

Witamy w Nowym Roku!!!



Co u nas przeczytasz?

- 27. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy;
- tragiczne wydarzenia podczas świąteczka do nieba w Gdańsku,
- karnawał w różnych zakątkach świata
- zimowe szaleństwa > pamiętajcie, aby szaleć z głową :)

Poetycko o zimie :)

Zima. — Na niebie szara rozpostarta szata...
Cicho — spokojnie śnieżek w powietrzu ulata
I wszystko białym swoim całunem odziewa;
Stoją się zeschnię trawy, obumarłe drzewa...
Na tle ciemnym się biało maluje świat wszystek,
Najmniejsze trawy ździebło, najdrobniejszy listek —
Mistrz nad mistrze naturę

zamarłą w jesieni —
We mgnieniu oka w nowy, żywy świat zamieni,
Żywy, bo całun to jest, co tuli w swem łonie,
Wszystko, co z wiosną jasną zielenią zaplonie!
J.I.Kraszewski

Słynne karnawały świata - Wenecja, Nicea, Nowy Orlean, Rio de Janeiro i inne

Wenecja

To w Wenecji odbywa się najpopularniejszy karnawał w Europie. Ma wspaniałą historię i tradycję. Mało kto wie, że jeszcze w XVIII wieku zabawa karnawałowa w Wenecji trwała aż miesiąc. Napoleon Bonaparte uznał jednak, że była za głośna i postanowił ją obalić. Karnawał powrócił w 1980 roku do łask i obecnie trwa 10 dni - począwszy od niedzieli przed tłustym czwartkiem. Dawniej, na czas karnawału zawieszane były obowiązujące normy i zakazy. By móc bezkarnie i anonimowo przekraczać bariery, sięgano po maski i przebrania. Tak zostało do dziś. Eleganckie stroje, peruki i maski są nieodłącznym elementem uczestników weneckiej zabawy. W czasie karnawału Wenecja zmienia się nie do poznania.

Główną sceną, na której odbywa się legendarna rewia kostiumów, jest plac św. Marka, porównywany do wytwornej sali balowej. Zabawa toczy się także na małym placu zwanym Piazzetta. Każda edycja karnawału ma temat przewodni, który nadaje ton licznym balom, widowiskom i spektaklom ulicznym. Zabawę otwiera huczny pochód przebierańców do bazyliki św. Marka. Później następuje słynny "lot Turka", czyli popis akrobata, który wspina się na dzwonicę bazyliki z przyczepionymi do pleców skrzydłami, a następnie opuszcza się z góry, rzucając na zebrany tłum tysiące konfetti. "Raz w roku dozwolone jest zwariować" - ta starożytna sentencja przyświeca co roku uczestnikom karnawału. Dodatkowym plusem karnawału w Wenecji jest to, że tłem zabawy są najwspanialsze zabytki architektury. Koniec święta ogłaszają o północy z wtorku na środę popielcową dzwony XI-wiecznej dzwonnicy św. Marka - maski znikają, zaczyna się post. W tym roku karnawał w Wenecji trwa od 31 stycznia do 17 lutego.

Nicea

W lutym nad Zatoką Aniołów najważniejszy jest trwający dwa tygodnie karnawał. Słynie on przede wszystkim ze wspaniałych parad. Przez ulice miasta przetaczają się tonące w kwiatkach platformy, na których usadawiają się postacie ze świata bajek i piękne dziewczęta w imponujących strojach. Do dekoracji platform kwiaciarze i ogrodnicy zużywają kilka tysięcy żywych, pachnących kwiatów. Najważniejszy rydwan - królowej karnawału - przybrany jest zgodnie z tradycją kolorowymi storczykami. Pochód urozmaicają występy grup taneczno-muzycznych zaproszonych z egzotycznych zakątków świata. Salsa miesza się z oberkiem, tango z rockiem i rytmami jazzowymi. Maszerują szkoły cyrkowe, szczudlarze i czarownice. Defilady i pokazy odbywają się także późnym wieczorem na centralnym placu Andre Massena.

Dodatkową atrakcją są bitwy kwiatowe. Widzowie, wchodząc na trybuny, zaopatrują się w gałązki mimozy i w czasie przejazdu obrzucają się kwiatami z uczestnikami parady. W bogatym programie artystycznym przewidziany jest także dostępny dla wszystkich bal maskowy i kostiumowy organizowany w eleganckich hotelach Westminster lub Atlantic.

