

## Piękna polska jesień.... To jej poświęcamy ten numer naszego pisma.

*Jesień zaczyna się 23 września, a kończy się 22 grudnia. Jedni ją lubią, inni narzekają na nią. A ona? Jest piękna i mieni się kolorami.*

Jesień to pora roku, w której kolorowe liście opadają z drzew, wiatr wieje znacznie mocniej a woda w stawie nabiera ciemnego, ponurego wyglądu. Na samą myśl ludzi ogarnia smutek, gdyż nie zobaczą już przylatujących bocianów lecz same kruki. W jesieni w świecie roślin i zwierząt jest to okres gromadzenia zapasów przed zimą. Obchodzimy wtedy takie święta jak Wszystkich Świętych czy Święto Niepodległości.

(stagot)



Ach, ta jesień

sg



Skapani w liściach

sg

## Sprzątanie cmentarza wojennego

W listopadzie odwiedziliśmy cmentarz wojenny nr 184 w Brzozowej. Znajduje się on w przysiółku Podlesie. Na miejscu pomodliliśmy się za zmarłych żołnierzy. Potem posprzątaliśmy nagrobki. Mamy nadzieję, że przetrwają długo.  
(stagot)



Zaduma

sg

## Jesienne przysłowia

1. Jesień bezdeszczowa, to zima wiatrowa.
2. Im głębiej w jesień grzebią się robaki, tym bardziej zima da się we znaki.
3. Kiedy wrzesień, to już jesień, wtedy jablek pełna kieszeń.
4. Jeśli w dniu Jacka nie pada, suchą jesień zapowiada.
5. Gdy zbyt długo jesień trzyma, nagle przyjdzie zima.
6. Kto w jesieni bydłał nie tuczy, ten je w zimie dźwiga, a na wiosnę wywłóczy.
7. Wiele ostu we wrzesień wróży pogodną jesień.
8. Na Podwyższenie Świętego Krzyża jesień się przybliża.  
(stagot)

## Wiewiórki są bardzo słodkie i ...



Wiewiórka - modelka

stagot

... bardzo pracowite. Już teraz gromadzą zapasy na zimę. Zakopują po prostu znalezione orzeszki tu, to tam. A potem zimą, nie zawsze trafia do takiej spiżarni. Lecz zawsze sobie poradzi, bo zakopanych orzeszków ma dużo. Wiewiórka pospolita *Sciurus vulgaris*, jest gryzoniem. Wiewiórka bardzo rzadko zamieszkuje dziuple. Jej dom stanowią opuszczone gniazda ptaków, które przystosowuje do swoich potrzeb lub buduje sama od podstaw. Gniazdo takie zbudowane jest najczęściej w rozwidleniu gałęzi. Jako budulec służą gałązki, trawa oraz mech. Gniazdo posiada jeden otwór wejściowy. Gryzonię w dziuplach gromadzą swoje jedzenie na zimę. W Polsce podlega częściowej ochronie. Gryzoń występuje w lasach liściastych i iglastych, a także w parkach i zadrzewieniach. Ostre pazury pomagają jej wspinać się po drzewach. Wiewiórka żyje na wolności około 5 lat, może być nosicielem wścieklizny. Jest typowym zwierzęciem nadrzewnym. Grzbiet ubarwiony ma na kolor od rudego do ciemnobrązowego, spód ciała jest biały. Wiewiórki żyjące w Karpatach i Sudetach mają umaszczenie ciemniejsze – ciemnobrązowe. W zimie wszystkie wiewiórki zmieniają ubarwienie na popielate (szata zimowa). (wiki)

## Sarny - co o nich wiecie?



Sarenki prawie domowe

wiki

W Brzozowej takie widoki nie są rzadkością. Zwłaszcza jesienią, kiedy podchodzą blisko domów. Piękne, smukłe i zgrabne sarny są lubiane przez wszystkich. Nawet gdy pasą się na polach i zjedzą trochę zboża, i tak rolnicy im to wybaczą. Bo jak tu się gniewać na tak piękne zwierzęta?

### Czy wiesz że...

Pokarmem saren jest około 80 gatunków roślin. Połowę diety stanowią różne zioła. Czasem sarny zapuszczają się do ogrodów, gdzie potrafią poczynić spore spustoszenia. Nie są niestety wybredne, zgłodniałe mogą spałaszować w zasadzie wszystko.

