



KORCZUŚ

Z życia szkoły

KONKURSY SAMORZĄDU UCZNIOWSKIEGO

Szkolny Konkurs Ortograficzny

odbył się 17 lutego 2010 roku.

Klasy terapeutyczne

I m. - Andrzej Czartoryski - kl. III Tb

II m. - Barbara Robakowska - kl. I Tf

III m. - Daniel Binko - kl. III Tb

W konkursie udział wzięło 35 uczniów.

Uczniowie podczas konkursu pracowali w

dwóch grupach: klasy pierwsze - w sali

115, klasy drugie i trzecie - w sali 117.

Składy Komisji konkursowych:

Sala 115 - Pani Alicja Kubiak-Kwaśny

Pani Iwona Wlazło

Sala 117 - Pani Katarzyna Mruk-Dakowska

Pan Andrzej Maciejak

Klasy pozostałe

I m. - Krzysztof Nowak - I c

II m. - Magdalena Szalbierz - I b

III m. - Robert Marek - II a



Szkolny Konkurs Wiedzy o Poznaniu

I m. - kl. II Tg - Marek Wolarczyk, Mateusz Łączkowski, Paweł Mucha

II m. - kl. III a - Liliana Mikołajewska, Sebastian Niekrasiewicz, Łukasz Kotowski

III m. - kl. III Tb - Daniel Binko, Krzysztof Bojar, Piotr Brzeziński

W konkursie udział wzięło 10 trzyosobowych grup reprezentujących poszczególne klasy. Konkurs odbył się 17 lutego 2010 r.,

w świetlicy szkolnej. Słowo wstępne wygłosił Pan wicedyrektor Andrzej Maciejak.

W komisji konkursowej pracowały Panie:

Alicja Kubiak-Kwaśny

Iwona Wlazło



Konkurs plastyczny „Plakat prezentujący wybrany zawód”

I m. - kl. Ia

II m. - kl. II b

III m. - kl. I Pa, II Pb, III Pa

Ponadto Samorząd Uczniowski informuje, że:

- 16 lutego 2010 r. zorganizowano wyjście na przedstawienie teatralne „Romeo i Julia”, w wykonaniu aktorów Teatru Nowego ze Słupska, które wystawiane było w Szkole Muzycznej przy ulicy Solnej. Udział w nim wzięli (nieodpłatnie) uczniowie, którzy uzyskali najwyższą średnią ocen w swoich klasach i uczniowie ze 100% frekwencją w I semestrze.

- Poczet Sztandarowy 21 lutego 2010 r. wziął udział w uroczystościach w Katedrze, z okazji 65. rocznicy zakończenia walk o Poznań.

Opiekun SU

Zespół Szkół Zawodowych Nr 2

Rok 6 Nr 2

Marzec 2010 r.

W tym numerze:

Romeo i Julia - oglądamy sztukę teatralną	2
Targi Edukacyjne i Drzwi otwarte	2
Kartka z kalendarza	3
Już niedługo Wielkanoc	3-4
Symbolika potraw wielkanocnych	5
Kącik językowy	6
Wiosna... Zadbaj o figurę i urodę!	6-7
Rozrywka	8

Wiliam Szekspir – miłość, przynosząca śmierć – czyli idziemy na spektakl "Romeo i Julia"

Dnia 16.02.2010 roku odbył się spektakl po tytule "Romeo i Julia" Wiliam Szekspira.

Mocną stroną spektaklu było świetne aktorstwo m.in. tytułowych bohaterów Jacka Rysia, Michała Lewandowskiego Hanny Piotrowskiej a także Ireny Sierakowskiej. Spektakl, w którym uczestniczyliśmy był bardzo piękny, dramatyczny, a momentami można było się przestraszyć. Sztuka, którą wystawiali aktorzy była bardzo nowoczesna, ale także zabawna i wzruszająca. Nasz podziw z pewnością wzbudzały żywiołowe sceny walk szermierczych. Nowy Teatr z Słupska, który przedstawiał tragedię Szekspira jest bardzo młodym teatrem, ale po obejrzeniu ich sztuk zobaczycie, że długość „życia” teatru nie ma tu nic do rzeczy, gdyż aktorzy są bardzo zdolni i świetnie odnajdują się w granych, przez siebie, rolach. Reasumując: spektakl godny polecenia, przy-

najmniej ja na pewno pójdę nieraz obejrzyć sztuki wystawiane przez Nowy Teatr z Słupska.

Hanna Więckowska, Kl. II Td

Twórczość Agnieszki Osieckiej



Konkurs poświęcony twórczości Agnieszki Osieckiej – odbył się w Świetlicy Szkolnej dnia 11 marca 2010 r. Wzięło w nim udział 14 uczniów. Uczestnicy recytowali wiersze, a niektórzy śpiewali wybrane piosenki Osieckiej.

