



Ile kosztuje darmowa edukacja?



W tym roku średnio na wyprawkę szkolną rodzice zamierzają wydać nie więcej niż 150 euro

Fot. Marian Paluszkiewicz

Nadszedł już czas, aby przypomnieć sobie o obowiązkach związanych z początkiem roku szkolnego i zaopatrzeniu na kolejny rok nauki. Tornistry, podręczniki, gumki i ołówki to nieliczne przedmioty, bez których 1 września nie można pokazać się w szkole. Kiedy wybrać najlepszy moment na zakupy oraz

gdzie ich dokonać? Przed początkiem roku szkolnego mieszkańcy Litwy ponownie ruszyli do Polski na zakupy. W efekcie – przysklepowe parkingi w Augustowie są zatłoczone, a w sklepach stoją gigantyczne kolejki, nie tylko do kas, ale – jak za dawnych czasów – także po sklepowe wózki.

Str. 16-17

Zielna w Kowalczukach

Str. 14-15

To musisz mieć w swojej szafie

Str. 18

Kusząca smakiem papryka

Str. 19



ISSN 1392-0405



9 771392 040035

KURIER WILEŃSKI

Sobota
Sierpień 2017 19

Imieniny: *Alfreda, Bolesława, Emilii, Jana, Juliana, Juliusza, Ludwika, Luizy, Mariana, Sykstusa, Tymoteusza, Wiktora i Wincentego*

TRZY PYTANIA DO...

...Ludmiły Korozinej, sprzedawczynie owoców i warzyw

1. Pani od wielu lat sprzedaje owoce i warzywa na małym przysklepowym ryneczku. Czy można z tego przeżyć?

Sprzedaję na tym samym ryneczku już ponad 20 lat. Nie jest to słodki chleb, bo czy deszcz, czy upał stale od rana do wieczora musze stać. A jeśli np. pada deszcz, to i kupujących znacznie mniej. Czy da się przeżyć? W moim przypadku tak, bo jeszcze pracuje mąż, ale i tak na niewiele możemy sobie pozwolić. Jak czasami jakieś warzywa lub owoce tracą już swój wygląd, wówczas albo obniżam cenę, albo robię z nich jakieś przetwory dla siebie. Należy też uwzględnić fakt, że ja pracuję tylko latem i z tego, co latem zarobię, trzeba trochę zaoszczędzić na zimę.

2. Na jakich zasadach pani handluje. Jakie pozwolenia trzeba mieć aby prowadzić taka działalność.

Mam patent, zaświadczenie upoważniające mnie do prowadzenia tego rodzaju handlu, płacę też podatek do Sody i inne podatki, które upoważniają mnie do otrzymywania wszystkich świadczeń. Pod tym względem wszystko musi być zapięte na ostatni guzik, bo często przychodzą sprawdzać dokumenty, często też przyjeżdża komisja sanitarna.

3. Od której godziny rozpoczyna się pani dzień pracy?

Na ryneczku bywam zwykle o ósmej rano, ale dzień pracy rozpoczynam o czwartej, bo codziennie trzeba jeździć na bazę po towar. Im wcześniej będę na bazie, tym lepszy gatunkowo otrzymam towar. Jest to bardzo trudna harówka, bo samej trzeba załadować skrzynie do samochodu, samej rozładować. A najlepsze zarobki są tylko w maju i w czerwcu, później wiele osób ma nowalijki już ze swoich działek.


Rozmawiała Julitta Tryk

Nauczyciele wśród najbardziej poszukiwanych na rynku pracy

W niektórych regionach kraju zaczyna brakować nauczycieli. Z danych Litewskiej Giełdy Pracy na dzień 7 sierpnia wynika, że jest blisko 1400 wolnych miejsc w szkołach.

Zawód nauczyciela latem trafił do dziesiątki najbardziej poszukiwanych. Eksperti zaznaczają, że z powodu małej popularności zawodu nauczyciela i niewysokich płac, osoby, które ukończyły studia pedagogiczne często decydują się na podjęcie pracy nie w swo-

im zawodzie. Związki zawodowe pedagogów zarzucają, że rząd i Ministerstwo Oświaty nie stwarza odpowiednich warunków dla młodzieży, nie dba o prestiż zawodu nauczyciela.

Według danych Litewskiej Giełdy Pracy, proponowane wynagrodzenie dla nauczyciela średnio sięga 404 euro. Premier z kolei podkreśla, że wyniki nauczania w szkołach pozostawiają wiele do życzenia, że o przyznaniu dodatkowych środków na zwiększenie wynagrodzeń można mówić dopiero po podniesieniu poziomu kształcenia. 

zw.lt

Ministerstwo Oświaty nie stwarza odpowiednich warunków dla młodzieży, nie dba o prestiż zawodu nauczyciela


W Wilnie maraton rowerowy — zajdą zmiany w ruchu drogowym

W niedzielę, 20 sierpnia, w Wilnie odbędzie się 8. maraton rowerowy Velomaratonas. W tym dniu mieszkańcy i goście stolicy powinni się liczyć ze zmianą w ruchu na drogach.

