



ŚWIETLICOMANIA

NUMER 92-MARZEC 2020

16.03 -13.04. - SZKOŁY SĄ ZAMKNIĘTE!

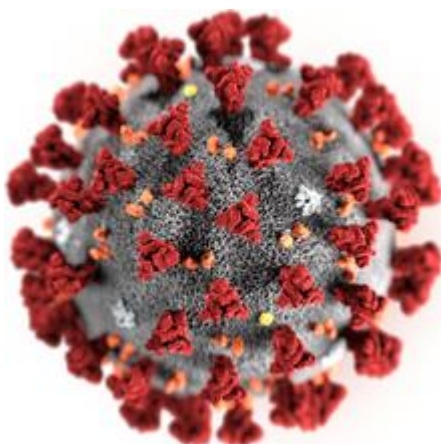
BĄDŹMY ODPOWIEDZIALNI!!! ZOSTAŃMY W DOMU!!!

Trwa stan epidemii Covid-19. Sytuacja jest bardzo trudna dla wszystkich, zarówno dla dorosłych jak i dla dzieci. Uczniowie uczą się zdalnie poprzez e-dziennik, videolekcje, platformy edukacyjne, portale społecznościowe i wszystkie dostępne komunikatory.

Ci, którzy nie mają dostępu do Internetu otrzymują pakiety w formie papierowej przygotowywane przez nauczycieli i Dyрекcję szkoły. W całym kraju zostały wprowadzone szczególne zalecenia:

- a) Często myć ręce wodą z mydłem, a jeśli nie ma takiej możliwości dezynfekować je płynami/żelami na bazie alkoholu (min. 60%).
- b) Podczas kaszlu i kichania należy zakryć usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką – jak najszybciej wyrzucić chusteczkę do zamkniętego kosza i umyć ręce używając mydła i wody lub zdezynfekować je. Zakrycie ust i nosa podczas kaszlu i kichania zapobiega rozprzestrzenianiu się zarazków.
- c) Należy zachować co najmniej 1-1,5 metra odległości z osobą, która kaszle, kicha lub ma gorączkę.
- d) Unikać dotykania oczu, nosa i ust. Dłonie dotykają wielu powierzchni, które mogą być zanieczyszczone wirusem. Dotknięcie oczu, nosa lub ust zanieczyszczonymi rękami, może spowodować przeniesienie się wirusa z powierzchni na siebie.
- e) Będąc chorym, mając: gorączkę, kaszel, trudności w oddychaniu, po powrocie z krajów, gdzie szerzy się koronawirus lub miałeś kontakt z osobą zakażoną, należy bezzwłocznie, telefonicznie powiadomić stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłosić się bezpośrednio do oddziału zakaźnego (oddziału obserwacyjno-zakaźnego), gdzie określony zostanie dalszy tryb postępowania medycznego. Należy unikać korzystania z transportu publicznego.

Zalecenia obowiązują do Świąt Wielkanocnych!!!



ZDRÓWKO

Pandemia, epidemia, kwarantanna, izolacja, stan zagrożenia epidemicznego

Epidemia i pandemia to dwa zbliżone znaczeniowo pojęcia, które jednak należy rozróżnić ze względu na skalę i zasięg zjawiska.

EPIDEMIA

O epidemii mówimy w sytuacji, gdy na określonym obszarze i w konkretnym czasie obserwuje się nasilone zapadanie przez populację na chorobę zakaźną. Istotne jest tutaj natężenie choroby większe niż w latach ubiegłych (w podobnym przedziale czasowym) lub pojawienie się na danym terenie choroby wcześniej niewystępującej.

PANDEMIA

W jej przypadku kluczowe jest znaczne rozprzestrzenienie patogenu. Mianem pandemii można zatem określić epidemię choroby zakaźnej, która obejmuje kilka krajów w tym samym czasie – mogą to być państwa na jednym kontynencie lub na całym świecie. Zazwyczaj pandemii sprzyja wysoka zaraźliwość choroby, a także jej bezobjawowy charakter na początkowym etapie infekcji.