I miejsce zajęła Aleksandra Piotrowska z klasy II Td

I miejsce zajęła Magdalena Remlein z klasy II Tb

III miejsce zajęła Magdalena Szalbierz z klasy I b.

Pani Alicja Kubiak-Kwaśny

XIV Targi Edukacyjne już za nami...

XIV Targi Edukacyjne już za nami. Przez trzy dni (19-21 lutego 2010 r.) ponad 400 wystawców, w tym głównie szkoły – od podstawówek do wyższych uczelni, prezentowało swoją ofertę edukacyjną.

W Salonie Wyposażenia Szkół – specjalnej przestrzeni targowej towarzyszącej Targom Edukacyjnym – zaprezentowano najnowocześniejsze rozwiązania technologiczne dla edukacji. Naszą szkołę reprezentowali nauczyciele, a także my – uczniowie, rozdając ulotki promujące naszą szkołę oraz zapraszając na Drzwi Otwarte do naszej szkoły.

Hanna Więckowska kl. 2Td



„Drzwi otwarte”

Dnia 27.02.2010 r. w naszej szkole odbyły się „Drzwi otwarte”. Szkoła ma do zaproponowania nowym uczniom wiele zawodów, w których chcieliby się realizować: ślusarz, kucharz, cukiernik, piekarz, lakiernik, mechanik, blacharz, fryzjer, krawiec, sprzedawca. Wszyscy, którzy byli na „Drzwiach Otwartych” mieli przyjemność poznać naszych nauczycieli i zobaczyć, jak wyglądają lekcje oraz zajęcia praktyczne. Zajęcia przebiegały w miłej atmosferze, prze-

prowadzone zostały ciekawie (np. quizy, gry dydaktyczne). Cukiernicy, piekarze i kucharze częstowali zwiedzających przysmakami, które sami przyrządzili, a sprzedawcy np. pokazywali, w jaki sposób działają kasy fiskalne, natomiast krawcowe mogły pochwalić się swoimi „wytrobami”. Szkołę odwiedził dziennikarz z kamerą, który przeprowadzał wywiad dla telewizji kablowej: „Winogrody”. Kto nie odwiedził tego dnia naszej szkoły, niech żałuje, bo naprawdę jest czego.

Agnieszka Więckowska. Kl. II Td

„Glutenex” to kolejny zakład, w którym odbyły się lekcje techniki dla cukierników z kl. III a, II Tc i II b. Po przybyciu na miejsce, zostaliśmy mile przyjęci przez właściciela – pana Andrzeja Kawę, który przedstawił nam historię zakładu oraz zwrócił uwagę na zdrowotne znaczenie produkowanej w nim żywności. Istniejący od ponad 20 lat zakład produkuje żywność bezglutenową, niskobiałkową oraz dla diabetyków. Asortyment wyrobów firmy „Glutenex” jest szeroki i różnorodny, a co za tym idzie – zróżnicowany jest też park maszynowy.

Podczas zwiedzania zakładu uczniowie

mieli okazję zobaczyć wiele maszyn i urządzeń stosowanych w cukiernictwie, począwszy od prostych narzędzi ręcznych (np. wykrawacz do rogali), a skończywszy na automatycznym urządzeniu do pakowania żywności w atmosferze modyfikowanej. Wizyta w zakładzie dała uczniom możliwość zapoznania się „na żywo” z maszynami, których budowa i zasada działania omawiane były w szkole, na lekcjach techniki. Dużym zainteresowaniem uczniów cieszył się proces wypieku wafli oraz urządzenie do produkcji makaronu.

Po zwiedzeniu zakładu, podczas degustacji produkowanych w nim wyrobów, Pani technolog przybliżyła nam problemy osób, dla których żywność ta jest lekarstwem.



Pani E. Szczepańczyk

S.O.S. „MUSTANGI”

W lutym gościliśmy w naszej szkole cztery drużyny i byliśmy organizatorami I Turnieju Hokeja Halowego O.S. Zwyciężyliśmy!!!



Zima była bardzo śnieżna i często

korzystaliśmy z jej uroków. Poznaliśmy podstawy umiejętności poruszania się na nartach biegowych. Do uprawiania tego sportu zachęcił nas trener - p. G. Krzemiński ale i też sukcesy naszej biegaczki narciarskiej. W marcu w Poznaniu odbędą się mistrzostwa w narciarstwie zjazdowym. Idziemy na otwarcie tych zawodów, które odbędą się na Malcie.

