

NR 2 (312) LUTY 2019

MIESIĘCZNIK DLA DZIECI

PROMYCZEK

W ŚRODKU
tangram

DOBRA 2

CENA 5 zł
(w tym 8% VAT)



ISSN 1232-5805
INDEKS: 326070
9 771232 580806

promyczek.pl



Drodzy Czytelnicy!

Bardzo Was zachęcamy do uważnego czytania artykułów zamieszczanych w miesięczniku. W ten sposób poszerzacie swoje wiadomości, rozwijacie wyobraźnię i wrażliwość, a także uczycie się logicznego myślenia.

Dołączony do lutowego miesięcznika TANGRAM, to doskonała zabawka logiczna :). Zarówno indywidualne jak i zespołowe układanie różnych figur będzie służyło rozwojowi Waszej wyobraźni.

Redakcja

W NUMERZE:



s. 4-5
SAKRAMENTY
KOMUNIA
ŚWIĘTA



s. 8-9
WAŻNE ŚWIĘTO
OFIAROWANIE
PAŃSKIE



s. 18-19
LUZKIE CIAŁO
UGRYZIENIE



s. 28
KOMIKS
METAMORFOZA
FRANKA

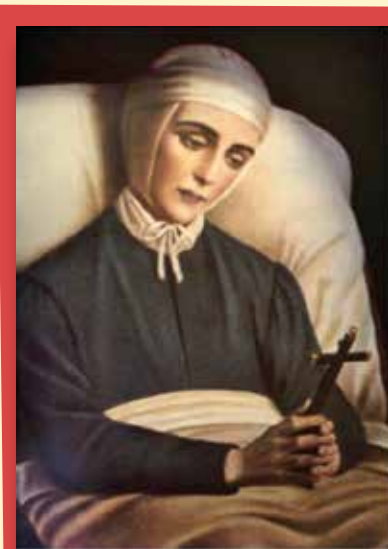
ŚWIĘTY MIESIĄC

BŁOGOSŁAWIONA ANNA EMMERICH

WIZJE. Anna od najmłodszych lat odznaczała się wielką pobożnością. Miała wizje, których nie uważała za nic nadzwyczajnego. Myślała, że u innych dzieci też tak jest.

OPASKA NA GŁOWIE. Kiedy miała 24 lata, ukazał jej się Jezus niosący dwa wieńce. Jeden był zrobiony z kwiatów, a drugi z cierni. Wtedy na jej głowie pojawiły się bolesne, krwawiące rany, które zaczęła ukrywać, nosząc opaskę.

KONTEMPLACJA MĘKI PAŃSKIEJ. Anna poprzez wizje poznała wiele wydarzeń z życia Jezusa. Jej przyjaciel przez 5 lat spisywał szczegóły. Zostały one opublikowane po jej śmierci w 1833 roku. Na ich podstawie powstał film *Pasja* w reżyserii Mela Gibsona.



NARCIARSTWO I SANECZKARSTWO

Edyta Pawlak-Sikora

Kiedy znów nadchodzi zima, gdy śnieg pada i mróz trzyma, to jest czas dla nart i sanek, i herbaty filiżanek. Każdy marzy, by na stoku, chociaż jeden raz do roku, szybko w śniegu poszusować i zabawy nie żałować.



Tym, co spędzą ferie w domu, powiem całkiem po kryjomu, że nie trzeba jechać w góry, by pojeździć na pazury.

U nas górkę osiedlową zmieniliśmy w slalomową. Jest atrakcją dla narciarzy – jeżdżą młodzi, jeżdżą starzy! To zabawa odjazdowa! Gra się toczy wciąż od nowa. Tylko żal, że w dalszym ciągu nie zrobiono tu wyciągu.



Czy to wszystko? Nie ma mowy! Dalej jest tor saneczkowy. Wszystkie dzieci tu zjeżdżają, wielką radość z tego mają!!!



fk WYDAWNICTWO
OLESIĘJUK



Pierwsza komunia święta

Na liście siedmiu sakramentów na trzecim miejscu wymieniona jest eucharystia. To jedna z nazw najważniejszego sakramentu, który od wieków jest celebrowany codziennie w każdym kościele. Zwyczajnie nazywamy go mszą świętą. O niej będziemy mówić w następnych numerach. Dziś jednak chciałbym zatrzymać się przy pierwszej komunii świętej, bo msza święta jest między innymi po to, żeby ludzie mogli przyjmować komunię. To bardzo ważny dar, który zostawił nam Pan Jezus.

CIEKAWOSTKA

Przez wiele wieków komunii świętej udzielano niemowlętom zaraz po chrzcie. Ksiądz podawał im okruszynę chleba, czyli mały kawałeczek Ciała Pana Jezusa, a także, za pomocą listka z drzewa, kropkę wina z kielicha, czyli odrobinę Krwi Pana Jezusa.



Dlaczego chleb i wino to Ciało i Krew

W czasie Ostatniej Wieczerzy Pan Jezus łamał chleb i dawał go apostołom, mówiąc, że **to jest Jego Ciało**. Potem podawał im kielich z winem, mówiąc, że **to jest Jego Krew**. Wtedy apostołowie nie rozumieli tego gestu. Dopiero po śmierci Pana Jezusa na Krzyżu i po Jego Zmartwychwstaniu, czyli powrocie do życia, zrozumieli wszystko. Wiedzieli, że Jezus umarł za wszystkich ludzi na krzyżu, czyli oddał swoje ciało i swoją krew, żeby Bóg Ojciec pozwolił ludziom na nowo wejść do nieba. Jezus umarł za nasze grzechy. Szanuje także naszą wolność wyboru i dlatego postanowił, że zostawi nam decyzję, czy chcemy skorzystać z tego Jego daru, czy też nie. Czy chcemy pójść do nieba, czy nie. A ci, którzy chcą iść do nieba, powinni jak najczęściej przyjmować komunię świętą. Pan Jezus powiedział:

Jeżeli nie będziecie spożywali Ciała Syna Człowieczego i nie będziecie pili Krwi Jego, nie będziecie mieli życia w sobie. Kto spożywa moje Ciało i pije moją Krew, ma życie wieczne, a Ja go wskreszę w dniu ostatecznym. Ciało moje jest prawdziwym pokarmem, a Krew moja jest prawdziwym napojem (J 6,53b-55).