11 marca 2020 roku Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) ogłosiła pandemię koronawirusa SARS-CoV-2.

KWARANTANNA

Kwarantanną obejmuje się osoby zdrowe, które miały kontakt z chorymi lub osobami, u których podejrzewa się zarażenie chorobą zakaźną. Zalecenie kwarantanny może dotyczyć też osób, które wróciły do kraju z regionów podwyższonego ryzyka. W przypadku koronawirusa kwarantanna oznacza konieczność pozostania w domu przez 14 dni w celu ograniczenia ryzyka przenoszenia patogenów na inne osoby. W przypadku objęcia kwarantanną nie należy wychodzić z mieszkania, trzeba przestrzegać zasad higieny i ograniczyć kontakt z innymi osobami.

Osoba objęta kwarantanną domową jest też zobowiązana zgłosić złe samopoczucie i wszelkie objawy chorobowe wskazujące na zakażenie wirusem SARS-CoV-2. Należy zrobić to telefonicznie, dzwoniąc do najbliższej stacji sanitarno-epidemiologicznej lub zgłaszając się na oddział zakaźny.

Ze względu na konieczność ograniczenia rozprzestrzeniania się chorób zakaźnych, osoba

poddana kwarantannie musi przestrzegać ogólnych zaleceń. Zgodnie z zaleceniami Ministerstwa Zdrowia i Państwowej Inspekcji Sanitarnej osoby objęte kwarantanną powinny:

- 1. Zachowywać zasady higieny, a więc często myć ręce, nie dotykać okolic nosa, ust i oczu, podczas kaszlu bądź kichania zakrywać nos oraz usta zgięciem łokcia lub chusteczką jednorazową, a także dezynfekować dotykane powierzchnie;*
- 2. Informować Sanepid o stanie swojego zdrowia, natychmiast zgłaszać pogorszenie samopoczucia;*
- 3. Zawiadomić pracodawcę o fakcie zostania objętym kwarantanną.*
- 4. W czasie kwarantanny nie można opuszczać miejsca, w którym się znajdujemy. Oznacza to konieczność pozostania w mieszkaniu i zrezygnowania ze spotkań z innymi osobami lub zachować odstęp minimum 1–1,5 metra.*

IZOLACJA

Izolacja jest stosowana u osób, które przechodzą chorobę zakaźną bez zaostrzenia objawów.

W przypadku łagodnej formy choroby bez konieczności hospitalizacji, można pozostać w domu i leczyć się dostępnymi środkami. Podczas izolacji – podobnie jak w przypadku kwarantanny – nie wolno wychodzić z domu. Należy też ograniczyć kontakt z osobami zdrowymi do niezbędnego minimum (z zachowaniem odpowiedniej odległości). W razie pogorszenia stanu zdrowia i zaostrzenia objawów konieczna staje się hospitalizacja na oddziale zakaźnym.

STAN ZAGROŻENIA EPIDEMICZNEGO

Stan zagrożenia epidemicznego to ogólnie zarządzenie ogłaszane przez ministra zdrowia w celu zapobiegania rozprzestrzenianiu się choroby. Mogą mu towarzyszyć konkretne ograniczenia i nakazy dotyczące m.in.: sposobu przemieszczania się, organizowania zgromadzeń oraz widowisk, funkcjonowania zakładów pracy oraz instytucji (np. praca zdalna), wykonywania zabiegów sanitarnych.

30 marca 2020r.(godz. 19.00) na Covid -19 zachorowały w Polsce 1984 osoby

MÓJ PUPIL

Zwierzęta domowe podczas kwarantanny

Stan zagrożenia epidemicznego i epidemii nakłada na nas szereg obostrzeń, a najważniejszym jest ograniczanie kontaktów międzyludzkich. Mówiąc krótko, powinniśmy siedzieć w domu. Co jednak w sytuacji, kiedy nie jesteśmy sami, a pod naszą opieką znajdują się psy? Czy psy mogą przenosić koronawirusa?