A teraz w „MUSTANGACH” przygotowania do zawodów sportowych w lekkiej atletyce i grze w badminton oraz rajdu rowerowego.

Zachęcamy do uprawiania sportu, szczególnie na świeżym powietrzu, każdy może polubić jakąś dyscyplinę.

Wokół Poznania jest wiele terenów rekreacyjnych. Do zobaczenia na trasach sportowych.



Ze sportowym pozdrowieniem.

Prezes S.O.S.

Marlena Leśniak

Kartka z kalendarza - 23 luty...

23 lutego 1945 r. - tego dnia Poznań został wyzwolony spod okupacji hitlerowskiej. „Okruchy” wspomnień o Polakach walczących o wolną Polskę, przeróżne, stare rekwizyty - to wszystko można zobaczyć w poznańskich muzeach. Te, a także inne rzeczy, takie jak zabytkowe samochody, wnętrza dziewiętnastowiecznej apteki, egipskie mumie, militaria i wiele innych... Muzea bardziej zwyczajne i unikatowe, jak choćby jedno z trzech w Europie Muzeów Instrumentów Muzycznych. Kolekcje zgromadzone przez poznańskie muzea ucieszą miłośników sztuki, bibliofilów, pasjonatów. Do wielu z nich,

bezpłatny wstęp zapewnia karta rabatowa - Poznańska Karta Miejska. Chciałbym zaprezentować Wam wykaz muzeów w Poznaniu. Może warto się wybrać... Serdecznie polecam.

- Makieta Dawnego Poznania
- Muzeum Archeologiczne
- Muzeum Armii „Poznań”
- Muzeum Broni Pancernej przy CSWL
- Muzeum Etnograficzne, oddział Muzeum Narodowego
- Muzeum Martyrologii Wielkopolski Fort VII, Oddział Wielkopolskiego Muzeum Walk Niepodległościowych
- Muzeum Powstania Wielkopolskiego 1918-1919, oddział Wielkopolskiego Muzeum Walk Niepodległościowych

(Odwach)

- Krypta Zasłużonych Wielkopolski
- Muzeum Powstania Poznańskiego - Czerwiec 1956 r., oddział Wielkopolskiego Muzeum Walk Niepodległościowych w Poznaniu
- Muzeum Uzbrojenia, oddział Wielkopolskiego Muzeum Walk Niepodległościowych w Poznaniu
- Wielkopolskie Muzeum Walk Niepodległościowych w Poznaniu
- Wielkopolskie Muzeum Wojskowe, Oddział Muzeum Narodowego
- Muzeum Historii Miasta Poznania

Jakub Bandurski kl. II Td

Już niedługo WIELKANOC...

ZWYCZAJE I TRADYCJE WIELKANOCNE



Palemki na szczęście

Wielki Tydzień zaczyna się Niedzielą Palmową. Kiedyś nazywano ją kwietną lub wierzbą. Palemki - różgi wierzbowe, gałązki bukszpanu, malin, porzeczki - ozdabiano kwiatkami, mchem, ziołami, kolorowymi piórkami. Po poświęceniu palemki biło się nią lekko domowników, by zapewnić im szczęście na cały rok. Połknięcie jednej poświęconej bazi wróżyło zdrowie i bogactwo. Zatknięte za obraz

lub włożone do wazonów palemki chroniły mieszkanie przed nieszczęściem i złośliwością sąsiadów.

Świąteczne porządki

Przed Wielkanocą robimy wielkie świąteczne porządki nie tylko po to, by mieszkanie lśniło czystością. Porządki mają także symboliczne znaczenie - wymiatamy z mieszkania zimę, a wraz z nią wszelkie zło i choroby.

Topienie Judasza

Kolejnym ważnym dniem Wielkiego

Tygodnia jest Wielka Środa. Młodzież, zwłaszcza chłopcy, topili tego dnia Judasza. Ze słomy i starych ubrań robiono wielką kukłę, którą następnie wleczono na łańcuchach po całej okolicy. Przy drodze ustawiali się gapie, którzy okładali kukłę kijami. Na koniec wrzucano „zdrajcę” do stawu lub bagienka. Wymierzanej w ten sposób sprawiedliwości stawano się zadość.

Wielkie grzechotanie



Kiedy milkły kościelne dzwony, rozlegał się dźwięk kołatek. Obyczaj ten był okazją do urządzania psot. Młodzież biegła po mieście z grzechotkami, hałasując i strasząc przechodniów. Do dziś zachował się zwyczaj obdarowywania dzieci w Wielkim Tygodniu grzechotkami.

Wieszanie śledzia

W równie widowiskowy sposób rozstawano się też ze śledziem – kolejnym symbolem wielkiego postu. Z wielką radością i satysfakcją „wieszano” go, czyli przybijano rybę do drzewa. W ten sposób karano śledzia za to, że przez sześć niedziel „wyganiał” z jadłospisu mięso.