(wiki)

## Jak dbać jesienią o zdrowie?

Red. Ewa Cieśla



**JESIEŃ...** to pora, kiedy nasz organizm poddany jest zmianom. Kończą się ciepłe słoneczne dni, pada deszcz, jest chłodniej, a więc częściej narażeni jesteśmy na przeziębienia i inne infekcje. Dlatego odpowiednia dieta, dużo snu i ruchu pomoże nam bezpiecznie wejść w zimową porę. Hartujmy organizm spacerami, ćwiczeniami. Nie bójmy się chodzić pieszo do szkoły, nie korzystajmy z samochodów - to niezdrowo!

### BYĆ ODPORNYM...

Aby usprawnić działanie naszego układu odpornościowego (immunologicznego), powinniśmy dostarczać organizmowi **witaminy A, C, E i z grupy B, a także selen cynk i żelazo**. Znajdziemy je w warzywach i owocach. Dodając do sałatek kielki, zapewniamy sobie minerały, białko, a także enzymy wzmacniające odporność. Sięgając po kiszonki, które zawierają kwas mlekowy, zagwarantujemy sobie odpowiedni stan flory jelit - a to ona stoi na straży naszej odporności.

### Nasza odporność skorzysta na regularnym wysiłku fizycznym.

Jeśli nie lubimy ćwiczyć zmobilizujemy się do codziennych spacerów, które pomogą nam w obronie przed infekcjami oraz poprawią nasze samopoczucie i połączone z odpowiednią dietą pomogą osiągnąć i utrzymać idealną sylwetkę. Sposobów na zachowanie zdrowia jesienią jest wiele. Jednak dopiero ich połączenie i kompleksowe dbanie o siebie pozwoli nam w pełni cieszyć się nawet chłodną porą roku bez przeziębienia i grypy. Nie poddawajmy się smutnej atmosferze jesiennej szarugi. Zadbajmy o siebie i cieszmy się życiem, zdrowiem i pięknym wyglądem. W takim razie nie ma na co czekać bo wszystko zależy tylko od nas.

### DBAJMY O ZDROWIE

Sposobów na zachowanie zdrowia jesienią jest wiele. Jednak dopiero ich połączenie i kompleksowe dbanie o siebie pozwoli nam w pełni cieszyć się nawet chłodną porą roku bez przeziębienia i grypy.

**Nie poddawajmy się smutnej atmosferze jesiennej szarugi.** Zadbajmy o siebie i cieszmy się życiem, zdrowiem i pięknym wyglądem. Wszystkie te czynniki podniosą nasze samozadowolenie i pomogą uniknąć jesiennej chandry. W takim razie nie ma na co czekać bo wszystko zależy tylko od nas.

Wszyscy staramy się jak najwięcej czasu spędzać na świeżym powietrzu. Członkowie naszej redakcji bardzo dużo czasu spędzają na szkolnym podwórku i na boisku grając w różnego rodzaju gry zespołowe. W każdej wolnej chwili biegamy lub ćwiczymy. Nie zapominamy także o naszych obowiązkach.



Ubieraj się ciepło!

sg

### CZY WIESZ, ŻE....

Od końca sierpnia do początku listopada wiele osób doświadcza sezonowego wypadania włosów - czasem tracąc ich w ten sposób trzy-cztery razy więcej niż podczas innych pór roku. Sądzi się, że promienie słoneczne sprzyjają wydzielaniu hormonów regulujących porost włosów w miesiącach letnich, co powoduje ich wzmożony wzrost. Jesienią większość tych dodatkowych włosów osiąga koniec swego cyklu życiowego i wypada.

# Pomagamy rodzicom w pracach ogrodowych



Ale pracy!

wera

Nadeszła jesień - kolejna malownicza pora roku. Oznacza definitywny koniec lata, ale nie odpoczynek

od prac w ogrodzie. Październik to kolejny pracowity okres dla tych, którzy mają ogródki i działki.

Jak widać na zdjęciach, nasi redaktorzy po lekcjach i w weekendy pracują ostro. Obcinają krzewy, grabią

liście i wykazują się pomysłowością przy ich wynoszeniu na kompost.



