

KWARTALNIK 2008

ZESPÓŁ SZKÓŁ SPECJALNYCH NR 3
W UNIWERSYTECKIM SZPITALU
DZIECIĘCYM W KRAKOWIE

L O O K

Oryginalnie
Literacko

Kulturalnie
Obiektywnie

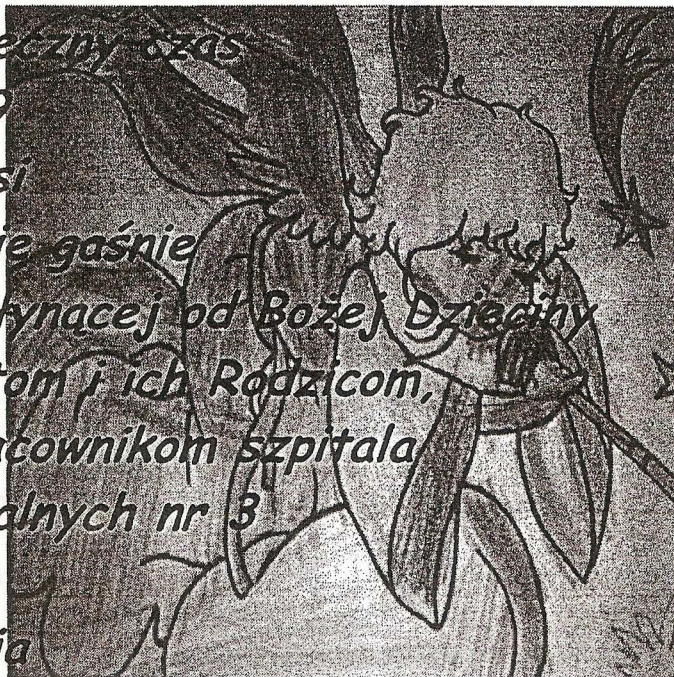


GAZETKA STWORZONA PRZY WSPÓŁPRACY DZIECI
POD REDAKCJĄ
M. BOCZAR-BŁADZIŃSKIEJ, M. GAŁĘZIOWSKIEJ, A. GŁUCH,
A. KATARZYŃSKIEJ, A. ZŁOMAŃCZUK, B. WALEROWSKA

Autorką rysunku na stronie tytułowej jest nasza uczennica Karolina Fik z klasy V.
Pozdrawiamy!

*Na ten cudowny świąteczny czas
jak i na cały rok 2009
wiary, co góry przenosi
nadziei, która nigdy nie gaśnie
i prawdziwej miłości płynącej od Bożej Dziecinny
naszym małym Pacjentom i ich Rodzicom,
a także wszystkim pracownikom szpitala
i Zespołu Szkół Specjalnych nr 3*

życzy Redakcja



Czy wiesz, że ...?

• Nazwa "opłatek" pochodzi od łacińskiego słowa "oblatum", czyli dar ofiarny. Dawniej człowiek składał ofiary nieznanym siłom - wodzie, piorunom, wiatrom, trzęsieniom ziemi, by ustrzec się od tego wszystkiego, co mogło mu zagrażać. Praktyka pieczenia chleba praśnego, niekwaszonego, takiego, jakiego używał Pan Jezus przy Ostatniej Wieczerzy, pochodziła z czasów biblijnych, od Mojżesza i zachowała się w Kościele do dziś, choć obecnie ten chleb ma inny wygląd, jest bielszy, cieńszy i delikatniejszy. Opłatki, jakie my dziś znamy (nebula - mgiełka) pierwsi zaczęli wypiekać zakonnicy z klasztoru benedyktyńskiego we Francji.

• Staropolskie opłatki były różnokolorowe i bardzo ozdobne. Dziś opłatki są białe i ozdobnie wytłaczane.

• Podczas Wigilii na Warmii i Mazurach, kiedy jeszcze biesiadnicy siedzieli przy stole, spod obrusa ciągnięto słomki. Jeśli wyciągnięto słomkę prosta, to osobę, która ją wyciągnęła, czekało życie proste, bez niebezpieczeństw. Jeśli słomka była pokrzywiona, to dana osoba czekała w przyszłym roku życie kręte.

• Na Mazowszu, resztki jedzenia dawano zwierzętom. Wierzono bowiem, że o północy, przynajmniej niektóre z nich, przemówią ludzkim głosem. Dotyczyło to zwłaszcza bydła, bo ono było obecne przy narodzinach Dzieciątka i w nagrodę otrzymało dar mówienia ludzkim głosem w noc wigilijną.

