



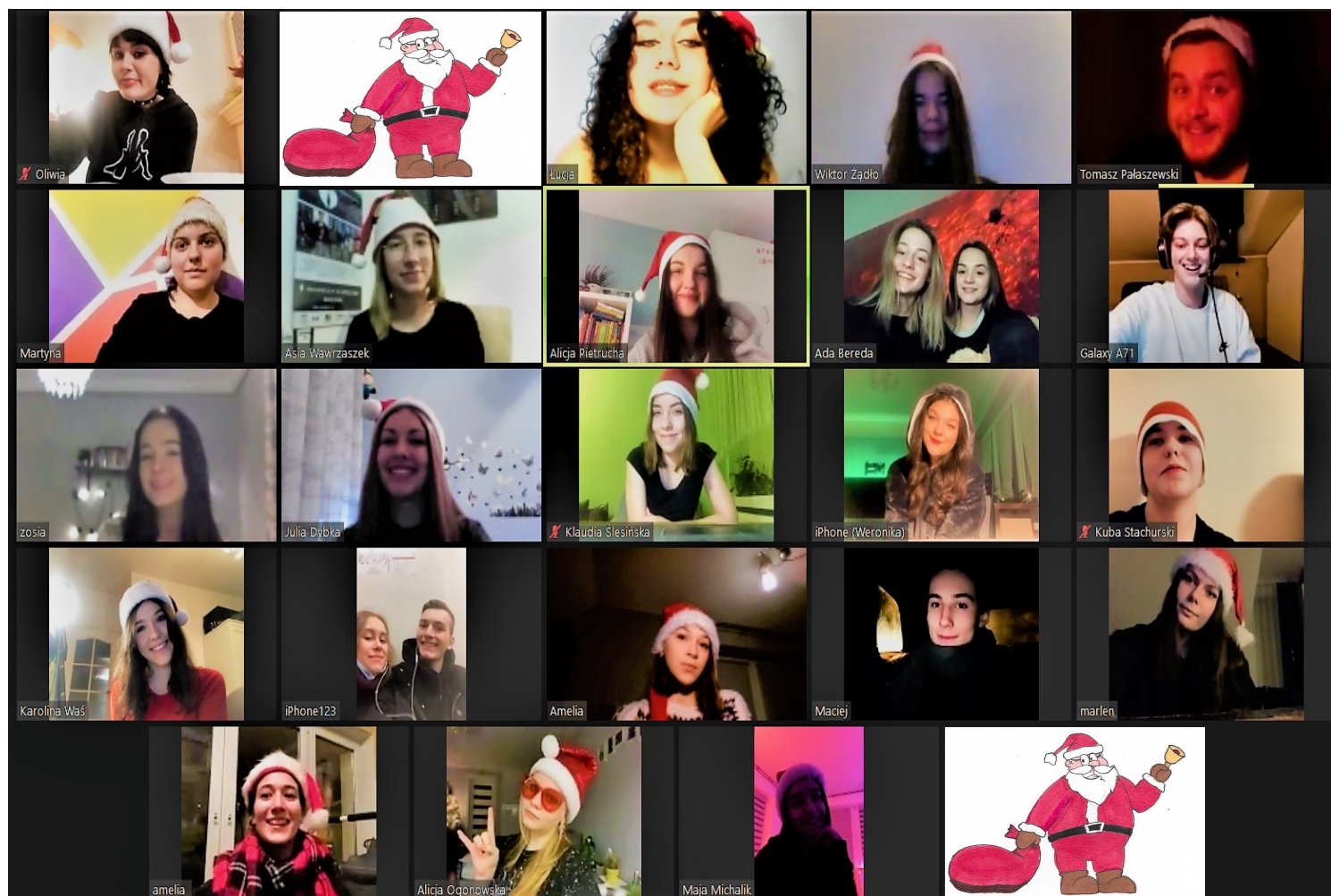
NORWID NEWS

Radzymin, 15.12.2020

Nr 4 Norwid News



Święta online!!!



Najnowsze bluzy!

3 kolory (czarny, bordowy i granatowy)

Bluzy są świetnej jakości!

Rozmiary: S, M, L, XL i XXL!

Więcej informacji na dzienniku





Spis treści



Str. 3 Od redakcji

Str. 4 Cyberpunk

Str. 5-6 Anime na kwarantannę

Str. 7 Książki na ferie

Str. 8-9 Kącik sportowy

Str. 10 Zdrowe święta

Str. 11 Święta i tu i tam...

Str. 12-13 Święta poza Polską

Str. 14 Świąteczne smakołyki

Str. 15 Horoskop

Str. 16 Przepisy

Str. 17 Informator



Norwid News

Redaktor naczelny: Jacek Borkowski

Zastępca redaktora naczelnego: Cezary Polak

Sekretarz redakcji: Kuba Stachurski

Opiekun gazetki szkolnej: Magdalena Krysiak

Skład redakcji: Amelia Pisarek, Małgorzata Goszczyńska, Kuba Stachurski, Zofia Gnatkowska, Natalia Karczmarek, Alicja Czyż, Klaudia Banasiak, Karolina Waś, Iga Rojewska, Oliwia Szymańska, Wiktoria Małkińska

Rysunki: Amelia Skweres

Grafik: Mateusz Sasin





Święta od zawsze były magicznym momentem na podsumowanie roku. Lecz tym razem będzie inaczej. Niestety obecny covid-19 popsuł wszystkie plany związane z wigilią. Rodziny kochały zjeżdżać się w te dni, dzielić się opłatkiem, robić wspólne dania świąteczne. W tym momencie niektóre z tych tradycji nie stosują się do reżimu sanitarnego. Na upartego można coś wymyślić. Jeśli wzięlibyśmy tyczki, które dziś służą dziennikarzom do trzymania mikrofonu na odległość,



moglibyśmy włożyć tam szczypce żeby trzymać higienicznie opłatek. Każdy oczywiście obowiązkowo maseczki i rękawiczki jeśli myślimy o wspólnych potrawach. Na pewno przydadzą się też grube kurtki, gdyż miejsce w którym będziemy zamknięci musi się ciągle wietrzyć czyli okna muszą być stale otwarte. Każdemu z nas brakuje wspaniałych spotkań z rodziną i przyjaciółmi w ten wspaniały czas., ale niestety są sytuacje, na które człowiek nie ma wpływu. Trzeba wytrzymać!

