.

Wspólna wizyta w gminnych placówkach miała na celu pokazanie naszym partnerom, jak rozwinęły się nasze jednostki oświatowe i społeczne na przestrzeni ostatnich trzech lat oraz jak radzą sobie z obostrzeniami dotyczącymi Covid- 19 i formami pomocy uchodźcom ze wschodniej granicy.

Wszyscy składamy serdeczne podziękowania naszym przyjaciołom z gminy Leopoldshöhe za udzieloną i nieocenioną pomoc oraz długoletnią współpracę.

Aneta Stefańczyk



*Wypakowanie darów przywiezionych przez niemiecką delegację.*



*Pan dyrektor Andrzej Dąbek z obdarowanymi uczniami.*

*Zdjęcia z archiwum pani Anet Stefańczyk*



## FESTIWAL PIOSENKI W RYTMIE WIOSNY

*Byle do wiosny- tak sobie powtarzamy jesienią i zimą. GOK w Mysłakowicach znalazł dobry sposób na wywołanie upragnionej pory roku- zorganizował festiwal piosenki.*

09.04.2022 roku w Gminnym Ośrodku Kultury w Mysłakowicach odbył się festiwal piosenki pod hasłem „Byle do wiosny”.

Uczennice klasy 3a- Pola Górowska-Dahali i Marysia Mosor, przygotowane przez Panią Dorotę Liszcz, zajęły 1. miejsce w kategorii: zespoły 1-3.

Z kolei grupa wokalna kółka artystycznego z naszej szkoły pod kierownictwem Pana Rafała Wiewióry „wyśpiewała” 2. miejsce w kategorii: zespoły klas 4-8. Zuzanna Chorostil, Justyna Kucharczyk, Jakub Jarmon, Kewin Niewiarowski, Michał Rzeźnikiewicz, Jaśmina Śliwa, Daria Wieloch, Michalina Wygnańska, Aleksandra Zwonik, z gościnnym występem Nadii Góreckiej, zaprezentowali dwie piosenki: „Zamawiam słońce” oraz „Stokrotkę”.

Wszystkim wokalistom serdecznie gratulujemy!

Kamila Kucharczyk



*To oni wyśpiewali wiosnę!*

*Zdjęcie z archiwum p. Rafała Wiewióry.*

## WARSZTATY ROBIENIA PISANEK

*Wielkanocne pisanki to nieodłączny element tradycji, nie tylko naszej, ale i ukraińskiej. Mieliśmy okazję się o tym przekonać na warsztatach, które przeprowadziła mama naszej ukraińskiej koleżanki i naszego ukraińskiego kolegi.*

12 kwietnia klasa 4b przygotowywała się do Wielkanocy, biorąc udział w warsztatach robienia pisanek. Zajęcia przygotowała i poprowadziła pani Oksana Kudziashova.

Na początku zajęć pani Oksana opowiedziała nam o ukraińskich tradycjach wielkanocnych. Na warsztatach mieliśmy okazję poznać techniki ozdabiania jajek. Do zdobienia używaliśmy wosku, kolorowych barwników, brokatu. Interesująca była metoda polegająca na przyklejaniu elementów serwetki białkiem z kurczego jaja. Powstały piękne, kolorowe pisanki, które ozdobiły nasze wielkanocne koszyczki.

Serdecznie dziękujemy pani Kudziashovej za twórcze warsztaty.

Redakcja



Fot. Wojterek

## DZIEŃ ZIEMI

Światowy Dzień Ziemi, obchodzony 22 kwietnia, to doskonały pretekst, by uważniej przyjrzeć się kondycji błękitnej planety. Z tej okazji w naszej szkole odbył się "Piknik z klimatem". Było to bardzo inspirujące wydarzenie. Uczniowie klas 4-8 przygotowali przedstawienia, piosenki, prezentacje i pokazy eko-rozwiązań, które każdy z nas może stosować codziennie. Już wiemy, czym jest "zero waste" i jak z resztek zrobić pyszne danie, znamy ekologiczne źródła energii, potrafimy segregować odpady, dać nowe życie starym ubraniom, samodzielnie zrobić naturalne kosmetyki, doceniamy wodę z kranu i zioła z domowego ogródka. Tę wiedzę i umiejętności postaramy się wykorzystywać na co dzień. To bardzo ważne, by nasza proekologiczna postawa nie była jednorazową aktywnością, tylko stylem życia – dla klimatu, dla Ziemi, dla nas.

Joanna Rentflejsz – Panek







*Fot. archiwum Joanna Rentflejsz – Panek*

## RAZEM MOŻEMY WIĘCEJ

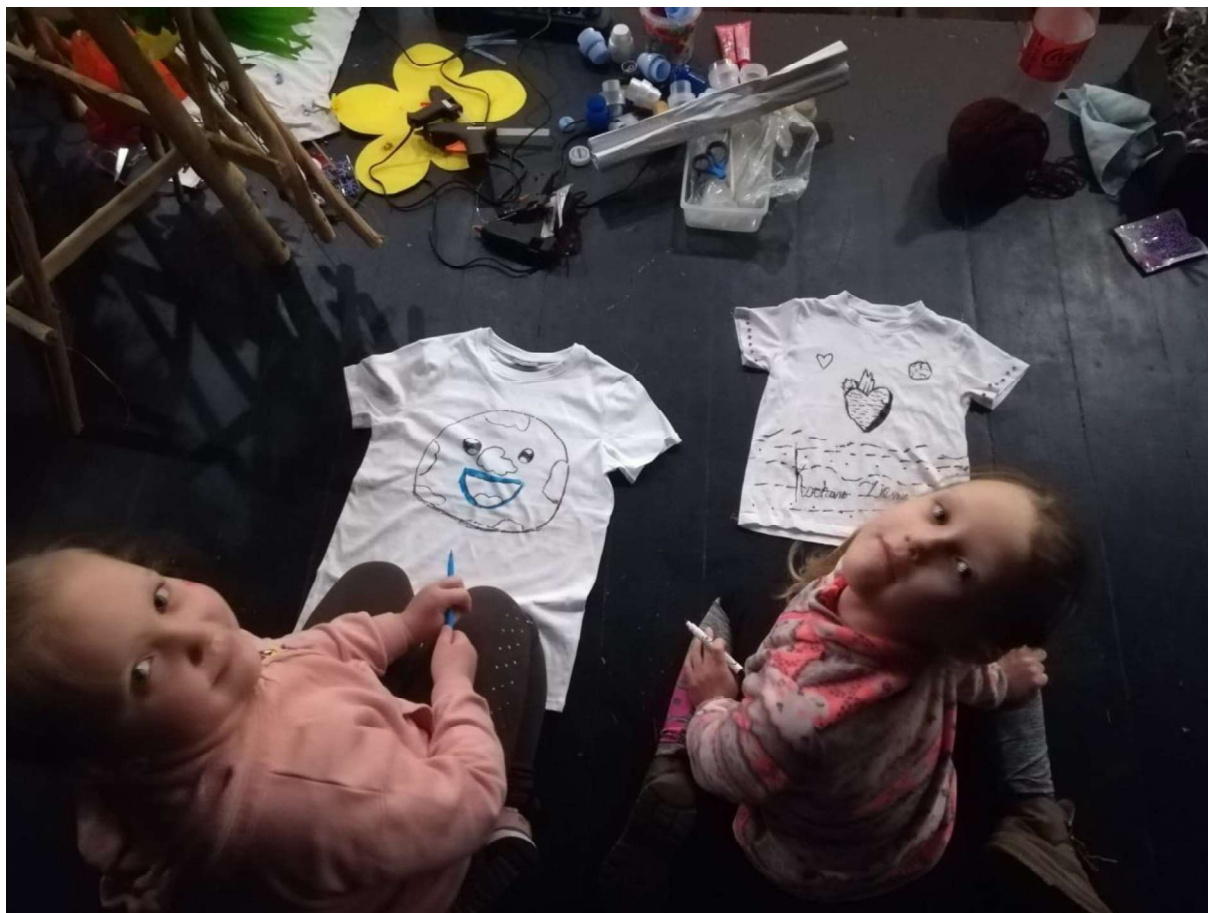
### I TURNIEJ EKOLOGICZNY W GMINNYM OŚRODKU KULTURY

