

Słoneczna szóstka  
Gazetka szkolna  
Publicznego Gimnazjum nr 6  
im. Jana Pawła II  
w Białej Podlaskiej

**W tym numerze: Kazanie Jana Pawła II**

Warto przeczytać,  
Warto obejrzeć

Gadżety

Humor

**Azyl** czyli  
Stowarzyszenie  
przyjazne  
zwierzętom

Fakty, których nie  
nauczą Cię w  
szkole

Opowiadanie

Jak powstały  
języki

Kuchnia  
Szczypiora

Znaczenie imion

Motory na A1 po  
16 roku życia

Wywiad z Panią  
Adrianną Za-  
dziorską

Codzienna higiena

Sport

Łamigłówka



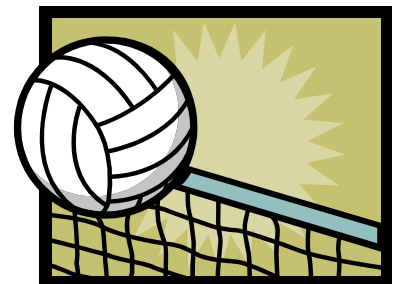
**Uroczysta akademia połączona  
z dniem nauczyciela**



**Co wybrać po zrobieniu prawka**



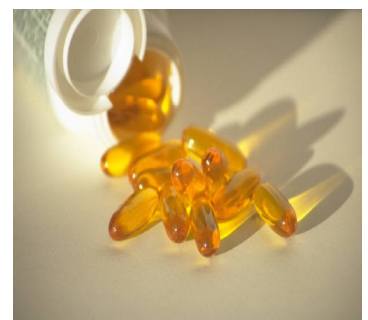
**Relacja ze  
szkolnego turnieju  
siatkówki**



**Modne torebki  
2011**



**Zasady ochrony  
skóry**



## WARTO OBEJRZEĆ

### Halloweenowy maraton grozy: „Dom snów” i „Nie bój się ciemności”



## HUMOR

Nauczycielka do Jasia: - Jasiu dlaczego nie było Cię wczoraj w szkole? -

- Bo mama wyprała mi skarpetki.
- I to był powód, żeby nie iść na sprawdzian?
- Nie, proszę pani, ale na tych skarpetkach miałem ściągę.

Przychodzi blondynka do sklepu i mówi: -

- Chciałam złożyć skargę.
- Tak? A z jakiego powodu?
- Dlaczego moje Lays'y prosto z pieca są zimne?

Idzie blondynka do sklepu RTV i AGD Sprzedawca mówi: -

- Blondynkom nie sprzedajemy Wychodzi wkurzona.
- Na drugi dzień przychodzi w peruce.
- Poproszę ten telewizor.
- Blondynkom nie sprzedajemy. Wychodzi jeszcze bardziej wkurzona.
- Na trzeci dzień przychodzi w peruce i w kapturze
- Poproszę ten telewizor.
- Blondynkom nie sprzedajemy.
- Skąd pan wie, że jestem blondynką?
- Bo to mikrofalówka.

Terrorysta przychodzi do fryzjera. -

- Co się panu stało w ucho? - pyta fryzjer.
- Źle podłączyłem przewody, bomba wybuchła i urwała mi kawałek ucha.
- Proszę się nie martwić. To drugie zaraz ładnie do-tniemy i wyrównamy.



### Walk with me! Do you know your walking routine?

Wydana przez Nintendo to pierwsza gra wideo przeznaczona zarówno dla ludzi jak i ich czworonożnych przyjaciół.



Krok po kroku mierzą one dzienną aktywność dwu- i czworonożnych użytkowników.

