

NUMER 247

Do-Nos

marzec
kwiecień

2022

GAZETA UCZNIÓW ZESPOŁU SZKÓŁ W KĄKOLEWIE



WIELKANOC



Wielkanoc to święta, które symbolizują życie, odrodzenie, nadzieję. Życzymy wszystkim, aby w nadchodzącym czasie w każdym domu zagościła atmosfera ciepła, miłości i otwartości. Niech wielkanocny zając przyniesie w swoim koszyczku wiele uśmiechów, uścisków dłoni i słów, które przełamają lody w ludzkich sercach. Niech na świątecznym stole nie zabraknie tradycyjnych smakołyków, a w lany poniedziałek niech na każdego spadnie deszcz pomyślności. Wesolego Alleluja!



WYWIAD Z...

PANIĄ ALICJĄ MAZURKIEWICZ

- absolwentką naszej Szkoły, Przewodniczącą Rady Rodziców

Jak wspomina Pani naukę w kąkolewskiej Szkole? Co najbardziej utkwiło Pani w pamięci?

Zawsze z uśmiechem na twarzy wracam wspomnieniami do początku mojej edukacji. Wiadomo, nie zawsze były to tylko dobre chwile, ale teraz, po latach, z wielką radością wspominam rzeczy, które wcześniej były dla mnie czymś trudnym, czasem niezrozumiałym. Miło wspominam nauczycieli pracujących w naszej Szkole. Z każdym z nich w mojej pamięci zostało coś miłego. Bardzo serdecznie wspominam też zajęcia pozalekcyjne, godziny spędzone podczas przygotowywania przedstawień lub kół zainteresowań.

Jakie ma Pani plany jako Przewodnicząca Rady Rodziców naszej Szkoły?

Razem z pozostałymi członkami Rady Rodziców realizujemy założone na początku roku cele. Zostały zakupione pomoce do świetlicy, z których już dzieci z wielką radością korzystają. Planujemy pomoc w obchodach kolejnego jubileuszu naszej Szkoły. Jednak główny cel, nad którym teraz się skupiamy, to otoczenie naszych dzieci opieką psychologa. Chcemy, by każde dziecko w szkole, jeśli tylko zajdzie taka potrzeba, miało możliwość skorzystać z fachowej opieki psychologicznej. Żyjemy w trudnych czasach. Coraz więcej obowiązków, złowrogich spojrzeń. Nie każdy, nawet dorosły, jest w stanie sobie z tym poradzić. Pracuję z ludźmi i niestety coraz częściej trafiają do mnie młodzi, pogubieni ludzie. To przerażające, kiedy zamiast pracować z ciałem, należy wysłuchać młodego człowieka kompletnie zagubionego. Z troską patrzę na przyszłość młodych ludzi. Osobiście uważam, że o sferę psychiki należy dbać jak o każdą inną i zawsze opierać się na specjalistach. Dlatego dołożymy wszelkich starań, by i taka możliwość była u nas w Szkole. Czy się uda? - zobaczymy.

Co jest ważne dla Pani jako mamy ucznia naszej Szkoły?

Dla mnie najważniejsze jest poczucie bezpieczeństwa. Pamiętam, że ja bardzo dobrze czułam się w Szkole. Zawsze bezpieczna i „zaopiekowana”, dlatego to poczucie, że moje dziecko jest w dobrych rękach chyba jest dla mnie najważniejsze.

O czym Pani marzy?

Lubię marzyć, dlatego marzeń mam mnóstwo. Niektóre już krok po kroku dzielnie realizuję, niektóre są jeszcze głęboko w podświadomości. Mam nadzieję, że wystarczy sił by je urzeczywistnić. Za wszystkie marzenia, które się ziściły, czuję ogromną wdzięczność, a te, które przede mną, nie zapraszając, przemilczę ☺ .



Co najchętniej robi Pani w wolnym czasie?

Niestety tego wolnego czasu mam coraz mniej. Jeśli jednak znajdę czas dla siebie, to najchętniej wchodzę na matę i oddaję się praktyce jogi. Lubię ten rodzaj aktywności, bo działa nie tylko na nasze ciało, ale również wspaniale potrafi wyciszyć. Czasem, by odgonić życiowe chmury, tańczę. Niekiedy udaje mi się wyrwać na zajęcia, czasem sama przed lustrem, a niekiedy z mężem i dziećmi. Moim zdaniem to zawsze dobry pomysł na wspólne, rodzinne spędzanie wolnego czasu.

Jaki był Pani ulubiony przedmiot w szkole?

Myślę, że ulubiony - to biologia, ale do matematyki też siadałam z przyjemnością. Raczej mój umysł woli ścisłe przedmioty. Tam czuję się bezpieczniej.

Na co Pani postawiła w dalszej edukacji? Gdzie Pani się uczyła po Kąkolewie?

Z zamiłowania do biologii edukację kontynuowałam w II LO w Lesznie na profilu biologiczno-chemicznym, co również bardzo miło wspominam. Następnie wybrałam swoją życiową drogę i naukę kontynuowałam we Wrocławiu na Uniwersytecie Medycznym na kierunku Fizjoterapia. Dodatkowo, z zamiłowania do ścisłych przedmiotów, również dziennie ukończyłam Uniwersytet Przyrodniczy we Wrocławiu na kierunku Technika Rolnicza i Leśna. Chęć uzyskania tytułu inżyniera się udała i nie żałuję czasu spędzonego na obu uczelniach. Poznałam wspaniałych, wartościowych ludzi. Aktualnie prowadzę gabinet, pracuję jako fizjoterapeuta, w czym bardzo się odnajduję ponieważ lubię pracę z ludźmi.

Co chciałaby Pani przekazać uczniom naszej Szkoły?