Święconka



Wielka Sobota była dniem radosnego oczekiwania. Koniecznie należało tego dnia poświęcić koszyczek (a wielki kosz) z jedzeniem. Nie mogło w nim

zabraknąć baranka (symbolu Chrystusa Zmartwychwstałego), mięsa i wędlin (na znak, że kończy się post). Święcono też chrzan, – bo „gorycz męki Pańskiej i śmierci została zwyciężona przez słodycz zmartwychwstania”, masło – oznakę dobrobytu – i jajka – symbol narodzenia. Święconkę jadło się następnego dnia, po rezurekcji. Tego dnia święcono też wodę.

Specjalnie dla dziewcząt

Uwaga dziewczyny, – jeżeli w Wielką Sobotę obmyjesz twarz w wodzie, w której gotowały się jajka na święconkę, to znikną pęgi i inne mankamenty urody!

Wielka Niedziela – dzień radości

W Wielką Niedzielę poranny huk petard i dźwięk dzwonów miał obudzić śpiących w Tatrach rycerzy, poruszyć zatwardziałe serca skąpców i złośliwych sąsiadów. Po rezurekcji zasiadano do świątecznego śniadania. Najpierw dzielono się jajkiem. Na stole nie mogło zabraknąć baby wielkanocnej i dziada, – czyli mazurka.

Lany poniedziałek



Lany poniedziałek, śmigus-dyngus, święto lejka – to zabawa, którą wszyscy doskonale znamy. Oblewać można było wszystkich i wszędzie. Zmoczone tego dnia panny miały większe szanse na zamążpójście. A jeśli któraś się obrażała – to nieprędko znalazła męża. Wykupić się można było od oblewania pisanką – stąd każda panna starała się, by jej kraszanka była najpiękniejsza. Chłopak, wręczając tego dnia pannie pisankę, dawał jej do zrozumienia, że mu się podoba.

Szukanie zajączka



Wyrazem wielkanocnej radości rodziny może być po zakończeniu śniadania, wspólna zabawa – zwana szukaniem zajączka, czyli małej niespodzianki dla każdego.

Wielkanocne jajo



Jajo – króluje na wielkanocnym stole, jest symbolem życia i odrodzenia. Tradycja pisanek i dzielenia się święconym jajkiem sięga daleko w przeszłość. Już starożytni Persowie wiosną darowali swoim bliskim czerwono barwione jaja. Zwyczaj ten przyjęli od nich Grecy i Rzymianie. Rumuńskie przysłowie ludowe mówi: „Jeśli my, chrześcijanie zaprzestaniemy barwienia jaj na czerwono, wówczas nastąpi koniec świata”. Czerwone pisanki mają ponoć moc magiczną i odpędzają złe uroki, są symbolem serca i miłości. Jajko jest formą najbardziej doskonałą. Zawiera wszystkie konieczne dla odżywienia organizmu składniki: białko, tłuszcz, sole mineralne i witaminy. Ma około 100 kalorii.

Źródło:

www.asksa.republika.pl

W Internecie wyszukał:

Jakub Bandurski, Kl. II Td

SYMBOLIKA POTRAW WIELKANOCNYCH



Błogosławieństwo pokarmów, zwane powszechnie święconką lub święconym, szczyci się długim rodowodem. Początki tego chrześcijańskiego obrzędu sięgają VIII wieku, w Polsce zaś pierwsze jego praktyki odnotowano w XIV stuleciu. Najpierw święcono tylko pieczonego baranka, a więc chlebową figurkę o postaci baranka. Potem dodawano kolejno ser, masło, ryby, olej, pokarmy mięsne, ciasto i wino. Na końcu święcony kosz został uzupełniony jajkiem i pozostałymi pokarmami, które obecnie weszły do kanonu święconki. Potraw w koszyku może być więcej, ale siedem powinno się w nim znaleźć przede wszystkim. Symbolizują bowiem treść chrześcijaństwa.

Chleb - we wszystkich kulturach ludzkości był i jest pokarmem podstawowym, niezbędnym do życia. Gwarantował dobrobyt i pomyślność. Wśród chrześcijan zawsze był sym-

bolem nad symbolami - przedstawia bowiem Ciało Chrystusa. Jeżeli pieczono wiele odmian chleba, do kosza kładziono po dużej kromce każdego z nich. Natomiast konieczne poświęcony był cały chlebek wielkanocny czyli paska. W tym celu specjalnie ją przecieź pieczono.