Wesołych świąt! Jacek Borkowski



*@Liceum Ogólnokształcące w
Radzyminie*



@norwid_radzymin

**NORWID
NEWS**



Czy warto było czekać?...

10 grudnia na rynku zadebiutowała długo wyczekiwana gra polskiego studia CD Projekt red „Cyberpunk 2077”, premiera gry pierwotnie planowana była na kwiecień jednak deweloperzy zdecydowali się przesunąć ją na wrzesień, a to wszystko spowodowane epidemią wirusa Covid-19. Jak się okazało gra nie ujrzała światła dziennego, tym razem została przesunięta na kolejny termin.



przycisków na myszce co uniemożliwia mu zabawę z grą.

Cyberpunk broni się czymś innym?

Gra przenosi nas do tytułowego 2077 roku. Akcja rozgrywa się w mieście Night City a głównym bohaterem jest V (płeć i wygląd nie są przypisane z góry, gracz może wybrać cechy na początku rozgrywki w edytorze postaci). Fabuła opiera się na poszukiwaniu przez głównego bohatera implantu zapewniającego nieśmiertelność i oczywiście próbie przeżycia w brutalnej rzeczywistości rozwiniętego technologicznie świata. W tle wydarzeń pojawiają się zjawiska takie jak anarchia czy podział społeczeństwa na klasy. Twórcy Cyberpunka w swoim dziele postanowili ukazać negatywne strony szybkiego rozwoju ludzkości.

Rozgrywka

Cyberpunk to klasyczny RPG z bardzo rozbudowanym kreatorem postaci w którym zdecydować możemy nawet o długości paznokci czy kształcie poszczególnych części ciała. Kiedy już stworzymy wygląd naszej postaci przenosimy się w wir akcji gdzie podstawą jest oczywiście walka. Dobry, choć nie idealny model strzelania czy przyjemna 3 osobowa jazda samochodem bądź motocyklem. Prowadzenie pojazdu to jedyny moment w którym kamerę przełączyć możemy na 3 osobową, całą rozgrywkę obserwujemy z oczu bohatera. Za główny rozwój naszego bohatera odpowiadają implanty, czyli po prostu ulepszenia postaci za pomocą których możemy zwiększyć siłę lub wytrzymałość. Cała rozgrywka jest przyjemna i opiera się w dużej mierze na dialogach między bohaterami, a gracz sam może wybrać swój styl gry.

Dlaczego tak późno?

Czym było spowodowane kolejne przesunięcie premiery? Wiedzą to tylko deweloperzy, ale powstały przypuszczenia, że mogło to być podyktowane zyskiem. Jak wiadomo w okresie przed świątecznym sprzedaż zawsze rośnie, i nie ważne czy chodzi o książki czy gry video, na wszystko popyt jest większy. Krótko mówiąc gracze z całego świata musieli długo wytrzymać przed kolejnym hitem po „Wiedźminie 3”.

Czy było warto?

Deweloper na pewno na tym zarobił, ponieważ całkowity koszt wyprodukowania gry zwrócił się studiu ponad 24 godziny od premiery. Cyberpunkowi towarzyszyło przy premierze kilka wpadek np. niektórzy gracze otrzymywali swoje kopie gry na kilka dni przed oficjalną premierą, w grze na premierę brakuje opcji które obiecywali między innymi możliwości tuningu pojazdów. Dochodzą również głosy o tym jakoby cyberpunk wywoływał ataki padaczki u graczy chorych na tę przypadłość. Jednak padaczka to nie jedyna choroba która uniemożliwia zabawę. Jeden z użytkowników portalu Reddit cierpiący na dystrofię mięśniową donosi, że gra nie obsługuje aplikacji, które pozwalają przypisywać różne funkcje do



Dobre i złe strony

Może chcesz zostać hakerem jak w Watch Dogsie od ubisoftu i niszczyć sprzęt wrogów od środka? Proszę bardzo. Zostać strzelcem wyborowym i ulepszać umiejętności strzelania z broni palnej aby w pewnym momencie nawet

najsilniejszy wróg padał na ziemię po jednym strzale? To również nie problem. Chcesz postawić na walkę wręcz? Żaden problem. Za wszystko odpowiada rozbudowane drzewko umiejętności. Rozgrywka w Cyberpunku jest świetna do momentu, aż nie pojawią się one. „Glitchy”, „bugi” i błędy tego w nowej grze CD Project jest cała masa. Często podczas wykonywania najprostszych zadań usterki, które psują rozgrywkę nie pozwalają nam na dokończenie misji. Błędów jest tutaj wiele chociaż nieco poprawiła to aktualizacja wydana tuż po premierze gry, ale Cyberpunkowi daleka droga do ideału i studio będzie musiało jeszcze nad nią mocno popracować.

Kuba Stachurski

Anime na kwarantannę

The Rising of the Shield Hero

Od przysłowiowego nerda do bohatera, czyli historia Naofumiego, chłopaka który w bibliotece napotyka tajemniczą księgę i przenosi się dzięki niej w wirtualny świat. Bohater wraz z czterema innymi pochłoniętymi osobami musi walczyć z plagami nawiedzającymi ten świat. Jako Bohater Tarczy uznawany jest za nic nieznaczącą postać i napotyka wiele przeciwności i uprzedzeń. Wmanewrowany zostaje także w liczne przestępstwa, m.in. w próbę gwałtu na księżniczkę. Jak potoczą się losy odtrąconego przez społeczeństwo bohatera?

Kakegurui

Szkoła dla osób z wyższych sfer, która rządzi się własnymi zasadami. Króluje tam hazard. Im lepsze wyniki, tym większa władza. Zwycięzcy zyskują Maskotki (służących) w postaci przegranych, którzy muszą wykonywać wszystkie ich polecenia i zachcianki. Niekiedy kary potrafią być dość drastyczne i bolesne. Nie ma jednak nic ciekawszego niż postawienie życia na szali w hazardowej rozgrywce.