• Na Podlasiu resztki wieczerzy ustawiano koło pieca, a przed nim ławę posypaną piaskiem lub popiołem. Pokarmy te były przeznaczone dla zmarłych przodków. Rano, po śladach na piasku, odgadywano, kto przyszedł w nocy i czy w ogóle przyszedł.

• W wielu rejonach Polski w ten wieczór wyruszali kołędnicy. Musiały być minimum trzy postacie: bocian, koza i niedźwiedź. Bocian symbolizował nowy rok i nowe życie, koza - płodność, a niedźwiedź - wrogie siły przyrody, które należało obtaskawić.



Polskie tradycje świąteczne

Do ogólnie przyjętych zwyczajów adwentowych należy udział wiernych w odprawianych o świcie Mszach roratnich poświęconych Najświętszej Marii Pannie. Innym zwyczajem przypadającym na czas Adwentu jest obdarowywanie się prezentami w dniu św. Mikołaja (6 grudnia). Drobnymi podarunkami wkłada się zwykle pod poduszki lub do butów. Należy też wspomnieć o kartkach ze świątecznymi i noworocznymi życzeniami wysyłanymi do znajomych.

Najwięcej zwyczajów ludowych wiąże się jednak z ostatnim dniem Adwentu, czyli z Wigilią. Słowo 'wigilia' pochodzi z języka łacińskiego i oznacza czuwanie. Tradycja czuwania przed dniami świąt wywodzi się ze Starego Testamentu. Wigilie służą temu aby szykować jedzenie i czynić przygotowania do tego, aby święta mogły być wolne od pracy, a ponadto jest to czas, w którym do nadchodzącego święta trzeba przygotować się wewnątrz. Po generalnych porządkach, gdy wszystko lśni już czystością, przystępuje się do świątecznego przyozdabiania domów.

Współczesna choinka, przybrana świeczkami i innymi ozdobami pojawiła się najwcześniej na ziemiach niemieckich. Jej ojczyzną była najprawdopodobniej Alzacja. Choinka, jak uczy Kościół, jest odwzorowaniem drzewa rajskiego: 'drzewa życia', biblijnego drzewa wiadomości dobra i zła.

Na choince nie powinno zabraknąć jabłek, te właśnie owoce były na owym biblijnym drzewie, a ponadto jabłko symbolizuje zdrowie do późnej starości. Wśród gałązek przeplatają się łańcuchy - lekkie, słomkowe, bibułkowe, to pamiątka po wężu kusicielu. Pętają choinkę jak niewolnicę, przypominając, że cały ludzki ród znajduje się w niewoli grzechu. Gwiazda na szczycie drzewka symbolizuje gwiazdę betlejemską, która prowadziła Trzech Króli do Dzieciątka Jezus. Palące się na gałązkach lampki, to jakby okruchy ognia, który dawniej płonął w izbie przez całą noc wigilijną, aby przychodzące na ten czas dusze przodków mogły się ogrzać, dzisiaj przypominają one o nigdy nie gasnącej Bożej miłości do ludzi. Choinkę ubiera się także w bombki. Tak ustrójona powinna stać w domu do Trzech Króli.

Dzisiejsze wspaniałe prezenty gwiazdkowe są nowością. W XIX wieku tylko w niektórych częściach Polski obdarowywano dzieci drobnymi upominkami, które wręczał św. Mikołaj.

Od chwili zapadnięcia zmroku i ukazania się na niebie pierwszej gwiazdy, zasiada się do pierwszego świątecznego posiłku, zwanego wieczerzą wigilijną lub po prostu Wigilią, którą obchodzi się niezwykle uroczysto, przy czym ona właśnie decyduje o specyficznej, niepowtarzalnej atmosferze całych świąt.

