

## ŚWIĘTA TUŻ, TUŻ... MAGICZNY CZAS

**Boże Narodzenie** jest czasem niezwykłym. To właśnie w te grudniowe dni dzieląc się opłatkiem mówimy sobie wiele pięknych słów i życzymy wszystkiego, co najpiękniejsze. **Święta te przepelnione są spokojem, ciepłem i radością. Wtedy gasną wszelkie spory, zapominane są urazy, a miłość i wsparcie ze strony bliskich są rozwiązaniem wszystkich problemów.** Spędźmy je więc w gronie najbliższych nam osób.

Cieszymy się, że oddajemy w Wasze ręce drugi numer gazety szkolnej. Obiecujemy, że będą kolejne.

Tradycje nadają tym świętom bardzo uroczystego i wyjątkowego znaczenia. Goszczą w wielu domach i często uważane są za nieodłączny element świąt. Jednak często nie znamy bądź nie pamiętamy o ich symbolicznym znaczeniu.

Dlatego pragniemy przypomnieć Wam niektóre z nich.

**Choinka** - jest to ustrojone drzewko świerku lub jodły. Zwyczaj ten pojawił się w Polsce dopiero w XIX w., a rozpowszechnił się na cały kraj w międzywojniu. Początkowo drzewko przyozdabiali Niemcy, a głównym zwolennikiem tego zwyczaju był Marcin Luter.



Te najbardziej magiczne ze **SWIĄT**, są przede wszystkim momentem kiedy możemy na chwilę się zatrzymać w codziennym pędzie, wyciszyć i, co najważniejsze być z tymi, których kochamy najbardziej na świecie. Święta to też czas kiedy obdarowujemy bliskich prezentami, tymi dużymi i tymi małymi. Jednak najcenniejszym prezentem jaki możemy im ofiarować jest nasza miłość, nasza obecność. Spieszmy się kochać ludzi, nie wstydźmy się naszych uczuć.

Co takiego sprawia, że Święta Bożego Narodzenia uznaje się za te wyjątkowe, magiczne?

Myślimy, iż to dlatego, że **Święta Bożego Narodzenia to najbardziej uroczyste i rodzinne święta, w czasie których szczególną rolę odgrywają też tradycje.**

Ważną tradycją (choć coraz częściej pomijaną) jest **Siano pod obrusem** -symbolizuje ono siano ze żłobu w stajence, w którym leżał nowonarodzony Jezus.

**Oplątek**-wypiekany tylko z mąki i wody jest symbolem przebaczenia, pojednania, przyjaźni i miłości.

**12 potraw**-tradycyjnie przyjmuje się, że potraw powinno być 12 czyli tyle, ilu było z Chrystusem apostołów. Wiele produktów, które stawiamy na wigilijnym stole w postaci dań, ma wielkie znaczenie symboliczne ukształtowane przez wieki tradycji. Co symbolizują i co wróżą na kolejny rok poszczególne potrawy wigilijne?

**Ryba** od pierwszych wieków chrześcijaństwa była symbolem Jezusa Chrystusa i przypomina, że to dzień jego narodzin.

**Kapusta** to moc sił życiowych, miała człowiekowi zapewnić zdrowie fizyczne i psychiczne.

**Groch** z kolei oznacza siłę i witalność, ma przynieść zdrowie i siłę do pracy.

**Grzyby** jako dar lasu symbolizowały dobrobyt i brak głodu. Ich zjedzenie miało zapewnić w nadchodzącym roku obfitość jedzenia.

**Owoce**, szczególnie suszone jabłka, gruszki i śliwki podawane jako kompot miały zapewniać miłość i zgodę w rodzinie, dostatek i obfitość jedzenia oraz bezpieczeństwo

A tak w ogóle, lubicie kompot z suszu?

**Orzechy** miały według wierzeń dodawać mądrości tym, którzy je spożywają i czynić ich życie radosnym. Ja uwielbiam ciasta z orzechami, nadają one wypiekowi niesamowity smak.

**Ciasto drożdżowe** miało zapewniać ludziom pomyślność i powodzenie w nadchodzącym roku. Było też dobrą wróżbą zwiastującą powiększenie rodziny. Bardzo miłą tradycją jest wspólne wypiekanie **pierniczek** i ich dekorowanie. Dzięki temu, że dodaje się do nich wiele przypraw, które łączą się w doskonały smak pierniczki stały się symbolem harmonii umysłu, jego jasności i otwartości. Piękną tradycją jest wspólne śpiewanie kolęd i pastorałek.