*Najlepszym antidotum na zmartwienia jest zajęcie się sprawami przyziemnymi. Jeśli dodatkowo wdrożymy zasadę zawartą w popularnym ostatnio hasle: **Myśl globalnie, działaj lokalnie**, to mamy gotowy przepis na uczynienie spraw „przyziemnych” przy-Ziemi, a to już całkiem inna kategoria...*

O tym, jak nasze drobne, codzienne zachowania tworzą globalną rzeczywistość i co możemy zrobić, żeby ją efektywnie odmieniać na lepsze, przekonaliśmy się, uczestnicząc w zorganizowanym przez GOK w Mysłakowicach Turnieju Ekologicznym. W szranki stanęły 20-osobowe reprezentacje szkół podstawowych z naszej gminy. Ideą Turnieju było obudzenie w młodym pokoleniu przekonania, że wszyscy mamy wpływ na losy naszej planety, a zacząć działać na rzecz harmonijnego współistnienia ludzi i przyrody możemy w każdej chwili i bez wyrzeczeń. Uczniowie poznali sposoby kreatywnego wykorzystania odpadów (tworzenie biżuterii z makulatury czy zabawnych postaci Ekoludków), mogli sprawdzić poziom swojej wiedzy na temat ekologii, pisząc test. Mieli także okazję wykazać się kreatywnością, tworząc proekologiczne hasło reklamowe. Powstały szaszłyki owocowe (nic się nie zmarnowało 😊),



a nieużywanym dotąd ubraniom dzieci dały „drugie życie”, ozdabiając je i malując według własnych pomysłów.



Przestronną salę widowiskową GOK-u wypełniały dźwięki przyrody, więc nastrój sprzyjał relaksowi i oddaniu się z zaangażowaniem wszystkim zadaniom. Ostatecznie rywalizacja między szkołami zeszła na dalszy plan. Wkrótce po rozpoczęciu turnieju czuć było, że nasz udział ma przynieść refleksje i działania sięgające znacznie dalej niż zaszczytny moment odebrania Pucharu Wójta Gminy, o który toczyła się gra. Najbardziej chyba wzruszającym momentem było posadzenie przez każdą z drużyn dwóch drzewek owocowych na terenie przyległym do GOK-u; uczniowie nadali roślinkom imiona i obiecywali sobie, że nawet, jeśli wyjadą z Mysłakowic po skończeniu szkoły – wrócą, aby zobaczyć, jak urosły „ich” drzewa...





*Fot. Aleksandra Sadowska*

Na zakończenie otrzymaliśmy upominki od Urzędu Gminy; pan wójt, Michał Orman, zaszczyił nas swoją obecnością i wręczył pamiątkowe puchary wszystkim drużynom. Organizacje wspierające Turniej podarowały uczniom sadzonki świerków oraz wartościowe materiały edukacyjne.

Przyjemnie będzie za kilka lat zjeść czysty owoc prosto z „naszego” drzewa...

Aleksandra Sadowska

## BURZA- SPEKTAKL WYREŻYSEROWANY PRZEZ NATURE

*Burze są gwałtownymi zjawiskami atmosferycznymi, które obserwujemy w Polsce od kwietnia do października. Jest to niewątpliwie widowisko, które jednych zachwyca, innych przeraża.*

Aby powstała burza, potrzebne jest zderzenie mas ciepłego i zimnego powietrza. Ciepłe powietrze wypychane jest w górę w stronę powietrza zimnego, co je ochładza i powoduje wytworzenie pary wodnej, która z kolei przekształca się w krople wody. To zjawisko kondensacji, któremu towarzyszy duża energia. Schłodzone powietrze opada, w niższych warstwach atmosfery ponownie się nagrzewa i znowu unosi. Ten układ wznoszących się i opadających mas powietrza nazywa się konwekcją. W jej wyniku powstają chmury konwekcyjne, m.in. kłębiaste i kłębiasto-deszczowe. Te ostatnie - Cumulonimbusy - mogą powodować gwałtowne zjawiska pogodowe: silny wiatr, ulewy, opady gradu i burze. Burza jest zjawiskiem pogodowym, któremu towarzyszą pioruny i grzmoty.



Jak powstaje burza z piorunami?

W Cumulonimbusach, czyli chmurach kłębiasto-deszczowych, zachodzą wyładowania atmosferyczne, co sprzyja wystąpieniu burzy. Gorące powietrze unosi się, transportując na duże wysokości cząsteczki wody. Tam powstają krople wody i kryształki lodu, które zbierają ładunki elektryczne z powietrza. Kiedy liczba ładunków elektrycznych jest bardzo duża, powstaje wyładowanie elektryczne - przepływ prądu elektrycznego między chmurą burzową a ziemią. To wyładowanie elektryczne pomiędzy chmurą, a ziemią lub pomiędzy dwiema chmurami to właśnie piorun. Towarzyszą mu grzmoty i błyskawice. Burza z piorunami jest bardzo niebezpiecznym i gwałtownym zjawiskiem pogodowym- prąd powstający w wyniku wyładowania atmosferycznego

może mieć napięcie sięgające kilkuset milionów woltów.