### Dom snów

Mający na koncie szereg sukcesów wydawniczych Will Atenton wypróżdza się ze swoją rodziną z Nowego Jorku i zamieszkuje w malowniczym domu w Nowej Anglii. Gdy wraz z żoną Libby oraz dwiema córkami zaczyna się już przyzwyczajając do nowego lokum, dowiadują się, że zamordowano w nim poprzednią mieszkankę oraz jej dzieci. Podejrzewany o zbrodnię mąż i ojciec zabitych nadal żyje, a Willa oraz zaprzyjaźnioną z ofiarami sąsiadkę prześladowuje przeczucie, że nie wszystkie poszlaki zostały odpowiednio zbadane. Próbując dopasować do siebie poszczególne elementy krwawej układanki, Will odkryje, że historia poprzedniego lokatora jego domu jest równie przerażająca, jak to, co może spotkać kolejną rodzinę, która znalazła w nim schronienie...

### Nie bój się ciemności

Sally przyjeżdża do Rhode Island, zamieszkać ze swoim ojcem i jego nową narzeczoną Kim. Ojciec pochłonięty jest remontem, a z macochą trudno jej się porozumieć. Mimo przestróg, dziewczynka sama zwiedza starą wiktoriańską willę. Ciekawość prowadzi ją w głąb posiadłości do ukrytej piwnicy. Ponad sto lat temu, w tajemniczych okolicznościach, zginął w niej pan domu. Sally słyszy głosy wołające o pomoc i nieświadoma zagrożenia uwalnia coś, co od wieków było zamknięte pod ziemią. Sally wie, co kryje się w mroku, ale kto uwierzy małej dziewczynce, która boi się ciemności?



## WARTO PRZECZYTAĆ

### „Szeptem” Fitzpatrick Becca

Czasem zdarza się miłość nie z tego świata. Naprawdę nie z tego świata... Patch jest tajemniczy i zabójczo przystojny. Nic dziwnego, że szesnastoletnia Nora uległa jego urokowi. Niemal natychmiast w jej życiu zaczęły dziać się rzeczy, których nie da się wytłumaczyć. Chyba że... Chyba że ktoś wie, że znalazł się w samym środku bitwy. Bitwy, którą od wieków toczą Upadli z Nieśmiertelnymi. O Twoje życie. Ale cicho sza... Są tajemnice, o których mówi się tylko szeptem.

## GADŻETY

25 października – Dzień Psa więc gadżety dla naszych pupili



### Obroża z GPS

Jednym z podstawowych problemów osób, które puszczają wolno swoje psy, jest często ponowne ich znalezienie. Na rynku jest już kilka propozycji rozwiązania tej kwestii. Najnowszą jest obroża z lokalizatorem. Urządzenie to ma odbiornik GPS, dzięki któremu przekazuje pozycję SMS-em.



## WOLONTARIAT

Jak wygląda twój dzień? Zastanówmy się. Pewnie wstajesz rano z CIEPŁEGO łóżka. JESZ śniadanie i idziesz do szkoły. Wracasz, JESZ obiad. Uczysz się, masz czas wolny, oglądasz telewizję, grasz na komputerze. JESZ kolację i kładziesz się z powrotem do CIEPŁEGO łóżka. Sielanka prawda?! A teraz porównaj swój dzień do dnia psa ze schroniska.

On się budzi w ZIMNEJ budzie. Nie ma się gdzie ogrzać. Je śniadanie, albo i nie... Dlaczego? Bo nie wystarczyło pożywienia dla wszystkich. Kilka psów dostało, a on nie. Idziemy dalej. Pies czeka, czy to dobre słowo? Nie wiem, przecież on i tak nie może odejść - jest na łańcuchu. A jeśli mogły to gdzie?! Dostał coś do jedzenia, upragniony pierwszy POSILEK. Tylko czy nie ostatni... On trzęsie się z ZIMNA. Zastanawia się ile jeszcze tak wytrzyma. Kolejne godziny mijają, czas na kolację. Ale cóż... znowu zabrakło jedzenia. Pies zmarznięty wraca do swojej CHŁODNEJ budy na noc. Pewnie teraz śni mu się CIEPŁY dom i

Przykre, ale prawdziwe. On sam sobie nie poradzi więc właśnie ty jesteś osobą, która może mu pomóc. Dlaczego niektóre słowa są wyróżnione? Bo to właśnie to czego brakuje najbardziej. Mam nadzieję, że poruszyło Cię to chociaż w najmniejszym stopniu. Jeżeli chcesz pomóc podaruj im to czego one nie mają. W białskim schronisku brakuje jedzenia (karma, ryż, makaron, kasza), misek, garnków i kocy. APELUJEMY! NIE BĄDŹ OBOJĘTNY!