MAGICZNY CZAS!

EN

TO MAGICZNY CZAS DLA WSZYSTKICH

WESOŁYCH ŚWIĄT

NIECH TE ŚWIĘTA BĘDĄ PEŁNE RADOŚCI I MIŁOŚCI  
SZCZĘŚLIWEGO NOWEGO 2021 ROKU!

ŻYCZĄ REDAKTORZY GAZETY SZKOLNEJ ECHOSKOŁY



## Nowy rok , a nowa rzeczywistość

Sylwester kojarzy nam się z koncertami, hucznymi przyjęciami i ze spędzaniem czasu z przyjaciółmi. Niestety tegoroczny Sylwester będzie mniej huczny. W tym roku ze względu na pandemię COVID-19 będziemy musieli się dostosować do nowych obostrzeń. Wiem, że nie jest to łatwe, że są wśród nas ludzie, którzy chcą się wyszaleć. Jednak to wszystko jest dla naszego dobra i wprowadzone z troski o nas i ludzi, których możemy potencjalnie zarazić. Przygotowałem więc kilka rad na tegoroczny, wyjątkowego Sylwestra.

Zacznijmy może od ograniczenia zgromadzeń. Zakaz obowiązuje powyżej pięciu osób niebędących domownikami, czyli np. : w Wigilię czy Sylwestra rodzina może zaprosić do siebie drugą grupę nieliczącą więcej niż pięć osób. To kogo zaprosicie już jednak zależy od was. W tym roku trzeba pomyśleć o świętowaniu w domu i pamiętać, że 31 grudnia od godz. 19.00 do 6.00 1 stycznia 2021r. obowiązuje zakaz przemieszczania się. O koncertach czy balach możemy sobie tylko pomarzyć.

Dobra, wiemy co wolno, a czego nie wolno. Myślę jednak, że niektórzy z Was nie będą wiedzieli, co robić w domu w Sylwestra.

Dlatego przygotowałem dla Was kilka propozycji gier towarzyskich (zasady znajdziecie w Internecie. Próbowałem dodać je tutaj, ale za nic nie mieściły się w makiecie strony. Przepraszam)

A więc, co można robić w tym jedynym dniu w roku?  
-Zagrać w różnego rodzaju gry karciane (niekoniecznie jakiś poker, możecie też wybrać grę typu „Loża szyderców”)  
-„Nigdy przenigdy”, -„Butelka”, -„Słoneczko”- nie muszę reklamować, -„Mafia”

A może spotkanie z Netflixem? Jest niezawodny. Mam nadzieję, że udało mi się w jakiś sposób pomóc w przygotowaniach do świętowania. Nie pozostało mi już nic, jak tylko życzyć Wam Wesołych Świąt i Szczęśliwego Nowego Roku!

**Szymon Wachowicz**



## Ze starego zeszytu...

### *I co ty Apollo na to?*

Wielu z Nas ma pasję, hobby, czymś się interesuje, ale często nie chwalimy się tym i nikt z otoczenia o tym nie wie. Często dzieje się tak, gdyż boimy się, że zostaniemy wyśmiani, czasem nie wierzymy we własne siły, a czasem, nie mamy gdzie o naszym pasjach powiedzieć. My chcemy opowiedzieć Wam o dwóch dziewczynach z naszej klasy, które, nawiasem mówiąc, również współtworzą tę gazetkę. Hanna i Amelia Wolińskie, czyli nasze niezastąpione bliźniaczki - poetki oraz laureatki nie jednego już konkursu poetyckiego. Lubią pisać wiersze.

