



## W jaki sposób zrobić miłą i przytulną atmosferę w swoim pokoju?

Wielu z nas ma swój pokój. Jedni mają większy, a drudzy mniejszy, ale to i tak nie ma wielkiego znaczenia.

Natomiast dzisiaj przygotowałam dla was kilka pomysłów w jaki sposób zrobić przytulną atmosferę w swoim pokoju. Oto one.

- Pościelone i przytulne łóżko. Mało osób lubi ścielić swoje łóżko, lecz chyba lepiej mieć czysto i przyjemnie. W końcu każdy lubi poduszki. One nadadzą naszemu łóżku przyjemną atmosferę, dzięki nim będzie nam wygodnie, w końcu łóżko to miejsce do odpoczynku.

- Lampeczki, ja osobiście kocham lampeczki. Mam ich bardzo dużo w swoim pokoju. Ona nadają bardzo przytulną atmosferę. Lampeczki są różne. Każdy może je dopasować do swojego gustu. Można je położyć jak i powiesić. A na pewno będzie miła i przytulna atmosfera.

- Świecące ledy

Teraz są one bardzo modne. Sporo osób ma je teraz w swoim pokoju. Ja sama mam zamiar zainwestować w takie ledy. Są one przyklepane taśmą. Do nich jest dołączony pilot, dzięki któremu możemy zmieniać kolory naszych ledów.

- Przytulne miejsce

Jeżeli masz duży pokój to możesz zrobić sobie swój mały kątek do wypoczynku. Postaw tam sobie mały stolik i coś do siedzenia np. wygodną pufę lub jakiś stołeczek. Tam możesz spędzać fajnie czas.

Jeżeli jesteś zmęczony możesz usiąść tam i odpocząć.

To kilka moich pomysłów. Mam nadzieję, że wam się spodobały i je wypróbujecie sami.

Weronika Rostkowska 6a



## **Nowe rady naszych redaktorek**

### **Amelka radzi wszystkim naszym czytelnikom:**

**W związku z tym, że koronawirus jest już w Polsce nasz rząd zdecydował się zamknąć szkoły i wszystkie miejsca w, których są duże skupiska ludzi. Młodzież nazywa ten wolny czas "koronaferiami,, chociaż wcale nie są to ferie, ponieważ musimy się systematycznie uczyć. Nasi nauczyciele przysyłają nam lekcje, które musimy wykonywać . Aby się nie nudzić, mam dla was kilka rad jak spędzić wolny czas: - Odrób lekcje. - Posprzątaj pokój. - Poczytaj książkę. - Spędzaj czas z rodziną. - Obejrzyj swój ulubiony serial, film - Zrób domowe spa. – Poćwicz, zadbaj o swoją kondycję. -Zrób mapę marzeń. - Narysuj coś lub namaluj. - Zadbaj o siebie. Nie wychodźmy z domu, bo możemy doprowadzić do sytuacji zaistniałej we Włoszech, gdzie młodzi ludzie lekceważyli koronawirusa. Przez takie zachowanie doprowadzili do tragicznej sytuacji i teraz nie mogą nad tym zapanować. Pamiętajmy, że w domu możemy robić dużo ciekawych i fajnych rzeczy. Nuda czasami pozwala wyjść z ukrycia talentom.**

