

NASZ ŚWIAT POD SIÓDMYM



Gazeta
Środowiskowego
Domu Samopomocy
ul. Górska 7 w Warszawie
www.gorska7.pl

numer 39 (Marzec 2014 r.)
Od redakcji

cena 2 zł

Witamy ponownie naszych drogich czytelników. W Państwa ręce oddajemy już 39 numer naszej gazetki. Aż trudno uwierzyć, że to już tak dużo numerów wyszło. Cieszymy się, że nasza praca jest doceniona przez Państwa. Będziemy się starać wykonywać naszą pracę jak najlepiej, tak żeby gazetka była zawsze ciekawa.

**Życzymy przyjemnej lektury
Zespół redakcyjny**

Zespół Redakcyjny:

1. **Katarzyna Uszyńska** (rozrywka, solenizanci i jubilaci, imiennik)
2. **Katarzyna Salkowska** (poezja i proza, przepisy kulinarne)
3. **Monika Skrodzka** (wydarzenia minionego miesiąca)
4. **Rafał Musch** (wywiady)
5. **Andrzej Nowak** (wydarzenia minionego miesiąca)
6. **Mikołaj Scholz** (redakcja sportowa)
7. **Wojciech Kwil** (układanie krzyżówek, przepisywanie tekstów na komputerze)

Opiekun: **Katarzyna Zduńska**

Skład i druk: **Jacek Michalski**

SOLENIZANCI I JUBILACI



KWIECIEŃ 2014						
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	1	2	3	4	5	6
7	8 Imieniny Dominika Szulc	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20 Imieniny Agnieszka Szymańska
21	22	23 Imieniny Wojtek Kwil	24	25 Urodziny J. Szczepańska Imieniny M. Iżykowski	26 Imieniny Marzena Zalewska	27
28	29	30 Urodziny Monika Skrodzka	Kalendarz stworzony podczas zajęć w pracowni komputerowej			

WSZYSTKIM JUBILATOM
I SOLENIZANTOM ŻYCZYMY SUKCESÓW W ŻYCIU,
SZCZĘŚCIA W MIŁOŚCI, DUŻO UŚMIECHÓW, DUŻO RADOŚCI,
SPEŁNIENIA WSZYSTKICH NAJSKRYTSZYCH MARZEŃ
I SAMYCH PRZYJEMNYCH W ŻYCIU ZDARZEŃ.

WYDARZENIA MINIONEGO MIESIĄCA

4 marca 2014



Pod koniec roku 2013 zrobiliśmy podsumowanie naszej pracy. Terapeuci postanowili wyróżnić osoby, które najbardziej wyróżniły się na tle całej społeczności. W ocenie brane było pod uwagę zaangażowanie w pracę, aktywność, odpowiedzialność, chęć pomocy innym, rzetelne wykonywanie zaleconych prac. Za szczególne zaangażowanie wyróżnione zostały następujące osoby: Katarzyna Uszyńska, Marzena Zalewska, Wojtek Kwil, Andrzej Nowak, Ime Akpan i Rafał Musch. Osoby te w nagrodę poszły razem z panią Dyrektorką Zofią Pągowską i panią Danutą Kaczmarek do kawiarni. Każdy zamówił sobie pyszną kawę i ciastko. Było bardzo miło, czuliśmy się docenieni za naszą pracę. Będziemy się dalej starać, żeby znów zasłużyć na nagrodę, chociaż tak naprawdę chętnie pomagamy i bez nagrody.

