

OKNO SZKOŁY

GAZETKA DLA RODZICÓW

STYCZEŃ 2024

Okiem psychologa

*W Nowym Roku
2024*

*życzymy całej
społeczności szkolnej
zdrowia, dobrego
humoru i wytrwałości.
Niech zrealizują się
Wasze plany
i marzenia!*



Bajka o Ciepłym i Puchatym

Dawno, dawno temu było sobie pewne miasto, którego wszyscy mieszkańcy żyli ze sobą w pełnej zgodzie, byli zdrowi i szczęśliwi. Tkwił w tym pewien sekret. Otóż każdy z nowo narodzonych mieszkańców miasta dostawał woreczek z Ciepłym i Puchatym, które miało to do siebie, że im więcej rozdawało się go innym, tym więcej przybywało. Dlatego wszyscy swobodnie obdarowywali się nawzajem Ciepłym i Puchatym wiedząc, że nigdy go nie zabraknie. Matki dawały Ciepłe i Puchate dzieciom, kiedy wracały do domu. Mężowie i żony wręczali je sobie na powitanie, po powrocie z pracy, przed snem. Nauczyciele rozdawali w szkole, sąsiedzi na ulicy i w sklepie, znajomi przy każdym spotkaniu. Nawet groźny szef w pracy nierzadko sięgał do swojego woreczka z Ciepłym i Puchatym. Nikt tam nie chorował i nie umierał,

a szczęście i radość mieszkają we wszystkich domach. Pewnego dnia do miasta sprowadziła się zła czarownica, która żyła ze sprzedawania ludziom leków i zaklęć przeciw różnym chorobom i nieszczęściom. Szybko zrozumiała, że nic tu nie zarobi, więc postanowiła działać. Poszła do pewnej młodej kobiety i w największej tajemnicy powiedziała jej, żeby nie szafowała

zbytńo swoim Ciepłym i Puchatym, bo w końcu jego zapas się wyczerpie, i żeby uprzedziła o tym swoich bliskich. Kobieta schowała swój woreczek głęboko na dno szafy i do tego samego namówiła męża i dzieci. Stopniowo wiadomość rozeszła się po całym mieście, ludzie poukrywali Ciepłe i Puchate, gdzie tylko kto mógł. Wkrótce w miasteczku zaczęły się szerzyć choroby i nieszczęścia, coraz więcej ludzi zaczęło umierać. Czarownica z początku cieszyła się bardzo: drzwi jej domu na dalekim przedmieściu nie zamykały się. Lecz wkrótce wyszło na jaw, że jej specyfiki nie pomagają i ludzie przychodzili coraz rzadziej.

Zacząła więc sprzedawać Zimne i Kolczaste, co trochę pomagało, bo przecież był to – wprawdzie nie najlepszy – ale zawsze jakiś towar. Ludzie już nie umierali tak szybko, jednak ich życie toczyło się wśród chorób i nieszczęść.

I byłoby tak może do dziś, gdyby do miasta nie przyjechała pewna kobieta nie znająca argumentów czarownicy. Zgodnie ze swoimi potrzebami zaczęła całymi garściami obdzielać Ciepłym i Puchatym dzieci i sąsiadów.

Z początku ludzie dziwili się i nawet nie bardzo chcieli brać – bali się, że będą musieli oddawać. Ale kto by tam upilnował dzieci! Brały, cieszyły się, powyciągały z różnych schowków swoje zapomniane woreczki i znów jak dawniej zaczęły rozdawać.

Jeszcze nie wiadomo, jak skończy się ta bajka. Co będzie dalej – zależy od Ciebie... :)

P. S. Komentarza zbyt wiele dodawać nie trzeba, jedynie pozostaje życzyć nam wszystkim by w nowym roku nie zabrakło podstawowego składnika szczęścia – ludzkiego ciepła i wzajemnej życzliwości.

Z.B

Chwila refleksji...

