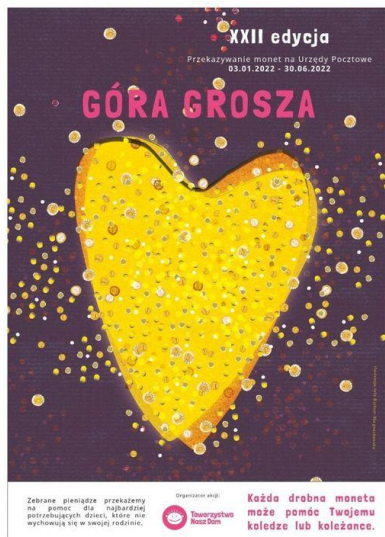


Kochani! Przypominamy o akcjach charytatywnych organizowanych w naszym przedszkolu. Zachęcamy do włączenia się w pomoc potrzebującym.



Zachęcamy do przynoszenia do przedszkola monet 1gr, 2 gr, 5 gr.

Usypmy razem ogromną „Górę Grosza” !

Zachęcamy również do włączenia się w zbiórkę dla Filipka, która jest zorganizowana w naszym przedszkolu, a także do przynoszenia nakrętek dla Filipka.



Dziękujemy za każdą pomoc. Dobro wraca

Redakcja: Izabela Szejno, Agnieszka Całko

GAZETKA PRZEDSZKOLNA

NR 6 LUTY 2022

ECHO PIĄTKI



ZIMOWE DNI

DBAJ O HIGIENĘ WYPOCZYNKU:

- Śpij co najmniej 7-8 godzin na dobę.
- Przed snem dobrze wywietrz pokój.
- Zamiast siedzieć przed komputerem lub telewizorem wyjdź na spacer, uprawiaj sporty zimowe.
- Ubieraj się stosownie do pogody.
- Pamiętaj o czapce, szaliku i rękawiczkach.
- Stosuj kremy ochronne na skórę twarzy.
- Po przyjściu do domu umyj ręce.

DBAJ O HIGIENĘ OSOBISTĄ:

- Odżywiaj się zdrowo.
- Unikaj przebywania z osobami chorymi na grypę i inne infekcje.
- W przypadku objawów chorobowych zgłoś się do lekarza.
- Noś przy sobie chusteczki higieniczne a zużyte każdorazowo wyrzucaj do pojemnika na śmieci.
- Mij ręce po wyjściu z toalety, po zakończeniu zabawy oraz przed jedzeniem.



Opracowanie: OZPiP WSSE Lublin

Mini Pączki z serka homogenizowanego

Czas przygotowania: 5 minut

Czas smażenia: 6 minut

Liczba porcji: 19 średnich pączków



Składniki:

- 280-300 g serka homogenizowanego waniliowego np. 2 x 140 g danio
- 1,5 szklanki mąki pszennej - 250 g
- 2 średnie jajka
- 2 płaskie łyżeczki proszku do pieczenia
- szczypta soli

Dodatkowo do zrobienia pączków: dobrej jakości szeroka patelnia lub garnek, około 700 ml oleju roślinnego do smażenia, cukier puder do obtoczenia pączków.

Przepis:

1. W misce umieść mąkę, sól oraz proszek do pieczenia i wymieszaj wszystko łyżką.
2. Do miski wbij dwa jajka i przełóż też serki waniliowe. Wszystko wymieszaj dokładnie łyżką na jednolitą masę. Zajmie Ci to chwilę. Ciasto będzie gęste i klejące.
3. Przygotuj grubą, dużą patelnię z wysokim rantem lub szeroki garnek. Wlej olej. Ustaw średnią moc palnika i czekaj aż olej będzie wystarczająco nagrany, by smażyć pączki.
4. Czyste i suche dłonie lekko natłuść olejem. Formuj kulki z ciasta wielkości orzecha włoskiego.
5. Na nagrany olej kładź pączusie, jeden pączek po drugim.
6. Pączki powinny się powoli rumienić i same obracać w oleju. Gdy będą już złociste, możesz je wyjmować na ręcznik papierowy.
7. Na koniec możesz je obtoczyć w cukrze pudrze i gotowe :)

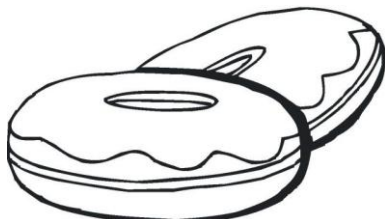
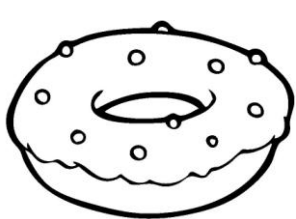
SMACZNEGO