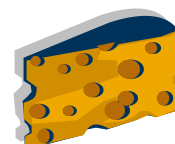
Gosix

## Fakty, których nie nauczą Cię w szkole

Jeden papieros zabiera 5 minut życia



Ser sprzed 4000 lat został znaleziony w egipskim grobowcu



Średnio człowiek spędzi w ciągu życia spędza 2 tygodnie na całowaniu

Świnie nie mogą patrzeć w niebo



Żaden z Beatlesów nie potrafił czytać nut.



Las Vegas ok.150 par zawiera związek małżeński

W 1859 roku w Australii wypuszczono

na wolność 24 króliki.

6 lat później było ich dwa miliony

Na Mount Everest znajduje się ok. 120 ludzkich włosów.



## Znaczenie imion

**Mateusz** -Mattaj- dar Jahwe

imie biblijnego apostoła pochodzenia hebrajskiego .

Mężczyzna o tajemniczej osobowości, trochę nerwowy i pobudliwy o silnej woli. Porażki potrafią wywołać u nich gniew. Łatwo przystosowują się do sytuacji zwłaszcza jeśli mogą wszystkim sterować. W życiu działają precyzyjnie i skutecznie a gdy mają coś komuś do powiedzenia, walą prosto z mostu.

**Liczba osób o tym imieniu w szkole** : 18

**Znane osoby o tym imieniu:** Mateusz Bartczak – piłkarz polski, Mateusz Damięcki – aktor , Mateusz Sawrymowicz – polski pływak, mistrz świata , Mateusz Pospieszalski – polski kompozytor muzyki rozrywkowej, instrumentalista...



## Rozdział 1.

*Ktoś kiedyś powiedział- „Skoro jestem tym co mam, to kim będę kiedy wszystko stracę?”  
Nie mieszałam już starego życia z nowym. Straciłam wszystko i byłam nikim, to prawda.  
Ale rozpoczęłam nowy rozdział w życiu.. Z takimi jak ja. To jest pocieszające... Lecz jeszcze bardziej pocie-  
szające jest to, że niedługo zamierzam ten rozdział zamknąć. Raz na zawsze.*



*- Doprawdy, nie rozumiem dlaczego wolisz pić to- niska postać wskazała na szklanekę szkarłatnego płynu, którą trzymałam w ręku- zamiast świeżej.*

*Mary. Jedna z tych normalnych. Drobne, szczupłe i wysportowane ciało oraz twarz o wyostrzonych rysach nadawała jej wygląd elfa. Teraz stała opierając się o framugę drzwi ze zmarszczonym nosem i wykrzywionymi wargami. Uniosłam podbródek głośno wdychając.*

*- Ile razy mam ci tłumaczyć, Mary? Nie muszę zabijać- uniosła sceptycznie brew- Tylko kiedy jest to konieczne.- podkreśliłam.*

*- Jesteś nudna- prychnęła i wychodząc zarzuciła burzą kasztanowych loków. Rzuciłam jej mordercze spojrzenie. Nie byłam nudna. Po prostu miałam tajemnice, w których nikt nie miał prawa maczać palców, jeśli mu życie mile. Zabijanie to mój chleb powszedni. Zanurzyłam wargi w szkarłatnym gęstym płynie rozkoszując się jego smakiem. Odstawiłam szklaneczkę i udałam się do mojego lokum. Byłam już spakowana. Chwyciłam walizki i powlokłam się do wyjścia, które było obstawione grupą wampirów. Mieli minę sępów, które w każdej sekundzie były gotowe rzucić się na padlinę. Wyprostowałam się i sztucznie uśmiechnęłam.*

