

Rodzice za granicą:
Przedszkole
małego Europejczyka

Przepis na weekend:
Praca kobiety
nigdy się nie kończy

Ekorodzina
Oddaj śmieci
do Lamusowni

TEMAT MIESIĄCA:
Kto nakarmi
nasze dzieci?

Kraków, nr 4(18)/maj 2013

MIASTO pociach

miesięcznik dla rodziców



**Jedyny humanista
w rodzinie.
Bogu dzięki!**

str. 8

ROZMOWA
z Jarosławem
Sidorowiczem,
krakowskim
dziennikarzem



Galeria
Kazimierz

Rzeźbimy, naturalnie!

Konkurs ekologiczny - II edycja

- Weź udział w konkursie na najpiękniejszą rzeźbę ekologiczną
- Wygraj dla Twojej szkoły telewizor LCD z odtwarzaczem Blue-ray!

Finał konkursu

1 czerwca,

podczas

uroczystej zabawy

w Galerii Kazimierz!

Nagrodzimy najlepsze prace uczniów z trzech kategorii wiekowych:

1. „Maluch“ – dzieci w wieku przedszkolnym
2. „Junior“ – uczniowie klas I – III
3. „Senior“ – uczniowie klas IV – VI

Partner konkursu



Aby wziąć udział w konkursie należy dostarczyć prace wraz z formularzem zgłoszeniowym do 16 maja 2013 r., do biura Galerii Kazimierz. Szczegóły i regulamin konkursu na www.galeriakazimierz.pl/eko-konkurs

GALERIA KAZIMIERZ, KRAKÓW, UL. PODGÓRSKA 34

Dzień zwycięstwa i rok rodziny

Matki I kwartału wywalczyły sobie dłuższe urlopy rodzicielskie; od września każda dodatkowa godzina w przedszkolu ma kosztować nie więcej niż złotówkę; a sześciolatki z połowy rocznika 2008 nie będą musiały iść do szkoły. Ogłoszony w styczniu przez rząd „Rok rodziny” można uznać za rozpoczęty! Koniec kwietnia okazał się szczęśliwy dla rodziców najmłodszych dzieci. Premier Donald Tusk podczas konferencji prasowej, zorganizowanej po spotkaniu z przedstawicielami ruchu „Matki I kwartału”, ogłosił trzy istotne z punktu widzenia polskich rodzin zmiany. Po pierwsze, wbrew wcześniejszym zapowiedziom, na roczny urlop rodzicielski będą mogli iść rodzice wszystkich maluchów urodzonych w 2013 r., a nie tylko tych, które przyszyły na świat po 17 marca.

– Wielka determinacja „matek I kwartału” zrobiła na mnie ogromne wrażenie – przyznał premier i zapewnił, że znajdzie pieniądze, które będą potrzebne na wypłatę dodatkowych świadczeń. – 26 kwietnia to dzień zwycięstwa – napisały na swoim funpage'u uczestniczki protestu.

Na tej samej konferencji premier obiecał też dodatkowe 500 mln zł na przedszkolną rewolucję i ogłosił, że od 1 września 2013 r. opłata za każdą dodatkową godzinę opieki przedszkolnej wyniesie złotówkę. Podobno zgodził się już na to minister finansów.

Najwięcej kontrowersji wzbudziła natomiast trzecia zapowiedź premiera, dotycząca sześciolatkich dzieci. Te zgodnie z obecnie obowiązującymi przepisami mają iść do szkoły we wrześniu 2014 r. Teraz premier postanowił jednak podzielić sześciolatkę na starsze i młodsze i zapowiedział, że te, które urodziły się od stycznia do końca czerwca 2008 r., pójdą obowiązkowo do szkoły w 2014 r., a te z drugiej połowy roku tego obowiązku mieć nie będą. Obowiązkowa szkoła dla wszystkich sześciolatków zostanie wprowadzona dopiero w 2015 r. De facto oznacza to kolejne odroczenie reformy, która rodzi się w bólach od kilku lat. Zapowiedź premiera ucieszyła rodziców sprzeciwiających się obniżeniu wieku szkolnego: – To jest kolejny wyłom w reformie, która nie wejdzie w życie – twierdzi Karolina Elbanowska ze Stowarzyszenia Rzecznik Praw Rodziców, inicjatorka akcji „Ratuj Maluchy”.

Właśnie trwa zbiórka podpisów pod wnioskiem o ogólnopolskie referendum edukacyjne „Ratuj Maluchy i starsze dzieci też!”. Cel to m.in. doprowadzenie do odwołania przez rząd reformy obniżającej wiek szkolny. Do dziś rodzice zebrali blisko 300 tysięcy podpisów (do 1 czerwca muszą ich mieć minimum pół miliona). Wszystko wskazuje więc na to, że w sprawie sześciolatków nie powiedziano jeszcze ostatniego słowa.

Życzymy miłej lektury majowego numeru „MIASTA pociecz”

Na wasze listy czekamy pod adresem:

miasto.pociecz@gazeta.pl

Spis treści

Kto nakarmi nasze dzieci?

Od września Kraków chce oddać w prywatne ręce wszystkie szkolne stołówki. Rodzice zamiast 4 złotych, będą musieli zapłacić za obiad nawet 10 zł. To oznacza, że wiele dzieci przestanie jeść obiady w szkole i zamiast ciepłego posiłku będzie „żywić się” tańszymi drożdżówkami i chipsami. Tymczasem Polska dołączyła właśnie do grupy państw, w których jest największy odsetek dzieci z nadwagą. **4**

ROZMOWA

Maciej Koczyński – Dzieci najchętniej jedzą to, co same ugotują **7**

ROZMOWA

Jarosław Sidorowicz – Jedyne humanista w rodzinie **10**

PRZEPIS NA WEEKEND

Międzynarodowe Centrum Kultury – Praca kobiety nigdy się nie kończy **12**

Muzeum Historyczne – Słów cięcie-gięcie **13**

Wioski świata w mieście Kraka **14**

RODZINNY WYPAD

Na karuzeli, w teatrze i w pociągu **16**

RODZICE ZA GRANICĄ

Przedszkole małego Europejczyka **17**

EKORODZINA

Lamusownie za darmo zbierają stary sprzęt **24**

MAJA SKOWRON POLECA

Proszę Państwa, oto Miś... i Margolcia **25**

NIE PRZEGAP

26

Kto nakarmi nasze dzieci?

Od września Kraków chce oddać w prywatne ręce wszystkie szkolne stołówki. Rodzice zamiast 4 złotych, będą musieli zapłacić za obiad nawet 10 zł. To oznacza, że wiele dzieci przestanie jeść obiady w szkole i zamiast ciepłego posiłku będzie wżywić się⁹ tańszymi drożdżówkami i chipsami. Tymczasem Polska dołączyła właśnie do grupy państw, w których jest największy odsetek dzieci z nadwagą.

AGNIESZKA KARSKA

To już przesądzone – Anna Okońska-Walkowicz, wiceprezydent Krakowa ds. edukacji, nie pozostawia złudzeń. Od września wszystkie szkolne kuchnie zostaną przekształcone. Miasto przestanie dopłacać dzieciom do obiadów, dzięki czemu zaoszczędzi 9 mln złotych. Ci najbiedniejsi będą mogli nadal jeść posiłki za darmo, nieco bogatsi dostaną dofinansowanie z MOPS-u. Na takich zasadach działa już niemal połowa szkolnych stołówek w Krakowie: zostały przejęte przez agentów lub te same panie kucharki, które wcześniej gotowały obiady dla uczniów.

– I teraz robią to lepiej, bo muszą dbać o klienta. Wcześniej dostawały pensje niezależnie od tego, czy gotowały dobrze czy źle – uważa Anna Okońska-Walkowicz.

Zdaniem wiceprezydent na lepszą jakość serwowanych dzieciom posiłków wskazują badania sanepidu przeprowadzone na zlecenie magistratu. Wynika z nich, że spośród 43 sprywatyzo-

wanych stołówek, w 26 obiady zostały ocenione jako bardzo dobre, a w pozostałych jako dobre.

– Kuchnie serwują zdrowe i smaczne jedzenie, dostosowane do potrzeb dzieci – przekonuje wiceprezydent Okońska-Walkowicz.

Smacznie, ale drogo

Tyle tylko, że rodzice płacą za obiady dwa razy więcej niż wcześniej. I to już nie jest takie smaczne.

– W ubiegłym roku obiad w naszej szkole kosztował 4 zł, teraz kosztuje 8 zł, a ponieważ mam tam dwoje dzieci, miesięcznie za ich posiłki płacę ponad 300 zł. To dla mnie astronomiczna kwota – mówi pani Iwona, która samotnie wychowuje siedmioletniego Kubę i sześciolletnią Agnieszkę.

Wzrost cen spowodował, że wielu rodziców zrezygnowało z wykupywania dzieciom obiadów w szkolnych jadalniach.

– Z naszych informacji wynika, że ze stołówek po ich sprywatyzowaniu korzysta o około siedmiuset uczniów mniej niż wcześniej. Prze-



kazanie wszystkich stołówek w prywatne ręce spowoduje, że w Krakowie takich dzieci może być nawet 1400 – mówi Marta Tatulińska z Forum Rad Rodziców, prywatnie mama sześciolletniej dziewczynki.

Rodzice nie dają więc za wygraną i piszą list do Rzecznika Praw Obywatelskich z prośbą o interwencję.



FOT. FOTOLIA

– Naszym zdaniem samorząd nie może nie dopłacać do obiadów serwowanych w szkolnej stołówce. Z ustawy o systemie oświaty wynika bowiem, że rodzice uczniów jedzących obiad w szkole płacą tylko za „wsad do kotła”, czyli produkty, z których przygotowany jest posiłek, resztę finansować ma gmina. Stołówki prowadzone przez agentów dalej działają w szkołach,

więc należy je tak traktować – tłumaczy Marta Tatulińska.

Anna Okońska-Walkowicz zaznacza z kolei, że miasto nie może dopłacać do obiadów wszystkim dzieciom: zarówno tym biednym jak i bogatym. – W czasie kryzysu byłaby to ogromna niegospodarność – twierdzi wiceprezydent i podkreśla, że prywatyzacja 43 szkolnych stołówek już przyniosła 10 mln zł oszczędności. Przekształcenie pozostałych kuchni pozwoli zaoszczędzić kolejne 9 mln zł.

Rodzice zwracają jednak uwagę, że to oszczędności wprowadzane ich kosztem. Forum Rad Rodziców wydrukowało plakaty do ztuzdzenia przypominające te, które promowały film z Bruceem Willisem pt. „Jak ugryźć 10 milionów”. Tu jednak zamiast podobizny amerykańskiego gwiazdora, widnieje twarz prezydenta Jacka Majchrowskiego oraz wiceprezydent Okońskiej-Walkowicz i hasło: „Jak ugryźć 20 milionów z kieszeni rodziców”.

„Ci, których nie stać na zapłacenie dziecku za obiad mogą skorzystać z dofinansowania z Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej” – ripostują miejscy urzędnicy. Odkąd bowiem sprywatyzowano część szkolnych stołówek zmieniły się też przepisy dotyczące dopłat do jedzenia.

– Teraz są one wyjątkowo korzystne – zaznacza Marta Chechelska-Dziepak z krakowskiego MOPS-u.

Od września za darmo mogą jeść obiady dzieci z rodzin, w których dochód na jednego członka nie przekracza 684 zł. Z 75-procentowego dofinansowania mogą skorzystać ci, którzy mają dochód w granicach 684-912 zł. Dofinansowanie w wysokości 25 proc. ceny obiadu mogą z kolei otrzymać dzieci z rodzin o dochodzie nie przekraczającym 1140 zł.

– Są szkoły, w których ani jedno dziecko nie korzysta z dopłat do posiłków, a więc rodziców stać na to, by zapłacić za obiad podwójną stawkę. To pokazuje, że decyzja o przekształceniu stołówek była słuszna – mówi wiceprezydent Okońska-Walkowicz.