Przepis zaczerpnięty ze strony: aniagotuje.pl

TŁUSTY CZWARTEK



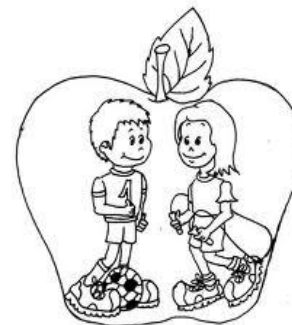
Jak tradycja stara każe
w domu, sklepie, biurze, barze.
Wszędzie pączek dziś króluje,
każdy chętnie go smakuje.
Z dżemem, z cukrem, z wisienkami
wszędzie pączek dzisiaj z nami.
Dziś kalorii nikt nie liczy,
wszędzie moc
pysznych słodyczy.
W tłusty czwartek
przez dzień cały
słodkim królem -
pączek mały!



Hu !Hu! Ha !Zima nie taka zła!

Hartowanie organizmu

Kilka słów na temat hartowania organizmu ...



*Hartowanie polega na uczeniu
organizmu umiejętności radzenia
sobie z chorobotwórczymi zarazkami,
Zahartowanemu dziecku zziębnięcie albo
przewianie niestraszy. Jest ono
odporniejsze na przeziębienie i grypę.*

Codzienne hartowanie dziecka:

Mycie rąk - na rękach znajduje się mnóstwo chorobotwórczych bakterii i wirusów. Dopilnuj, by malec mył je mydłem w ciepłej wodzie kilka razy dziennie.

Spokojny sen - to jeden z warunków sprawnego działania układu immunologicznego. Gdy dziecko mało śpi - jest osłabione. Dlatego nie zabraniaj maluchowi popołudniowej drzemki i nie wybudzaj go wcześniej!

Temperatura w mieszkaniu - nie powinna być wyższa niż 20 -21°C. Wietrz mieszkanie bez względu na pogodę.

Unikanie stresu- nastrój ma wpływ na zdrowie. Często rozmawiaj z dzieckiem, obserwuj uważnie jego zachowanie, a w trudnych sytuacjach poproś o pomoc psychologa.

Bomba witaminowa - zmiksuj: jogurt naturalny, pół szklanki czarnych porzeczek i jagód, kilka truskawek, łyżeczkę miodu. Możesz również zmiksować szklankę soku z marchwi, starte jabłko, kawałek banana i selera.



Wierszyki – masażyki
by Sensoteam

IDZIE ZIMA

Idzie zima, biała zima,
(idziemy palcami)
Sople lodu w rękę trzyma,
(kłujemy)

Idzie zima, mroźna zima,
(idziemy palcami)
Silnym wiatrem drzewa zgina,
(szybkie ruchy całą dłońią)

Idzie zima, mroźna zima,
(idziemy palcami)
Cudnym puchem świat okrywa,
(delikatnie przecieramy palcami)

Idzie zima, biała zima,
(idziemy palcami)
Na saneczki dzieci wzywa,
(palcami rysujemy 2 płozy sanek)

Jasio wkłada rękawiczki,
(dotykamy ręce)
czapkę, szalik i trzewiczki,
(dotykamy głowę, szyję, stopy)

I za chwilę z wielkiej góry,
(wspinamy się po plecach do góry)
zjedzie szybko szybko na pazurki.
(zjeżdżamy pięścią od potylicy w dół,
wzdłuż kręgosłupa)

Wesołych Walentynek



14 luty Walentynki

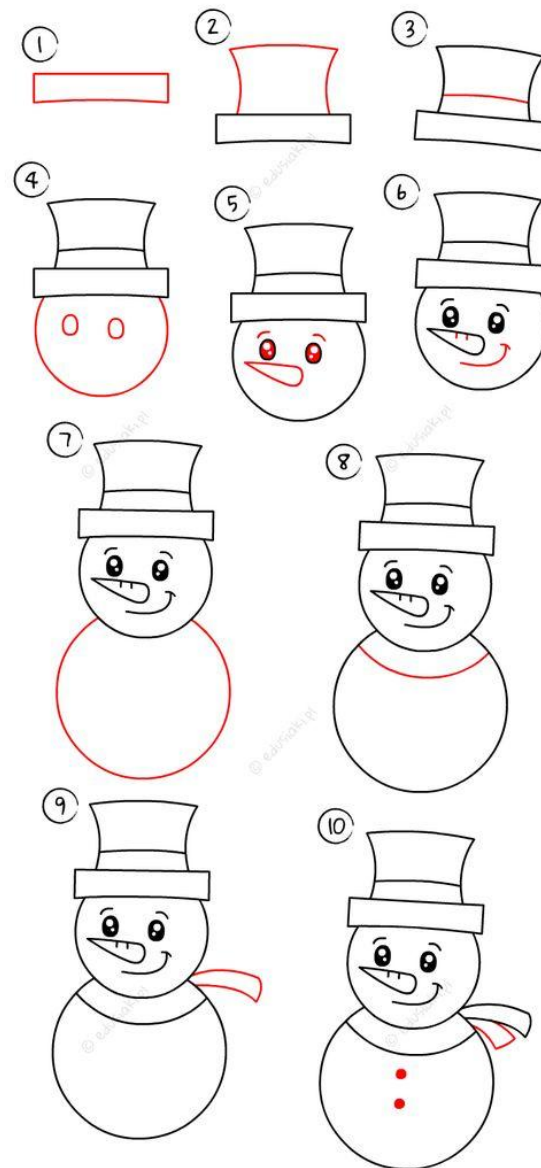
Walentynki to Święto Zakochanych. Jest ono obchodzone w imieniny Walentego, 14 lutego. Tego dnia wręczamy kochanym i lubianym przez nas osobom kartki z życzeniami, upominki, które nazywamy **walentynkami**.