Informację o zmianach w ruchu wraz z mapami można znaleźć na stronie internetowej velomaratonas.lt/eismo-pakeitimai/

Tablice z informacjami o zmienionym ruchu drogowym w Wilnie zostały umieszczone w różnych miejscach stolicy: na skrzyżowaniu przy kościele św. św. Piotra i Pawła na Antokolu,

na skrzyżowaniu ulic Goštauto i Vilniaus przy Teatrze Opery i Baletu, na skrzyżowaniu ulic Lvovo i Kalvarijų oraz na skrzyżowaniu ulic Žalgirio i Geležinio Vilko.

Zarejestrować się na maraton można za pośrednictwem strony internetowej: velomaratonas.lt/registracija/ 

L24.lt

KURIER WILEŃSKI

Ukazuje się od 1 lipca 1953 roku
Birbynių g. 4a, 02121-30 Vilnius,
Lietuvos Respublika, tel./fax 260 84 44



DZIENNIK NALEŻY
DO EUROPEJSKIEGO
STOWARZYSZENIA GAZET
CODZIENNYCH MNIEJSZOŚCI
NARODOWYCH



POMOC
POLAKOM
NA WSCHODZIE

Redaktor naczelny: Robert Mickiewicz [tel. 260 84 44, redaktor@kurierwilenski.lt]. Zastępca red. nac.: Aleksander Borowik [info@kurierwilenski.lt, tel. 260 84 46] Sekretarz redakcji: Lucja Stankevičiūtė [tel. 260 84 47, sekret@kurierwilenski.lt] Dziennikarze: Honorata Adamowicz, Justyna Giedrojć, Ilona Lewandowska, Brygita Łapszewicz, Anna Pieszko, Marian Paluszkievicz — fotoreporter Współpracownicy: Helena Gładkowska, Witold Janczys, Jadwiga Podmostko, Alina Sobolewska, Krzysztof Subocz, Julitta Tryk Dział Promocji: Andrzej Podworski — prenumerata [tel. 212 30 40, kolport@kurierwilenski.lt], Jolanta Balkiewicz — reklama [tel. 260 84 44, reklama@kurierwilenski.lt]. Wydawca: VšĮ „Kurier Wilenski” Druk: VšĮ „Vilnijos žodis” Nakład: 3000 egz.

Materiałów niezamówionych redakcja nie zwraca. Zastrzega sobie prawo do skracania i adyustacji tekstów. Za treść ogłoszeń redakcja nie odpowiada. Opinie Czytelników zawarte w ich listach nie zawsze są zbieżne z opinią redakcji.

Redaktor dyżurny: Julitta Tryk



SENAT
RZECZYPOSPOLITEJ
POLSKIEJ

Projekt współfinansowany w ramach sprawowania opieki Senatu Rzeczypospolitej Polskiej nad Polonią i Polakami za granicą

Giełda Pracy przekształci się w Służbę Zatrudnienia

Litewską Giełdę Pracy czeka reorganizacja. W piątek w Ministerstwie Opieki Społecznej i Pracy została zaprezentowana nowa koncepcja instytucji.

Postanowiono, iż od października przyszłego roku Giełda Pracy będzie się nazywała Służbą Zatrudnienia (Užimtumo tarnyba). W jedną strukturę zostaną połączone obecne oddziały terytorialne giełdy.

Zdaniem ministra opieki społecznej i pracy, zbyt mało uwagi jest poświęcane dla wieloletnich klientów Giełdy Pracy. Wymagań nie spełnia również standard obsługi

klienta. Wicemer Wilna Gintautas Paluckas ostro skrytykował reorganizację Giełdy Pracy zaznaczając, że się zmienia tylko nazwa, a tak naprawdę ta instytucja nie spełnia swego najważniejszego celu, bo nie ma wolnych miejsc pracy.

Zmieniając strukturę, niczego nie zmienimy. Należy stworzyć nowe miejsca pracy – dodał. □

zw.lt

Wybuch na wileńskiej starówce na skrzyżowaniu dwóch ulic

Po południu na wileńskiej starówce doszło do eksplozji. Policja wileńska poinformowała, że do wybuchu doszło na zaniedbanym placu budowy na skrzyżowaniu dróg Św. Ignacego i Tatarskiej. Na razie oficjalnie nie ustalono, co było powodem wybuchu.

