NUMER 3 GRUDZIEŃ 2021 - STYCZEŃ 2022

ZSE

SPÓŁKA

NOWOŚĆ!

KALENDARIUM

- Grudzień 2021
- Styczeń 2022

PSYCHOLOGIA

Jak poradzić sobie przy wigilijnym stole?

WESOŁYCH ŚWIĄT

DO SIEGO ROKU!

- Esej "Sprawiedliwość"
- Wiersz "Droga (do) rozpaczy"

KSIĄŻKA

"ŻÓŁWIE AŻ DO KOŃCA"

Grafika: Kacper Szamszon

W NAJNOWSZYM NUMERZE:

1. Na całej połaci śnieg... s. 3
2. Kalendarium s. 5
   - ważne daty: grudzień 2021
   - ważne daty: styczeń 2022
3. Nieoficjalny Dzień Herbaty s. 7
4. Dzień Introwertyka s. 9
5. Ciekawostki z psychologii s. 10
6. Strefa gracza s. 13
7. Sport s. 15
8. Nauka s. 18
   - język polski: powtórka z antyku część 3. - Mity
9. Sztuka s. 22
   - 40. rocznica wprowadzenia stanu wojennego
   - recenzja książki "Żółwie aż do końca"
10. Twórczość uczniowska s. 28
   - wiersz: *"Droga (do) rozpaczy"*
   - esej: *"sprawiedliwość"*
11. Kulinaria s. 32

NOWINKI ZE ŚWIATA! NOWINKI ZE SZKOŁY!

Jak nie zwariować podczas świąt?

Boże Narodzenie. Wielu z Was zapewne powiedziałoby, że jest to najpiękniejszy czas w roku.

Jak się jednak okazuje - nie dla każdego. Jak poradzić sobie podczas spotkania przy wigilijnym stole?
s. 10 - 11

Głodny?

Jeśli odpowiedź na powyższe pytanie brzmi TAK, to dobrze trafiliście!

W tym numerze przygotowaliśmy specjalnie dla Was kolejne znakomite przepisy, które z pewnością zachwycą Wasze podniebienia.
Życzymy smacznego!
s. 31 - 32

Szybka powtórka Antyk, część 3 - Mity

Przygotowujesz się do matury? Chcesz poszerzyć swoją wiedzę? Mamy dla Ciebie dobre wiadomości!

W tym wydaniu przygotowaliśmy specjalnie dla Was kolejną notatkę powtórzeniową z zakresu antyku. Jest to "must know" o mitach antycznych!
Zachęcamy do nadsyłania własnych notatek - najlepsze zostaną opublikowane w kolejnych numerach.
s. 18 - 21

NA CAŁEJ POŁACI ŚNIEG...

LUCYNA BIELIŃSKA-SYTEK

Ciepło w środku, zimno na zewnątrz. Pięknie prezentują się iskrzące w słońcu płatki śniegu, a my delektujemy się cudownie rozgrzewającą herbatą. Czekamy na taką zimę, która przykryje szarość codzienności. To wyjątkowa pora roku.

Czas odpoczynku, wyciszenia, refleksji o sobie i otaczającym świecie. Warto czasami zaszyć się w ciepłym zakątku naszego domu i oddać się przyjemnemu uczuciu, że w tym momencie nie musimy robić nic. Świat otula ciepła kołderka, a my możemy uciec tam, gdzie będzie przyjemnie: w książkę, film, muzykę, sztukę, grę... cokolwiek lubimy. Warto też poczytać szkolną gazetkę ☺

Na czas picia polecanej przez naszych redaktorów herbaty, dobrze jest zanurzyć się w nastrojowych dźwiękach.
Zebrałam kilka utworów, które zabiorą Was w cudowną zimową podróż. **s. 4**

Czasami trzeba sobie przypomnieć, **co znaczy żyć** ☺

Przyjemnego zimowego czasu życzy Wam

Redakcja

Autor zdjęcia: Nikola Drewczyńska

1.QUEEN, A Winter's Tale

2. AURORA, Winter Bird

3. TORI AMOS, Winter

4. NORAH JONES, Wintertime

5. SARAH BAREILLES, INGRID MICHAELSON, Winter song

6. SIA, Snowman

7. DOMOWE MELODIE, Rio

8. SANAH, Pora roku zła

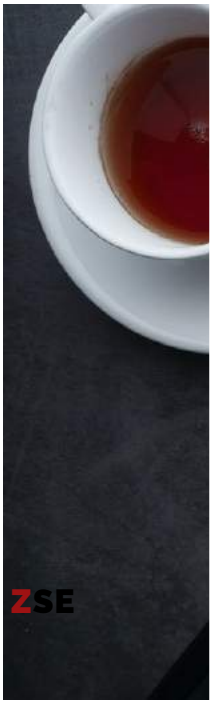
9. ANNA MARIA JOPEK/JEREMI PRZYBORA, Na całej połaci śnieg

Kazimierz Wierzyński „Zima zakopiańska"

Góry rozsnute na świetle księżyca
Rosną jak gdyby na powierzchni blasku
Bezmierna przestrzeń niebo skroś przesyca
I śnieg jest jakby z zielonego piasku.
Na szczytach świerki z japońskiego tuszu
Czarne, wycięte w tarczy księżycowej
Stoją w płonącym światła pióropuszu
Jak w aureoli naokoło głowy.
Świat jest z tysiąca jednej nocy przygód,
Westchnień, przywidzeń, marzeń i sekretów,
Świat wniebowzięty w gwiazd wysokich migot,
Świat dla kochanków i świat dla poetów.

ZSE
CALENDAR

KALENDARIUM



DNI O KTÓRYCH WARTO PAMIĘTAĆ
GRUDZIEŃ 2021
STYCZEŃ 2022

KALENDARIUM

OLIWIA MAKOWSKA

Grudzień 2021

1.12- Dzień AIDS
3.12- Dzień Osób Niepełnosprawnych
4.12 -Barbórka
5.12- Dzień Wolontariusza
6.12- Mikołajki
10.12- Dzień Praw Człowieka
13.12- Dzień Pamięci Ofiar Stanu Wojennego
15.12- Dzień Herbaty
18.12- Dzień Migrantów
21.12- Pierwszy Dzień Zimy
24.12- Wigilia
31.12- Sylwester

Styczeń 2022

1.01- Nowy rok
2.01- Dzień Introwertyka
6.01- Trzech Króli
9.01- Finał WOŚP
14.01- Dzień Osób Nieśmiałych
17.01- Niebieski poniedziałek
18.01- Dzień Kubusia Puchatka
21,22.01- Dzień Babci i Dziadka
23.01- Dzień Pisma ręcznego
27.01- Dzień Pamięci o Ofiarach Holokaustu
31.01- Dzień Zebry

NIEOFICJALNY DZIEŃ HERBATY

KUBA LINDENAU

Mający na świecie już ponad dekadę tradycji Międzynarodowy Dzień Herbaty, obchodzony jest 15 grudnia. Pochodzi z krajów produkujących herbatę, takich jak Bangladesz, Nepal, Indonezja, Kenia, Wietnam, Uganda, Indie i Tanzania. Dzień ten nie zaistniał po to, by wypić czy też zakupić więcej herbaty. Ma on na celu skupić uwagę rządów i obywateli na herbacianej branży, jej pracownikach, drobnych przedsiębiorcach i konsumentach.
Pierwszy Międzynarodowy Dzień Herbaty świętowano w Nowym Delhi 15 grudnia 2005 roku. Święto to nie ma nigdzie oficjalnego statusu, lecz jest bardzo popularne w wielu herbacianych krajach, także i u nas.

CEL OBCHODZENIA MIĘDZYNARODOWEGO DNIA HERBATY

Celem Dnia Herbaty nie jest promocja samego jej zakupu, ale zwiększenie świadomego spożycia, podkreślenie aspektów kulturowych i ekonomicznych produkcji herbaty dla społeczności wystawionych na biedę, braki żywności oraz niedożywienie.
Popijając dziś swój ulubiony napar, sprawdź w którym kraju zebrano liście na Twoją herbatę. Zobacz, jak wyglądają herbaciane plantacje i jak przebiega produkcja.
Zastanów się nad tym, jakie wynagrodzenie otrzymują ludzie zbierający i przetwarzający liście herbaty oraz sprawdź, w jakich warunkach pracują i kim są.

Poświęć chwilę swojego czasu na to, by odszukać odpowiedzi na te pytania, tak jak oni poświęcili czas na Twoją herbatę. Być może dzięki temu docenisz bardziej napój, który być może właśnie trzymasz i się nim delektujesz.

Pomysły na przepyszne, zimowe herbatki:
Przydałoby się jakoś uczcić ten dzień czyż nie? Co powiecie na przyrządzenie jakiejś zacnej herbatki? Zbliża się środek grudnia. Na dworze jest chłodno, wartości na termometrach spadają i coraz trudniej jest nam wstać spod ciepłej kołdry. Rozgrzewający napój o poranku, bądź zimnym wieczorkiem jest naprawdę świetnym pomysłem, nie uważacie?
Co powiecie na propozycje poniżej?