Jak zachowywać się podczas burzy?

Zasady bezpieczeństwa podczas burzy zależą od miejsca, w którym się akurat znajdujemy. Najlepszym pomysłem jest przeczekać burzę w zamkniętym budynku. Pamiętajmy o poniższych zasadach zachowania podczas burzy.

W domu w czasie burzy:

- wyłącz urządzenia elektryczne i gazowe, nie używaj telefonu komórkowego;
- nie zostawiaj otwartych okien, zabezpiecz przedmioty na balkonie i parapecie;
- w przypadku silnej burzy schroń się pod ścianą nośną, z dala od okien

Burza na otwartej przestrzeni:

- nie stój pod samotnym drzewem, masztem, ani przewodami;
- schowaj się w zagłębieniu terenu lub pod mocną konstrukcją;
- nie dotykaj metalowych przedmiotów;
- nie korzystaj ze sprzętu elektrycznego (jest dobrym przewodnikiem prądu), wyłącz telefon komórkowy;
- nie jedź samochodem, zjedź na parking z dala od drzew;
- nie stój w rozkroku, kucnij ze złączonymi nogami;
- nie pływaj, wyjdź z wody i oddal się od brzegu;
- jeśli zauważysz niebezpieczne zdarzenia, zadzwoń po pomoc.

Jakub Jarmoń

Źródło: <https://tvn24.pl/tvnmeteo/najnowsze/jak-powstaje-burza-5189425>, Grafika Google



## MAJOWE PRZYSŁOWIA

*Przysłowia są mądrością narodu i częścią naszej kultury, dlatego nie wolno nam ich zapomnieć. W tym numerze prezentujemy przysłowia związane z majem.*

- Pierwszego maja deszcz, nieurodzaju wieszcz.
- Chłodny marzec, ciepły maj, będzie zboże jako gaj.
- Gdy w maju plucha, w czerwcu posucha.
- Grzmot w maju nie szkodzi, sad dobrze obrodzi.
- Jeśli w maju śnieg się zdarzy, to lato dobrze wyparzy.
- Grzmot w maju sprzyja urodzaju.
- Majowe błoto więcej niż złoto.
- Kiedy w maju wiatr z północy, ma się u nas zimno w nocy.
- Chłodny maj, dobry urodzaj.
- Na pierwszego maja szron obiecuje dobry plon.

Justyna Kucharczyk



Źródło: Grafika Google

## MEDYTACJA- ZAGŁĘBIENIE SIĘ W MYŚLACH

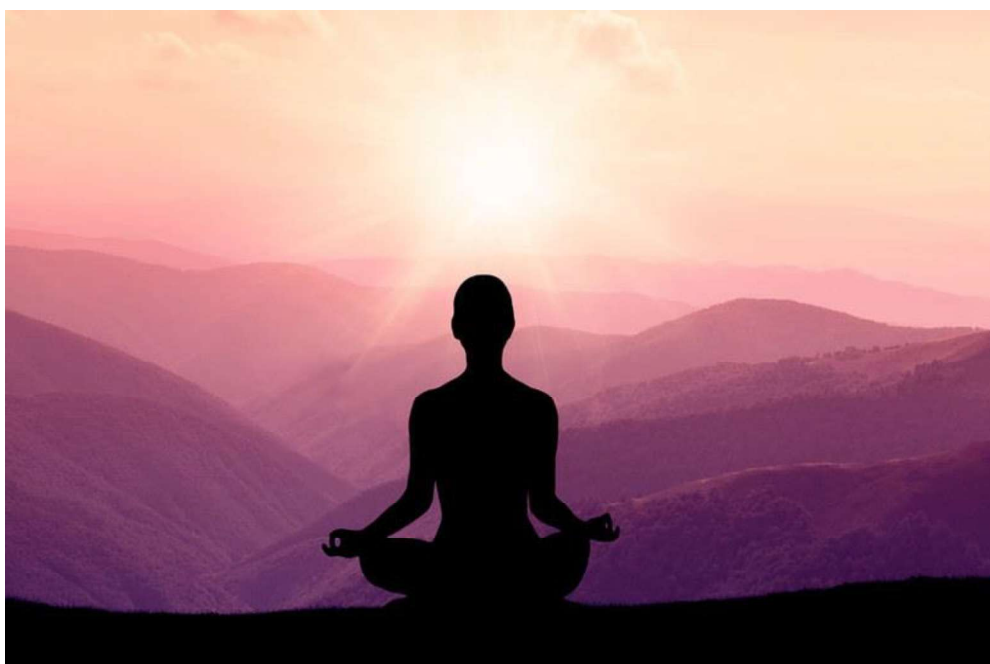
### *Sposób na ucieczkę od codziennej gonitwy? Bardzo prosty- medytacja!*

Słowo „medytacja” pochodzi od łacińskiego wyrazu „meditatio” oznaczającego „zagłębienie się w myślach”. Medytacja to myślenie o czymś w skupieniu, przy jednoczesnym odrzuceniu czynników rozpraszających i trosk. Dzięki niej możemy poczuć wewnętrzny spokój i harmonię, które są bardzo ważne w dzisiejszym świecie.

W medytacji powinniśmy być systematyczni. Dlatego ważne jest zacząć od małych kroków i medytować codziennie, choćby po parę minut. Można spróbować medytacji prowadzonych, pomogą ci one nauczyć się, jak poprawnie medytować. Można je znaleźć na YouTube. Musimy jednak pamiętać, że podczas medytacji należy być świadomym obecnej chwili. Możemy osiągnąć to poprzez skupienie się na swoim oddechu. Nawet jeśli pojawi się sytuacja, która cię rozproszy, to wróć do oddechu i skup swoją uwagę na nim. Medytacji możemy nauczyć się zawsze i praktykować ją wszędzie, ponieważ ograniczenia nie istnieją.