Na miejsce wypadku wysłano służby ratownicze, w tym służbę gazowniczą.

W wyniku incydentu nikt nie ucierpiał. Prawdopodob-

nie przyczyna wybuchu ma charakter techniczny. Doszło do awarii podziemnej sieci wysokiego napięcia.

Odpowiedzialne służby twierdzą, że do incydentu doszło, gdyż spółka, przebudowująca sieci inżynijne w tym miejscu, uszkodziła kabel podziemnej sieci średniego napięcia. Z tego powodu w innym przewodzie wytworzyła się nadwyżka napięcia i doszło do jego awarii. □

L24.lt



Kochana Bronisława Makarewicz!

*Z okazji jubileuszu,
siedemdziesiąt piątych urodzin,
bukiet najwspanialszych życzeń:
zdrowia, uśmiechu i szczęścia,
radości każdego dnia
oraz wszelkiej pomyślności*

*składają rodziny
Klimaszewskich i Makarewiczów*

PULS KURIERA

ZDJĘCIE DNIA



Na Morzu Bałtyckim trwa operacja rozminowywania niewybuchów „Otwarta dusza 2017”

Fot. KAM

KOMENTARZ DNIA

Nieświęty spokój



To, że ludziom na Litwie żyje się ciężko, ma nawet niby pewien plus. Przynajmniej tak może wydawać się niektórym litewskim politykom, a nawet części społeczeństwa. Niskie wynagrodzenia i emerytury, świadczenia socjalne oraz wysokie ceny i podatki skutecznie zniechęcają do osiedlenia się na Litwie uchodźców. Rząd zobowiązał się wobec Brukseli do przyjęcia w ramach unijnego programu relokacji 1105 uchodźców z krajów objętych wojną. Na Litwie więc opracowano program integracji Syryjczyków, Irakijczyków i Afgańczyków. Uchodźców uczą podstaw języka litewskiego, zapewniają dach nad głową, szukają im pracy. I nic z tego. Po otrzymaniu oficjalnego statusu uchodźcy, przybysze z Azji uciekają do Niemiec, Szwecji, Danii i innych krajów starej Europy, gdzie wedle ich wyobrażenia można nie pracować i otrzymywać wysokie zasiłki socjalne.

Sytuacja zadowala litewskie władze. Imitując europejską solidarność, nie muszą w odróżnieniu od Polski i Węgier, odmawiających przyjęcia uchodźców, toczyć batalii z Brukselą. Budżet Litwy w minimalny sposób jest obciążony kosztami utrzymania przybyszy, a zwykli obywatele nie muszą mieć do czynienia z powstałymi w wielu innych krajach UE enklawami niechętnych integrować się Azjatów. Mamy więc niby święty spokój. Jednak chciałoby się zadać pytanie. Czy ta litewska chytryść jest uczciwa wobec własnego społeczeństwa, Unii Europejskiej, Polski i Węgier?

Robert Mickiewicz

CYTAT DNIA

„Albo Europa się zmieni, albo jej przyszłość w obecnym kształcie staje pod wielkim znakiem zapytania”
— powiedział wiceszef MON Polski Michał Dworczyk

LICZBA DNIA

480 mln litów jeszcze było w obiegu 31 lipca tego roku, w tym 18,7 mln monet okazyjnych

Ile kosztuje darmowa edukacja?

ze str. 1 >>

– Przyjechaliśmy tutaj, żeby kupić dziecku wyprawkę do szkoły. U nas na Litwie musielibyśmy przeznaczyć na zakupy na pewno jakieś 300 euro, a tu w przeliczeniu zaoszczędziliśmy ponad 100 euro. Kupiliśmy wszystko, co potrzeba. Zaczynając od przyrządów kancelaryjnych, kończąc na rajstopach i bieliznie. Gdybyśmy kupowali rzeczy gorszej jakości, to udałooby się zaoszczędzić jeszcze więcej – tłumaczy Agata z Wilna.

Porównaliśmy ceny tych samych firm w sklepach na Litwie i w Polsce. Piórnik z futerkiem, który kosztował w Polsce 50 złotych (około 12 euro) na Litwie – 25 euro, za plecak lepszej jakości zapłacimy w Polsce 179 złotych (43 euro), a na Litwie trzeba byłoby zapłacić około 70 euro. Przyrządy kancelaryjne Milan, hiszpańskie bardzo dobrej jakości, 24 flamastry kosztowały – 22 złote (5 euro), na Litwie 15 euro, kredki – 26 złotych (6,3 euro), na Litwie 18 euro, plastelina – 10 złotych (2,4 euro), na Litwie 5 euro.