ZIMOWA HERBATKA Z POMARAŃCZĄ Z DODATKIEM PRZYPRAW KORZENNYCH

Składniki:

- Czarna herbata **(lub czarna z przyprawami korzennymi)**
- 2 plastry pomarańczy **(pomarańczę wcześniej powinno się sparzyć)**
- Laska cynamonu
- Kawałek imbiru
- 4-5 goździków
- 2 łyżki naturalnego miodu

Przygotowanie:

1. Zaparz 250-300 ml czarnej herbaty wraz imbirem i cynamonem.
2. Plastry pomarańczy z goździkami i miodem dodaj do kubka. **Smacznego!**

Poniżej znajdziesz informacje o warunkach uprawy herbaty oraz o miejscach, z których pochodzą najlepsze mieszanki.

ROZGRZEWAJĄCA HERBATA Z ANYŻEM I JABŁKIEM

Składniki:

- czarna herbata **(lub czarna z przyprawami korzennymi)**
- jedna laska cynamonu
- gwiazdka anyżu
- kilka plastrów jabłka
- 2 kuleczki czerwonego pieprzu
- 2 łyżki naturalnego miodu

Przygotowanie:

- Zaparz 250-300 ml czarnej herbaty wraz z kawałkami jabłka, laską cynamonu, gwiazdką anyżu i ziarenkami pieprzu.
- Na koniec wystarczy dosłodzić miodkiem. **Sukces!**

Autor zdjęć: Nikola Drewczyńska

CIEKAWOSTKI O HERBACIE!

- **Herbata owocem przypadku**

Chiński cesarz w 2737 roku p.n.e. odkrył herbatę pijąc przegotowaną wodę na wietrze. Kilka liści herbaty wpadło do kubka z wodą, cesarz wypił ją i niezmiernie mu zasmakowała.

- **Sposób na złe duchy**

Dawniej rozsypywano liście herbaty na schodach przed domem, ponieważ wierzono, iż są one w stanie odstraszyć diabła, złe duchy i zjawy.

- **Psia herbata**

W Wielkiej Brytanii kupić można herbatę specjalnie dla psów. Nie tylko jest smaczna, ma również właściwości zdrowotne – wpływa korzystnie na sierść i usuwa nieprzyjemny zapach z pyska naszego ukochanego czworonoga. Niestety jest dość droga – 28 torebek kosztuje około 50 zł. Jej producentem jest firma Woof & Brew.

- **Gorzka herbata wiedzie prym?**

Według badań zaledwie 30% ludzi na świecie słodzi herbatę.

- **Kiszona herbata**

W Tajlandii, Birmie i Chinach herbatę kisi się przez około pół roku, po czym stosuje jako dodatek do dań mięsnych oraz rybnych. Co ciekawe kiszoną herbatę można również jeść jako osobne danie.

- **Dodatek do herbaty – bekon?**

Zdziwiła Was kiszona herbata? A co powiecie na wywar z liści zmieszany z bekonem? W Australii hodowcy owiec nalewają do puszek po konserwach herbatę i gotują w niej bekon. Taki herbaciano-bekonowy napój piją w trakcie jedzenia gotowanego bekonu.

- **USA, a herbata**

85% herbaty spożywanej w Stanach Zjednoczonych to herbata mrożona.

DZIEŃ INTROWERTYKA

KUBA LINDENAU

Światowy Dzień Introwertyków **(World Introvert Day)** to międzynarodowe święto, przypadające na dzień **2 stycznia.** Ustanowione zostało 2011 roku i ma na celu zwrócenie uwagi na to, że w świcie przepełnionym jakże głośnymi i energicznymi ekstrawertykami są również osoby, które aby móc funkcjonować normalnie potrzebują trochę więcej przestrzeni, czasu dla siebie, i przede wszystkim, **(co może być niezrozumiałe dla wielu osób)** spokoju oraz samotności.

PRAWDA I MITY

Jacy są introwertycy? Na ten temat krąży wiele stereotypów i mitów, np. że są wiecznie smutni, nudni, mało towarzyscy, nieśmiali, „zamknięci w sobie" albo ogólnie z innego świata. **Wszystko to nieprawda!** – to często bardzo uważni słuchacze, interesujący rozmówcy i wierni przyjaciele!
Ponad to osoby konsekwentnie realizujące swoje przemyślane cele, które często nakierowane są na dobro społeczne.

Dzięki ich zdolności do dokonywania wielkich rzeczy często zostają pisarzami, artystami czy nawet programistami. Wbrew pozorom introwertycy są pozytywnie nastawieni do innych ludzi. Wynika to zapewne z faktu, że nie wchodzą z nimi w częste relacje.
Zawsze jednak po intensywnym dniu w gronie znajomych, czy miejscu przepełnionym ludźmi, introwertycy muszą się odciąć na jakiś czas. Muszą mieć po prostu chwilę dla siebie, aby zregenerować siły, odpocząć od ludzi i pomyśleć w samotności.
Nie miejcie im więc za złe, że czasem nie odbierają telefonów, czy nie odpisują na wiadomości. Introwertycy mają naprawdę bardzo dużo zalet i pozytywnych cech charakteru, i wcale nie są gorsi od ekstrawertyków.
Po prostu trzeba z lekka zgłębić się w temat ;)

Najlepsze życzenia kochani introwertycy!

ZALETY BYCIA INTROWERTYKIEM:

- Największą zaletą introwertyków jest to, że potrafią aktywnie słuchać i z wielką dokładnością analizować wypowiedzi. Nie dość, że są dobrymi rozmówcami, to rozmowa z nimi zawsze jest konstruktywna i prowadzi do jakichś wniosków.

- Introwertycy są również **terminowi, bardziej konkretni i co bardzo ważne, często kreatywni**. Mówią konkretnie, w odróżnieniu od ekstrawertyków, którzy często po prostu leją wodę.

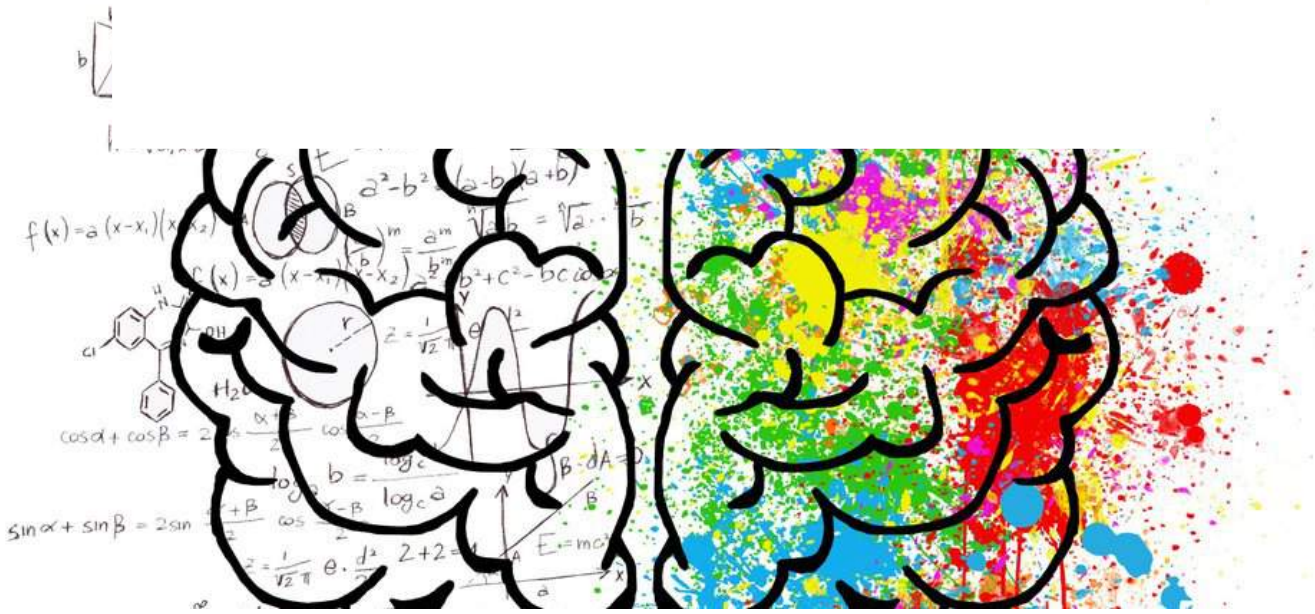
- Introwertycy nie mają zwyczaju myślenia na głos. Odzywają się dopiero wtedy, gdy mają gotową i przemyślaną odpowiedź. Charakteryzują się **niezwykle wielką siłą psychiczną**, która nieraz pomaga im w codziennych zmaganiach czyhającego świata. To także osoby o wielu talentach, jednakże niechętnie się nimi chwalą.

- Osoby te raczej nie działają w pośpiechu, nie mają oni po prostu najczęściej powodu, żeby się śpieszyć.