Co to jest pierwsza komunia

Dzień pierwszej komunii jest bardzo ważnym wydarzeniem w życiu dziecka. Nie tylko dlatego, że wtedy jest uroczysty obiad i prezenty. Wielu z Was być może niecierpliwie się pyta rodziców, kiedy wreszcie będziecie mogli tak jak oni przyjąć od księdza ten „biały opłatek”. Wiecie, że dzięki temu opłatkowi Pan Jezus wejdzie do Waszego serduszka, aby w nim przebywać i aby Was uświęcać. Musicie jednak poczekać jeszcze trochę, bo trzeba mieć ok. 7 lat, żeby przyjąć pierwszą komunię. To oczekiwanie jest potrzebne, żeby zrozumieć, że to nie jest zwykły opłatek, podobny do tego na Wigilii.

Komunia święta nie ma smaku ciała, czyli mięsa, ale smak chleba. Pan Jezus chciał, żebyśmy pamiętali, że On chce przychodzić do nas w sposób zwyczajny i bardzo prosty. Tak jak codziennie jemy chleb, żeby żyć i rosnąć, tak samo codziennie, a przynajmniej często, powinniśmy przyjmować komunię świętą, żeby wzrastało w nas życie Boże. Tylko tak dostaniemy się do nieba, bo będzie nam łatwiej żyć blisko Pana Jezusa, a i On będzie nas przemieniał, tak jak w sposób niewidzialny zmienia hostię (chleb) w Swoje Ciało i wino (w kielichu) w Swoją Krew.

SŁOWNICZEK LITURGICZNY



HOSTIA – wyglądający jak opłatek cienki okrągły chleb zrobiony z mąki i wody.

Jest duża i zazwyczaj przeznaczona dla księdza. We mszy świętej staje się Ciałem Pana Jezusa.



KOMUNIKANT – mniejsza wersja hostii, żeby łatwiej było podać każdemu kawałek „chleba” w czasie komunii świętej.



KIELICH – zazwyczaj złote naczynie, w którym znajduje się odrobina wina i kilka kropli wody. W czasie mszy świętej to wino z wodą staje się Krwią Pana Jezusa.



IV niedziela zwykła

3.02.2019

Łk 4,21-30

Jezus w Nazarecie



V niedziela zwykła

10.02.2019

Łk 5,1-11

Nauczanie z łodzi
i obfity połów

VI niedziela zwykła

17.02.2019

Łk 6,17-26

Napływ tłumów
i Błogostawieństwa

VII niedziela zwykła

24.02.2019

Łk 6,27-38

Miłość nieprzyjaciół



KALENDARZ LITURGICZNY:

- 2.02 Ofiarowanie Pańskie, Matki Bożej Gromnicznej
5.02 wspomnienie św. Agaty, dziewicy i męczennicy,
poświęcenie chleba i soli
11.02 Najświętszej Maryi z Lourdes
– Światowy Dzień Chorych
14.02 Świętych Cyryla i Metodego, patronów Europy

Nauczanie z łodzi i obfity połów

Łk 5,1-11

Gdy przebywał w Galilei nad jeziorem, przychodziło do niego coraz więcej ludzi, którzy

chcieli słuchać Jego nauczania. Gdy zebrał się spory tłum,

wsiadł do łodzi Piotra i poprosił go, aby trochę odpuścił od brzegu,

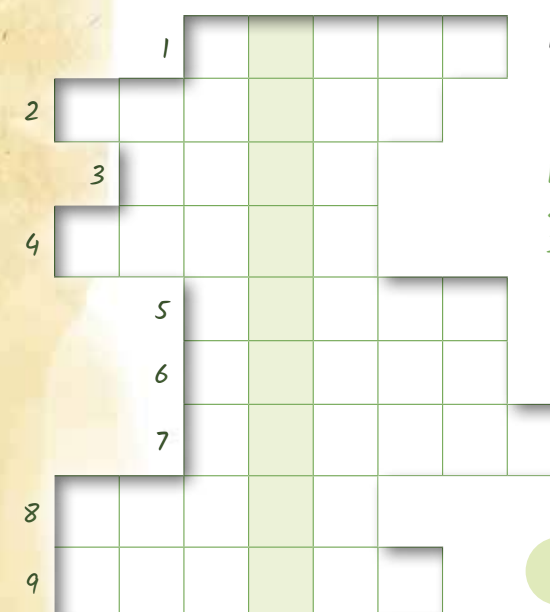
a następnie zaczął nauczać. Po dłuższej chwili, gdy zakończył nauczanie, polecił

wy płynąć na głębie i zarzucić sieć. Był to czas, gdy

wypłynąć na głębie i zarzucić sieć. Był to czas, gdy

wzbraniał, bo przez całą noc ze współnikami próbował

łowić ryby, ale bezskutecznie. Widząc jednak, z jaką mocą nauczał, powiedział: Mistrzu, na Twoje słowo zarzucę sieć. Jak wielkie było zdziwienie Piotra, gdy po chwili cała łódź napetnita się rybami. Było ich tak wiele, że Piotr w obawie, aby nie podarty się siecią, poprosił o pomoc rybaków z innej łodzi. Wtedy Jezus powiedział do Piotra: Odtąd ty będziesz łowił. Chodź ze mną i uczaj o królestwie Bożym.



1. KRZYŻÓWKA

Rozwiąż krzyżówkę, a poznasz nazwę jeziora, nad którym Jezus nauczał.

