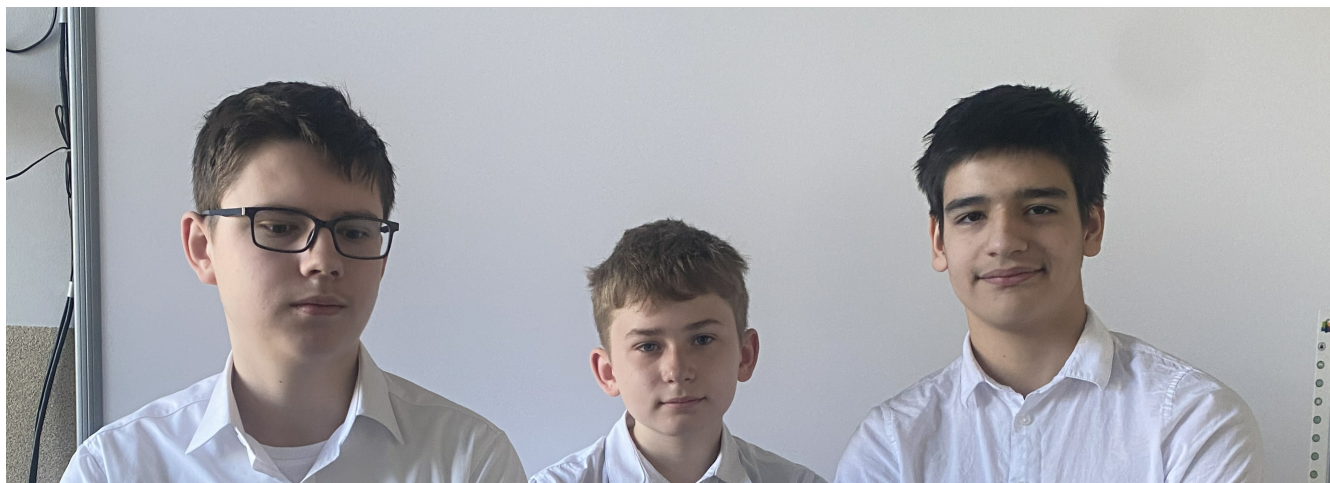


Pierwszy zespół redakcyjny:

Filip Hendrych

Bartek Hałubiec

Rusłan Fomenko



Drugi zespół redakcyjny:

Adam Mielczarek

Krystian Smolnik

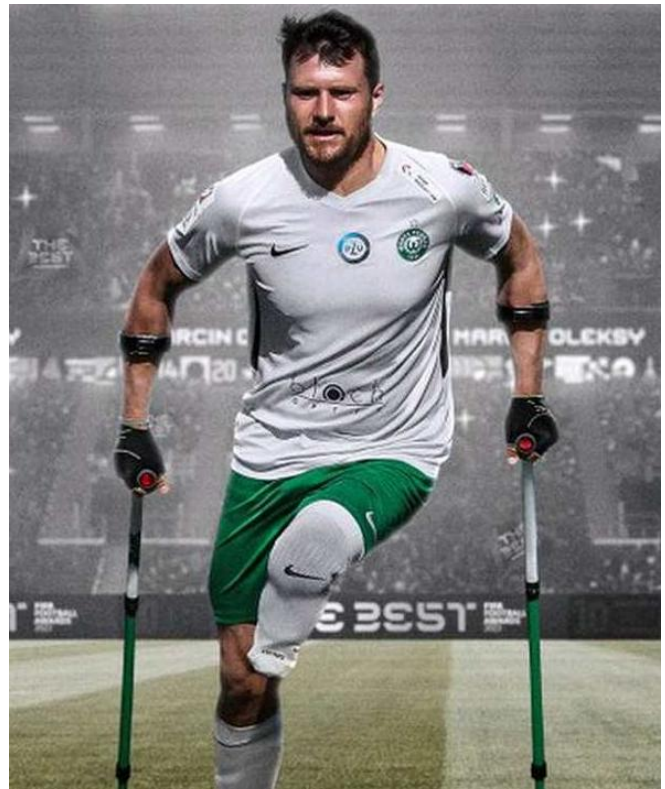
Adrian Pogoda



Sportowe fakty Krystiana

Marcin Oleksy z nagrodą FIFA za najpiękniejszą bramkę 2022 roku

Amp futbolista Warty Poznań, Marcin Oleksy, został zwycięzcą prestiżowej nagrody Puskas Award dla strzelca najbardziej efektownego gola w ubiegłym roku. Reprezentant poznańskiego klubu został nagrodzony na oficjalnej gali FIFA. Oleksy w pokonanym polu pozostawił bardzo utytułowanych piłkarzy, gdyż w finałowej trójce byli również reprezentujący Olympique Marsylia Dimitri Payet oraz Richarlison z Tottenhamu. Była to pierwsza taka nagroda przyznana zawodnikowi reprezentującemu Amp Futbol. O laureacie nagrody zdecydowali eksperci FIFA. Zawodnik klubu ze stolicy Wielkopolski puchar odebrał na gali The Best FIFA Football Awards, która odbyła się w Paryżu.



Piotr Żyła mistrzem świata!

Piotr Żyła obronił wywalczony przed dwoma laty w Oberstdorfie tytuł mistrza świata na skoczni normalnej. Polak poleciał w Planicy na 105 metrów, ustanowił rekord obiektu i z 13. pozycji po pierwszej serii awansował na pierwszą. Jego pierwszy skok nie był zły – 97,5 metra z dość mocnym wiatrem w plecy. Polak otrzymał jednak niskie noty za styl i dlatego plasował się dopiero na 13. miejscu. Do liderującego na półmetku Stefana Krafta tracił niecałych sześć punktów. W rundzie finałowej Żyła skoczył najdalej. Wynikiem 105 metrów poprawił o dwa metry ustanowiony przez Ukraińca Jewhena Marusiaka kilkanaście minut wcześniej rekord skoczni. Dodatkowo otrzymał trzy „19” za styl i objął prowadzenie. A potem z coraz większymi emocjami i z coraz większą radością obserwował kolejnych rywali, którzy nie byli w stanie pobić jego wyniku.