Jajko jest dowodem odradzającego się życia, symbolem zwycięstwa nad śmiercią. Tę symbolikę rozpowszechnili w Polsce niemieccy zakonnicy. Wywodzi się ona z dawnego zakazu spożywania jaj podczas Wielkiego Postu. Jajka na stół powracały ponownie w Wielkanoc.

Sól to minerał życiodajny, dawniej posiadający moc odstraszania wszelkiego zła. Bez soli nie ma życia. To także oczyszczenie, samo sedno istnienia i prawdy. Stąd twierdzenie o „soli ziemi”, jak to w Kazaniu na Górze powiedział Chrystus o swoich uczniach.

Wędlina zapewnia zdrowie i płodność, a także dostatek, bo przecieź nie każdy mógł sobie pozwolić na ten szczególny pokarm. Kiedyś był to choćby plaster szyneczki, a od XIX wieku słynna polska kiełbasa.

Ser jest symbolem zawartej przyjaźni między człowiekiem a siłami przyrody, a przede wszystkim stanowi gwarancję rozwoju stada zwierząt domowych. Ser jest bowiem produktem mlecznym pochodzącym od krów,

owiec i kóz.

Chrzan zawsze był starym ludowym znamięm wszelkiej siły i fizycznej krzepy. Współdziałając z innymi potrawami zapewniał ich skuteczność.

Ciasto do koszyka ze święconką weszło ostatnie, jako symbol umiejętności i doskonałości - zapewne głównie jako popis domowych gospodyń. Ciasto reprezentowane było głównie przez wielkanocne baby, a jej nie udany wypiek był wielką kompromitacją. Poza tym winien to być zawsze wypiek własny, domowy, a nie kupiony w ciastkami. Wystarczy zwykła domowa drożdżówka.

Taka to była tradycja siedmiu błogosławionych darów, znana w Polsce wszędzie od wielu lat. Współczesne uzupełnienia wielkanocnego koszyka są już dodatkami bez znaczenia - wkładane tam trochę ze snobizmu, z nieświadomości, a najczęściej z powodu lekceważenia tradycji.

Koszyk winien być z wikliny, słomy lub sosnowych łubów. Wyścielony serwetą, ozdobiony białą koronek i zielenią bukszpanu lub gałązek borówki, był wyrazem wielkiej radości. Tą radością trzeba się podzielić podczas wielkanocnego śniadania. I to w znaczeniu symbolicznym, jak też dosłownym.

Źródło: <http://goldenbrown.blox.pl>

W Internecie wyszukała:
Sandra Dukarska, kl. II Td

WIELKANOC W POLSCE

Kościół Katolicki obchodzi Wielkanoc po pierwszej wiosennej pełni Księżyca. Jest to wiosenne święto chrześcijan, bardzo szczególny okres dla wierzących. W niedzielę Wielkanocną spotykamy się z naszymi bliskimi na świątecznym śniadaniu. Dzieci dostają słodczyce, które zostawił im zajączek. Poniedziałek Wielkanocny obchodzą jedynie Polacy. Tego dnia każdy może oczekiwać, że zostanie obłany wodą przynajmniej raz. Mówiąc ogólnie:

Wielkanoc to czas radości i odrodzenia.



WIELKANOC W ANGLII

Wielkanoc w Anglii wiąże się z 4 dniami wolnymi od pracy, większość mieszkańców poświęca czas na wielkanocne zakupy, w poniedziałek bowiem rozpoczynają się wyprzedaże i wyjazdy za miasto. Popularną rozrywką są również wyjścia do pubów. Dodatkowo w czasie świąt przygotowuje się kosze z przysmakami, które zabiera się ze sobą na przykład do parku czy wyjazd za miasto. W niedzielny poranek dzieci są uszczęśliwione wielką ilością słodczych, zazwyczaj mają one formę wielkich jaj wykonanych z czekolad, a dodatkowo są jeszcze wypełniane.

Hanna Perz, kl. II Td

ENGLISH CORNER - KĄCIK JĘZYKOWY

Easter jokes - Wielkanocne kawały

1. What do you get if you cross a bunny with an onion?

- A bunion!

1. Co otrzymasz, jeśli skrzyżujesz królika z cebulą?

- Królibulę!

2. At Easter mum is asking Johnny:

-How divide 8 Easter eggs in 4 people?

-The best thing is to scramble eggs...

2. W Wielkanoc mama pyta Jasia:

-Jak podzielić 8 pisanek na 4 osoby?

-Najlepiej usmażyć jajecznicę...

3. CHICKS' CHAT / KURCZĘCA POGAWĘDKA

Do you speak English?

- Hallelujah!

Czy Ty mówisz po angielsku?

- Alleluja!