- Gdy się go spala, daje ciepło.
- Zapala się ją jako symbol pamięci i ofiary.
- Zabrakło go w Kanie Galilejskiej.
- Inaczej: biały puch.
- Wota do kościoła.
- Może być w parku i w kościele.
- Pomagają w śpiewie.
- Codziennie na stole.
- Umieszczana jest w monstrancji.

ODP. I:



Odpowiedź wpisz do kuponu na s. 26.



OFIAROWANIE PAŃSKIE

MATKI BOŻEJ GROMNICZNEJ

W tym dniu wspominamy, jak Maryja i Józef przynieśli maleńkiego Jezusa do Świątyni Jerozolimskiej, aby Go ofiarować Bogu. Było to, jak nakazywało prawo żydowskie, 40 dnia po Jego narodzinach. Ten zwyczaj ofiarowania pierwszego syna był podziękowaniem Bogu za cud ocalenia pierworodnych synów Izraela w czasach niewoli egipskiej.

Na ołtarzu ofiarnym bogatsi rodzice składali baranka, a mniej zamożni parę gołębi lub synogarlic.

W Kościele polskim Ofiarowanie Pańskie nazywamy Świętem Matki Bożej Gromnicznej. W tym dniu podczas mszy świętej święcone są specjalne świece – gromnice.

Od najdawniejszych czasów wierzono, że chronią one domostwa od piorunów, pożarów, a nawet od wilków. Często zapalano je w oknach domów, zwłaszcza w czasie burzy.

**Nazwa „gromnica”
pochodzi od słowa GROM,
czyli piorun.**

ZADANIE 2.

Podaj imiona staruszków, których spotkali Maryja i Józef przy ofiarowaniu Pana Jezusa w Świątyni Jerozolimskiej.

ODP. 2:

 i

Odpowiedź przepisz do kuponu na s. 26.

Kajet

Cześć, mam na imię Michał i dziś opowiem wam, dlaczego wychowawczyni porównała zachowanie Tomka do nielitościwego dłużnika. Zaczęło się od tego, że Marek dla kawału namalował sobie mazakiem wąsa. Klasa wybuchnęła śmiechem. Pani Mira długo prosiła o spokój, a kiedy nas w końcu uciszyła, dostaliśmy dodatkowe zadanie.

– Zrobicie je w zeszytach. Zbierze je i przyniesie mi Tomek, bo śmiał się najgłośniej – zarządziła nauczycielka.

Po lekcjach Tomek wyszedł przed szkołę ze stertą zeszytów. Rozglądał się za jakimś kolegą. Zobaczył Franka i kazał mu popilnować zeszytów przez 10 minut. Dodał, że jeśli do tego czasu nie wróci, to Franek ma je zanieść pani Mirze. Franek chciał grać w piłkę, ale Tomek wcisnął mu zeszyty do plecaka, a potem pobiegł ulicą. Ja i Staś zaciekawieni ruszyliśmy za Tomkiem. Doszliśmy do mostka, gdzie zniknął nam z oczu. Nie wiedzieliśmy, czy poszedł w prawo, czy w lewo, więc zostaliśmy przy rzeczce. Urządziliśmy sobie zawody w puszczaniu patyków z nurtem wody, a potem zabraliśmy się za budowanie tamy.

– Co robicie? – usłyszeliśmy za plecami głos Tomka.

– Budujemy tamę – wyjaśniłem.

– Nieźle chlapało, gdy wrzucaliśmy głązy do wody – pochwalił się Staś.

– Ale fajnie! Pomogę wam – stwierdził Tomek.

– Co to? – zapytałem, wskazując żółty zeszyt w jego ręce.

– Pobiegłem po niego do domu. Zapomniałem go dzisiaj zabrać do szkoły, a przecież muszę dać pani Mirze wszystkie zeszyty – wyjaśnił Tomek i położył zeszyt na brzegu.

I tak we trzech budowaliśmy tamę. Na środek rzeczki rzucaliśmy duże kamienie, pozbieraliśmy też mniejsze i umieściliśmy je na głazach. Na koniec wyrwaliśmy kępy trawy z korzeniami, by uszczelnić tamę. Wtedy Staś przewrócił się i wylądował w wodzie. Wyciągnąłem do niego pomocną dłoń. Złapał ją, ale pociągnął mnie w dół i też wpadłem do rzeki. Śmiałyśmy się, a potem ochlapaliśmy Tomka. Woda chyba otrzeźwiła mu umysł, bo stuknął się w czoło i powiedział: – Rany! Zeszyty dla pani Miry – po czym złapał swój kajet i pognął do szkoły. Ja i Staś wygramoliliśmy się z wody. Zabraliśmy plecaki i pobiegliśmy do domów, bo byliśmy przemoczeni i było nam zimno.

Tomek wrócił do szkoły, ale nie znalazł ani Franka, ani zeszytów. Ze strachem wszedł do pokoju nauczycielskiego z jednym tylko zeszytem, do tego mokrym. Pani Mira

była bardzo niezadowolona, bo czekała na niego już od dwóch godzin. Chłopak gęsto się tłumaczył z perypetii, jakie go spotkały. Pani Mira doceniła jego szczerłość, napomniała go tylko i pozwoliła iść do domu.

Następnego dnia Tomek wyczekiwał Franka przed szkołą. Kiedy tylko go zobaczył, rzucił się na niego. Szarpał go za bluzę i ciągnął za plecak. Franek, ze szklistymi oczami, wyciągnął z plecaka zeszyty. Wyjaśnił, że chciał je oddać pani Mirze, ale grał w piłkę, a potem zapomniał. Tłumaczenia nie zrobiły wrażenia na Tomku, bo nadal szturchał go i popychał. Na szczęście na podwórku pojawiła się pani Mira, która z okna widziała całe zajście.