Dwutygodniowe szaleństwa kończy pokaz sztucznych ogni.

źródło: internet



Nowy Orlean

W Nowym Orleanie, największym mieście położonej na południu USA Luizjany odbywa się co roku jeden z najstarszych na świecie karnawałów - Mardi Gras.

Kulminacja parad i zabaw wypada w weekend przed tłustym wtorkiem. Wtedy przez miasto przechodzą największe parady. Parad jest kilka. Organizowane są one przez Krewes - towarzystwa z poszczególnych dzielnic Nowego Orleanu. Każde Krewes przygotowuje platformy, najczęściej na wielkich ciężarówkach, które odpowiednio udekorowane przejeżdżają przez miasto. Każde Krewes ma też swoją tradycyjną trasę. Tradycją podczas Mardi Gras są też podarki dla tłumów, zwane throws, które są zrzucane z platform. Zwykle są to kolorowe koraliki. Rzuca się także maskotki, monety z symbolami szkół organizujących parady. . Specjalnym przysmakiem karnawałowym W Nowym Orleanie jest królewskie ciasto polukrowane w kolorach Mardi Gras - fioletowym (symbolizującym sprawiedliwość), zielonym (wiarę) i złotym (władzę). Ciasto ma w środku plastikową figurkę, której znalezienie zobowiązuje do zorganizowania przyjęcia. Po paradach wszystko przenosi się do Dzielnic Francuskiej. Uczestnicy chodzą od baru do baru i piją huragany, czyli kolorowe drinki robione z rumu i owocowych dodatków. Świętowanie kończy się dokładnie o północy z wtorku na środę, gdy do Dzielnic Francuskiej wjeżdża konna policja. Wtedy zaczyna się gigantyczne sprzątanie. Sukces karnawału mierzy się trochę ilością śmieci, jakie się wywozi.

["Pomaganie jest dziecinnie proste" - to hasło tegorocznej, organizowanej 27. raz, zbiórki Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Pieniądze zostaną przeznaczone na zakup sprzętu medycznego dla specjalistycznych szpitali dziecięcych.](#)
[O godz. 20.00 w niedzielę w całym kraju rozbłysły "światelka do nieba" kulminacyjny moment 27. Finału Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Do tego czasu zebrano prawie 53 mln zł. Fundacja w tym roku przeznacza pieniądze na sprzęt dla szpitali dziecięcych.](#)

W tym roku w Warszawie "światelko do nieba" było nie jak do tej pory pokazem sztucznych ogni, lecz efektów laserowych. Szef WOŚP Jerzy Owsiak, powiedział, że orkiestra postanowiła w tym roku zrezygnować z pokazu sztucznych ogni, aby huk wystrzałów nie był przyczyną panicznych zachowań wśród zwierząt domowych. Opowiedział się za całkowitym zakazem używania sztucznych ogni. Nie jest to jednak koniec 27. finału, ale jego kulminacyjny moment.

[W dniu wielkiego, 27. Finału nie liczy się wiek, tylko dobre chęci i pomysł. Jedni biegali, drudzy morsowali, inni wyszli po prostu na spacer z psem. W tym roku dla Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy pieniądze zbierało prawie 120 tysięcy wolontariuszy. W Polsce i na świecie zarejestrowano ponad 1700 sztabów. 27. Finał WOŚP zakończył się z kwotą 92 143 798 złotych.](#)

Również w naszej szkole znaleźli się uczniowie, którzy zostali wolontariuszami WOŚP. Kolejny raz wyruszyli z puszkami, a by wesprzeć szlachetny cel. To dla nas ważne, że nasi uczniowie chcą i chętnie pomagają przy każdej nadarzającej się okazji.

Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy to organizacja, która od wielu lat wspiera polskie szpitale doposażając oddziały noworodkowe, pediatryczne, neonatologiczne, a także pomagając naszym seniorom. Od początku na jej czele stoi człowiek orkiestra, Jerzy Owsiak, który niezmiennie od lat gromkim SIEMA zagrzewa Polaków do niesienia pomocy tym, którzy jej najbardziej potrzebują.