Warto nie tylko marzyć, ale mieć choć odrobinę odwagi, by po te marzenia sięgać. Polecam z całego serca i trzymam kciuki za każdego ucznia naszej Szkoły ☺

Czego Pani życzyć?

Przede wszystkim zdrowia i spokoju. Reszta przyjdzie sama.



IGORA SIKIRYCKIEGO FRASZKI SZKOLNE

Paluszek i główka to szkolna wymówka,
zwłaszcza kiedy główce zagraża klasówka.

Czemu w szkole nauczyciel
mnie jednego wciąż strofuje?
Wszak i trójkę mam w zeszytcie
obok tych dziesięciu dwójek!

*Ten problem wciąż dręczy Grzegorza,
od dawna sie nad nim biedzi:
Czy śledzie są słone od morza?
Czy morze jest słone od śledzi?*

Nie licz, bracie, na podpowiedź.
Grunt to własny rozum w głowie.
Rozum w głowie, czyli olej -
masz za mało – w **szkole dolej**.

**Z całego serca kocha przyrodę
i nie ukrywa tego przed nikim.
Dlatego wczoraj na drzewku młodym
serce wyrzeźbił scyzorykiem.**

*Jurek należy do harcerstwa,
do sekcji trampów i szermierzy,
do kółka młodych gitarzystów,
do chóru i filatelistów,
do klubów: "Niewidzialnej ręki",
"Czterech pancernych" i "Piosenki".
Należy do zbieraczy złomu
i tych, co rzadko goszczą w domu.
A tylko w szkole, bądźmy szczerzy,
do dobrych uczniów nie należy.*

*Leń marzy, żeby mu kupił wujek
tyle prezentów, ile ma dwójek!*

To nieprawda, że milczenie
w szkole bywa złotem,
bo gdy milczę zapytany,
łapię pałkę potem.

Zamiast do szkoły poszedł na grzyby,
zadowolony niesłuchanie.
Byłby szczęśliwy długo, gdyby
nie przyszło szkolne **dwójkobranie**.



Baśka przed lustrem co dzień prawie
spędza co najmniej dwie godziny.
I, o filmowej marząc sławie,
stroi się, strojąc głupie miny.
Raz widzi w sobie cudne dzidzi,
To znów się wciela w inną rolę.
I tylko własnych pał nie widzi,
Bo częściej w kinie jest niż w szkole.



WIEŚCI Z BIBLIOTECZNYCH PÓŁEK

Nasi dziadowie też czytali, czyli...

"BIAŁE KRUKI" W BIBLIOTECE SZKOLNEJ

Pod tym hasłem realizujemy na regale przy bibliotece cykl wystawowy.

Czym jest "biały kruk"? Oksymoronem z polonistycznego punktu widzenia, bo w przyrodzie ptaki nazywane krukami są przecież czarne.

Pojęcie "**biały kruk**" oznacza osobliwość, rzadkość, unikat, głównie w odniesieniu do rzadkich, cennych książek" (*taką definicję podaje "Słownik języka polskiego" pod red. M. Szymczaka, PWN, Warszawa, 1978, t.1, s. 155*).

Co ciekawe, określenie znane było już starożytnym Grekom, używał go np. Arystoteles. Grecy byli przekonani, że kruki są stworzeniami długowiecznymi, że żyją trzy razy dłużej od jeleni. Wierzono też, że z upływem lat siwieją, a na starość stają się zupełnie białe. Jednak białego kruka nikt w rzeczywistości nigdy nie widział. Pozostał związek fraeologiczny, którego znaczenie warto znać.

Na naszej wystawce pokazaliśmy już książki wydane w latach **1945, 1946, 1947 i 1948**.

Szczególnie cenne są te wydane w roku zakończenia II wojny światowej. Kraj był zniszczony, panowała bieda, żałoba, ale myślano o dzieciach, o ich powrocie do wreszcie polskich szkół, stąd zapewne decyzje o drukowaniu lektur i utworów niosących wytchnienie, radość.

Jesteśmy **dumni**, że posiadamy takie zbiory. Chcieliśmy tą radością podzielić się także z Wami, czytelnikami.

Pokazujemy Wam te unikatowe dla nas zbiory, wierząc, że się nimi zainteresujecie, przeczytacie strony tytułowe, zadumacie nad wartością i potęgą słowa pisanego, ale też wykażecie się **wielką rozwagą, dojrzałością** i żadna z wystawionych książek nie dozna uszczerbku. Niech cieszą oczy kolejnych roczników uczniów naszej Szkoły, tak jak dumą napawają nas.

PRZYPOMINAMY

*Trwa konkurs czytelniczy "5 książek w 5 tygodni". Cieszy się sporym zainteresowaniem przede wszystkim wśród czytelników młodszych. Wielu z nich już wykonało przewidziane regulaminem zadania. Prosimy o cierpliwość, wszystkie prace zostaną ocenione i ... docenione. Rozstrzygnięcie zmagania na początku maja.

*Niezmiennie serdecznie zapraszamy do korzystania z zasobów naszej biblioteki. Jest ona bardzo dobrze zaopatrzona w lektury, dysponuje też bogatym zbiorem książek o temacie bliskiej nastoletnim odbiorcom. W czytelni można w spokoju przeczytać fragmenty, dokonać wyboru, uzyskać pomoc, wskazówki.

WARTO CZYTAĆ! WARTO BYĆ MĄDRYM!



ZAINSPIROWANI „QUO VADIS”

Podczas Szkolnego Dnia Gier i Zabaw Megan Merta poprowadziła w VII b lekcję języka polskiego. zaproponowała swoim Koleżankom i Kolegom ciekawe oraz wymagające myślenia i kreatywności zadania. Punktem wyjścia były ilustracje z książki poświęconej twórczości Henryka Sienkiewicza.