Sword Art Online

Na rynek wchodzi nowa gra MMO RPG, która pochłania tysiące użytkowników. Aby wydo-

stać się z wirtualnego świata, należy przejść kolejne etapy i pokonać Bossa. Podczas wędrówki przez wirtualny świat tworzą się bardzo silne relacje między bohaterami, które utrzymują się w prawdziwym życiu.

Noragami

W tym Anime przedstawione są losy mało znanego boga wojny - Yato, który dopiero szuka swoich wyznawców, podejmując się różnych usług, zaczynając od szukania zaginionych kotów, a kończąc na sprzątaniu toalet. Zapłata za jego pracę wynosi całe 5 jenów, co w przeliczeniu na polskiego złotego wynosi 18 groszy. Za zarobione pieniądze bohater planuje kupić sobie świątynię. Jego majątek to zapełniona drobnizną butelka po winie. Na swojej drodze spotyka Hiyori, która pomaga mu walczyć ze zjawami. Każdy bóg musi posiadać swoje Boskie Narzędzie do walki z upiorami, którym staje się Yukine, czyli zagubiona dusza chłopca w okresie dojrzewania przysparzająca mu w krótkim czasie ogromu problemów. Z czasem jednak towarzystwo tych dwojga postaci zaczyna sprawiać mu przyjemność. Jak potoczą się losy nadprzyrodzonego trio? Jak zmieni to życie naszego kwitającego boga? Możemy się przekonać.



Death Note

(Nie)zwykły dziennik trafia w ręce chłopaka o wielkich ambicjach i planach zaprowadzenia



nowego porządku na świecie. Za pomocą dziennika może likwidować osoby, potrafi określić czas i sposób śmierci. Dla niepoznaki określa się mianem Kiry. We wszystkim pomaga mu Ryuk, który kocha jabłka. Zalicza się on do rasy Shinigami, czyli japońskich bogów śmierci. W krótkim odstępie czasu na Ziemię trafia prekursorski notatnik i powstaje nowy Kira. Sprawą tajemniczych morderstw zajmuje się najpierw japońska policja, a następnie, po połączeniu przez Kiry sił, już wszystkie kraje, a dowodzenie przejmuje tajemniczy L. Jak potoczą się losy mieszkańców całego świata i

kto wygra wojnę toczącą się między dwoma wielkimi umysłami?

Charlotte

Nieumiejętne i samolubne posługiwanie się mocami wywołanymi przez tajemniczą chorobę całkowicie zmienia życie chłopaka o imieniu Yuu. Poznaje on ludzi z podobnymi zdolnościami i z ich pomocą stara się odkryć tajemnicę Sprzed lat oraz naprawić bieg historii. Po pewnym czasie odzyskuje odebrane wcześniej wspomnienia, dzięki czemu udaje mu się zabrać moce wszystkim posiadaczom i ocalić świat.

Tokyo Ghul (BRUTALNE I BARDZO KRWAWY)

Randka jak z horroru to idealne określenie tego, co tu się wydarzy. Zaczyna się niewinnie, od miłej rozmowy o książkach a kończy walką o życie - operacją i przeszczepem organów od oprawcy. Ghule żywią się tylko ludzkim mięsem i kawą. Jak bohater poradzi sobie z nową rzeczywistością i faktem, że staje się Ghulem? Czy da radę zjeść ludzkie mięso, czy umrze z głodu? Czy jest w stanie prowadzić życie sprzed wypadku? Okazuje się, że Ghule stanowią znaczną część społeczeństwa i nie różnią się tak bardzo od zwykłych ludzi. Potrafią zawierać przyjaźnie, kochać, odczuwać emocje i troszczyć się o siebie.

Klaudia Banasiak

Książki na ferie

W tym roku zaskoczyła nas niesamowicie długa przerwa od zajęć szkolnych, świąteczna, jak co roku, ale dodatkowo połączona z feriami. Niestety, naszą codziennością stało się kilkugodzinne spędzanie czasu przed komputerem. Prawie miesięczny odpoczynek od nauki jest idealnym czasem na rozwijanie swoich pasji czy też rozpoczęcie nowego hobby. Chciałabym proponować być może niezbyt lubiane przez niektórych czytanie książek, jednak sięgnięcie po nie może okazać się niezwykłą przygodą i stworzyć przed Wami nieco inny świat od tego wirtualnego, zamkniętego w telefonie lub monitorze laptopa. Dlatego przedstawię kilka tytułów, o których być może nie słyszeliście, a z pewnością pozwolą oderwać się od szarej rzeczywistości i zrelaksować. Oto one:



Tony Parsons znany głównie z powieści „Mężczyzna i chłopiec”, jest również autorem cyklu powieści kryminalnych z detektywem Maxem Wolfe’em. Jest to pierwsza pozycja należąca do tej serii, zatytułowana: „Krwawa wyliczanka”. Detektyw opisuje w niej początek swojej kariery w wydziale zabójstw, w której zetknął się z niezwykle sprawą, dotyczącą morderstw siedmiu absolwentów ze szkoły dla chłopców, dorosłych już mężczyzn. Ofiary traciły życie jeden po drugim w ten sam, przerażający sposób. Drugi tom serii to „Rzeźnik”, który osobiście wywarł na mnie największe wrażenie i wciągnął w tajemniczy świat zagadek kryminalnych. W sylwestrową noc zostaje zamordowana zamożna rodzina Woodów, a jej najmłodszego członka, kilkuletniego chłopca, porwano. Czy możliwe jest to, że za okrutną zbrodnią stoi mężczyzna, tytułowy rzeźnik, który przed laty zabił cztery osoby, używając tego samego narzędzia zbrodni? Tego dowiedziecie się po przeczytaniu. „Klub wisielców” jest ostatnią częścią. Tym razem sprawa jest bardziej skomplikowana. Grupa ludzi porwuje złoczyńców i postanawia sama wymierzać im sprawiedliwość i udostępnić nagrania z egzekucji w Internecie. Swoimi działaniami nawiązują do najsłynniejszego angielskiego kata – Alberta Pierrepoint’a, który powiesił 435 skazańców. Możecie czuć się zaskoczeni, ale