Życzenia Wielkanocne po angielsku

Happy Alleluia, and Easter time!!

colorful eggs and lamb in basket!

Happy April Fool's Day!!

It's time for lots of coloured eggs and pretty springtime flowers- And time to say, "Hope Easter Day is filled with happy hours!"

This Easter wish for happiness is sent to you with love

It's Eastertime and time to say, Hope you'll have lots of fun today! Happy Easter!

Have an egg-cellent and egg-strahappy Easter!

Pani Katarzyna Smola



DOBRYCH, RADOSNYCH ŚWIAT,
TAKICH, KTÓRE WYZWALAJĄ ZE SMUTKU,
DAJĄ WIARĘ W ZWYCIĘSTWO,
POKAZUJĄ, ŻE NA KOŃCU I TAK DOBRO POKONA ZŁO!
WESOŁEGO ALLELUJA!
Życzy Redakcja „KORCZUSIA”



Wiosna! Ciepleszy wieje wiatr...

Wiosna - jedna z czterech podstawowych pór roku w przyrodzie, w strefie klimatu umiarkowanego. Charakteryzuje się umiarkowanymi temperaturami powietrza,

rosnącą średnią dobową oraz umiarkowaną ilością opadu atmosferycznego.



Świat roślin i zwierząt przechodzi okres budzenia się do życia, a następnie rozpoczyna się pierwsza faza okresu rozmnażania, czyli dobieranie partnerów i zapłodnienie u zwierząt, a u roślin kwitnienie i zawiązywanie zalążków. Ptaki przylatują z ciepłych krajów. Na drzewach pojawiają się liście.

Wiosna astronomiczna rozpoczyna się w momencie równonocy wiosennej i trwa do momentu przesilenia letniego,

co w przybliżeniu oznacza na półkuli północnej okres pomiędzy 21 marca a 22 czerwca (czasami daty te wypadają dzień wcześniej lub dzień później, a w roku przestępnym mogą być dodatkowo cofnięte o jeden dzień). Podczas wiosny astronomicznej dzienna pora dnia jest dłuższa od pory nocnej, a ponadto z każdą kolejną dobą dnia przybywa, a nocy ubywa.

Sandra Dukarska, kl. II Td

Po tak długiej zimie każdy z nas z niecierpliwością czeka na ciepły, wiosenny wietrzyk. Zatem, przygotujcie się na spotkanie z nią! Powitaj wiosnę bez zbędnych kilogramów.

Dieta Owocowa - idealna, aby szybko zrzucić zbędne kilogramy!

Dzięki cytrusom wypiękniejesz, nabierzesz siły i... schudniesz 3 kg w 5 dni!

Okazuje się bowiem, że soczyste

owoce warto jadać częściej niż tylko na deser. Przygotowane z ich dodatkiem danie pomaga Ci w walce z nadwagą. Sto-



suj dietę owocową i chudnij zdrowo.

Można je jeść do woli, bo są nisko kaloryczne: średni grejpfrut to tylko 126 kcal, mandarynka 34 kcal, zaś pomarańcza 110 kcal. Oprócz tego zawierają wiele innych substancji, które wspominają dietę.

Witamina C usuwa tłuszcze, a także opóźnia stwarzanie. Dzięki niej organizm więcej hormonów stabilizujących poziom cukru i niedopuszczających do powstawania zapasów tłuszczu. Wraz z witaminą A wspomaga produkcję kolagenu, dzięki któremu skóra wygląda młodo.

Błonnik - pobudza przemianę materii. Cytrusy zawierają dwa rodzaje błonnika - rozpuszczalny (pektyny)

obniża poziom cholesterolu we krwi, nierozpuszczalny pęcznieje w żołądku i sprawia, że długo nie czujesz głodu. Usprawnia też pracę jelit.



Potas oczyszcza organizm - usuwa nadmiar wody (chroni przy tym przed nadciśnieniem), a wraz z nią toksyczne resztki przemiany materii. Ułatwia także przyswajanie białek i węglowodanów. Cytrusy mają jeszcze jedną zaletę - podnoszą odporność warto je jeść dla zdrowia i urody.

Hanna Perz 2 Td

Wiosna! Pamiętaj o urodzie.

Makijaż do szkoły...

