

GAZETKA SZKOLNA

„Sami o sobie”

W tym numerze:

- Top 10 piosenek na styczeń,
- Wywiad z ciekawą osobowością,
- Recenzja ciekawej książki,
- Nasz humorek,
- Jak nie dać się zimowym chorobom?,
- Kącik kulinarny,
- Kącik sportowy,
- Kącik modowy.



Top 10 piosenek na styczeń

1. IDGAF - Dua Lipa,
2. For You - Liam Payne, Rita Ora,
3. River - Eminem, Ed Sheeran,
4. Mad Love - Sean Paul, David Guetta, Becky G,
5. Echame La Culpa - Luis Fonsi, Demi Lovato,
6. Next To Me - Imagine Dragons,
7. All Falls Down - Alan Walker,
8. Perfect - Ed Sheeran,
9. Remind Me To Forget - Kygo, Miguel,
10. These Days - Rudimental, Macklemore, Jess Glynne,

Cudze chwalicie, swego nie znacie: Wioletta Gargała

Na rozmowę ze mną zgodziła się moja mama Wioletta Gargała – autorka pracy poświęconej Krzemienicy.

- Mamo, skąd zainteresowanie Teatrem Krzemienica?

- Warunkiem ukończenia Studium Turystycznego, którego jestem absolwentką było napisanie pracy na temat miejscowości, w której żyję. Stąd moje zainteresowanie Krzemienicą. Przygotowując materiały do pracy natknęłam się na wiele ciekawych informacji o naszej wiosce.

- Czy mogłabyś opowiedzieć mi o początku powstania wsi?

- Krzemienica powstała w 1340r. za panowania Kazimierza Wielkiego. Nazwa miejscowości ma związek z wydobywanym tu w neolicie krzemieniem. Przez Krzemienicę biegł dawniej prastary szlak kupiecki z Rusi Czerwonej do Krakowa. To tutaj wędrowali kupcy, zaopatrywali się w krzemień, z którego wyrabiali narzędzia.

- Jakie ciekawe obiekty spotkamy na terenie Krzemienicy?

- Najciekawszym zabytkiem architektury drewnianej jest zabytkowy Kościół Św. Jakuba z 1492r. Znajduje się on na trasie Szlaku Architektury Drewnianej Podkarpacia. Jest to jedna z głównych nitek sieci „Dróg Jakuba” prowadzących z całej europy do katedry w Santiago de Compostela w Hiszpanii.

- Jak wiemy, z Krzemienicą związanych jest kilka legend. Czy mogłabyś opowiedzieć jedną z nich?

- Moją ulubioną jest „Legenda o sprawiedliwym basiście”.

Na granicy Krzemienicy z Czarną znajduje się małe jeziorko. Na jego środku jest wyspa z murowaną kapliczką. Legenda głosi, że była tu niegdyś karczma, w której odbywało się wesele. Drogą przechodził ksiądz z Wiatykiem. Weselnicy zlekceważyli kapłana. Ukląkł tylko jeden z uczestników zabawy muzykant – basista. Ledwie ksiądz przeszedł karczma zapadła się, a dół zalała woda. Pozostała tylko mała wysepka, na której klęczał basista.

- Co mogłabyś powiedzieć o ludziach tu mieszkających?

- Nasza miejscowość może poszczycić się wspaniałymi tradycjami, dziedzictwem kulturowym zachowanym i przedstawianym przez liczne zespoły i indywidualnych mieszkańców. Warto wymienić działający od 70 lat Zespół Regionalny „Wesele Krzemienickie”. Jeżeli chodzi o osobowości, to na pewno warto wymienić Julię Turzyńską nauczycielkę odznaczoną Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski za działalność kulturalno-oświeceniową. Wspaniałą postacią jest pan Franciszek Frączek artysta, malarz. Jego dzieła wystawiane były w galeriach w Nowym Jorku, Chicago, Paryżu.

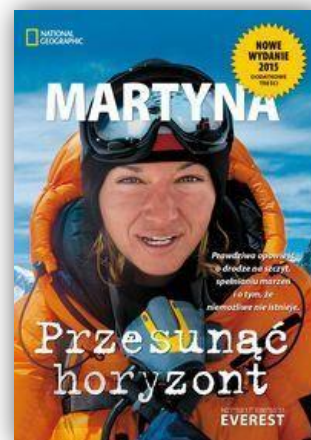
- Dziękując za rozmowę i poświęcony czas muszę przyznać, że była to dla mnie wspaniała lekcja historii o mojej małej ojczyźnie Krzemienicy.