Choć wakacje jeszcze trwają, z każdym dniem zwiększa się ruch w sklepach i na rynkach, czyli wszędzie, gdzie tylko można zaopatrzyć się w szkolną wyprawkę.

– Niestety, w tym roku jest drożej niż w ubiegłym. Ceny są szalone. Po prostu płakać się chce. Mam trójkę dzieci. Pierwszoklasistę, szóstką i maturzystkę. Dochody mojej rodziny są minimalne. Na wyprawkę do szkoły dzieci musiały zarobić same. Zbierały jagody. Na przybory szkolne możemy wydać nie więcej jak 200 euro. Na trójkę uczniów, w porównaniu do cen, to bardzo mała suma. Na szczęście dla starszych nie



Choć wakacje jeszcze trwają, z każdym dniem zwiększa się ruch w sklepach wszędzie, gdzie tylko można zaopatrzyć się w szkolną wyprawkę

Fot. Marian Paluszkiewicz

trzeba kupować mundurków, ale ile jeszcze będą musiała wydać na podręczniki? – mówi rozgoryczona Jekaterina spotkana w Maximie na Litwie.

W hipermarketach odbywają się jarmarki szkolne,

podczas których można kupić szkolne rzeczy ze zniżkami nawet do 40 procent.

– **Żeby zaoszczędzić** zekaliśmy, aż zaczęły się jarmarki szkolne w Maximie. Obecnie są tu zniżki na szkol-

ne torby aż 40 procent, a na inne szkolne rzeczy też są różne zniżki. Niestety, nas nie stać, żeby robić zakupy w sklepach markowych. Najwięcej kosztują przybory szkolne dla malucha.

str. 17 >>

KOMU NALEŻĄ SIĘ NIEODPŁATNE OBIADY I WSPARCIE DLA UCZNIÓW

Do 5 października można składać podania o przyznanie wsparcia dla uczniów. Dzieci z niemających rodzin mogą otrzymać nieodpłatne obiady w szkole i wyprawki na zakup artykułów szkolnych.

Wnioski o dofinansowanie wyżywienia uczniów oraz środki na nabycie artykułów szkolnych można składać już od 1 lipca. Termin składania podań w celu pozyskania środków na wyprawkę ucznia potrwa do 5 października, zaś o bezpłatne obiady można się zwracać przez cały rok, o ile sytuacja materialna rodziny się pogorszy.

Uczniowie mają prawo do nieodpłatnych obiadów i środków na nabycie artykułów szkolnych wówczas, gdy dochody przypadające na jedną osobę w rodzinie nie przewyższają 153 euro.

Szacuje się, że w tym roku szkolnym nieodpłatne żywność zostanie przyznane ok. 56 tys. uczniów, a wsparcie na wyprawki – ok. 50 tys. uczniów. W roku ubiegłym bezpłatne wyżywienie w szkole zapewniono 63,6 tys. uczniów, a środki na nabycie artykułów szkolnych otrzymało 54,3 tys. uczniów.

Wsparcie socjalne dla ucznia może być przyznawane również w trybie nadzwyczajnym i dla rodzin z większymi dochodami (w przypadku choroby, nieszczęścia, uczniowi z wieloletniej rodziny i in.).

W sprawie bezpłatnych obiadów w szkole i wyprawki na zakup artykułów szkolnych należy się zwracać do administracji samorządu zgodnie z zadeklarowanym miejscem zamieszkania. Osoby, które nie mają zadeklarowanego miejsca zamieszkania, muszą się zwrócić do administracji samorządu, na terenie którego mieszkają.

Wsparcie jest przyznawane dla uczniów uczęszczających do szkół ogólnokształcących, zawodowych oraz placówek nauczania przedszkolnego.

ze str. 16 » **Ile kosztuje darmowa edukacja?**

On wszystkiego potrzebuje. W Maximie kupiliśmy plecak, kosztował wyjściowo 29 euro, ale była 40-procentowa zniżka, więc zapłaciliśmy 18 euro. Zeszyty dla starszych 60-kartkowe po 70 euro centów, a 12-kartkowe – 18 euro centów. Teraz są specjalne zeszyty na każdy przedmiot osobno. Są one o wiele droższe. 12-kartkowy zeszyt kosztuje aż 79 euro centów. Niektórzy nauczyciele w szkole wymagają, żeby dzieci takie miały, ale skąd na to brać pieniądze? Ja kupuję te zwykłe, najtańsze – tłumaczy dalej kobieta, matka trojga uczniów.