nasz rodzimy twórca, Witold Gombrowicz, znany licealistom ze starszych klas z lektury „Ferdydurke”, jest także autorem zaskakującej powieści pt. „Pornografia”. Akcja toczy się w Polsce w okresie wojny. Jako narratora Gombrowicz obsadza swoje alter ego. Fryderyk oraz Witold przyjeżdżają do posiadłości swojego przyjaciela Hipolita, gdzie ukrywa się żołnierz uciekinier. Akcja pełna manipulacji, podglądania, próby przybliżenia do siebie dwojga szesnastoletków – Karola oraz Hani. Ponadto kanwą utworu są dwa zabójstwa, które rozgrywają się na tle wojennego dramatu. Warto również sięgnąć po publikację Becky Albertalli, autorkę powieści „Twój Simon”. Główny bohater, szesnastoletni Simon Spier, ukrywa swoją orientację seksualną. Niestety, jego korespondencja mailowa z Blue, przyjacielem poznany w Internecie, trafia w niepowołane ręce. Simon pada ofiarą szantażu klasowego „śmieszka” Martina. Jest to opowieść o dojrzewaniu, coming outcie współczesnego nastolatka, która stała się debiutem pisarskim autorki. Mam nadzieję, że skusicie się na którąś z przedstawionych przeze mnie propozycji. Dobra książka, ulubiona herbata i ciepły koc to idealny przepis na udany wieczór!

Amelia Pisarek





Kącik sportowy

Kącik sportowy poznaliście już w zeszłym miesiącu kiedy to przybliżyłem wam historię najbardziej nietypowego sezonu w historii najlepszej ligi koszykówki, oraz opowiedziałem historię młodej Polki która swoimi osiągnięciami w tenisie ziemnym podbiła świat. Teraz postanowiłem opisać wydarzenia z ostatniej gali Fame MMA i nietypową sytuację która miała na niej miejsce, oraz przedstawić nazwiska zawodników których w następny sezonie zobaczymy na parkietach NBA.

„Gala która podbiła serca Polaków”

21 listopada odbyła się ósma gala Fame MMA na której nie zabrakło ciekawych walk, konfliktów między zawodnikami oraz doszło do skandalu od którego zawrzało w całym internecie, ale od początku. Walkę wieczoru stoczyli Marcin Dubiel i Kacper Błoński, obaj znani głównie z konfliktu do którego doszło między nimi w domu X. 21 listopada czas na słowa się skończył i przyszedł czas na walkę. Obaj zawodnicy pokazali dobre przygotowanie techniczne jednak Kacper zdominował przeciwnika w parte-



rze co sprawiło, że zyskał przychylność sędziów którzy zdecydowali o jego zwycięstwie. Jak się jednak okazało najciekawszą walką na gali nie była walka wieczoru, to miano przypadło walce którą w ramach co-main event stoczyli Marcin „el testosteron” Najman i Kasjusz „Don Kasjo” Życiński, ich konflikt przed walką był niesamowicie zaogniony głównie dlatego, iż Kasjusz oskarżył Marcina Najmana o romans jednak Marcin udowodnił, że takowego nie było. Najman jako jedyny zawodowiec spośród zawodników szybko zyskał sympatię fanów przez jego doświadczenie i opanowanie na konferencjach

przed galą. Nadszedł dzień walki zawodnicy mieli walczyć w formule bokserkiej w której dozwolone są tylko ciosy pięściami, jednak Marcin Najman już po niecałych 30 sekundach walki zapomniał o panujących zasadach i obalił przeciwnika za co został ukarany odjęciem jednego punktu, sędzia wytłumaczył Marcinowi, że to boks i tu się nie obala najwidoczniej zapomniał wspomnieć o tym, że kopanie również jest zabronione ponieważ chwilę później Najman wyprzewadził niskie kopnięcie za które został zdyskwalifikowany, zawodnicy zaczęli się szarpać, do ringu wbiegli ochroniarze a trener Marcina Najmana Damian Herczyk próbował spacyfikować Kasjusza wykręcając mu nogę co uchwyciły kamery, Najmanowi przybyło hejterów a jego współpraca z organizacją Fame MMA zakończyła się. Na gali mieliśmy jeszcze kilka ciekawych walk jak ta Maksymiliana „Wiewióra” Wiewiórki z Amadeuszem „Ferrari” Roślikiem którą wygrał Wiewiórka. Kolejna ciekawa walka to lekcja pokory dla Piotra Szeligi który był bardzo pewny zwycięstwa jednak jego rywal Piotr „Bestia” Piechowiak zmusił go do poddania się poprzez duszenie. Walka kobiet czyli Kamila „Zusje” Smogulecka przeciwko debutantce Dagmarze Szewczyk zakończyła się wygraną tej pierwszej która zdominowała walkę w parterze i wygrała przez nokaut. Walk było jeszcze więcej jak np.ta Filipa Marcinka z Michałem Sobolewskim, Alana Kwiecińskiego z Piotrem Pajakiem, Pawła Tyburskiego przeciwko Gabrielowi Al.-Sulwiemu czy Gamou Fall’a i Macieja Szewczyka jednak te nie zrobiły furory i nie były tak mocno wyczekiwane. Gala Fame MMA 8 była wydarzeniem na które czekali nie tylko fani sportów walki ale również fani poszczególnych zawodników i ich działalności w mediach społecznościowych co spowodowało bardzo duże zainteresowanie galą które przyniosło ogromne zyski ze sprzedanych dostępów w systemie Pay per view.



„Nowi gracze, nowa liga”