ZSE
PSYCHOLOGY

CIEKAWOSTKI Z PSYCHOLOGII

JAK NIE ZWARIOWAĆ W ŚWIĘTA?



JAK NIE ZWARIOWAĆ W ŚWIĘTA?

WERONIKA SPICA

Okres Bożego Narodzenia to piękny czas w roku. Rodzina może razem zasiąść przy wigilijnym stole i na moment zatrzymać swój rytm życia.
Jednak nie dla wszystkich jest to przyjemny czas.

JAK RADZIĆ SOBIE W ŚWIĘTA KIEDY CZUJESZ, ŻE SPOTKANIE Z RODZINĄ MOŻE BYĆ DLA CIEBIE TRUDNE?

- Nie masz ochoty spędzać z kimś świąt, to tego nie rób – Twoje samopoczucie jest najważniejsze. Czasami trzeba nauczyć się zdrowego egoizmu, jeżeli ma nas to uchronić przed niepotrzebnymi kłótniami.
- Nie wdawaj się w rozmowy, które mogą skłócić – tematy kontrowersyjne nie są zbyt bezpiecznym polem do rozmowy w święta. Jeżeli chcesz wyjść z sytuacji bez negatywnych emocji, odpuść.
- Trzymaj się osób, których towarzystwo sprawia Ci przyjemność.
- Nie stresuj się na zapas.
- Nie reaguj agresją na niewygodne pytania typu „Kiedy znajdziesz chłopaka/dziewczynę", „Kiedy weźmiesz się za siebie?" – czasami milczenie jest złotem.
- Uświadom sobie, że możesz odpowiadać jedynie za własne reakcje.

NIE ZMUSZAJ SIEBIE I INNYCH DO RZECZY, NA KTÓRE NIE MASZ OCHOTY. ŻYJMY W ZGODZIE Z WŁASNĄ NATURĄ I SZANUJMY DECYZJE INNYCH

DLACZEGO POSTANOWIENIA NOWOROCZNE SĄ CI ZBĘDNE?

WERONIKA SPICA

Przyjął się schemat Nowego Roku jako czasu na postanowienia noworoczne. Na pewno zastanawiał*ś się, dlaczego Twoje postanowienia nie mogą się spełnić. Być może nawet myślał*ś, jak się do tego zabrać, ale na tym poprzestał*ś.

Postanowienia noworoczne to plany na nadchodzący rok, dotyczące zmian w naszym życiu, które mają sprawić, że nadchodzące 365 dni będzie lepsze niż te, które właśnie mijają.

Kluczowe znaczenie mają tutaj słowa „365 dni będzie lepsze niż te, które właśnie mijają". Dlaczego akurat od stycznia każdego roku ma być lepiej, a nie na przykład od lipca? Postanowienia noworoczne są wydawane z myślą, że kolejny rok będzie lepszy niż poprzedni, bo zrealizujemy więcej założeń. Realnie patrząc niewielu się to udaje. **Oto dlaczego:**

- **Początek roku to zły okres na zmiany** – Zimą jest szaro, nudno i ponuro. Taki klimat nie sprzyja pozytywnym zmianom, a dodatkowo dobija. Podejmuje się decyzję w przypływie euforii, która trwa maksymalnie kilkanaście dni, a potem się wypala. Zmiany warto wprowadzać w miesiącach, gdy pogoda sprzyja naszemu nastrojowi.

- **Odwleka się podjęcie decyzji** – Zacznę od Nowego Roku chodzić na siłownię. Od Nowego Roku zrobię prawo jazdy itp. Rezygnuje się z siebie, bo nie ma się czasu. Odwleka się decyzje i postanowienia na Nowy Rok z nadzieją, że będzie to dobry start. Nie bój się podejmować decyzji i obierać upragnionego celu.

- **Postanowienia noworoczne traktuje się jako cele całoroczne** – Stawia się zbyt ogólne sformułowania, jak: będę się zdrowiej odżywał/odżywiała, będę cieszyć się życiem itp. Nie jest to określony cel w czasie, a takie motywują. Zacznij małymi krokami od pomniejszych celów np. na tydzień, a potem planuj najbliższe tygodnie.

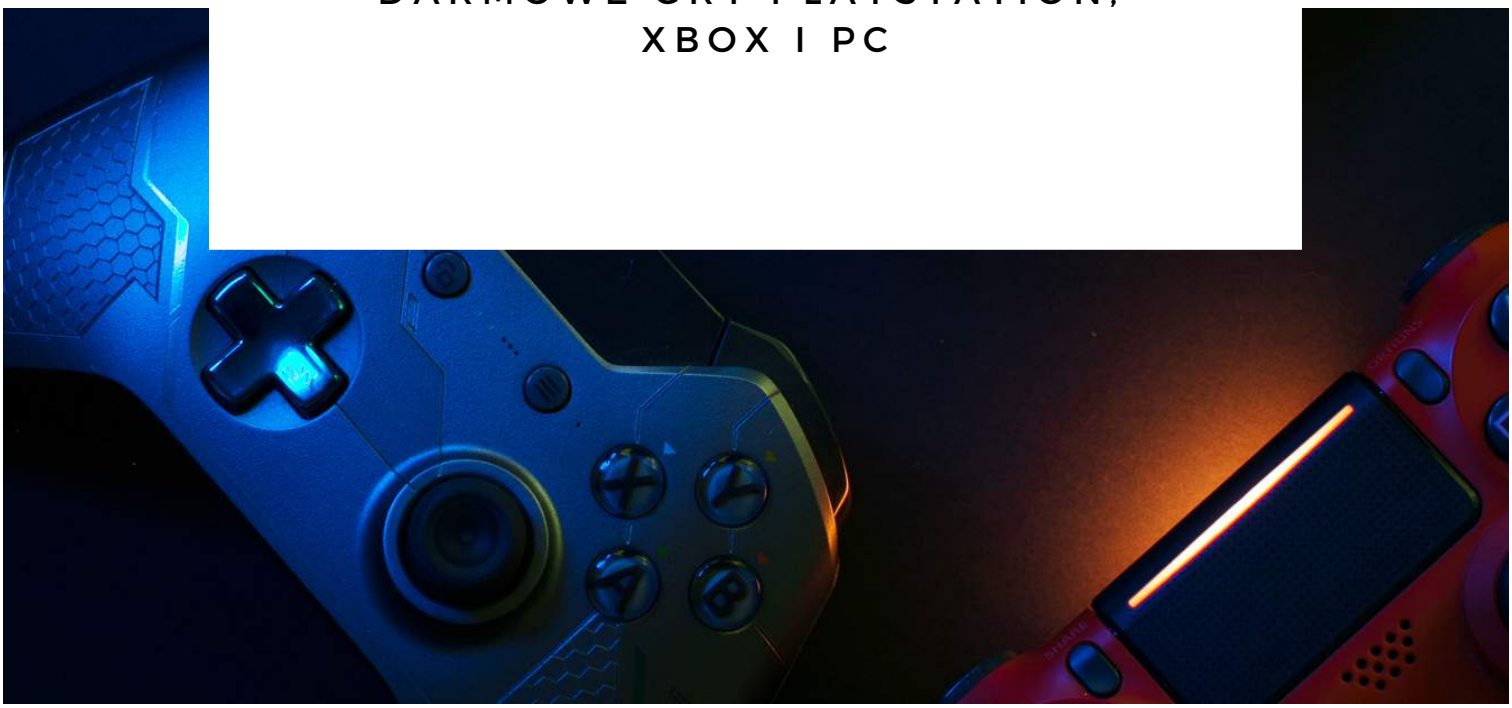
Źródła:

RZECZĄ, KTÓRĄ WARTO JEST WPROWADZIĆ DO SWOJEGO ŻYCIA OD RAZU TO KALENDARZ/PLANNER.