W Maximie 24-kolorowe kredki kosztują 5.99 euro, 12 kredek – 2.69 lub 3.99, zależy od firmy, 12 flamastrów – 3.89, plastelina – 0,99, długopisy można kupić od kilkudziesięciu euro centów do kilkunastu euro. Można znaleźć rzeczy tańsze i droższe, a wszystko zależy od firmy.

– Starsze dzieci potrzebują tylko kilka zeszytów, długopisy, no i tam jakieś drobiazgi. Ale za to już inne rzeczy, takie jak buty czy strój gimnastyczny są o wiele droższe. Te rzeczy kupiliśmy na rynku w Gariunaj. Najdroższe były pantofle. Za męskie zapłaciliśmy 30 euro, a za damskie aż 50. Dla najmłodszego udało się kupić za 20 euro. Nie patrzyliśmy na jakość czy modę, najważniejsza dla nas jest cena. Dla starszych nie kupowaliśmy strojów, coś dostosują z tego, co mają. Najmłodszemu kupiliśmy dresy za 7 euro – wylicza Jekaterina.

Na rynku plecaki można kupić od 10 do 60 euro. Wszystko zależy od jakości.

– Niestety, zdanie dzieci i rodziców dotyczące szkolnych tornistrów często się różni. Dla dzieci najważniejsze jest, aby torba była kolorowa i z ulubionym bohaterem. Natomiast dla rodziców najważniejsza jest cena. Przy

stoiskach często słychać płacz uczniów i awantury z rodzicami. W tym roku dziewczynki już wiele lat z kolei szukają różowych tornistrów z Monster High, chłopcy natomiast ze Spider Manem. Szkolne plecaki kupują zazwyczaj uczniowie klas początkowych, starsi raczej wybierają już zwykłe torby.

Ceny są bardzo różne, jeżeli ktoś chce dobrą, z usztywniaczem na plecach, to musi zapłacić nawet kilkadziesiąt euro. Na takie mamy mało chętnych. Najpopularniejsze są te do 30 euro. Jeżeli ktoś już decyduje się na droższą torbę, to dziecko zazwyczaj nosi ją kilka lat. Szkoda rodziców, widać, że ludzie nie mają pieniędzy. Jeszcze wtedy, gdy nie było euro, to ludzie narzekali, że jest drogo, ale kupowali te rzeczy, które były droższe. Wtedy przywoziliśmy tylko kilkanaście tanich tornistrów i nie zawsze udawało się je sprzedać. Teraz ludzie nie mają pieniędzy – stwierdza sprzedawczyni na rynku Gariunaj.

Jak mówi dalej, jeszcze kilka lat temu na rynku można było kupić zeszyty, długopisy, czyli wszystkie rzeczy, które są potrzebne dla ucznia. Odkąd w sieciach handlowych przed początkiem roku szkolnego odbywają się jarmarki, a zniżki dochodzą do 40 procent, na rynku nikt nie kupuje, bo się nie opłaca.


Jeżeli ktoś decyduje się i stać go na to, żeby wszystko kupić w sklepie markowym, musi liczyć się z kosztami nawet do 300 euro.

– Córka w tym roku idzie do pierwszej klasy. Nie mam zamiaru oszczędzać. To bardzo ważny dzień w jej życiu. Postanowiliśmy kupić jej dobre rzeczy. Za plecak zapłaciłam 170 euro. Gołym okiem widać, że to dobra jakość. Na plecach jest usztywniacz, co jest bardzo ważne, żeby dziec-

ko się nie garbiło. Flamastry kosztowały 12 euro, kredki – 15, piórnik – 20, a pióro – 30. Zeszyty po 23 euro centów – wylicza Alina, matka Doroty.

W tym roku średnio na wyprawkę szkolną rodzice zamierzają wydać nie więcej niż 150 euro. Cena i jakość, to najważniejsze kryteria, którymi się kierują. Cena jest najważniejsza dla 38 procent

rodziców, 28 procent wskazuje jakość, zaś 21 procent dużą ofertę. 40 procent respondentów sondażu wskazuje, że na wyprawkę zaplanowało wydać ponad 150 euro, 30 procent badanych wyda do 100 euro i tyle samo procent nie przekroczy 150 euro.

Sondaż na zlecenie sieci handlowej Lidl przeprowadził instytut Spinter tyrimai. 

Honorata Adamowicz

W TYM ROKU WIĘCEJ RODZICÓW MOŻE 1 WRZEŚNIA TOWARZYSZYĆ DZIECIOM

Zgodnie z nowym kodeksem pracy rodzice, którym nie przysługuje prawo do comiesięcznych dodatkowych dni wolnych od pracy, wychowujący dziecko do 14. roku życia, uczęszczające do „zerówki”, szkoły początkowej czy podstawowej, 1 września mają prawo do co najmniej połowy dnia wolnego od pracy z zachowaniem średniego wynagrodzenia za pracę.