Pani Iwonie, mamie Kuby i Agnieszki, trudno jednak zgodzić się z taką argumentacją. Z racji zarobków przysługuje jej dofinansowanie do obiadów w wysokości 25 proc. – Postanowiłam się o nie postarać – opowiada pani Iwona. – Żeby złożyć wniosek musiałam wziąć wolne w pracy, a przed kolejnym spotkaniem zebrać mnóstwo dokumentów. Pani z MOPS-u umówiła się ze mną na wywiad środowiskowy w czwartek między godziną 11 a 15. W tych godzinach pracuję, a ponieważ nie dostałam kolejnego dnia wolnego, w końcu zrezygnowałam ze starania się o dopłatę. Uznałam, że dofinansowanie

w wysokości ok. 50 zł miesięcznie nie jest warte tego wszystkiego.

Wygląda na to, że podobnie myśli wielu rodziców. Z 25-procentowego dofinansowania skorzystały w całym Krakowie zaledwie cztery rodziny. Marta Chechelska-Dziepak zaznacza jednak, że złożenie wniosku trwa zaledwie chwilę, zapotrzebowanie można zgłosić nawet telefonicznie, a na wywiad środowiskowy można umówić się w dogodnym dla siebie terminie, również po godzinach pracy. – Tyle tylko, że pracownicy socjalni nie informują o tym rodziców – denerwuje się pani Iwona.

Spoleczne skutki reformy jadłodajni

Na prośbę matek i ojców zrzeszonych w Forum Rad Rodziców, Wydział Socjologii Uniwersytetu Jagiellońskiego ma przeprowadzić badania na temat społecznych skutków przekształcenia szkolnych stołówek.

– A te mogą być bardzo poważne – zaznacza Marta Tatulińska. – Dzieci pozbawione możliwości zjedzenia zdrowego i ciepłego posiłku w szkole, będą jeszcze chętniej sięgać po niezdrowe przekąski. Zamiast obiadu za 8 czy 10 zł kupią sobie za kilka złotych baton, chipsy albo drożdżówkę. Skończy się tak, jak w Anglii, gdzie kilkanaście lat temu zlikwidowano szkolne jadłodajnie, a teraz wydaje się ogromne pieniądze na walkę z otyłością najmłodszych.

Polacy są już na najlepszej drodze do tego, żeby dogonić Brytyjczyków. Z najnowszego raportu organizacji UNICEF wynika, że polskie dzieci tyją najszybciej w Europie. W ciągu dekady w naszym kraju podwoiła się liczba dzieci z nadwagą. Ma ją aż 17 proc. jedenasto, trzynasto i piętnastolatków, czyli dwukrotnie więcej niż jeszcze dwa lata temu. Według raportu „Warunki i jakość życia w państwach rozwiniętych” opracowanego przez UNICEF tak duży wzrost tego współczynnika nie wystąpił w żadnym innym z 29 przebadanych państw. – Daleko nam jeszcze do Stanów Zjednoczonych, gdzie blisko 30 procent dzieci ma nadwagę, ale też do Holandii, gdzie problemy z wagą dotyczą tylko około 8 procent dzieci – zaznacza Marek Krupiński, dyrektor generalny UNICEF Polska.

Własna kuchnia to podstawa?

Na szczęście jednak rodzice coraz większą wagę przywiązują do tego, co jedzą ich dzieci. O wysoką jakość posiłków zwykle najbardziej troszczą się ci, którzy mają dzieci w przedszkolu, a placówki coraz chętniej wychodzą naprzeciw ich oczekiwaniom. Tak się stało kiedy dwa lata temu eko-mamy i założycielki portalu dzieci-

sawazne.pl postanowiły pokazać przedszkolnym kucharkom, jak gotować zdrowe posiłki. Ruszyła kampania na rzecz naturalnej diety w przedszkolu. – Akcja przerosła nasze najśmielsze oczekiwania – przyznaje Alicja Szwinta-Dyrda, jedna z jej organizatorek. – Na pierwsze warsztaty w Krakowie przyszło ponad 100 osób, w Warszawie było ich jeszcze więcej. Okazało się, że kucharki i intendentki są gotowe na zmiany. Z zaciekawieniem słuchały, gdy mówiłyśmy na przykład, że kasza jaglana jest zdrowa i można ją dodać do zupy zamiast mąki. Jadłospisy w przedszkolach zaczęły się zmieniać, zresztą cały czas to monitorujemy.

Na zdrową dietę stawiają również przedszkola niepubliczne. Większość z nich musi jednak korzystać z cateringu, który dla wielu rodziców jest złem koniecznym. Tej formy żywienia maluchów broni jednak dr Witold Ligęza, psycholog dziecięcy, dyrektor Ośrodka Twórczej Edukacji Kangur i Kangurowego Przedszkola:

– Moim zdaniem najważniejsze jest to, co dzieciom jest oferowane i z jakich składników zostało zrobione – mówi psycholog. – My korzystamy z cateringu ekologicznego. A dzieci – jak to dzieci – jedne potrawy lubią bardziej, a inne mniej. Rolą przedszkola jest nauczyć je wielu smaków, a przynajmniej zachęcić do próbowania potraw. Ważne jest w jaki sposób nakłonić dziecko do jedzenia. Nie chodzi oczywiście o zmuszanie, ale o zaciekawienie – ko-

lorem, nazwą, zmotywowanie konkursem czy pochwałą. U nas na przykład dzieci czasem jedzą zupę śniegową, a na drugie danie „poskręcane śrubeczki”.

Są jednak przedszkola niepubliczne, które postawiły na własną kuchnię. Tak działa m.in. Domowe Przedszkole, które w Krakowie ma już trzy siedziby.

– W naszych przedszkolach dzieciaki mają odpowiednio zestawioną dietę, podnoszącą barierę immunologiczną. Opracował ją nieżyjący już prof. Aleksandrowicz. Dzięki tej diecie maluchy mniej chorują, każdego dnia mogą korzystać z naszego bogatego programu edukacyjnego. Są więc lepiej przygotowane do sprostania obowiązkowi szkolnym, nie tracąc nic z dzieciństwa – przekonuje Marta Korbut, założycielka tego najstarszego w Polsce prywatnego przedszkola.

– Dobre zdrowie dziecka w bardzo dużej mierze zależy od dobrego odżywiania – zaznacza z kolei Joanna Kalus, właścicielka Przedszkola Motylowo, które również gotuje dzieciom posiłki we własnej kuchni. – Wykorzystujemy produkty nieprzetworzone lub o jak najmniejszym stopniu przetworzenia. Podajemy dzieciom kasze, pieczywo na zakwasie naturalnym, sezonowe owoce i warzywa, jak najmniej cukru i słodcy. Omijamy też konserwy i sztuczne barwniki, nie stosujemy aromatów czy glutaminianu sodu. Stawiamy na świeżo wyciskane soki i tylko naturalne przyprawy.

Im później w łóżku, tym więcej kilogramów

Uczni z Uniwersytetu Południowej Australii przebadali ponad dwa tysiące dzieci w wieku od dziewięciu do szesnastu lat. Stwierdzili, że te, które chodzą spać późno i późno wstają są 1,5 razy bardziej narażone na otyłość niż te, które zarówno wstają, jak i kładą się wcześniej. Ponadto zaobserwowali, że dzieci, które późno wstają, są także dwukrotnie mniej sprawne fizycznie i prawie trzykrotnie więcej spędzają czas przed telewizorem i grają na komputerze.

Ćwiczą i tyją

Z raportu UNICEF-u, który przynosi dla Polski dość niepokojące wieści, możemy dowiedzieć się jeszcze jednej ciekawej rzeczy. Otóż autorzy opracowania nie tylko zważyli dzieci, ale także zbadali ich aktywność fizyczną. Z raportu jasno wynika, że regularne ćwiczenia fizyczne wcale nie wpływają na obniżenie masy ciała. Młodzi Amerykanie, wśród których jest największy odsetek tych z nadwagą, przodują też jeśli chodzi o ruch. Niemal 30 proc. z nich (czyli tyle samo, ile ma nadwagę) zadeklarowało, że poświęca przynajmniej godzinę dziennie na intensywne ćwiczenia fizyczne; to daje im drugie miejsce wśród przedstawicieli 29 państw. Pod tym względem Polska również nie wypadła najgorzej. Choć nasze dzieci tyją najszybciej, sporo się też ruszają: zdaniem UNICEF ponad 20 proc. polskich nastolatków uprawia jakiś sport, co daje nam 11 miejsce w tabeli.

Dzieci naj

Rozmowa z **Maciejem Kopczyńskim**, właścicielem szkoły gotowania Kulinarne Kreacje, organizującej kursy dla dzieci i dorosłych, a prywatnie tatą dwóch dziewczynek, dla których piecze „najfajniejsze ciastka pod słońcem”.

Po co rodzice przyprowadzają do Pana swoje dzieci? Chcą, żeby nauczyły się gotować i potem pomagały im w kuchni, czy po prostu, żeby się dobrze bawiły i miło spędziły wolny czas?

Na pewno jedno i drugie. U nas dzieci uczą się gotować poprzez dobrą zabawę. Są takie, które mimo młodego wieku, po prostu uwielbiają to robić i naprawdę chcą się czegoś nauczyć. Przyjemność sprawia im gotowanie dla rodzeństwa, rodziców albo dziadków.

Czego mogą nauczyć się dzieci podczas kursu?

Na moich zajęciach dowiedzą się wszystkiego, co jest związane z kuchnią. To nie jest tylko lekcja gotowania, ale także higieny, czy estetyki. Maluchy uczą się także jak bezpiecznie postugiwać się różnymi przyborami kuchennymi, np. kroić chleb różnego rodzaju nożami. Poznają kodeks postępowania w kuchni, który muszą przestrzegać.

Co to za kodeks?

Jest to kilka podstawowych zasad. Na przykład od czego zaczynamy pracę w kuchni, czego unikamy, co wolno robić samemu, a czego pod żadnym pozorem nie należy dotykać.

Jak wyglądają takie zajęcia?

Jedna lekcja trwa dwie godziny, a pełny kurs sześć tygodni. Na każde zajęcia mamy przygotowany inny temat. Kiedy tematem jest na przy-

chętniej jedzą to, co same ugotują

kład makaron, dzieci robią go od podstaw: przygotowują ciasto, wałkują w maszynie, potem gotują i przyrządzają do niego sosy. Na koniec nakładają sobie przyrządzony własnoręcznie posiłek i jedzą go wspólnie przy stole.

Robią to ze smakiem czy grymaszą?

Rzadko się zdarza, by grymasiły. Podczas warsztatów staram się przekonać dzieci do składników, których do tej pory nie lubiły. Pokazuję im jaki mają naprawdę smak i co można z nich fajnego i smacznego ugotować.

Jakie potrawy dzieci przyrządzają najchętniej?

Każde dziecko lubi bawić się mąką, dlatego pizza, bułki i chleby to dla nich zawsze świetna zabawa. Hitem są również desery, których dekorowanie sprawia maluchom mnóstwo przyjemności. Zauważyłem, że są przy tym bardzo kreatywne.

A co najchętniej zjadają?

Zwykle wszystko, co same zrobiły przez nie chętnie zjadane. Część potraw dzieci zabierają też do domu, by pochwalić się rodzicom.

Skoro już o rodzicach mowa. Może Pan powiedzieć, jakie błędy kulinarne najczęściej popełniają?

Podstawowy błąd jest taki, że nie urozmaicają dzieciom posiłków. W domu przeciętnego Kowalskiego króluje zwykle kilkanaście dań, które w kółko się powtarzają. Bywa, że rodzice z góry zakładają, że jego dziecko na pewno nie będzie chciało zjeść jakiejś potrawy, więc jej nie przyrządzają. W efekcie dzieci nie rozpoznają podstawowych warzyw, bo w domu ich nie jadają. Rodzice z braku czasu często korzystają też z „szybkiego jedzenia”, które być może zaspokaja głód, ale na pewno nie posiada odpowiednich składników odżywczych potrzebnych młodemu człowiekowi.



FOT. KULINARNE KREACJE

Czyli nam-rodzicom też przydała się edukacja kulinarna?

Wiedza jeszcze nikomu nie zaszkodziła. Warto uczyć się nowych smaków.

„Nie jestem głodny” i „już nie mogę” – w moim domu to chyba dwa najczęściej powtarzane zdania. Pewnie większość rodziców słyszy je przynajmniej raz dziennie. Jak gotować dla maluchów, by chcieli jeść?