**Oliwia również ma swoje pomysły:**

**Co robić, aby nie nudzić się w domu podczas epidemii koronawirusa. Oto 10 porad: Zrób sobie domowe spa weź długą kąpiel, nałóż sobie maseczkę nic tak nie odpręża jak relaks. Korzystaj z wolnego czasu, robiąc porządki w swoim pokoju/ garderobie. Połóż się pod kocem i obejrzyj film/ serial ,który odkładałeś na później. Zaczynij się wysypiać przed spaniem, odkładaj telefon/komputer, wietrz pokój, wypij ciepłą herbatkę i co najważniejsze wyłącz budzik. Pograj w gry planszowe, takie gry pomagają nam w logicznym myśleniu oraz w prawidłowym rozwoju. Jeśli jeszcze tego nie robisz, zacznij prowadzić własny pamiętnik, bullet journaling. Nadrób zaległości na swoich social mediach. Utwórz swój plan dnia napisz co chcesz w tym dniu zrobić. Podszkol umiejętności kulinarne, przygotuj jakieś danie sam. Zrób sobie sesje zdjęciową, Na świecie rozprzestrzenia się wirus z rodziny korona wirusów pod nazwą COVID-19, dziś spróbuję wam przybliżyć temat tego wirusa. Wirus ten zaczął rozprzestrzeniać się w grudniu 2019 roku w chińskim mieście Wuhan, przyczyna jest jeszcze nie znana. Wirus ten powoduje choroby oddechowe, jego objawami jest między innymi gorączka i kaszel. Na ten moment najbardziej zakażonymi państwami są: Chiny - 80, 894 tysięcy zarażonych, Włochy-31,506 tysięcy zarażonych i Iran - 17,361 tysięcy zarażonych. Polska znajduje się na około 35 miejscu z 251 przypadkami i 5 zgonami. Z powodu tej pandemii w Polsce zamknięto wszystkie szkoły i zakazano organizowanie imprez masowych. Śmiertelność tego wirusa wynosi około 3,4 procent. Jeśli chodzi o maseczki to one nic nie pomagają, są one zalecane tylko osobom chorym, aby nie rozprzestrzeniaли koronawirusa. Jeśli nie chcecie się nim zarazić to dobrą opcją jest częste i dokładne mycie rąk oraz unikanie dużych skupisk ludzi. Jeśli masz objawy wirusa , zadzwoń na infolinię i pod żadnym pozorem nie idź do lekarza lub szpitala, żeby nie zarazić innych. Wszyscy mamy nadzieję, że ten wirus jak najszybciej zostanie powstrzymany i życie codzienne wróci do normy. w przyszłości będziesz miał wspomnienia „ z kwarantanny"**

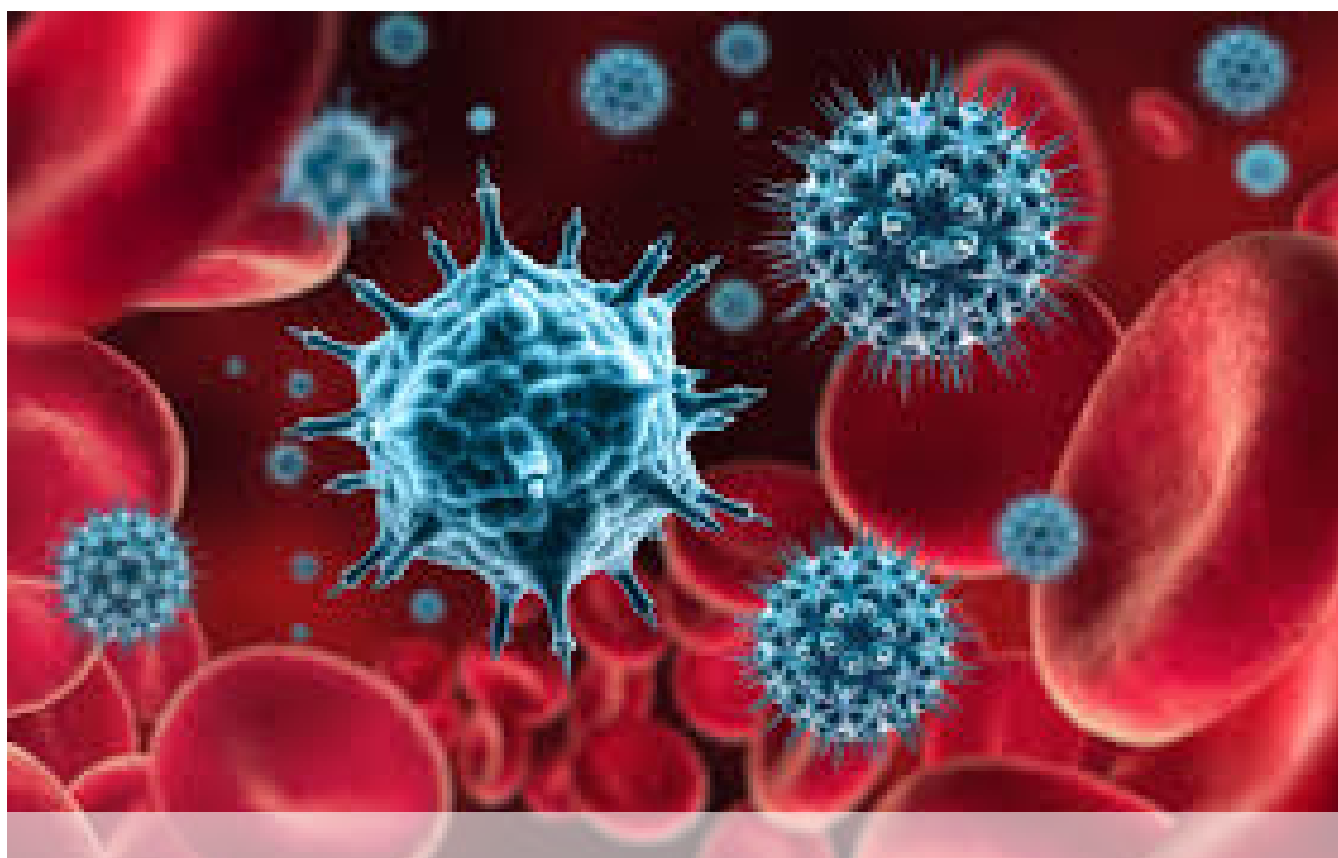
## Milena odwiedziła wirtualnie muzea.

