

KORNELÓWKA

Nr 3, luty 2017

**JAK CIEKAWIE I AKTYWNI
SPĘDZIĆ FERIE ZIMOWE**

**BEZPIECZEŃSTWO
PODCZAS FERII**

**TŁUSTY CZWARTEK
ILE ZJESZ PĄCZKÓW?**



Zespół redakcyjny

Redaktor naczelna:

Wiktoria Małachowska

Zastępca redaktora naczelnego:

Weronika Gazi

Sekretarz redakcji:

Kamila Bruks

Współpracownicy:

Weronika Małachowska

Julia Pacyniak

Sara Bamri

Agata Gruchała

Weronika Dąbrowska

Anna Piśkorska

Julia Jamrozik

Natalia Różańska

Skład:

Dominik Skarżyński

Opiekun redakcji:

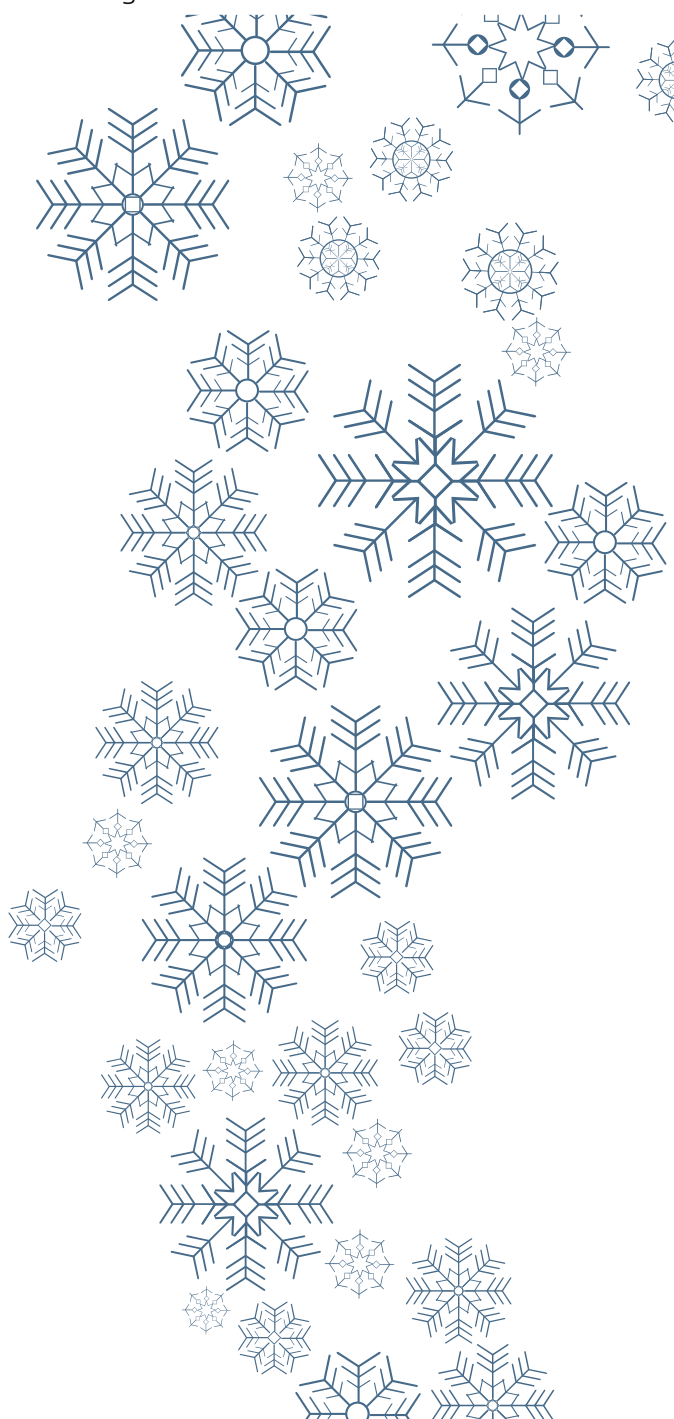
Agnieszka Markowska

SPIS TREŚCI

1. JAK CIEKAWIE I AKTYWNI SPĘDZIĆ FERIE ZIMOWE
2. ZIMA W MIEŚCIE
3. ŁAMIGŁÓWKI
4. BEZPIECZEŃSTWO PODCZAS FERII
5. TŁUSTY CZWARTEK
6. KRZYŻÓWKA

Szanowni Państwo,

W tym numerze Kornelówki znajdziecie porady, jak aktywnie i ciekawie spędzić ferie w domu. Poznacie też zasady bezpieczeństwa na stokach i podczas zimowych zabaw. W ferie zimowe w naszej szkole organizowana jest „Zima w mieście”, o której również zdradzamy szczegóły. W magazynie jak zwykle znajdziecie ciekawe krzyżówki i łamigłówki.