– Tomku, jesteś jak nielitościwy dłużnik z przypowieści. Ja ci darowałam karę, więc i ty powinieneś darować Frankowi. Twoje przewinienie było większe, a uszło ci na sucho, dlaczego więc czepiasz się kolegi o drobnostkę? Ja byłam dla ciebie litościwa, to i ty powinieneś być litościwy dla Franka. Skoro jednak nie potrafiłeś zachować się właściwie, dostaniesz karę. Przeczytasz przypowieść o nielitościwym dłużniku i opowiesz ją jutro klasie, a ja ocenię, czy zrozumiałeś jej sens.

Po lekcjach cała nasza paczka spotkała się na placu zabaw. Tomek miał kwaśną minę, i to nie z powodu żelków cytrynowych, którymi poczęstowała go Hanka. Przerazało go jutrzejsze wystąpienie. Zuzia znalazła w telefonie przypowieść, odczytała mu ją na głos i wyjaśniła.

– Zrozumiałeś? – zapytała.

– Nie rób drugiemu, co tobie niemiłe? – niepewnie bąkał Tomek.

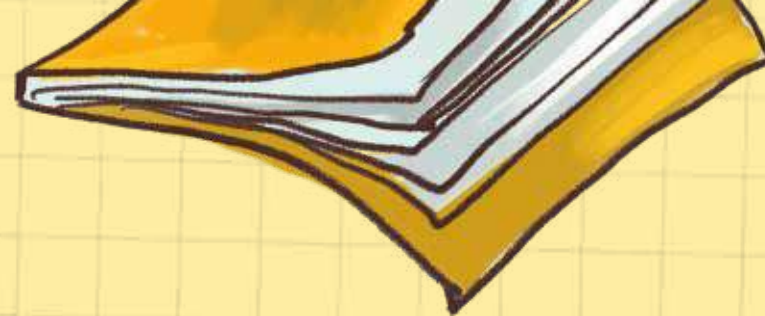
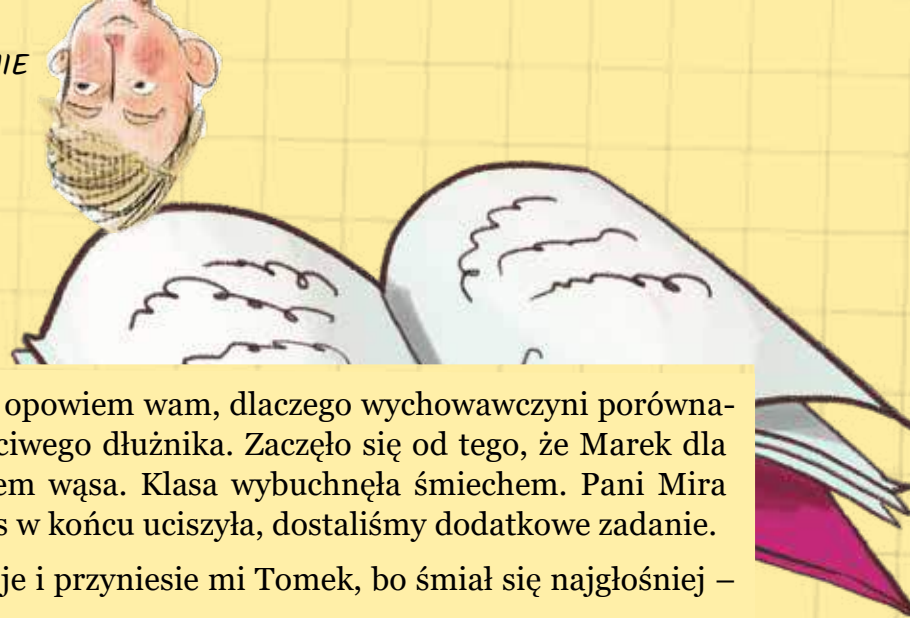
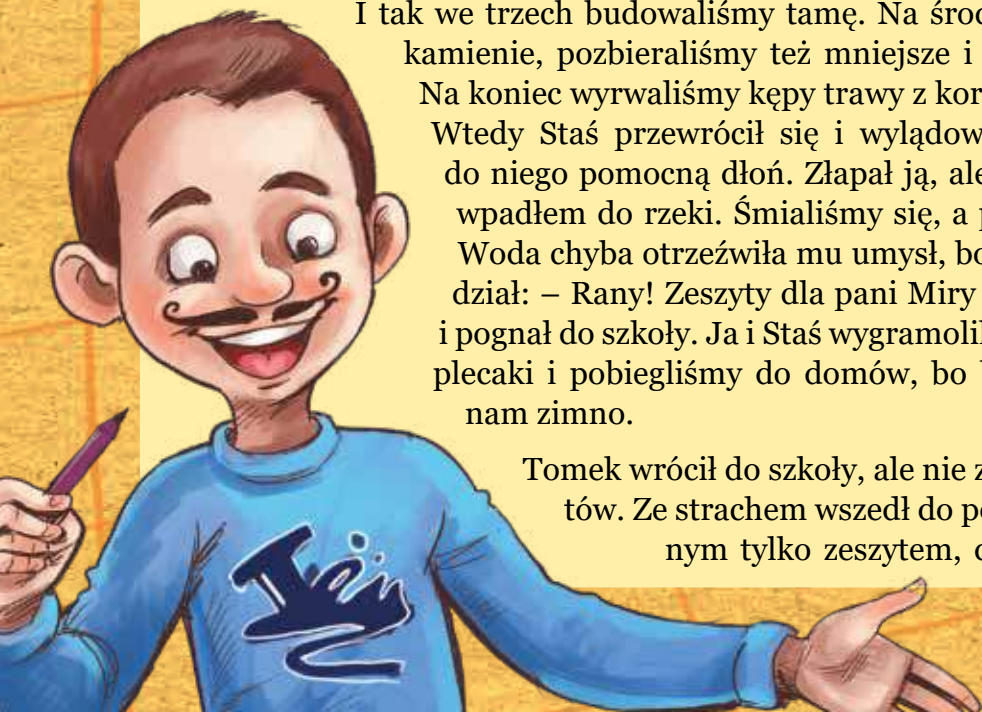
– Właśnie. Chciałbyś, żeby pani Mira szarpała cię za bluzę? – zapytała Zuzia.