Dzieci często potrzebują do tego małej zachęty. Nie mówię oczywiście o przekupstwie. Powinniśmy się starać gotować wspólnie z dziećmi,

potraktować to jako zabawę i wspólny sposób na spędzenie czasu. To na pewno przekona je do jedzenia. Będą też dumne, że pomagały rodzicom i udało im się coś samemu przygotować. Możemy też postarać się, aby posiłki były kolorowe, wesole i ciekawie podane. Ten kto przyrządza jedzenie, zwykle gotuje to co jemu samemu smakuje. Jeśli jednak mamy w rodzinie niejadka powinniśmy również starać się dostosować posiłki do niego i wymyślać potrawy ze składników, które lubi. Należy też pamiętać, żeby między posiłkami nie podawać dzieciom przekąsek, zwłaszcza tych niezdrowych.

Sądząc po liczbie i popularności telewizyjnych programów kulinarnych, Polacy chyba uwielbiają gotować, ale czy potrafią to robić?

Rzeczywiście, przysłała do nas moda na gotowanie, podobnie jak kiedyś na taniec. Na pewno tego typu programy pomagają w edukacji kulinarnej. Polacy otwierają się na nowe smaki i składniki potraw, co zresztą widać na półkach sklepowych. Do Kulinarnej Kreacji zgłaszają się zarówno ludzie, którzy kompletnie nie umieją gotować, jak i tacy, którym to wychodzi, ale chcą się nauczyć czegoś nowego, poznać jakieś triki i nowe smaki.

Czy gotowanie może stać się hobby i sposobem na spędzenie wolnego czasu?

Wiele osób traktuje gotowanie jako sposób na relaks. Kulinarne Kreacje to nie tylko miejsce, gdzie uczy się gotować; to także inna forma spędzenia wolnego czasu, połączona z dobrą zabawą w kuchni, możliwością poznania ciekawych ludzi bądź spędzenia czasu w gronie znajomych. To świetna alternatywa dla restauracji. Nasze warsztaty dla dorosłych to cztery godziny nauki gotowania od podstaw, świeże produkty, ciekawe dania, dobre wino, wspólny posiłek, czyli po prostu niezapomniane chwile. Organizujemy również eventy dla firm, które ze względu na swój oryginalny charakter, cieszą się coraz większą popularnością.

Rozmawiała Agnieszka Karska

Jeśli twoje dziecko nie wyjeżdża nigdzie na wakacje, mamy dla niego wspaniałą propozycję na spędzenie wolnego czasu. Proponujemy udział w warsztatach kulinarnych, które pokażą dzieciom, że przyrządzanie posiłku może być proste i zabawne. Młodzi kucharze zdobędą u nas wiedzę o wartościowych produktach, nauczą się pracy w grupie, bezpiecznego zachowania i higieny w kuchni, zasad savoir-vivre przy stole oraz poznają kuchnię innych narodów, kulinarne zwyczaje i tradycje. Zajęcia odbywać się będą od 1 lipca w cyklach 5 dniowych w godz. 9.00 – 14.00. Koszt to: 400 zł (20 proc. zniżki dla rodzeństwa). Cena obejmuje: 5 dniowe warsztaty kulinarne, zakup wszystkich potrzebnych składników, napoje, fartuszki, opiekę wykwalifikowanych osób dorosłych. Na zakończenie warsztatów uroczyste wręczenie dyplomów ukończenia kursu i pasowanie na Młodego Kucharza. Kontakt: Kraków, ul. Urzędnicza 30, tel. 514 049 272

Kulinarne Kreacje
SZKOŁA GOTOWANIA MACIEJA KOPCZYŃSKIEGO

O dziennikarstwie, współczesnej szkole, zaufaniu i rodzicielskich zakazach rozmawiamy z **Jarosławem Sidorowiczem**, dziennikarzem „Gazety Wyborczej”, na co dzień relacjonującym m.in. procesy sądowe, z jego córką **Olgą**, uczennicą I klasy LO oraz synem **Iwem**, uczniem III klasy szkoły podstawowej.

Jedyny w rodzinie. B

Czytacie artykuły taty?

O.S.: Tak. Jak tylko mam w ręce „Gazetę Wyborczą” to zawsze szukam jego tekstów.

A co przeczytałeś ostatnio?

O.S. hm... tato, o czym to pisałeś?

J. S. Sam nie wiem.

O.S. To tłumaczy moją krótką pamięć. Wczoraj rozmawialiśmy o filmie „Układ zamknięty”, który powstał na motywach procesu sądowego opisywanego przez tatę. Obejrzałam go niedawno i chciałam dowiedzieć się, co było prawdą, a co wyobraźnią scenarzysty.

J.S. Zacznę od tego, że filmu nie widziałem, bo w dalszym ciągu opisuję przebieg sprawy i nie chcę, by na fakty nałożyła się fantazja twórców. Po rozmowie z Olgą wiem jednak, że znalazły się w nim pewne uproszczenia, od których nie da się uciec w tego typu produkcjach. Są źli i dobrzy bohaterowie. A w życiu są przecież jakieś stany pośrednie.

Często rozmawia Pan z dziećmi o problemach, które porusza w swoich artykułach?

Gdy zajmuję się sprawą, która jest nieprzyjemna, a nawet brutalna i zahacza o złe emocje, to o niej w domu nie dyskutujemy. Nie chcę opowiadać tych strasznych historii, które mogą oddziaływać na psychikę Olgi i Iwa. Często spotykam się ze zdarzeniami, w których pokrzywdzeni są ich rówieśnicy i sam to przeżywam. Dawkuje wtedy informacje, chroniąc moje dzieci przed okrutnym światem.

O.S. To prawda, że ciężko wydusić nam z taty jakieś szczegóły.

Zadajecie wtedy pytania? Jesteście dociekliwi?

O.S. Tak, ale taty nie da się ciągnąć za język. J.S. Wychodzę z założenia, że zamiast drobiazgowo opisywać porwania czy oszustwa, skupiam się na mechanizmach, które mogły do-

prowadzić do pewnych zachowań. Sprawy sądowe to kopalnia wiedzy o życiu. W USA są kanały tematyczne, albo działy w gazetach, poświęcone tylko procesom. U nas tę tematykę spycha się na margines.

Rzecz w tym, że procesy w USA są widowiskowe, bo taką możliwość stwarza anglosaska procedura karna. W Polsce jest odwrotnie. Śledząc rozprawy ma się wrażenie, że niczym się one od siebie nie różnią.

Tam jest jakaś akcja, coś się dzieje. Adwokaci i prokuratorzy walczą na argumenty. Próbują przekonać ławę przysięgłych wiedzą, mimiką i gestami. A u nas obrońcy czy oskarżyciele często mają problem ze sformułowaniem kilku zdań. W takim procesie nie ma nic ciekawego.

Jest Pan dziennikarzem prasowym od ponad 20 lat. Gdyby teraz udało się wrócić do czasu sprzed dwóch dekad, poszedłby Pan tą samą drogą?

Nie wiem. Może bardziej przyłożyłbym się do matematyki i wybrał studia techniczne. Była duża szansa, bo skończyłem klasę matematyczno-fizyczną. Problem w tym, że wtedy nie przepadałem za matematyką i jak miałem lekcje to z nerwów bolał mnie brzuch. Dziś myślę, że matematyka to fantastyczny przedmiot. Gdy czasem siadam z Olgą, by rozwiązać trudniejsze zadania, czerpię z tego ogromną radość. Umiejętność dojścia do odpowiedniego wyniku, daje nie mniejszą satysfakcję niż napisanie dobrego tekstu. Wróćmy jednak do czasów licealnych. W szkole średniej byłem niezły z przedmiotów humanistycznych. I gdy kolega, z którym grałem w kapeli rockowej, rzucił hasło studiów dziennikarskich, pomyślałem, że to niegłupi pomysł. Na czwartym roku dostałem propozycję pracy w „Gazecie Wyborczej” i jestem tam dziś.

Ale czasy się zmieniły i to już nie jest ta sama gazeta.



To prawda, internet przewrócił ją do góry nogami. Tak zwane „newsy” z dnia m.in. o zabójstwach, katastrofach, wypadkach przede wszystkim trafiają do naszego portalu. Papierowe wydanie jest bardziej publicystyczne, z opiniami, felietonami, czy komentarzami. Najbardziej martwi mnie jednak kondycja współczesnego dziennikarstwa. Coraz częściej jest płytkie i ubogie. Gdy sięgam po prasę, to chcę się czegoś dowiedzieć nowego, nieprze-mielonego przez telewizję, radio i internet. Tymczasem media często idą tymi samymi tropami. Robi się nieciekawie.

humanista ogę dzięki!



ZDJĘCIA JOANNA KUCHARSKA

Dziennikarz informacyjny zawsze uczestniczy w wyścigu. Liczy się news. Pana to męczy czy motywuje?

To wyścig niemal jak w „formule 1”. Liczą się nie godziny i minuty, lecz sekundy. I to jest problem, bo wtedy łatwo o pomyłkę. Media ze sobą konkurują i dla dziennikarzy bywa to męczące. Sam jednak wiem, że gdy przez jakiś czas nie mam ciekawego tematu, to zaczyna brakować mi adrenaliny. Jak się już trafi historia, to wpadam w tryby i szukam kolejnych informacji. Działam jakbym był w transie. Dziennikarstwo jest niesłychanie wciągające.

Dziś uprawia się ten zawód w warunkach nieustannej kontroli przez internautów.

I to powoduje dodatkowy stres. Tekst opublikowany w gazecie jest poprawiany przez redaktorów i korektorów. Nie ma też takiej interakcji z czytelnikami. Czasem ktoś zadzwoni i powie co o nas myśli, albo napisze list do redakcji. Internet rządzi się swoimi prawami. Niemal każda informacja, która trafia do sieci, jest od razu komentowana. Wyławiane są drobne pomyłki pisarskie, czy błędy stylistyczne, których przy szybkim pisaniu nie da się uniknąć. Niestety zdarza się, że ko-

mentarze okraszone są wtedy nawet inwektywami.

Olga i Iwo, teraz już dużo wiecie na temat pracy taty. Czy chcielibyście być dziennikarzami?

O.S. Chyba nie, bo to bardzo stresująca i wyczerpujący zawód. Potrzeba dużego nakładu pracy, by powstał dobry tekst i trzeba też być odpornym na krytykę. Poza tym ja nie mam do tego predyspozycji. Lepiej czuje się w przedmiotach ścisłych.

I.S. Ja też wolę matematykę.

J.S. I dzięki Bogu. Jestem jedynym humanistą w domu i niech tak pozostanie. Cieszę się, że moje dzieci mają ścisłe umysły. Matematyka uczy dobrej organizacji pracy i precyzyjnego myślenia. Myślę, że ogromnym błędem była rezygnacja z logiki. Przecież nauka o regułach poprawnego rozumowania i uzasadniania twierdzeń też jest w życiu niebywale istotna.

Nie podoba się Panu obecny program nauczania?

Jestem krytycznie nastawiony do polskiej szkoły. Ukończyłem ją już jakiś czas temu i myślałem, że odtąd zaszły niebywale zmiany w sposobie nauczania. Okazuje się jednak, że nadal wiedza wtlaczana jest – jak mawia moja mama nauczycielka – metodą paznokciową. Chodzi o wkuwanie na pamięć wiedzy encyklopedycznej. Olga w podstawówce na lekcjach przyrody uczyła się rodzajów skał, które pani podyktowała, zamiast wyjść z dziećmi w plener i pokazać, jak wygląda granit czy marmur.

O.S. Na geografii uczyliśmy się na przykład, które państwa przodują w hodowli bydła, uprawy trzody chlewnej, produkcji lnu, bawełny, czy ryżu. Nauczyciele nie mają jednak wyjścia, muszą przerabiać z nami taki program.

J.S. Nie widzę też większego sensu w szczegółowym nauczaniu gramatyki na etapie szkoły podstawowej. Od młodego człowieka trzeba



przede wszystkim wymagać umiejętności wyrażenia własnymi słowami swoich odczuć, poprawnego formułowania myśli, umiejętności obrony własnej oceny czy napisania krótszych lub dłuższych form, a nie encyklopedycznej wiedzy na temat okolicznika celu, czy też związków zgody, rządu, czy też przynależności.

Szkola stała się tematem artykułu Pana współautorstwa, który został doceniony przez kapitułę Nagrody Dziennikarza Małopolski. Tekst dotyczył agresywnego zachowania nauczycielki w szkole w Wilkowiekach koło Limanowej, która postanowiła ukarać dziewczynę za brak cyrkla.