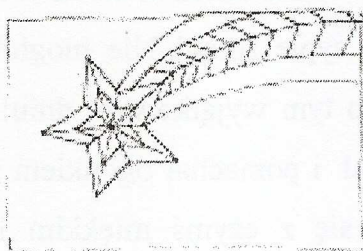
Specyfiką wieczerzy wigilijnej jest jej postny charakter, ustalony tradycją zestaw potraw, oraz dostoyny nastrój obowiązujący wszystkich biesiadników. Wieczerzę najczęściej spożywa się w gronie rodzinnym. Na stole stawia się zazwyczaj jedno dodatkowe nakrycie. Miejsce

to przeznaczone jest dla zbłąkanego wędrowca lub dla osób bliskich, ale w tym momencie nieobecnych. Nikt bowiem tego dnia nie powinien być samotny. W domach katolickich posiłek wigilijny poprzedza odczytanie fragmentu Ewangelii według św. Łukasza o narodzinach Jezusa. Potem wszyscy domownicy dzielą się opłatkiem i składają sobie życzenia. Wigilijny opłatek jest zwyczajem typowo polskim. Symbolizuje on powszechne pojednanie i braterstwo, jest symbolem miłości i jedności wszystkich chrześcijan, oraz znakiem ich zjednoczenia z Bogiem i ze świętymi.

Po przetamaniu się opłatkiem i złożeniu życzeń wszyscy domownicy zasiadają do wspólnej wieczerzy. Liczba, rodzaj i kolejność dań pojawiających się na wigilijnym stole zależy od lokalnej tradycji. Wszędzie jednak, bez wyjątku są to dania postne. W przeszłości przestrzegano zasady, aby spróbować wszystkich przygotowanych na Wigilię potraw. Dzięki temu miało ich nie zabraknąć w nadchodzącym roku. W wigilijny wieczór gospodarze pamiętali także o swoich zwierzętach domowych, którym dawali resztki potraw pozostałych z wieczerzy, wymieszane z opłatkiem. Nieodłączną częścią wieczoru wigilijnego było i jest wspólne śpiewanie kolęd przy Bożonarodzeniowej szopce. Pieśni opowiadających o narodzeniu Jezusa jest w polskiej tradycji bardzo dużo. Najstarsze sięgają czasów średniowiecza. Ich wprowadzenie a potem upowszechnienie zawdzięcza się prawdopodobnie franciszkanom. Oni też przynieśli do Polski zwyczaj budowy szopek. Najbardziej znane i najciekawsze są szopki krakowskie, których architekturę wzoruje się na zabytkowych budowlach. Wieczór wigilijny kończy pasterka - Msza odprawiana w kościołach dokładnie o północy. Zgodnie z tradycją upamiętnia ona przybycie do Betlejem pasterzy i złożenie przez nich hołdu nowo narodzonemu Mesjaszowi. Dni świąteczne, które następują po Wigilii, nie wyróżniają się już w polskiej kulturze równie bogatą oprawą plastyczną i obrzędową. Zazwyczaj jest to czas odpoczynku, rodzinnych i towarzyskich spotkań, czasami też kolędowania, czyli odwiedzania domów przez grupy przebierańców - kolędników - z życzeniami świąteczno-noworocznymi, z szopką i kolędami. Innym zwyczajem wprowadzonym i upowszechnionym przez Kościół, są odwiedziny parafian w okresie świąt Bożego Narodzenia składane przez proboszcza lub księży z parafii. Przynoszą oni dobrą nowinę, święcą i błogosławią dom oraz jego mieszkańców, w zamian zaś otrzymują symboliczną ofiarę nazywaną dawniej kolędą.

Opisując tradycje bożonarodzeniowe należy zwrócić uwagę, że choinka, kolędy i św. Mikołaj należą dziś do zwyczajów o zasięgu ponadnarodowym, praktykowanych w różnych częściach świata, nie tylko przez katolików. Ze zwyczajów typowo polskich pozostała nam wieczerza wigilijna, opłatek i chyba jeszcze ta jedna, nieznaną powszechnie, przekazana tradycją - rodzinna, niepowtarzalna atmosfera świąt Bożego Narodzenia, pełna wzajemnej bliskości, miłości i ciepła. W poszczególnych krajach tradycje i zwyczaje różnią się między sobą.