Ekspert z WHO mówi jasno: Nie ma obecnie dowodów, iż człowiek może się zarazić koronawirusem od zwierzęcia domowego. Zawsze jednak dobrze jest umyć ręce mydłem i wodą po kontakcie ze zwierzętami. Chroni to przed innymi patogenami, które mogą się przenosić ze zwierząt domowych na ludzi.

W sytuacji, kiedy właściciel zwierzęcia jest poddany kwarantannie w związku z wystąpieniem koronawirusa, w żadnym razie nie może sam wyprowadzać psa na spacer.

Najlepiej skorzystać wtedy z pomocy sąsiadów lub wolontariuszy z towarzystw opieki nad zwierzętami.

Wolontariusze z całej Polski łączą się, ogłaszając kto, gdzie i kiedy może wyprowadzić psa. Jeśli już znajdziemy chętnego, pamiętajmy o jego bezpieczeństwie:

- nie dopuszczać do kontaktu osoby objętej kwarantanną z osobą, która przychodzi po psa
- przygotowanego do spaceru psa wystawić za drzwi (powinien mieć już na sobie obrozę i smycz, jeśli potrzebuje to również kaganiec)
- osoba, która zabiera psa na spacer powinna mieć na sobie rękawiczki jednorazowe - odradza się dotykania smyczy, obroży i psa gołymi rękami

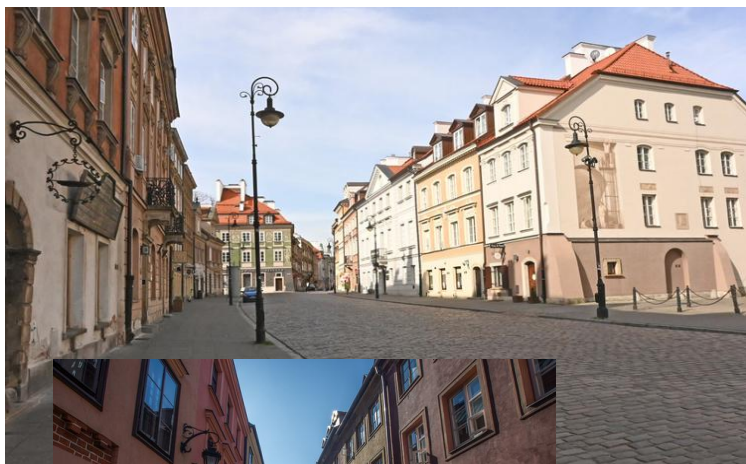
Fajnym rozwiązaniem może być żółta wstążka, która ostrzeże innych właścicieli psów

Spacer z psami w czasie stanu zagrożenia epidemicznego i epidemii

Aby zminimalizować kontakty z innymi ludźmi, powinniśmy ograniczać wyjścia z domu. Aby pies był zadowolony, a my bezpieczni, zrezygnujmy z wypraw na psie wybiegi. Dla psa to frajda, dla nas natomiast okazja do spotkania z innymi ludźmi, a to już zdecydowanie niewskazane. Jeśli koniecznie musimy korzystać z wybiegu, wybierzmy mniej popularną wśród właścicieli psów godzinę. Korzystajmy z miejsc mniej uczęszczanych. Pamiętajmy też o ochronie przeciw kleszczom. To ważne z uwagi na apele gabinetów weterynaryjnych.

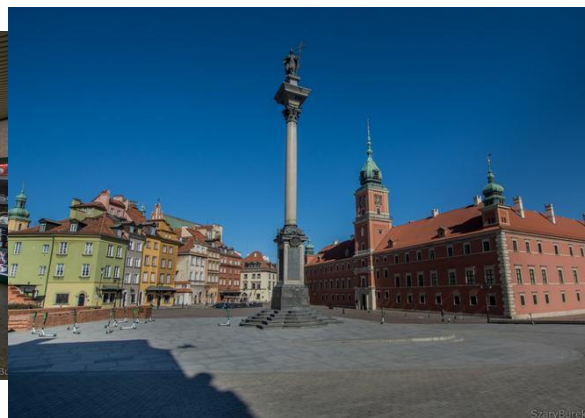
Obroża przeciw kleszczom sprawi, że unikniesz stania w kolejce i niepotrzebnego kontaktu z ludźmi.