Nagroda, którą dostałem z Olgą Szpunar była miłym zaskoczeniem, ale myślę, że lepiej by się stało, gdyby tego tematu w ogóle nie było. To przerażająca historia. Gdy dostałem pierwsze sygnały o problemie, to nie uwierzyłem, ale ostatecznie wszystko się potwierdziło. Okazało się, że dziewczynka – za namową nauczycielki – była bita „po pupie” przez koleżanki i kolegów, a ci którzy się sprzeciwiali musieli chodzić po klasie w kucki. Sprawa przez dłuższy czas nie wychodziła na jaw, bo w małej miejscowości nikt nie chciał się narażać. W końcu rodzice nie wytrzymali, wyposażyli dzieci w dyktafony i na-

grane fragmenty lekcji prowadzonej przez matematyczkę ujrzały światło dzienne.

Śledzi Pan los tej nauczycielki?

Teraz toczy się proces karny, w którym kobieta odpowiada pod zarzutem znęcania się nad dziećmi. Ta sprawa daje jednak nam rodzicom wiele do myślenia. Nie chcę być złośliwy, ale uważam, że co pewien czas nauczyciele powinni przechodzić badania psychologiczne, które potwierdzą, że mogą nadal pracować, albo że są u kresu wytrzymałości i powinni wypocząć. To przecież piekielnie trudny zawód. Szkoła nie jest rajem. To też próba sił między nauczycielem, dzieckiem i rodzicem. Trzeba mieć mocne nerwy i oczy dookoła głowy. Zapanowanie nad emocjami jest pewną sztuką.

Olga i Iwo, czujecie się bezpieczni w swoich szkołach?

O.S. Tak

I.S. Ja też

J.S. Gdy Olga szła do pierwszej klasy gimnazjum to się bardzo tego obawiałem. Drżałem po cichu. Co prawda przekonywała mnie kiedyś argumentacja, że trzeba oddzielić starsze dzieci od młodszych, to jednak dziś nie jestem już zwolennikiem gimnazjów. To nie jest dobre

miejsce dla dzieci, które w okresie rozbuchanych emocji wyrrywają się ze środowiska, gdzie wcześniej się zakorzeniły i podzieliły swoje role. Nagle są wrzucane w nową sytuację, w której znowu zaczyna się walka o przywódstwo. Walka się kończy i kończy się szkoła. Gdy nauczyciele ze szkoły podstawowej znają już te dzieciaki i wiedzą, jak zareagować, to w gimnazjum wszyscy się siebie uczą. Czasu jest jednak niewiele. Niektórzy mogą więc wychodzić z założenia, że to raptem trzy lata, więc po co się przejmować.

Olga, kto wprowadza większą dyscyplinę w domu: tata, czy mama?

Oczywiście tata. Cały czas dokręca śrubę.

Zna sprawy z sal sądowych i pewnie wszędzie upatruje zagrożenie.

Tak, tata mnoży takie przypadki. Zaczyna tak: ostatnio o tym pisałem i wiem, że tak właśnie jest. Mówię wtedy: tato daj spokój i idę do mamy. U niej można wiele rzeczy przeforsować.

J.S. Zdaję sobie sprawę, że gdybym pisał o kulturze byłbym mniej rygorystyczny niż teraz. Swojego podejścia jednak już nie zmienię. Wolę być dwa razy ostrożniejszy niż raz sobie pofolgować i potem tego żałować. Mówię Oldze, że w tej chwili to ja za nią muszę pomyśleć, by potem nie zalewać gorzkimi łzami. Często jest tak, że brak ostrożności rodzi pewne konsekwencje. Nie chcę potem mieć dylematu w stylu, że trzeba było powiedzieć, by wróciła wcześniej albo w ogóle nie wychodziła.

Są takie dziedziny życia, w których macie zakazy?

I.S. Odpadają „krwawe strzelanki”: gry i filmy.

A Ty Olga?

Tak. Wychodzenie późnym wieczorem, bywanie w klubach. Chyba tyle. Relacje w naszej rodzinie opierają się na zaufaniu. Szczerze mówię, gdzie chce iść. Najwyżej mnie rodzice nie puszczą.

J.S. Olga wie, że trudno odbudować raz zawiedzione zaufanie. Prawdą jest, że staram się, by omijała kluby wielkim łukiem. Siedziba mojej redakcji mieści się przy ul. Szewskiej, gdzie jest też kilka tego typu przybytków. Jak wychodzę wieczorem z pracy, zwłaszcza w piątek przed weekendem, to czasem ogarnia mnie przerażenie na widok młodych, pijanych ludzi. Wolę więc wyjść wtedy na domowego tyrana, bo nie chce by córka uczestniczyła w czymś takim.

Rozmawiała Magdalena Strzebońska

nr 1
w Polsce

Park Wodny

Kraków

Plażowe nastroje!

www.ParkWodny.pl



NOWOŚĆ!
**PLAŻA
AQUAPARK**

Zaprasza w pogodne dni!

PN/PU

**KUPON
RABATOWY**

Z tym kuponem do biletu bez limitu czasu

Plaża Aquapark za 1 zł*

*Promocja ważna do 30.06.2013 r., dotyczy biletów indywidualnych z cennika, nie łączy się z innymi rabatami i ofertami specjalnymi. Park Wodny w Krakowie, ul. Dobrego Pasterza 126, tel. 12 61 63 190, 191

Praca kobiety nigdy się nie kończy

Wyobraźcie sobie torebkę mamy, cioci, starszej siostry lub pani w autobusie. Może się zdawać, że mieści się w niej miniaturowy świat – wszystko to, co może się przydać po wyjściu z domu i to co budzi wspomnienia. Ważne dokumenty, klucze, różności. Czasem się zdarza, że przedmioty wysypują się. Wasza w tym głowa, żeby je odnaleźć.

Międzynarodowe Centrum Kultury w Krakowie po raz kolejny zaprasza wszystkie dzieci na ścieżkę edukacyjną, która tym razem towarzyszy wystawie „Praca kobiety nigdy się nie kończy”. Podążając tropem zgubionych przedmiotów będzie można poznać wiele prac i ról, które kobieta odgrywała na przestrzeni wieków: matki, towarzyski, służącej, muzy, czy wojowniczk.

– Pracę kobiety rozumiemy szeroko. Począwszy od przynależnej z uwagi na płeć pracy matki nad wychowaniem dzieci, aż do takich zajęć, które wchodzą w obszar prac, postrzeganych już jako męskie. Na przykład wojowniczk, czy kobiety polityka – mówi Marta Gaj z Międzynarodowego Centrum Kultury.

Każdy z małych Gości Galerii MCK otrzyma kartę zadań, która poprowadzi przez wybrane ryciny składające się na ekspozycję. W każdej



FOT. MCK

sali należy odnaleźć naklejkę z symbolem, taka sama znajduje się na karcie zadań. Będzie to m.in. lustro do poprawiania urody, smoczek do uspakajania dziecka, cukierek, książka, karta płatnicza, a nawet szczyryk.

– Chcemy pokazać kobietę nie tylko przez pryzmat mody i urody, ale też wydobyć głębszy sens tego atrybutu kobiecości. Bo przecież w damskich torebkach są też przedmioty świadczące o jej niezależności: pieniądze, książka czy przydatne podręczne narzędzia – opowiada Marta Gaj. – Warto jednak wiedzieć, że początkowo w kobiecej torebce znajdowały się tylko perfumy oraz zestaw do robótek ręcznych, by w każdej wolnej chwili mogła zająć się pracą. Z biegiem czasu panie zaczęły nosić większe torebki, a w nich więcej przedmiotów świadczących o postępującej emancypacji.

Zadania w ścieżce są zróżnicowane – są zarówno pytania sięgające do wiedzy o świecie,

zadania na spostrzegawczość, pola w których należy coś narysować, wykreślanki słowne, zadania logiczne. Wszystkie odpowiedzi muszą zostać wpisane do karty, która potem wedle zasad origami można złożyć w zgrabną torebkę.

Tytuł wystawy „Praca kobiety nigdy się nie kończy” nawiązuje do angielskiego przysłowia „A woman's work is never done”. Na ekspozycję składa się ponad 120 rycin od XVI do XIX wieku. Wśród wybranych grafik znajdują się dzieła m.in.: Albrechta Dürera, Lucasa van Leyden, Rembrandta van Rijn, Williama Hogartha. Wszystkie te ryciny pochodzą z Biblioteki Naukowej Polskiej Akademii Umiejętności i Polskiej Akademii Nauk w Krakowie. Na wystawie obejrzymy też współczesne dzieła sztuki, z powstaniem których wiązała się żmudna, nieustająca praca. Znakomitym przykładem jest praca pt. „Symbiozy” Małgorzaty Łojko, która składa się z podwieszonych u sufitu kolistych form skonstruowanych z setek krążków papieru, które artystka wytwarza wraz ze swoją babcią.

Wystawa jest już dziewiątą prezentacją graficzną przygotowywaną we współpracy z Biblioteką Naukową PAU i PAN w Krakowie. Można ją oglądać od 26 kwietnia do 11 sierpnia 2013 roku w Międzynarodowym Centrum Kultury, Rynek Główny 25.

Magdalena Strzebońska

reklama



GRAMY DLA MAMY

gra miejska dla rodzin z okazji Dnia Matki

NIEDZIELA, 26 MAJA, GODZ. 11.00-13.00

Uczestnictwo bezpłatne

Zgłoszenia:

warsztaty@mck.krakow.pl

tel. 12 42 42 860



Kraków, Rynek Główny 25
www.mck.krakow.pl

Wydarzenie przeznaczone dla dzieci w wieku 8–12 lat oraz ich opiekunów, organizowane w ramach Tygodnia Akademii Orange.

Słów cięcie-gięcie

Jak wyglądały czcionki drukarskie, do czego służyły kaszty zecerskie i gdzie w Krakowie stoi Pałac Prasy? Te tajemnice poznawać będą uczestnicy kolejnego spotkania Akademii Małego Odkrywcy, którego tematem jest „Ilustrowany Kurier Codzienny” (IKC), czyli poczytny dziennik wydawany przed wojną w Krakowie. – Chcemy wprowadzić dzieci w świat tworzenia gazety. Zaczniemy od samego zebrania materiałów niezbędnych do powstania artykułu. Potem przyjdzie czas na dobór zdjęć, które mają go zilustrować. Będziemy szukać odpowiednich fotografii w zbiorach Agencji Fotograficznej „Światowid”, która należała do przedwojennego koncernu prasowego wydającego „IKC-a” – mówi Joanna Gellner z Działu Fotografii Krakowskiej Muzeum Historycznego Krakowa.

Pierwszy numer „Ilustrowanego Kuriera Codziennego” wyszedł spod prasy drukarskiej w 1910 roku. Był to krakowski dziennik informacyjno-polityczny należący do wydawnictwa Mariana Dąbrowskiego, dziennikarza, przedsiębiorcy prasowego, a także społecznika i wieloletniego posta. Osiem lat później „IKC” stał się pismem o zasięgu ogólnopolskim.

Marian Dąbrowski założył też własną drukarnię, w której oprócz dziennika drukowano tygodnik „Światowid” i tygodnik sportowy „Raz Dwa Trzy”. Od 1928 do 1939 roku „IKC” redagowany był w Pałacu Prasy przy ul. Wielopole 1. Dziś ta kamienica traktowana jest już tylko jako symbol krakowskiej prasy, bowiem od blisko dwóch lat nie mieści się w niej żadna siedziba redakcji.

Uczestnicy Akademii Małego Odkrywcy będą mogli jednak poczuć klimat tego budynku, zwanego też „Krażownikami Wielopole”. Zajrzą do przedwojennych wnętrz redakcji dzięki temu, że zostały one uwiecznione na wielu zdjęciach.

– Pałac Prasy w okresie międzywojennym był ważnym miejscem w topografii miasta. Oprócz siedziby „Kuriera” był też celem wycieczek, które udawały się tam, by z dachu budynku wykonać okolicznościową fotografię ze Starym Miastem w tle – opowiada Anna Kwiatek z Działu Fotografii MHK.

