TRAJKOTKA

Wydanie Świąteczno-Noworoczne

ŚWIĘTA W MOIM RODZINNYM DOMU

PREZENTY OD SERCA

5 SPOSOBÓW JAK SIĘ ROZGRZAĆ I UNIKNĄĆ PRZEZIĘBIENIA

ŚWIĄTECZNY LOOK DLA CHŁOPAKA I DZIEWCZYNKI

Gdy biały puch przykryje nasz świat
Bez znaczenia ile mamy lat
Czekamy na ten magiczny czas
Choinka zapachem wita nas

Pierwszej gwiazdki wypatrujemy
Razem wszyscy kolędujemy
Na stole barszcz, karp i pierogi
W tym czasie puste są drogi

Opłatkiem razem się dzielimy
Serdecznością wszystkich darzymy
By nie kończyły się rozmowy
I każdy czuł się wyjątkowy

Milena Raszka 7D

Świąteczny look dla chłopaka i dziewczynki

Lena Kaźmierczak kl. 7D

Święta, to szczególny czas dla rodziny. Naszym zachowaniem, ale i strojem, chcemy podkreślić jego wyjątkowość. Dlatego tak ważny jest nasz ubiór. Warto zadbać o swój wygląd dlatego dla dziewczynek dobrym rozwiązaniem będzie sukienka, a dla zwolenniczek wygodnych spodni: eleganckie, długie spodnie i miękki sweterek. Dobrym rozwiązaniem może być spódniczka oraz bluzeczka. Każda część garderoby powinna być w świątecznych barwach, nawiązujących do Bożego Narodzenia. Tu króluje czerwień i soczysta zieleń, biel i granat, a także czerń.

Aby całość mogła pięknie wyglądać, wystarczy dobrać świąteczne dodatki takie jak kolczyki, opaska na włosy, bransoletka czy naszyjnik. Na koniec wystarczy zrobić ładną fryzurę i świąteczny look dla dziewczynki gotowy.

Jednak w co mógłby ubrać się chłopiec? Uważam, że dobrym rozwiązaniem mogą być eleganckie, ciemne spodnie, do tego koszula czyli świąteczny klasyk. Inną mniej oczywistą opcją są spodnie oraz świąteczny sweter. Kolejna propozycja to garnitur w ulubionym kolorze do tego koszula- jej rękawy powinny delikatnie wystawać spod marynarki. Tak samo jak w przypadku dziewczyny, warto dobrać adekwatne do okazji kolory. Oczywiście najważniejsze, byśmy czuli się wyjątkowo i nie zapomnieli, o tym co najważniejsze.

5 SPOSOBÓW JAK SIĘ ROZGRZAĆ I UNIKNĄĆ PRZEZIĘBIENIA

Herbatka - na zimowe wieczory i poranki jest bardzo dobrym rozwiązaniem, jest pyszna i rozgrzewająca. W sklepach mamy szeroki wybór herbat. Może być owocowa lub z imbirem, cytryną, miodem, a nawet herbata skandynawska z masłem.

Kocyk i termofor - to również idealne rozwiązanie podczas oglądania filmu i spania.

Ćwiczenia - z samego rana można rozłożyć matę do ćwiczeń lub gdy ktoś takiej maty nie posiada to na podłodze lub na dywanie. Na początek ćwiczenia rozciągające, a następnie te bardziej dynamiczne

Odpowiedni ubiór - Jeżeli planujemy wyjść na dwór to pamiętajmy o odpowiednim ubiorze czyli ciepła kurtka, rękawiczki,czapka. Najlepiej ubrać się na cebulkę.

Odpowiednie odżywianie – Czyli w naszym pożywieniu musi być dużo witamin i minerałów. Zdrowa dieta wzmacnia naszą odporność.

Anita Dziuba kl. 7D

PREZENTY OD SERCA

Święta Bożego Narodzenia to idealny czas, by sprawić bliskim wyjątkowe prezenty. Coraz więcej ludzi kupuje najbliższym upominki. Proponujemy jednak zrobić coś własnoręcznie, a przede wszystkim od serca.