*- Czy moglibyście się przesunąć? Wyjeżdżam- powiedziałam to bardzo przesłodzonym tonem, celowo dodając do niego parę kropel jadu. Odpowiedział mi dziki pomruk, który wydostawał się z piersi moich pobratymców. Wywróciłam oczami, a na moje wargi pociągnięte czerwoną szminką wtargnął szelmowski uśmiešek. Pierwszy odezwał się Charlie- został przemieniony piętnaście lat temu, kiedy miał 38 lat. Wygląda i uważa się za najstarszego z całej elity. Co tak naprawdę jest kompletną bzdurą.*

*-Słuchaj mała, nie wyglupiaj się, nigdzie nie jedziesz. Bo niby gdzie chce...- przerwałam mu w pół słowa przywierając go do ściany i kipiąc z gniewu. Nienawidziłam kiedy się tak do mnie odnoszono.*

*- Nie waż się mnie nazywać „mała” nigdy więcej, ponieważ jestem ponad 300 lat starsza od ciebie. I silniejsza- warknęłam mu w twarz i z szybkością światła chwyciłam niewielki stolik, roztrzaskując go o ścianę. Wbiłam jedną z większych drzazg w brzuch wampira. Upadł w drgawkach na ziemię. Przeżyje. Nie celowałam w serce. Uśmiechnęłam się do siebie i pociągnęłam za sobą walizki wychodząc z nagle opustoszałego domu. Od dziś działałam solo. W świecie ludzi, gdzie będę traktowana jak zwykła dziewczyna. To będzie z pewnością ciekawe doświadczenie.*

*Zajrzałam w przyciemniane okna mercedesa. Kluczyki błysnęły w świetle księżyca. Wsiadłam do czarnego auta i wcisnęłam pedał gazu. Zostawiłam to całe wampirze gówno daleko w tyle.*

Magda Panasiuk

## Znaczenie imion

**Karolina**-Imię to jest żeńskim odpowiednikiem imienia Karol z pochodzenia germańskiego. Imię pogańskie, znaczyło "córka wodza" lub "wojowniczką".

Są to kobiety szlachetne, filantropki, niezwykle religijne i wrażliwe na troski innych osób. Mają wyostrzone poczucie odpowiedzialności. Niezbyt chętnie wychodzą za mąż, gdyż cenią sobie osobistą wolność.

**Liczba osób o tym imieniu w szkole** : 18

**Znane osoby o tym imieniu:** Karolina Adamczyk – polska aktorka,

Karolina Borkowska – polska aktorka, Karolina Gorazda – polska modelka, Miss Polonia,

Karolina Grimaldi – księżniczka Monako..

**Jakub**-Imię to wywodzi się prawdopodobnie od hebrajskiego Jaaqob „niech Bóg strzeże”.

Mężczyźni Ci są ludźmi aktywni i ruchliwi. Do dobrego samopoczucia, muszą do wszystkiego się mieszać, doradzać wybierać, zmieniać, inaczej czują się niepotrzebni, a więc nieszczęśliwi. Ich słabym punktem jest duma, pragnienie imponowania i zyskiwania aprobaty. Marzą o zajmowaniu się spektaklami: śpiewaniu, tańcu, pasjonują ich zawody artystyczne i związane z modą. Lubią podróże i zmiany. Cenią towarzystwo, szanują rodzinę. Są dobrymi gospodarzami, miłymi współmałżonkami i świetnymi ojcami. Dbają o edukację swoich dzieci, kształcą je na wybitnych naukowców.

**Liczba osób o tym imieniu w szkole:** 15

**Znane osoby o tym imieniu:** Jakub Biskup – polski piłkarz, Jakub Wesołowski – aktor, prezenter telewizyjny, dziennikarz, Jakub Wojewódzki – polski dziennikarz, Jakub Świnka – arcybiskup gnieźnieński ..