Podczas warsztatów dzieci zobaczą też ołowiane czcionki, kaszty zecerskie, czyli metalowe bądź drewniane szuflady wypełnione czcionkami, które niegdyś zecer układał w odpowiednich wierszownikach, formułując tzw. ko-



FOT. ARCHIWUM

lumny. Był to tak zwany skład ręczny gazety, który dziś wykonuje się przy pomocy komputerów. Będą też zajęcia praktyczne, które pozwolą dzieciom wcielić się w rolę małych redaktorów i drukarzy. Uczestnicy spotkania przy pomocy silikonowych czcionek i wierszowników będą mogli poczuć przedwojenną atmosferę składania tekstu i jego drukowania.

Dzieci zobaczą też archiwalne numery „IKC” i pobawią się w tworzenie strony tytułowej gazety wy-

korzystając z starej fotografii przedstawiającej różne imprezy okolicznościowe, które odbywały się w Krakowie, takie jak Dni Krakowa, Święto Morza, intronizacja króla kurkowego. Będzie też mowa o współczesnej prasie. Zapraszamy na spotkanie zatytułowane „Słów cięcie-gięcie, czyli poznajemy świat Ilustrowanego Kuriera Codziennego” w niedzielę 12 maja o godz. 11 i 15 oraz 19 maja o godz. 11 do Pałacu Krzysztofory, Rynek Główny 35.

Magdalena Strzebońska

reklama



Muzeum Historyczne Miasta
Krakowa

CZASOPISMO MAŁYCH
ODKRYWCÓW

KrzyštoForek

Do nabycia w oddziałach Muzeum,

kioskach Ruchu

i salonach EMPIK



Wioski świata w mieście Kraka

Jak zwiedzić pięć kontynentów w sześćdziesiąt minut? Nic prostszego, wystarczy zajrzeć na ulicę Tyniecką w Krakowie do Parku Edukacji Globalnej WIOSKI ŚWIATA. Obejrzeć tu można igloo, indiańskie tipi, dom na palach, peruwiańską chatę czy mongolską jurty.

Park powstał przy siedzibie Salezjańskiego Wolontariatu Misyjnego „Młodzi światu” na placu o powierzchni ponad 2 hektarów. W centrum znajduje się wielka mapa, z zarysem wszystkich kontynentów i podziałem politycznym państw. Wokół mapy powstały zabudowania charakterystyczne dla poszczególnych regionów, a w kilku miejscach stoją również tablice informacyjne. To właśnie na Tynieckiej można dowiedzieć się, dlaczego w Ghanie domy są okrągłe, a w Papui Nowej Gwinei stoją na palach. Z oddali widać słonia, który pilnuje wioski afrykańskiej. Zaglądając do środka, można zauważyć pojemniki do noszenia wody, zawieszoną pod sufitem moskitierę, a w domku, na biurku leżą podręczniki szkolne, mundurek i zabawki z drutu.

A to dopiero pierwsze przystanki w podróży dookoła świata. Ścieżka prowadzi dalej, aż do odległej Mongolii, gdzie można wydoić jaka, a mleko zanieść prosto do jurty, w której mieszka rodzina mongolska. Im dalej na północ, tym zimniej. Niemożliwe? W Wioskach Świata stoi igloo, które można oglądać przez cały rok. Jest też indiańskie tipi, przy którym stoi tarcza i można spróbować swoich sił w strzelaniu z łuku, przymierzyć pióropusz wodza i dowiedzieć się, skąd wziął się łapacz snów i do czego służy fajka pokoju. Na najwyższych czeka ostatni punkt podróży, czyli wspinaczka w wysokie Andy, gdzie postawiono chatę peruwiańskich górali. Tam każdy może spróbować swoich sił grając na zamponii (Fletnia Pana) czy przymierzyć peruwiańskie poncho.

Park Edukacji Globalnej powstał, żeby przybliżyć mieszkańcom Krakowa i okolic styl życia, codzienne problemy, kulturę i tradycję odległych geograficznie miejsc. Jednak, by dowiedzieć się więcej na temat jednego z nich warto wziąć udział w warsztatach grupowych dla szkół lub rodzinnych, w czasie których uczestnicy dowiadują się m.in. jakie problemy i trudności spotykają na swojej drodze dzieci ulicy oraz jak wygląda produkcja kakao w Ghanie.

● Szczegółowe informacje o Parku Edukacji Globalnej WIOSKI ŚWIATA na stronie www.wioskiswiata.org oraz na www.swm.pl

Agnieszka Mazur



Rodziny raj na Mazurach

Hotel Anders w Starzych Jabłonkach na Mazurach nie bez powodu od kilku lat szczyty się mianem miejsca przyjaznego rodzinie. Wygodne pokoje, miniklub z małym gajem, plac zabaw, czy specjalne menu dla dzieci, przyciągają tu całe rodziny, które chcą zrelaksować się weekendy albo wypocząć podczas wakacyjnego urlopu.

Hotel położony jest na Mazurach Zachodnich, na szlaku wodnym Kanatu Elbląskiego. Miejsce robi wrażenie, bowiem budynek usytuowany jest nad brzegiem Jeziora Szelań Mały, w otoczeniu lasów, tuż przy granicy z rezerwatem Sosny Taborskiej. Malownicza scenaria, las, woda i świeże powietrze sprawiają, że w odpoczywa się tu aktywnie, ale w zgodzie z naturą. Hotel Anders szczególnie dba o rodziny. Bezpieczeństwo, komfort oraz at-

rakcje zarówno dla rodziców, jak i dzieci to główne atuty tego miejsca. Obiekt ten nie bez powodu znalazł się w zacnym gronie Hotelu Przyjaznych Rodzinie. Jest tu miniklub dla dzieci z małym gajem i plac zabaw na świeżym powietrzu. W czasie wakacji, świąt i długich weekendów maluchy mogą codziennie uczestniczyć w grach i zabawach, które organizują animatorzy. Hotel przygotował też specjalne menu dla najmłodszych oraz wiele udogodnień dla mam z małymi dziećmi.

Otoczony lasami obiekt posiada 320 miejsc noclegowych. Do wyboru wygodne, nowoczesne wnętrza, bądź bardziej stylowe z secesyjnego pałacu. Wytworny apartament, pokoje 1- i 2-osobowe, rodzinne, czy studio. Mieszkać w Hotelu Anders to sama przyjemność. Gości o poranku budzi do życia śpiew ptaków, a po otwarciu okna do wnętrza wkrada się zapach lasu.



W stylowym wnętrzu Restauracji Pałacowej czekają na turystów smaczkowite potrawy. Na kuchnię składają się nowoczesne kompozycje potraw, jak i te nawiązujące do historii miejsca. Otaczająca hotel zieleń przestrzeń skłania ku zdrowemu odżywianiu. Świeże warzywa i owoce, które trafiają na restauracyjne stoły, pochodzą od pobliskich dostawców, zaś ryby są bogactwem tejszych jezior.

Teraz coś dla ciała. W ośmiu komfortowych gabinetach w kompleksie NaturalSPA, goście mogą liczyć na opiekę fachowego personelu. Masaże klasyczne i orientalne, rytuały relaksacyjne i upiększające

działają jak balsam dla ciała i duszy. W Hotelu Anders czeka nas też wiele sportowych atrakcji. Przejazdki rowerowe, wycieczki piesze i Nordic Walking, spływy kajakowe, a także rejsy po jeziorze. Wszystko po to, by mieć stały kontakt z przyrodą. Kąpiele w orzeźwiających wodach jeziora dają ukojenie latem. Amatorzy sportów oraz wielbiciel aktywnego wypoczynku poczują się tu jak w raju. W hotelu są 4 korty tenisa ziemnego, 8 boisk do siatkówki plażowej, boisko do piłki nożnej oraz park linowy. Wewnątrz budynku można zagrać w kręgle, squash'a, tenisa stołowego czy bilarda. Z kolei taras z widokiem na zachodzące nad jeziorem słońce to idealne miejsce na letni wieczór w romantycznej atmosferze.

● Hotel Anders, ul. Spacerowa 2, 14-133 Stare Jabłonki, tel. 89 642 70 00

(M.S.)

reklama

Kompleks Wypoczynkowy **ARENA SŁOŃCA**

w Łebie to idealne miejsce do wspaniałego rodzinnego wypoczynku nad morzem.



Obiekt stworzony dla rodzin z dziećmi, oferuje wspaniale wyposażone place zabaw, programy animacyjne oraz bajecznie kolorowy kryty basen z wodnym placem zabaw, łaźnią parową i whirlpoolem.

Część hotelowa i letniskowa oprócz standardowych pokoi 2 i 3 osobowych oferuje wygodne dwupokojowe rodzinne apartamenty oraz 2 i 3 pokojowe studia dla 4-6 osób.

Nasza oferta noclegowa i rekreacja zapewni Państwu komfortowy wypocznik i niezapomniane chwile.

Arena Słońca, ul. Szkolna 1A
84-360 Łeba tel. 0-59 86 62 803
tel. kom. +48 605 310 393, +48 603 129 983
www.arenaslonca.pl

Z pociągą w Rabce: na karuzeli, w teatrze i w pociągu

Rabka od kilkunastu lat nosi zaszczytny tytuł Miasto Dzieci Świata. Nic zatem dziwnego, że na najmłodszych czeka tu moc atrakcji.

Ta najbardziej znana to oczywiście rodzinny park rozrywki Rabkoland. W nim dzieci mają do dyspozycji m.in. diabelski młyn, z którego można obejrzeć panoramę Rabki, karuzele, tor gokartowy, Auto Bugi, kolejkę Safari Train, Rura Park, pontony na wodzie, czy kolejkę górską. Mogą też odwiedzić Dom Śmiechu, Pałac Wampirów, jedyne na świecie Muzeum Orderu Uśmiechu, Dom Rekordów i Osobliwości, a także Odwrócony Dom. Specjalnością Rabkolandu są imprezy, których zdecydowanie nie można nazwać zwyczajnymi: mistrzostwa w dmuchaniu balonów z gumy do żucia (najbliższe już 1 czerwca), mistrzostwa w dojeniu sztucznej krowy (zapowiedane na 20 lipca), czy w jeździe na muszlach klozetowych.

Od ponad 60 lat w Rabce działa Teatr Lalek Rabcio (przy ul. Orkana 6). Jego pierwsze przedstawienie – „O Krasnoludkach i sierotce Marysi” – odbyło się 12 listopada 1949 roku. Dziś Rabcio jest znany w całej Polsce, a nawet zagranicą, bo swoją twórczość prezentuje na różnego rodzaju festiwalach krajowych i zagranicznych. 13 i 27 maja o godzinie 16 oraz 28 maja o 10.15 będzie można obejrzeć spektakl pt. „Kiedy króla boli ząb”. 15, 21 i 23 maja o godzinie 10.15 Rabcio zaprasza na „Szelmstwa Lisa Witalisa”, a 20 maja o godzinie 16 na „Tygrysa Pietrka”. Bilety na przedstawienia można kupić w kasie teatru na godzinę przed spektaklem. Cena: 15 zł.

Od niedawna Rabka-Zdrój ma też nową atrakcję: w miejskiej fontannie ze słonikami przy Deptaku Zdrojowym można oglądać widowiskowe pokazy muzyczno-światłne. Spektakl „woda – światło – dźwięk” powstaje dzięki zsynchronizowanym zmianom strumienia wody, kolorowym światłom i ścieżce dźwiękowej. Efektowne widowiska odbywają się od poniedziałku do piątku popołudniami, pięć razy w ciągu dnia, a w weekendy siedem razy – od rana do nocy.

W Rabce-Zdroju działają też dwa tradycyjne warsztaty garncarskie. To jedyna taka at-



FOT. TOMASZ ŻYŁKO

rakcja w Małopolsce. Można tam zobaczyć, jak na garncarskim kole brytom z gliny nadaje się kształty mis, talerzy, dzbanków, kubków, kufla, dzwonek, a potem wypala w piecu i zdobi. By to obejrzeć trzeba jednak wcześniej zadzwonić i się umówić. Warsztat Adama Kościelnika znajduje się przy ul. Podhalańskiej 9 (tel. 018 26-79-762), a Edwarda Gacka przy ul. Garncarskiej 8 (tel. 510-862-366).