Delikatny i świeży makijaż sprawi, że żaden chłopak w szkole nie przejdzie obok Ciebie obojętnie: Jest idealny do szkoły, ponieważ nie rzuca się zbyttnio w oczy, nie będzie przyczyną spieć z nauczycielami:

1. Całą twarz delikatnie przypudruj kosmetykiem rozświetlającym najlepiej z jedwabiem.

2. Policzki subtelnie muśnij opalującym różem {brzoskwiniowym}.

3. Wszystkie niedoskonałości cery zamaskuj korektorem.

4. Na całe powieki nałóż beżowy cień. W zewnętrznych kącikach oczu nałóż odrobinę różowego cienia.

5. Tuż przy linii górnych rzęs na maluj cieką kreskę czarnym eyelinerem i wytuszuj rzęsy.

6. Usta pomaluj jasnorożową pomadką.

Makijaż na imprezę

Make-up w kolorze złota sprawi, że staniesz się gwiazdą wieczoru. Połyskujące drobinki sprawiają, że twoja twarz będzie piękna przez wiele godzin. Przed nałożeniem makijażu musisz oczyścić dokładnie twarz. Maseczka oczyszczająca będzie dobrym rozwiązaniem. Warto też poświęcić trochę czasu na relaks w wannie z pachnącym olejkiem do kąpieli. Ostatnie pół godziny poświęć na makijaż

1. Makijaż zacznij od nałożenia lekkiego podkładu. Pamiętaj, aby nie nakładać go zbyt dużo, bo uzyskasz efekt sztucznej maski.



2. Twarz osyp delikatnie pudrem brązującym. Możesz odrobinęk obsypać nim dekolt i ramiona, wtedy będą kusząco lśnić.

3. Na górnej powiece tuż przy linii rzęs zrób długą kreskę eyelinerem (bardzo modne w tym sezonie kocie oko!)

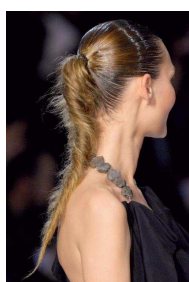
4. Całą powiekę pomaluj beżowym cieniem (pod łukiem brwiiowym też). Wewnętrzne kąćki oczu zaakceptuj złotym cieniem. Środek pomaluj cieniem w kolorze starego złota (ciemniejszym niż w kąćkach). Zewnętrzne kąćki i załamanie powieki muśnij brązowym cieniem.

5. Starannie wytuszuj rzęsy maskarą pogrubiającą i wydłużającą.

6. Policzki muśnij brzoskwiniowo-brązowym różem, a usta pociągnij lipglossem.

Hanna Perz II Td

Fryzura do szkoły !!!



Do szkoły czes się „grzecznie” przyzwicie. Jak to mówią dziewczyny najlepiej kitka lub opaska, żeby włosy nie opadały na oczy. Czesz się tak jak lubisz, jak się dobrze czujesz.

Fryzura na imprezę !!!

Loki :

Skręć włosów podkreśli odpowiednia pianka do loków. Nałóż pełną dłoń pianki na dłoń i wmasuj we włosy, trzymając głowę w dole, a następnie wysusz suszarką. Najlepszy rezultat osiągniesz używając dodatkowo szczotki, lokówki lub wałków.

Prosty sposób na proste włosy:

Użyj lakieru wygładzającego, który

można stosować do prostowania włosów. Powinien zawierać składniki zabezpieczające włosy przed zniszczeniem i wysuszeniem.

Styl Surfera:

Wyluzowany, styl pogromcy fal i wiatru? Do tego potrzebujesz pasty matującej do stylizacji włosów. Aby stworzyć na głowie kontrolowany nieład, wystarczy nabrać pastę, rozetrzeć ją lekko w dłoniach i nakładać na włosy, modelując je.

Dodawanie Objętości:



Opuść głowę i na swobodnie opadające (wilgotne lub suche) włosy nałóż grzebień z piną. Fryzurę spryskujemy lakierem z

odległości ok. 30 cm. Dla uzyskania ekstra objętości, aplikuj lakier u nasady włosów i wmasuj okrężnymi ruchami, aż do uzyskania odpowiedniego kształtu, tinta pod całością.

Fryzura na imprezę dla Mężczyzn!!!



Awangardowe kolce sterczące kosmyki i stojące smugi powoli wykreować klej do stylizacji włosów. Powinien scementować fryzurę aż do kolejnego mycia

szamponem. Niewielką ilość żelu nałóż na palec, rozetrzyj i nakładaj na poszczególne pasma włosów, wyciągając je i skręcając

Hanna Perz 2 Td

Wiosna! Nie zapominajmy także o naszej duszy...