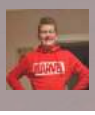
ZSE E-SPORT

STREFA GRACZA

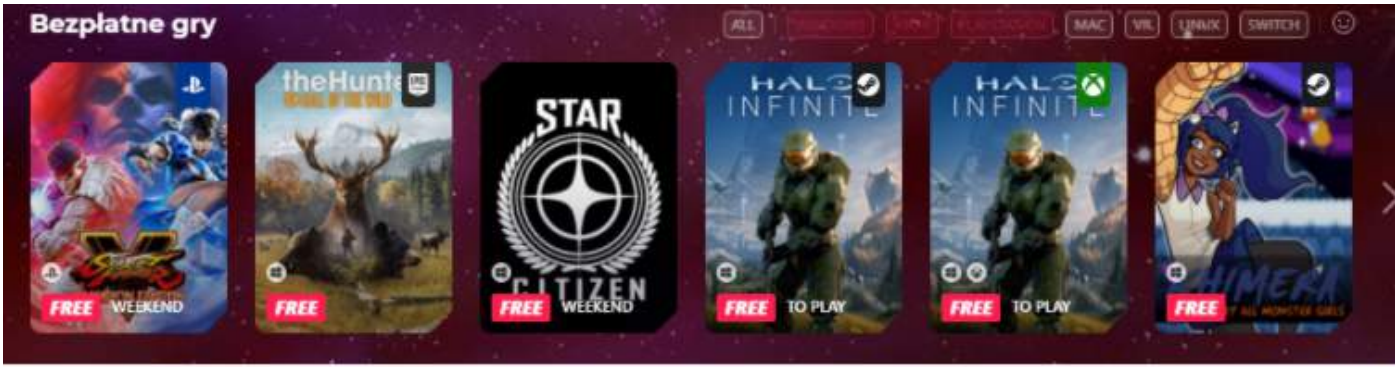
DARMOWE GRY PLAYSTATION, XBOX I PC

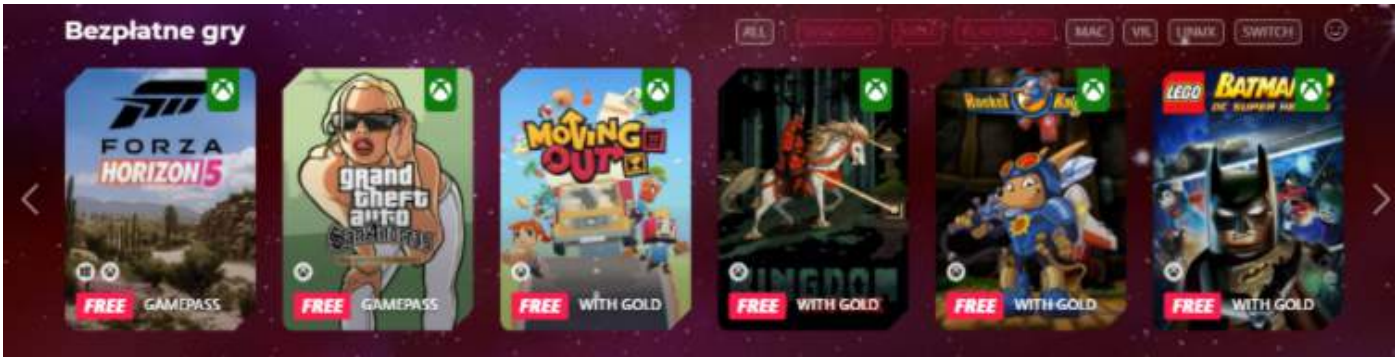


DARMOWE GRY PLAYSTATION, XBOX I PC



KAMIL LEMKA

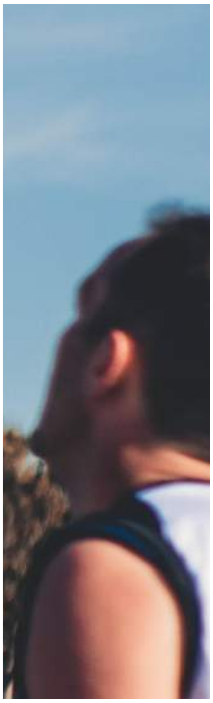




ZAPRASZAM DO ODWIEDZENIA MOJEGO KANAŁU NA YOUTUBE:

ZSE SPORT

NOWINKI SPORTOWE



FINAŁ MISTRZOSTW POWIATU W PIŁCE RĘCZNEJ I FUTSALU

WIADOMOŚCI SPORTOWE

SEBASTIAN BONIN

1. FINAŁ MISTRZOSTW POWIATU W FUTSALU (6.11)

Dnia 5 listopada na naszej hali sportowej rozegrane zostały rozgrywki finałowe w futsalu dziewcząt i chłopców organizowane przez MOS Starogard Gd.
Najpierw mieliśmy okazję obserwować zmagania chłopców. Po pięknym półfinale nasza drużyna startowała w roli faworyta tych mistrzostw. Jednak w pierwszym meczu ze Skórczem coś od początku nie zadziałało. Szybko straciliśmy bramkę, potem drugą... Pomimo wielu dogodnych sytuacji, nie udało nam się umieścić piłki w bramce przeciwnika. Czarny scenariusz, który nawet przez myśli nie przeszedł nikomu z nas, ziścił się... I chyba nikt do teraz nie wie, jak to mogło się wydarzyć, ale cóż... taki jest sport. Trzeba było przełknąć gorzką pigułkę porażki i do kolejnego meczu o trzecie miejsce trzeba było podejść z "wyczyszczoną" głową. Takich chłopców chcieliśmy tego dnia oglądać w całym turnieju.
Wynik **6:1** z Zespołem Szkół Zawodowych na otarcie łez i 3 miejsce w tym roku musi nam wystarczyć. Za rok odpalamy petardy i pokażemy, kto tu rządzi.
W futsalowych zmaganiach dziewcząt już kilka dni wcześniej wiedzieliśmy, że bez Weroniki Schelli **(chyba najlepszej zawodniczki turnieju półfinałowego)** nie będzie nam łatwo. Tak też było. Pierwszy mecz z faworytkami turnieju (zespół ze Skórcza) przegrany w dobrym stylu. W meczu o 3 miejsce z I LO kilka pięknych sytuacji w naszym wykonaniu, ale to przeciwniczki okazały się skuteczniejsze. Wszyscy zgodnie mówili, że sytuacja byłaby zupełnie inna gdyby Wera mogła zagrać. Niestety, z decyzją sanepidu o kwarantannie nie mogliśmy dyskutować, więc 4 miejsce w dobrym stylu w tym jak miejsce na pudle.
To był dzień pełen emocji i niespodzianek. Gratulujemy chłopcom z II LO i dziewczętom z Bolesławowa. To te drużyny będą reprezentować nasz Powiat w półfinale wojewódzkim. Powodzenia.
Opiekun drużyn: Iwona Walendzik

2. FINAŁ MISTRZOSTW POWIATU W FUTSALU DZIEWCZĄT (5.11)

Cóż to były za emocje podczas owego Finału Mistrzostw Powiatu w futsalu dziewcząt i chłopców szkół ponadpodstawowych rozgrywanych w hali ZSE. W pierwszym meczu Panów II LO pewnie pokonało ZSZ 3: 0 natomiast wyniku drugiego meczu chyba nikt na całej hali nie obstawił . Po bardzo ambitnej grze, sercu zostawionym na parkiecie chłopacy z ZSP Skórcz pokonali gospodarza ZSE **2:0.**
W meczu o III msc. ZSE - ZSZ **6:1** a w finale II LO - ZSP Skórcz 2:1. Po wielu, wielu latach SKÓRA zostaje Mistrzem Powiatu i 30 listopada zagrałą w Półfinale Wojewódzkiej Licealiady w Starogardzie. Serdecznie gratulujemy Chłopakom i Panu Piotrowi Szurgotowi!
Chyba nikt nie przewidział również kolejności końcowej rywalizacji Pań.
I LO - ZSR Bolesławowo **0:3**
ZSE - ZSP Skórcz **0:4**
W finale Zawodniczki Pana Krzysztofa Lorenza z ZSR Bolesławowo w pięknym stylu pokonały faworytki turnieju ZSP Skórcz **2:1.**
W meczu o III msc. Czerwony Ogólniak **4:1** pokonał Ekonomik.

3. KOSZYKÓWKA 3X3 (15.11)

Chłopcy z ZSZ i ZSE oraz dziewczęta z I LO i ZSE to pierwsze drużyny, które zapewniły sobie awans do Finału Mistrzostw Powiatu w koszykówce **3x3**.

4. PÓŁFINAŁY W PIŁCE RĘCZNEJ DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW (17.11)

Gospodarze ZSE okazali się niegościnni i z Półfinałów w piłce ręcznej dziewcząt i chłopców awansowali do Finału z pierwszych miejsc wygrywając wszystkie mecze. Miejsce drugie i również awans zapełniło sobie I LO.
25 listopada poznaliśmy Mistrzów i Mistrzynie.

5. FINAŁ MISTRZOSTW POWIATU W PIŁCE RĘCZNEJ DZIEWCZĄT I CHŁOPCÓW (25.11)

25 listopada w hali sportowej ZSE rozegraliśmy Finał Mistrzostw Powiatu w piłce ręcznej dziewcząt i chłopców w ramach rozgrywek Licealiady.
Mistrzyniami zostały piłkarki z I LO pod wodzą Pana Marcina Drewsa, II msc. ZSE, a III msc. II LO .
Mistrzami Powiatu zostali zawodnicy z ZSE z Panią Alicją Wąsowską, II msc. I LO, III msc. ZSP Skórcz, a IV msc. II LO.
Wszystkie mecze w turnieju były na wysokim sportowym poziomie i pełne emocji.
Serdecznie gratulujemy!