Będąc w Rabce warto też zajrzeć do pobliskiej Chabówki, by zwiedzić Skansen Taboru Kolejowego. W ekspozycji znajdują się unikalne zabytki: parowozy, lokomotywy elektryczne i spalinowe, wagony osobowe i pocztowe, pługi, żurawie i wielu innych. Skansen Taboru Kolejowego w Chabówce w sezonie letnim (od końca czerwca do końca sierpnia) organizuje w weekendy przejażdżki pociągami re-

tro, które poruszają się na trasie Chabówka – Mszana Dolna. Skansen Taboru Kolejowego w Chabówce jest czynny od poniedziałku do piątku w godz. 7-15, a w soboty, niedziele i święta w godz. 7-19.

W odległości ok. 3 km od centrum Rabki, znajduje się wzniesienie Królewska Góra, a na nim wieża widokowa. Jest to wysoka na ponad 25 m drewniana budowla, z której rozpościerają się przepiękne widoki. Z najwyższego jej punktu można obejrzeć panoramy górskie – Gorców, Beskidu Wyspowego, Babiej Góry oraz Tatr. Wieża jest miejscem ogólnodostępnym. Można do niej dotrzeć niebieskim szlakiem turystyki pieszej, kierując się ul. Słoneczną w stronę Grzebienia lub od strony wyciągu narciarskiego „Polczakówka”, znajdując się przy ul. Zaryte. **(AK)**

Przedszkole małego Europejczyka

Jak wygląda opieka przedszkolna w innych państwach Europy? Czy rzeczywiście jest tak, że nasz system pozostaje za nimi daleko w tyle? I czy to my musimy gonić inne państwa, czy raczej one powinny czegoś się od nas nauczyć?

Proposiliśmy cztery rodziny, które mieszkają „na obczyźnie” i tam posyłają dzieci do przedszkola, by podzieliły się z nami swoimi obserwacjami. W naszym zestawieniu chyba najgorzej wypadła Holandia. Tu nie dość, że przedszkola są drogie i trudno dostępne, to jeszcze rzadko zdarza się, by serwowały maluchom ciepłe posiłki. Również w Norwegii nie troszczą się specjalnie o jakość podawanego dzieciom jedzenia i nie widzą problemu, by na obiad dostały np. kanapkę popitą wodą z kranu. Chyba najlepiej mają natomiast rodzice przedszkolaków w Szwecji i Francji. Okazuje się też, że na tle Europy, Polska nie wygląda tak źle.

Norwegia: na obiad kanapka i woda z kranu

Rodzina Ostafinów ponad rok temu wyjechała do Norwegii. Od tego czasu Zosia uczęszcza do tamtejszego przedszkola. Czy jej rodzice są z niego zadowoleni?

– Nie wszystko nam się tu podoba – przyznaje Natalia Ostafin.

Jej zdaniem pierwsze zetknięcie się z norweskim przedszkolem, to dla Polaków prawdziwy szok. Po pierwsze dzieci są na zewnątrz co najmniej trzy godziny dziennie i to bez względu na to jaka jest pogoda. Wychodzą nawet jak leje; maluchy śpią w wózkach przy minus 10 stopniach Celsjusza, a starszaki taplają się w błocie. – Ten aspekt norweskiego przedszkola, akurat podoba mi się najbardziej, bo dzieci nabierają odporności. Odkąd jesteśmy w Norwegii Zosia ani razu nie była chora – podkreśla Natalia.

Norweskie przedszkolaki dużo czasu spędzają też na wycieczkach plenerowych. Zabierają wówczas ze sobą prowiant i jedzą lunch na świeżym powietrzu. Dzieciaki mają też ogromną swobodę jeśli chodzi o zabawy: nikt nie przeszkadza im w bawieniu się błotem czy skakaniu po kałużach. Ponieważ maluchy spędzają mnóstwo czasu na dworze bez względu na pogodę, muszą mieć specjalne ubranie. – Konieczne trzeba kupować je w Norwegii, bo tylko taki kombinezon jest w stanie to wszystko wytrzymać i nie przemoknąć – mówi mama Zosi.

A teraz coś, co rodzinie Ostafinów już tak bardzo się nie podoba:

– Chodzi o jedzenie. Pod tym względem, szczerze mówiąc, przeżyliśmy szok i załamanie – przyznaje Natalia. – Tu w większości przedszkoli dzieciom nie podaje się ciepłych posiłków. W przedszkolu Zosi nie jest najgorzej, bo przynajmniej dwa razy w tygodniu maluchy dostają coś ciepłego do zjedzenia, ale nie zawsze jest to dobrej jakości, bo oprócz ryby, czy mięska z warzywami, dzieci dostają też często ... parówkę z frytkami!

W pozostałe dni mali Norwegowie jedzą kanapki, popijając je wodą z kranu lub zimnym mlekiem. Około czternastej jedzą z kolei tzw. matpakken, czyli to co przyniosą sobie z domu.

– Pierwsze tygodnie były dla mnie bardzo trudne, bo zamartwiałam się, czy Zosia nie pada z głodu i jako „matka Polka” byłam gotowa biec z ciepłą zupą w termosie – śmieje się Natalia.

W norweskim przedszkolu, inaczej niż w polskim, dzieci nie mają zbyt wiele specjalnie organizowanych zajęć edukacyjnych. Uczą się piosenek czy gry na instrumentach, ale naj-

wyżej dwa razy w tygodniu. Poza tym malują, bawią się klockami lego i plasteliną.

– Jak dla mnie to trochę mało kreatywne – przyznaje mama Zosi.

Szwecja: przedszkole dla każdego malucha

Anna pięć lat temu przeprowadziła się na stałe do Szwecji, skąd pochodzi jej mąż Malkolm. Córka Kaja urodziła się w Sztokholmie. – Szwecja to kraj stworzony do tego, by posiadać dużą rodzinę – mówi Anna.

Tu do przedszkola można zapisać malucha, który skończył roczek. Kiedy ma sześć miesięcy rodzice rejestrują go na specjalnej stronie internetowej poświęconej rekrutacji i ustawiają się w wirtualnych kolejkach do pięciu wybranych przez siebie publicznych placówek.

– Oprócz tego w Szwecji działają też przedszkola prywatne, które mają swoje indywidualne kolejki i nie różnią się od tych publicznych – opłaty i zasady przyjęć są identyczne – podkreśla Anna.

Co ciekawe, państwo ma obowiązek zapewnić miejsce w przedszkolu każdemu dziecku, które skończyło roczek. Nie musi to być jednak wybrana przez rodziców placówka.

– My dostaliśmy przedszkole, kiedy Kaja skończyła 15 miesięcy. Było to jedno z wybranych przez nas, ale nie to, które podobało nam się najbardziej. Mąż zadzwonił więc do „urzędu przedszkoli” i bez problemu przeniesiono nas do innej kolejki. Dostaliśmy się też do przedszkola prywatnego, ale w końcu Kaja poszła do publicznego, bo bardziej podobał nam się jego ogród – opowiada Anna.

Jak podkreśla w szwedzkich przedszkolach

fajne jest to, że dzieci przebywają w grupach mieszanych, to znaczy starsze i młodsze są razem i te młodsze uczą się od starszych, a starsze opiekują się maluchami i przez to czują się dowartościowane. – Dobrze jest też to – dodaje Anna – że dzieci są niemal cały czas na świeżym powietrzu. Nawet kiedy pada i śnieży.

Przedszkolny dzień Kai zaczyna się o godzinie 9 właśnie od zabaw pod gołym niebem. Około godziny 10 dzieci wracają do budynku, gdzie jedzą małą przekąskę, zwykle są to owoce. Potem chwila zabawy i o 11.30 dostają lunch. Przy czym zawsze w piątek jest zupa, a w środę ryba. Po obiedzie drzemka, potem znowu zabawa i o 14.30 podwieczorek – kanapki z chleba pieczonego codziennie w przedszkolu. Po posiłku dzieci znów wychodzą na zewnątrz, gdzie czekają na rodziców. Każdy nowy tydzień w przedszkolu maluchy zaczynają od piosenki. Jedna pani gra na pianinie, a wszystkie dzieci głośno śpiewają.

– Kaja jest w przedszkolu codziennie od 9 do 15.30. Płacimy za to najwyższą możliwą stawkę – 1260 koron, czyli w przeliczeniu na złotówki jakieś 600 zł. W Szwecji to tyle co 15 lunchów. Opłaty są uzależnione nie tylko od tego, ile czasu dziecko spędza w przedszkolu, ale także od tego, ile zarabiają jego rodzice – mówi Anna.

Holandia: ciepły obiad to rarytas

Ewa od roku pracuje jako wykładowca na Uniwersytecie w Leiden w Holandii. Jej czteroletnia córka Lili chodzi do tamtejszego przedszkola. – Holendrzy chyba nie znają pojęcia polityka prorodzinna – śmieje się Ewa.

Co prawda w Holandii do przedszkola można zapisać już kilkumiesięcznego niemowlaka, ale tylko w teorii. Przedszkola są tu bowiem wyjątkowo trudno dostępne. Państwo nie ma obowiązku zapewnienia miejsca w placówce każdemu chętnemu, dlatego listy oczekujących są bardzo długie (skąd my to znamy?). Na dodatek holenderskie przedszkola są bardzo drogie. Średnia pensja w Holandii wynosi 2136 euro, a czesne w przedszkolu to około 1700 euro (jeśli dziecko chodzi pięć dni w tygodniu). Za godzinę opieki wychodzi więc 7,24 euro. Państwo zwraca część tej kwoty, w zależności od dochodu rodziców, ale zwykle jest to nie więcej niż 500 euro. – Tu praktycznie mało kogo stać na to, by dziecko było w przedszkolu codziennie. Dlatego normą jest, że kobiety pracują trzy dni w tygodniu, a w pozostałe zajmują się dzieckiem, albo ojciec pracuje cztery dni, matka cztery, a dziecko idzie



do przedszkola na trzy dni. Lili chodzi do przedszkola trzy dni w tygodniu. W czwarty przychodzi do niej opiekunka, która za 8 godzin bierze 60 euro, a piąty dzień pracujemy z mężem w domu – tłumaczy Ewa.

Co ciekawe, za tę cenę holenderscy rodzice dostają najczęściej przedszkole, które nie serwuje maluchom ciepłych posiłków. – Przedszkole Lili jest chyba jedynym, w którym dzieci jedzą normalny obiad. W pozostałych maluchy żywią się kanapkami – mówi Ewa. – Oprócz tego, rano w przedszkolu Lili dzieci jedzą owoce, a ok. 15.30 kanapki lub krakersy z serem.

W Holandii do szkoły obowiązkowo idą już czteroletnie dzieci. Czterolatek zostaje uczniem ... dzień po swoich czwartych urodzinach. Lekcje w szkole kończą się ok. 13 i wówczas przedszkole zabiera malucha z powrotem do siebie na popołudnie.

Francja: przedszkole za darmo

– We Francji nie ma problemu z dostępnością do przedszkoli. Można do nich zapisać

każdego trzylatka, który nie nosi pieluchy, a państwo ma obowiązek zapewnić dla niego miejsce w placówce – opowiada Justyna, która od ponad dziesięciu lat mieszka w niewielkiej miejscowości pod Paryżem.

We Francji są zarówno państwowe jak i prywatne przedszkola. Za te drugie płaci się około 80 euro miesięcznie z wyżywieniem. Natomiast przedszkola państwowe są bezpłatne, dzieci dostają też za darmo podręczniki. – Jedynie koszty jakie ponosi rodzic to wyżywienie i świetlica (dla dzieci, których rodzice nie mogą odebrać w godzinach pracy przedszkola). Stawki ustalane są indywidualnie po obliczeniu średnich zarobków rodziny. Jeśli rodziców nie stać, gmina może za nich pokryć te koszty i dotyczy to również przedszkoli prywatnych. Można też dziecko odebrać w godzinie posiłku i przyprowadzić po nim – opowiada Justyna.

We Francji dzień przedszkolaka zaczyna się zwykle o godzinie dziewiątej i kończy o siedemnastej. Poranki najczęściej przeznaczone są na zajęcia „umysłowe”, a popołudnia na zajęcia „praktyczne”. Dzieci spędzają przynajm-



FOT. FOTOLIA

niej godzinę przed południem i godzinę po południu na świeżym powietrzu. Przez pierwsze dwa lata obowiązkowa jest też popołudniowa drzemka.