<http://www.novinka.pl.tl/>



TEN WYJĄTKOWY DZIEŃ

Tego ranka kotek Migotek obudził się o wiele wcześniej niż zwykle. Coś nie pozwalało mu spać a sam nie wiedział co takiego. Docierały do niego z głębi domu jakieś nieznane odgłosy, smakowite zapachy i głośne śmiechy dzieci. Przeciągnął się mocno, umył dokładnie łapką pyszczek i wyruszył na wycieczkę po domu chcąc sprawdzić co się tak naprawdę dzieje. Najpierw zajrzał do kuchni a tam co zapachy! Ile smakowitości na stole. Mama krząta się tu i tam cały czas ma czymś zajęte ręce, coś miesza, coś kroi, coś wyciąga z piekarnika. Hmm.... Musze sprawdzić co Mama robi pomyślał Migotek. Otarł się o jej nogę zamiauczał przyjaźnie i podniósł łebek do góry. Migotku nie przeszkadzaj teraz powiedziała mama. Mam jeszcze tyle pracy a dzisiaj taki wyjątkowy dzień. Idź do dzieci. A co znaczy wyjątkowy dzień? Zapytał po kociemu Migotek, ale mama go niezrozumiała. Postanowił znaleźć dzieci. Paweł i Gosia pewnie są w swoim pokoju pomyślał. Jakież było jego zdziwienie kiedy nie znalazł dzieci ani w pokoju ani w ogóle w całym domu. Kiedy schodził ze schodów nagle otworzyły się drzwi a w nich ukazało się coś wielkiego i zielonego. Drzewo w domu?! A co to za zwyczaj?! - zastanowił się Migotek. Wielkimi ze zdziwienia oczami wpatrywał się w tatę, który wnosił do domu wielkie zielone drzewo. Co kociaczkę tak patrzysz? zaśmiał się tata zacierając zmarznięte ręce. To jest choinka. Nie może jej przecież zabraknąć w tym wyjątkowym dniu! A co to jest ten wyjątkowy dzień? - znowu po kociemu zapytał Migotek ale i tata go nie rozumiał. Okazało się że dzieci są na podwórku. Migotek wysunął pyszczek na zewnątrz i nagle..... na jego nosek spadło coś białego miękkiego i mokrego. Kotek przestraszył się i strzepnął z noska to coś. Kiedy rozglądał się okazało się że całe podwórko okryte jest tym dziwnym białym puchem i na dodatek spada go z nieba coraz więcej i więcej. Dzieci lepią z niego kulki i rzucają nimi w siebie głośno się śmiejąc. Chodź Migotku pobaw się z nami śnieżkami! zawołał Paweł i obsypał kotka białym puchem . To wspaniale że sypie śnieg! Nie mogłoby go zabraknąć w tym wyjątkowym dniu! Znowu mówią o tym wyjątkowym dniu! - myślał Migotek. A ja wciąż nie wiem co to jest! Pomyślał i pomachał ogonkiem nie zadowolony. Pobiegł przed siebie gdy nagle... zderzył się z czymś miękkim i upadł. Przed nim stał uśmiechnięty jegomość w czerwonym kapeluszu, który zamiast nosa miał

marchewkę. Kim jesteś? - zapytał go zdziwiony Migotek. Śniegowym bałwankiem. Dzieci ulepiły mnie dzisiaj rano. Mówią że w ten wyjątkowy dzień nie może na podwórku zabraknąć bałwanka. Dzieci lubią się ze mną bawić i co roku dają mi nowe guziczki. Och! Może w końcu ty mi wytłumaczysz co znaczy ten WYJĄTKOWY DZIEŃ ??? Dzieją się tu rzeczy, których nie rozumiem: Mama nie zwraca na mnie uwagi bo taka jest zajęta, w całym domu tak smakowicie pachnie, tata przyniósł do domu drzewko a dzieci cieszą się i rzucają czymś białym i jeszcze ty wprowadziłeś się na nasze podwórko. - krzyczał Migotek. Nie wiesz?! Ten wyjątkowy dzień to przecież Wigilia, jeden z najpiękniejszych dni w roku! Zaczyna się w Boże Narodzenie. Jest wyjątkowy bo wtedy gasną wszelkie spory. Ludzie są dla siebie dobrzy, składają sobie ciepłe życzenia, przepraszają się za przykrości jakich sobie przysporzyli i dziękują za radości, które sprawiają że są szczęśliwi. Rodziny zasiadają do wspólnego stołu mają dla siebie nawzajem więcej czasu, rozmawiają o miłości i marzeniach. Mama nie zajęła się rano tobą bo przygotowuje wspaniałą kolację wigilijną, tata przyniósł choinkę do domu bo to drzewko jest symbolem Świąt. Tata wie ile radości niesie dzieciom przystrajanie jej, śpiewanie przy niej kolęd i jak wszyscy domownicy uwielbiają jej leśny zapach. Dzieci cieszą się bo pod choinką znajdą dziś wieczorem prezenty, odwiedzą ich dziadkowie a rodzice będą uśmiechać się częściej niż zwykle. A co ja mam robić w ten wyjątkowy dzień? - zapytał bałwanka kotek. Biegnij do dzieci i pokaż im jak bardzo je lubisz. To dobry pomysł. Tak zrobię - odparł i szybko pobiegł w kierunku domu. On również czuł, że ten dzień jest inny od wszystkich.