18 listopada jak co roku chociaż z lekkim opóźnieniem spowodowanym pandemią wirusa Covid- 19 odbyła się ceremonia draftu NBA. Draft to coroczne wydarzenie w którym wszystkie 30 drużyn w lidze ma szansę na pozyskanie młodych talentów którzy grali wcześniej na uniwersytetach lub w innych ligach mniej lub bardziej profesjonalnych, drużyny wybierają zawodników zgodnie z kolejnością ustaloną za pomocą losowania, warto zaznaczyć, że drużyna z najgorszym bilansem zwycięstw w sezonie ma największą szansę na wylosowanie pierwszego wyboru a sami zawodnicy w niektórych przypadkach nawet do ostatniej chwili nie wiedzą czy i przez kogo zostaną wybrani. Tak jak to było w przypadku Isaiah Thomasa który w momencie wybierania 58 zawodnika otrzymał telefon z informacją, że zostanie wybrany z ostatnim 60-tym numerem przez Sacramento Kings. W tym roku na liście znaleźli się tacy zawodnicy jak rzucający obrońca Anthony Edwards, rozgrywający Lamelo Ball, niski skrzydłowy Patrick Williams czy środkowy James Wiseman. Pierwszy wybór w tym roku przypadł Minnesocie Timberwolves którzy bardzo potrzebowali szybkiego i zwinnego dobrego w defensywie obrońcy dysponującego świetnym rzutem więc nie zaskoczyli wybierając Anthon’ego Edwardsa który reprezentował wcześniej barwy uniwersyteckiej drużyny Georgia Bulldogs. Drugi numer draftu to James Wiseman czyli mierzący 216 centymetrów środkowy z uniwersytetu Memphis którego wybrali mistrzowie NBA z lat 2015, 2017 i 2018 Golden State Warriors którym brakowało w składzie typowego środkowego a w zeszłym sezonie na tej pozycji grał Marquesse Chriss nominalny silny skrzydłowy. Wzrost, świetny wyskok, gra pod własnym koszem w defensywie oraz pod koszem przeciwnika w ofensywie u Wisemana są świetne, w przypadku Golden State Warriors był to więc wybór obowiązkowy. Największą ciekawość wśród fanów bez wątpienia wzbudza jednak numer 3 tegorocznego draftu czyli Lamelo Ball wybrany przez Charlotte Hornets , 2 metrowy rozgrywający, rekordzista tego sportu (jest najmłodszym graczem w historii koszykówki który przeszedł na zawodowstwo pierwszy mecz w profesjonalnej lidze zagrał w wieku 16 lat) dysponuje świetną wizją gry a jego podania są perfekcyj-



ne co do milimetra nieważne czy podaje przez całe boisko czy znajduje spod kosza kolegę stojącego za łukiem gotowego do rzutu za 3 punkty. Jego podania zawsze dochodzą do celu, ale sam również potrafi rzucać a kompilacje jego trójek z połowy boiska oglądają na całym świecie miliony ludzi, ale nikt nie jest idealny a do wad Ball’a można zaliczyć złe decyzje rzutowe w ciągu ostatnich dwóch sezonów w lidze australijskiej rzucał kiedy chciał nawet jeśli był w bardzo trudnej a wręcz niemożliwej do wykończenia sytuacji nad czym Ball będzie musiał popracować z trenerami w Charlotte a do dyspozycji ma przecież samego Michaela Jordana który został właścicielem klubu w roku 2010. Z czwartym numerem do Chicago Bulls powędrował Patrick Williams który zdecydował się przejść na zawodowstwo już po ukończeniu liceum, mierzący 203 centymetry niski skrzydłowy z West Charlotte High School dysponujący świetnymi umiejętnościami gry pod koszem ale potrafiący w razie potrzeby rzucić z dystansu, Williams lubi dzielić się piłką, ale gdy trzeba może użyć swojej siły aby przedrzeć się przez obrońców samodzielnie, przydałby mu się jednak dobry trener gry w obronie bo bronić Williams nie potrafi. To były cztery najgłośniejsze nazwiska tegorocznego draftu NBA, ale jak sobie poradzą? Tego dowiemy się z czasem obserwując ich grę na parkietach najlepszej koszykarskiej ligi na świecie.

Kuba Stachurski



Jak zdrowo spędzić święta?

Boże Narodzenie to piękny okres, który oprócz tego, że kojarzony jest z obdarowywaniem się nawzajem prezentami czy śpiewaniem pięknych kolęd, pozwala na wspólne biesiadowanie przy wigilijnym stole. Jest to nieodłączna tradycja kultywowana w naszym kraju od wielu stuleci. Mimo tego, że każdy z nas kocha świąteczne przysmaki, to nikt nie potrafi się pogodzić z przybywającą ilością cyfr ukazujących się na wadze. Jak to zmienić? Co robić, aby święta nie straszyły nas przyrostem wagi? Postaram się rozwiązać wasze wszelkie wątpliwości.

Jedz regularnie.

Powie Ci to każdy dietetyk, jedz co 3 godziny i nie dopuszczaj do uczucia głodu. To może spowodować wilczy apetyt, który jest trudny do okiełznania. Warto zacząć od pożywnej śniadania, potem sięgnąć po owoc i zjeść lekki obiad. To wszystko sprawi, że łaknienie nie zdoła cię dopaść, a ty będziesz mógł cieszyć się smukłą sylwetką.



Samodzielnie przygotuj potrawy.

Gotując samemu, zwracasz uwagę składniki dań. Kupując produkty, staraj się wybierać zdrowsze zamienniki, które mimo wszelkich pogłosek nie są wcale dużo droższe. Przykładem może być cukier- kuchenny niezbędnik, który można zamienić na erytrytol czy ksylitol, nie posiadają one prawie żadnych kalorii, a ich smak ucieszy nawet największych łasuchów. Oprócz tego używaj komponentów z dużą zawartością białka i błonnika. Składniki bogate w te związki zapewnią nam sytość, co nie będzie skłaniało nas do sięgania po więcej jedzenia, a

tym samym pochłaniania więcej kalorii.

Pokochaj ruch.

Bez ruchu na nic wszelkie diety i detoksy. Po wigilijnej kolacji zaproś rodzinę na wspólny spacer lub zabierz rodzeństwo na sanki. Niby to tak mało, a daje tak wiele. Oprócz tego, że spalisz zbędne kalorie, to przy okazji wywołasz na niejednej twarzy uśmiech spowodowany wspólnym spędzaniem czasu.

Dbaj o nawodnienie.

Woda zdziała naprawdę wiele, przyspiesza metabolizm, a przy okazji oczyszcza organizm ze wszelkich toksyn. Staraj się pić jej szklankę do każdego posiłku, z czasem wejdzie ci to w nawyk. Jeśli nie przepadasz za wodą, to dorzuć do niej miętę, cytrynę ulubione owoce. Nadadzą one wyrazistego i oryginalnego smaku. Zrezygnuj z napojów słodzonych czy kupnych soków. Nie wyobrażasz sobie bez nich życia? Żaden problem! Istnieje wiele zamienników tych wyrobów, spożycie ich raz na jakiś czas nie wywoła żadnych negatywnych skutków, a zaspokoi twoje łaknienie.