ZSE SCIENCE

KOREPETYCJE
REPETYTORIA
POWTÓRZENIA

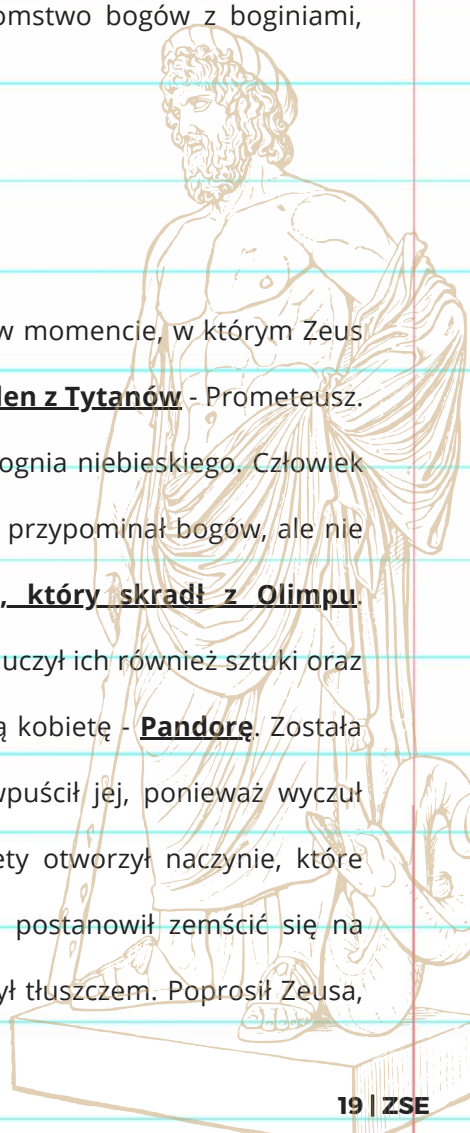
JĘZYK POLSKI
ANTYK - CZĘŚĆ III
MITY

Lekcja
Temat: Antyk - część 3

SZYBKA POWTÓRKA - PRZEGLĄD WYBRANYCH MITÓW

1. MIT O POCZĄTKU ŚWIATA

"Na początku był Chaos..." - od tych słów zaczyna się opowieść o powstaniu świata. Jedna z wersji zdarzeń mówi, że Chaos był istotą boską, inna zaś twierdzi, że Chaos to pusta przestrzeń, personifikacja stanu wszechświata poprzedzającego powstanie bogów, ludzi oraz wszelkiego porządku. Z Chaosu powstał Dzień, a wraz z nim Jasność i Radość. Z niego wyłoniła się również **Gaja (Ziemia) w otoczeniu Eteru, Uranos (Niebo), Tartaros (Podziemie)** - będące jednocześnie i żywiołami, i istotami boskimi oraz Eros, przyczyna sprawcza wszelkiego rozwoju i rozmnażania. Gaja i Uranos dali życie kolejnym pokoleniom: Cyklopom, Sturękim i Tytanom. Uranos został pokonany przez swojego syna Kronosa, który objął władzę wraz z Reją. Dziećmi Kronosa byli: Zeus Hades, Posejdon, Hera, Demeter i Hestia. Zeus objął rządy po pokonaniu ojca, który połykał własne dzieci. Jego siostra, a zarazem żona - Hera została boginią małżeństwa i macierzyństwa. Potomkowie Zeusa mieszkali na Olimpie. Ich grono stale poszerzało się o potomstwo bogów z boginiami, bogów z ludźmi, ludźmi z boginiami, a także o herosów wyróżnionych za dzielność.



2. MIT O STWORZENIU CZŁOWIEKA

Mitologia nie podaje jednoznacznie, kto stworzył człowieka. Wiadomo jednak, że w momencie, w którym Zeus objął władzę, byli już na ziemi. Istnieje hipoteza, która zakłada, że ludzi stworzył **jeden z Tytanów** - Prometeusz. Prometeusz ulepił człowieka z gliny zmieszanej ze łzami i tchnął w niego duszę z ognia niebieskiego. Człowiek ten był bardzo słaby, nie potrafił się bronić przed dzikimi zwierzętami. Z wyglądu przypominał bogów, ale nie posiadał ich siły. Prometeusz, chcąc pomóc ludziom, **obdarzył ich ogniem, który skradł z Olimpu**. Pokazał im jak go używać, aby móc się ogrzać oraz ochronić przed zwierzętami. Nauczył ich również sztuki oraz rzemiosła. Nie podobało się to Zeusowi, więc kazał stworzyć **Hefajstosowi** piękną kobietę - **Pandorę**. Została ona poprowadzona przez **Hermesa** do domu Prometeusza – ten jednak nie wpuścił jej, ponieważ wyczuł podstęp. Uczynił to jego brat – Epimeteusz, który pod wpływem namów kobiety otworzył naczynie, które przyniosła ze sobą. Były w nim ukryte **wszystkie smutki świata**. Prometeusz postanowił zemścić się na bogach. Zabił woła i podzielił go na dwie części: mięso owinął skórą, a kości nakrył tłuszczem. Poprosił Zeusa, aby ten wybrał, co ludzie będą mu składać w ofierze.

Ten wybrał **większą część**, która okazała się być tłuszczem z kośćmi. Za karę Prometeusza przykuto do skały Kaukazu, gdzie co dzień orzeł wyjadał mu wątrobę, która się regenerowała. Dopiero **Herakles uwolnił Prometeusza.**

Od imienia herosa stworzono pojęcie **prometeizmu**: postawy buntu wobec bogów (Boga), świata, ludzi, podejmowanego w imię altruizmu, z którym wiąże się przyjęcie cierpienia przeżywanego w samotności. Postacią, która kojarzy się z prometeizmem jest Konrad (bohater utworu "Dziady cz.III" Adama Mickiewicza)

3. MIT O HERAKLESIE

Herakles był synem **Zeusa oraz królowej Alkmeny.** Oprócz cech heroicznych posiadał również wiele ludzkich słabości: lubił wino, kobiety, był popędliwy oraz gwałtowny. W ataku szału zabił żonę oraz swoje dzieci. Pokutą za to było wykonanie dwunastu prac, które był niemożliwe do zrobienia przez człowieka (zabicie lwa nemejskiego, zabicie hydry lernejskiej, schwytanie łani ceryntyjskiej, schwytanie dzika erymantejskiego, oczyszczenie stajni Augiasza, przepędzenie ptaków stymfalijskich, schwytanie byka kreteńskiego, schwytanie klaczy Diomedesa, zdobycie przepaski Hippolity, uprowadzenie trzody Geriona, przyniesienie złotych jabłek z ogrodu Hesperyd, sprowadzenie Cerbera z Hadesu). Mimom wszystko Herakles był też dobroczyńcą dla ludzkości: pokonywał potwory, uwolnił Prometeusza i Tezeusza, a także porwał Cerbera.

4. MIT O WOJNIE TROJAŃSKIEJ

Losy bohaterów mitu o wojnie trojańskiej są pełne heroizmu oraz tragizmu, nad ich losami ciążyło przeznaczenie. Trojanie walczyli z przeświadczeniem, że ich los się dopełnia. Nieszczęsny król i ojciec Priam patrzył na śmierć swych kolejnych synów oraz na zagładę miasta, znając przepowiednię wyroczni. Achilles, ukryty przez matkę w przebraniu kobiecym wybrał krótkie, pełne sławy życie wojownika i poległ w walce, dokładnie tak, jak przepowiedziała wyrocznia. Hektor, uosobienie prawości i dzielności, symbol obrońcy ojczyzny i rycerskiej szlachetności, także wiedział, że umrze, idąc na bój z Achillesem.

Przeznaczenie ściga bohaterów wojny nawet po upadku Troi. Nie mogą spokojnie wrócić do domów. Bogowie nadal ich prześladują oraz mszczą się utrudniając im powrót do domu. Najdłużej błąkał się po morzach Odyseusz. W opowieści o jego przygodach znalazły się marzenia Greków o podróżach, ujawniła się ich ciekawość świata, chęć odwiedzenia najdalszych kresów Ziemi. Odyseusz wyróżnia się nie tylko odwagą, ale i sprytem przedsiębiorczością, umiejętnością budowy statków, żeglowania, dowodzenia ludźmi, zjednywania sobie przyjaciół. W każdej sytuacji był w stanie sobie poradzić.

5. MIT O SYZYFIE

Syzyf był **królem Koryntu oraz ulubieńcem bogów.** Często gościł na Olimpie, jednak nie potrafił utrzymać sekretu i rozgłaszał boskie tajemnice na ziemi. Pewnego razu Syzyf zdradził ważny sekret Zeusa, za co wysłano go do niego bożka śmierci **Tantanosa.** Sprytny Syzyf uwięził Tantanosa i ludzie przestali umierać. Gdy Ares uwolnił boga śmierci, pierwszy umarł Syzyf. Jednakże Syzyf był na tyle sprytny, że przechytrzył bogów podziemia. Przed śmiercią **prosił żonę, aby nie grzebała jego zwłok.** Gdy znalazł się w królestwie Hadesa, skarżył się na małżonkę, która zaniedbuje święty obowiązek pochowania zmarłego męża i prosił króla podziemi, by pozwolił mu na krótki powrót do domu, by mógł ukarać żonę. Po powrocie na ziemię Syzyf wcale nie miał zamiaru wracać do królestwa zmarłych. Żył po cichu, nie zwracał na siebie uwagi. Gdy przypomniano sobie o nim i Tantanos zaprowadził jego duszę do podziemi, skazany został na karę daremnej pracy: miał wtaczać na stromą górę olbrzymi głaz, który za każdym razem, tuż u wierzchołka, wyślizgiwał mu się z rąk i staczał na dół, a Syzyf rozpoczynał swą pracę od nowa.