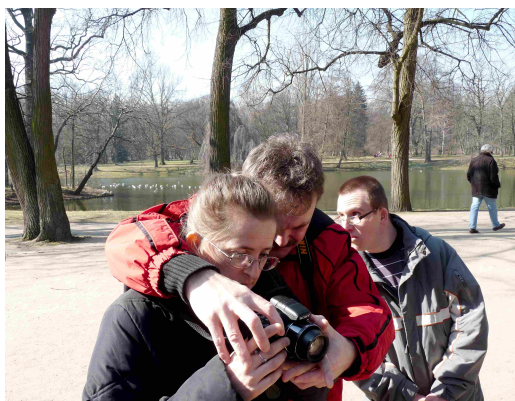
Red. Andrzej Nowak, Wojtek Kwil

5 marca 2014

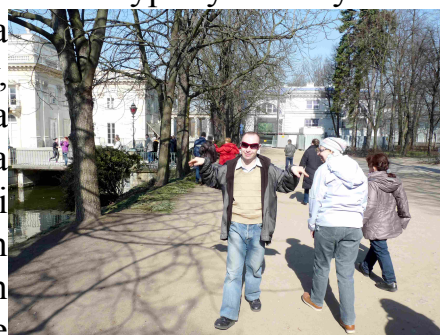
Środa Popielcowa. Tego dnia wszyscy chętni poszli razem z panią Danutą Kaczmarek, Katarzyną Zduńską i panem Adamem Krauze do kościoła na Mszę św. Jak każe tradycja, ksiądz posypał wszystkim głowy popiołem. Po mszy wróciliśmy do ośrodka.

Red. Monika Skrodzka, Rafał Musch

11 marca 2014



Korzystając z pięknej wiosennej pogody, grupy z pracowni ceramicznej, haftu i szycia i komputerowej wybrały się na spacer do Łazienek. Było bardzo przyjemnie, świeciło słońce, było ciepło, spacerowaliśmy sobie alejkami i wypatrywaliśmy oznak wiosny. Kasia Kozmana wzięła ze sobą orzechy, którymi karmiła wiewiórki. Pani Kasia Zduńska wzięła pestki dyni



i słonecznika i karmiła sikorki i wiewiórki. Pan Adam Krauze miał ze sobą aparat fotograficzny i robił wszystkim zdjęcia. Uczył nas też robić samodzielnie zdjęcia. Troszkę się wygłupialiśmy. Było bardzo wesoło.

Red. Andrzej Nowak

17 marca 2014



Z cyklu Spotkań z ciekawymi ludźmi przyszła do nas pani Beata Charkiewicz, wykonująca zawód modelki. Pani Beata opowiadała nam jak została modelką, pokazywała swoje zdjęcia z różnych sesji zdjęciowych i pokazów mody, w których brała udział. Opowiadała na czym polega praca modelki. Okazuje się, że praca ta nie jest tak łatwa i przyjemna jak nam się wydawało. To godziny oczekiwania na castingach, słuchanie krytyki na swój temat. Potem pani Beata odpowiadała na nasze pytania. Dowiedzieliśmy się m.in., że studiuje jeszcze psychologię, a w przyszłości chciała by się zająć pomocą psychologiczną dla modelek i pomóc im radzić sobie ze stresem związanym z wykonywaniem tego zawodu. Spotkanie było bardzo ciekawe. Więcej o pani Beacie Charkiewicz można dowiedzieć się z wywiadu przeprowadzonego przez Andrzeja Nowaka i zamieszczonego w tym numerze gazetki.

Red. Rafał Musch

28 marzec 2014

W piątek, 28 marca cała nasza społeczność poszła do Multikina w Złotych Tarasach na film pt. Muppety: Poza prawem”. Bohaterami są znane wszystkim pluszowe pacynki-Muppety. W filmie zamieszane są w aferę kryminalną i mają problemy z prawem (szczególnie Kermit). Na szczęście na koniec wszystko się wyjaśniło i był happy end. Film był bardzo śmieszny i fajny. Wszystkim się podobał.

Red. Monika Skrodzka, Rafał Musch

NASZE PRACE



Ceramiczne anioły wykonane przez Ime Akpana na zajęciach w pracowni Ceramicznej



Kartki wielkanocne wyszyte przez Ime Akpana na zajęciach w pracowni Haftu i szycia



Obraz Anioł namalowany przez Katarzynę Sałkowską w pracowni Plastycznej



Obraz Drzewa namalowany przez Monikę Skrodzką na zajęciach w pracowni Plastycznej

CIEKAWOSTKI

Magia kamieni

RUBIN 3 IV -22 IV

Zachęca do aktywności i walki, dodaje odwagi, odpędza melancholię i złe sny. Pomaga odnieść sukces, chroni przed złymi wydarzeniami. Nie pozwala cofnąć się z raz obranej drogi. Rubin jest despotyczny i dąży do celu za wszelką cenę. Nigdy nie traci głowy, nawet w najtrudniejszych sytuacjach potrafi zachować zimną krew. Ma zdolności organizacyjne, umie robić doskonale interesy. Bywa egoistą.