Diabełek

## NASZ PATRON JAN PAWEŁ II



Na każdej stronie Ewangelii Jezus mówi nam, że nie powinniśmy nigdy poddawać się rozpacz, że miłość zwycięża każdą przeszkodę, każdy mankament, każde cierpienie i nienawiść, a nawet samą śmierć. Ta miłość, droga Młodzieży, i pokój, który ona przynosi, zakotwiczy was skutecznie pośród chaosu tego świata i doprowadzi was do cięższych zmagania z tym światem. Jezus zaprasza was do miłości i służby. Rozpocznij robić coś konkretnego w swojej osobistej sytuacji! Nie patrz zbyt daleko. Zaczynaj tam, gdzie pracujesz lub studiujesz, w swoich grupach młodzieżowych, wśród rodziny, w swojej parafii. Nigdy nie pozwól sobie, aby ktokolwiek z pośród twoich znajomych został pozbawiony swoich praw czy też ograniczany był przez innych, skoro, on czy ona, nie jest członkiem twego społecznego środowiska, nie należy do tej twojej rasy, nie rozmawia twoim językiem czy nie dzieli z tobą wiary. Odrzuć bariery pomiędzy sobą a ludźmi starymi. Bądź obecny także w ich sytuacjach, ponieważ tam twój głos jest potrzebny, a ty będziesz miał zasługę i dowiesz się wiele. Dawaj swoje entuzjastyczne poparcie swoim miejscowym grupom, które poszukują okazji budowania bardziej ludzkiego świata, aby potem rozszerzyć swoje horyzonty i działanie z radosną energią młodości na sprawy ogólnej sprawiedliwości. Uczcie się odejmować sobie, abyście umieli dzielić się z głodnymi i młodzieżą, która otrzymała mniej niż wy. W solidarności ze swoimi braćmi i siostrami różnych narodów, ras i kultur, możliwą jest rzeczą zmieniać świat i kształtować lepszą przyszłość dla wszystkich, przyszłość, w której osoby będą ważniejsze niż korzyści; w której zasoby świata sprawiedliwie dzielone, w której pokojowe negocjacje zajmą miejsce groźby wojny. Aby tego dokonać, potrzebujecie Bożej pomocy. Boża pomoc przychodzi do was przez modlitwę. Wasza łączność z Chrystusem będzie sekretem waszej skuteczności, a umocniona modlitwą, wasza rozmowa z Bogiem, uniesie wasze serca ku Niemu. Jezus także zaradza waszym potrzebom przez sakramenty Kościoła, szczególnie Eucharystię i sakrament pojednania. Nawrócenie swojego serca dokonuje się przez Chrystusowe działanie, a Chrystus dochodzi do was w swoich sakramentach, które zawsze będą dla was wyrazem i celebrowaniem waszej wiary i waszego życia w Chrystusie. Grzech jest ludzką rzeczywistością i my wszyscy potrzebujemy przebaczenia, pojednania i pokoju w osobistym spotkaniu z Chrystusem. Opatrzność Boża dostarcza nam tej sposobności w spowiedzi, a spotkanie czyni osiągalnym w Eucharystii, jako przystępie do Jego miłości, która odpowiada na nasze największe pragnienia międzyosobowej relacji. Tak, budowanie cywilizacji opartej na miłości, na prawdzie i sprawiedliwości jest z pewnością gigantycznym zadaniem. Wy możecie stanąć na wysokości tego zadania. Dlaczego? Z powodu Chrystusa, który w was żyje, z powodu Jego sakramentów, z powodu waszej łączności z Nim dzięki modlitwie. Nabierzcie odwagi, droga Młodzieży, ponieważ celebrowamy wspólnie naszą wiarę w Jezusa Chrystusa, Syna Bożego i Zbawiciela świata.

*spotkanie z młodymi w Kanadzie, 12 września 1984 r.*

*Rudy Stworek ;)*

## CAGIVA MITO EVO

Pojemność 125 cm<sup>3</sup>  
Moc 42 KM  
Przyspieszenie 0-100 km/h 6.00 s  
Zużycie paliwa 6.00 l/100km  
Rodzaj paliwa PB98  
V-Max. 200 km/h



## CAGIVA RAPTOR

Pojemność 125 cm<sup>3</sup>  
Moc 42 KM  
Max. moment obrotowy 30 Nm  
Przyspieszenie 0-100 km/h 6.00 s  
Zużycie paliwa 6.00 l/100  
Rodzaj paliwa PB95  
V-MAX 180 km/h