Nowością jest to, że w tym roku możliwość pójścia wraz z dziećmi na apel z okazji 1 września mają również rodzice „zerówkowiczów”. Wcześniej prawo to przysługiwało rodzicom wychowującym dzieci do 12. roku życia, a obecnie – do 14. roku życia.



Na rynku plecaki można kupić od 10 do 60 euro

Fot. autorka

Kusząca smakiem papryka

Czerwona, zielona, żółta, pomarańczowa – papryka. Warzywo, które kusi swoim smakiem, zdobi potrawy, wzmacnia siły vitalne. Za ojczyznę papryki uważa się Kolumbię, stamtąd uprawę rozszerzono na inne rejony świata. W Europie paprykę spopularyzowali Węgrzy. Okrągłe, podłużne, mięsiste, „przysadziste”, ostre w smaku, chilli, czuszki, fresno, tabasco, serrano – to bogata rodzina papryk, gwarantujących zdrowe żywienie.

Papryka zdecydowanie należy do warzyw, które trzeba włączyć do swojego jadłospisu. Jest ona jednym z najlepszych źródeł witaminy C, która wspiera nas w walce ze zmarszczkami. Regularne spożywanie papryki wspomaga procesy trawienne, działanie układu immunologicznego. 100 g papryki czerwonej wynosi około 40 kalorii, podobnie jak zielonej, a żółtej – 20 kalorii.

Papryka jest warzywem bogatym w witaminy (szczególnie w witaminę C oraz beta-karo-

ten) i sole mineralne (potas, wapń). Spożywanie papryki pomaga obniżyć ciśnienie krwi oraz chroni przed chorobami układu krążenia. Zawarte w niej polifenole usuwają wolne rodniki, które przyspieszają proces starzenia się organizmu. Papryka czerwona stanowi cenne źródło witamin o właściwościach antyoksydacyjnych A i E, które określane są mianem witamin płodności i młodości.



Papryka żółta i papryka czerwona oraz papryka chilli zawierają czterokrotnie więcej witaminy C niż cytryna
Fot. archiwum

Papryka żółta i papryka czerwona oraz papryka chilli zawierają czterokrotnie więcej witaminy C niż cytryna. Wyciąg z ostrych odmian papryki zawierającej capsaicynę znajduje zastosowanie w medycynie pod postacią maści, plastrów i mazi, wykorzystywanych do leczenia nerwobólów. Spożywanie surowej lub duszonej papryki wspomaga procesy trawienia. □

Szybkie dania z papryki

Makaron z papryką i serem

Składniki:

- 2 łyżki oliwy z oliwek + dodatkowo do serwowania,
- 1 pełna łyżka masła,
- 1 mała cebula, pokrojona w drobną kosteczkę,
- 1 i 1/2 czerwonej papryki, pokrojonej w 2 cm kostkę,
- 2 ząbki czosnku, pokrojone na plasterki,
- 8 czarnych oliwek, pokrojonych w plasterki,
- 2 garście makaronu, około 150 g,
- 50 g mięsa mielonego,
- 70 g żółtego sera, pokrojonego.

Przygotowanie:

Na patelni rozgrzać oliwę z masłem, zeszklić cebulę, następnie dodać mięso, paprykę oraz czosnek. Doprawić solą i smażyć na średnim ogniu przez około

12-15 min. Pod koniec dodać oliwkę. W międzyczasie ugotować makaron w osolonej wodzie. Trzymając patelnię z papryką na małym ogniu, włożyć na nią odcedzony makaron, wymieszać, dodać ser oraz bazylię. Zamieszać, doprawić pieprzem oraz solą, wyłożyć do głębokich talerzy i polać dodatkową oliwą z oliwek. □

Wyśmienity omlet z kapustą

Składniki:

- 20 dag kapusty
- 1 nieduża cebula
- 5 dag wędzonki
- 2 jajka
- 2 łyżki mąki
- pieprz
- sól
- olej

Przygotowanie:

Kapustę drobno poszatkować i blanszować, czyli obgotować w osolonym wrzątku (najlepiej na durszlaku) i dobrze odciśnąć. Cebulę i wędzonkę drobno

posiekać, udusić na łyżce tłuszczu, dodać odsączoną kapustę. Dusić na małym ogniu, aż masa stanie się jednolita, ostudzić. Białka ubić ze szczyptą soli na sztywną pianę.

Do kapuścianej masy dodać żółtka i przesianą mąkę, doprawić do smaku, a na koniec delikatnie wymieszać z pianą z białek. Na dużej patelni rozgrzać

łyżkę tłuszczu, wylać jajeczno-kapuścianą masę i smażyć na złoty kolor z obu stron.