Ci którzy potrafią dziergać na drutach mogą zrobić ciepły szalik, getry, opaskę lub sweter na mroźne, grudniowe dni. Pomoże on ogrzać się nam przy kominku. Można również zrobić wianek Bożonarodzeniowy z gałązek choinki i szyszek, będzie on idealnym prezentem dla kogoś bliskiego, bądź piękną ozdobą na stole podczas Wigilii.

Kolejnym pachnącym prezentem mogą być owoce pomarańczy przyozdobione goździkami, które możemy położyć w towarzystwie jedliny i szyszek. Nie dość, że ta ozdoba wyjątkowo pachnie świętami, to cudownie wygląda. W sklepach dostaniemy styropianowe kule oraz różne dodatki: cekiny, brylanciki, które pomogą nam stworzyć niepowtarzalną bombkę dla bliskiej osoby.

Szymon Kamczyk i Oskar Warzyński kl.7D

ŚWIĘTA W MOIM RODZINNYM DOMU

Maja Szweda kl. 7D

Święta Bożego Narodzenia to wyjątkowy okres w roku. Trzeba się do niego odpowiednio przygotować, aby spędzić ten czas w rodzinnym gronie, spokoju i radości. To do nas, zawsze, zjeżdża się cała rodzina na wigilijną kolację. W Boże Narodzenie odwiedzają nas dalsi krewni, sąsiedzi i znajomi. Natomiast drugi Dzień Świąt spędzamy sami z rodzicami.

Od początku miesiąca zaczynamy gotować i piec. Pierwsze w kolejności są moje ukochane pierniczki i ciasteczka korzenne, których musimy upiec naprawdę dużo, ponieważ każdy gość zostaje obdarowany paczuszką ciasteczek. Później lepimy uszka, robimy śledzie, kapustę z grzybami, pierogi i bigos, czyli wszystko to, co możemy zrobić wcześniej. W międzyczasie odbywa się weekendowe sprzątanie, co nie jest już takie przyjemne i kupowanie prezentów, co jest bardzo przyjemne. W połowie miesiąca przystrajamy mieszkanie i ubieramy choinkę, by dłużej cieszyć się świątecznym nastrojem.

W Wigilię na odświętnie udekorowanym stole pojawia się 12 wigilijnych postnych, potraw, dzielimy się opłatkiem, a Babcia zaczyna modlitwę. Później zasiadamy do kolacji. Ja oczywiście z niecierpliwością wyglądam pierwszej gwiazdki, żeby rozpakować prezenty.

W Boże Narodzenie dzień zaczynamy od pójścia do kościoła. Później przygotowujemy się do wieczornej świątecznej zabawy. Pomagam mamie w robieniu dań i sałatek. Jest to zawsze bardzo przyjemny wieczór, a dla nas dzieci, co bardzo nas cieszy, dodatkowe prezenty.

Drugi Dzień Świąt jest już tylko dla naszej trójki. Idziemy do kościoła i na spacer. Popołudnie i wieczór spędzamy oglądając świąteczne filmy, rozmawiając i grając w gry. Święta są zawsze wesołe i szczęśliwe. Choć trzeba się sporo napracować by były udane, to wierzcie mi – warto! Życzę wszystkim zdrowych, spokojnych, spędzonych w rodzinnym gronie Świąt.

Na wieczerzę wigilijną mama zawsze przygotowuje 12 potraw. W ten dzień wszyscy w domu od pobudki przygotowują się na przyjście gości. Wigilię rozpoczynamy zazwyczaj około godziny 16. Na początek wszyscy składamy sobie życzenia, po czym siadamy do stołu i podawane są różne rodzaje śledzi. Następnie jest czerwony barszcz, a po niej różnego rodzaju ryby.

Przed słodkościami rozpakowujemy wspólnie prezenty. Bardzo lubię ten moment, jak pewnie wszystkie dzieci. Na koniec jest deser i gdy już wszyscy go zjedzą, to są puszczane kolędy i wspólne śpiewanie.

W Wigilię zawsze dużo się dzieje i zawsze ją dobrze wspominam, więc bardzo się cieszę na ten dzień.

Ada Łacina-Łanowska kl.7D