Promyk, nr VII

Rok wydania
Styczeń 2017
Numer VII
Gazetka szkolna wydawana przez SOSW im. Św. Franciszka z Asyżu w Nowym Mieście n/Pilicą

W tym numerze:

Wiosna tuż, tuż 1
Poznajmy się bliżej ... 2
Zmiana czasu 3
Aktywność fizyczna 5
Garść dobrego humoru 5
Ciekawostka 6
Horoskop 7

Ważne tematy:

* Aktywność fizyczna
* Zmiana czasu

WIOSNA TUŻ, TUŻ...

Po długiej zimie, zmęczeni chłodem i krótkimi dniami z tęsknota wyczekujemy wiosny. Nie ma większego znaczenia czy jej nadejście świętujemy kultywując zwyczaj topienia Marzanny, czy organizujemy wycieczkę do lasu, czy też może zaczynamy wiosenne porządki. Pewne jest to, że powitaniu wiosny zawsze towarzyszy radość i optymizm. Oznaki wiosny są widoczne dla każdego, wystarczy wyjrzeć przez okno lub wyjść na spacer. Przyroda budzi się do życia, ptaki wracają z ciepłych krajów, drzewa pokrywają się listkami, jest bardziej słonecznie, nasze samopoczucie wiec będzie się polepszać. Wiosna to też przyjemniejsze powietrze, kwiaty, Wielkanoc, bazie, rzeżucha. O ile pierwszy dzień wiosny kalendarzowej ustalony jest umownie na 21 marca, o tyle wiosna astronomiczna rozpoczyna się w chwili gdy słońce przekracza równik. W tym roku równonoc wiosenna wypada 20 marca.

Przygotowała: J. Ostrowska

Poznajmy się bliżej. Wywiad z nauczycielem zawodu Panią Elżbietą Drobik.

Anita Rylska: Dzień dobry Pani Elu. Redakcja „Promyka" chciałaby przeprowadzić z Panią krótki wywiad . Czy zgodzi się Pani?.

Pani E. D. Dzień dobry. Oczywiście, że się zgadzam.

A.R. Pani jest ubrana na biało. Dlaczego kucharze noszą białe ubrania?

E.D. Kucharz musi mieć czyste ubranie. Z białego fartucha plamy dają się też najłatwiej wywabić. To biały materiał najdłużej i najlepiej znosi pranie w gorącej wodzie. Silne detergenty i wybielacze, które są niezbędne, żeby pozbyć się nie tylko plam i zabrudzeń, ale i ewentualnych bakterii, które w cieple, wilgoci, na resztkach jedzenia mają świetne warunki do rozwoju.

A. R. W którym momencie zrodziła się myśl, że zostanie Pani kucharką?

E.D. Już w szkole podstawowej próbowałam eksperymentować. Jak mamy nie było w domu to zaczynałam coś „pichcić ''. Nie zawsze wychodziło. Rodzice starali się być mili i chwalili moje potrawy.

A. R. Czy lubi Pani pracę z młodzieżą?

E.D. Bardzo lubię. Przekazuję im to, co sama wiem na temat sztuki kulinarnej, a widząc ich zainteresowanie i zaangażowanie mam ogromną satysfakcję.

A.R. Jak Pani myśli czy ja mogę być kucharką?

E. D. Myślę, że tak. Musisz jednak skończyć gimnazjum. Zgłosić się z mamą do Poradni Psychologiczno- Pedagogicznej a następnie do lekarza. Kucharka musi być całkowicie zdrowa. Jak nie będzie przeciwwskazań dołączysz do grona uczniów klasy zawodowej. Jest to zawód dosyć ciężki, ale dający wiele satysfakcji . To zawód na który zawsze będzie istniało zapotrzebowanie.

A. R. Jakie jest Pani ulubione danie a czego by pani nie zjadła?

E.D. Bardzo lubię dania,, postne"- jarskie bez mięsa. Sałatki, surówki. Nie lubię owoców morza wynika to pewnie z naszej kultury.

A.R. Co Pani chciałaby przekazać nam młodym?

E.D. Pamiętajcie, że w życiu trzeba być dobrym, prawdziwym to się opłaca. Trzeba być też pracowitym w każdym wieku czy w wieku szkolnym czy dorosłym.

A. R. Co dla Pani w życiu jest najważniejsze?

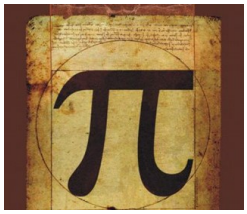
E. D. Na pierwszym miejscu jest dla mnie rodzina. Cieszę się, ponieważ mam już pięcioro wnucząt (takich słodkich, kochanych).