Jedno z zadań wymagało dorównania Neronowi lub prześcignięcia go w tworzeniu poezji. Oto co powstało:

Ten płonący Rzym,
tyle popiołu w nim!
Złociste płomienie życie odbierają,
mimo że słońca promienie przypominają.
Gorąco tu jak w środku lata,
już żaden ptak nad miastem nie lata...
Na wzgórzu siedzę i te pieśni gram,
jak bóstwo się czuję, bogiem jestem ja sam!

Jestem Neron – władca i pan Rzymu,
narobiłem w mieście dużo dymu.
Wszystkim rozkazuję, mało pracuję.
Podczas kąpeli się relaksuję.
Do pożaru się nie przyznaję,
że nic nie wiem, przekonująco udaję.
Moja egoistyczna na rzymianach zbrodnia
świeci dniem i nocą jak pochodnia.

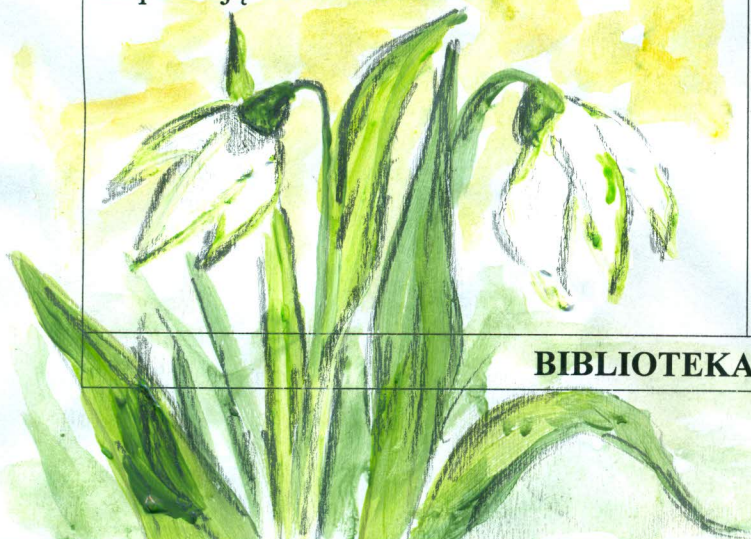
Jestem Neron i mam pod władzą cały Rzym,
chrześcijaństwo to nie jest mój rytm.
Palę chrześcijan na arenie,
sam występuję na scenie.
Lubię bogactwo i marnotrawstwo,
moja religia to pogaństwo.
Nie podskakujcie mi, poddani mili,
mogę skrócić was o głowę w każdej chwili.

Rzym na ziemiach zdobytych
od bogactw jest teraz syty.
Gdy do walki stanąć trzeba,
żołnierz bierze broń i krew przelewa.
A gdy Rzym zapłonie znów,
usłyszymy bogów huk.

Chrześcijanie czują strach,
na arenie gryzą piach.
Ja do Ancjum jechać chcę,
a wy słuchać będziecie mnie!
Moje życie dobiega końca,
kończy się blask słońca...

LEKTUROWE PROPOZYCJE NA WIOSENNE POPOŁUDNIA I WIECZORY

DLA CZYTELNIKÓW	
MŁODSZYCH	NIECO STARSZYCH
AUTOR: Stanisław Marciniak	AUTOR: wielu
TYTUŁ: <i>Historia Polski dla Piotrka</i>	TYTUŁ: cykl " <i>Nazywam się...</i> "
<p>Historii uczymy się w szkole od pierwszej klasy. To bardzo ważne, aby znać swoje korzenie, dziedzictwo, dokonania przodków. Ważne jest, aby rozumieć procesy historyczne, wyciągać wnioski z przeszłości i nie powielać błędów. A jednak historia nie jest przedmiotem lubianym przez ogół uczniów. Niechęć ta wynika być może z ogromu materiału, konieczności zapamiętywania dat, nazwisk, kojarzenia faktów i... opowiadania o nich. A jednak historię swego kraju, Europy, świata warto i trzeba znać. Autor proponowanej książki zdaje się potwierdzać tę tezę. Jego dzieło adresowane jest do małego odbiorcy i realizuje ten zamysł słowem i szata graficzną.</p> <p><i>Historia Polski dla Piotrka</i> rozpoczyna się opowieściami o czasach, gdy bogami byli Perun, Swarozyc i Światowid, gdy granic brońili wojowie (jeszcze nie rycerze), gdy powstawało grodziszczce w Biskupinie, a okrutnego i podstępnego Popiela pokonali Myszkowie. Opowieści toczą się przez wiekopomne wydarzenia, dni chwały i ból klęsk, by pokazywać te wartości narodu, które pozwalały mu wciąż na nowo podnosić się z upadku. Bardzo ważnym elementem tej książki są ilustracje Marka Szyszki; niezwykle realistyczne, piękne, barwne obrazy ludzi, architektury, strojów we wspaniały sposób uzupełniają słowo mówione.</p>	<p>Każdy z nas potrzebuje nauczyciela, mentora, autorytetu. Nawet jeśli niechętnie to przyznajemy, uczymy się od innych, powielamy ich słowa, przyjmujemy jako własne ich poglądy. Warto uczyć się od najlepszych, najmądrzejszych, najszlachetniejszych. Ta idea chyba kierowali się pomysłodawcy cyklu. Niezbyt obszerne książeczki z barwnymi ilustracjami prezentują ludzi, którzy swym geniuszem, talentem, duchowością zapisali się na zawsze w historii świata. Książeczki mają narrację pierwszoosobową, co przydaje realizmu opowiadanym historiom. O swym życiu i pracy, radościach i kłopotach opowiadają:</p> <ul style="list-style-type: none"> - uczeni: Maria Skłodowska-Curie, Mikołaj Kopernik, Albert Einstein; - pisarze: Antoine de Saint-Exupery, William Szekspir; - muzycy: Wolfgang Amadeusz Mozart, Fryderyk Chopin; - malarze: Leonardo da Vinci, Vincent van Gogh, Pablo Picasso, - mysliciele i przywódcy duchowi: Mahatma Gandhi, Matka Teresa z Kalkuty, Stefan Wyszyński, Faustyna Kowalska, Jan Paweł II. <p>Z nich jesteśmy, warto wiedzieć o nich coś więcej, nie tylko kojarzyć nazwisko.</p> <p>W naszej polskiej historii złotymi zgłoskami zapisali się Irena Sendlerowa i Janusz Korczak. Czy te nazwiska są Wam znane? Czy słyszeliście o pracy i postawie tych ludzi? Jeśli nie, zachęcam do lektury również niewielkich objętościowo książek: <i>Listy w butelce</i> (opowieść o Irenie Sendlerowej) i <i>Jest taka historia</i> (opowieść o Januszu Korczaku). Gwarantuję Wam prawdziwe wzruszenia.</p>
BIBLIOTEKA ZAPRASZA!	