Amelia Gargała
Kl. II G

Recenzja ciekawej książki

PRZESUNĄĆ HORYZONT

MARTYNA WOJCIECHOWSKA



Ogólnie rzecz biorąc książka jest po prostu o górach. Głównie o dwumiesięcznej wyprawie na Mount Everest. Ale nie tylko. Jednak to również książka o tym, jaką cenę płacimy za spełnianie marzeń, o tym, co dzieje się z człowiekiem w trakcie takiej wyprawy w góry, jak zmienia się jego myślenie, jak poznaje siebie z innej strony, jak zaczyna myśleć egoistycznie, wypełnia go obojętność, o tym że nie ma wpływu na przyrodę. Jest małą istotą, nic nieznaczącą w obliczu gór, o presji, jaka ciąży na potencjalnych zdobywcach Everestu oraz na osobach publicznych.

Zaczyna się od opisu wypadku Martyny w Islandii, w którym zginął jej bardzo bliski przyjaciel. Podczas pobytu w sanatorium- w głowie kobiety zradza się myśl, aby wyjść na najwyższy szczyt świata- Mount Everest. Przed tym wiele przygotowań, prób wejścia na inne mniejsze szczyty. Po długim wysiłku udaje się spełnić największe marzenie Martyny Wojciechowskiej.

Polecam przeczytać tę książkę, naprawdę każdemu. Uczy zawziętej walki z samym sobą, uświadamia nas również o tym, że jeżeli tylko chcemy to możemy osiągnąć nawet największe marzenia.



Karolina Kramarz

Nasz humorek

1. Dlaczego kobiety żyją dłużej niż faceci?
- Bóg doliczył im czas na parkowanie!
2. Leżą dwie blondynki na plaży i jedna mówi do drugiej:
- Ej, co jest bliżej: Radom czy Słońce?
- A widzisz stąd Radom?
3. Szkoła jest jak szpital - zawsze są jakieś ciężkie przypadki.
4. Nauczyciel sprawdza zadanie domowe...
- Otwórzcie zeszyty... Jagoda, kiedy odrabiasz lekcje?
- Po obiedzie.
- To czemu tej pracy domowej nie odrobiłaś?
- Bo jestem na diecie.
5. Matka pyta syna:
- Co przerabialiście dziś na chemii?
- Materiały wybuchowe.
- Nauczycielka zadała coś do domu?
- Nie zdążyła...
6. Na lekcji polskiego:
- Jasiu, powiedz nam, kiedy używamy wielkich liter?
- Kiedy mamy słaby wzrok!



Jak nie dać się zimowym chorobom?

Jak wiemy nie od dziś, zimą najłatwiej o przeziębienie. Na dworze zimno i pada śnieg, nietrudno o infekcje i wirusy. Nieraz zdarza ci się przemarznąć i wrócić do domu całkowicie zziębniętym. Przy przeziębieniu zaglądamy do domowej apteczki lub próbujemy wykorzystać metody stosowane w medycynie naturalnej.

Zazwyczaj przeziębienie objawia się zatkany nos, wysoką gorączką, występuje ból mięśni i stawów.

Poniżej przedstawię kilka sprawdzonych sposobów, aby wygrać walkę z chorobą:

HERBATA Z IMBIREM LUB SOKIEM MALINOWYM

Na przeziębienie pomoże gorąca herbata, np. z imbirem lub z dodatkiem soku malinowego. Sok z malin ma właściwości przeciwgorączkowe, a napar z imbiru jest bogaty w substancje przeciwzapalne. Aby się o tym przekonać, wystarczy wypróbować przepis na herbatę z imbirem na przeziębienie. Obierz imbir i cytrynę ze skórki, pokrój w cienkie plasterki, włóż do szklanki i zalej gorącą wodą. Szklankę przykryj i pozostaw na 15 minut. Przed wypiciem herbaty dodaj miód i całość dokładnie wymieszaj.



MAŚĆ ROZGRZEWAJĄCA

Maść rozgrzewająca na przeziębienie powinna zawierać ekstrakt z eukaliptusa, mentolu, tymianek lub kamforę. Maść można wcierać w klatkę piersiową lub plecy, a także wdychać unoszące się nad nią lecznicze opary. W ten sposób łagodzi się objawy nieżytu nosa i kaszlu. Maść rozgrzewającą na przeziębienie należy wcierać w skórę klatki piersiowej i pleców 2 - 4 razy dziennie.



MLEKO Z MIODEM LUB CZOSNKIEM

Innym domowym sposobem na przeziębienie jest mleko z miodem lub mleko z czosnkiem. Najlepiej sięgnąć po miód lipowy, który ma właściwości przeciwgorączkowe i wykrztuśne.



Rosół

Rosół pomoże zwalczyć objawy przeziębienia, co zostało udowodnione naukowo. Wszystko dzięki karnozynie - peptydowi, która poprawia nastrój.



MAJERANEK, RUMIANEK I INNE ZIOŁA

Na przeziębienie dobre są także niektóre zioła, takie jak majeranek, rumianek, tymianek, szalwia, eukaliptus, lipa, czarny bez, pietruszka, podbiał czy dziewanna. Złagodzą one kaszel i uporczywy katar. Ponadto działają przeciwgorączkowo. Na ich bazie można przygotować lecznicze wywary i herbaty, np. herbatę rumiankową na przeziębienie. Wystarczy łyżeczkę ususzonych ziół wsypać do szklanki, zalać gorącą wodą i pozostawić pod przykryciem na 10 minut. Po tym czasie do naparu należy dodać plasterki cytryny, łyżeczkę miodu i wymieszać.