MOJA WARSZAWA

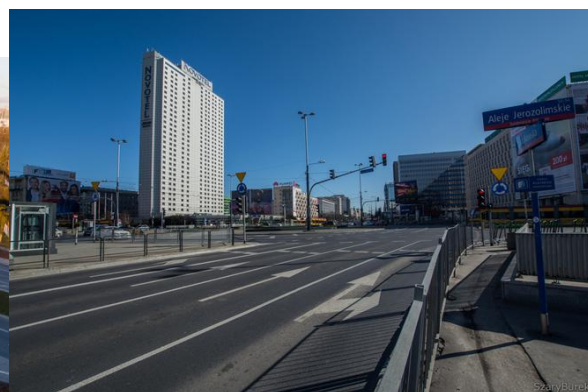
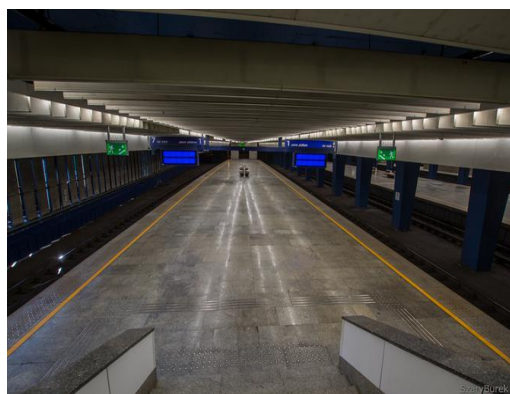


Takiej Warszawy nie znamy. W miejscach, gdzie zawsze było mnóstwo turystów z naszego kraju i z zagranicy teraz jest pusto.

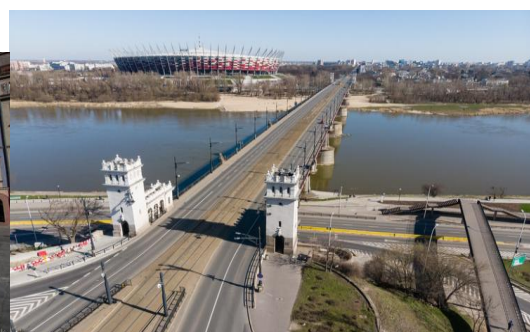
A wszystko z powodu szalejącego koronawirusa.



Warszawianie wzięli sobie do serca niebezpieczeństwo związane z epidemią. Tak- wygląda stolica podczas-pandemii . Takiej stolicy nie widzieliśmy i nie znamy. To przykry widok. Brak samochodów, roześmianych twarzy, kawiarenek pełnych kawoszy i amatorów wuzetek. W parkach pojedyncze osoby z pupilami i dziecięcymi wózkami. Czasem przebiegnie jakiś amator sportu. Place zabaw i większe parki zostały zamknięte.



Jak długo potrwa taki stan epidemii? Wiele zależy od naszego zdyscyplinowania i przestrzegania wszystkich zaleceń Głównego Inspektora Sanitarnego oraz rozporządzeń władz naszego kraju.





WARSZAWSKI KWADRANS

W świetlicy dla klas starszych odbył się cykl zajęć pt. „Warszawski kwadrans”. Celem zajęć było przybliżenie uczniom poezji poświęconej Warszawie, poszerzenie ich wiedzy na temat zabytków, parków

oraz znanych i rozpoznawalnych warszawskich budynków.



Dzieci także przypomniały sobie i utrwaliły legendy związane ze stolicą. Podsumowaniem zajęć było zorganizowanie wystawy „Warszawska Starówka”. Znalazły się na niej pokolorowane przez uczniów kamieniczki.