Święconka, czyli symbole w koszyczku wielkanocnym

W Wielką Sobotę udajemy się do kościoła z pięknie przyszykowanymi koszyczkami. To święconka, czyli dary, które chcemy poświęcić przed ołtarzem i spożyć w czasie uroczystego wielkanocnego śniadania. Co powinno znaleźć się w koszyczku wielkanocnym, aby tradycji stało się zadość?

Jajka

Są symbolem nowego życia, zmartwychwstania, odrodzenia, ale również płodności, urodzaju, zdrowia. Tradycja mówi, że poświęcone jajko powinno się podzielić na tyle części, ilu domowników zasiada do wielkanocnego stołu. Każdy powinien zjeść swoje jajko na stojąco: ma to mu zapewnić zdrowie na cały rok. Pamiętajmy, że w wielkanocnym koszyczku powinny znaleźć się zarówno jajka, które planujemy zjeść w niedzielę, ale także pisanki. Ich kolory mają istotne znaczenie: kolor żółty oraz zielony, czyli barwy typowo wielkanocne, symbolizują radość, urodzaj, nowe życie; czerwony: przypominają o męce Jezusa; fioletowy jest oznaką żałoby wielkanocnej, a niebieski zdrowia i czystości.

Chleb

To dar od Boga, symbol życia, ciało Jezusa. Jego obecność w święconce ma zapewnić domownikom dobrobyt, szczęście i godne życie.

Baranek

Umieszczenie w koszyczku cukrowego baranka lub tego wykonanego z masła jest niezwykle istotne: baranek bowiem jest symbolem zmartwychwstałego Jezusa, to symbol niewinności, czystości, ale i posłuszeństwa. Baranek to znak, że Jezus umarł na krzyżu za nas, a Bóg przebaczył nam tym samym nasze grzechy. To zaproszenie do świętowania i jednocześnie najważniejszy symbol tych Świąt.

Wędlina

Ma ona symbolizować zakończenie postu.

Sól

W święconce znaleźć się musi miejsce i na przyprawy, w tym sól. Jest ona symbolem oczyszczenia, prawdy, jej zadaniem jest zapewnienie nam zdrowia, chronienie od grzechu oraz odstraszanie zła.

Pieprz / chrzan

Ostre przyprawy, w tym korzeń chrzanu czy pieprz symbolizują cierpienie Jezusa. Jako elementy święconki mają zapewnić nam siłę i chronić od złego.



Ciasto

Ma ono symbolizować naszą doskonałość oraz być powodem radości z wytrwania w postanowieniach z czasu Wielkiego Postu.

Koszyk wiklinowy

Na uwagę zasługuje również sama symbolika wiklinowego koszyczka. Jest ona symbolem nieśmiertelności, ale i naturalności.

Bukszpan jako dekoracja

Jest on symbolem wieczności, ponieważ gałązki pozostają zielone przez cały rok.

Na świątecznym stole

Kurczaczek wielkanocny

Jest symbolem radości, nowego życia, odrodzenia z grzechu.

Zajaczek wielkanocny

Jest symbolem wiosny, witalności, zdrowia oraz odradzającej się po zimie przyrody.

Rzeżucha

Przed Wielkanocą bardzo często sadzimy rzeżuchę, aby pięknie udekorowała nam świąteczny stół. Doskonale nadaje się do tego celu ale ważna jest również symbolika tej rośliny. Ma oznaczać nowe życie, być symbolem odrodzenia, zmartwychwstania.

Lany Poniedziałek - śmigus-dyngus

Zwyczaj oblewania wodą, jak wspomniano wcześniej, jest symbolem oczyszczenia z grzechu, ale i radości.



Ciekawostki:

Śmigus polegał na symbolicznym uderzeniu witkami wierzbowymi lub palemkami po nogach i oblewaniu zimną wodą. Symbolizowało to wiosenne oczyszczenie z brudu i chorób, a w późniejszym okresie także z grzechów.



ROZŚPIEWANA SZKOŁA

Muzyka: Andrzej Wolski

Słowa: Jadwiga Koczanowska

ŚMIGUS-DYNGUS

1. Śmigus-dyngus to obyczaj od prawieków u nas znany.
Trochę mokry, trochę psotny, ale pilnie przestrzegany.
Kiedy wiosna zimę płoszy, słońce mocniej nam zaświeci,
Śmigus-dyngus do zabawy wzywa starszych, wzywa dzieci.

**Refren: Śmigus-dyngus wodą kropi,
Śmigus-dyngus wodą leje,
Śmigus-dyngus, figlarz, psotnik,
Kogo zmoczy ten się śmieje.**

2. Czysta woda zdrowia doda i skutecznie smutki zmyje,
Przygotuje nas do wiosny, na zielone, piękne chwile.
Śmigus-dyngus dobry zwyczaj, kiedy nas z umiarem kropi,
To radości daje dużo, a zmartwienia w wodzie topi.