„ Mały Johnny był przesłuchiwany do roli w szkolnej sztuce. Jego matka wiedziała, że bardzo się do tego zapalił, lecz obawiała się, że nie zostanie wybrany. W dniu, w którym role zostały rozdane, Johnny po powrocie ze szkoły rzucił się w ramiona matki, tryskając dumą i podnieceniem.

- Mamo – wykrzyknął – zgadnij, co się stało! Zostałem wybrany do bicia brawa i wznoszenia okrzyków.”

Anthony de Mello

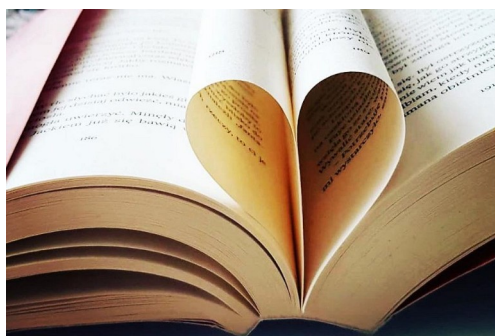
Każde dziecko jest cudowne, jedyne i niepowtarzalne. W każdym drzemią talenty, które należy pomóc dziecku odkryć i wspierać proces ich rozwijania. Oczywiście nie we wszystkich dziedzinach maluch będzie wiódł prym, ale ważne jest, aby docenić trud jaki wkłada w swoją pracę.

Często wysiłki te nie współgrają z efektami, ale czy to jest najważniejsze? Podczas podejmowania wyzwań dziecko uczy się mobilizacji do działania, cierpliwości i wytrwałości w doprowadzaniu podjętego zadania do końca, pomimo napotykanego trudności.

Dostrzeżenie i docenienie tego jest niezwykle istotne w procesie wspierania dziecka w jego rozwoju i przygotowaniu do dalszego życia. Na sukces każdego spektaklu teatralnego składa się przecież zarówno gra aktorska, jak również aplauz publiczności:)

M.Malska

Kącik kulturalny: książka, film, muzyka



Nadszedł Nowy Rok, a wraz z nim nasze nowe postanowienia i plany, które, niestety, jakże często pozostają w sferze postanowień i planów aż do następnego Sylwestra:) Na rynku wydawniczym odnajdziemy pomocną książkę zatytułowaną „Postanowienia noworoczne. Jak zmienić nawyki, zrealizować plany i spełnić marzenia”. Autorka, M.J. Ryan, przedstawia w niej rewolucyjny system skutecznego realizowania postanowień. Jest on oparty na założeniu, że każdy człowiek ma własny sposób na wprowadzanie trwałych zmian. Wystarczy poznać najbardziej optymalne dla nas strategie realizacji noworocznych postanowień. Warto przeczytać!



W dniu 8 stycznia cała społeczność szkolna będzie miała sposobność uczestnictwa w niezwykłym seansie filmowym w kinie Centrum. Pan Kleks, postać uwieczniona

w kultowej „Akademii Pana Kleksa” powrócił na wielki ekran po czterdziestu latach! Reżyser filmu, Maciej Kawulski, stworzył spektakularną, nowoczesną wersję klasycznej bajki Jana Brzechwy z Tomaszem Kotem w roli głównej. Pierwsza adaptacja filmowa to dzieło Krzysztofa Gradowskiego z 1983 roku.

Z całą pewnością również ta nowoczesna wersja zdobędzie serca młodego pokolenia.



Dnia 4 stycznia 1963 roku urodził się Till Lindemann, wokalista i autor tekstów zespołów Rammstein oraz Lindemann. Oto fragment tekstu utworu grupy Rammstein „Zeit” / „Czas”:

„Czasie
Błagam, nie biegnij, stań!
Czasie
Niech ta chwila wiecznie trwa!
Czasie
Jakże pięknie jest, cudownie!
I każdy z nas
Ma taki moment...”

Oby takich momentów, pełnych szczęścia i zachwytu, nie zabrakło nam w tym nowym, 2024 roku!