Adam poleca placki bananowe



Czas przygotowania: 10 minut

Czas smażenia: 30 minut

Liczba porcji: 24 placki

Składniki

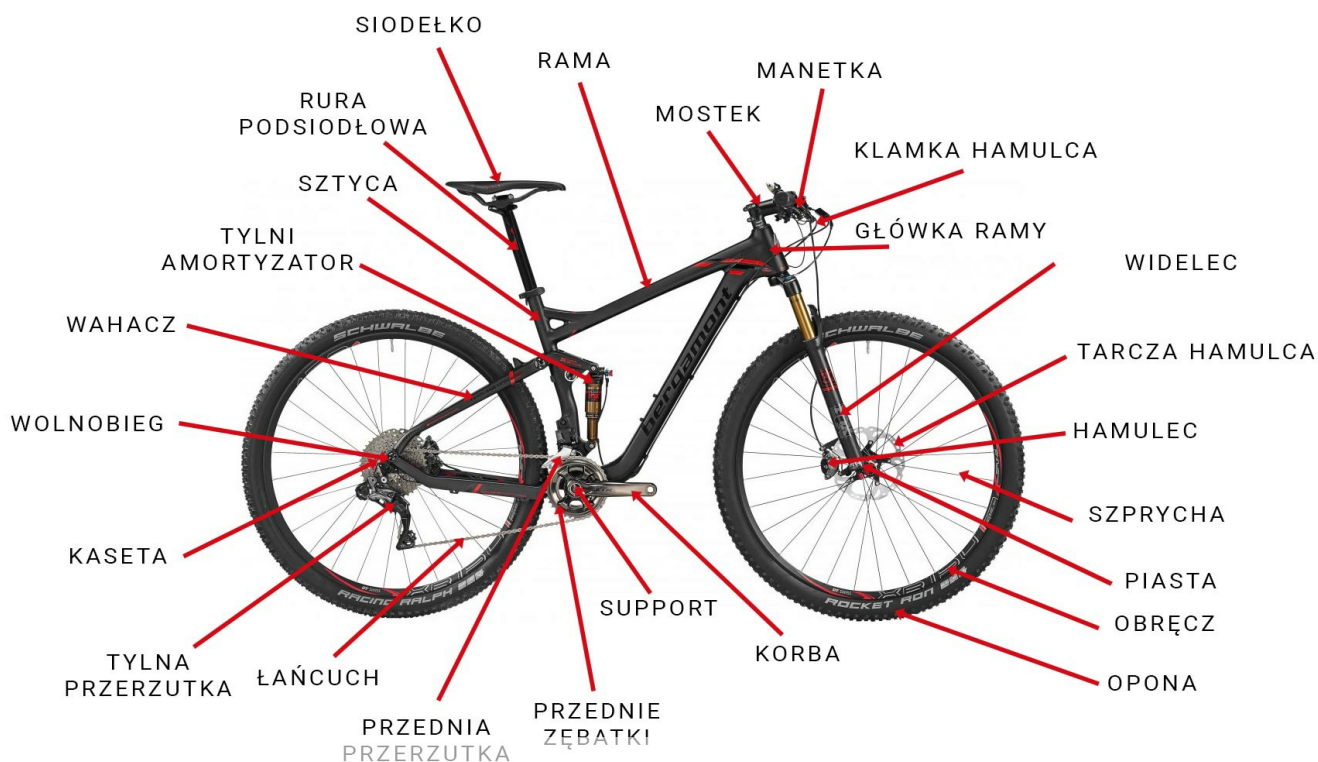
- 1,5 szklanki mąki pszennej tortowej - 240 g
- 3 średnie jajka - 150 g (waga po rozbiciu)
- 2 łyżki cukru drobnego - 30 g
- 3 małe banany - 200 g (waga bananów bez skórki)
- pół szklanki kremowego jogurtu naturalnego - 160 g
- pół szklanki mleka - 125 ml
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- olej roślinny do smażenia

Przepis na placki bananowe

Jajka oraz jogurt i mleko muszą być wcześniej wyjęte z lodówki, by osiągnęły temperaturę pomieszczenia. Placki bananowe w wersji z mąką i nabiałem są super proste do zrobienia. Nie potrzebujesz nawet miksera, ponieważ wszystkie składniki wystarczy dobrze wymieszać razem w misce. Przygotuj sobie sporą miskę. Wsyp do niej 1,5 szklanki mąki pszennej tortowej, czyli nie więcej niż 240 gramów mąki. Dodaj łyżeczkę proszku do pieczenia i wymieszaj mąkę z proszkiem (możesz też przesiać mąkę z proszkiem bezpośrednio do miski). Dodaj szczyptę soli (niekoniecznie, ale zazwyczaj dają) i wsyp dwie łyżki, czyli około 30 gramów drobnego cukru (jedną łyżkę zwykłego cukru możesz zamienić na cukier wanilinowy lub domowy cukier waniliowy). Do miski wbij trzy średniej wielkości jajka (150 gramów jajek już bez skorupki). Wlej pół szklanki lekko ciepłego mleka oraz dodaj pół szklanki kremowego jogurtu naturalnego.