**Refren: Śmigus-dyngus wodą kropi,
Śmigus-dyngus wodą leje,
Śmigus-dyngus, figlarz, psotnik,
Kogo zmoczy ten się śmieje.**

Śmigus-dyngus – jest to zwyczaj polewania wodą w drugi dzień świąt Wielkanocy, w tzw. lany poniedziałek. Wodą były oblewane najbardziej lubiane osoby. Dziewczęta mogły więc sprawdzić swoje powodzenie wśród chłopców. Niestety było dla nich mieć tego dnia suche ubranie. Pamiętaj, że zwyczaj ten ma być zabawą i radością. Nie można więc przesadzić w oblewaniu wodą, aby nie sprawić komuś przykrości lub przyczynić się do jego choroby. Wiele piosenek opowiada o tym zwyczaju wielkanocnym, szczególnie lubianym przez dzieci.

Wykreślanka - Kwiaty

Zakreśl w pionie lub poziomie wypisane po prawej stronie nazwy wiosennych kwiatów.



PROPOZYCJA KLUBU WIEWIÓRKA

N	A	R	C	Y	Z	P	E	R	H	K	A
R	A	A	T	U	L	I	P	A	N	O	S
O	D	S	W	Y	M	E	I	R	Y	S	T
L	A	S	T	E	R	R	E	E	O	O	Z
K	R	O	K	U	S	W	L	R	S	M	L
C	P	R	Z	E	B	I	Ś	N	I	E	O
Z	R	O	M	A	R	O	A	P	Q	S	P
P	R	Z	Y	L	A	S	Z	C	Z	K	A
K	H	I	A	C	Y	N	T	N	I	U	N
O	A	O	B	A	S	E	C	T	J	O	F
L	C	B	C	Z	E	K	O	L	A	D	A
A	Ż	O	N	K	I	L	A	B	J	I	T

żonkil

tulipan

przebiśnieg

krokus

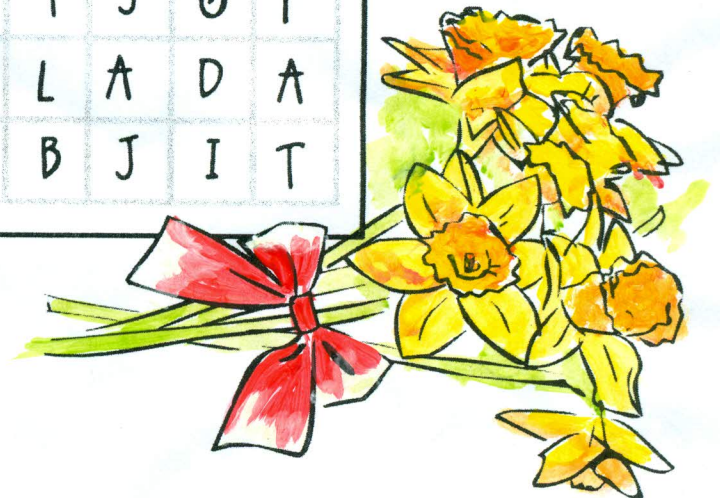
pierwiosnek

przyłuszczka

hiacynt

iryś

narcyz



Zakładka o zdrowiu

Święta Wielkanocne to doskonała okazja do wypróbowania zdrowych, kolorowych i smacznych dań, których wcześniej nie przygotowywaliśmy. Warto w tym czasie połączyć tradycję z prawidłowym odżywianiem, ponieważ jest to naprawdę niezwykle proste! Co więcej, nasz wielkanocny stół będzie wyglądał znacznie atrakcyjniej, jeśli znajdą się na nim potrawy bogate w różnokolorowe warzywa i pojawią się alternatywy niektórych bardzo tłustych dań (np. zamiast pasztetu wieprzowego – paszтет warzywny). Możemy wprowadzić urozmaicone posiłki, które są szybkie w przygotowaniu i pomogą w wykształcaniu zdrowych nawyków żywieniowych całej rodziny!

Proponuję jajeczne muffiny z dodatkiem warzyw. Jajka w takiej postaci z pewnością zasmakują nie tylko dorosłym, ale również dzieciom! Dzięki papryce i natce pietruszki, muffinki nabiorą różnych kolorów, co jeszcze bardziej zachęci do ich spożycia.

Jeśli szukamy zaskakujących pomysłów na proste przekąski, które moglibyśmy podać na wielkanocnym stole, to rolki z ogórków będą doskonałym rozwiązaniem! Rolki są wypełnione farszem z hummusu, majonezu i tuńczyka, a całość zawinięta jest z awokado. Taka wygodna w spożyciu, wytrawna przekąska z pewnością zadowoli podniebienia naszych domowników. Częstym niezdrowym nawykiem na Święta Wielkanocne jest spożywanie dużych ilości tłustego mięsa – w formie kielbasy, wędlin i pasztetów. Właśnie dlatego zapraszam do wypróbowania wegetariańskiego pasztetu pełnego różnorodnych warzyw. Z powodzeniem może być stosowany do kanapek z dodatkiem ćwikły, czy ogórków kiszonych.

Wegetariański paszтет z soczewicy i warzyw korzeniowych

Składniki na 10 porcji:

180 g soczewica czerwona, nasiona suche

1 jajko

2 łyżki nasion słonecznika

1,5 łyżki mąki pszennej typ 2000

2 sztuki korzenia pietruszki

3 sztuki marchwi

200 g selera korzeniowego

100 g pora

1 cebula

1 ząbek czosnku

1 łyżka oleju rzepakowego

sól i ulubione przyprawy, np.: curry,

pieprz czarny,

kmin rzymski, pieprz cayenne,

papryka słodka

Sposób przygotowania:

Soczewicę gotować w 500 ml wody przez 6-7 min.