Wielka moc...

sg



Kopie...ale nie piłkę:)

sg



Koniec pracy

sg

## Po co grabić liście?

Trawę przed zimą trzeba dokładnie oczyścić. Jeśli zostawisz liście na trawie, to w tych miejscach na wiosnę już trawy nie będzie:(



Ciężko! mk

## Co robimy jesienią?

1. Grabimy liście.
  2. Sadzimy kwiaty.
  3. Porządkujemy trawnik.
  4. Przycinamy róże.
  5. Sadzimy drzewa i krzewy.
  6. Obcinamy krzewy przy samej ziemi.
  7. Kopiemy ogródek.
  8. Okrywamy delikatne rośliny.
- (wera)

## Jak przycinać rośliny?

Cięcie roślin ma na celu nadanie im określonego kształtu, rozluźnienie bryły, żeby doświetlić każdą gałąź, a także usunięcie starych i chorych. Prawidłowe cięcie roślin sprzyja obfitemu kwitnieniu. Ale trzeba się na tym znać!

(wera)

## **A teraz języki obce: Jesień, Herbst, Autumn...**

Red. M. Szczepanik

### **Miesiące-Months**

styczeń - January, luty - February, marzec - March, kwiecień - April, maj - May,  
czerwiec - June, lipiec - July, sierpień - August, wrzesień - September, październik - October, listopad - November, grudzień - December

### **Monate-miesiące**

Januar - styczeń, Februar - luty, März - marzec, April - kwiecień,  
Mai - maj, Juni - czerwiec, Juli-lipiec, August sierpień, September - wrzesień, Oktober - październik November listopad, Dezember - grudzień.



## **Przysłowia w języku niemieckim**



Wenn der sanftmütige Herbst hält, wird sie kurz sein, die strenger Winter.-  
Gdy łagodna jesień trzyma, będzie krótka, ostra zima.

Wenn der frostige Oktober, das der gefährliche Januar wird nicht sein- Gdy  
październik mroźny, to nie będzie styczeń groźny.

Das Blatt hält lange in einem Baum, kein wird der Winter so schnell  
kommen- Liść na drzewie długo trzyma, nie tak prędko przyjdzie zima.  
Wenn der trübe Herbst, der schneebedeckte Winter- Gdy jesień zamglona,  
zima zaśnieżona.

## **Poezja w języku angielskim**

### **"Autumn"**

*When the trees their summer splendor  
Change to raiment red and gold  
When the summer moon turns mellow  
And the nights are getting cold  
When the squirrels hide their acorns  
And the woodchucks disappear  
Then we know that it is autumn  
Loveliest season of the year.*



## Długie jesienne wieczory sprzyjają pisaniu wierszy



Jest bajecznie!

sg

### Jesień

*Jesienne słońko zza chmur  
wyjrzało,  
bo babie lato jeszcze ujrzało.*

*Wiatr chłodny, porywisty,  
rozwiewa gęstą mgłę,  
z ogrodów, łąk i pól.*

*Liście z drzew pospadały,  
żółte, brązowe, duże i małe  
tworząc kolorowe dywany.*

*Dzikie gęsi i kaczki  
już dawno odleciały  
w ciepłe, słoneczne kraje.*

*To już jesień mżysta,  
deszczowa i mglista  
prawdziwa jesień złocista..*

Weronika Barnaś

### Pracowita Jesień

Idzie jesień pełną dróżką,  
Z latem żwawo żegna się,  
Czasem przebiegnie przez  
podwórko,  
Bo jej bardzo śpieszy się.  
Gubi liście, żegna kwiaty,  
Wszystkie drzewa złocić chce.

Lecz nic nie trwa wiecznie,  
Więc zimą nieprędko spotkać się  
chce.

Lecz gdy przyjdzie mroźny koniec,  
Pani Jesień odejść musi.  
Puste drzewa już pod szronem  
Z wielkim żalem pożegnać musi.

Zuzanna Wójcik

### Jesień u fryzjera

Przyszła jesień  
do fryzjera:  
- Proszę mną się zająć teraz!  
Lato miało włosy złote,  
ja na rude mam ochotę.  
No, bo niech pan  
spojrzy sam,  
rudo tu i rudo tam...

Mówi fryzjer:  
- Rzeczywiście!  
Dookoła rude liście,  
ruda trawa, rude krzaki,  
chyba modny kolor taki.  
Już gotowa jest fryzura.  
Woła jesień: - W samą porę!  
Płacę panu muchomorem!