Jak przygotować rower do sezonu? - porady Adriana

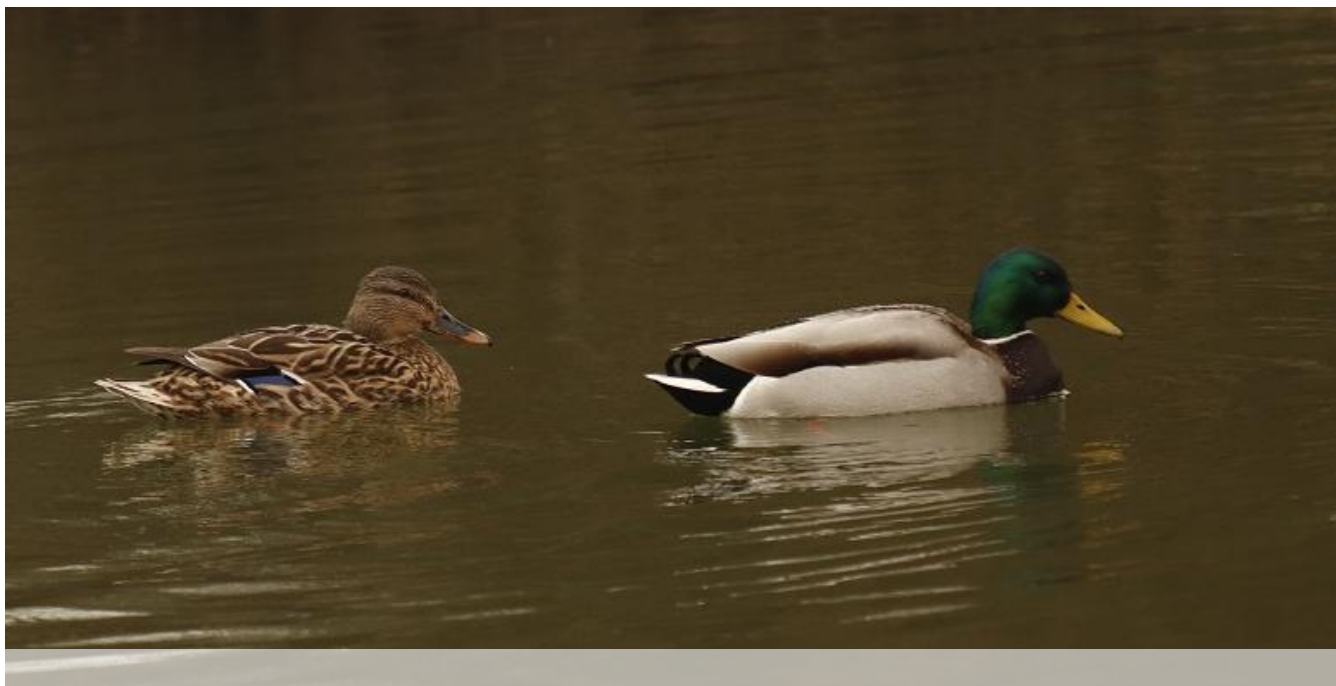
- Sprawdź czy opony są napompowane, powinny mieć od 2,5 do 3,5 barów, nie zapomnij sprawdzić bieżnika.
- Nasmaruj łańcuch, lecz przed tym dobrze go umyj.
- Przetestuj hamulce przed jazdą i zobacz, czy obręcze są brudne lub zakurzone. Jeśli tak, warto je umyć.
- Przydałoby się także wyczyścić wszelkie miejsca, w których może zbierać się brud.
- Sprawdź oświetlenie roweru, czy jest sprawne. Jeśli nie, to dopilnuj tego, żeby je wymienić.