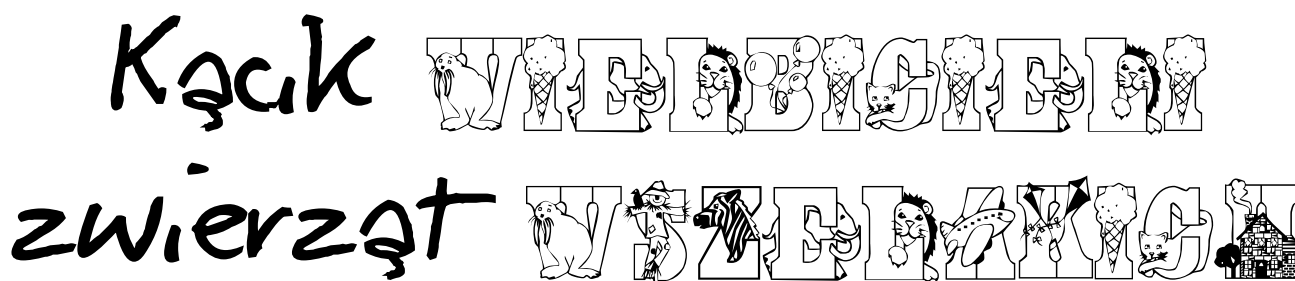
Materiał przygotowała Katarzyna Uszyńska



„TWOJA CÓRECZKA”

Jestem twoją miłą córeczką,
Jesteś mi bliski, czysty,
Tak drogi i ukochany.
Kiedy znowu ujrysz córkę swoich marzeń,
Złoty usłyszysz szept?
Przekonuję się prawie, że warto żyć dla ciebie,
Warto trudyć się z tobą i cierpieć dla ciebie
I kochać od nowa ciebie.
Taki jest mój plan.

Autor Katarzyna Salkowska



PATYCZAKI

Śmieszne stworki, które wyglądają jak kilka patyczków połączonych razem. Zyskują coraz większą popularność, ponieważ są łatwe i tanie w hodowli, a także ciekawie się prezentują. Straszki, patyczaki (Phasmida, Phasmatodea, Cheleutoptera) to rząd

owadów obejmujący ok. 3 tysięcy gatunków owadów skrzydlatych o przeobrażeniu niepełnym (hemimetabolia, hemimetamorfoza) czyli takim gdzie nie występuje stadium poczwarki, a larwa pierwotna przypomina w różnym stopniu dojrzałego osobnika. Po każdym linieniu następuje powiększenie rozmiarów ciała, aż do uzyskania wielkości dojrzałego osobnika. W skrócie wygląda to następująco: jajo → larwa pierwotna(nimfa) → imago(dorosły osobnik) Patyczaki pochodzą z terenów tropikalnych i subtropikalnych, a ich rozmiary wahają się od 1,5cm długości do 48cm (patyczak olbrzymi, który w naturalnym środowisku dorasta nawet do 55cm długości). Ciała patyczaków są często w kształcie i barwach zbliżone do otoczenia (cecha taka nazywa się mimetyzm). Jednym z popularniejszych patyczaków dostępnych w handlu jest Carausius morosus (patyczak indyjski) przypominający kształtem patyk. Może być koloru od brązowego do zielonego w zależności od warunków przetrzymywania. Patyczaki możemy trzymać w obojętnie jakim naczyniu. Może to być specjalistyczne terrarium lub nawet zwykły słoik. Ważne jest, aby było przewiewne. Jeśli korzystamy z akwarium to musimy je od góry zabezpieczyć jakimś materiałem (firanką, siatką), tak by nasze owady nie uciekły i miały dostęp do świeżego powietrza. Jeżeli terrarium chcemy postawić w ciemniejszym miejscu to zadbajmy o sztuczne oświetlenie.