## HONDA NSR 125

Moc 32 KM  
Max. moment obrotowy 20 Nm  
Przyspieszenie 0-100 km/h 6.00 s  
Zużycie paliwa 5.00 l/100km  
Rodzaj paliwa PB95  
V-MAX 170 KM/H



## APRILIA RS125

Pojemność 125 cm<sup>3</sup>  
Moc 38 KM  
Max. moment obrotowy 16 Nm  
Przyspieszenie 0-100 km/h 6.00 s  
Zużycie paliwa 8.00 l/100km  
V-MAX 170 KM/H



## YAMAHA TDR 125

Pojemność 125 cm<sup>3</sup>  
Moc 28 KM  
Przyspieszenie 0-100 km/h 9.00 s  
Zużycie paliwa 5.00 l/100km  
Rodzaj paliwa PB95  
V-MAX 160 km/h



## CIEKAWY PROPOZYCJE

# 125CM3 NA A1

Moto napiurek :E



## Dzień patrona w naszej szkole

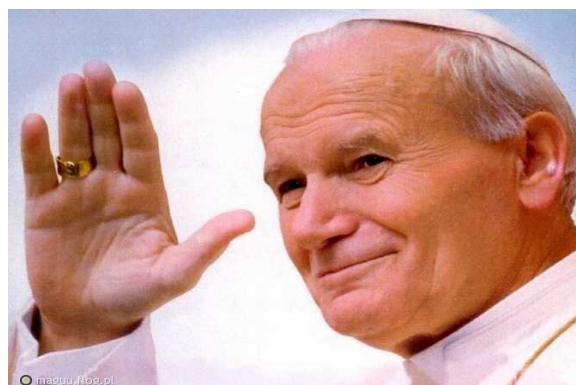


Z okazji Dnia Patrona 14.X.2011r. odbyła się uroczysta akademie w naszym gimnazjum. Połączona ona została z Dniem Edukacji Narodowej.

Uroczystość rozpoczęła się Mszą Św. w kościele bł. Honorata Koźmińskiego. Dzień był wyjątkowy i świąteczny, uczestniczyli w nim uczniowie oraz pracownicy szkoły.

Podczas akademii zgromadzeni wysłuchali przemówienia pani dyrektor Ireny Hawryluk. Po wysłuchanym przemówieniu nastąpiło pasowanie uczniów klas I na prawdziwych gimnazjalistów. Rozdano nagrody uczniom, którzy brali udział w różnego rodzaju konkursach. Następnie nauczycielom wręczono dyplomy za ich trud włożony w edukację gimnazjalistów. Po części oficjalnej nastąpiła część artystyczna. Głównym prowadzącym był Przemysław Urban. Uczniowie naszej szkoły czytali fragmenty

Ksiąg Jana Pawła II. Nastrój uroczystości nadawał chór z naszego gimnazjum pod kierunkiem mgr Piotra Hryciuka .



## Wywiad z panią Adrianną Zadziorską

-Dzień dobry, możemy zadać Pani kilka pytań do gazetki szkolnej?

-Tak, oczywiście.

-Od ilu lat pracuje Pani w naszej szkole?

-Spokojnie..., 8 lat.

-Jakie są wady i zalety bycia nauczycielem?

-Zaleta? Człowiek jest zawsze młody, nie można się zestarzeć duchem, bo jest się w świecie młodych, fantastycznych ludzi. Następną zaletą jest wolność wakacyjna – umysł odpoczywa. A wady to dużo rzeczy biurokratycznych.

-Czy przeszkadza Pani, jak uczniowie przedrzeźniają Pani słownictwo?

-Nie, to świadczy o ich niedojrzałości.

-Czy ma Pani ulubioną klasę?

-Wszystkie są kochane.

-Jak wspomina Pani lata młodości jako studentka?

-Młodzież w Uni Europejskiej jest się do 35 roku życia, więc czuje się bardzo młodo.

-Jak Pani wspomina swój pierwszy związek?

-Pół wieku temu były inne czasy i wszystkie związki były piękne, a nie jak teraz „toksyczne”.