KONIEC

Wigilijne przysłowia oraz wróżby

NA WSZYSTKIE DNI GRUDNIA

1 grudnia - Pierwszego grudnia, gdy pogoda służy, to wczesną wiosnę i pogodną wróży.

2 grudnia - Gdy na początku grudnia pogoda stała, zima będzie długo trzymała.

3 grudnia - Grudzień jak łagodny wszędzie, cała zima dzieckiem będzie.

4 grudnia - Barbara mrozi, Mikołaj lód zwozi.

5 grudnia - Pierwszy śnieżek w błoto pada, słabą zimę zapowiada.

6 grudnia - Jeśli święty Mikołaj lodu nie roztopi, długo będą w ręce chuchać chłopci.

7 grudnia - Święty Ambroży zimy przysporzy.

8 grudnia - Jeśli w grudniu często dmucha, to w marcu i kwietniu plucha.

9 grudnia - Grudzień to miesiąc zawiły, czasem srogi, czasem miły.

10 grudnia - Gdy ptaki o północy latają, mroźną zimę przepowiadają.

11 grudnia - Pogoda grudniowa - lodu połowa, wody połowa.

12 grudnia - W zimie odkryte ucho, to w lecie sucho.

13 grudnia - Święta Lucia głosi, jaką pogodę styczeń przynosi.

14 grudnia - Taką pogodę Nowy Rok przynosi, jaka na Jana od Krzyża się głosi.

15 grudnia - Jak w zimie piecze, to w lecie ciecze.

16 grudnia - Grudzień zimny, śniegiem przykryty, dać rok w zboże obfity.

17 grudnia - Od świętego Florka daj chleba do worka

18 grudnia - Gdy w grudniu śnieg pada, drugi rok taki sam zapowiada.

19 grudnia - Pogoda na Urbana, to wielka wygrana.

20 grudnia - Gdy Makary pogodny, cały styczeń chłodny.

21 grudnia - Jaka pogoda Tomaszowa, taka będzie i majowa.

22 grudnia - Gdy łagodna jesień trzyma, będzie krótka, ostra zima.

23 grudnia - Im więcej zimą wody, tym więcej wiosna pogody.

24 grudnia - Jak w Wigilię z dachu ciecze, zima długo się przewlecze.

25 grudnia - Gdy w Narodzenie pogodnie, będzie tak cztery tygodnie.

26 grudnia - Boże Narodzenie no lodzie, Wielkanoc no wodzie.

27 grudnia - Jak Apostoł nokażnie, taki luty nastenie.

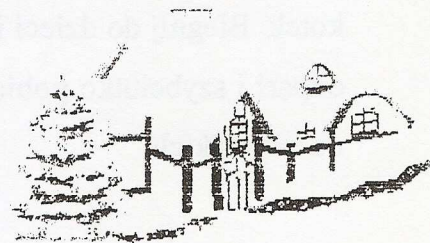
28 grudnia - Niewiniątek dzień nokaże, jaka pogoda w marcu się okaże

29 grudnia - Późna zima długo trzyma.

30 grudnia - Kiedy grzmi na lód, będzie ślód

31 grudnia - Na święty Sylwester mroźno, zanowiedź na zime mroźna

Wigilijne przysłowia



WIGILIJNE PRZYSŁOWIA

Jeśli nie odlecą ptaszki do Michała, do Wigilii zima nie nastani trwała.

Od Łucji do Wigilii patrz na dni o przyszłym roku nowiedza Ci

Święta Barbara no wodzie, Boże Narodzenie no lodzie

Święta Barbara no lodzie, Boże Narodzenie no wodzie

Głosem ucznia

„Jak pomagać rodzicom”

Rodzice mogą pomagać w chorobie przedchorzęstkim modlitwą. Pomagają nam w ciężkich chwilach, których jest nadzwyczaj dużo. Są dla nas otuchą i pomocą w trudnych momentach. Starają się, abyśmy byli w dobrym humorze. Zawzięci mają pomoc dusze. Bez nich ciężko by mi było przetrwać tę chorobę. A my staramy się, abyśmy łatwiej pokonywali wszelkie trudności. Wierzymy się, będziemy zwyciężczykami, a wszystko pokonamy. Zawzięci tym z tym samym innymi, a świat będzie wesoły. Wystarczy miły gest, dobre słowa i od razu pojawia się uśmiech na twarzy drugiego człowieka, a w naszym sercu radość. A my także pamiętajmy o innych, szczególnie o rodzicach, którzy cierpią razem z nami.