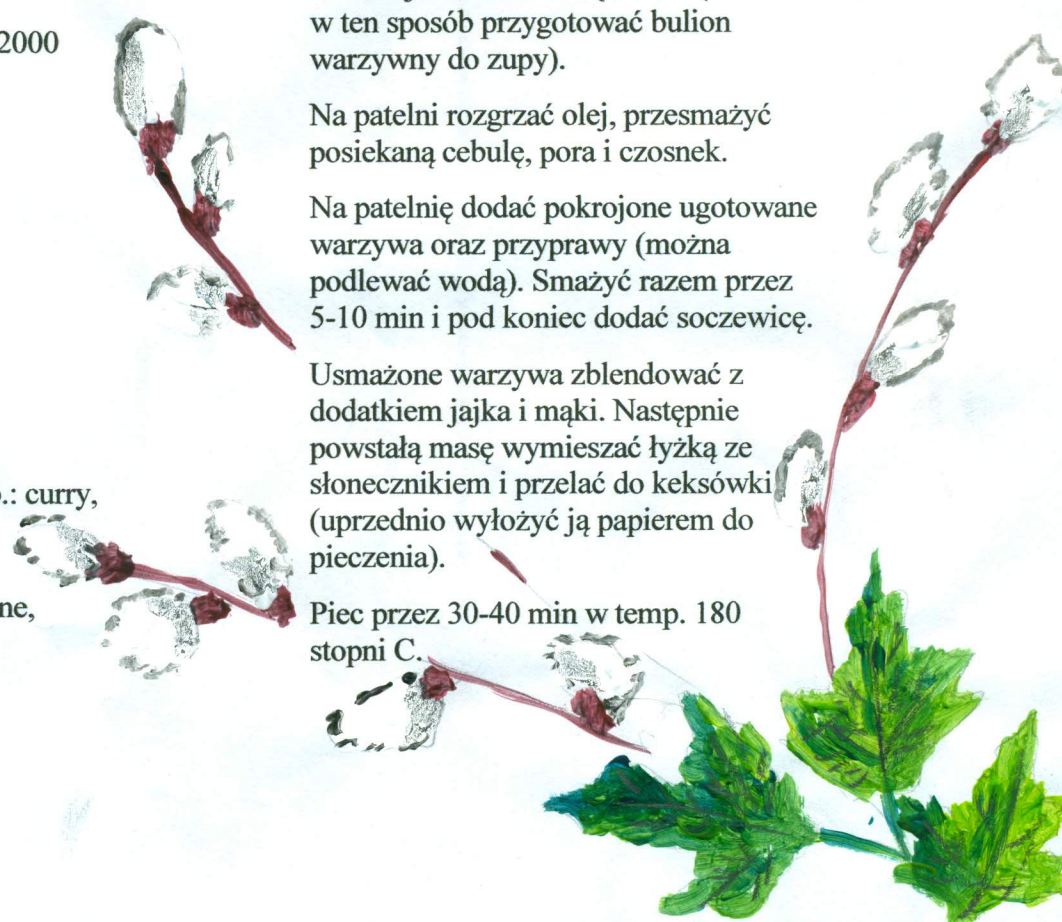
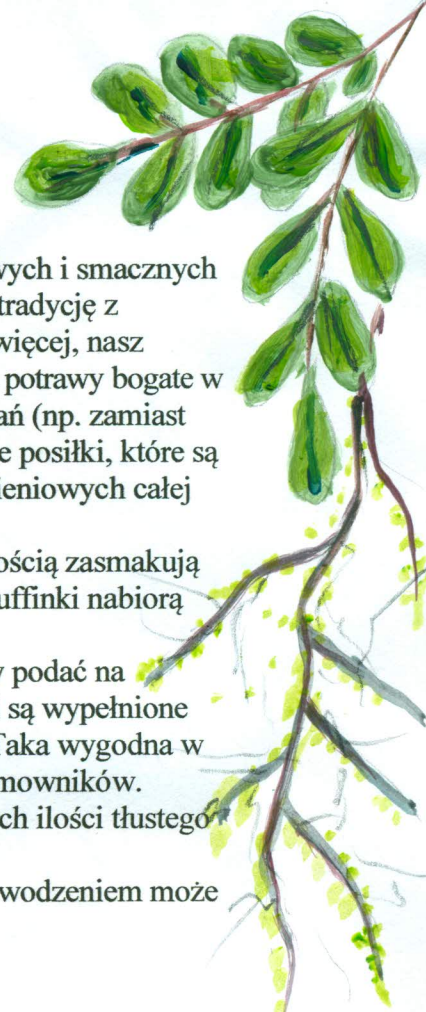
Marchew, pietruszkę i seler ugotować w osolonej wodzie do miękkości (można w ten sposób przygotować bulion warzywny do zupy).

Na patelni rozgrzać olej, przesmażyć posiekaną cebulę, pora i czosnek.

Na patelnię dodać pokrojone ugotowane warzywa oraz przyprawy (można podlewać wodą). Smażyć razem przez 5-10 min i pod koniec dodać soczewicę.

Usmażone warzywa zblendować z dodatkiem jajka i mąki. Następnie powstałą masę wymieszać łyżką ze słonecznikiem i przelać do keksówki (uprzednio wyłożyć ją papierem do pieczenia).

Piec przez 30-40 min w temp. 180 stopni C.