– Nigdy w życiu – obruszył się Tomek.

– A ty zrobiłeś to Frankowi – przypomniała Hanka.

– Teraz rozumiem – przyznał zawstydzony Tomek.

Następnego dnia klasa wysłuchiwała opowieści Tomka. Pani Mira rozdała zeszyty i okazało się, że nikt nie otrzymał jedynki, choć jedna osoba nie odrobiła zadania. Czy zgadniesz, kto to był?



Akwarelka i Pędzelek

W ten lutowy dzień Akwarelka, Pędzelek i przyjaciele pokazują, co ciekawego można zrobić w wolnym czasie. Poproś rodziców lub rodzeństwo o pomoc i do dzieła! Owocnego tworzenia!



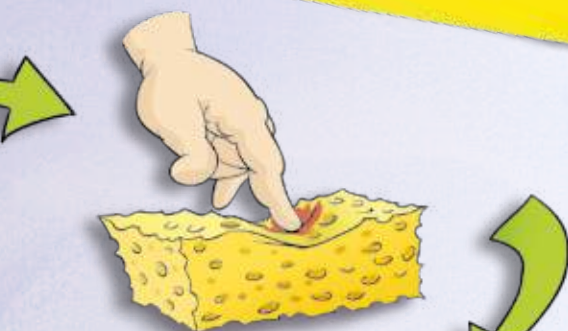
FARBKI PISOCA

PRZYGOTUJ:

- gąbkę do mycia naczyń
- farby plakatowe
- blok techniczny
- pędzel i flamastry



1. Na gąbkę natóż pędzlem trochę farby.



2. Namocz palec w farbie natożonej na gąbkę, a następnie...



4. Gdy farba wyschnie, przyjrzyj się jej. Za pomocą flamastrów dorysuj wymyślone przez siebie elementy, tak aby plama zmieniła się w ciekawy obrazek.



3. ...odbij palec na kartce. Zamiast palca możesz też odbić dłoń lub stopę.



TAŚMA BASIA ROBI ZDRAPKĘ

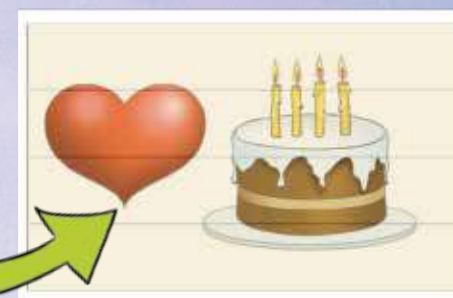
Laurka-zdrapka może być wspaniałym pomysłem na prezent urodzinowy lub poprawę humoru w zimowe dni.

PRZYGOTUJ:

- blok techniczny
- przezroczystą taśmę klejącą
- farbę akrylową
- pędzel, kredki lub flamastry



1. Na kartce z bloku technicznego napisz wiadomość, którą chcesz umieścić na zdrapce. Możesz też ją narysować.



2. Cały rysunek zaklej przezroczystą taśmą klejącą.



3. Na taśmę natóż pędzelkiem farbę akrylową, tak aby nie było widać rysunku. Pozostaw do wyschnięcia.



4. Warstwę farby należy zdrapać monetą.

SANKTUARIA Aureola

W lutym, miesiącu, w którym obchodzi się Światowy Dzień Chorego i wspomina Matkę Bożą z Lourdes, Promyczki Dobra odwiedziły Porąbkę Uszewską, gdzie znajduje się Sanktuarium NMP z Lourdes. O tym wyjątkowym miejscu opowiedział naszym bohaterom kustosz sanktuarium, – ks. mgr Józef Golonka



Witam w naszych progach!
Szczęść Boże!
Zanim wejdziemy do środka, chcę wam pokazać najważniejsze miejsce w tym sanktuarium.
Nie mogę się doczekać!



Jaka piękna figura...
To figura Matki Bożej Niepokalanej umieszczona tu z okazji wielkiego jubileuszu w 2000 roku. Zapraszam dalej.



O, baranki!
Wyglądają jak żywe...
A tu Święta Bernadetta pilnuje owiec.



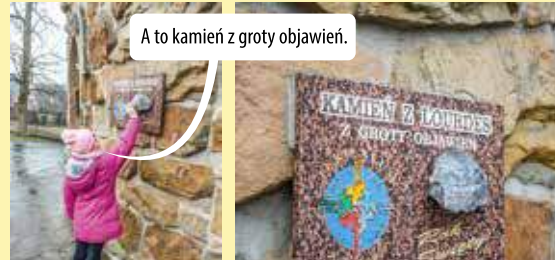
Co to takiego?
To najważniejsze miejsce w naszym sanktuarium: grotka Matki Bożej z Lourdes poświęcona w roku 1904. Podejdźcie bliżej.



Podobna do figury, którą widzieliśmy na początku!
Masz rację, bo to również figura Niepokalanej, tylko że znacznie starsza. Przybywa do nas bardzo wielu pielgrzymów, aby się przy niej modlić.



Wnętrze tej grotki przypomina kościół...
Tak, w ciepłe miesiące odprawiamy tutaj msze święte dla pielgrzymów.



A to kamień z grotki objawień.



To ołtarzyk poświęcony Świętej Bernadecie, której w Lourdes objawiła się Matka Boża.