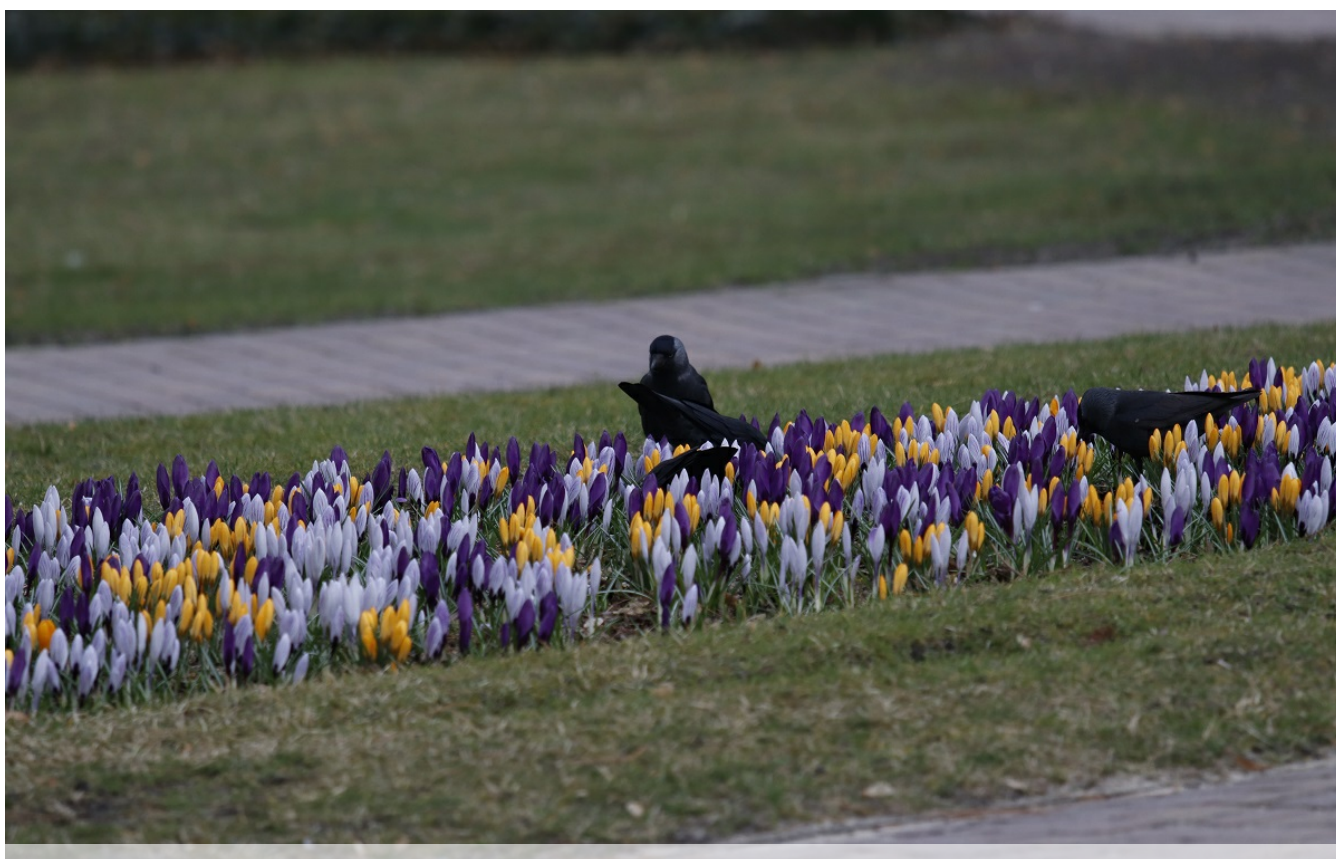


Wiosna w obiektywie Filipa



"dwójka"





Nasi sławni absolwenci



Marcin Kryś – polski siatkarz

Zaczął trenować siatkówkę, gdy miał 11 lat. Posiada najwyższą licencję trenerską. Urodził się 15 stycznia 1983 roku. Mierzy aż 192cm. Przez pewny okres uczył w naszej Szkole Podstawowej nr 2 w Wieluniu. Od 2020 do 2022 roku grał w WKS Wieluń. Awansował na stanowisko trenera czeskiej ekstraklasy.