Krzysztof

l. 13

Quiz Świąteczny

1. A Quick Christmas Quiz

Tick the correct answer.

Zaznacz poprawną odpowiedź.

1. Who gives you Christmas presents?
 - a) Santa Claus
 - b) Nicholas Copernicus
 - c) Lord Vader
2. What do you have to do to get presents?
 - a) Be naughty
 - b) Eat lots of sweets
 - c) Be good
3. Which of the following titles is a Christmas Song?
 - a) Oops... I did it again!
 - b) Jingle Bells
 - c) All Star
4. What does Santa Claus look like?
 - a) He is fat and wears red clothes
 - b) He is very tall and wears trunks
 - c) He looks like a rabbit

HELP BOX:

- trunks - Krótkie spodenki, bokserki
- naughty - niegrzeczny

2. What's wrong with that?!

Cross out the word that does not fit in. *Wykreśl po jednym słowie, które nie pasuje do reszty.*

1. BELL CHRISTMAS SANTA TROUSERS CHIMNEY
2. LOLLIPOP CHOCOLATE SWEETS LIGHTSABRE MARSHMALLOWS
3. HAT GLOVES BOOTS TROUSERS CARROT
4. REINDEER SLEIGH SANTA ROCKET STOCKING
5. GIFT CHRISTMAS CRACKER CHRISTMAS TREE PYJAMAS DECORATIONS

HELP BOX:

- trousers - spodnie
- chimney - kominek
- lollipop - lizak
- lightsabre - miecz świetlny
- gloves - rękawiczki
- carrot - marchewka
- Christmas stocking - skarpeta (na prezenty)
- reindeer - renifer

3. Messed up!

The elves in the Santa's Toy Factory have messed these words up. Help them get the correct words!

Elfy w fabryce zabawek Świętego Mikołaja pomieszaly te słowa - pomóż im naprawić błąd!

1. COHLOCTAE
2. TSWEES
3. ATNSA
4. LELB
5. LOCAR
6. HCIRTSAMS

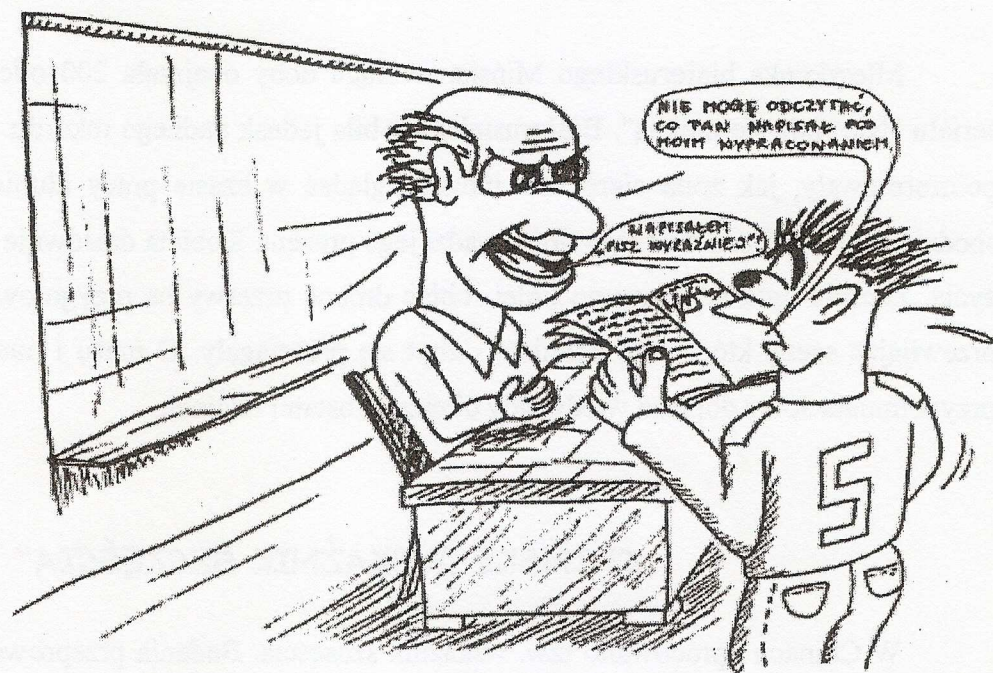
Designed by Piotr Fijałkowski for Pearson Longman