Odbył się również Konkurs Wiedzy o Warszawie Klas 3. Poziom wiedzy był bardzo wyrównany, czyli znamy naszą STOLICĘ. Zajęcia odbywały się pod kierunkiem pani Alicji Mianowskiej i pani Doroty Łoniewskiej.



ETNOPODRÓŻE- WARSZTATY GEOGRAFICZNE

W dniu 26.02.2020r. w godzinach od 15.00 do 16.30 dzieci ze świetlicy z klasy IIIa, IIIc i IVc z panią Tamarą Strzemecką brały udział w zajęciach geograficznych na temat: "Wyspa Lanzarote".

Zajęcia geograficzne o Lanzarote były prowadzone w czytelnicy przez panią Agatę Porazińską ze Stowarzyszenia Geografów Polskich i Przyjaciół Geografii.



Wyspa Lanzarote jest jedną z wysp Kanaryjskich na Oceanie Atlantyckim, należy do Hiszpanii, z czynnymi jeszcze wulkanami. Powierzchnia wyspy utworzona przez lawę była inspiracją dla tamtejszego artysty Cesara Manrique, który tworzył swoje dzieła na wyspie i zaprojektował swój dom w kolorach bieli, czerni i czerwieni. Dom ten po śmierci artysty stał się muzeum.

Tereny wulkaniczne w Parku Narodowym Timanfaya zainspirowały również dzieci ze świetlicy. Wykonały one ciekawe prace plastyczne pt. "Bajkowo lawowo". Prace zostały wywieszane na korytarzu przed świetlicą.

W MUZEUM ETNOGRAFICZNYM- „ETNOGRAF W PODRÓŻY”

5 marca 2020r. byliśmy na wycieczce w Muzeum Etnograficznym w Warszawie. Pojechaliśmy autobusem. Jechaliśmy około godziny.

W muzeum spotkaliśmy się z panią Moniką, która jest pracownikiem muzeum. Opowiadała o tym, kim jest etnograf, czym się zajmuje. Czy każdy, kto podróżuje, może być etnografem. Potem odbyły się warsztaty i robiliśmy sakiewki na małe drobiazgi. Pani Monika powiedziała, żebyśmy byli uważni i mieli oczy i uszy otwarte na to, co dzieje się dookoła. To jest ważne, aby być etnografem.

Liera i Kira kl. 3d





JESZCZE O WOŚP-ie

W tym roku Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy zebrała rekordowo wysoką kwotę: ponad 186 mln zł.

12 stycznia 2020r. na całym świecie pieniądze zbierało ok. 1750 sztabów - w tym 100 poza granicami Polski. W kweście uczestniczyło ok. 120 tysięcy wolontariuszy, którzy rozdali ponad 35 milionów naklejek z czerwonymi serduszkami.

W maju będą kupowane specjalistyczne urządzenia dla neurochirurgii, neurologii, kardiologii dziecięcej. To będzie bardzo specjalistyczny sprzęt.

Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy przeznaczyła ok. 20 milionów złotych na walkę z koronawirusem. To wspaniały gest. Dziękujemy!!!

JEZYK NASZ OJCZYSTY

ZAPAMIĘTAJ POPRAWNE FORMY ORTOGRAFICZNE!!!



NA RAZIE

Według zasad ortografii, jedynie forma „na razie” pisana rozdzielnie jest poprawna.

W OGÓLE

W ogóle piszemy rozłącznie jako dwa osobne wyrazy „w” i „ogół”. Pomimo popularnego skojarzenia z „wcale”, które kiedyś również było pisane rozdzielnie, pisownia tych wyrazów jest różna.

CO NAJMNIJ

Wyrażenie „co najmniej” piszemy osobno – w przeciwieństwie do takich słów jak „bynajmniej” bądź „przynajmniej”.

SAVOIR VIVRE

OJ, TE BUTY!!!