Muffiny jajeczne z papryką, pieczarkami i pietruszką

Przepis na dwie porcje:

- 2 jajka
- 1 łyżka mąki pszennej typ 500
- 1 łyżka mąki pszennej typ 2000 (pełnoziarnista)
- 1 pieczarka
- 1/3 papryki czerwonej
- 2 łyżeczki posiekanej natki pietruszki
- 1/2 ząbka czosnku
- 1 łyżeczka oliwy z oliwek
- sól, pieprz, papryka słodka, zioła prowansalskie

Sposób przygotowania:

1. Paprykę i pieczarkę drobno posiekać. Czosnek rozdrobnić.
2. Jajka wymieszać z mąką, warzywami, oliwą i przyprawami.
3. Powstałą masę przelać do silikonowych lub papierowych kokilek na babeczki, piec w temp. 180 st. C przez 15 min.

Ogórkowe rolki z humusem, marchewka i kolendrą

Składniki

Na hummus:

2 szklanki ugotowanej, mięciutkiej ciecierzycy,
1/2 szklanki jasnej pasty sezamowej tahini,
1–2 łyżki soku z cytryny,
1 ząbek czosnku,
sól,
woda (około 2/3 szklanki).

Na ruloniki:

1–2 długie ogórki,
marchewki pokrojone w małe słupki,
świeże listki kolendry.

Przygotowanie

Ciecierzycę, tahini, czosnek, sok z cytryny, sól i wodę zmiksować na gładki, aksamitny hummus. Nie może być za rzadki, bo wtedy będzie wypływał z ruloników. Za pomocą łopatki do krojenia sera lub szerokiej obieraczki do warzyw pokroić ogórki wzdłuż na cienkie, długie plastry. Im bliżej środka ogórka tym plastry zaczną mieć więcej pestek, dlatego wtedy nie kroić dalej, ale obrócić ogórka na drugą stronę i dopiero wtedy kontynuować krojenie omijając w ten sposób pestkowy środek. Następnie na każdy plaster nałożyć (na 2/3-1/2 długości) warstwę hummusu. Na niej położyć kilka marchewkowych słupków i kilka listków kolendry. Zrolować i układać na talerzu.





Do-Nos-ik



Dodatek dla najmłodszych

CO NAM NIESIE KWIECIEŃ?

Kwiecień znany jest ze swojej nieprzewidywalności. Ciągle przeplata trochę zimy, trochę lata. Pogoda jest zmienna, ale coraz częściej promienie słońca zapraszają nas na podwórko. Lubimy wiosenne zabawy na powietrzu. W przyrodzie zaczynają pojawiać się kolory, które wprowadzają radość. I niech tak już zostanie.

Kwiecień – plecień

Dobrze wiemy już od dawna,
że to jest najszczęsza prawda –
kwiecień – plecień, bo przeplata
trochę zimy, trochę lata!

Czasem ciepło jest jak w lecie,
czasem wicher śniegiem miecie,
czasem w klapkach można chodzić,
to znów mróz nam nosy mrozi!

Czasem kwitną barwne łąki,
a na łąkach fiołki, mlecze,
to znów drżą pod śniegiem kwiatki,
tuląc z zimna wszystkie płatki!

Słońcem cieszą się bociany,
ale martwią się bałwani,
śniegiem cieszą się narciarze,
lecz się martwią kominiarze!

W kwietniu czasem słońce grzeje,
czasem deszcz jak z cebra leje,
raz jest powódź, a raz susza
ale kwietnia to nie wrzusza!

Kwiecień – plecień, bo przeplata
trochę zimy, trochę lata,
trochę lata, trochę zimy –
i nic tu nie poradzimy.



Małgorzata Strzałkowska

O WIELKANOCNYCH ZWYCZAJACH W RÓŻNYCH KRAJACH

Wszyscy dobrze znamy wielkanocne zwyczaje i wspólnie z rodzicami przygotowujemy się do świąt. Poznajmy zwyczaje z innych krajów.

Trawnikowi turlacze

Co roku w ogrodach Białego Domu w Stanach Zjednoczonych odbywa się konkurs toczenia jajek po trawniku. Dopingowane przez prezydenta dzieci próbują jak najszybciej doturlać jajka do mety za pomocą łyżek.

Świąteczny płomień

W Wielką Sobotę mieszkańcy Niemiec od płonącego przed kościołem ognia odpalają własne świece paschalne. Zabierają je potem do domów, by poświęcony przez kapłana płomień towarzyszył im przez całe święta.

Wielkouchy z prezentami

W Irlandii odbywa się tzw. "Easter Eggs" (czytaj: Ister Eggs). Mamy przygotowują czekoladowe jajka i podpisują je imionami swoich pociech, a potem chowają w domu lub najbliższej okolicy. W Wielką Niedzielę dzieci wyruszają szukać niespodzianek.

Koszyk z łakociami

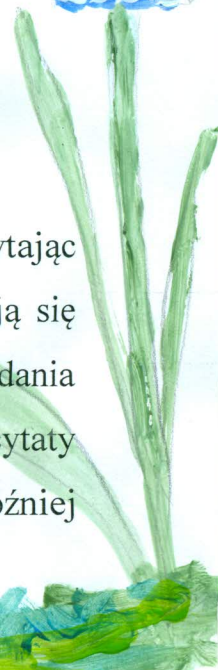
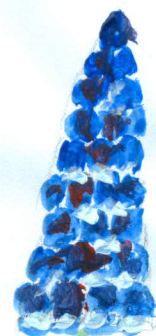
Szmirus to wielkanocny zwyczaj Czechów. Polega na spacerowaniu z koszykiem od domu do domu i zbieraniu cukierków oraz ciastek. Za otrzymane łakocie dziękuje się śpiewem i życzeniami. Wśród darów znajdują się m.in. tradycyjne biszkoptowe baranki.