JAK CIEKAWIE I AKTYWNI SPĘDZIĆ FERIE ZIMOWE

W naszym województwie, a także w województwie opolskim, dolnośląskim i zachodniopomorskim ferie zimowe spędzamy w terminie 13.02-26.02. Ferie to czas, w którym możemy odpocząć od zajęć szkolnych, jednak co zrobić żeby ciekawie i aktywnie je spędzić?

Ten czas najlepiej spędzić wyjeżdżając gdzieś np. w góry, na narty czy snowboard. Nie każdy jednak może wyjechać i ferie spędza w domu wtedy dobrym sposobem na aktywny wypoczynek je zima w mieście organizowana w kilku mareckich szkołach.

W Markach i Warszawie jest też kilka lodowisk, a dobrą atrakcją jest „Zimowy Narodowy”, w którym można między innymi pojeździć na łyżwach i zjechać z góry lodowej. Gdy nie chcemy oddalać się od domu możemy po prostu wyjść przed dom i ulepić bałwana lub pojeździć na sankach.

W Markach i Warszawie atrakcji jest bardzo wiele. Postarajmy się w tym roku ferie spędzić ciekawie i aktywnie.



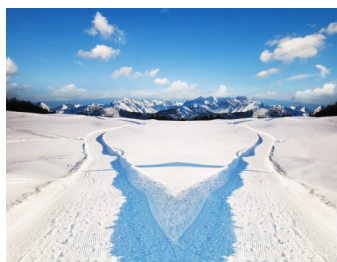
ZIMA W MIEŚCIE

Tegoroczna „Zima w mieście” będzie organizowana w Markach w szkołach: nr 2, nr 3, nr 4, nr 5. Koszt jednego tygodnia wynosi 80zł + opłata za wyżywienie. Wpłaty należy dokonywać na konto wybranej szkoły do dnia 08.01.2017r. Osoby chętne do udziału w akcji „Zima w mieście” proszone są o kontakt z wybraną szkołą.



ZIMA
W MIEŚCIE 2017

ŁAMIGŁÓWKI



~~A~~ = O

HASŁO



~~Ł~~K



~~MA~~ Ł = K



~~DNIE~~=R

HASŁO



~~BU~~



~~A=O~~ +WE

BEZPIECZEŃSTWO PODCZAS FERII

Numery alarmowe przede wszystkim!

- 112 - ogólne
- 997 - policja
- 998 - straż pożarna
- 999 - pogotowie ratunkowe
- 984 - pogotowie rzeczne
- 985 - ratownictwo morskie i górskie

W czasie innych wypadków:

- 991 - pogotowie energetyczne
- 992 - pogotowie gazowe



W górach podczas wędrowki:

- przed wędrowką w góry sprawdź dostępność trasy i warunki pogodowe, które będą obecnie panować
- pamiętaj o zabraniu ze sobą niezbędnego ekwipunku
- samotne chodzenie w góry jest niebezpieczne jeśli to możliwe chodź w towarzystwie
- unikaj wędrowek podczas deszczu oraz bezpośrednio po nim, ponieważ skały mogą być śliskie
- ubieraj się odpowiednio do temperatury i pogody

W górach podczas zjazdu:

- nie zatrzymuj się na środku stoku stwarzasz niebezpieczeństwo dla innych
- pamiętaj, że podczas wyprzedzania nie możesz ograniczać ruchu drugiej osoby
- nie jeźdź podczas złych warunków pogodowych i złej widoczności

Nad wodą:

- nie wchodź na zamrożony zbiornik wodny jest duża szansa, że się załamie
- informuj rodzica lub opiekuna gdzie się udajesz

Na sankach:

- nie zjeżdżaj blisko jezdni
- przed wyjściem sprawdź panującą pogodę
- zawsze informuj o tym rodziców
- wybieraj nieobludzone i niezbyt strome góry

Warto zabrać:

- zapasową ciepłą odzież
- plecak
- podręczną apteczkę
- prowiant i napój
- mapę oraz kompas
- latarkę
- telefon komórkowy



Uwaga na zwierzęta:

Chociaż to bardzo mało prawdopodobne na szlaku w każdej chwili możesz spotkać się oko w oko z niedźwiedziem. W takiej sytuacji pamiętaj:

- nie wpadaj w panikę
- pod żadnym warunkiem nie rzucaj się do ucieczki zwierze z łatwością cię dogoni. Spokojnie od chodź w przeciwnym kierunku
- nie zbliżaj się do małych niedźwiedzi ich matka na pewno jest w pobliżu
- nie patrz mu w oczy
- zwykle niedźwiedzie nie podchodzą bliżej jeżeli jednak to się stanie połóż się na ziemi podkurcz nogi i zastoń rękami głowę i twarz
- nie dokarmiaj niedźwiedzi ani nie zostawiaj resztek na szlaku zagrażasz
- w ten sposób sobie innym ludziom i niedźwiedziom.

Uwaga lawina :

Z lawiną nie ma szans żaden człowiek jest jednak kilka sposobów aby zmniejszyć poniesione obrażenia i przeżyć :

- najwięcej śniegu znajduje się w centrum lawiny a więc staraj trzymać się jak najdalej od środka (po bokach)
- staraj się jak najdłużej utrzymać na nogach. Jeżeli jednak upadniesz pozbaądź się wszelkiego dodatkowy ciężaru. Zdejmij plecak jak najszybciej odepnij narty lub snowboard
- jeżeli znajdziesz się pod śniegiem a w pobliżu nie ma nikogo musisz kopać samodzielnie co nie zawsze jest łatwe

ZANIM PRZYSTĄPISZ DO PIERWSZEJ POMOCY WEZWIJ RATOWNIKÓW LUB W APLIKACJI RATOWNIK WEZWIJ POMOC!

Pierwsza pomoc w przypadku :

hipotermii (oziębienia ciała) rozpoznać można po tym , że osoba : traci przytomność, ma płytki lub spowolniony oddech a nawet jego brak, tętno niewyczuwalne lub spowolnione, skóra chłodna

- zabezpieczenie takiej osoby przed dalszą utratą ciepła przez zdjęcie mokrej odzieży i ociepleni go
- ułóż poszkodowanego na plecach i nie poruszaj nim
- w przypadku braku oddech należy zrobić wentylacje i masaż serca

złamania, skręcenia i zwichnięcia

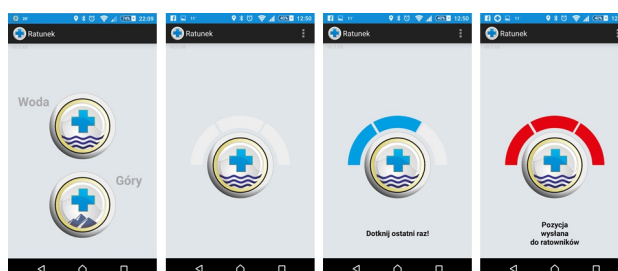
- usunięcie odzieży znad miejsca uszkodzenia
- stabilizacja poprzez unieruchomienie w pozycji w jakiej się znajduje
- w przypadku wystąpienia krwawienia zatamowanie

Osoba przykryta lawiną

- postępuj delikatnie , bo możesz dodatkowo uszkodzić poszkodowanego
- układamy ofiarę w miejscu osłoniętym od wiatru
- izolujemy go od śniegu
- w miarę możliwości dajemy gorący napój

Instrukcja aplikacji Ratunek:

1. Wybierasz miejsce (woda/góry)
2. Naciskasz trzy razy na znaczek
3. Automatycznie dzwoni do numeru alarmowego



TŁUSTY CZWARTEK

Za niedługo tłusty czwartek, inaczej święto pączków *-*

Tego dnia jemy same pączki, ale nie jest to obowiązkowe.

Jak po nazwie widać Tłusty Czwartek możemy zauważyć, że ta tradycja odbywa się w czwartek przed wielkim postem.

W tym roku będziemy go obchodzić 23 lutego 2017 roku. Ponieważ data tłustego czwartku zależy od daty Wielkanocy, dzień ten jest świętem ruchomym.

Najpopularniejszym daniem tłustego czwartku są również faworki ^^ Są one przepyszne.

Dawniej objadano się pączkami nadziewanym słoniną, boczkiem i mięsem.



KRZYŻÓWKA

1. Dwa miesiące wolnego od szkoły
2. Sprzęt bez którego żaden narciarz się nie obędzie
3. Przynosi listy
4. Pada zimą
5. Sprzęt potrzebny do saneczkarstwa
6. ... na lodzie
7. ... znajdują tam się Rysy
8. ... alarmowe np...112
9. Tłusty ...
10. Ferie ...