Wiktor Ozga

### Taniec z liśćmi

Co roku jesienią,  
Gdy patrzę na drzewa,  
Widzę taniec liści,  
Którym wiatr przygrywa.  
Na parkiecie trawy,  
Tańczą baletnice,  
Żółte i brązowe,  
Czerwone pannice.  
Te długie dębowe,  
Zaczynają tango,  
Te krótkie lipowe,  
Skończyły już dawno.  
Brzoza i osika,  
Wszystko rozrzucają,  
Samba, rumba, walczyk,  
Ochoczo wołają.  
Trzy miesiące tańczą,  
Tańczą bez wytchnienia,  
Aż pięknym bukietem,  
Pokryje się ziemia

Stanisław Gotfryd



Pod drzewem

sg

## Jak nie kochać jesieni, jej barw purpurowych, Szarych, żółtych, czerwonych, srebrnych, szczerozłotych.

(Tadeusz Wwrocki)



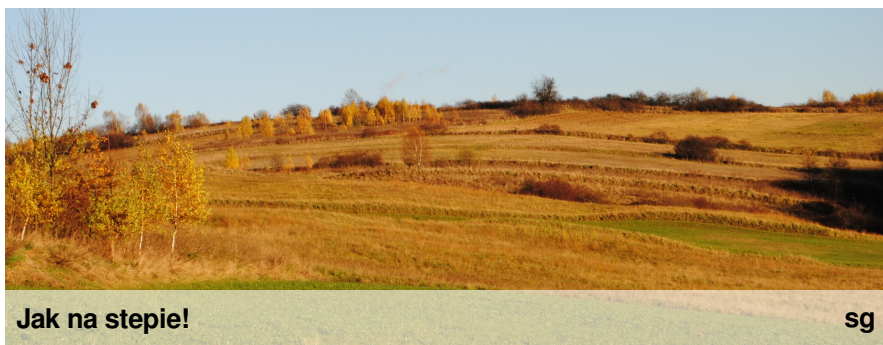
## Jak nie kochać jesieni, smutnej, zatroskanej, Pełnej tęsknoty za tym, co już nie powróci.

(Tadeusz Wwrocki)



## Jak nie kochać jesieni, jej babiego lata, Liści niesionych wiatrem, w rytm deszczu tańczących.

(Tadeusz Wwrocki)



## Dla każdego coś dobrego i ciekawego...

Red. M. Kierońska i M. Wójcik

Redakcja

*Praca w redakcji gazetki szkolnej to nie tylko siedzenie przed komputerem. także świetna zabawa!*



Rzucanie liśćmi

sg

Jak w każdej dobrej firmie, tak i w naszym zespole redakcyjnym jest czas na pracę i czas na zabawę. W ten sposób odreagujemy stres szkolny,

łapiemy dobrą energię, której szczególnie potrzeba jesienią. Na zdjęciu: zabawa w rzucanie liśćmi (w zimie będzie rzucanie śnieżkami).

Kierońska M.  
Wójcik M.  
Szczepanik M.  
Gotfryd S.  
Kieroński M.  
Cieśla E.  
Cieśla W.  
Ozga W.  
Barnaś W.

## Jak sadzimy drzewa owocowe jesienią ?

Usuń chwasty i przekop ziemią. Jeśli krzewy mają odkryte korzenie, przytnij je na 15-20 cm i zanurz na kilka minut

w wodzie. Rośliny umieść w dołku tak głęboko, jak rosły w szkółce. Korzenie powoli zasypuj urodzajną glebą,

potrzęsając lekko rośliną. Koniecznie udepcz podłoże wokół krzewów i obficie je podlej.

## Dlaczego drzewa zrzucają liście?

Drzewa zrzucają liście, aby nie tracić przez nie wody w czasie zimy. Sygnałem do zrzucenia liści

jest dla drzew długość dnia. Jesienią dni są krótsze, między liściem a gałązką drzewa tworzy się przegroda.



Liść! (moni)

## Soki, soczki, dżemy, musy - warto zadbać o witaminki na zimę! Poniżej przepis naszej koleżanki Magdy.

**Sok z aronii - palce lizać!**

**Składniki:**

5 szklanek aronii ; 1,5 paczki kwasku cytrynowego lub sok z pięciu cytryn , garść liści wiśni , 3 l. wody , 75 dag cukru

**Wykonanie:**

Aronię i liście wiśni umyć i razem z sokiem z cytryny ( lub kwaskiem cytrynowym ) zagotować w 3 litrach wody . Gotować przez 10 minut . Przecedzić,

aby sok był czysty i klarowny , dodać 75 dag cukru i ponownie zagotować . Wlać do słoiczków i pasteryzować. A zimą pić z herbatką lub zwykłą wodą.



Aronia w słoiczku

M.K.