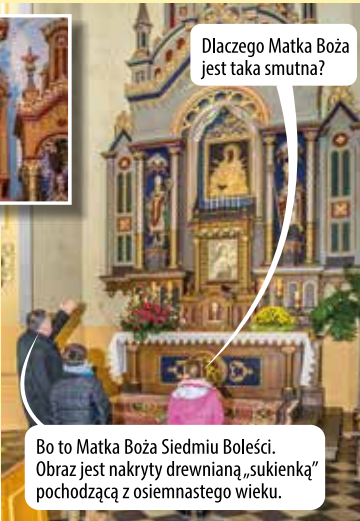
A po co są te kapliczki?
W 90 rocznicę poświęcenia grotki wokół placu postawiono kapliczki procesyjno-różańcowe z płaskorzeźbami, które przedstawiają poszczególne tajemnice różańcowe.
Zdrowaś Maryjo...
Pomódlmy się!



A teraz zapraszam do kościoła.
Ale tu jest ślicznie!



To główny ołtarz z czczonym od wieków obrazem Matki Bożej Pocieszenia. Ten obraz wisiał wcześniej w starym kościele.



Dlaczego Matka Boża jest taka smutna?
Bo to Matka Boża Siedmiu Bolesci. Obraz jest nakryty drewnianą „sukienką” pochodzącą z osiemnastego wieku.



Ten ołtarz także stał w starym kościele. Główną część stanowi gotycki obraz Matki Boskiej z Dzieciątkiem między świętymi biskupami: Wojciechem i Stanisławem.



Piękne też są witraże.
To dzięki parafianom i pielgrzymom, którzy troszczą się o to miejsce.
To scena z Bożego Narodzenia.



Zapraszamy wszystkich do Porąbki Uszewskiej do Sanktuarium Matki Bożej z Lourdes!



Tu jest naprawdę pięknie.
Do zobaczenia w następnym odcinku!

Spotkanie z Promyczkami Dobra w następnym sanktuarium już za miesiąc.

UGRYZIENIE

PIERWSZA POMOC

Jak powstaje?

Ugryzienia to rany zadane przez zwierzę: dotykać obcych zwierząt, a w szczególności przeszkadzać im w spaniu czy jedzeniu. Zwierzę nie potrafi powiedzieć: „Nie przeszkadź mi”, lecz w odpowiedzi na zaczepki gryzie.



A to ciekawe!



- **Żółta obroza lub wstążka przy smyczy psa** oznacza, że to zwierzę nie lubi głaskania!
Yellow Dog Project
- **Jeżeli atakuje Cię pies**, przyjmij pozycję żółwia.

Co się tam dzieje?

1

Zęby psa, kota, chomika itp. są ostre.



2

Zęby wbite w ciało rozrywają mięśnie oraz naczynia krwionośne. Pojawia się krwawienie.



3

Jeżeli zwierzę było chore, bakterie lub wirusy wnikają do naszego organizmu i robi się zakażenie.



1. Spleć dłonie do wewnątrz i schowaj kciuki.
2. Ostoń kark i uszy.
3. Kucnij i przyciągnij głowę do kolan.

PIERWSZA POMOC

1

Zdezynfekuj ranę i zatrzymaj krwawienie*.



2

Sprawdź, czy pies ma wykonane aktualne szczepienia.



3

Jeżeli po pogryzieniu rana się nie goi, jest zaczerwieniona i występują inne niepokojące objawy, należy koniecznie zgłosić się do lekarza.



PANIE KORDEK, OTO KSIĄŻECZKA SZCZEPIEŃ PAŃSKIEGO PUPILA. PROSZĘ PAMIĘTAĆ O SZCZEPIENIACH! CZY COŚ JESZCZE?

PANIE DOKTORZE, WSZĘDZIE WIDZĘ PSY...



* Jak przy zranieniach.



BAKAŁARZ 2019

zadanie 5

Imię i nazwisko

Klasa

Adres

□□-□□□

Telefon

To już ostatni miesiąc Waszych zmagania z zadaniami konkursowymi przed finałem. Wykonajcie je solidnie i estetycznie. Postarajcie się, by pismo było kształtne, bo wykonaliście już wiele ćwiczeń.

KLASA I

1. Przepisz do liniatury wyrazy jednosylabowe – nazwy zwierząt. Następnie dopisz wyrazy jednosylabowe, będące określeniem czynności lub wyglądu.

lis, dzik, kot, jeź

2. Znajdź w zdaniu ukryte imię. Zapisz je w liniaturze i ulóż jedno zdanie z tym imieniem.

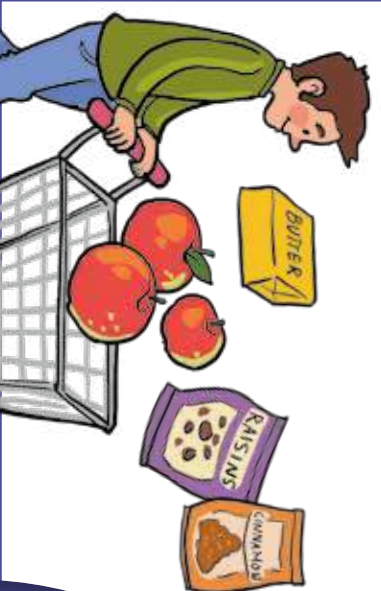
Każde dziecko wypija kubek ciepłej herbaty po powrocie z sanek.