Pisanie wierszy dla sióstr to prawdziwa pasja. Ich inspiracją dla twórczości jest m.in. literacki /	II wojna światowa oraz wydarzenia i historie z jej okresu. Amelia i Hania bardzo lubią czytać wiersze	i słuchać muzyki, dlatego same też postanowiły coś stworzyć. Swoich sił w pisaniu	wierszy próbują od 12 roku życia. Na szczęście Amelia i Hania nie tylko piszą do „przysłowiowej	szuflady" ale też chętnie pokazują swoje utwory w świetle dziennym. Dziewczyny wygrały już nie	jeden konkurs związany z poezją. O to ostatnie z ich wierszy, dzięki którym odniosły kolejny sukces
---	---	---	---	--	---

### „Anioł z obrazka ”

Długie palce dymu ciągną Cię za włosy  
 W serce ci uderza strzałów ciągły szept  
 Biegniesz niczym myśl, jasna w ciemnej nocy  
 Ktoś wciąż każe biec  
 Szkło spada na ciebie niczym letni deszcz  
 Krew plami warkocze, ból wypełnia ły  
 I tylko twa wiara, że nie jesteś sama  
 Silniejsza jest niż ty  
 Na obrazku Anioł był piękny, pamiętasz go nadal  
 Przecina twe myśli, kiedy domy drżą  
 Teraz jest oddechem, siłą, gdy upadasz  
 Niepłynącą łzą  
 Strach wciska się w oczy, ręce drżą, znów cisza  
 Wstajesz, biegniesz dalej, po to, żeby żyć  
 Anioł jest odważny w każdym twoim strachu  
 To on każe iść  
 Jeszcze ujrzyć kwiaty, tu, gdzie teraz strata,  
 Krzyże tysiącami, martwe sny, miłości  
 Gdzie ręce Anioła duszę twego brata  
 Do nieba zabrały, pełną niewinności  
 Szara łza po twarzy twojej płynie  
 I choć złamane, serce ci bije jak kiedyś  
 Obrazek w ręce, tamten od mamy  
 Z Aniołem, i szept, żeby wierzyć...

**Amelia, I nagroda**

### "Aniele"

Gdzieś obok były lalki  
 Lusterko i grzebyk, sukienki  
 A ty, Aniele? Czemu spóźniłeś się o cały świat, o  
 wszystkie możliwe gwiazdy?  
 Bo wtedy hałas zatańczył ścianami  
 Rozdarł je, zatrzymało się echo  
 Podobne było do nocy, podobne do snu dziwnego  
 A ona ze snem między rzęsami próbowała jeszcze  
 latać  
 Modlitwę do Ciebie jeszcze zatapiała w serce  
 Osiem lat miała i osiem sekund  
 Bo cegła ciężko tuż obok krzyknęła  
 Do jej serca, do płuc i do jej istnienia  
 I zmieniło się coś, coś ruszyło  
 Nie ona, bo była bezruchem już i była pustką  
 Może to Ty skrzydłami próbowałeś dać jej ostatni  
 oddech, stworzyć dom z lekkości piór?  
 Bo pod cegłami leżała jak pod kocem  
 Osiem lat, ach, osiem lat i krzywo ścięta grzywka  
 Te paznokcie brudne, serce nieco naiwne  
 Te jej oczy, ach, jak w nie łapała wszystko  
 Teraz zamknięte, pełne pyłu, jak fragment ziemi  
 Nie żyje, nie będzie już żyć  
 Ale Ty, Aniele, byłeś tam, prawda?  
 Byłeś tą cegłą, która jej nie dosięgnęła, byłeś ostatnią  
 jej radością, gdy między gruzami wyrosła jej kochana  
 lalka  
**cdn. str.7**



## Czym zapełnić wolny czas ferii?

Zbliżają się ferie zimowe, które w tym roku będą wyjątkowo wcześnie, a przed nimi ferie świąteczne, czyli będzie całkiem dużo wolnego. To niby fajnie, ale zostaje tylko zagwozdzka "co zrobić w wolnym czasie?". Prędzej czy później dochodzi do znudzenia i sytuacji, w której nie wiemy co ze sobą zrobić. Mamy dla was kilka pomysłów na bezpieczne spędzenie wolnego czasu.

### 1. Oglądanie filmów i seriali.

Choć wydaje się to oczywiste, bardzo często można mieć problem ze znalezieniem ciekawego filmu. Warto więc skorzystać z wielu internetowych baz filmowych. Z ich pomocą można odkryć wiele ciekawych filmów z każdego gatunku i zobaczyć jak zostały one ocenione przez widzów. Polecamy The 100.