Książkowe święta

Norwegom Wielkanoc kojarzy się z feriami, które mogą spędzić, czytając kryminały. W księgarniach pojawiają się wtedy specjalne świąteczne wydania zwane „paskekrim”. Najślynniejsze cytaty z nich umieszczone są później na kartonach z mlekiem

Pomlazka

W czeskiej tradycji świątecznej występuje tzw. "**pomlazka**" czyli wielkanocna różga. To splecione wierzbowe gałązki, za pomocą których w drugie święto chłopcy próbują smagać dziewczyny, nie robiąc im przy tym krzywdy.

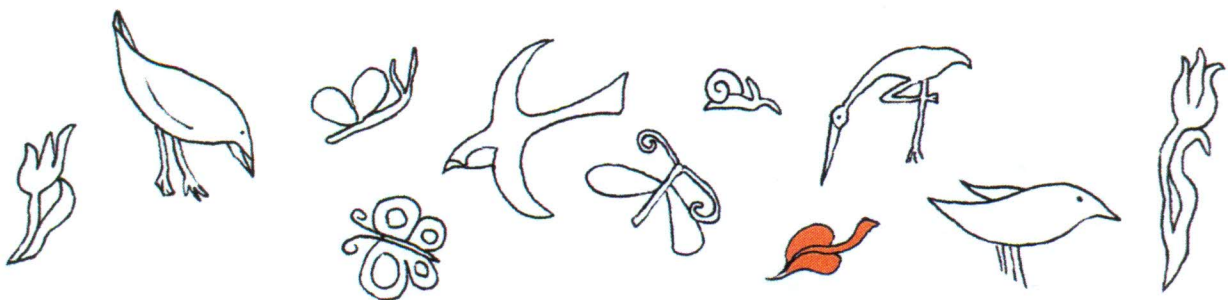


RUSZ GŁÓWKĄ!

Przyjrzyj się uważnie obrazkowi. Co on przedstawia?



Znajdź poniższe elementy na obrazku i pokoloruj je na pomarańczowo.



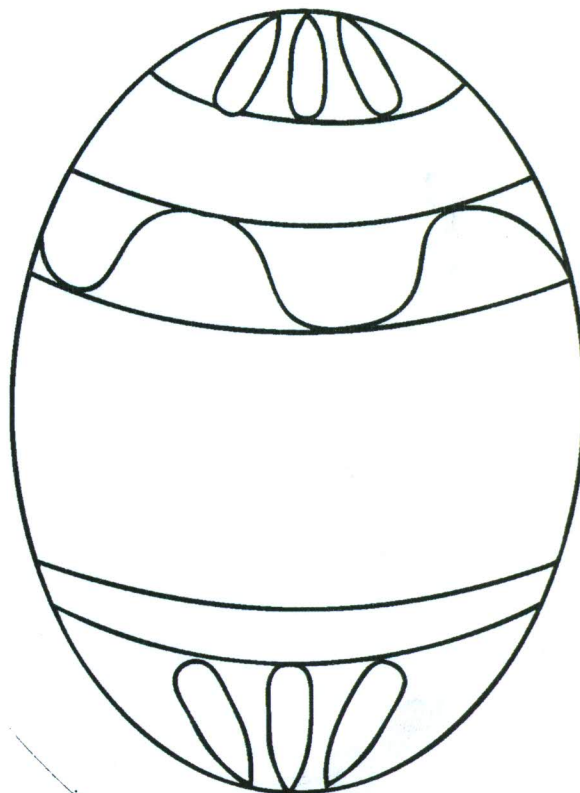
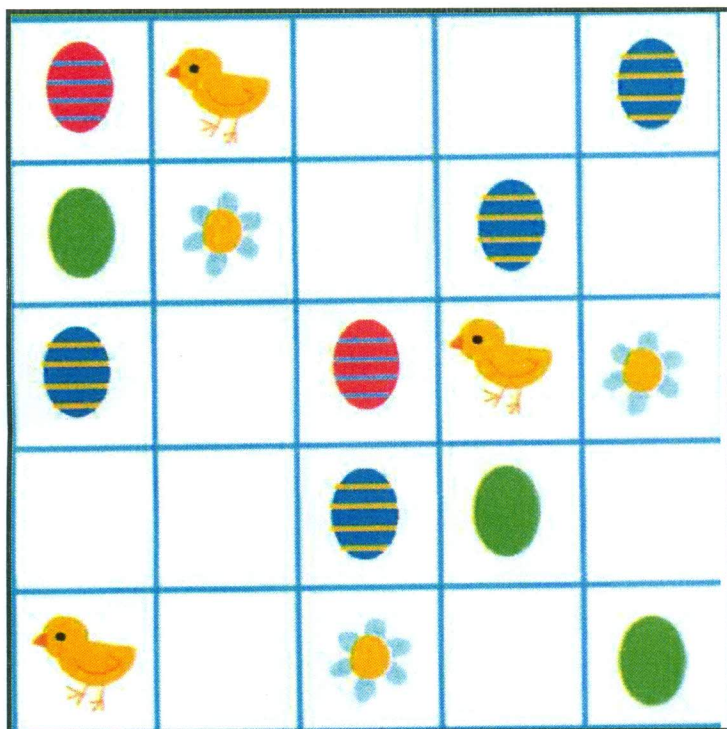
Pokoloruj koszyk wielkanocny według własnego pomysłu.

Odszukaj 10 szczegółów, którymi różnią się obrazki przedstawiające zabawy w lany poniedziałek.



Uzupełnij brakującymi obrazkami luki w sudoku w taki sposób, aby w żadnym rzędzie i w żadnej kolumnie nie powtórzył się ten sam obrazek. Powodzenia ☺

Ozdób pisanekę według własnego pomysłu.



Redakcja: uczniowie i nauczyciele Zespołu Szkół w Kąkolewie ul. Krzywińska 14,
64 – 113 Osieczna