3. Ułóż z rozsypanki wyrazowe zdanie i zapisz je w liniaturze.

roku tłusty tym W dzień czwartek lutego. w ostatni wypada

Dad/tata

Shopping/zakupy

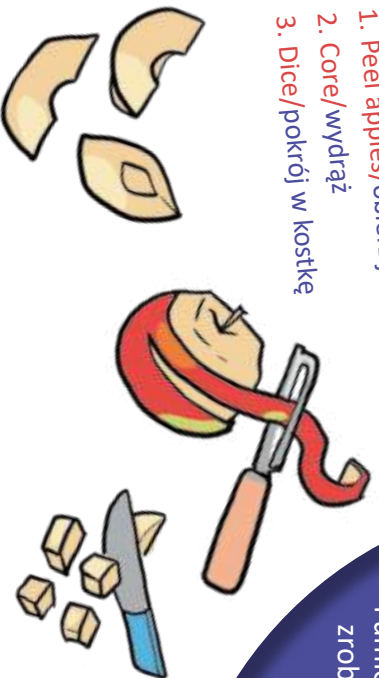


Products/produkty

1. A kilo of apples/kilogram jabłek
2. A kilo of sugar/kilogram cukru
3. A kilo of flour/kilogram mąki
4. A block of butter/kostka masła (200 g)
5. A packet of cinnamon/paczka cynamonu
6. A packet of raisins/paczka rodzynek

Me/ja

1. Peel apples/obierz jabłka
2. Core/wydrąż
3. Dice/pokrój w kostkę



FAMILY CIRCUIT

APPLE CRUMBLE /rodzinne pieczenie

w tym miesiącu wspólnie z dziećmi przyrządźcie typowy angielski deser – apple crumble. Przepis zawiera podział obowiązków. Zawsze można go dopasować do możliwości i umiejętności Waszej rodziny. Dziecko może zrobić listę zakupów w języku angielskim!

Pamiętajcie o zasadach bezpieczeństwa – safety first!

SZKOŁA MĄDRALKI

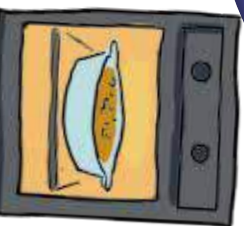
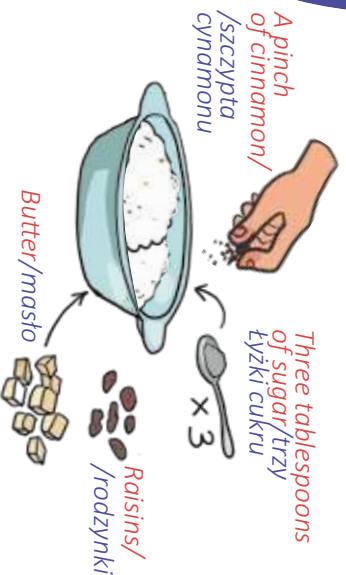
Mum/mama

1. Dice butter/pokrój masło w kostkę (100 g)
2. Add flour/dodaj mąkę (100 g)
3. Add sugar/dodaj cukier (200 g)
4. Rub the butter into the flour and sugar /palcami zrób kruszonkę



Together/razem

1. Put diced apples into a heat proof bowl./Wrzucić pokrojone w kostkę jabłka do miseczki odpornej na ciepło.
2. Add/dodaj:



3. Preheat oven to 180./Rozgrzej piekarnik do 180 stopni.
4. Put the bowl into the oven and wait 20-30 minutes./Włóż miskę do piekarnika i odczekaj 20-30 minut.
5. Take it out./Wymij.

REMEMBER IT'S HOT!/PAMIĘTAJ, ŻE JEST GORĄCE!

Przygotowała Ewa Łazarz, narysowała Jadwiga Żelazny

1. Znajdź w internecie lub słowniku przysłów przysłowie, w którym pojawia się nazwa „luty”, i przepisz je do liniatury.

2. Ułóż podane wyrazy w kolejności alfabetycznej i przepisz je do liniatury.

ferie, śnieg, saneczki, sanki, śnieżynka, bałwanek, lodowisko

1. Przepisz do liniatury zdanie.

21 lutego jest Międzynarodowy Dzień Języka Ojczystego.

2. Dokończ zdania według własnego pomysłu.

Zimą

Radość

W karnawale

1. Przepisz do liniatury zdanie.

21 lutego jest Międzynarodowy Dzień Języka Ojczystego.

2. Dokończ zdania według własnego pomysłu.

Zimą

Radość

W karnawale





Witam Was,
kochane Dzieci!
Niedawno rozmawiałam
z siostrą Dawidą – misjonarką
w Papui-Nowej Gwinei, w miejscu
nazwanym zaskakującą ziemią
Pomagała ona tam dzieciom,
o których mi opowie-
działa.



W Papui Nowej Gwinei, gdzie
jako misjonarka żyłam ponad
25 lat, często pomagałam wie-
lu dzieciom. Niestety większość
z nich nie chodziła do szkoły.

W tym kraju pierwszeństwo do nauki mają chłopcy. Dzieci do szkoły mają daleko, nie ma dróg asfaltowych, a w czasie deszczu są one zalane. Jednak wszyscy czekamy na deszcz, bo dzięki niemu mamy co pić (deszczówka jest bardzo smaczna). Wiele dziewczynek nie potrafi zadbać o higienę, ładnie się ubrać czy nawet jeść nożem czy widelcem. Moim zadaniem było pomóc im w tej nauce. Zdarzało się często, że udzielałam schronienia i wsparcia dzieciom uznany za winne rzucania czarów, powodujące nieszczęścia w wiosce, co oczywiście nie było prawdą. Takie dzieci muszą uciekać, by ocalić swoje życie.

Siostry Misjonarki św. Piotra Klawera
ul. Warszawska 12, 05-807
Podkowa Leśna, tel: 22 758 94 24
www.klaweranki.pl
echodziedziom@klaweranki.pl

ISKI ERKA MISYJNA

W drodze z papieżem
Franciszkiem







ZEA, czyli Zjednoczone Emiraty Arabskie, to kraj goszczący od 3 do 5 lutego Ojca Świętego Franciszka. Większość mieszkańców ZEA to wyznawcy Islamu, są tam także chrześcijanie. W programie wizyty Ojca Świętego jest spotkanie wyznawców różnych religii. Na świecie żyje wielu ludzi, którzy nie są chrześcijanami. Wyznają oni inne religie. Papież Franciszek przypomina nam i pokazuje, że możemy być dla siebie nawzajem życzliwi. Nie tracąc własnej wiary, możemy współpracować i szanować się nawzajem. Ojciec Święty mówi, że aby żyć w pokoju, trzeba nawzajem się słuchać i nie oceniać drugiego człowieka. Wspólnie możemy troszczyć się o świat, o dobro każdego człowieka. Razem z wyznawcami innych religii możemy zaangażować się w ochronę środowiska i naszej planety, która jest dziełem Stwórcy.