### 2. Czytanie książek.

Choć wielu młodych ludzi nie lubi czytania, warto sięgnąć czasem po jakąś książkę. Na rynku znajduje się mnóstwo tytułów, które mogą zaciekawić nas o wiele bardziej niż lektury. Współczesne tytuły z pewnością będą o wiele bardziej zachęcające niż stare teksty. Zwłaszcza te książki, które opowiadają o naszych rówieśnikach i ich rozterkach. Oprócz książek można czytać też komiksy, więc wybór jest naprawdę ogromny.



### 3. Rozwijanie swoich pasji.

Nie można bardziej tego sprecyzować, ponieważ każdy z nas ma inne pasje i zainteresowania. Może to być rysowanie, taniec, sport, pisanie opowiadań, i wiele innych rzeczy! Warto skupić się na swojej pasji, ponieważ z pewnością jest to coś, co pomoże nam miło spędzić czas. A może warto wrócić do pasji, którą z jakichś powodów wcześniej się porzuciło? Z pewnością będzie to duże wyzwanie, ale na pewno przyniesie nam dużo satysfakcji i radości.

### 4. Gotowanie.

Nie każdy z nas umie gotować, ale z pewnością każdy z nas ma jakieś swoje ulubione danie. Może warto rzucić sobie wyzwanie i spróbować upiec ciasto, albo przyrządzić pyszne babeczki?

### 5. Nauka.

Nauka od razu kojarzy się ze szkołą, ale przecież nie musi mieć z nią nic wspólnego! Jest mnóstwo ciekawych rzeczy, o których nie ma mowy w szkole, i żaden nauczyciel nam o nich nie opowie. Warto więc poszerzyć swoje horyzonty i sięgnąć po wiedzę, której nie da ci szkoła. Może dotyczyć ona sportu, biologii, dalekich krajów, a może czegoś zupełnie innego. To od ciebie zależy, co zechcesz odkryć! Chociaż maturzystom zalecamy powtórkę do matury Tak, tak- to już czas na naukę.

Mamy nadzieję że uda wam się odpocząć i pożytecznie zagospodarować wolny czas.

Najważniejsze, żeby odpoczynek był bezpieczny.

Hanna i Amelia Wolińskie



## ŚWIATOWY DZIEŃ WALKI Z AIDS

Dziś, kiedy mamy ogłoszony stan pandemii niewiele wspomina się o innych zagrożeniach. A przecież choroby takie chociażby jak Aids, nagle nie zniknęły. Warto więc przypomnieć, że od 1988 roku corocznie 1 grudnia z inicjatywy Światowej Organizacji Zdrowia obchodzony jest Światowy Dzień Walki z AIDS. A co to jest AIDS? AIDS jest to zespół nabytego niedoboru odporności, który sprawia, że chory jest bardziej podatny na infekcje. Pojawia się w wyniku nieleczzonego zakażenia HIV. W tym dniu prowadzone są konferencje, happeningi oraz akcje edukacyjne, których celem jest profilaktyka HIV i AIDS. Symbolem Światowego Dnia Walki z AIDS jest czerwona kokarda, a tegorocznym hasłem było Rock Red Ribbon – Przypnij czerwoną kokardę.

Agata



## WEGANIZM.

### Moda czy zdrowy styl życia?

Zmienia się świat, zmieniają się i nawyki żywieniowe. Współczesny człowiek co raz bardziej świadomie przygląda się temu, co spożywa. Dziś każdy chce być młody, szczupły, zdrowy, więc poszukuje takiego stylu życia, który mu to zapewni.

Podobno za 15 lat mięso zniknie z naszej diety. Tak twierdzi założyciel startupu Impossible Food, który swoje przemyślenia przedstawił na konferencji Web Summit, uznawanej za wydarzenie, podczas którego rodzą się nowe, globalne trendy. Dziś już we wszystkich miejscach na świecie dynamicznie rośnie spożycie zamienników mięsa i mięs hodowanych komórkowo. Rośnie popularność weganizmu.

#### CZYM JEST WIĘC WEGANIZM ?

Weganizm jest to styl życia, którego cechą jest stosowanie diety wegańskiej, czyli całkowita rezygnacja ze spożywania produktów zwierzęcych nie tylko z diety, ale również ze wszystkich innych aspektów życia.