Andżelika Starzyńska

*Źródła: Sekretnik Współczesnej Czarownicy, Moc Rytuałów, Grafika Google.*



## KĄCIK MODA I URODA

### DOMOWE MASECZKI NA WIOSNĘ

*Drodzy Czytelnicy, wiosna już w pełnym rozkwicie, zatem najwyższy czas by zadbać o regenerację cery po zimie. Nasza skóra przesuszona mrozem i suchym powietrzem w domach wymaga przede wszystkim nawilżenia poprzez maseczki bogate w witaminy i minerały. Wiele takich kosmetyków znajdziemy w drogeriach, jednak możemy też większość przygotować w domowym zaciszu, oszczędzając przy tym pieniądze na drogie maseczki. Są równie skuteczne i wydajne jak kosmetyki prosto ze sklepowych półek. Poniżej przedstawię trzy rodzaje maseczek dobranych do trzech rodzajów typów skóry.*

#### Maseczka kurkumowa dla cery suchej

Składniki:

- 1 łyżeczka mielonej kurkumy
- 1 łyżka mąki ryżowej
- 3 łyżki mleka
- 1 łyżeczka miodu

Przygotowanie:

Do miseczki należy wsypać mąkę i kurkumę. Mieszając składniki, wlać tyle mleka, aby uzyskać pastę. Dołożyć miód i ponownie wymieszać. Miksturę rozprowadzić na umytą i osuszoną twarz. Po 10 minutach zmyć najlepiej płatkami kosmetycznymi, zwilżonymi w ciepłej wodzie. Maseczka ta sprawia, że krew w skórze zaczyna krążyć szybciej poprzez kurkumę, a mleko, miód i ryż obficie nawilżają cerę.

#### Mikstura rumiankowa dla cery wrażliwej

Składniki:

- 1 torebka suszonego rumianku
- 1 łyżka drobno zmielonych płatków owsianych
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- 2 – 3 krople olejku migdałowego

Przygotowanie:



Torebkę z rumiankiem należy rozciąć i wysypać jej zawartość do miseczki. Dodać pozostałe składniki. Wszystko dokładnie wymieszać. Na umytą i jeszcze wilgotną twarz rozprowadzić maseczkę. Pozostawić na 15 minut. Następnie zetrzeć wacikiem zwilżonym letnią wodą. Maseczka ta ma za zadanie wyciszyć podrażnienia skóry. Dodatkowo działa przeciwzapalnie i nawilżająco.

### Maseczka bananowa do cery mieszanej

#### Składniki:

- 1 banan
- 0,5 awokado
- 2 łyżki soku z marchwi
- 1 łyżeczka cynamonu

#### Przygotowanie:

Banan i awokado należy obrać i włożyć do blendera. Dodać sok i cynamon, razem wszystko wymieszać na jednolitą papkę. Nałożyć na umytą twarz, szyję i dekollet. Po 15 minutach zmyć ciepłą wodą.

Maseczka bananowa dodaje świeżości, a dzięki swym składnikom cera nabiera promiennego wyglądu i blasku.

Korzystajmy zatem, drodzy Czytelnicy, z powyższych receptur na wiosenne maseczki. Przygotowanie ich zajmuje niewiele czasu, a są bardzo pożyteczne dla naszej skóry. Teraz, gdy wiosna uśmiecha się do nas w pełnej okazałości, odwzajemnijmy uśmiech, wystawiając do słońca zadbaną twarz.

Pola Barnowska

#### Źródła:

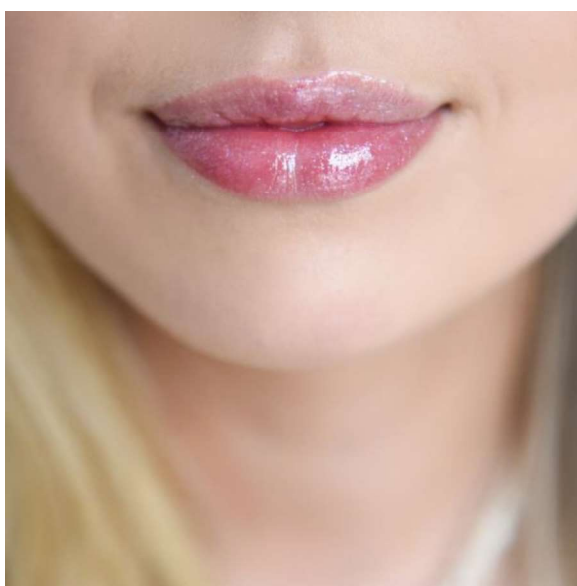
„Olivia” numer 4, kwiecień 2022 rok.

Grafika Google.

## BŁYSZCZYK- BRAT SZMINKI

*Błyszczyki do ust mogą być przezroczyste (nakładane często jako dodatkowa warstwa na szminkę) lub kolorowe, również opalizujące. Często zawierają drobinki brokatu. Istnieją również wersje o różnych smakach, np. owocowych, czy przeznaczeniu, np. Błyszczyk z dodatkiem imbiru, który powiększa wargi. Oprócz estetycznej spełniają również funkcję ochronną, zapobiegając pękaniu warg, ich wysychaniu.*

Pierwszy połyskujący żel o półpłynnej konsystencji powstał na potrzeby przemysłu filmowego. W 1930 roku Max Factor przedstawił światu dosyć ciężką nabłyszczającą substancję, która miała być na tyle mocna, żeby uwydatnić usta aktorek z czarno-białych produkcji. Produkt trafił do komercyjnego użytku dwa lata później – zapewne znasz go jako kultowy X-Rated. Ponieważ formuła pierwowzoru była dosyć gęsta i trudno ją było i utrzymać, i zmyć, ulepszono ją w latach 70. Kobiety mogły już korzystać na przykład z preparatów smakowych.



Dawniej produkty do makijażu ust miały spełniać jedynie funkcję dekoracyjną. W dzisiejszych czasach kosmetyki kolorowe muszą spełniać dodatkowo również inne funkcje. Firmy kosmetyczne prześcigają się w wprowadzaniu na rynek coraz to nowszych formułacji błyszczyków, które kuszą już nie tylko przyciągającym wzrok kolorem czy świeżością zapachu. Popularnością cieszą się produkty zawierające substancje długotrwale powiększające usta, wygładzające zmarszczki wokół nich, a nawet hamujące apetyt, wspomagając walkę z nadwagą. Jak się okazuje, nie tylko masa kosmetyku ma znaczenie dla konsumentek. Ważnym elementem w tworzeniu błyszczyka jest również samo opakowanie, które ma być nie tylko funkcjonalne ale

także modne. Producenci opakowań znajdują rozmaite rozwiązania, dzięki którym nawet masy o konsystencji past lub bardzo kleiste równomiernie aplikują się na usta. Coraz częściej pojemniki z gąbkowym aplikatorem umieszczonym w nakrętce lub w buteleczkach z małą kulką zastępują różnorodne słoiczki, tubki oraz płaskie pojemniczki i pudełeczka z przykrywką.