-Jednak nie odpowiedziała Pani na nasze pytanie.

-W tej chwili mam amnezję. (śmiech)

-Jakie jest Pani hobby?

-Muzyka.

-A jaka konkretnie? Jaki rodzaj?

-Różna, naprawdę. Od rocka, aż po saul.

-Mamy jeszcze jedno pytanie, czy ogląda Pani „Trudne Sprawy”?

-Nie oglądam telewizji, tylko wiadomości oraz słucham Radio Maryja w nocy.

-Dziękujemy za udzielenie odpowiedzi ;)

-Ja również dziękuję.



## SIATKARSKIE EMOCJE ;)

Kika, Sierpata, Hała

26.09.2011r. w naszej szkole odbył się mecz rozgrywek siatkarskich. Walka była rozgrywana między klasą III B, a klasą III F. Mecz ostatecznie zakończył się wygraną klasy III F z wynikiem 2:0 ( 25-17 ; 25-13 ). Natomiast 10.10.2011r. rozegrano dwa kolejne mecze.

III A : III C

0 : 2

( 13 – 25 ; 16 -25 )

III C : III E

2 : 0

( 25-20 ; 25-16 )

Składy poszczególnych klas :

III A : Magdalena Bornejko, Natalia Celińska, Honorata Darecka, Dominika Lazarowicz, Karolina Lubaszewska i Marta Mackiewicz .

III B : Katarzyna Marczuk, Krystyna Nowaczenko , Sylwia Sulęcka , Aleksandra Trojak i Katarzyna Zalewska .

III C : Marta Barceluk , Kamila Iwańczuk , Agata Łukasiak , Natalia Maksymiuk , Kamila Sakowska i Anna Samociuk ( rezerwowa Aleksandra Bujnik )

III E : Xymena Chwilkiewicz, Aleksandra Lesiuk , Patrycja Petruk , Agnieszka Szawarniak , Marta Woźniak i Pola Zasadzka .

III F : Anita Czyrak , Wioleta Darczuk, Martyna Kulicka, Magdalena Sierpatowska i Klaudia Steckiewicz .



Rudy Stworek



## Modne torebki 2011

Małe i bardzo poręczne, czy też duże i niezwykle praktyczne. Skórzane i ekologiczne. Czarne, ale też przyciągające wzrok neonowe. Nasze ukochane torebki mają wiele obliczy. Różnić je może niemal wszystko, poza jednym – są niezastąpione! Idealne do schowania ciężkich kluczy, ukrycia chusteczek i przechowania szminki. Dobrze na ważne wyjście i beztronski spacer. Świetne jako dodatek, ale i nasz niezbędny. Po prostu niezastąpione: modne torebki. Jesień 2011 to czas, by znów im się przyjrzeć!

Szykując się na odejście lata, do naszych szaf znów powoli chowamy wiklinowe kosze, wyciągając w ich miejsce modne torebki na jesień. 2011 rok pod względem upałów raczej nas nie rozpieszczał, toteż myśl o nadejściu jeszcze chłodniejszego okresu może niektórych zasmucić. Z pomocą przychodzą jednak niezastąpieni projektanci mody, którzy na pocieszenie proponują nam swoje kolekcje. W nich właśnie znajdziemy cieplejsze buty, dłuższe spodnie, grubsze sweterki oraz jeszcze piękniejsze modne torebki. Jesień 2011 nadchodzi w wielkim stylu!

W kolekcjach na nadchodzący sezon modne są m.in. torebki marek **H&M**, **Promod**, **C&A**, **New Yorker**, **Cache Cache**, **Zara** oraz **Carry**. Proponowane przez nich torebki, to w przeważającej większości produkty wykonane z ekologicznej skóry (ale są też te z naturalne), dość duże i pojemne, na pasku. Wśród kolorów dominuje brąz, ale znajdziemy



## Jak chronić cerę – Jak ochronić skórę twarzy

Ochrona cery która znajduje się na twarzy jest bardzo ważna. Cerę trzeba chronić zarówno latem jak i zimą. Latem szkodliwie na cerę wpływają promienie słoneczne, natomiast zimą zimno powietrza. Ochrona cery jest prosta ale opiera się na pewnych zasadach.