6. MIT O DEDALU I IKARZE

Mit ten opowiada o Dedalu, który wraz z swym synem Ikarem został uwięziony przez **króla Krety – Minosa**. Po wybudowaniu labiryntu Dedal chciał wrócić do rodzinnych Aten, ale Minos nie chciał utracić człowieka o cennych umiejętnościach i znającego tak wiele królewskich tajemnic. Wówczas Dedal postanowił uciec z wyspy. Skonstruował dla siebie oraz dla syna skrzydła **z ptasich piór zlepionych woskiem**. Ostrzegał Ikara, aby nie wzbijał się zbyt wysoko, gdyż wtedy słońce roztopi wosk, ani by nie zlatywał zbyt nisko, gdyż wtedy pióra nasiąkną wilgocią morza. Jednak zachwycony lotem Ikar zapomniał o słowach ojca i wzbił się zbyt wysoko. Promienie słońca roztopiły wosk i pióra zaczęły odpadać. Po chwili młodzieniec runął na jedną z wysp, którą później nazwano **Ikarią, a morze wokół niej – Morzem Ikaryjskim.** Smutny Dedal odnalazł szczątki syna i pogrzebał je. Sam osiadł na Sycylii.

Notatka została przygotowana przez uczennicę

MAGDĘ GREGORKIEWICZ

Notatkę można pobrać oraz wydrukować zupełnie bez opłat :3

ZSE KULTURA

FILM
SZTUKA
MUZYKA
LITERATURA

TOP 5
PRZEBOJÓW, FILMÓW
I SERIALI

WASZE TOP 5 PIOSENEK W GRUDNIU

DAGMARA SZABLEWSKA

1 ADELE - EASY ON ME

2 VIOLETS FOR ROSES - LANA DEL REY

3 SZAFIR – MATA

4 KOLOŃSKA I SZLUGI – SANAH

5 KOKIETERKA – OLIWKA BRAZIL

WASZE TOP 5 GRUDNIOWYCH FILMÓW I SERIALI

DAGMARA SZABLEWSKA

1 „PITBULL"

2 „VENOM 2: CARNAGE"

3 „SQUID GAME"

4 „DIUNA"

5 „CZERWONA NOTA"

CHRIS NIEDENTHAL, FOTOGRAFIA Z PIERWSZEGO DNIA STANU WOJENNEGO W POLSCE

LUCYNA BIELIŃSKA-SYTEK

Na pierwszym planie zdjęcia widzimy podobnie ubranych ludzi na chodniku.
Drugi plan ukazuje transporter opancerzony i żołnierzy stojących obok niego. W tle widzimy budynek kina z plakatem reklamującym film Czas apokalipsy i neonem informującym o nazwie kina: Moskwa. Reklamowany na plakacie film to Czas apokalipsy Francisa Forda Coppoli. Powstał on na podstawie powieści Jądro ciemności Josepha Conrada. Opowiada o wewnętrznej misji wojskowej w obrębie armii amerykańskiej podczas wojny w Wietnamie. Ukazuje jednak nie tylko działania zbrojne, lecz także niszczycielski wpływ konfliktu na ludzką psychikę.

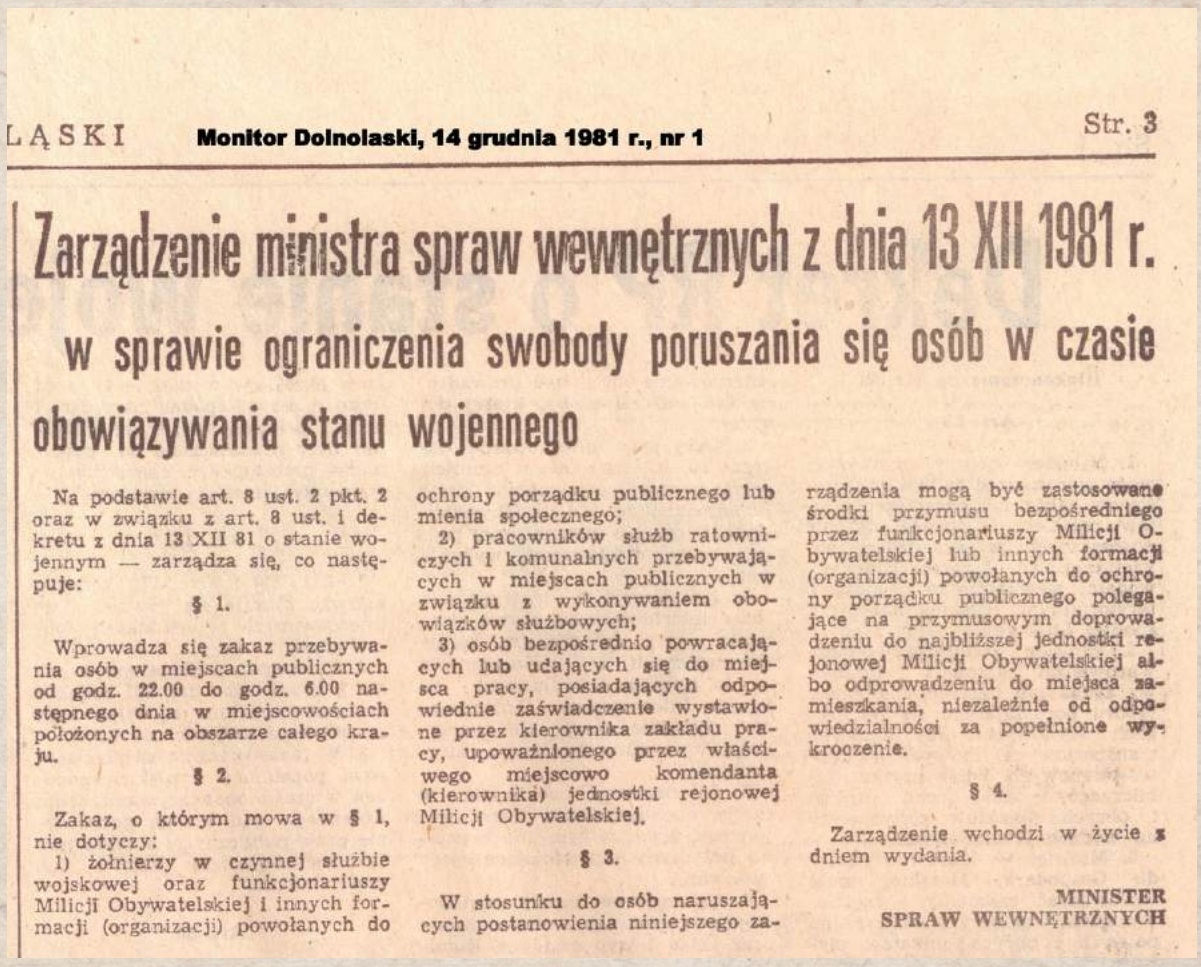
Fotografia powstała w pierwszym dniu stanu wojennego, wprowadzonego w nocy z 12 na 13 grudnia 1981 r. przez władze państwowe, rzekomo w celu obrony obywateli przed niepokojami społecznymi wywołanymi przez NSZZ „Solidarność". W rzeczywistości zamierzano utrzymać siłą ustrój komunistyczny, coraz bardziej nieakceptowany przez naród. Stan wojenny obowiązywał na terenie całej Polski do 1983 r. Wprowadzono godzinę milicyjną i cenzurę prywatnej korespondencji, podsłuchiwano rozmowy telefoniczne, zakazano strajków, wstrzymano wyjazdy zagraniczne, internowano działaczy opozycji demokratycznej, a na ulicach miast pojawiło się wojsko.

Zdjęcie ma charakter symboliczny. Neon z nazwą kina - Moskwa – stolica byłego Związku Radzieckiego, oznacza ośrodek, w którym zapadały wszystkie ważne decyzje dotyczące ówczesnej Polski znajdującej się przymusowo pod wpływem wschodniego sąsiada. Plakat filmowy podkreśla wydźwięk tytułu – Czas apokalipsy – nawiązuje do końca świata, katastroficznych i przerażających wizji, co współgra z wyjątkową, groźną sytuacją zaistniałą w tamtym czasie w Polsce. Transporter opancerzony symbolizuje obecność wojska oraz maszyn bojowych na ulicach kojarzy się z przemocą i zabijaniem, groźbą dla zwykłych ludzi.

Wprowadzenie stanu wojennego stanowi jedno z najważniejszych wydarzeń w najnowszej historii Polski. Rozpoznawalne jest zarówno to, co na zdjęciu (wojsko na ulicach z tego okresu kojarzy się jednoznacznie ze stanem wojennym), jak i sama fotografia, jeden z najczęściej reprodukowanych kadrów dokumentujących te zdarzenia.