Gotowy omlet można jeść jako samodzielne danie albo z dodatkiem pikantnych sosów, na przykład pomidorowego lub grzybowego. Można też pokroić go w kostkę i dodać do zupy jarzynowej lub grzybowej zamiast makaronu. □

PORADY BABUNI

Żeby nie pękły nam

Jeśli chcemy żeby parówki nam się ładnie ugotowały i nie popękały, dodajmy do wody trochę soli, w której gotują się parówki jeszcze przed ich zagotowaniem.

Krucze sucharki – dodają kruchości

Wsypana do blaszanego pudełka lub słoja szczypta soli, w których przechowujemy herbatniki czy sucharki, pozwoli na dłuższą zachować ich kruchość i świeżość.

Jak usunąć plamę po kawie

Po pierwsze każdą plamę najlepiej usuwać na świeżo. Namocz zaplamione miejsce.

Położ zaplamioną rzecz i nałóż na nią łyżeczkę sody oczyszczonej i łyżeczkę octu. Powinna pojawić się odrobina piany. Pozostaw tę miksturę na 2-5 minut aby dobrze przesiąkła w materiał. Weź szcztoteczkę do zębów i delikatnie ale energicznie szcztokuj zaplamione miejsce. Plama zniknie.

Jak umyć zlewozmywak

Zlewozmywak często bywa ubrudzony różnego rodzaju tłuszczem. Żaden środek chemiczny nigdy tak dobrze nie oczyści go jak zwykła ciepła woda z dodatkiem oczyszczonej sody do picia.

Nie wyrzucaj skorki od cytryny, przyda się ona bowiem do wypolerowania ścianek lodówki, które uprzednio należy dobrze przetrzeć miękką ściereczką umoczoną w ciepłej wodzie. Następnie ścianki osuszyć i przetrzeć skórką od cytryny.

Stronę przygotowała
Julitta Tryk



Kwiaty... drobniutkie, malutkie, większe, duże, białe, czerwone, niebieskie, różnokolorowe... Pachnące mocno lub niezauważalnie, rosnące na polu, w ogrodzie, w domu, w lesie...

Nie sposób ująć wszystkich epitetów, aby określić kwiaty. Jest ich tak wielka różnorodność na naszym świecie, że oprócz pięknego wyglądu i wspaniałego zapachu, mają pewne niezwykłe umiejętności. Mogą nimi naprawdę zadziwić, a czasami nawet przestraszyć!



Co mówią nam kwiaty?

Starożytni Grecy wierzyli, że czerwona róża narodziła się, gdy bogini Afrodyta skaleczyła się w nogę, biegnąc na spotkanie z ukochanym. Odtąd czerwone róże uważa się za symbol miłości i wręcza najbliższym osobom. Również inne kwiaty mają swoje sekretne znaczenia, które nazywa się „mową kwiatów”. Na przykład fioletowe hiacynty wręczamy z przeprosinami, a bukietek bratków – to prośba, aby obdarowana osoba o nas pamiętała.

Ważny jest nie tylko rodzaj kwiatów, lecz także ich kolor i liczba, o czym dobrze widziały nasze prababcie... Kiedyś, gdy kawa-

ler przynosił dziewczynie cztery tuziny róż czerwonych i jedną białą, można było spodziewać się rychłych oświadczeń.

O godzinie pytaj roślinę

Kwiaty otwierają swoje kielichy w różnych porach dnia. W XVIII wieku zauważył to szwedzki uczyony Karol Linneusz i stworzył... zegar kwiatowy. W zegarze tym:

- o godzinie ósmej rano rozkwitał kurzyślep polny,
- w porze obiadu płatki rozwijała cebula morska,
- zaś czas pójścia na spacer wyznaczał około dziesiątej wieczorem wilec purpurowy.

Nie był to jedyny zegar kwiatowy w tamtych czasach.

Inny uczyony zaobserwował, że kwiaty nie tylko rozkwitają, lecz też pachną rozmaicie w zależności od pory dnia, i stworzył zapachowy zegar kwiatowy.