M. Małska

Świadczenie wspierające – przydatne informacje

Świadczenie wspierające to nowa forma pomocy dla dorosłych osób z niepełnosprawnościami.

Nowe przepisy obowiązują od 1 stycznia 2024 .

W artykułach, do których zamieszczano poniżej linki, znajdują się szczegółowe informacje nt. świadczenia. Opisana jest też „krok po kroku” procedura postępowania, konieczne dokumenty oraz wzory wniosków do pobrania.

https://www.infor.pl/prawo/pomoc-spoleczna/6423802,wzor-z-zus-jak-zlozyc-wniosek-o-swadczenie-wspierajace-od-1-stycznia-2024-r-przyklad-krok-po-kroku-zrzuty-ekranu-z-puezus.html#amp_tf=Od:

[Świadczenie wspierające to nowa forma pomocy dla dorosłych osób z niepełnosprawnościami. Nowe przepisy obowiązują od 1 stycznia 2024 - Wyszukaj \(bing.com\)](#)

[Ustalanie poziomu potrzeby wsparcia dla potrzeb świadczenia wspierającego - Mazowiecki Urząd Wojewódzki w Warszawie - Portal Gov.pl \(www.gov.pl\)](#)



Pączki według przepisu Roberta Makłowicza

SKŁADNIKI

- 1 kg mąki pszennej
- 10 dag drożdży
- 10 dag cukru kryształu
- pół litra mleka
- 7 żółtek z dużych jajek
- 1 całe jajko
- 2 łyżki masła
- 2 kieliszki spirytusu
- 2 opakowania cukru waniliowego
- ulubiona marmolada
- 10 dag cukru pudru do posypania (jeżeli wolicie go zamiast lukru)
- skórka pomarańczowa (opcjonalnie)
- olejek cytrynowy albo pomarańczowy
- szczypta soli
- smalec do smażenia

LUKIER:

- 8 łyżek soku z cytryny
- 4 łyżki wody przegotowanej gorącej
- 24 łyżki cukru pudru

Przygotowanie:

- 1.Mąkę należy przesiać, wsypać do miski i wymieszać z solą, a następnie uformować na środku "dołek".
- 2.Drożdże rozkruszamy i wsypujemy do "dołka". Na ich wierzch dodajemy cukier i 250 ml (czyli połowę) ciepłego mleka.
- 3.Wszystko przykrywamy ściereczką i pozostawiamy na ok. kwadrans do wyrośnięcia.
- 4.W tym czasie powinniśmy jajko oraz żółtka utrzeć z cukrem i cukrem waniliowym.

5. Kolejny krok to wlanie masy jajeczno-cukrowej do mąki i dodanie spirytusu.

6. Następnie wyrabiamy ciasto w rękach do momentu, aż przestanie się kleić. W międzyczasie trzeba stopniowo dolewać jeszcze roztopione masło.

7. Teraz należy przykryć je ściereczką i pozostawić w ciepłym miejscu do wyrośnięcia na ok. godzinę.

8. Po tym czasie ciasto trzeba rozwałkować i wyciąć z niego krążki, na które nakładamy marmoladę i zlepiamy.

9. Tak przygotowane pączki przykrywamy ponownie ściereczką i pozostawiamy do wyrośnięcia. Kiedy urosną, można przystąpić do smażenia.

10. Roztop smalec w garnku, a kiedy będzie już gorący, delikatnie wykładaj pączki. Pamiętaj, aby kłaść je sklejoną stroną do dołu.

11. Czas smażenia to ok. 2 minut z każdej strony.

12. Gotowe pączki najlepiej wyłożyć na papierowy ręcznik, aby pozbyć się nadmiaru tłuszczu.

13. Ostatni krok to posypanie naszych pączków cukrem pudrem lub udekorowanie lukrem i skórką pomarańczową.



Smacznego!

Bezpieczne ferie – o czym powinien pamiętać rodzic?