Patyczaki nie są zbyt wymagające, więc temperatura pokojowa w zupełności im wystarcza. Jedyne co musimy zrobić to kontrolować wilgotność. Raz na dwa dni spryskajmy wewnętrzne ścianki terrarium wodą, możemy też troszkę popsikać na patyczaki. Spód wyścielmy torfem lub włóknem kokosowym i dodajmy kilka patyczków po których owady będą chodziły. Patyczaki karmimy liśćmi. Wybieramy te które wyglądają na zdrowe. Najlepsze są liście dębu, truskawek, malin, drzewek owocowych, a nawet zwykłej sałaty. Owady te są naprawdę łatwe w hodowli. Nie są też drogie, gdyż młode osobniki możemy dostać już za złotówkę. Pamiętajmy tylko, żeby nie trzymać za sobą zbyt dużej ilości patyczaków, bo zaczną się robić agresywne względem siebie. Jak będziemy się nimi dobrze opiekować to dożyją nawet roku, ale nie martwmy się, zanim padną zostawią po sobie potomstwo.

Materiał przygotowała Katarzyna Uszyńska



WYWIAD Z BEATĄ CHARKIEWICZ, STUDENTKĄ PSYCHOLOGII ODBYWAJĄCĄ PRAKTYKI W NASZYM OŚRODKU

Andrzej Nowak: Witam Panią. Jestem redaktorem gazetki „Nasz świat pod siódmym”. Czy zechciała by Pani udzielić mi wywiadu?

Beata Charkiewicz: Witam, oczywiście, chętnie odpowiem na Pana pytania.

A.N.: Czy pochodzi Pani z Warszawy, a jeśli nie, to skąd?

B.Ch.: *Nie pochodzę z Warszawy. Przyjechałam tu z północnej Polski- z Elbląga. W Warszawie mieszkam od 4 lat, odkąd zaczęłam studia.*

A.N.: Czy ma Pani rodzeństwo?

B.Ch.: *Tak, mam trzech starszych braci.*

A.N.: Jaką muzykę Pani lubi?

B.Ch.: *Lubię różne rodzaje muzyki, to zależy od mojego nastroju. Najbardziej jednak lubię stary rock. Jednym z moich ulubionych zespołów jest Queen. Z polskich zespołów lubię bardzo Bajm.*

A.N.: Jakie jest Pani hobby?

B.Ch.: *Biegam, chodzę na siłownię, interesuję się modą, psychologią, kinem, kuchnią.*

A.N.: Jak Pani lubi spędzać wolny czas?

B.Ch.: *Wolny czas, jeśli go mam spędzam raczej aktywnie. Wykorzystuję go głównie na bieganie. Bardzo lubię też czytać książki, spotykać się z przyjaciółmi.*

A.N.: Czy ma Pani jakieś ulubione miejsca, gdzie lubi Pani jeździć na wakacje?

B.Ch.: *Najbardziej lubię wracać do domu, nad Zalew Wiślany, nad morze. Jest to takie klimatyczne miejsce, z którym wiążą się moje najpiękniejsze wspomnienia z dzieciństwa.*

A.N.: Czy lubi Pani lody?

B.Ch.: *Tak, bardzo. Szczególnie lubię lody czekoladowe.*

A.N.: Wiemy już, że lubi Pani czytać książki. Jakie książki lubi Pani najbardziej?

B.Ch.: *Szczególnie lubię książki o tematyce psychologicznej, o człowieku i jego emocjach, uczuciach, cechach.*

A.N.: Słyszeliśmy, że jest Pani modelką. Jak to się stało, że zajęła się Pani tą pracą?

B.Ch.: *Modelką zostałam z przypadku. Miałam dwie okazje. Najpierw wzięłam udział w konkursie, ale rodzice powiedzieli, że jestem za młoda i nie pozwolili mi podjąć pracy modelki. Druga okazja nadarzyła się kiedy zauważył mnie fotograf- wykładowca ASP. Zaproponował, że zrobi mi sesję fotograficzną. Moje zdjęcia spodobały się. Fotograf wysłał je do agencji. W efekcie już od roku związana jestem z Agencją modelek.*

A.N.: Czy trudna jest praca modelki?

B.Ch.: *Do wykonywania tej pracy trzeba mieć przede wszystkim dużo cierpliwości. Wszyscy myślą, że praca modelki polega tylko na uśmiechaniu się. Bardzo dużo czasu spędza się na castingach, które często trwają kilka godzin. Praca ta wymaga też dużo poświęceń- dieta, brak czasu dla rodziny i przyjaciół, bardzo duża presja, żeby być szczupłą. Ale praca ta ma też zalety. Są nimi np. wyjazdy zagraniczne. Można też poznać wiele ciekawych ludzi.*

A.N.: Co Pani robi, żeby być tak szczupłą. Stosuje Pani jakąś specjalną dietę?