Czy zdejmować buty po przyjściu do czyjegoś domu?

Są takie kraje, w których buty się zdejmuje i nie jest to uważane za objaw zacofania, lecz element tradycji, którą bezwzględnie należy szanować. Mowa chociażby o Japonii. Jednak zgodnie z obyczajem w polskim domu gość butów nie zdejmował. Dawniej obuwie ściągano bowiem wyłącznie w chłopskich domach. Wracający z pola chłop miał ubrudzone buty i istniało ryzyko, że naniesie błota do domu. W przypadku przedstawicieli stanu szlacheckiego czy arystokracji takiego ryzyka nie było. I dziś zdecydowana większość z nas po polach przecież nie chodzi...

Buty stanowią część naszego ubioru. Jeżeli na urodzinowe przyjęcie przychodzą do nas znajomi ubrani "wyjściowo" i elegancko, to nie powinniśmy ich kreacji w żadnym stopniu dekompletować. Oznacza to, że nie należy od nich wymagać zdjęcia butów.

Pamiętajmy o zasadzie dostosowania się: jeżeli przychodzisz do kogoś w gości, to postępuj tak, jakby oczekiwał tego gospodarz. A zatem po przekroczeniu czyjegoś progu zorientujmy się, jakie zasady panują w danym domu. Gospodarz, który po powieszeniu naszej kurtki na wieszaku nie rusza do kolejnego pokoju, tylko jeszcze na coś czeka, może nam chcieć w ten sposób zasignalizować, że buty też należy zdjąć.

Jeżeli idziemy na przyjęcie do znajomych, u których zdejmuje się buty, lub gdy pogoda jest deszczowa i istnieje ryzyko, że zabrudzimy komuś dywan błotem, możemy zabrać parę butów na zmianę i je włożyć.



O butach do eleganckiego stroju powinni pamiętać również gospodarze.

Nie ma nic gorszego niż ubrany w garnitur pan domu paradyjący w skarpetkach lub bamboszach przywiezionych z wycieczki w góry. To samo dotyczy pani w „małej czarnej” i naszyjniku z pereł, która wita gości na bosaka.

Odwiedzając innych, pamiętajmy, że gdzieś tam buty będziemy zdejmować. Jeżeli jednak przyjmujemy gości u nas – nie wymagajmy tego od nich. Urządzając mieszkanie, do salonu zamiast drogiego dywanu lub podłogi z egzotycznego drewna warto wybrać inne rozwiązanie, które sprawi, że gość w butach nie przyprawi nas o zawał serca ani odruchowe podliczanie strat.

(Tekst zaczerpnięty z książki "Savoir vivre, czyli jak ułatwić sobie życie".)

MAMY PRAWA



MAMY OBOWIĄZKI



PAMIĘTAMY...

W dniu 1 marca obchodziliśmy Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Wyklętych. Jest to polskie święto państwowe. Poświęcone jest upamiętnieniu żołnierzy antykomunistycznego i niepodległościowego podziemia, którzy przeciwstawili się sowieckiemu reżimowi.

Wychowawcy świetlicy przygotowali informacje i zdjęcia na tablicy dekoracyjnej

W ZDROWYM CIELE ZDROWY DUCH

Dbajmy o kondycję!!!

Zgodnie z zaleceniami podczas epidemii koronawirusa SARS-COV-2, spędzamy większość czasu w domu. Bardzo ważnym elementem codziennego dnia powinny być regularne ćwiczenia fizyczne. Mogą odbywać się w mieszkaniu, na balkonie, a nawet na klatce schodowej, gdy nie ma innych lokatorów.

Do ćwiczeń wykorzystaj to, co masz w zasięgu ręki: krzesło, stołek, butelki, kij od szczotki, tasiemki, ścianę, siłę własnych mięśni.