Mam nadzieję, że zdołałam ci pomóc i mimo wielu przeciwności stojących na drodze do idealnej sylwetki, dasz radę trzymać się wymienionych wyżej zasad. Pamiętaj jednak, że wszystko jest dla ludzi i raz na jakiś czas możesz sobie pozwolić na chwilę zapomnienia. Nie popadaj w obłęd i kochaj siebie!

Karolina Waś



Świąt nie będzie... a może?

Nie da się ukryć, że na myśl o przepysznych dwunastu potrawach człowiek robi się głodny, zaś wizja obdarowywania się prezentami z najbliższymi przyprawia każdego o uśmiech. Tegoroczne Święta Bożego Narodzenia będą inne niż dotychczas. Większość z nas, z powodów panującej pandemii niestety jest zmuszona do pozostania w domu. Ograniczenia, takie jak dbałość o stan zdrowotny naszych bliskich mogą być przytłaczające. Niektórzy z nas nie będą mogli usłyszeć od dociekliwych ciotek i wąsatych wujków barwnych historii, jak to jeszcze pamiętają nas z czasów przedszkolnych.

W Norwidzie panuje coroczna tradycja wspólnego ubierania choinki. Również spotykamy się w swoich klasach żeby razem obchodzić wigilię. Świąteczny nastrój umilają kolędy i ży-

czenia składane prosto z serca. W tym roku postanowiliśmy uczcić Boże Narodzenie zdalnie, ale dalej w naszym, szkolnym gronie. Warto jest kultywować tradycje, przekazywane z pokolenia na pokolenie, nawet, jeśli doświadczamy pewnych przeciwności losu. Rozmawiając z uczniami naszej szkoły dowiedziałam się, że przeważająca ilość osób pozostaje w domu, a ich niewielka część wyjeżdża do bliskich. Niektórzy natomiast postanowili połączyć się z rodziną online.

W imieniu całej redakcji Norwid News życzymy, aby te Święta Bożego Narodzenia przyniosły spokój, wzajemną życzliwość, wytchnienie od pracy oraz nadzieję na lepsze - przede wszystkim zdrowe – jutro.

Iga Rojewska

Christmas all around the globe

Every country has different traditions when it comes to Christmas, for some People they're weird and hard to understand but I think its really interesting how we celebrate the same ocasion in such different ways.

For example in England Christmas Eve doesn't really mean anything, for british people it's just adding finishing touches for what they call „Christmas Day” on December 25th. On this day celebration starts in the morning with kids running to Christmas tree to open their present and look for empty glass witch Santa Claus has left after drinking the milk. The same in New Zeland and Australia. Brits, New Zealanders and Aussies even have similiar menu for Christmas dinner witch contains roasted turkey or goose, veggies, pies, pudding, scones and many more. On December 26th they all go crazy shopping because this date means Boxing Day. It's the day when shopping centers are offering the biggest sales in the whole year.

Totally opposite happens in Estern Europe where eating meat on Christmas dinner is rare, Boxing Day doesnt exist, Santa Claus visits children and talks to them instead just leaving the presents at night and most importantly Christmas Eve is the day when families gather together and eat Christmas dinner. The Last two days of holi-days we spend with our loved ones.

What about more oriental cultures? Well for instance, in Japan, every family gets a bucket of fresh KFC chicken and a bottle of Coca – Cola. 24th December is the day of long queques but Japanese swear it's worth a wait! Christmas in this country is the best example of how marketing affects real nature of this holiday.

But there are countries witch weren't affected by marketing. In Brazil Christmas Eve dinner starts on midnight and it's eaten till sunrise! Every guest has to bring something to eat plus a lot of beer! Beer is Brazil's favourite beverage. Brazilians at dinner treat themselves with dried fruit, rice, chicken, veal and italian Panettone.

Those couple of examples aren't even 1 % of ways to celebrate baby Jesus being born! They are a lot of other cultures and every one of them does it differently. There's one thing that brings them togheter – spending time with family and I think It's the most important thing.

Oliwia Szymańska



Thanksgiving celebration

Every person has reasons to be grateful for something. It can be something important like family or friends, but also things like a warm bath in a winter evening or a cup of tea after a long and stressful day are meaningful for many of us. You may well know, that there is a special occasion, on which people can show and express their gratitude. It is called Thanksgiving Day.

The holiday is celebrated in America and Canada and it is the 2nd most important holiday in these countries next to Christmas. In the United States it is held every fourth Thursday in November, and in Canada the date is a little different, just like the genesis of the holiday itself, because Canadians celebrate it on the second Monday of October. It is associated with an English explorer Martin Frobisher, the founder of one of the Canadian colonies. In the United States the history of this special Day starts in 1621 when the Plymouth colonists and Wampanoag Native Americans shared an autumn harvest feast that is acknowledged today as one of **the first Thanksgiving** celebrations in the colonies. Nowadays, the traditions are really similar, American families are having a big dinner, and after feasting they watch a movie, a TV show or just spend a quality time together, because no matter what you do with your loved ones, it will always be a happy and valuable time.

One of the most important things when it comes to the celebration of Thanksgiving is... food, obviously! A traditional dinner in

this time of the year contains roast or stuffed (usually with figs) turkey - although the roast one is more common. There is also one thing everyone likes to eat - mashed potatoes. If you happen to be picky about eating, this might be your safe food (just shove it in your mouth and the annoying aunt will leave you alone, trust me). The famous pumpkin pie is always stealing hearts. We cannot say this about cranberry sauce you can dip your sandwich in, though. That side dish does not have many fans.

We should absolutely recognize the racist and harmful origins of Thanksgiving, and work to end the revisionist narratives surrounding it, but we also have to recognize that it has become a meaningful holiday for many people, and we should not demonize people who use this holiday to practice gratitude and connect with their families. We need to respect both the people who want nothing to do with it and the people who have made their own positive history and associations with Thanksgiving.

Natalia Karczmarek





Traditions in english-speaking countries

CHRISTMAS CAKE

At Christmas, the English and Irish tables must not be complete without a festive cake. It is always the same. The cake is made of dried, candied fruit covered with a thick layer of marzipan and icing. An interesting fact is that the same cake could be both a birthday and a wedding cake.