B.Ch.: *Chyba mam takie geny. Poza tym uprawiam dużo sportu. Kiedyś stosowałam*

diety, ale efekt był odwrotny. Dopadł mnie tzw efekt jojo i przytyłam zamiast schudnąć. Teraz nie stosuję żadnej diety, jem wszystko na co mam ochotę ale po trochu. No i przede wszystkim jestem aktywna fizycznie.

A.N.: Słyszeliśmy też, że Pani studiuje. Proszę powiedzieć, co Pani studiuje?

B.Ch.: *Studiuję psychologię, którą zawsze się interesowałam. Kiedyś chciałam też studiować architekturę, ale mi przeszło.*

A.N.: A na którym roku studiów już Pani jest?

B.Ch.: *Teraz jestem już na IV roku.*

A.N.: Z czym wiąże Pani swoją przyszłość- z psychologią czy z modelingiem?

B.Ch.: *Na pewno z psychologią. Chciała bym zająć się w przyszłości psychoterapią indywidualną albo małżeńską. A czas pokaże jaka będzie przyszłość. Chciała bym wykorzystać wiedzę zdobytą na studiach i pracować jako psycholog dla modelek.*

A.N.: Skąd dowiedziała się Pani o naszym ośrodku?

B.Ch.: *Szukałam miejsca, gdzie mogłabym odbyć swoje praktyki studenckie. Moja kuzynka, która jest trenerką w Mieszkanii treningowym na ul. Oszmiańskiej poleciła mi wasz ośrodek. I tak się tu znalazłam.*

A.N.: Czy podobało się Pani u nas?

B.Ch.: *Bardzo mi się podobało. Na początku miałam pewne obawy, ale okazały się zupełnie niepotrzebne. Macie tu super atmosferę i myślę, że każdy, kto tu przyjdzie czuje się bardzo dobrze. Myślę, że jesteście najlepsi w Warszawie. Wszyscy tworzą tu niepowtarzalną atmosferę.*

A.N.: Dziękujemy bardzo za wywiad.



Wywiad z Jackiem Michalskim pracownikiem biurowym w naszym ŚDS

A.N.: Czy lubi Pan swoją pracę?

J.M.: *Tak, lubię.*

A.N.: Jak długo jest Pan związany z naszym ośrodkiem?

J.M.: *Od samego początku istnienia ośrodka*

A.N.: Czym się Pan interesuje?

J.M.: *Jestem pracownikiem biurowym, zajmuję się, pracą papierkową.*

A.N.: Czy lubi Pan podróże?

J.M.: *Lubię podróżować.*

A.N.: Gdzie lubi Pan najbardziej jeździć?

J.M.: *Najbardziej lubię jeździć nad morze, najlepiej tam się czuje. W każdej wolnej chwili jak mogę jadę nad morze.*

A.N.: Czy ma Pan zwierzątko, jakie?

J.M.: *Tak, mam dwie papugi: Amazonkę i Aleksandrettę. Siostra ma psa.*

A.N.: Jaką muzykę Pan lubi?

J.M.: *Lubię muzykę rockową – cięższe brzmienie*

A.N.: Czy ma Pan rodzeństwo?

J.M.: *Tak, mam siostrę młodszą o 5 lat – Anię.*

A.N.: Czy jest Pan warszawiakiem?

J.M.: *Od urodzenia jestem warszawiakiem.*

A.N.: Czy ma Pan w Warszawie swoje ulubione miejsce?

J.M.: *Nie mam jednego ulubionego miejsca w Warszawie.*

A.N.: Czy jest Pan szczęśliwy?

J.M.: *Tak, jestem szczęśliwy.*

A.N.: Jakie są Pana ulubione potrawy?

J.M.: *Barszcz biały z jajkiem i kielbasą, placki ziemniaczane, placki z jabłkiem.*

A.N.: Jakie ma Pan plany na przyszłość?

J.M.: *Chciałbym w przyszłości studiować, a także założyć rodzinę. Zobaczymy co z tego się uda zrobić.*

WIADOMOŚCI SPORTOWE

Kamil Stoch – zdobywca Kryształowej Kuli.