Ferie to idealny czas na wypoczynek. Jak zadbać o bezpieczeństwo dziecka w tym czasie?

Oto 4 podstawowe zasady dla każdego rodzica:

1. Wyjazd tylko ze sprawdzonym

organizatorem: wycieczki na ferie zimowe

organizuje wiele różnych instytucji. Szukając oferty dla swojego dziecka, dobrze sprawdź kim jest organizator, jakie ma doświadczenie, czy posiada niezbędne zezwolenia, ilu opiekunów jedzie z grupą, jak będzie wyglądał transport oraz w jakim ośrodku będą przebywały dzieci. Zapisz sobie numery kontaktowe do opiekunów i ośrodka. Jeśli grupa wyjeżdża autokarem, możesz poprosić policję o sprawdzenie stanu technicznego pojazdu przed wyruszeniem w trasę.

2. Kartka z danymi dziecka: przygotuj kartkę, na której umieścisz dane swojego dziecka – imię, nazwisko, numer kontaktowy do opiekuna wycieczki i numer do siebie. Kartkę umieść w kieszeni kurtki.

3. Dodatkowe ubezpieczenie dla dziecka:

zadbaj o dodatkowe ubezpieczenie zdrowotne swojego dziecka na czas wyjazdu.

4. Pozostawienie wartościowych przedmiotów

w domu: porozmawiaj z dzieckiem

o konieczności pozostawienia droższych rzeczy w domu. Konsola, komputer, drogie zabawki, skarbonka z oszczędnościami smyka – tego dziecko nie powinno zabierać ze sobą. Upewnij się, czy opiekun zezwala dzieciom posiadać telefon na wyjeździe. Jeśli nie – ten przedmiot

też powinien zostać w domu. Ogranicz ilość kieszonkowego i poproś dziecko, by każdego dnia zabierało ze sobą na wyjście tylko określoną kwotę. Może opiekun godzi się na przechowanie kieszonkowych u siebie?

Zasady bezpiecznych ferii dla dzieci

Bezpieczny wypoczynek podczas ferii zimowych to dla rodziców priorytet. O czym należy poinformować dzieci i na co je uczyć?

1. Nieoddalanie się od grupy: porozmawiaj z dzieckiem o bezpieczeństwie w czasie wycieczek. Dziecko nie powinno się pod żadnym pozorem oddalać od grupy. Należy na to zwracać uwagę szczególnie w czasie wyjść w zatłoczone miejsca.

2. Ostrożność wobec obcych: dotyczy to nie tylko osób, które dziecko poznaje na wycieczkach czy podwórku, ale również osób poznanych w internecie. O nowych znajomych dziecko powinno opowiedzieć swoim rodzicom. A nowo poznanym osobom nie zdradzać dokładnego adresu, nie mówić, że nie ma nikogo w domu oraz nie opowiadać, jakie przedmioty znajdują się w mieszkaniu.

3. Noszenie odblasków po zmroku: uczul dziecko na konieczność noszenia odblasków. W zimie szybciej robi się ciemno. By być dobrze widocznym dla przejeżdżających pojazdów, należy nosić przy sobie odblaski.

4. Prośenie o pomoc: powiedz dziecku, co powinno zrobić, jeśli się zgubi. Przećwicz z nim taką scenkę kilka razy. Naucz dziecko pomocnych komunikatów. Poinformuj je, że w takiej sytuacji powinno poprosić dorosłą osobę o pomoc – może to być np. przechodząca

obok rodzina z dziećmi. Niech dziecko wyjaśni, że się zgubiło, wyjmie z kurtki kartkę ze swoimi danymi i poprosi o telefon do rodzica lub opiekuna.

Bezpieczne ferie – zasady, których należy przestrzegać

Ferie pełne śniegu to marzenie każdego dziecka! O czym jednak należy pamiętać i na jakie aspekty uczyć pociechy? Poznaj zasady bezpiecznych zabaw w czasie ferii zimowych.