### Czas na porady!

#### Mam suche usta.

Jeśli odpowiedziałaś twierdząco na to pytanie, polecamy Ci błyszczki o właściwościach nawilżających. W ich składzie znajdują się woski, a w mniejszej części – także oleje i pigment. Zazwyczaj zawierają takie substancje jak: lanolina, gliceryna czy witamina E, które świetnie zmiękcniają, regenerują i do tego zapewniają spektakularny blask – a to przecież główne zadanie kosmetyku.

Uważaj jednak na specyfiki z dużymi cząstkami brokatu, ponieważ bywa, że często dodatkowo wysuszają cienki naskórek.

#### Jestem uczennicą, więc nie wypada się malować, ale chcę *przemycić* make-up.

Sięgnij po najzwyklejszy w świecie przezroczysty błyszczek albo taki w delikatnym odcieniu nude. Dzięki niemu usta przepięknie zaśnią i będą się ślicznie mienić w słońcu.

Szczypta urozmaicenia nie zaszkodzi? W takim razie nałóż pomadkę w tonie zbliżonym do czerwieni wargowej, a następnie rozetrzyj w centralnej części ust nieco błyszczyku. Ten trik sprawi, że już z daleka będą wyglądały na znacznie większe niż w rzeczywistości.

Aleksandra Zwonik

Źródła:

[https://pl.wikipedia.org/wiki/B%C5%82yszczek\\_do\\_ust](https://pl.wikipedia.org/wiki/B%C5%82yszczek_do_ust)

<https://makeup.pl/articles/489/>

<https://biotechnologia.pl/kosmetologia/nowa-era-dla-ponetnych-ust,15040>

<https://makeup.pl/articles/489/>

Grafika Google

## HUSKY – CO MUSISZ WIEDZIEĆ O TEJ RASIE?

*Syberyjski husky, zwany też arktycznym to pies, który zwraca uwagę. Wyglądem i posturą przypomina wilka. Nie jest jednak groźny. To energiczny i bardzo niezależny pies. Niezwykle czujny, choć przyjacielski. Zawsze gotowy, by ruszyć na wyprawę. Bardzo długą wyprawę. Jaki jest husky syberyjski?*



Rasa husky to rasa pierwotna. Bardzo mocno widać to w charakterze tych czworonogów. To bardzo inteligentne, ale też niezwykle niezależne psy. Przez swój silny charakter mogą spróbować zdominować właściciela. Trzeba bardzo uważać, by im na to nie pozwolić. Wychowanie husky wymaga ogromnej cierpliwości, konsekwencji i silnej ręki. Gdy husky syberyjski wyczuje słabość i niekonsekwencję, natychmiast spróbuje to wykorzystać.

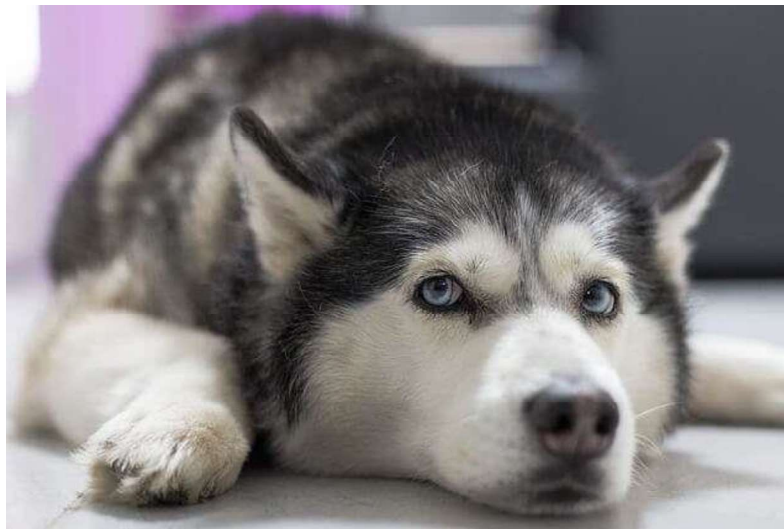
To jednak pies bardzo towarzyski i przyjacielski. Dlatego, choć jest też bardzo czujny, zupełnie nie nadaje się na psa stróżującego. Jest na to zdecydowanie zbyt łagodny. Husky syberyjski nie cierpi samotności. Najlepiej czuje się w stadzie. Jako stado szybko zaczyna traktować swojego właściciela i rodzinę. Nie pogardzi też towarzystwem innych przedstawicieli swojego gatunku.



Doskonale dogaduje się z dziećmi. Choć lepiej uważać i kontrolować go podczas zabawy. Jest bardzo żywy i spontaniczny, w zabawie może przewrócić malucha lub niechcący wystraszyć



go. Pozostawiony sam sobie na dłuższy czas będzie nieszczęśliwy i sfrustrowany. Może okazywać to wyciem i niszczeniem swojego najbliższego otoczenia.



Syberyjski husky słynie też jako prawdziwy psi mistrz ucieczek. Wrodzona ciekawość, żywy temperament i duża sprawność fizyczna temu sprzyjają. Husky to też jedna z nielicznych ras psów, które potrafią się wspinać. Nawet ogromny ogród nie zastąpi temu psu solidnej porcji ruchu. Zwykła smycz to też za mało.

Husky syberyjski chce mieć ściśle określony cel i naprawdę dużą dawkę ruchu. Pragnie wędrować i tropić. Nade wszystko jednak chce biegać. Może być doskonałym towarzyszem podczas joggingu i biec przy rowerze. Im dłużej, tym lepiej. Ruch jest tym, co go uszczęśliwia.

Pies tej rasy jest bardzo inteligentny. Jednak przez swoją niezależność może niezbyt chętnie poddawać się treningowi, ma też problemy z posłuszeństwem. Duża doza cierpliwości i krótkie, kilkuminutowe sesje treningowe pomogą jednak okiełznać jego niezależną naturę. Husky okazuje się naprawdę pilnym uczniem, gdy ma do tego odpowiednią motywację. Dobrym sposobem jest nauka z przysmakami.

Lena Witczak

*Źródło: [www.zooart.com](http://www.zooart.com), Grafika Google*

## KOŃ ANDALUZYJSKI

***Koń andaluzyjski to jedna z bardziej znanych ras koni. Wiele anadaluzów występowało w filmach historycznych albo fantasy, np. Opowieściach z Narnii czy Władcy Pierścieni.***

Oficjalnie nazwa andaluzów brzmi „Pura Raza Española”, co oznacza „czysta rasa hiszpańska”. Można je rozpoznać po długiej kręconej grzywie i falowanych włosach ogona oraz po ładnej postawie. Sierść andaluzów jest krótka i bardzo gładka. Może mieć rozmaite kolory, choć najczęściej występuje maść siwa. Można też spotkać andaluzy o maści karej, gniadej lub jabłkowitej. Są to konie wysokie w kłębie, mają bardzo silne nogi.