**Jak chronić cerę** – ochrona cery czyli skóry na twarzy wymaga szczególnej pielęgnacji. Skóra na twarzy jest jedną z najbardziej wrażliwych jaką posiada ciało człowieka. Ochrona cery polega na jej zabezpieczeniu przed działaniem szkodliwych czynników – głównie atmosferycznych. Dbanie o cerę to zarówno odpowiednie jej nawilżanie jak i przyjmowanie witamin potrzebnych do jej prawidłowego cyklu.

Na początek warto wspomnieć o kremach do pielęgnacji twarzy. Kremy do stosowania na cerę są bardzo różne. Jedne mają ją nawilżać, inne odżywiać a jeszcze inne zabezpieczać przed zimnem lub słońcem. Nie ma kremów uniwersalnych dlatego należy wybierać takie jakie są potrzebne do danych warunków i do danej cery.

Na okraszy zimne należy używać natłuszczany oraz kremów ochrony przed zimnem. Cera jest bardzo wrażliwa, szczególnie w przypadku osób które mają cieką cerę. W okresach ciepłych należy chronić cerę poprzez jej nawilżanie oraz stosowanie odpowiednich filtrów przeciwsłonecznych.

Cera potrzebuje odpowiednich witamin. Witaminy dobrze działające na skórę twarzy to A oraz C i E. Należy dbać aby nasz organizm otrzymywał odpowiednią dawkę tych elementów aby cera była zdrowa. Dbanie o cerę to także jej higiena. Twarz powinna być myta i pielęgnowana oraz przemywana. Do tego służą specjalne toniki które czyszczą cerę z zarasków i bakterii.



Hała

## KUCHNIA SZCZYPIORA

### Łosoś z grilla na sosie szpinakowym

#### Składniki:

- 250g fileta z łososia
- 100g mrożonego szpinaku
- 250ml śmietanki 30%
- ząbek czosnku
- oliwa z oliwek
- cytryna

#### Sposób Przyrządzenia:

Obsmażyć łososia na patelni grillowej. Następnie upiec w piekarniku przez ok. 5min.

**Sos** - Drobno pokrojony czosnek przysmażyć na oliwie z oliwek. Dodać szpinak i zalać śmietanką, poczekać aż szpinak się rozmrozi i zredukuje się sos.

**Sposób podania** - łososia kładziemy na szpinak, dekorujemy cytryną

Umieść w diagramie 5 nazw ptaków w takiej kolejności, żeby po przekątnej powstała szósta nazwa ptaka: DROZD, WILGA, KAWKA, SROKA, ŻÓLNA


### Sałatka Cezar

#### SKŁADNIKI:

- sałata lodowa
- 100g sera parmezan ( pokrojony w kawałki)
- grzanki
- 1 filet z kurczaka
- sos cesarski bądź czosnkowy

#### Sposób przyrządzenia:

Sałatę kroimy w kostkę. Mieszymy razem ze sosem i grzankami.

Kładziemy przysmażonego kurczaka, a następnie parmezan.



*Kulinarnie Inspiracje Justyni*

### REDAKCJA SŁONECZNEJ SZÓSTKI:



KUBUŚ	Kuba Napiórkowski
MOJSIK	Rafał Mojs
RUDY STWOREK	Klaudia Steckiewicz
HAŁA	Ola Hałabuda
SIERPATA	Magda Sierpatowska
GOSIX	Gosia Olichwiruk
POMARAŃCZOWY	Kamil Malczuk
BUSTER	Patryk Bartoń
SZCZYPIOR	Mateusz Semeniuk
KIKA	Karolina Romaniuk
IZIZI	Iza Zradzińska
DIABELEK	Kinga Anioł
KLAUDIA	Klaudia Niedźwiedziuk
MARTYNA	Martyna Kulicka
MAGDA PANASIUK	

#### REDAKTOR NACZELNY:

FIEDO                      Mateusz Fiedosiuk

#### OPIEKUN:

ANNA KEMPA — KOROLCZUK