CHRISTMAS PUDDING

It is a dried fruit and rum dessert that is prepared like jam, for several days. Before serving, it is heated again and topped with unsweetened whipped cream. Cream goes well with the unusual sweetness of fruit.

CHRISTMAS CARDS

As in Poland, cards with Christmas greetings are sent in the United States, Ireland, the United Kingdom and Canada. Interestingly, you can expect wishes sent by post from your grandmother or neighbor as well as a plumber or your doctor. Then you hang these sheets on a string, for example, over the fireplace.

STOCKINGS

These are huge Christmas-decorated socks that children hang by the fireplace or at the foot of their bed. Santa Claus leaves sweets in them.

CRISTMAS IN AUSTARLIA

People often celebrate Christmas on the beach. They meet, for example, at a barbecue. Then they exchange gifts and play all kinds of beach games. Santa Claus visits children on December 25. This is also when the summer vacation begins for children. The Christmas tree is replaced by a plant called "Australian bush", which is also decorated with various decorations. The character of Santa Claus is often depicted in summer clothes, accompanied by, for example, koala bears or kangaroos.

COAL

In Poland, when a child is naughty during the year, he can expect a rod from Santa Claus under the Christmas tree. In New Zealand and Ireland, he will be given a chunk of coal for bad behavior.

ST. STEPHEN'S DAY

The second day of Christmas is very important in Ireland. It is St. Stephen's Day. On this day, Irish carol singers, known as the Wren Boys, go door-to-door collecting donations. On the second day of Christmas, the National Hurling League, a team game in which players use sticks and balls, also begins. It is also popular for children to watch plays where men play female roles and vice versa.

Wiktoria Malkińska



Świąteczne bułeczki cynamonowe

Buleczki cynamonowe czyli amerykańskie cinnamon rolls to świąteczny klasyk szczególnie popularny w Stanach. Dużą popularność zawdzięczają swojemu niezwykle cynamonowemu aromатовi którego zapach cudownie unosi się w domu i podkreśla świąteczny, rodzinny klimat. Dzięki temu przepisowi i wy będziecie mogli rozkoszować się smakiem zwijanych, drożdżowych cudownie miękkich bułeczek.

Przygotowanie

Podgrzewamy mleko aby było letnie, ale uważamy by nie było gorące. Następnie dodajemy do miseczki z mlekiem rozkruszone drożdże i mieszamy aż do rozpuszczenia. Do mieszaniny dodajemy dwie łyżeczki cukru i dwie łyżki mąki. Masa powinna być mieszana aż do ujednolicenia konsystencji. Teraz odstawiamy miseczkę na bok na około 15 minut, aż do podrośnięcia.

Mikserem rozcieramy pozostały cukier (ten przydzielony do ciasta) wraz z jajkiem i żółtkami. Dodajemy przygotowany roztwór z drożdży i ponownie mieszamy. Powoli sól wraz z pozostałą mąką i wyrabiamy ciasto. Następnie dajemy ostudzone rozpuszczone masło. Ciasto powinno być gładkie. Odstawiamy je pod przykryciem w ciepłe miejsce i czekamy około półtorej godziny aż ciasto podwoi swoją objętość. Blaszke z piekarnika wykładamy papierem do pieczenia.

Gdy ciasto już podwoi swoją objętość krótko je wyrabiamy, a następnie dzielimy na dwie części. Każdą z tych części musimy rozwałkować na kwadrat 30cmx30cm. Na wyrobionym kwadracie rozsmarowujemy nasze cynamonowe na-

dzienie zostawiając marginesy 2cm z jednej strony (SKŁADNIKI Z CZĘŚCI - NADZIECIE - mieszamy ze sobą cynamon, cukier waniliowy, zwykły cukier i skórkę z cytryny. Rozpuszczamy masło, powinno być lekko ciepłe, tuż przed smarowaniem ciasta łączymy ze sobą rozpuszczone masło z cukrem cynamonem i cytryną). Zawijamy naszą roladę i dokładnie zlepiamy końce (w tym miejscu gdzie zostawiliśmy marginesy). Gdy wszystko jest już dobrze zawiązane to kroimy naszą roladę na 10 kawałków. Wszystkie układamy na blaszce obok siebie. Musimy zachować pewne odległości, gdyż bułeczki urosną podczas pieczenia. Blachę przykrywamy i pozostawiamy na 40 minut do wyrośnięcia. Tak samo postępujemy z drugą częścią ciasta.

Już przed samym pieczeniem smarujemy bułeczki mieszanką z roztrzepanego jajka i łyżki mleka. Nagrzewamy piekarnik do 180 stopni i pieczemy bułeczki przez 20 minut, aż do zarumienienia się ich. Gdy już bułeczki ostygną polewamy je lukrem.

Zofia Gnatkowska

Składniki na około 20 sztuk:

Ciasto- 500g mąki pszennej, 50g cukru, 1 szklanka mleka, 70g masła, 1 jajko, 2 żółtka, 30g świeżych drożdży, szczypta soli.

Nadzienie- 2 łyżki cukru wanilinowego, 70g masła, 100g cukru, 20g cynamonu, Skórka z cytryny.

Dodatki- 10 łyżek cukru pudru, 2 łyżki mleka, 1 jajko z jedną łyżką mleka do posmarowania bułeczek.

SMACZNEGO!





Grudniowy horoskop



Święta, święta i po świętach... Najpiękniejsze chwilę z rodziną w domu dopiero nadchodzą, lecz ty już teraz możesz sprawdzić co czeka cię w grudniu. Zimowy horoskop wszystko wie, to jedyne rzetelne informacje z pierwszej ręki.

★ BARAN

21.03-19.04

Baran ma silną wolę, jest energiczny i bardzo ambitny. Jego osobowość przepełniona jest entuzjazmem i gwałtownością. Pamiętaj aby być ciepłym, wolniejsze tempo przyniesie ci więcej korzyści.

★ LEW

23.07-21.08

Lew jest bardzo ambitny, wyznacza jasne, ściśle określone cele do których dąży. Zaraża swoim entuzjazmem, jest lojalny i przyjacielski. Zawsze znajdź czas by znaleźć swoje pozytywne cechy.