A. R. Dziękuję za rozmowę. Jak skończę gimnazjum to chcę uczyć się na kucharkę

E.D. Dziękuję. Zapraszam i czekam na nową kandydatkę.

Przygotowały: A. Karwowska, A. Rylska

14 marca
Dzień Liczby Pi



14 marca obchodzony jest Światowy Dzień Liczby Pi (Π). Liczba pi to stała matematyczna, która wynosi (z dokładnością do 100 miejsc po przecinku): 3,14159 26535 89793 23846 26433 83279 50288 41971 69399 37510 58209 74944 59230 78164 06286 20899 86280 34825 34211 70679...

Światowy Dzień Liczby Pi to święto, które jest obchodzone głównie w kręgach akademickich i szkolnych przez matematyków, fizyków i chemików. Data święta liczby pi nie została wybrana przypadkiem. 14 marca, czyli 3.14 (03.14) to pierwsze cyfry liczby pi: Π=03,14...

Przygotowała: E. Długosz

Narodowy Dzień
Pamięci Żołnierzy Wyklętych

1 marca, obchodzimy Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Wyklętych. Z okazji święta w całej Polsce przygotowano z tej okazji mnóstwo wydarzeń i uroczystości.

Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Wyklętych ustanowił w 2011 r. parlament „w hołdzie Żołnierzom Wyklętym - bohaterom antykomunistycznego podziemia, którzy w obronie niepodległego bytu Państwa Polskiego, walcząc o prawo do samostanowienia i urzeczywistnienia dążeń demokratycznych społeczeństwa polskiego, z bronią w ręku, jak i w inny sposób przeciwstawili się sowieckiej agresji i narzuconemu siłą reżimowi komunistycznemu".

Przygotowała: E. Długosz

Środa Popielcowa

Środa Popielcowa zwana również Popielcem, kończy karnawał i rozpoczyna w Kościele katolickim na całym świecie Wielki Post, który trwał będzie 40 dni aż do Wielkanocy. Dla wiernych jest to czas wyciszenia i zadumy, modlitwy, oraz postanowień i wyrzeczeń.

Nazwa Środy Popielcowej pochodzi od obrzędu posypania głów popiołem, który jest znakiem małości i kruchości życia ludzkiego. Akt ten sprawowany podczas mszy popielcowej, jest wezwaniem do poprawienia swojego życia i nawrócenia. Zwyczaje Środy Popielcowej mają długą tradycję, zapoczątkowane zostały już w średniowieczu, dokładnie w VIII wieku, następnie papież Urban II uczynił Popielec obowiązującym w całym kościele katolickim. Posypywanie głów popiołem symbolizuje skruchę oraz gotowość do pokuty, a jednocześnie przypomina o przemijaniu życia doczesnego. Warto wiedzieć, że popiół pochodzi ze spalonych palm, poświęconych rok wcześniej w Niedzielę Palmową. Tradycją Środy Popielcowej jest ścisły post polegający na zjedzeniu tylko jednego posiłku do syta, oraz powstrzymywaniu się od spożywania pokarmów mięsnych.

Przygotowała: J. Ostrowska

Zmiana czasu

Przejście z czasu astronomicznego, potocznie nazywanego *zimowym*, na czas letni, bywa kłopotliwe. Przesunięcie wskazań zegarków z godz. 2:00 na 3:00 w nocy z soboty na niedzielę (z 25 marca na 26 marca) skraca czas na sen o godzinę. Pewnym pocieszeniem jest fakt, że dzięki temu zabiegowi zyskujemy dodatkową godzinę światła słonecznego wieczorami (kosztem poranka).

Przygotowała: E. Długosz

Garść dobrego humoru !!!

Przygotowała: M. Modelska

Aktywność fizyczna

Choć słoneczna aura będzie nam towarzyszyć dopiero za kilka dni, już teraz możecie przygotować się na temperaturowe nadejście wiosny. Polecamy wykorzystać tą ciepłą porę roku i spędzać jak najwięcej czasu na świeżym powietrzu. Mniejszy lub większy wysiłek fizyczny doda wam energii i wprowadzi w pozytywny nastrój. Regularnie stosowane ćwiczenia wpływają na kształtowanie pięknej sylwetki oraz rzeźbią kształt ciała. Po wysiłku fizycznym poprawia się również ogólne samopoczucie i wtedy zwiększa się chęć do życia. Aktywność taka wpływa na nasze zdrowie. Mięśnie kurczą się i poprawiają krążenie krwi w całym organizmie, a co za tym idzie i mają zadanie dotlenić wszystkie tkanki. Usprawnia to pracę naszego serca. W porze wiosennej można biegać, jeździć na rowerze, grać w piłkę lub uprawiać inne lubiane przez was dyscypliny sportowe.