• Answers:

1. BELL CHRISTMAS SANTA TROUSERS CHIMNEY
2. LOLLIPOP CHOCOLATE SWEETS LIGHTSABRE MARSHMALLOWS
3. HAT GLOVES BOOTS TROUSERS CARROT
4. REINDEER SLEIGH SANTA ROCKET STOCKING
5. GIFT CHRISTMAS CRACKER CHRISTMAS TREE PYJAMAS DECORATIONS

1. Chocolate 2. Sweets 3. Santa 4. Bell 5. Carol 6. Christmas

Uśmiechnij się!



Szalejący kryzys ekonomiczny. Dzwoni bankier do bankiera:

- Cześć stary, jak sypiasz?
- Jak niemowlę.
- Żartujesz?
- Wcale nie. Wczoraj całą noc płakałem.



Nadzwyczajne ciekawostki ze świata

GROŹNY NAŁÓG OGLĄDANIA TELENOWEL

Mieszkanca białoruskiego Mińska w ciągu doby obejrzała 200 odcinków rosyjskiego serialu "Nie rodź się piękną". Białorusinka nie biła jednak żadnego rekordu. Białoruskie media poinformowały, jak żona cierpi nie mogąc oglądać w czasie pracy ulubionego serialu. Nie spodziewał się jednak, do czego doprowadzi jego prezent. Kobieta dosłownie na dobę wypadła z życia. Zaczęła oglądać filmy po kolei robiąc drobne przerwy na przygotowanie kanapek oraz przewijając sceny które - jej zdaniem - zbyt się przeciągały. O mężu i małym synku kobieta przypomniała sobie dopiero wtedy, gdy obejrzała ostatni odcinek.

CHIŃSKI „WSKAŹNIK SZCZĘŚCIA”

W Chinach opracowano tzw. wskaźnik szczęścia. Badania przeprowadzono na ponad 7 000 mieszkańcach Pekinu. Okazało się, że najbardziej szczęśliwi są przedstawiciele klasy średniej. Według wskaźnika, opublikowanego przez Pekіńskie Biuro Statystyczne, aż 83% osób zarabiających około 750 USD, jest zadowolonych z życia. Z badań wynika jednak, że pieniądze nie idą w parze ze szczęściem. Odsetek osób uważających się za szczęśliwe maleje bowiem w grupach o wyższych dochodach. Przy opracowywaniu wskaźnika brano pod uwagę takie czynniki jak dochody, opieka medyczna, hierarchia społeczna i relacje rodzinne. Wskaźnik szczęścia mieszkańców chińskiej stolicy ma być publikowany raz do roku we wrześniu. Według chińskich mediów ma pomóc rządowi w usuwaniu "ewentualnych niedociągnięć jego pracy".

„NIEDOBÓR SNU”

Jedną ze znaczących przyczyn otyłości może być niedobór snu w dzieciństwie. Naukowcy z uniwersytetu w Bristolu twierdzą, że dzieci i młodzież śpią znacznie krócej, niż pokolenia ich rodziców, co bardzo negatywnie wpływa na poziom hormonów odpowiedzialnych za zużycie energii i kontrolę apetytu. Zbyt krótki sen jest wynikiem wzrostu popularności telewizji, komputerów i telefonów komórkowych, które powodują, że młodzi ludzie chodzą spać zmęczeni i zbyt podekscytowani, aby szybko zasnąć. Większość dzieci ogląda telewizję bezpośrednio przed snem, co może im utrudniać zasypianie. Zdaniem dr Shahrada Taheri, usunięcie z sypialni dziecka elektronicznych gadżetów może być rozwiązaniem problemu otyłości wśród młodych ludzi.

Z księgi rekordów

NAJWIĘKSZE GAŁKI OCZNE

Największe gałki oczne - Kim Goodman z Chicago potrafi wysunąć oczy z oczodołów na odległość 11 cm.

CORAZ WYŻSI

Przeciętny polski 20-latek ma 178 cm wzrostu (mężczyzna) i 166 cm (kobieta). Pokolenie ich ojców miało 174 cm (mężczyźni) a pokolenie dziadków w okolicach 171 cm. Mieszkańcy miast są nieco wyżsi od swych rówieśników ze wsi o około 1-1,5 cm (być może wpływ bogatszej diety).