Kamil Stoch, dwukrotny mistrz olimpijskich w Soczi i zdobywca Kryształowej Kuli był bardzo zaskoczony hucznym powitaniem, którego się nie spodziewał, ale które bardzo go ucieszyło. Podhalańscy olimpijczycy z Soczi ze Stochem oraz jego rodzicami Krystyną i Bronisławem na czele przejechali przez wieś ośmioma landami i trzema góralskimi fiaszami poprzedzani przez ponad czterdziestoosobową banderę konną, a towarzyszyły im oklaski i okrzyki kilku tysięcy kibiców. Na pochodzącej z Sanoka żonie Kamila panczenistce Katarzynie Bachledzie-Curuś duże wrażenie zrobiła prawdziwa góralska gościnność. Natomiast Stoch zapytany, kiedy wykorzysta otrzymane podczas powitania prezenty, czyli kamień węgielny pod budowę nowego domu w Zębie oraz główną belkę w stropie drewnianym Stoch odpowiedział, że jeszcze nie wie, ale na pewno oba dary znajdą właściwe miejsce w naszym domu. O swoim trenerze Kruczkę powiedział: - Super, że pozostanie. Cieszę się, bo uważam, że działania sztabu z Łukaszem na czele są świetne, a przed nami jeszcze pewnie ze dwa lata takiej dogłębnej pracy, żeby było jeszcze lepiej. Jak coś dobrze funkcjonuje, to po prostu nie należy tego zmieniać – dodał. Tego samego zdania

był Jan Ziobro. - Gdyby nie było takiego sztabu jaki jest w tej chwili, to nie byłoby nas tu dzisiaj. Dziennikarze pytali także o najbliższe plany. - Studia, roztrenowanie, spotkania m. in. wynikające z umów sponsorskich a potem nie sprecyzowany jeszcze odpoczynek - zgodnie odpowiedzieli skoczkowie. Stoch dodał ze śmiechem, że studia już skończył, ale za to żona, która jest jednocześnie jego menadżerem, "załatwiła" mu większą liczbę spotkań. Wkrótce zapewne zobaczymy co będzie reklamował nasz medalista.

Radwańska rozbiła rakietę ze złości?

Agnieszka Radwańska obróciła w żart sytuację, w której rozwaliła o kort rakietę po przegraniu drugiego seta z Eliną Switoliną. - Nie wiem, o czym mówicie – powiedziała. Agnieszka Radwańska, najlepsza polska tenisistka, awansowała do ćwierćfinału turnieju WTA w Miami. Polka wygrała spotkanie z Eliną Switoliną (7:6, 5:7, 6:2). Podczas pojedynku z Ukrainką tenisistką Radwańska poniosły nerwy, Polka zniszczyła swoją rakietę. Po jednym z zagrań rywalki "Isia" strasznie się zdenerwowała i zniszczyła swoją rakietę. Uderzyła nią o kort. Operatorzy kamer niestety nie pokazali tego momentu, jednak zdjęcie rakiety krakowianki w sieci ukazały się na portalu społecznościowym Twitterze .Polka w odpowiedzi na wpisy nie przyznała się i napisała: "To nie byłam ja"...

Podolski gra z dziećmi w londyńskim parku.

To była niespodzianka. Nagle do dzieci grających w piłkę w londyńskim parku podszedł Podolski i zapytał czy może dołączyć do gry. Wyrósł nagle jak spod ziemi i zaczął kopać z nimi piłkę. Dzieciaki otworzyły szeroko oczy gdy o możliwość dołączenia do gry poprosił je Lukas Podolski. Piłkarz Arsenalu Londyn przyszedł do parku żeby odreagować fatalny mecz z Chelsea. Drużyna Arsene Wengera poległa na Stamford Bridge aż 0:6, a Podolski został zdjęty z boiska już w 24. minutach przy stanie 0:3. Zastąpił go Thomas Vermaelen. Postanowił się zrelaksować i odprężyć grą z dziećmi w parku.