Konie andaluzyjskie mają niezwykle charakter: są odważne, temperamentne, ale równocześnie zrównoważone i cierpliwe. Doskonale dogadują się z dziećmi, lubią się uczyć i współpracować z ludźmi. Są użytkowane w rekreacji, jeździectwie i lekkich pracach polowych. Używa się ich podczas corridy oraz w różnych uroczystościach obchodzonych w Hiszpanii. Sprawdzają się w skokach przez przeszkody oraz w ujeżdżeniu.

Michalina Wygnańska



Źródło: Wikipedia, Grafika Google

## REKSIO- NAJSYMPATYCZNIEJSZY BAJKOWY PIESEK

*Polski serial animowany dla dzieci w reżyserii i według scenariusza Lechosława Marszałka. produkowany w latach 1967–1990 przez Studio Filmów Rysunkowych w Bielsku-Białej. Wielowątkowa fabuła serialu opowiada o przygodach postaci fantastycznej, tytułowego psa o imieniu Reksio, jego właścicieli oraz innych zwierząt i jego właścicieli.*

### Historia bajki

W 1967 roku właściciel Studia Filmów Rysunkowych w Bielsku-Białej Lechosław Marszałek zrezygnował z tworzenia kolejnych odcinków o Bolku i Lolku, gdy współtwórcy serialu wymyślili serię dziejącą się na Dzikim Zachodzie. Marszałek będący przeciwnikiem produkcji, w których dzieci bawią się bronią palną, zaczął się zastanawiać nad nowym filmem. Zainspirował się należącą do niego Trolą, suczka foksteriera szorstkowłosego, należącą do scenarzysty serialu. Wtedy powstała krótkometrażowa animacja „Reksio poliglota”, który zdobyła Złotego Słowika w Teheranie. Sukces animacji spowodował rozwinięcie jej w serię.

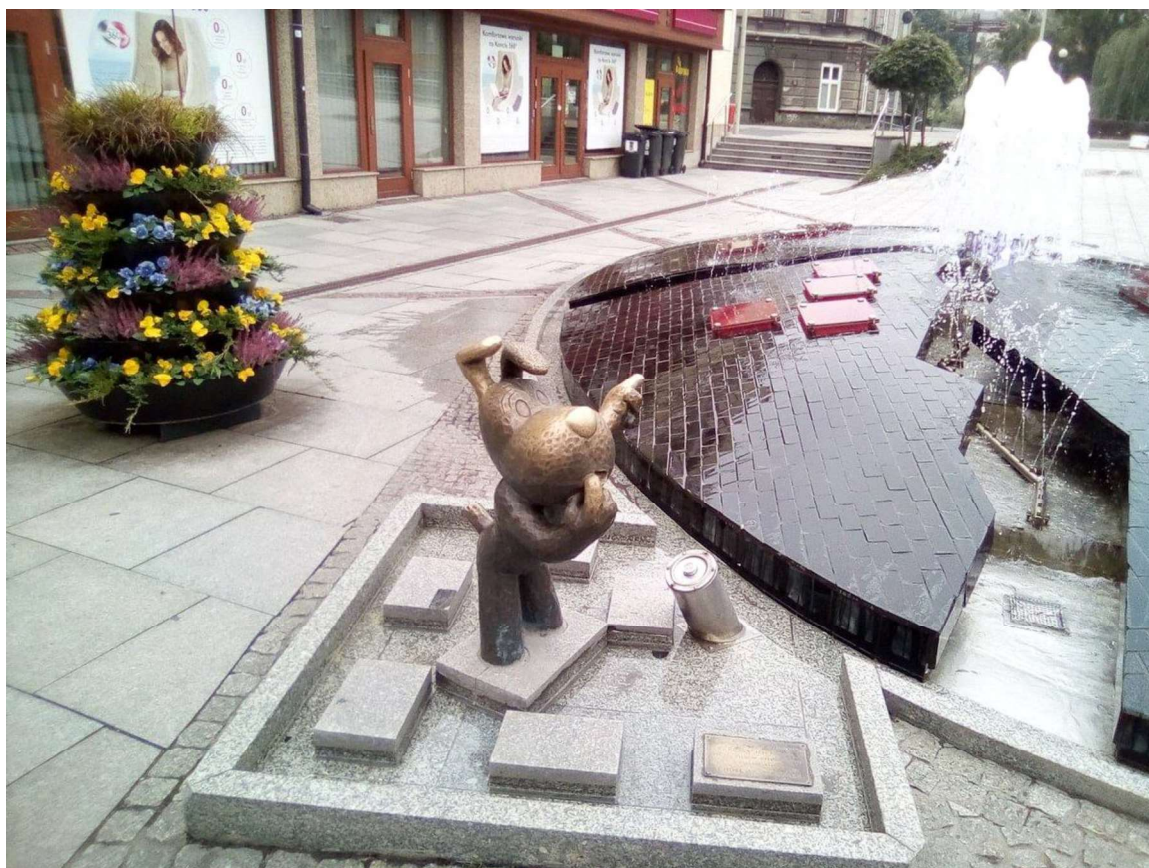
Pierwszy odcinek serialu "Reksio poliglota" miał uboższą grafikę oraz scenografię niż odcinki produkowane w latach 70. Reksio wyglądał inaczej, nosił też obrożę, której w późniejszych odcinkach nie miał. Wszystkie odcinki produkowane do roku 1971 były kręcone przez Lechosława Marszałka. Nie miały czołówki, informacje o produkcji serialu były wstawiane w określonym momencie na początku odcinka. Czołówka została wprowadzona w roku 1972, w odcinku "Reksio strażak". Od tego czasu produkcja odcinków zwiększyła się ze względu na osiągnięcie przez serial popularności. W tej serii powstały 52 odcinki kręcone przez następujących reżyserów: Lechosława Marszałka, Józefa Ćwiertnię, Edwarda Wątor, Romualda Kłysa, Mariana Cholerka oraz Halinę Filek-Marszałek. Ostatni odcinek serii, wyprodukowany w roku 1986, nosił tytuł "Reksio i mrówki".

W roku 1987 powstał drugi cykl serialu pt. „Reksio i ptaki”. Nad odcinkami pracowali: Ryszard Lepióra, Lechosław Marszałek, Romuald Kłys oraz Andrzej Flettner. Cykl ten ma 13 odcinków. Łącznie wyprodukowano 65 odcinków z przygodami Reksia.