Zachęcamy do przygotowania w domu Kartki Walentynkowej i przyniesienia jej do przedszkola 14 lutego, aby wręczyć ją ulubionej koleżance lub koledze.



jak narysować bałwanka



© edusiaki.pl

Najpiękniejsze serce

"Pewien młodzieniec chwalił się że ma najpiękniejsze serce w dolinie.

Chwalił się nim na rynku i zebrał się ogromny tłum by je podziwiać bowiem było w swym kształcie perfekcyjne. Nie miało żadnej skazy, było przepiękne, gładkie i błyszczące.

Biło bardzo żywo. Chłopak krzyczał na cały głos że nikt nie ma piękniejszego serca od niego i wszyscy mu potakiwali bowiem jego serce było idealne. Jednak w pewnym momencie jakiś strzec z tłumu krzyknął: Dlaczego twierdzisz że twoje serce jest najpiękniejsze skoro moje jest o wiele piękniejsze od twojego. Młodzieniec bardzo się zdziwił słysząc te słowa a potem spojrzał na serce starca i się zaśmiał.

Serce starca biło bardzo żywo, być może nawet żywiej od serca młodzieńca ale było to serce poorane rozlicznymi bruzdami, serce w którym było wiele brakujących kawałków.

Wiele też w nim było kawałków które do tegoż serca nie pasowały. Było to serce brzydkie które w żaden sposób nie mogło się równać z nieskazitelnym sercem młodzieńca. Chłopak zapytał się dlaczego starzec uważa że jego serce jest piękniejsze skoro wszyscy widzą, że nie jest ono nawet w części tak piękne jak jego własne serce.

Wtedy starzec rzekł, że w życiu nie zamieniłby tego serca na serce młodzieńca. Powiedział też aby młodzieniec spojrzał na jego serce i wskazując na blizny rzekł:

Widzisz te blizny i brakujące kawałki. Nie ma ich tu dlatego, że ofiarowałem je z miłości dla wielu osób a niesie to ryzyko bo często się zdarza, że sami ofiarowujemy uczucie dla innych, ale oni nie dają nam nic w zamian. Stąd te blizny bo choć dałem im część swojego serca, oni nie dali mi nic. Jeśli natomiast spojrzysz uważnie dostrzeżesz, że wiele

kawałków do mojego serca niezupełnie pasuje. Są to kawałki serca innych, które oni mi ofiarowali i które znalazły stałe miejsce w moim sercu. Dlatego moje serce jest piękniejsze od twojego. Natomiast te bruzdy, które widzisz zrobili ludzie nieczuli, ludzie, którzy mnie zranili.

Wtedy młodzieniec spojrzał na starca, zrozumiał i zapłakał. Potem wziął kawałek swojego przepięknego serca i ofiarował go starcowi, a starzec zrobił to samo. Padli sobie w ramiona i rozplakali się po czym odeszli razem w wielkiej przyjaźni.

Młodzieniec włożył część serca starca do swojego serca w miejsce brakującego kawałka który dał starcowi. Ten nowy kawałek pasował tam, choć nie idealnie, co zmało doskonałą harmonię serca młodzieńca.

Nigdy jednak wcześniej serce młodzieńca nie było tak piękne jak w tym momencie i młodzieniec dopiero teraz to zrozumiał Pracuj tak, jakbyś

nigdy nie potrzebował pieniędzy, tańcz tak jakby nikt na ciebie nie patrzył i zawsze kochaj tak jakbyś nigdy wcześniej nie kochał"