Wiele o Jurku Owsiaku można by powiedzieć, ale na pewno nie można mu odmówić charyzmy i determinacji w działaniu. Niejednokrotnie atakowany, posądzany o nieuczciwość, pomawiany, znajduje w sobie siłę, aby kolejny raz stanąć przed kamerą i krzyknąć : **"Gramy do końca świata i jeden dzień dłużej"**. Tegoroczny finał był inny niż wszystkie, a to wszystko za sprawą tragicznych wydarzeń w Gdańsku, o których przeczytacie na kolejnej stronie. Uważam, że Jurkowi Owsiakowi należy się szacunek za to, co robi, bo jestem pewna, że nikt inny nie byłby w stanie wytrzymać takiej presji, nerwów i trwać na swoim posterunku otrzymując ciosy z wielu stron.

oprac. Elżbieta Kurkowska

Tragiczne wydarzenia w Gdańsku



Paweł Adamowicz
1965-2019

Prezydent Gdańska Paweł Adamowicz nie żyje. Nie udało się go uratować po ataku nożownika, do którego doszło w niedzielę, 13 stycznia, podczas finału WOŚP na scenie.

27-letni mężczyzna, wcześniej karany i wypuszczony niedawno z więzienia, wbiegł na scenę z nożem i kilkakrotnie ugodził prezydenta na oczach tłumu mieszkańców. Paweł Adamowicz

natychmiast został przewieziony do Uniwersyteckiego Centrum Klinicznego, gdzie przeszedł trwającą ponad 5 godz. operację. Wskutek masywnego, wielonarządowego urazu (narządów klatki piersiowej - serca, naczyń krwionośnych, przepony oraz narządów jamy brzusznej – jelit, wątroby) prezydent stracił mnóstwo krwi. Przetoczono mu jej ok. 20 litrów. Po operacji

był podłączony do aparatury monitorującej jego parametry życiowe, oddychać pomagał mu respirator. Niestety, po długiej walce nie udało się przywrócić mu funkcji życiowych. Mimo nadludzkich wysiłków doskonałego zespołu specjalistów z wielu dziedzin medycyny, super aparatury i bardzo dobrej organizacji, jest czasem granica, której nie jesteśmy w stanie przekroczyć. Wyznacza ją organizm pacjenta -

Mimo nadludzkich wysiłków doskonałego zespołu specjalistów z wielu dziedzin medycyny, super aparatury i bardzo dobrej organizacji jest czasem granica, której nie jesteśmy w stanie przekroczyć – przyznaje prof. Andrzej Basiński, kierownik Klinicznego Oddziału Ratunkowego w Uniwersyteckim Centrum Klinicznym i wojewódzki konsultant ds. medycyny

ratunkowej na Pomorzu. - Wyznacza ją organizm pacjenta. Bezpośrednie uszkodzenie serca, którego doznał prezydent wskutek zadanego mu ciosu ostrym narzędziem, podobnie jak uraz czaszkowo-mózgowy to stany bezpośredniego zagrożenia życia. Pojedyncze przypadki gdy udało się uratować człowieka z tak rozległym uszkodzeniem serca opisywane

są w piśmiennictwie naukowym i niezwykle rzadko zdarzają się w życiu. Paweł Adamowicz był prezydentem stolicy Pomorza od 21 lat. Ostatnie wybory samorządowe wygrał w drugiej turze z kandydatem PiS Kacprem Płażyńskim.

W Urzędzie Miejskim w Gdańsku flagi miasta zostały opuszczone do połowy masztu. Przed magistratem pojawiły się kwiaty

ZIMOWE SZALEŃSTWA

Nie ma sensu spędzać zimy w dusznych, parnych mieszkaniach. Im częściej całą rodziną będziecie wychylać nos z domu, tym będziecie zdrowsi. Częste zmiany temperatur hartują organizm i trenują wewnętrzny termostat. Dzięki temu łatwiej uniknąć przeziębień i grypy. Poza tym zabawy w puszystym śniegu, który amortyzuje upadki, dają dużo frajdy, zwłaszcza dzieciom.

Oto, co macie do wyboru:

Ł jak łyżwy

W naszym kraju zagościły na początku XX wieku. I choć od tego czasu minęło ponad sto lat, umiejętnością jazdy na łyżwach może się poszczycić mniej niż połowa Polaków. A szkoda, bo ten sport ma wiele zalet: dodaje pewności siebie, uczy gracji i płynności ruchów. Poprawia naszą samoocenę i doskonale odchudza. W ciągu godziny ślizgania traci się od 500 do 800 kalorii.