Emocje budzi sam widok wojska na ulicach, tym bardziej przy znajomości kontekstu, co zostało wzmocnione oddziaływaniem pozostałych symbolicznych odniesień – do apokalipsy oraz do obcego mocarstwa, ograniczającego polską suwerenność.

Zdjęcie w symboliczny sposób ujmuje stany zagrożenia, ukazuje sytuacje konfliktu jako odwieczne fatum ciążące nad ludzkością. Wywołuje ono refleksje nad historią i sytuacją jednostki w niej.



ŁĄSKI **Monitor Dolnolaski, 14 grudnia 1981 r., nr 1** Str. 3

Zarządzenie ministra spraw wewnętrznych z dnia 13 XII 1981 r.

w sprawie ograniczenia swobody poruszania się osób w czasie obowiązywania stanu wojennego

Na podstawie art. 8 ust. 2 pkt. 2 oraz w związku z art. 8 ust. 1 dekretu z dnia 13 XII 81 o stanie wojennym — zarządza się, co następuje:

§ 1.

Wprowadza się zakaz przebywania osób w miejscach publicznych od godz. 22.00 do godz. 6.00 następnego dnia w miejscowościach położonych na obszarze całego kraju.

§ 2.

Zakaz, o którym mowa w § 1, nie dotyczy:

1) żołnierzy w czynnej służbie wojskowej oraz funkcjonariuszy Milicji Obywatelskiej i innych formacji (organizacji) powołanych do ochrony porządku publicznego lub mienia społecznego;

2) pracowników służb ratowniczych i komunalnych przebywających w miejscach publicznych w związku z wykonywaniem obowiązków służbowych;

3) osób bezpośrednio powracających lub udających się do miejsca pracy, posiadających odpowiednie zaświadczenie wystawione przez kierownika zakładu pracy, upoważnionego przez właściwego miejscowo komendanta (kierownika) jednostki rejonowej Milicji Obywatelskiej.

§ 3.

W stosunku do osób naruszających postanowienia niniejszego zarządzenia mogą być zastosowane środki przymusu bezpośredniego przez funkcjonariuszy Milicji Obywatelskiej lub innych formacji (organizacji) powołanych do ochrony porządku publicznego polegające na przymusowym doprowadzeniu do najbliższej jednostki rejonowej Milicji Obywatelskiej albo odprowadzeniu do miejsca zamieszkania, niezależnie od odpowiedzialności za popełnione wykroczenie.

§ 4.

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem wydania.

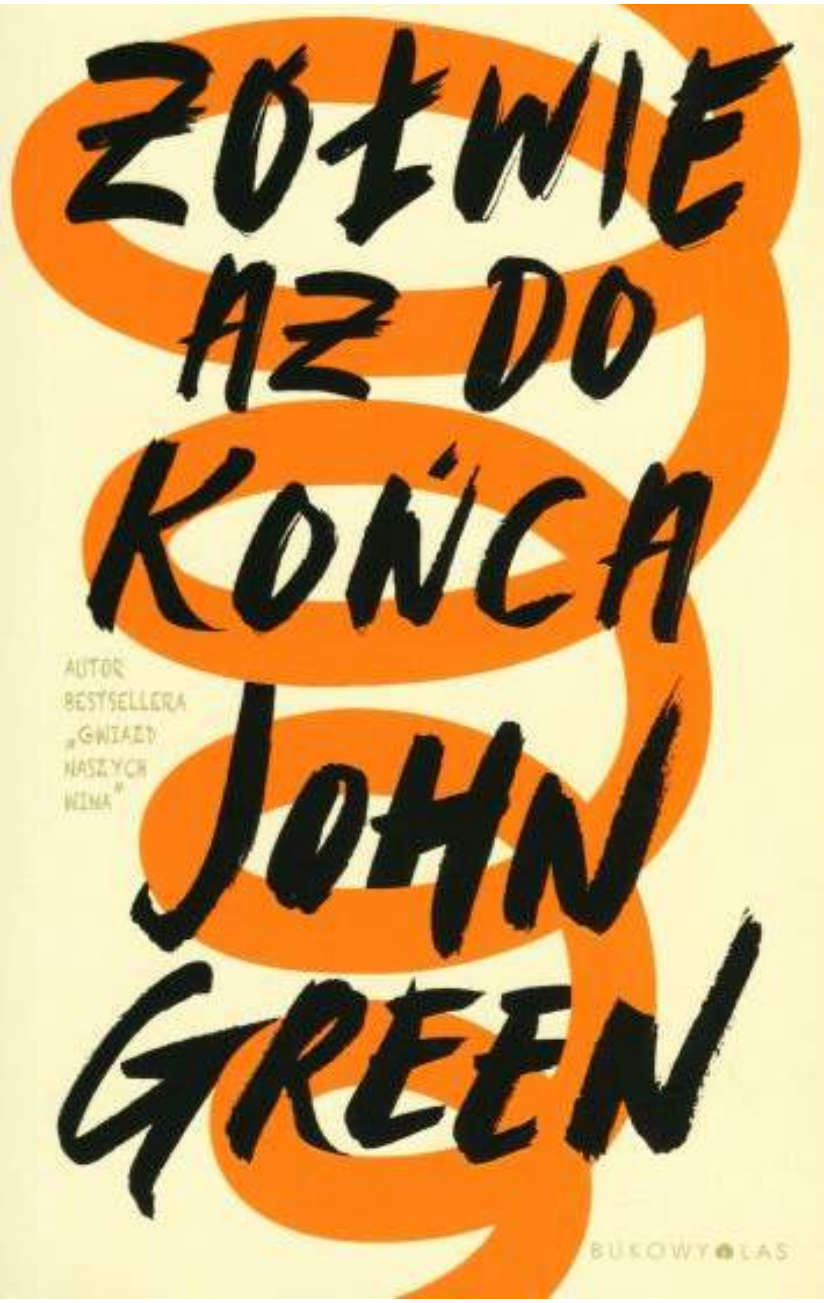
MINISTER
SPRAW WEWNĘTRZNYCH

RECENZJA KSIĄŻKI "ŻÓŁWIE AŻ DO KOŃCA"

AGATA KUBACKA

Ostatnio przeczytałam bardzo ciekawą książkę John'a Green'a pt. "Żółwie aż do końca".
Opowiada ona o potrzebie zrozumienia samego siebie w trudnym dla nastolatków świecie.
Główna bohaterka, Aza Holmes, ma 16 lat i ogromny problem. Cierpi na zaburzenia obsesyjno-kompulsywne. Dziewczyna nie może pozbyć się denerwujących ją myśli o clostridium difficile, bakterii powodującej ciężką chorobę, a nawet śmierć. Dziewczynę paraliżuje strach przed zakażeniem, trudno jej poradzić sobie z myślą o bezpośrednich relacjach z innymi ludźmi, boi się wymiany pocałunków, a nawet z trzymania kogoś za rękę. Ale przecież jakoś musi żyć... Gdy jej przyjaciółka, Daisy, wpada na plan wytropienia poszukiwanego przez policję miliardera, Aza podejmuje wyzwanie. Za informacje o miejscu jego pobytu można bowiem dostać dużo pieniędzy, za które można opłacić studia, kupić laptopa i wiele innych potrzebnych rzeczy... Ale przede wszystkim jest to dla Azy sposób na zapomnienie o swojej obsesji i poczucie się dobrze w towarzystwie innych.

Książka bardzo mi się spodobała, ponieważ opowieść o chorobie podana w taki sposób sprawia, że czytelnik może oswoić tematykę, która go przerasta. Warto przeczytać tę książkę, ponieważ jest naprawdę ciekawa. Polecam również inne książki autora bestsellera "Gwiazd naszych wina", ponieważ każda z nich pokazuje ludzi takich, jak każdy z nas i uczy radzenia sobie w życiu.



Chcesz przeczytać inne książki tego autora?
Zajrzyj do katalogu Biblioteki ZSE:

ZSE STUDENTS' CREATIVITY

TWÓRCZOŚĆ UCZNIOWSKA

"DROGA (DO) ROZPACZY"

"SPRAWIEDLIWOŚĆ"

Link do wiersza

Weronika Spica

Droga (do) rozpaczy
Widzę Cię znów, idącą szarą drogą,
trzymającą ten sam papier co tamtego dnia,
kiedy chciałam zamknąć Cię w szufladzie
wraz ze smutkiem, złością i niepokojem.

Jednak nie mogłam tego zrobić.
Nie potrafiłam ujrzeć we wspomnieniach tego lęku,
który towarzyszył Ci,
gdy dokuczali, kopali i próbowali uśpić Twoją delikatną duszę.

A co gdybym wtedy zaryzykowała i pomogła?
Może byłoby mi dane cieszyć się panującym dobrem, gdyby nie Ty?
Może mogłabym spojrzeć w gwieździste niebo i znałabym odpowiedź na każde pytanie?
Dlaczego się zjawiłaś?