Zachęcamy.

Przygotowała: A. Karwowska

Ciekawostka — Czy wiecie, że…

Ilość receptorów w nosie niedźwiedzia jest 7 razy większa, niż u psa i około sto razy większa, niż u człowieka. Znane są przypadki niedźwiedzi polarnych, które ruszały na polowanie za ofiarą zwietrzoną z odległości ponad 60 kilometrów.

Przygotowała: E. Długosz

Dzień Kobiet - historia, tradycja, zwyczaje !

Dzień Kobiet istniał już w starożytnym Rzymie gdzie obchodziły go gospodynie. Tego dnia gosposie, kobiety urodzone jako wolne, zamężne otrzymywały od swoich mężów prezenty, były obdarzane czułością, miłością i uwagą. Niewolnice także otrzymywały od swoich mężów prezenty. Panie domu tego dnia pozwalały swoim niewolnicom odpoczywać. Rzymianki przyodziane w najlepsze stroje, z aromatycznymi wieńcami na głowach, przychodziły do świątyni bogini Westy – strażniczki ogniska domowego.

Na **Białorusi** Dzień Kobiet jest świętem państwowym. Na **Litwie** panie w swym dniu nie tylko otrzymują kwiaty, ale też dyskutują o swych prawach. Także na **Ukrainie** Dzień Kobiet jest wolny od pracy. Oprócz tradycyjnego bukietu róż czy bombonierki, panie mogą liczyć na złoty pierścionek albo… lodówkę, do kupna której zachęca sieć kijowskich sklepów AGD. **Włoszki** otrzymują w Dniu Kobiet od swoich mężczyzn najczęściej mimozę.

Przygotował: Zespół Redakcyjny

Coś na ząb...

Domowa czekolada

Składniki:

- 1 szkl. mleka
- 100 g masła
- 2/3 szkl. cukru
- 200g mleka w proszku
- 3 łyżki kakao

Wykonanie:

Gotujemy mleko. Dodajemy do niego masło i mieszamy aż się rozpuści. Dosypujemy cukier i kakao. Mieszamy na ogniu aż powstanie jednorodny, ciemnobrązowy płyn. Ściągamy z ognia. Dodajemy mleko w proszku. Miksujemy aż znikną wszystkie grudki. Wylewamy na formę i wstawiamy do lodówki.

SMACZNEGO !

Przygotowała: E. Długosz

Horoskop

Ryby (19.02.—20. 03.)

Osoby urodzone pod znakiem Ryb to biblijni Samarytanie gotowi do niesienia pomocy innym. Za swoje gołębie serce nie oczekują pochwał i fanfar. Robią to, co do nich należy i co każdy według nich powinien zrobić.

Sławne Ryby: Agnieszka Radwańska, Bruce Willis, Chuck Norris

Baran (21.03 - 19.04)

Baran to bardzo silny znak zodiaku, któremu patronuje żywioł ognia. Osoby spod tego znaku są pewne siebie, odważne, przebojowe. To urodzeni idealiści, gotowi walczyć o daną sprawę z ogromnym entuzjazmem, zaangażowaniem i nieustępliwością.

Sławne Barany: Celine Dion, Tamara Arciuch, Victoria Beckham

Przygotowała: E. Długosz

Marcowi solenizanci

Solenizanci:
Beata, Grzegorz, Bożena, Krystyna, Zbigniew, Józef

Ciekawostka: Imię Beata wywodzi się z łaciny, w której słowo to znaczy błogosławioną, szczęśliwą. Oznacza osobę, której się poszczęściło, dobrze się wiedzie lub jest bogata.

Życzymy wszystkiego najlepszego!!!

Obrazkowe rebusy

Sprawdź swoją wiedzę i odgadnij rebusy.

Przygotował: Zespół Profilaktyczny

SOSW Nowe Miasto n/Pilicą

Ośrodek Szkolno-Wychowawczy im. św. Franciszka z Asyżu w Nowym Mieście nad Pilicą

„Człowiek, który umie żyć w harmonii z samym sobą jest szczęśliwy. ”

Jesteśmy w sieci web- www.osw-franciszek.pl

Zespół Redakcyjny „PROMYKA

Redaktor naczelny– Ewa Długosz
Szata graficzna– Ewa Długosz
Dziennikarze redakcyjni:
Justyna Ostrowska
Anna Karwowska
Małgorzata Modelska
Samorząd Wychowanków
Samorząd Uczniowski