Polecamy książki na wiosnę:

1. Umarli czasu nie liczą!

Do niedawna Madison Afery była zwykłą nastolatką, jeśli nie liczyć fio-

letowych włosów i tego, że była nowa w szkole. Ale jej bal maturalny był zabójczy-dostownie. Właśnie tam Mroczny Żniwiarz chciał odebrać jej ciało i duszę. Lecz nie zdążył dokończyć zadania, Madison wykradła mu magiczny amulet. Dzięki niemu pozo-

stała na ziemi, chodzi do szkoły, wygląda...jakby żyła. Ale tak naprawdę jest zawieszona pomiędzy światem żywych i umarłych. Światem gdzie ciemność nie zawsze jest zła, a jasne istoty cienia mrok. Gdzie tylko tajemniczy anioł może pomóc Madison

Uśmiechnij się

EKIPA REDAKCYJNA:

NAUCZYCIELE:

Alicja Kubiak-Kwaśny
Janina Nawrocka
Violetta Malinowska

UCZNIOWIE:

Beata Łuczak - Kl. II Tc
Barbara Robakowska - Kl. I Tf
Magdalena Szalbierz - Kl. I b
Hanna Perz - Kl. II Td
Agnieszka Więckowska - Kl. II Td
Hanna Więckowska - Kl. II Td
Sandra Dukarska - Kl. II Td
Jakub Bandurski - Kl. II Td



Ciąg dalszy ze strony 7:

- Proszę pani, ja się w pani chyba zakochałem - mówi Jasiu do nauczycielki.
- Przykro mi Jasiu, ale ja nie lubię dzieci.
A Jasiu na to:
- A kto lubi, będziemy uważać.
Mama pyta się swego synka:
- Jasiu, jak się czujesz w szkole?
- Jak na komisariacie: ciągle mnie wypytują, a ja o niczym nie wiem.

Rusz głową

7	3		4	6	5			8
			3	9	2	4		5
5							6	9
		7				8	4	
	5		8		4		3	
	9		2		3			
2					9	1		
9		3	5			7		
	8	4	7	2				

przygotować się na chwilę, gdy Mrazny Żniwiarz wróci...

2. Polecam też książkę pod tytułem „Szeptem” mówi o miłości nie z tego świata oraz „Wzgórze Śmiałków”.

3. „W głębi lasu” Harlan Coben

Dwadzieścia lat temu czworo nastolatków wymknęło się z letniego obozu. Kilka dni później zostały odnalezione ciała dwojga z nich. Pozostała dwójka nigdy nie została odnaleziona,



zapadła się pod ziemię. Jedna z zaginionych osób była siostra Paula Copelanda, obecnie prokuratora z politycznymi ambicjami. Wszystkie plany i dotychczasowa kariera Paula staje pod znakiem zapytania, gdy w zamordowanym mężczyźnie bohater rozpoznaje zaginionego przez dwudziestoma latami chłopaka... Paul postanawia na własną rękę odkryć, co wydarzyło się tamtej nocy...

4. „Zaklinacz koni” Nicholas Evans. Dziewczynka i jej koń nieoczekiwanie dostają się pod koła wielkiej

ciężarówki. Oboje uchodzą z życiem, ale wypadek wywiera destrukcyjny wpływ zarówno na życie dziewczynki, jak i jej konia. Matka poszkodowanej nie zgadza się na uśpienie straszliwie poranionego konia, czując, że wówczas w jej córce również coś umrze. Przejeżdża pół Ameryki

w poszukiwaniu zaklinacza - człowieka, który potrafi oddziaływać na psychikę koni...

Książki polecały:

Hanna Perz, kl. II Td

Agnieszka Więckowska, kl. II Td

Młdzież XXI wieku

Młdzież w dzisiejszych czasach można podzielić na trzy różne grupy. Młdzież z tzw. „dobrych domów”, gdzie dzieciom pokazują dobre wychowanie, żyją w dostatku, co zwalnia rodziców z obowiązku miłości rodzicielskiej. Takie dzieci często padają ofiarą „zepsucia”. Chcą zwrócić uwagę rodziców na siebie i popełniają wiele błędów - e tym przestępstwa, nastoletnie cięże itp. Drugą grupą młdzieży są ci, co chłoną zachowanie innych od dziecka, w domu

przemoc i alkohol, a na ulicy wśród znajomych jeszcze więcej przemocy i agresji... Ludzie boją się ich, sięją postrach i tym zwracają uwagę innych. Często to kończy się w domach poprawczych, w więzieniach, a nawet na cmentarzu. Ostatnią grupą wspomnianej młdzieży są ci, co pomimo przeciwności losu, typowej biedy, towarzystwa czy szerzącej się erze używek, chcą pokazać, że mają marzenia. Pomagają rodzicom, kończą szkoły, chcą osiągnąć więcej, by ich dzieci tej biedy nie doświadczyły. W takich domach panuje miłość i wza-

jemny szacunek. Niestety, takiej młdzieży jest coraz mniej, więc wszyscy się zastanówmy nad swoim życiem - może nie tylko nastolatki, lecz bardziej rodzice.

Kasia Starzyńska kl. III Tc