Nawet Bóg nie odpowie na moje wezwania.
Zmieniłaś wszystko i nie jesteś już taka sama,
jak tamtego dnia, gdy uczyłam się chodzić
lub wtedy, kiedy z niepokojem wracałam do domu, wiedząc co się wydarzy.

Wiem, że bez Ciebie byłoby łatwiej.
Uśmiech nie schodziłby z mojej twarzy,
Ale po co? Jeżeli nie byłoby Ciebie.
Mojej towarzyszki, mojego utrapienia duszy.

Nigdy nie wiadomo, mówiąc o rozpaczy,
czy ostatnia jest pierwszą, czy pierwsza ostatnią.
Ponoć zabijasz i za to Cię nienawidzą.
Tworzysz równowagę i za to Cię kochają.

Inspirowany wierszem księdza Jana Twardowskiego
"*Oda do rozpaczy* "

Czy sprawiedliwość naprawdę istnieje?

Eryk Szczypior

Sprawiedliwość to postępowanie zgodne z moralnością i bezstronnością. Wedle słownikowych definicji, rozumiane jest także jako prawe i uczciwe postępowanie. Pojęcie jest szeroko omawiane, więc zaciekawiło mnie także to, jak patrzy na nie świat poezji.

Ksiądz Jan Twardowski wierszu Sprawiedliwość przedstawia ciekawe rozumienie tego pojęcia. Według niego oznacza ona różnorodność i nierówność. Uważa, że gdyby każdy miał to samo, ludzie nie byliby sobie potrzebni. Autor dziękuje Bogu za nierówność, którą Bóg stworzył, bo jest ona wspaniała i definiuje nas jako ludzi.

Jonas Jonasson powiedział kiedyś: "Sprawiedliwość nie zawsze jest taka sprawiedliwa, jak powinna". Ksiądz Twardowski twierdzi, że umieramy za tych, co nie chcą umierać i kochamy tych, których nikt nie kocha.
Taką niesprawiedliwość widzimy na co dzień.
Ten wiersz - modlitwa - pokazuje nam pewien paradoks. Ludzie nie potrafią być obok siebie, każdy walczy o własne dobro i nie zwraca uwagi na innych, ale dzięki temu my potrafimy zauważyć różnice między nami.

Pewne powiedzenie głosi: "Jeżeli w życiu powiodło ci się bardziej niż innym, to zbuduj dłuższy stół, a nie wyższy płot". Nawiązując do wiersza Sprawiedliwość można sądzić, że autor chciałby, żeby ludzie dzielili się tym, co mają, a nie gromadzili wszystkiego dla siebie. Ważne jest, aby umieli być ze sobą i nie byli egoistami, by czuli się potrzebni i umieli przyjmować od innych to, co im dają. Niesprawiedliwość uczy nas dzielić się z innymi. Przecież po co - i czym – mielibyśmy się dzielić, gdyby każdy z nas miał to samo?

Wiersz Sprawiedliwość rozprawia tylko o życiu doczesnym. Punkt widzenia podmiotu lirycznego jest bardzo interesujący, gdyż większość dzieł o tematyce religijnej skupia się zazwyczaj na ukazaniu sprawiedliwości po śmierci oraz podziale na niebo i piekło. Widzimy to na przykład w klasycznym dziele Dantego, Boskiej komedii. Główny bohater pokazuje, co czeka nas po opuszczeniu ziemi i kary jakie przygotowano dla tych, którzy nie żyli zgodnie z przykazaniami Bożymi. Tego natomiast nie widzimy w wierszu Jana Twardowskiego. Tu została przedstawiona inna sprawiedliwość, która związana jest z życiem doczesnym, stworzona przez Boga.

Literatura od zawsze rozpatruje kwestie dotyczące pojęcia sprawiedliwości. W polskiej biblioteczce przykładem na to jest Balladyna Juliusza Słowackiego. Dramat ten pokazuje zależność zbrodni i kary. Bohaterka zabija bliskie sobie osoby i za to ponosi wysoką cenę. Myślę, że ksiądz Twardowski na pewno by nie chciał, aby ludzie tak postępowali, bo wtedy Bóg nie musiałby ich karać.
Pomimo tego, że ksiądz Twardowski opiera swój wiersz na przeciwstawieniu równości i nierówności, wiersz prosi o jedność. Poeta chciałby, żeby ludzie stworzeni przez Boga byli różni, ale umieli i chcieli żyć w harmonii z Nim oraz ze samym sobą. Uważa, że Stwórca stworzył idealny świat, w którym się wszystko wzajemnie uzupełnia.

PRACA INSPIROWANA WIERSZEM KSIĘDZA JANA TWARDOWSKIEGO

ZSE COOKING

KULINARIA PRZEPISY

HITOWE PLACUSZKI BANANOWE
MINI PIZZERKI

MINI PIZZERKI

Składniki na ciasto:

- 2 szklanki mąki pszennej
- 1 łyżeczka suchych drożdży
- 2 łyżeczki oleju
- 3/4 szklanki letniej wody
- szczypta soli
- 1 płaska łyżeczka cukru

Dodatki:

- kawałki różnych papryk
- szynka, salami ok. 10dkg
- cebula
- ser żółty ok. 10dkg
- sos pomidorowy lub ketchup

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1) Do szklanki z letnią wodą dodajemy drożdże, sól, cukier, olej i mieszamy. Mąkę przesiewamy, robimy wgłębienie i wlewamy w nie wodę z drożdżami. Wyrabiamy ciasto.

2) Ciasto przekładamy do miski, przykrywamy folią spożywczą i odkładamy w ciepłe miejsce na około 1 godzinę.

3) Wyrośnięte ciasto rozwałkowujemy na posmarowanym olejem blacie, na grubość około 0,5 cm. Za pomocą dużej szklanki wycinamy w cieście kółeczka.

4) Kółeczka przekładamy na blaszkę wyłożoną papierem do pieczenia i smarujemy ketchupem lub sosem pomidorowym. Pozostałe ciasto ponownie zagniatamy, rozwałkowujemy i wycinamy kolejne kółeczka.

5) Paprykę, cebulę i wędlinę kroimy na kawałki.

6) Na każdej pizzerce układamy kilka kawałków wędliny, papryk i cebuli.

7) Obsypujemy pizzerinki startym żółtym serem.

8) Zapiekamy w piekarniku nagrzanym do 200'C **(z termoobiegiem)** przez około 15 minut

Potrawy zostały przygotowane i sfotografowane przez Wiktorię Gworek

HITOWE PLACUSZKI BANANOWE

Składniki:

- 2 jajka
- ½ szklanki mąki pszennej
- 150 g jogurtu naturalnego
- dojrzały banan
- 2 łyżki cukru
- łyżka cukru wanilinowego
- 1 i ½ łyżeczki proszku do pieczenia
- 2 łyżki rozpuszczonego masła

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

(15 MINUT)

Wszystkie składniki prócz bananów miksujemy na gładką masę. Na koniec dodajemy rozgniecionego widelcem banana, mieszamy i możemy brać się za smażenie.

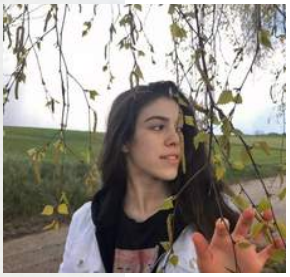
Placuszki najlepiej smażyć na suchej patelni. Jeśli macie z tym problem, możecie użyć niewielkiej ilości oleju.

Podajemy ze świeżymi lub karmelizowanymi owocami, **koniecznie** z dodatkiem syropu klonowego.

PRZEPISY:

WIKTORIA GWOREK

REDAKCJA



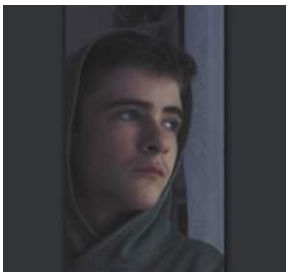
WERONIKA
SPICA
REDAKTOR NACZELNY
PSYCHOLOGIA

KUBA
LINDENAU
REDAKTOR WYKONAWCZY

SZYMON
DUSOWSKI
LAYOUT

SEBASTIAN
BONIN
SPORT

NIKOLA
DREWCZYŃSKA
FOTOGRAF



MICHAŁ
HILLER
FOTOGRAF

WIKTORIA
GWOREK
KULINARIA

OLIWIA
MAKOWSKA
KALENDARIUM

DAGMARA
SZABLEWSKA
KULTURA I SZTUKA

MAGDA
GREGORKIEWICZ
KOREPETYCJE

KS. ŁUKASZ
SIMIŃSKI
REDAKTOR MERYTORYCZNY

LUCYNA
BIELIŃSKA-SYTEK
OPIEKUN
REDAKTOR MERYTORYCZNY

KAMIL
LEMKA
STREFA GRACZA

Kontakt
zsespolka@gmail.com