Mogą to być zabawy z piłką, proste ćwiczenia gimnastyczne: przysiady, wymachy rąk i nóg, skręty tułowia, marsz i bieg w miejscu, skłony tułowia do przodu i do tyłu, pompki, chwytanie palcami nóg różnych przedmiotów itd. Każdy pomysł jest dobry. Na pewno wasza kreatywność będzie świetna.

Najważniejsze-dbać o zdrowie!!! A więc nie siedź długo przed komputerem. Rób sobie przerwy na lekcję wychowania fizycznego w domu!





NAUKA INACZEJ I PRACA INACZEJ...



W tym trudnym dla szkół okresie, kiedy nauka musi odbywać się zdalnie, wychowawcy świetlicy włączają się do szkolnej organizacji zajęć. Ogłaszają konkursy, zachęcają do malowania i rysowania. Przygotowują także różne elementy do wiosennych dekoracji.



Pani Alicja Mianowska i p. Dorota Łoniewska wycięły kolorowe, ażurowe ptaki, które będą ozdabiały świetlicową salę i szkolne korytarze.



Pani Anna Konik przygotowała magnesy i ozdobiła pojemniki na różne drobiazgi, a pani Magdalena Szyszka-kolorowe wazony i słoiki. A to wszystko na kiermasz. Dochód zostanie przekazany na pomoc Adamowi-uczniowi naszej szkoły, który oczekuje na operację kończyny dolnej.

Wychowawcy świetlicy utworzyli na stronie internetowej zakładkę p.n. „Świetlica w domu”. Tam zamieszczają propozycje zajęć dla uczniów, którzy teraz uczą się zdalnie. *Zachęcamy do kontaktu z nami. Czekamy na Wasze informacje, zdjęcia prac plastycznych. Napiszcie, co u was słychać, jak się czujecie.*



MALI ARTYŚCI



W marcu odbył się konkurs świetlicowy „Bob Budowniczy”. Uczniowie zbudowali z klocków wspaniałe obiekty, zwierzęta, rośliny i postacie filmowe.



Wychowawcy zachęcali uczniów do zajęć konstruktorskich, a następnie zrobili zdjęcia prac i przesłali do organizatorek konkursu-pani Jolanty Gutowskiej i pani Grażyny Grajewskiej.

Zdjęcia prac zostały wyeksponowane na tablicy dekoracyjnej na korytarzu szkolnym. Gratulujemy zwycięzcom i wszystkim uczestnikom konkursu!!!



WESOŁYM OKIEM 😊😊😊

Pani od przyrody pyta Kazia:

-Wymień pięć zwierząt mieszkających w Afryce!

Na to Kazio:

-Dwie małpy i trzy słonie.

- Co robisz, synku? - pyta mama małego Jasia.

- Piszę list do Tomka.

- Przecież ty jeszcze nie umiesz pisać.

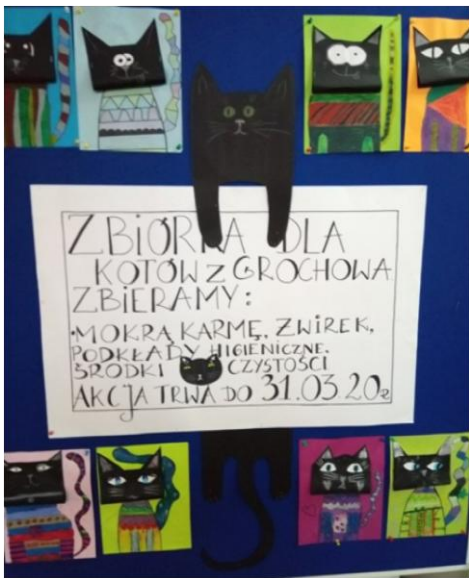
- To nic, Tomek jeszcze nie umie czytać.

Dwie pchły wychodzą z kina:

- Idziemy pieszo czy czekamy na psa?



GALERIA



*Drodzy Czytelnicy! Serdecznie Was
pozdrawiamy. Życzymy zdrowia.
Trzymajcie się!
Zespół redakcyjny Świetlicomanii*