Czas trwania jednego odcinka produkowanego przez jednego reżysera wynosił zazwyczaj 8–10 minut. Wyjątkiem jest trwający dwunastominutowy odcinek pt. „Reksio remontuje” w reżyserii Lechosława Marszałka.

## Ciekawostki o piesku

W Bielsku-Białej na placu pomiędzy ul. 11 Listopada i ul. Stojałowskiego znajduje się pomnik Reksia. Piesek zdziwiony patrzy na sąsiadującą z pomnikiem fontannę, wskazując na nią palcem. Został odlany z brązu i waży 130 kg.



Wizerunek Reksia i jego filmowych przyjaciół znajduje się na białkach, czyli wyemitowanym we wrześniu 2009 r. lokalnym dukacie Bielska-Białej.





Istnieje też angielska wersja Reksia, która ma takie same odcinki jak polskie, tyle że czołówka pomontowana jest z fragmentów odcinków, a tyłówka pomontowana jest fragmentami czołówki. Muzyka jest inna, głosy również. Bajkę wyprodukowała firma Village Production.

Pies Reksio wystąpił także w grach stworzonych przez polską firmę Aidem Media. Były to gry przygodowe takie jak: „Reksio i wehikuł czasu” czy „Reksio i czarodzieje”, ale były też gry edukacyjne takie jak „ABC z Reksiem”.

## Muzyka

Autorem ścieżki dźwiękowej do odcinków serialu jest Zenon Kowalowski. Są także odcinki, w których muzyka do serialu była produkowana przez innych kompozytorów: Adama Markiewicza (odc. 5–6), Bogumiła Pasternaka (odc. 3), Waldemara Kazaneckiego (odc. 4), Tadeusza Kańskiego (odc. 1–2, 30). W ostatnim odcinku Reksia - „Reksio i Sowa” występuje fragment piosenki „Uspokój się” Zdzisławy Sośnickiej.

Szymon Mazur

*Źródło: Wikipedia, Reksiopedia*

## PRZYSMAKI W CHIŃSKIM KLIMACIE

*Witajcie w kolejnym numerze naszej gazetki. Jak zwykle mam dla Was nową porcję przepysznych przepisów! Jedną z moich ulubionych kuchni jest kuchnia azjatycka. Proponuję Wam moje dwa ulubione przepisy w chińskim klimacie. Zapraszam do gotowania i degustacji!*

### **Chińskie pierożki z orzechowym sosem**

Do ich zrobienia potrzebujemy:

- 4 płatki okrągłego papieru ryżowego
- 250-300 g mrożonych warzyw chińskich/azjatyckich
- przyprawy: curry, papryka, sól, pieprz
- 100g tofu
- łyżka oliwy

Do wykonania sosu przygotujcie:

- łyżkę masła orzechowego
- łyżkę sosu sojowego
- łyżkę przecieru pomidorowego
- łyżkę oliwy
- 2/3 łyżki ciecierzycy ze słoika (już ugotowanej)
- łyżkę wody po ciecierzycy
- pół łyżeczki curry

Warzywa wrzucamy na patelnię, podlewamy wodą i rozmrażamy ok. 10 min. Kruszymy tofu w rękach (jak np. drożdże) i dodajemy do warzyw, razem z przyprawami wg uznania. Dodajemy oliwę i podsmażamy ok. 2-3 min. W międzyczasie moczymy papier ryżowy w wodzie (jeden płatek ok. 1-2 min. aż zmięknie). Następnie wykładamy masę z patelni na płatki papieru ryżowego, zawijamy, robiąc z nich taki woreczek, czyli łącząc brzegi papieru na górze i zakręcając je. Na początku mogą się trochę otwierać lub nie sklejać, dlatego warto ich końce przycisnąć palcami i potrzymać chwilę. Następnie natłuszczamy patelnię, podgrzewamy oraz wrzucamy pierożki, czekając aż się zarumienią (od. 5-15 min.) Trzeba uważać, ponieważ mogą przywierać do naczynia. W międzyczasie wrzucamy wszystkie składniki do blendera i miksujemy na gładką masę. Pierożki nakładamy na talerz i polewamy sosem. Smacznego!



### **Ekspresowy makaron z zupki chińskiej, czyli peanut butter noodles**

- 50-100g (wg uznania) makaronu chińskiego w nitkach (może być z zupki chińskiej)
- łyżka masła orzechowego
- łyżka sosu sojowego
- pół łyżki koncentratu pomidorowego
- łyżka oliwy
- niecała łyżeczka płatków chili (można pominąć)
- łyżka wody makaronowej
- 20g sera żółtego



*Fot. Hanna Janke*

Makaron zalewamy wodą na 5 min i przykrywamy. Następnie mieszamy wszystkie składniki, oprócz sera i makaronu. Odcedzamy makaron i mieszamy z sosem. Na makaron wykładamy ser żółty i czekamy chwilę, aż się rozpuści. Gotowe!

*Smacznego  
życzy Hanna Janke*



## HOT-DOG, CZYLI GORĄCY PIES

*Tłumacząc na język polski, uzyskamy zabawne połączenie słów- gorący pies. A chodzi o przekąskę, która jest rozpoznawalna niemal na całym świecie.*

Historia hot-doga jest wprost proporcjonalnie odwrotna do prostoty tej przekąski. Zaczęło się we Frankfurcie nad Menem, gdzie to w XV wieku powstała pierwsza parówka, a przez jej wąski i długi kształt została określona mianem „dachshnud”, co oznacza „małego psa” lub „jamnika”. Gdy hot-dog przybrał już swoją ostateczną formę, potrzebna stała się reklama. Wówczas rysownik z nowojorskiej gazety, Tad Dorgan, nie wiedząc, jak napisać „dachshnud” poszedł na łatwiznę i stworzył hasło „Get your hot-dogs”.



Oto pierwsza z historii wyjaśniających pojawienie się przekąski w Nowym Jorku. Jest ona związana postacią Charlesa Feltmana, który w wieku 15 lat wyemigrował z Frankfurtu do Nowego Jorku. W 1876 kupił wózek na kółkach. Codziennie ciągnął go w upale i piachu po plaży Coney Island, aby sprzedawać plażowiczom ciastka. Jednak klienci Charlesa nie byli w stanie zaspokoić głodu słodyczami. Wówczas mężczyzna sięgnął kulinarną pamięcią do Frankfurtu i przypomniał sobie ten cudowny smak frankfurterek, które były już znane w USA dzięki imigrantom. Feltman zaczął sprzedawać ciepłe parówki. Serwował je z chlebem i dodatkami, i podawał na talerzach. Taki system zamiast sprawdzić się, zawodził – klienci wyrzucali sztucę, a ich mycie, szukanie

i zbieranie było problematyczne dla samego Feltmana. Z pomocą przyszła bułka, a moment wsadzenia parówki między jej dwie połówki przeszedł do historii i okazał się być tak rewolucyjny w skutkach. Hot-dogi, czyli parówki w bagietce dosłownie rozchodziły się lepiej niż przysłowiowe świeże bułeczki. Wieść o przekąsce z Coney Island, banalnej w przyrządzeniu, a efektownej w smaku, rozprzestrzeniła się na całe USA. Rozdawano je na meczach baseballu i sprzedawano na ulicach wielkich miast.