Posiłek na stołówce składa się z przystawki (często jest to surówka), gorącego dania, sera i deseru. Menu układa dietetyk. – W naszym mieście wszystkie posiłki wychodzą z kuchni centralnej, nad którą pieczę ma merostwo i są rozwożone do miejskich szkół i przedszkoli – mówi mama Marysi.

We Francji dzieci mogą uczęszczać też do tzw. centrów zabaw, które są prowadzone głównie przez gminy i organizacje pozarządowe. Oferują opiekę dzieciom, gdy przedszkola nie pracują (czyli popołudniami, w środy oraz w wakacje). Dzieci mogą przebywać także w garderies périscolaires prowadzonych przez gminy albo związki rodziców. Jest to rodzaj świetlicy znajdującej się na terenie szkoły. Za pobyt dziecka w świetlicy naliczana jest opłata, której wysokość uzależniona jest od zarobków.

Wysłuchała Agnieszka Karska

ZAPRASZAMY
na
BEZPŁATNE
zajęcia
prezentacyjne

Socatots
PIŁKARSKIE MALUSZKI



- ✓ zajęcia ogólnorozwojowe
- ✓ dla dziewczynek i chłopców
- ✓ od 6 miesiąca do 5 roku życia
- ✓ maksymalnie 12-osobowe grupy
- ✓ aktywny udział rodzica w zajęciach
- ✓ specjalnie zaprojektowany sprzęt
- ✓ trenerzy przeszkoleni w Anglii

511 454 061
12 378 30 60
Socatots.pl/Krakow

facebook.com/przyjaciele.socatots

*Zniżka 15% dotyczy pierwszego pełnego miesiąca po podpisaniu umowy

Stowarzyszenie Socatots
SOCATOTS POLSKA Sp. z o.o.
71-200 Szczecin, ul. Polska Piłkarska 1840, tel. 91 200 90 00, fax 91 200 90 01, info@socatots.pl, www.socatots.pl

Opracowanie: Niepubliczna Szkoła Podstawowa Edukacji Matematycznej

Zoltán Pál Dienes wybitny teoretyk i praktyk wszechstronnej edukacji matematycznej opracował zestaw klocków służący do wspomagania nauczania matematyki oraz rozwoju myślenia matematycznego u dzieci. Oryginalny zestaw składa się z 48 klocków. Każdy klocek jest opisany jednoznacznie przez cztery parametry: kolor (*dostępne są trzy kolory klocków: czerwony, żółty i niebieski*), kształt (*cztery kształty: trójkąt, koło, kwadrat oraz prostokąt, który nie jest kwadratem*), wielkość (*dwie wielkości: klocki duże i małe*) i grubość (*dwie grubości: klocki grube i cienkie*). Klocki Dienesa są znakomitą pomocą w nauczaniu matematyki. Doczekały się też wielu mutacji, często przypisywanych innym autorom. W naszej szkole będą często wykorzystywane gdyż w atrakcyjnej dla dzieci formie dobrze przygotowują do myślenia matematycznego.

Proponujemy zabawę, do której wykorzystamy uproszczony zestaw, rezygnując z przypisywania klockom wielkości i grubości. Posłużymy się kolorowymi figurami geometrycznymi, tradycyjnie nazywając je nadal klockami. W zestawie tym każdy klocek opisany jest jednoznacznie przy pomocy dwóch parametrów: koloru (ozn. *b*) - parametr związany z barwą i kształtu (ozn. *g*) - parametr geometryczny. Parametr *b* może przyjmować jedną z trzech wartości: cz (czerwony), ż (żółty), n (niebieski). Parametr *g* może przyjmować jedną z czterech wartości: t (trójkąt), o (koło), k (kwadrat), p (prostokąt, który nie jest kwadratem). Każdy klocek jest jednoznacznie opisany przez parę parametrów (*b,g*) i każda taka para parametrów wyznacza dokładnie jeden klocek. Np. para (cz,t) oznacza czerwony trójkąt. Parametryczny opis klocków można przedstawić za pomocą tabelki, w której wiersze są oznaczone kolorami, a kolumny odpowiadają kształtom klocków. Para (cz,t) to lewy, górny róg przykładowej tabelki. Umawiamy się, że w tabelkach wyznaczamy trasy, poruszając się po kratkach wyłącznie poziomo lub pionowo, przechodzenie na ukos nie jest dozwolone. Trasę przedstawioną w pierwszej tabelce możemy przedstawić przy pomocy ciągu par: (cz,t), (ż,t), (ż,o), (ż,k), (ż,p). Powyższy ciąg parametrów jednoznacznie opisuje "naszyjnik" z klocków przedstawiony poniżej tej tabelki. Dzieci zamiast symboli mogą użyć rysunków tworząc łańcuszek:



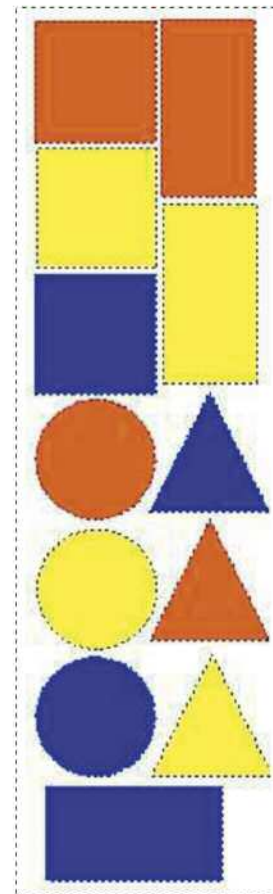
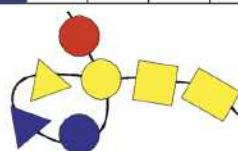
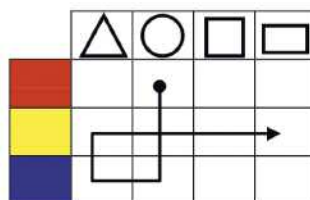
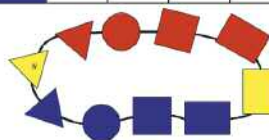
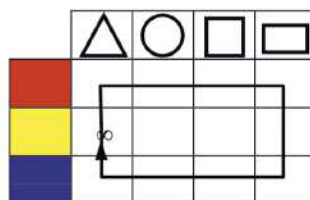
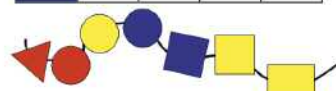
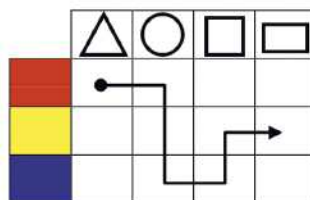
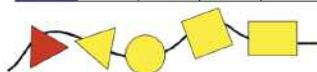
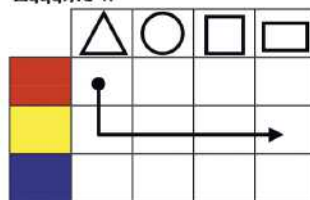
Proponujemy dzieciom zabawę:

1. Utwórz podobne łańcuszki dla pozostałych trzech tabel.
2. Utwórz naszyjnik dla trasy z tabelki z zadania 2.

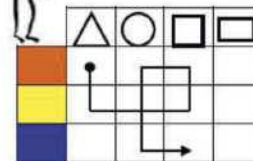
Przy rozwiązywaniu zadań możesz pomagać sobie wyciętymi klockami z dołączonego zestawu klocków.

Na odpowiedzi czekamy do końca maja. Odpowiedzi można przesyłać pod adresem e-mailowym szkoły lub złożyć osobiście w godzinach dyżuru sekretariatu. Spośród poprawnych odpowiedzi wylosujemy trzy, których Autorzy otrzymają nagrody.

Zadanie 1:



Zadanie 2:



Niepubliczna Szkoła Podstawowa Edukacji Matematycznej

- ◆ Kameralna, bezpieczna szkoła
- ◆ Przyjazna atmosfera
- ◆ Indywidualna ścieżka rozwojowa dla każdego ucznia
- ◆ Rozwijanie myślenia matematycznego
- ◆ Różnorodne zajęcia dodatkowe
- ◆ Mile widziane każde dziecko
- ◆ Szkoła przyjazna dzieciom 6- i 7-letnim

Siedziba Szkoły:

Kraków, Os. Kolorowe 29,
budynek Gimnazjum nr 48



Kontakt:

e-mail: Edu.and.Math@gmail.com
tel: 607 647 799
strona WWW: www.edu-math.pl

Przedszkolaki z „Żyrafy” mówią językiem serca



4-letni Jaś Wichary po próbnym dniu w „Żyrafie” za nic nie chciał wracać do domu. Ten właśnie fakt przesądził o ostatecznym wyborze przedszkola. – Nie ma przecież lepszej rekomendacji dla takiej placówki, niż pozytywna reakcja dziecka – mówi Anna Ziolkiewicz-Wichary, mama Jasia.

Niepubliczne Przedszkole „Żyrafa” ma dwa oddziały. Już same budynki „Żyrafy”, które mieszczą się w centrum dzielnic, ale z dala od miejskiego zgiełku, zachęcają by pozostać w nich na dłużej. W środku wysokie pomieszczenia i pomalowane ciepłymi barwami ściany sprawiają, że dzieci czują się tu bardzo dobrze. W ogrodach – codziennym miejscu zabaw przedszkolaków – jest cicho i bezpiecznie. – Janek uwielbia chodzić do „Żyrafy”. Jest bardzo aktywnym dzieckiem i zdarza się, że po całym dniu spędzonym poza domem, jest tak zmęczony, że szybko kładzie się do snu – mówi Anna Ziolkiewicz-Wichary.

Przedszkole „Żyrafa” to przede wszystkim miejsce, gdzie bardzo dużą wagę przywiązuje się do relacji między nauczycielami i dziećmi. Chodzi o sposób komunikowania się, który pozbawiony jest szeroko rozumianej agresji.

Od roku ta idea wcielana jest w życie przy pomocy programu „Porozumienie bez przemocy”. W ramach tego programu dyrekcja, nauczyciele, a także dzieci uczą się języka empatii, który akceptując uczucia pozwala na zrozumienie drugiego człowieka. Taki sposób komunikowania ma widoczny wpływ na prawidłowy rozwój emocjonalny i społeczny dzieci.

– Żyrafa to najwyższe zwierzę, które dzięki kilkumetrowej szyi, widzi znacznie dalej niż inne. Ma też największe serce, ważące kilka kilogramów. Dlatego psycholog Marshall Rosenberg, twórca „Porozumienia bez przemocy”, wybrał żyrafę na symbol języka serc, w którym nie ma miejsca na oskarżenia, krzyk i ranienie innych. Jest za to wyrażanie uczuć i potrzeb, a także okazywanie wdzięczności – opowiada Agnieszka Pieścik, która wraz z mężem i siostrą prowadzi w Krakowie przedszkole „Żyrafa”.

W praktyce wygląda to tak, że gdy dziecko podczas zabawy zaczyna się dąsać, nauczycielki starają się, akceptując jego uczucia, dotrzeć do jego potrzeb i pomóc w rozwiązaniu problemu. Do starczą dzieciom pozytywnych wzorów postępowania w sytuacjach trudnych poprzez bajki terapeutyczne, scenki rodzajowe, literaturę dziecięcą, zabawy relaksacyjne oraz wspólne opracowanie regulaminu grupy. Dzięki takim działaniom maluchy same potrafią znaleźć wyjście z sytuacji i proponują wspólną zabawę, czy też czekanie na swoją kolej.

– Mój Janek jest jedynakiem i miał problem z zaakceptowaniem faktu, że nie wszystkiego zabawki są jego. Reagował gwałtownie, gdy ktoś chciał mu je odebrać. Po tym, jak zaczął chodzić do „Żyrafy”, na każdym kroku powtarza, że wszystkim trzeba się dzielić i nie wpada w histerię, gdy ma poczekać na coś dłużej. To duży postęp – mówi Anna Ziolkiewicz-Wichary.