Dziwadło olbrzymie

Jeśli chcecie ofiarować bliskiej osobie bukiet, którego zapach będzie rozchodzić się po całym domu, nie dodawajcie do niego dziwadła olbrzymiego! To najbardziej śmierdzący kwiat na świecie! Pachnie jak... gnijące mięso! Taki zapach jest dla ludzi odrażający, ale przyciąga owady, które zapylają dziwadło. Roślinę tę bardzo trudno jest wyhodować. Udało się to kilka lat temu naukowcom z Ogrodu Botanicznego w Sydney w Australii. Dziwadło olbrzymie miało 3 metry wysokości i ważyło 75 kilogramów, a pracownicy ogrodu mówili i nim

Do poczytania na lato... i nie tylko

Pan Bello autorstwa Paula Maar'a

Historia Maksa i jego psa Bella rozpoczyna się w chwili, gdy do apteki taty chłopca przychodzi pewna staruszka i przynosi dziwny błękitny płyn. Okazuje się, że od tego płynu bardzo szybko rosną rośliny. Ale czy tylko rośliny? Gdy napije się go pies Bello, na oczach Maksa zaczynają się dziać przedziwne rzeczy...



A to ciekawe!

Byliście w Warszawie? Nie? Nic nie szkodzi. Z pewnością, natomiast, kojarzycie największą budowlę w tym mieście, którą jest Pałac Kultury i Nauki. Mieści się tam wiele różnych biur i pracuje mnóstwo ludzi. Ale, proszę wiedzieć, iż oprócz ludzi „pracuje” tam również 170 kotów, których praca polega na walce z myszami.

(tenis, rugby, piłka nożna, siatkówka, golf, kręgle, koszykówka)

Jeszcze nieco wiedzy o kwiatach

Smacznego kwiatka!

Kwiaty można oglądać, wachać, albo... jeść. To nie pomyłka! Gdy mama podaje Wam na obiad kalafiora lub brokoły, to na talerzu macie właśnie kwiaty. A czy wiecie, że z płatków róż można przygotować wspaniałą konfiturę? Robi się ją nie tylko z dzikiej róży, która rośnie na polach i łąkach. Trzeba jej szukać na spacerach i w czasie wycieczek, szczególnie tych wakacyjnych. Część zebranych płatków można również przyrządzić po chińsku, czyli smażyć je jak racuchy.

Kwiat paproci

Jak błyskawicznie stać się mądrym, bogatym i zdrowym? Podobno wystarczy znaleźć kwiat paproci. Nasi przodkowie wierzyli, że paproć zakwita tylko raz w roku – w noc świętojańską, a kto znajdzie jej kwiat, będzie mieć zapewnione szczęście na resztę życia. Dzisiaj wiemy, że to niemożliwe, ponieważ... paprocie nie kwitną... za inną magiczną rośliną uchodziło rozryw-ziele. Jego kwiaty miały rozbijać kamienie oraz rozrywać kłódki i zamki. Miały też mieć moc czynienia człowieka niewi-

dzialnym. Niestety, poszukiwania rozryw-ziele były bardzo trudne, ponieważ nikt właściwie nie wiedział, jak ono wygląda. Może ktoś z Was uda się trafić na tę magiczną roślinę?



Niech Wam się przyśni sen o cebuli...

Zbliżone do siebie kształtem cebula i czosnek padły ofiara podobnych przesądów. Kiedyś wierzono, że sok z cebuli zaaplikowany w słońcu na łysą głowę szybko przywraca włosy. Inny przesąd mówi, że warzywo to skłania do figłów.

Dlatego mamom urwisów zaleca się unikanie cebuli w kuchni. Z racji swego kulistego kształtu cebula jest symbolem wieczności.

Niektórzy twierdzą, że sen o niej, choć prawdopodobnie pełen łez, zapowiada szczęście. Powodzenie zapowiada również zawieszenie nad kominkiem wieńca z czosnku. Trzymany w domu, w którym jest choroba, wyciąga ją z chorego i wchłania w siebie.

Gdziekolwiek wierzy się, że jego ostry zapach odpędza złe duchy i niespokojne myśli. Poza tym ząbki czosnku czynią inne cuda, między innymi pomagają na ból zęba, a niejadkom przywracają apetyt.

BARDZO KRÓTKI DOWCIP!

*Krasnoludek wybrał się na targ. Na jednym ze stoisk zauważa pieczarki i mówi:
– Poproszę uprzejmie tę parasolkę.*

Czy wiecie, że...

- *Puma wspina się lepiej od człowieka! Dlatego, gdy ją spotkacie, nie uciekajcie na drzewo!*

Czy wiecie, w jakich grach wykorzystuje się te piłki?

Znajdźcie i przeczytajcie odpowiedź. Sprawdźcie, czy dobrze rozpoznaliście przynależność piłek.



- *W języku angielskim istnieje około 40 różnych nazw pumy, np. czerwona pantera, brązowy tygrys, indiański diabeł, skradający się kot czy górski lew.*

- *Młode pumy, jeśli są dobrze traktowane, bardzo szybko przywiązują się do swego opiekuna. Podobno istnieją miejsca, gdzie można je zobaczyć wylegujące się na podwórku obok bawiących się dzieci.*