Mimo że Feltmana można uznać za wynalazcę hot-dogów, kupony odrywał od nich niejaki Nathan Handwerker, imigrant – uwaga, z Galicji – który pracował z Feltmanem i opuścił go w 1916 roku, by założyć biznes, który będzie o wiele bardziej kojarzony z samym produktem, niż ten zapoczątkowany przez jego twórcę. Nathan założył pierwszy punkt sprzedaży i nazwał go „Nathan’s”. Hot-dogi sprzedawał za 5 centów, czyli połowę taniej niż Feltman. Nietrudno przewidzieć, co było dalej. Amerykanie podążali głosem głodu i rozsądku, a w cenie 10 centów mogli mieć dwa hot-dogi od Nathana. Jego firma przetrwała do dzisiaj i znana jest w Stanach jako Nathan’s Famous.

Allan Tomczyk

*Źródła: Hot-dog historia i przepis (dobrowolscy.pl)*

*Grafika Google*

## ZNACZENIE IMION



To imię jest odpowiednikiem męskiego imienia Kamil, które z arabskiego tłumaczone jest „w całości” lub „doskonale”. Nazwę tę nosił także ród rzymski Camillii.

Kamila jest zazwyczaj kobietą wszechstronnie uzdolnioną. Potrafi zrobić coś z niczego, często zajmuje się hobbistycznie lub zawodowo czymś, co wymaga zdolności manualnych lub artystycznych. Długo trzeba pracować na jej zaufanie i przyjaźń. Znajomi jednak ją uwielbiają, ponieważ to bardzo towarzyska osoba, ma poczucie humoru, dużo się śmieje i jest urodzoną optymistką.

Kamila lubi luksus, jednak nie jest materialistką. Pieniądze nie są dla niej czymś najważniejszym, jeśli jednak już się pojawią, lubi wydać je na markowe perfumy, ubrania, elementy wystroju do domu lub na swoje hobby. Kocha imprezy, zabawę, towarzystwo ludzi i ma bardzo dobrą intuicję.



To imię pochodzi z języka hebrajskiego. Oznacza tyle co sformułowanie: „potężny jest mój Bóg”. W Biblii prorok Daniel znany był z odczytywania snów. Zapowiedział upadek Babilonu.

Daniel to człowiek niezwykle silny, nie tylko psychicznie, ale i fizycznie. Jest pracowity, uparty, pewny siebie i konsekwentny. Mocno trzyma się swoich przekonań, jest asertywny i nie ulega wpływom. W jego słowniku nie ma słów takich jak: „to niemożliwe”, „to za trudne”. Jego samodyscyplina i zawziętość sprawiają, że bez trudu spełnia swoje marzenia i wiele osiąga w życiu. Charakteryzuje go także inteligencja, kultura osobista, wewnętrzne ciepło, energia i uczciwość. Jest bardzo towarzyski, jednak znajomych i przyjaciół dobiera uważnie. W ludziach ceni cechy, które sam posiada. Nie znosi obłudy, hipokryzji ani sztuczności. Lubi imprezy, świetnie czuje się jako lider, ma poczucie humoru i wycucie stylu.

Justyna Borkowska

Źródło: <https://www.znaczenie-imion-net/>  
Grafika Google

## RZUT MŁOTEM

*Rzut młotem - jedna z technicznych konkurencji lekkoatletycznych polegająca na rzucie kulą, do której przymocowana jest stalowa linka zakończona uchwytem.*

Zawodnik stoi w kole o średnicy 2,135. Siatka ma od 7 do 10 m. Kobiety rzucają młotem o wadze 4 kg (juniorzy młodsze 3 kg), mężczyźni – 7,26 kg, młodzicy (do 15 lat) – 5 kg, juniorzy młodszy (16-17 lat) – 5 kg, juniorzy starsi (18-19 lat) – 6 kg.

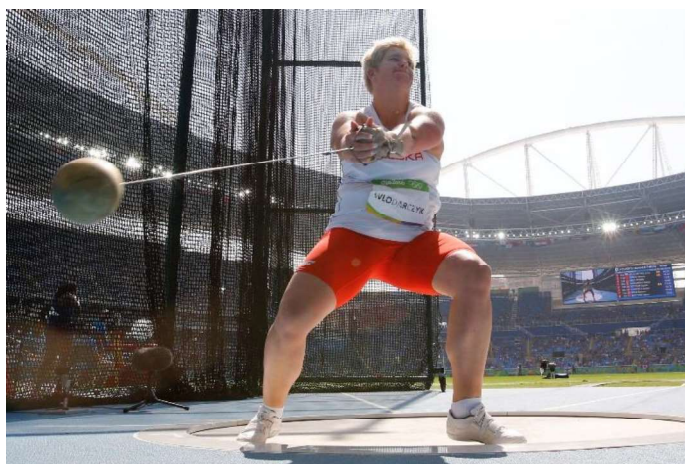
Opis techniki rzutu młotem:

- zawodnik staje w kole tyłem do kierunku rzutu
- chwyta oburącz uchwyt młota
- wykonuje zamachy ponad głową
- prostując ramiona w łokciach wykonuje trzy lub cztery obroty całego ciała
- wyrzuca młot w pole rzutów.

Podczas obrotów i po wykonaniu rzutu (zanim młot spadnie) nie wolno zawodnikowi nadepnąć lub przekroczyć metalowej obręczy koła. Koło opuszcza się jego tylną częścią.

Najdalszy rzut kobiety to 82,98 m- tak daleko rzuciła Anita Włodarczyk. A najdalszym rzutem mężczyzny jest 86,74 m- wynik ten należy do Jurija Siedycha, reprezentanta jeszcze ZSRR. Pierwszym polskim medalistą był Tadeusz Rut. Zdobył złoty medal w Sztokholmie podczas mistrzostw Europy w 1958 roku.

Igor Pawłowski



Źródła: Wikipedia, Grafika Google