Dzieci wysokich rodziców zazwyczaj mają wzrost podobny do rodziców, zaś dzieci rodziców niższych bywają często dużo wyższe (zwłaszcza w okresie, gdy następuje skokowy wzrost wysokości w populacji na skutek zmiany diety, jaki obserwuje się na przestrzeni ostatnich dziesięciu lat w wielu narodach świata).

SPOJRZENIE

W 1993 r. Brytyjczyk Dominic OBrien zapamiętał po jednym spojrzeniu przypadkowy układ potasowanych czterdziestu talii kart, co daje razem 2080 kart.

DOBRA PAMIĘĆ

Siedemnastoletni Maciej Demianowicz z Olsztyna ustanowił rekord Guinnessa zapamiętując 102 cyfry w 119 sekund.

DIAGRAM

Sześcioro dzieci z Częstochowy w siedzibie RMF FM ustanowiło rekord Guinnessa zapamiętując diagram przedstawiający 117 abstrakcyjnych symboli.

NAJBARDZIEJ POJEMNA TAMA

Biorąc pod uwagę objętość zalewu, najbardziej pojemną tamą jest New Cornelia Tailings na rzece Ten Mile Wash w Arizonie (USA), która odgradza 209,5 mln m³ wody. Jest ona tamą ziemną.

MUZYKA

Madonna - „Miles Away”

Nowy singel z płyty Madonny "Hard Candy". Artystka na krążek wybrała utwór "Miles Away".

"Hard Candy" - jedenasty studyjny krążek w ponad dwudziestoletniej karierze Królowej Popu to 12 utworów utrzymanych w "landrynkowej" konwencji, lecz wokalistka nie ustaje w poszukiwaniach nowych muzycznych inspiracji.

Timbaland, Justin Timberlake, Pharrell Williams z Neptunes i Nate "Danja" Hills to artyści, którzy pomagali Madonnie w studiu. Album "Hard Candy" promuje singlowa piosenka "4 Minutes".

KSIAŻKA

Bartłomiej Misiniec - „Pretorianin”.

Ciekawa i pouczająca powieść historyczna, pierwsza część trylogii opowiadającej o niezwykłych losach zwykłego żołnierza rzymskiego.

Lekko i z fantazją opowiedziana historia życia młodego legionisty rzymskiego, w którą wpleciono wątki przyjaźni z psem, wiernym towarzyszem w dobrych i złych chwilach, a także opisy doli i niedoli ludzi w mundurach rzymskiego imperium, dumnych ze swej siły, ale też zupełnie prozaicznie skazanych na walkę o życie, o przetrwanie, o własne szczęście. Tytułowy bohater oraz jego współtowarzysze przechodzą przez różne etapy na drodze ku życiowej dojrzałości, poznają, czym jest i jak ważna jest miłość, przyjaźń i poświęcenie, a w końcu jak istotny jest wymiar duchowy życia człowieka.

FILM

Mała Moskwa

(Polska, 2007)

Melodramat

Reżyseria: Waldemar Krzystek

Scenariusz: Waldemar Krzystek

Wiera pokochała Polskę za sprawą piosenek śpiewanych przez Ewę Demarczyk do muzyki Zygmunta Koniecznego. Potem, gdy stała na legnickiej scenie tworząc własną interpretację "Grande Valse Brillante", dostrzegła wśród jurorów tego jedyne - polskiego żołnierza. Tymczasem na Wierę z miłością, dumą, ale też obawą spoglądał jej mąż Jura. Trzydzieści lat później tenże radziecki pilot, niedoszły kosmonauta, przywozi do Legnicy córkę, również Wierę. Chce jej pokazać miejsca "małej Moskwy", w których w 1968 roku rozegrał się międzynarodowy dramat.

"Mała Moskwa" mimo wszystko wzbudza szacunek. Krzystek umieścił akcję melodramatu w wyjątkowo ciekawych czasach. Dołożył także interesujący wątek ormiański. Wszystko to sprawia, że historia Rosjanki i Polaka nabiera bardziej uniwersalnych barw. Zachowanie postaci może wzbudzać kontrowersje, ale reżyser zapanował nad całością zgodnie z zasadą: melodramat rządzi się logiką miłości, która niewiele ma wspólnego z racjonalizmem.