Opracował Adam Mielczarek



Anna Pawlak - Łacina

„Koraliki na rzemyku” to poetycki debiut Anny Pawlak-Łaciny, nauczycielki i bibliotekarki w Zespole Szkół nr 2 im. J. Długosza w Wieluniu, organizatorki wielu konkursów literackich. Pani Anna jest absolwentką filologii polskiej na Uniwersytecie Łódzkim, ukończyła też podyplomowe studia z zakresu Bibliotekoznawstwa i Informacji Naukowej na Akademii J. Długosza w Częstochowie. Niegdyś Anna Pawlak - Łacina uczęszczała do naszej Szkoły Podstawowej nr 2 im. Henryka Sienkiewicza w Wieluniu. Pracę polonistki Pani Anna wykonuje od 2001 roku, najpierw w Wiśle, obecnie w Wieluniu. Debiutancki tomik „Koraliki na rzemyku”, którego promocja odbyła się 27 października 2017 roku, jest I nagrodą w I edycji konkursu na autorską książkę literacką zorganizowanego przez Powiatową Bibliotekę Publiczną w Wieluniu.

Opracował Krystian Smolnik



Ilona Foryś

Ilona Foryś (urodzona w 1980 r. w Wieluniu) jest absolwentką łódzkiej ASP im. Wł. Strzemińskiego. Od 2000 roku studiowała na Wydziale Edukacji Wizualnej, a od 2002 roku - na Wydziale Malarstwa i Grafiki. Dyplom ukończyła w czerwcu 2005 roku w pracowni sitodruku pod kierunkiem prof. A. Smoczyńskiego i aneks w pracowni malarskiej pod kierunkiem prof. J. Zduniewskiego. Jest także absolwentką podyplomowych studiów kuratorskich w Instytucie Historii Sztuki Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie (2005-2006).



Mariusz Wlazły

wg. ekspertów to
„skarb polskiej siatkówki”
 i jeden z „najlepszych siatkarzy w historii
 tej dyscypliny”



Największe osiągnięcia

z reprezentacją Polski : **Mistrz Świata** z 2014 r.
 i **Wicemistrz Świata** z 2006, **Mistrz Świata Juniorów**
 z 2003 r.

Z PGE Skry Belchatów – zdobył **13 medali Mistrzostw
 Polski** (w tym 9 złotych), 3 Ligi Mistrzów, 7 Pucharów
 Polski, 4 Superpuchary Polski i 3 Klubowe
 Mistrzostwa Świata.

Mariusz Wlazły wciąż pobija kolejne rekordy. Już w
 połowie grudnia 2022 roku jego "licznik" w PlusLidze
 wskazywał na: **20 sezonów, ponad 500 meczów** (1776
 setów), 7577 zdobytych punktów, 799 asów oraz 710
 punktowych bloków, a przecież cały czas jest w grze...

Obecnie jest atakującym Trefla Gdańsk, a wcześniej
 PGE Skry Belchatów.

*honorowy obywatel Wielunia oraz Belchatowa.
 Otrzymał także odznaczenia państwowe - **Złoty Krzyż
 Zasługi** w 2006 roku oraz **Krzyż Oficerski Orderu
 Odrodzenia Polski** w 2014 roku.

**W 2022 roku został również siatkarzem 20-lecia
 Polskiej Ligi Siatkówki.**



W 2014 roku poprowadził
 reprezentację Polski
 i zdobył z nią tytuł
Mistrza Świata,
 został **MVP**
 i **najlepiej atakującym** zawodnikiem
 mistrzostw świata.



Od Rusłana: quiz o Polsce



Ojcowski Park Narodowy znajduje się w pobliżu:

- Warszawy
- Gdańska
- Krakowa
- Wrocławia



Kto jest autorem hymnu Polski?

- Adam Mickiewicz
- Henryk Dąbrowski
- Józef Wybicki
- Tadeusz Kościuszko



Kto jest patronem największego lotniska w Warszawie?

- Fryderyk Chopin
- Adam Mickiewicz
- Stanisław Moniuszko
- Tadeusz Kościuszko



Który król Polski, według dziejów Długosza, "zastał Polskę drewnianą, a zostawił murowaną"?

- Władysław Łokietek
- Władysław II Jagiełło
- Kazimierz III Wielki
- Bolesław I Chrobry