Lodowisko

Jazda na łyżwach to popularny i niezwykle przyjemny sport. Już nawet przedszkolaki mogą cieszyć się znakomitą zabawą na lodowisku. O czym warto pamiętać, by wejście na taflę było bezpieczne? Po pierwsze zwróć uwagę na to, by młodsze dzieci, a także starszaki, które dopiero uczą się jeździć, wchodziły na lód zawsze **w towarzystwie dorosłego opiekuna**. Do nauki jazdy warto skorzystać z **chodzika**, który ustabilizuje pozycję i pomoże stawiać pierwsze kroki na lodzie. Dzieci warto ubrać w **kombinezon narciarski** – grube, watomowane spodnie zamortyzują upadki i ochronią przed siniakami. Łyżwiarze powinni zakładać na ślizgawkę **kask**. **Pamiętaj, by w żadnym wypadku nie wchodzić na zamrznięte sadzawki, jeziora i stawy** – bezpiecznie można korzystać tylko ze specjalnie przygotowanych i dostosowanych do jazdy na łyżwach obiektów.

Stok narciarski

O bezpieczeństwo podczas ferii warto zadbać także na stoku narciarskim. Początkujący powinni uczyć się jazdy **pod okiem instruktora**,

a nie rodzica czy znajomego. Sprzęt – szczególnie buty i narty – powinien być **dopasowany przez profesjonalistę**. Zjazdy warto zaczynać od mniejszych stoków i z czasem zwiększać stopień trudności. Na stoku należy mieć **kask i gogle**. Nawet jeśli widzisz, że Twoje dziecko nieźle sobie radzi, to nie zostawiaj go samego. Pamiętaj o **piciu i jedzeniu** – jazda na nartach jest wyczerpująca. Jeździj bezpiecznie, **zachowując odpowiednią odległość od innych narciarzy i dopasowując prędkość do warunków na stoku**.

Zabawy w śniegu

Pamiętaj, by lepiąc kulki nigdy **nie łączyć śniegu z kawałkami lodu czy kamieniami**. Kulkami nie można rzucać **do przechodniów czy zwierząt** ani celować nimi w **okna, pojazdy czy zwisające sople**. Urządzając bitwę na śnieżki, nie można uderzać innych uczestników zabawy **w twarz** przypomnij o tych zasadach dziecku, gdy wybieracie się na zabawę w białym puchu.

Zjazdy na sankach

Dużo frajdy dostarcza zarówno dzieciom, jak i dorosłym jazda na sankach. Pamiętaj jednak, by przed wyruszeniem na pobliską górkę obowiązkowo **sprawdzić stan techniczny sanek**. Jeśli wystają z nich gwoździe, siedzenie jest obłuzowane, a poprzeczki przerdzewiały, będzie to oznaczało, że sanki wymagają wymiany na nowy model. Zwróć uwagę na to, **czy okolica jest bezpieczna**. **Nigdy nie urządź zjazdów w pobliżu ulic, stawów, łądek, murków, drzew znajdujących się na trasie czy innych przeszkód, o które mogłyby uderzyć rozpędzone sanki**.

Kulig

Bezpieczeństwo podczas ferii zimowych jest także ważnym aspektem w kontekście organizowania kuligów. Pamiętaj, że nigdy **nie należy przyczepiać sanek do samochodu czy traktora**. Na kulig warto zapisać się **do sprawdzonego organizatora**, który ma doświadczenie w przygotowywaniu takich imprez. Na saniach z młodszymi dziećmi powinien jechać **opiekun lub rodzic**. Na ostatnich sankach w ciągu również powinna znajdować się dorosła osoba.

Źródło: [Jak zadbać o bezpieczeństwo podczas ferii zimowych? Najważniejsze zasady | Triverna](#)



Redakcja: Zofia Bogocz, Marta Malska,
Karolina Kozubska – Kogut, Wacław Podruczny