XXII Zimowe Igrzyska Olimpijskie

XXII Zimowe Igrzyska Olimpijskie odbyły się w rosyjskim mieście Soczi w dniach 7-23 luty 2014 r. Rozegrano tam 98 konkurencji w 15 zimowych dyscyplinach sportowych . Ciekawostką jest , że pierwszy raz w historii zimowe igrzyska olimpijskie rozgrywane były w mieście o klimacie podzwrotnikowym czyli ciepłym i wilgotnym . Dla białoczerwonych igrzyska zakończyły się bezprecedensowym sukcesem. Cztery złote medale oraz po jednym srebrnym i brązowym - to dorobek, do którego nigdy nawet się nie zbliżyli. Nigdy wcześniej dziewięciu polskich sportowców nie stawało na podium. W Vancouver również zdobyliśmy 6 medali, ale w Soczi aż cztery z najcenniejszego kruszcu. Tym cenniejsze dla nas te osiągnięcia, że z piętnastu igrzysk począwszy od roku 1924 wracaliśmy z pustymi rękoma. Polacy zwyciężyli w prestiżowych konkurencjach. Jednym z bohaterów igrzysk - co podkreślają zagraniczne agencje prasowe - był skoczek narciarski **Kamil Stoch**. Na normalnej skoczni triumfował bezapelacyjnie, wyprzedzając Słoweńca Petera Prevca aż o 12,7 pkt. Tylko Austriak Anton "Toni" Innauer w 1980 roku w Lake Placid i Fin Matti Nykaenen osiem lat później w Calgary wygrali olimpijskie konkursy na takim obiekcie z większą przewagą. Na dużej skoczni również zdobył złoty medal i przeszedł do historii jako trzeci zawodnik, który wywalczył dwa indywidualne złote

medale na jednych igrzyskach, po Finie Matti Nykaenie i Szwajcarze Simonie Ammannie, który dokonał tej sztuki dwukrotnie. Kamil zdradzał talent do tej dziedziny sportu od dziecka . Zaczął jeździć w wieku trzech lat. Poszedł z ojcem na górę i zanim ojciec się obejrzał zjechał na dół mimo, że miał narty po raz pierwszy na nogach. Pierwszy skok na górę zaliczył w wieku czterech lat .Kiedy został mistrzem młodzików powiedział w wywiadzie, że chce być mistrzem olimpijskim . I tak się stało . W Soczi Kamil dokonał tego , co nie udało się polskiej legendzie skoków , Adamowi Małyszowi. I znowu najnowsza informacja , że Kamil Stoch na najwyższym podium. Zwyciężył w niedzielnym konkursie Pucharu Świata w fińskim Lahti ,odniósł piątą wygraną w sezonie i wrócił na pierwsze miejsce w klasyfikacji generalnej Pucharu Świata. Następną bohaterką igrzysk w Soczi jest **Justyna Kowalczyk**. Ze złamaną kością lewej stopy w swej koronnej konkurencji na 10 km techniką klasyczną zwyciężyła w wielkim stylu wyprzedzając drugą na mecie Szwedkę Charlotte Kalle o 18,4 s., a tym samym zdobyła złoty medal. Obecnie podjęła decyzję , aby opuścić resztę sezonu Pucharu Świata i spokojnie wyleczyć kontuzjowaną stopę. Mimo bólu i biegania na tzw. „blokadzie” Justyna na igrzyskach stanęła pięć razy na starcie. Za reprezentantką Polski tęsknić będzie między innymi jej konkurentka Marit Bjoergen, bo lubi się z Justyną ścigać. W wywiadzie dla TVP powiedziała –Życzę jej wszystkiego dobrego i mam nadzieję , że za rok spotkamy się w Falun. „ Nasza Złota Justyna” jak mówią na nią w Kasinie Wielkiej, skąd pochodzi od dziecka uwielbiała chodzić . Potrafiła już w wieku czterech lat przejść kilometry pod górę bez wysiłku i wołała wyprawy z tatą z domu do schroniska niż siedzenie w przedszkolu. Od dziecka również przejawiała silny charakter , upór w dążeniu do celu i nie lubiła przegrywać .Ogromną niespodziankę sprawił łyżwiarz szybki **Zbigniew Bródka**. Strażak z Łowicza był jedynym zawodnikiem, któremu na torze w Adler Arenie udało się przerwać serię zwycięstw holenderskich panczenistów. Na dystansie 1500 metrów pokonał Koena Verweija o 0,003 s, czyli o ok. 4 cm. Holendrzy długo nie mogli się pogodzić, że ich rodak przegrał złoty medal na 1500 metrów ze Zbigniewem Bródką. Zdaniem dziennika "De Telegraaf" mistrzem olimpijskim powinien zostać Koen Verweij lub mistrzów powinno być dwóch. Holender popłakał się, gdy zobaczył, że nie został mistrzem. Nie mógł pogodzić się z tak minimalną porażką