Kącik kulinarny

Przepis na Mazurka Wielkanocnego

Składniki:

- 450g mąki,
- 150g cukru pudru,
- 250g masła,
- 3 jaja,
- marmolada lub gęsty dżem,
- bakalie,
- lukier lub czekolada.



Sposób przygotowania:

Pierwszą ważną rzeczą, o której należy pamiętać, jest wcześniejsze wyjęcie masła (lub margaryny) z lodówki. W temperaturze pokojowej tłuszcz zmięknie, a ciasto łatwiej się zagniecie. Z podanych składników, czyli z mąki, cukru, jajek i masła zagnieść gładkie ciasto. Po zagnieceniu ciasta, podzielić je na dwie części, a każdą z nich upiec oddzielnie. Widelcem zrobić dziurki w surowym cieście. Piekarnik nagrzać do 180° C, a placki piec około 20 minut, aż lekko się zarumienią. Po upieczeniu ostrożnie wyjąć placki z formy, ponieważ ciasto jest delikatne i kruche. Mazurek przełożyć marmoladą lub dżemem. Następnie polukrować lub poleać czekoladą. Ozdobić bakaliami.

Smacznego! 😊

Kącik Sportowy

Norweg wygrał bitwę, ale nie wojnę. Robert Johansson triumfował w konkursie skoków w Vikersund. Największe powody do zadowolenia miał jednak 6. w niedzielę Kamil Stoch. Polak wygrał 2. edycję **Raw Air** i zapewnił sobie triumf w Pucharze Świata! W miniony piątek w **Planicy (Słowenia)** został rozegrany przedostatni konkurs indywidualny w skokach narciarskich. Dzień później skoczkowie skakali w czterech jako drużyna narodowa.

Biało-czerwoni zajęli czwarte miejsce. W niedzielę o godzinie 10:00 po raz ostatni w tym sezonie odbył się konkurs indywidualny. Po zakończeniu zawodów, miała miejsce ceremonia wręczenia nagród za sezon. Dziś już wiadomo, że najlepszym skoczkiem został Kamil Stoch i to on otrzymał Kryształową Kulę.



Miniony weekend był przerwą od ligowych rozgrywek, ponieważ piłkarze wrócili do swoich krajów na zgrupowania reprezentacyjne.

W ligowej stawce w Lotto Ekstraklasie przewodzi **Jagiellonia Białystok** z trzema punktami przewagi nad Legią Warszawa.

Przygotowania drużyn narodowych do zbliżających się wielkimi krokami finałów **MŚ w Rosji** wchodzą w decydującą fazę. W najbliższych dniach piłkarze opuszczą kluby i udadzą się na zgrupowania. W piątek 23 marca biało-czerwoni zmierzyli się z Nigerią (**0:1**), a kolejnym rywalem Polski była Korea Południowa. Mecz odbył się we wtorek 27 marca. Polacy wygrali spotkanie wynikiem **3:2**.



Kącik Modowy

Sezon wiosenny 2018 zbliża się do nas wielkimi krokami. Z tego powodu przygotowałam dla was zestawienie najważniejszych trendów na najbliższe miesiące.

W tym sezonie ucieszą się wszystkie wielbicielki delikatnych pastelów, które po kilku sezonach wracają do łask. Nie zapominajmy także o najważniejszych barwach tej wiosny takimi jak czerwony fioletowy czy żółty.



Na ulicach będą królowały ponadczasowe paski, stylowe grochy, romantyczne kwiaty oraz elegancka krata.



Podczas wiosny na naszych butach również zagospodują motywy kwiatów.



Modne fryzury na wiosnę 2018!

Grzywka - Najmodniejsza fryzura na wiosnę to prawie każda z grzywką. Najlepiej by grzywka sięgała do połowy czoła albo była delikatnie podkreślona. W trendach są też włosy sięgające za obojczyki w stylu hippie lat 70. Krótkie cięcia łączymy teraz z kolei z postrzępioną asymetryczną grzywką.



Propozycja warkoczyków



Asymetryczna grzywka

Redakcja gazetki:

- Opiekun: Dorota Woś
- Ranking Piosenek: Faustyna Stopyra
- Wywiad z ciekawą osobą: Amelia Gargała
- Recenzja książki: Karolina Kramarz
- Humor: Mateusz Chwistek
- Informacje o zdrowiu: Wiktoria Kuźniar
- Kącik kulinarny: Magda Kloc
- Kącik sportowy: Przemek Bieniasz
- Kącik mody: Martyna Bieniasz, Katarzyna Pasierb
- Oprawa graficzna: Jakub Sroka

Propozycje

Jeśli chcesz umieścić coś ciekawego w gazetce, zgłoś się z propozycjami do naszej redakcji.