#### Z CZEGO REZYGNUJĄ WEGANIE ?

Weganie rezygnują ze spożywania nie tylko mięsa, ale także innych produktów pochodzenia zwierzęcego, których wytwarzanie wiąże się z eksploatacją zwierząt. Rezygnują min. z nabiału, jajek czy miodu. Weganie nie stosują kosmetyków i nie kupują ubrań powstałych z odzwierzęcych surowców ( skóry, futra, wełny, jedwabiu) nie biorą udziału w rozrywkach, w których wykorzystuje się zwierzęta ( polowania, zoo, rodeo, cyrk, oceanarium)

#### DLA CZEGO LUDZIE DECYDUJĄ SIĘ NA TEN TRYB ŻYCIA ?

Najczęściej ze względów (etycznych, zdrowotnych, ekologicznych, duchowych czy religijnych. I jeśli był to wybór świadomy przestrzegają tego stylu bardzo restrykcyjnie.

Filarami diety wegan są produkty należące do 5 grup pokarmowych: warzywa i owoce, zboża (pszenica, żyto, owies, proso), produkty zbożowe (pieczywo, makarony, mąka i produkty mączne), rośliny strączkowe (różne gatunki fasoli, soja, soczewica, ciecierzyca, groch i bób), orzechy, nasiona, tłuszcze roślinne, grzyby.

Ciekawe, czy ktoś w szkole jest weganem?

Wiktoria

Osiem lat, wszystkie jej marzenia, wszystkie te dni, a  
teraz cisza głośniejsza niż cisza  
Ale Ty tam byłeś, zamknąłeś jej oczy inaczej niż kurz,  
zatrzasnąłeś jej ból lekkim ruchem palców  
Te gruzy były lekkie, dzięki Tobie minęły  
Zaniósłeś ją do Nieba, całą i czystą  
A modlitwa płynęła cicho mimo wojny.

Hanna, II nagroda

### Szybki przepis na Świąteczny piernik

Jakiś święta, to pierniczki pachnące cynamonem,  
imbirem i kardamonem.

#### Składniki:

- 350g mąki pszennej
- 150g miodu płynnego
- 4 jajka
- 150g masła lub margaryny o temperaturze pokojowej
- 200g cukru pudru
- 100g śmietany 12 lub 15%
- 3 łyżki kakao
- Półtorej łyżeczki sody
- Pół łyżeczki mielonego cynamonu
- Pół łyżeczki mielonych goździków
- Pół łyżeczki gałki muszkatołowej
- Pół łyżeczki mielonego imbiru
- Pół łyżeczki ziela angielskiego
- Pół łyżeczki kardamonu
- Olej, tłuszcz lub cokolwiek do wysmarowania blachy lub foremki
- 50ml wody

#### Sposób przygotowania:

Najpierw polewa. Do rondelka wlewamy 100g cukru pudru, 50ml wody i 2 łyżki kakao. Stawiamy na gazie i mieszamy, żeby składniki się i gotujemy mieszając przez 4 min. Teraz odkładamy gdzieś tę polewę, ale tak żeby na końcu była przynajmniej letnia. Skoro polewa zrobiona to zajmujemy się faktycznym piernikiem. Białko ubijamy na sztywną pianę. Mieszamy ze sobą mąkę, sodę i kakao. Sypujemy cukier puder do masła i miksujemy go na puszystą masę, następnie dodajemy po jednym żółtku cały czas miksując, dodajemy miód i śmietanę. Do tak stworzonej masy dodajemy stopniowo naszą mieszankę mąki cały czas miksując. Po wymiksowaniu dodajemy do masy pianę z białek i ponownie miksujemy. Wymieszaną masę przelewamy do foremki wysmarowanej tłuszczem, wyrównujemy spód i wkładamy do piekarnika nagrzanego do 180°C na około 65 minut. Jeżeli pod koniec pieczenia piernik nie jest upieczony, a góra za bardzo ciemnieje to możemy zakryć piernik folią aluminiową i piec dalej. Odkładamy go, żeby ostygł a kiedy to się stanie pokrywamy go letnią polewą.

Życzę smacznego



#### STOPKA REDAKCYJNA:

**Numer zredagowali:** Agata Karolak, Szymon Wachowicz, Amelia Wolińska, Hanna Wolińska, Weronika Trojanowska, Wiktoria Wnuk  
**Zdjęcia, grafika-** Pixabay, Canva  
**Redaktor naczelny:** Elżbieta Nawrocka