★ BYK

21.04-21.05

Byk jest odpowiedzialny i cierpliwy. Twardo stąpasz po ziemi i dążysz do celu mimo wszystko, łatwo bywasz zazdrosny. Stawiaj sobie większe wyzwania, czasami warto wyjść ze swojej strefy komfortu.

★ PANNA

22.08-23.09

Panna jest skromna i nieśmiała. Rzetelnie podchodzi do postawionych sobie zadań. Jego osobowości należy do tych analitycznych. Pogódź się ze swoją bałaganiarską kreatywnością zamiast się przejmować to zacznij z niej czerpać.

★ BLIŹNIĘTA

22.05-21.06

Bliźnięta są wszechstronne i komunikatywne. Łatwo dostosowujesz się do sytuacji oraz zawsze wiesz co powiedzieć. Pozostań zorganizowany, zalegające zadania będą niszczyć ci humor.

★ WAGA

24.09-23.10

Waga jest taktowna i towarzyska. Jesteś wrażliwa, czasami nawet dziecinna, starasz się unikać kontaktu z innymi. Musisz dorosnąć i zacząć brać odpowiedzialność za swoje czyny.

★ RAK

22.06-22.07

Rak jest niezwykle ciepły oraz rodzinny. Jesteś bardzo podatny na słowa bliskich i emocje, które stale się zmieniają. Rozluźnij napięcie wśród swoich bliskich, pamiętaj, że jesteś przez nich kochany.

★ SKORPION

24.10-22.11

Skorpion jest potężny, nieustępliwy oraz tajemniczy. Jesteś nienasycony sukcesami stale szukasz nowych wyzwań do spełnienia. Nie przejmuj się drobiazgami, pozwól im odejść w niepamięć



✦ STRZELEC

23.11-22.12

Strzelec jest gwałtownym i impulsywnym znakiem, pomimo to są optymistycznymi i wesołymi osobami. Poświęć trochę czasu by odetchnąć i zrelaksować się.

✦ KOZIOROŻEC

23.12-20.01

Koziorożec stoi twardo na ziemi, nie pozwala sobie na odchylenia jakimi są marzenia i fantazje. Jego podejście jest pesymistyczne i mizerne. Musisz poświęcić trochę czasu na przebywanie z rodziną i ludźmi, których kochasz.

✦ WODNIK

21.01-19.02

Wodnik jako pierwszą potrzebę stawia niezależność, czuje się pewnie tylko wtedy kiedy nie podlega nikomu. Oprócz tego jest bardzo przyjazny i nieprzewidywalny. Postaraj się być dla każdego, gdy ten ma problemy, twoje wsparcie będzie bardzo pomocne.

✦ RYBY

20.02-20.03

Ryby są bardzo szczere i sympatyczne. Posiadają artystyczną duszę, którą stale powinni rozwijać. Jednak są tajemnicze oraz skryte. Zaczynaj wierzyć w siebie.

Murzynek z cynamonem

Składniki:

- Jajka 3 sztuki
- Cukier 1½ szklanki
- Mąka 2 szklanki
- Mleko ½ szklanki
- Cynamon 2 czubate łyżeczki od herbaty
- Cukier waniliowy 1 opakowanie
- Proszek do pieczenia 3 łyżeczki od herbaty
- Kakao 3 łyżki
- Olej 1 szklanka

Przygotowanie:

Składniki wymieszać mikserem
Ciasto wlać na blachę wyłożoną papierem do pieczenia.
Pieczemy w temperaturze 175°C ok 30-35 min.
Sprawdzić patyczkiem, czy ciasto nie jest surowe.
Wyjąć z piekarnika, zostawić do wystygnięcia.
Gdy ciasto ostygnie posypać cukrem pudrem.

SMACZNEGO! Klaudia Banasiak



BIBLIOTEKA PUBLICZNA

Konstytucji 3 maja 15, 05-250 Radzymin

Godziny otwarcia: Pon.8-12, wt-czw.9-17,

Pt.9-19, Sob.9-13,

Ndz. Zamknięte

tel. 22 786 50 24

URZĄD MIASTA I GMINY RADZYMIN

Plac Tadeusza Kościuszki 2, 05-250 Radzymin

Godziny Otwarcia: Pon.10-19, Wt-czw. 9-16,

pt. 8-15, sob-ndz. zamknięte

tel. 22 667 67 67

POCZTA POLSKA

Aleja Jana Pawła 2 6, 05-250 Radzymin

1 Maja 2, 05-253 Radzymin

Weteranów 31, 05-256 Radzymin

CENTRUM MEDYCZNE

Konstytucji 3 Maja 17, 05-250 Radzymin

tel. 22 760 72 00

STACJA PKP

Kolejowa, 05-250 Radzymin

WETERYNARZ

Polskiej organizacji wojskowej 16, 05-250 Radzymin

Godziny otwarcia: Pon-pt. 9-20. Sob. 9-15, Ndz. 9-14

OCHOTNICZA STRAŻ POŻARNA

Konstytucji 3 Maja 8A, 05-250 Radzymin

tel. 22 786 50 08

CENTRUM HANDLOWE

Konstytucji 3 maja 17-15, 05-250 Radzymin

APTEKI

Stary Rynek 9, 05-250 Radzymin

Tel. 22 464 35 64

Godziny otwarcia: Pon-ndz. 7-24

Stary Rynek 30, 05-250 Radzymin

Tel. 22 760 83 87

Godziny otwarcia: Pon-pt. 8-21, sob-ndz 8-15

Falandysza 11, 05-250 Radzymin

Aleja Jana Pawła II 1A, 05-250 Radzymin

Konstytucji 3 Maja 10, 05-250 Radzymin

KOMISARIAT POLICJI

Romualda Traugutta, Radzymin

Tel. 22 786 50 07

Małgorzata Goszczyńska





ŚWIĄTECZNY KONKURS BIBLIOTECZNY



Odpowiedz na pytania i walcz
o atrakcyjne nagrody!!!

Przez trzy dni (14 XII, 16 XII, 18 XII)
na Facebooku naszej szkoły będą
ukazywały się pytania konkursowe.



Odpowiedzi można przesyłać
do 20 grudnia 2020 r. do godz. 23.59
ALE UWAGA!!! Kto pierwszy ten lepszy!!!
Szczegóły w regulaminie.