Są też inne pozytywne skutki jazdy na lodzie. Wystarczy kilka wizyt na świeżym powietrzu lub jazdy na krytym lodowisku i ciśnienie krwi obniży się na stałe o 10 mmHg. Wysiłek fizyczny zachowuje w dobrej formie naczynia krwionośne i serce oraz pomaga utrzymać właściwą masę ciała, a to reguluje krążenie.

M jak maszerowanie

To najbardziej kompleksowy i najbezpieczniejszy ze sportów. Warto właśnie od niego rozpoczynać wszelką aktywność, bo doskonale rozgrzewa mięśnie i pomaga rozruszać stawy. Dzięki temu unikniesz kontuzji, np. gdy będziesz biegła po nierównym terenie.

Po czym poznać, że spacerujesz we właściwym tempie? Sprawdź, czy idąc przed siebie, będziesz w stanie swobodnie rozmawiać. Jeśli nie – zwolnij krok. Pamiętaj, by trzymać głowę i plecy prosto, nie patrz co chwilę pod nogi. Dzięki systematycznemu maszerowaniu możesz także wyrzeźbić pośladki – w tym celu wydłużaj kroki. Taki spacer doskonale relaksuje i wycisza emocje. Wybierz trasę w otwartym terenie, a łatwiej ci będzie odreagować stres i zebrać myśli.

Ś jak śnieżki

To przede wszystkim duża porcja dobrej zabawy. Umiejętności spadają na dalszy plan. Podczas gry znacznie poprawia się koordynacja ruchowa i refleks. Jeśli często się śmiejecie – masz zapewniony wewnętrzny masaż brzucha, który przyspiesza trawienie. Wspólna gra pomaga w zawieraniu nowych znajomości i podwaja lub potraja radość ze zwycięstwa. To bardzo motywuje do dalszych ćwiczeń.

N jak nordic walking

Choć osoby z kijkami dawniej widywało się głównie na stokach narciarskich, dziś nawet po ulicach miast maszerują fani tego sportu rodem z Finlandii. Nordic walking angażuje aż 90 proc. mięśni całego ciała, nie tylko nóg. Dzięki dodatkowemu wsparciu w postaci specjalnych kijków – dobiera się je do wzrostu – nie ma aż tak dużego obciążenia na piszczele, kolana i biodra. Można go uprawiać wszędzie.

Na początku lepiej wyruszyć z instruktorem, który pokaże prawidłową technikę marszu. Wówczas ćwiczenia będą bardziej efektywne.

źródło: internet



S

Z

Jak pomagać zwierzętom w zimie?

Zima to mroźny czas, w którym gruba warstwa śniegu i zmrożona ziemia przeszkadzają w dotarciu do pożywienia. Bez naszej pomocy wiele gatunków ptaków nie miałoby szansy na przeżycie. Szczególnie te młodsze czy starsze osobniki. Właśnie wtedy powinniśmy zadbać o zwierzęta żyjące w naszym otoczeniu. Jak mądrze je dokarmiać?

Dokarmianie ptaków

- Idealnym i ciekawym rozwiązaniem jest karmnik.
- Pamiętać jednak należy o tym, by wybrać dobre miejsce do instalacji takiego domku dla ptaków. Unikajmy montażu karmnika przy krzewach – w pobliżu może czaić się kot lub inny drapieżnik!
- Pamiętajmy, aby zadbać o to, by karmnik był wykonany z materiałów, do których nie przymarzną pokarm, a w pobliżu znajdowała się świeża woda w poidelku.
- Ważne jest, żeby ptaki karmić jedynie ziarnami (bez dodatków soli czy cukru), nie zaś pieczywem czy warzywami. W wielu sklepach można kupić gotowe już zestawy pokarmów do przyczepienia na gałązkach drzew lub do umieszczenia w karmnikach.

Dokarmianie ssaków

- My sami zaś powinniśmy pamiętać, że zwierzęta leśne możemy dokarmiać tylko po kontakcie z leśnikiem. Będzie on pomocny we wskazaniu miejsca, gdzie możemy zostawić pożywienie.
- Dokarmiać należy systematycznie, ale tylko w okresach bardzo surowej zimy, stosując dietę bogatą w witaminy i sole mineralne (np. buraki, jabłka, marchew, ziemniaki).