s. Elżbieta Sołtysik, SSPC

FIGA Z PASTERNAKIEM



- **Dzień dobry!** – Nasza na ogół markotna reporterka rozpromieniła się na widok właściciela zielonej czupryny.
- Dzień doberek! – odpowiedział Ananas Jadalny.
- **Dlaczego ma pan na sobie odzież medyczną?**
- Właśnie wracam z dyżuru w przychodni. Czerpię przyjemność z tego, że pomagam wielu ludziom. Zdarza się, że zamiast leków „przepisuję” siebie. Robię tak, ponieważ moje wnętrze jest pełne związków o działaniu prozdrowotnym. Wśród nich największy skarb stanowi bromelaina! – oznajmił dumnie doktor.
- **Bro... bro-me-la-i-na – niepewnie przesyłabowała Figa. – Co to takiego?**
- Bromelaina to substancja zawarta w moich łodygach, owocach i liściach, która znalazła liczne zastosowania w medycynie. Sięga się po nią przy infekcjach układu oddechowego, ranach, złamaniach czy problemach z trawieniem. Proszę sobie wyobrazić, że bromelaina jest też wykorzystywana w kuchni. Zmiękcza bowiem mięso.
- **Imponująca lista zastosowań! – zachwyciła się dziennikarka i przesłała do innego ciekawego zagadnienia. – W świadomości wielu osób funkcjonuje pan jako owoc rosnący na palmie.**
- Ha, ha! – Doktor wybuchł śmiechem. – To mit, całkowicie nieprzystający do rzeczywistości. Nie rosnę ani na palmie, ani na drzewie, lecz na łodydze.
- **Ta informacja jest dla mnie szokująca! Czy ma pan w zanadrzu więcej ciekawostek?**
- Owszem, choćby kwestia mojego pochodzenia: przodkowie wywodzą się z Ameryki Południowej, a do Europy dotarli na statkach sterowanych przez Krzysztofa Kolumba. Mogę ważyć nawet 5 kilogramów. Co jeszcze... Jak pewnie zdążyła pani zauważyć, szczyt mojej „głowy” porasta korona liści, dlatego jestem czasem nazywany czubatym.
- **Hi. Hi... – Figa uśmiechnęła się mimowolnie, usłyszawszy ostatni wyraz. – Serdecznie dziękuję za pasjonującą rozmowę! Do listy swoich zalet proszę dodać umiejętność poprawy nastroju.**
- Nie omieszkam. Tymczasem biegnę do domu rozprostować rdzeń.



Popraw starannie po śladzie, łącząc kropki. Następnie pokoloruj rysunek.

3. BAL MASKOWY

Ułóż litery w odpowiedniej kolejności, a dowiesz się, za kogo postanowiły przebrać się dzieci na bal karnawałowy.

R A I P T

Z Y E R
C R R

Ó L E W A
R N K

K W Ó A
R W Ź A

ODP. 3:

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

4. WYKREŚLANKA KARNAWAŁOWA

Wykreśl wszystkie słowa „KARNAWAŁ”. Z pozostałych liter odczytaj hasło.

KARNWAŁGKARNWAŁKARNWAŁRKARNWAŁ
 KARNAWAŁOKARNWAŁKARNWAŁMKNKARNWAŁ
 KARNAWAŁIKARNWAŁCKARNWAŁAKARNWAŁ

ODP. 4:

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

5. KOLOROWE BALONY

Rozwiąż równania, zapisz wyniki na balonach, a następnie pokoloruj każdy zgodnie z wynikiem w kóteczku. Na końcu połącz w pary balony w tych samych kolorach.

$10 - 5$ (balon A)
 $4 + 5$ (balon B)
 $5 + 2$ (balon C)
 $13 - 6$ (balon D)
 $8 - 5$ (balon E)
 $11 - 6$ (balon F)
 $12 - 3$ (balon G)
 $10 - 7$ (balon H)

3 5 7 9

ODP. 5:

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Odpowiedzi wpisz do kuponu na s. 26.

6. DETEKTYW LUPKA

Rozrywki przygotowała Bogumiła Chmielewska, narysowała Anna Kosowska-Zgrzebiak

Narysowała Jadwiga Żelazny

Znajdź i pokoloruj:



Policz:

ODP. 6:

○

Odpowiedź wpisz do kuponu na s. 26.

Trening właściwy

W poprzednich odcinkach: Franek dowiaduje się jak zrobić samodzielnie napój izotoniczny, oraz, że zwykłe sprzątanie domu może być świetnym treningiem.



Słyszeliście, że w sobotę jest trening otwarty dla chętnych?

Ekstra!

Idziemy!

Sobota.

Co jest? Przez te sprzęty nie da się grać.

To na początek pięć okrążeń na rozgrzewkę.

1. Rozgrzewka.
2. Trening na stacjach.
3. Ćwiczenia z piłką.
4. Stretching.

Franek, bo to jest trening, a nie mecz.

Prowadzimy piłkę lewą nogą i dokład nie podajemy.

Przyjęcie, zwód i precyzyjny strzał!

Tak wygląda prawdziwy trening.

Myślałem, że pogramy, a tu ćwiczenia i rozciąganie.

Jestem tak wykończony, jakbym grał przez dwie godziny...

Tekst: Michał Pawłowski, ilustracje: Jadwiga Żelazny



1. Rozgrzewka 15-20 min

2. Trening właściwy 1 h

3. Rozciąganie 15 min

STRETCHING to bardzo ważna część każdego treningu! Rozciąganie zmęczonych mięśni ma na celu przede wszystkim ich ochronę przed kontuzjami oraz utrzymanie mięśni i stawów w dobrej ruchomości.