### Muzeum Neonów

Jest to prywatna Galeria w Warszawie. Zajmuje się dokumentacją i ochroną polskich reklam świetlnych powstałych po II wojnie światowej. Siedziba muzeum znajduje się na ul. Mińskiej 25 Na terenie Soho Factory. Muzeum zostało założone w 2012 Roku. Znajduje się tam około 100 neonów z całej Polski. Która większość pochodzi z lat 60-70. Najstarszym Neonem który się znajduje w muzeum to neon z dworca Warszawa Stadion. W 2020 roku Muzeum Neonów został Ogłoszonym 1 z 12 najciekawszych muzeum w Europie. Muzeum cieszy się dużą popularnością.

**Jak nie dać się koronawirusowi?** Niestety koronawirus dotarł już do Polski, na dzień dzisiejszy potwierdzono więcej niż 400 zachorowań, przy czym liczba ta stale rośnie. Wirus ten pojawił się w chińskim miasteczku Wuhan pod koniec 2019. Zdecydowanie najwięcej zakażonych pacjentów nadal znajduje się w Chinach, chociaż wirus rozprzestrzenia się także w zastraszającym tempie w Europie, w tym także w Polsce. Choroba ta jest wywołana przez wirus SARS-CoV-2. Najczęściej objawia się ona gorączką, kaszlem, dusznościami, bólami mięśni i zmęczeniem. W wielu przypadkach kończy się śmiercią. U osób młodszych może przebiegać bezobjawowo lub łagodnie. Szczególnie niebezpieczna bywa dla osób starszych, osłabionych i cierpiących na inne przewlekłe choroby. Wirus przenosi się drogą kropelkową, a więc podczas kaszlu, kichania, a nawet mówienia. **JAK ZAPOBIEGAĆ ZAKAŻENIU?** • Często myj ręce! • kiedy kaszlesz i kichasz zakrywaj usta i nos! • Zachowaj co najmniej 1 metr odległości od innych! • Jeżeli wracasz z regionu, gdzie występuje koronawirus i masz objawy choroby lub miałeś kontakt z osobą zakażoną powiadom o tym telefonicznie stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się do oddziału obserwacyjno – zakaźnego! Zgodnie z rozporządzeniami Rządu w czasie pandemii koronawirusa zawieszono działalność szkół i przedszkoli. Jednak musimy pamiętać, że nie są to ferie, podczas których możemy wychodzić i spotykać się ze znajomymi. W tym czasie wszyscy, którzy mają taką możliwość powinni zostać w domu. Dużą popularnością cieszy się akcja na portalach społecznościowych, która nosi nazwę #zostań w domu. Wiele sławnych osób pokazuje, w jaki sposób spędza czas kwarantanny. Można w tym czasie poczytać książkę, odrobić lekcje i pograć w gry komputerowe. To wspaniała okazja, żeby побыć po prostu z rodziną. Chociaż nie jesteśmy jeszcze dorośli to powinniśmy zachować się odpowiedzialnie i pozostać w domu, żeby zapobiec rozprzestrzenianiu się choroby. Bądź jak Kevin i #zostań w domu.

Wiktoria Zachura



# DWÓJECZKA

**ADRES KORESPONDENCYJNY :**

**UL. LEŚNA 15 (SZKOŁA PODSTAWOWA- NR 2)  
W MAŁKINI, 07-320.**

**REDAKCJA MŁODZIEŻOWA**

**„DWÓJECZKA„ PR. JUNIOR MEDIA**

**MAŁKINIA GÓRNA 2019**

**REDAKCJA OPROGRAMOWANIE**

**GRAFICZNE: S.S,P.Z**

**KOREKTA: S.S,P.Z.**

**ARTYKUŁY: AUTORZY POD TEKSTAMI.**