Wspólnie z kolegami **Janem Szymańskim** i **Konradem Niedźwieckim** w wyścigu drużynowym panczenistów zdobyli brązowy medal. Tu z kolei mieli do nich pretensje Kanadyjczycy , że w półfinałowym biegu z Holendrami odpuścili , gdy stracili szansę na zwycięstwo. Dwukrotny medalista olimpijski Zbigniew Bródka odparł ten atak stwierdzeniem – Po prostu zrealizowaliśmy swoją taktykę.

A srebrne trofeum zdobyły dla nas w wyścigu drużynowym panczenistki . "Białoczerwone" jadące w składzie **Katarzyna Woźniak**, **Katarzyna Bachleda-Curuś**, Luiza Złotkowska przegrały w finale z Holenderkami. Sukcesy polskich panczenistów miejmy nadzieję, że spowodują powstanie z prawdziwego zdarzenia toru łyżwiarskiego tak , aby nie musieli wyjeżdżać na treningi za granicę. Warunki w jakich trenował nasz mistrz Bródka wymagały niemałego hartu ducha i wytrwałości.

Opracował : Mikołaj Scholz

Krzyżówka komunikacyjna

Na lekcji biologii nauczycielka zwraca się do uczennicy:

- Powiedz mi Małgosiu, co wiesz o bocianie?
- E, nic, proszę pani, przecież z tymi bocianami to nieprawda.

Bocian uśmiecha się do żaby, mówiąc:

- Mam ochotę na coś zielonego...

Žaba mu na to:

- No, no... to krokodyl ma przechlapane!

Leci bocian niosąc dwa noworodki – chłopczyka i dziewczynkę.

Rozmowa noworodków podczas lotu:

Chłopczyk: „Ty też będziesz przyniesiona rodzicom?”

Dziewczynka: „A co? Myślałeś, że ja tu jestem stewardesa?”

13

1. łyżwy z kółkami
2. dawny autobus jeżdżący na prąd (kiedyś kursował do Piaseczna)
3. pojazd napędzany jedną nogą
4. pojazd dwuliniowy napędzany pedałami
5. mały autobus
6. pojazd na czterech kołach służący ludziom do przemieszczania się
7. pojazd poruszający się po torach, którym można pojechać np. nad morze.
8. buty jeżdżące po lodzie
9. mała łódka, jedno lub dwuosobowa, którą możemy wybrać się na spływ
10. pojazd wodny łączący np.. dwa brzegi rzeki przewożący pasażerów i samochody
11. duży pojazd pływający po morzu, może przewozić ludzi i towary
12. pojazd ze skrzydłami latający po niebie
13. latający pojazd poruszający się za pomocą ogromnego śmigła
14. naturalny środek lokomocji każdego człowieka
15. najsłynniejszy jest RUDY 102
16. miejski pojazd szynowy
17. podziemna kolejka miejska
18. publiczny środek lokomocji wożący pasażerów po mieście
19. zwierzę, służące do jeżdżenia, które rzy
20. dwie deski, którymi można zjechać z góry zimą
21. samochód, wożący pasażerów, który można zamówić przez telefon
22. używają jej wędkarze do poruszania się po wodzie
23. pojazd zimowy używany podczas kuligu
24. samochód policyjny
25. pojazd dwukołowy, bardzo szybki, poruszający się na benzynę
26. łódź, której używa marynarka wojenna, może być podwodny
27. jeździ na sygnale do chorych lub do wypadków
28. mechaniczny żuraw podnoszący ciężary
29. samochód dostawczy, który nazywa się jak owad

Podczas śniadania zajaczek mówi do mamy:

- Podobno dzieci przynosi ludziom bocian. A mnie kto przyniósł?
- Ciebie wyciągnął magik z cylindra.

Przychodzi żaba do lekarza i mówi:

- Coś mnie kłuje w stawie.

Lekarz pyta:

- Może bocian?

Krzyżówki ułożył zespół redakcyjny