W obu „Żyrafach” dzień zaczyna się już o 7 rano. Po śniadaniu jest czas na wspólną i indywidualną zabawę, naukę języka angielskiego i cwi-

czenia logopedyczne, a także na gimnastykę korekcyjną, zajęcia ruchowe i oddechowe oraz na spacer i zabawę na świeżym powietrzu. Po obiedzie dzieci wstuchują się w bajki opowiadane przez nauczycielki i relaksują się przy muzyce instrumentalnej. Po południu nadchodzi czas na przedszkolny autorski program – „Mały artysta”. Dzieciaki – w zależności od dnia tygodnia i wyboru zajęć przez rodziców – uczestniczą w kółkach muzyczno-ruchowych, tanecznych, teatralnych, a także plastycznych, ceramicznych oraz z historii sztuki. Piątek to „dzień pluszaka-luzaka”. Wszystkie dzieci przynoszą do przedszkola swoje ukochane zabawki, którymi potem wspólnie się bawią.

Przedszkole „Żyrafa” pracuje metodą projektów w cyklach miesięcznych. „Żyrafa” dba o to, by dzieci aktywnie i twórczo spędzały czas. Są więc wycieczki do: ZOO, Muzeum Narodowego, ale też do lasu, warzywniaka, czy na pocztę. Przedszkolaki goszczą też u siebie przedstawicielei nadleśnictwa Myślenice i Krzeszowice, którzy uczą jak dbać o przyrodę oraz górników, strażników miejskich, policji, straż pożarną, opowiadających o tym, jak bezpiecznie bawić się, poruszać się na drodze i unikać zagrożeń.

W „Żyrafie” ciągle coś się dzieje, a okazji do wspólnej zabawy jest wiele. Począwszy od dnia pluszowego misia, poprzez ostatki, jasełka, po brownickie święto osadzania chochoła. Pracownicy i właściciele przedszkola ciągle mają głowę pełną pomysłów, więc pewne jest, że maluchy w „Żyrafie” nudzić się nigdy nie będą.

Magdalena Strzebońska

reklama

PRZEDSZKOLE



RODAKOWSKIEGO 15
(BRONOWICE)



ŻYRAFA



WSPÓLNA 46
(WOLA DUCHACKA)

TEL. 723 436 051

WWW.PRZEDSZKOLEZYRAFA.PL

Coraz więcej happy kids

W Krakowie działają już cztery przedszkola pod szyldem „Happy Kids”, a dwa kolejne szykują się do otwarcia. To pokazuje, że model przedszkola stawiającego na solidną naukę języka angielskiego oraz rozwój fizyczny sprawdza się wyśmienicie.

Pierwsze przedszkole „Happy Kids” rozpoczęło działalność dwa lata temu przy ul. Zagaje 47. Szybko zaczęły powstawać kolejne tego typu placówki: sportowo-językowe przy ul. Doktora Jana Piltza 41 na os. Europejskim, artystyczno-językowe przy ul. Lipińskiego 5a i o tym samym profilu przy ul. Armii Krajowej 12, które współpracuje z firmą IBM. We wrześniu tego roku mają powstać dwa kolejne oddziały sportowo-językowe: przy ul. Czerwone Maki 46 na os. Europejskim i przy ul. Halszki 28 na Kurdwanowie. To ostatnie będzie największym prywatnym przedszkolem w Krakowie o powierzchni ... 800 m²!

– Pod koniec roku planujemy uruchomić tu własną kuchnię, która będzie dostarczać posiłki do pozostałych naszych placówek – mówi Sara Osman, właścicielka „Happy Kids”, najszybciej rozwijającej się sieci przedszkoli w kraju.

Co takiego wyjątkowego jest w tych placówkach, że tak szybko

zdołały zyskać sobie sympatię i zaufanie rodziców? Każde z przedszkoli stawia przede wszystkim na solidną naukę języka angielskiego, prowadzoną w oparciu o własny, sprawdzony już program „English Happy Kids”. Zgodnie z nim nauka języka odbywa się w ciągu dnia w trzech etapach. Pierwszy to zajęcia prowadzone przez nauczyciela w grupie, drugi wykorzystuje metodę „learning by doing”, która polega na komentowaniu w obcym języku codziennych czynności, trzeci etap to dwugodzinne zajęcia z native speakerem. W przedszkolach raz w tygodniu obchodzony jest „dzień językowy”, podczas którego wszyscy rozmawiają ze sobą wyłącznie po angielsku.

W codziennej pracy z dziećmi przedszkola opierają się na nowoczesnych metodach nauki i zabawie stworzonych przez uznane autorytety, m.in. Karla Orffa, Weronikę Sherborne, czy prof. Edytę Gruszczyk-Kolczyńską.

Placówki te stawiają również na rozwój fizyczny małych podopiecznych. Na stałe są tu zatrudnieni wuefiści, którzy prowadzą gimnastykę korekcyjną, ogólnorozwojową, a także przygotowują maluchy do zawodów sportowych. W ofercie przedszkola (za dodatkową opłatą) są: basen, tenis, piłka nożna, sztuki walki, balet, taniec towarzyski, a także warsztaty plastyczne, teatralne, muzyczne, język



niemiecki oraz język francuski. Raz w miesiącu przedszkolaki uczestniczą w wycieczkach tematycznych, które są dopełnieniem programu zajęć.

Oddając dziecko do „Happy Kids”, rodzice mogą być pewni, że trafi ono pod opiekę specjalistów. Każdy nauczyciel ma skończone nie tylko studia z zakresu pedagogiki przedszkolnej, ale także posiada dyplom ukończenia studiów z języka angielskiego lub certyfikat, potwierdzający bardzo dobrą znajomość tego języka. Przedszkola zatrudniają też logopedę i psychologa, a nad wszystkim czuwa dyrektor ds. nadzoru pedagogicznego, który pilnuje, by przedszkolaki realizowały ministerialną podstawę programową.

Każde przedszkole „Happy Kids” wyposażone jest w monitoring. Kamery zainstalowane są w salach, a na monitorze zawieszonym w korytarzu rodzice mogą obserwować, jak ich pociecha czuje się w grupie. Ma to pomóc w przezwyciężeniu lęku, jaki odczuwa chyba każdy rodzic w pierwszych dniach pobytu dziecka w przedszkolu.

W „Happy Kids” rodzice są częstymi gośćmi: przychodzą na zajęcia, opowiadają maluchom o wykonywanych przez siebie zawodach, wspólnie z dziećmi biorą też udział w licznych imprezach i uroczystościach.

W każdej z placówek dzieci przebywają w świetnie wyposażonych i estetycznie urządzonych przestronnych salach z łazienkami. Każde przedszkole ma do swojej dyspozycji ogród.

Czesne wynosi tu od 390 do 600 zł (w zależności od placówki), do tego trzeba doliczyć 12 zł dziennie za wyżywienie (4 posiłki) oraz jednorazowe wpisowe w wysokości 350 zł. W ramach czesnego dzieci mają zagwarantowaną naukę języka angielskiego, rytmikę, gimnastykę oraz warsztaty artystyczno-plastyczne. – Niezwykle istotne jest to, że nasze przedszkolaki są bardzo dobrze przygotowane do szkoły oraz wkroczenia w samodzielne pozaprzedzkolne życie – mówi Sara Osman.

A ponieważ taki model przedszkola świetnie się sprawdził, wkrótce będą powstawać kolejne placówki. – Planujemy dotrzeć do wszystkich miejsc w Krakowie, a także stworzyć oddziały w innych miastach. Myślimy też o uruchomieniu żłobków i szkół podstawowych „Happy Kids” oraz szkół językowych – zapowiada Sara Osman.

Główny cel to stworzenie marki, która będzie kojarzona z wysokim poziomem nauczania, bezpieczeństwem i profesjonalizmem w przystępnej cenie.

Więcej informacji na stronie: www.przedszkole-happykids.pl

(AK)



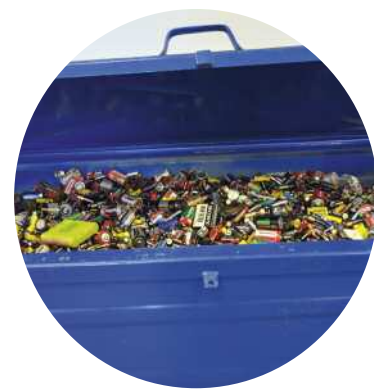
ŚWIAT ZACZYNA SIĘ TUTAJ

Latem 2013 w Kraków Airport to:

- 13 linii lotniczych: 8 tradycyjnych i 5 niskokosztowych
- 61 połączeń regularnych do 57 portów lotniczych
- 23 połączenia czarterowe



Lamusownie za darmo zbierają stary sprzęt



Zepsuty sprzęt AGD i RTV, stare meble, puszki z resztkami lakieru, opony czy gruz często lądują na dzikich wysypiskach. Termometry, baterie albo świetlówki wyrzuca-
ne są z kolei do domowego kosza. Tymczasem w Krakowie są już dwa miejsca, gdzie przyjmowane są za darmo zarówno wielkogabarytowe jak i toksyczne odpady. Wystarczy je tylko tam przywieźć.

Pierwszy nazwany „Lamusownią” znajduje się przy ul. Nowohuckiej 1, drugi „Barycz” przy ul. Krzemienieckiej 40. To nowoczesne punkty gospodarki odpadami, które nie są ani wysypiskami, ani też stacjami przeładunkowymi. Przy ich budowie Kraków wzorował na inwestycjach w krajach, które szczególnie dbają o ochronę środowiska: Norwegii, Danii, czy Szwecji.

– Nasze miasto ma dwa najbardziej nowoczesne zbiorcze punkty gromadzenia odpadów w całej Europie. Oba obiekty wyposażone są w odpowiednie rampy, które znacznie ułatwiają mieszkańcom przekazywanie rzeczy. W pozostałych miastach są albo place, albo kontenery, do których trafiają odpady – mówi Henryk Kultys, prezes Miejskiego Przedsiębiorstwa Oczyszczania.

„Lamusownia” i „Barycz” zostały zaprojektowane tak, by chronić środowisko naturalne. Szczelne podłoże oraz zamknięty system kanalizacji zabezpieczają glebę przed przepływem wód z miejsca składowania odpadów.

W obu punktach jest miejsce na odpady wielkogabarytowe, czyli meble, wanny, a także na stary sprzęt AGD i RTV oraz surowce wtórne niemieszczące się w ulicznych pojemnikach potocznie zwanych „dzwonami”. Są tu też kontenery na odpady, których nie powinno się nigdzie indziej składować, czyli na zużyte opony, świetlówki, gaśnice, puszki po farbach i aerozolah, baterie, oleje i akumulatory. Można przywieźć też gruz i stare okna.

– Są jednak pewne ograniczenia, jeśli chodzi o darmowe oddawanie odpadów. Taki przywilej mają jedynie mieszkańcy Krakowa, którzy powinni okazać dowód osobisty – informuje prezes Kultys.



Po wylegitymowaniu się odpowiednim dokumentem wjeżdżamy przez bramę, a następnie nasz samochód zostanie zważony. Po nowym mierzeniu ciężaru auta nastąpi już po wylądowaniu odpadów. Wszystko po to, by pracownicy punktu uzyskali wiedzę na temat ciężaru składowanych przez nas przedmiotów. Potem podjeżdżamy pod odpowiednią rampę i wrzucamy odpady do znajdujących się w dole kontenerów.

– Osoby przywożące odpady do lamusowni mają jednak pewne obowiązki. Chodzi o umieszczanie ich w odpowiednich kontenerach. Odpady pozostawiane na terenie punktu podzielone są bowiem na tzw. frakcje, których jest kilkanaście m.in. frakcja baterii, świetlówek, czy opon – mówi prezes Henryk Kultys.

Pewne jest to, że przy składowaniu odpadów, nikt się nie pogubi. Są bowiem pracownicy, którzy udzielają informacji, doradzają oraz pilnują, by na przykład nie mieszać oleju jadalnego z silnikowym. Są też odpowiednie tablice z informacjami o sposobie przekazywania poszczególnych sprzętów.

– Taki system składowania odpadów to bardzo ważna forma ochrony środowiska naturalnego. Do „Lamusowni” i „Baryczy” trafiają sprzęty, które składowane w niewłaściwy sposób, mogą powodować ogromne szkody w środowisku – mówi prezes Henryk Kultys.

Obie krakowskie inwestycje są sposobem na ponowne wykorzystanie odpadów. Wiele z nich trafi, bowiem do przedsiębiorstw, które potem je dobrze zagospodarują. Choćby do firm, które na przykład zajmują się profesjonalnym przetwarzaniem gruzu, albo produkujących nowe oleje.

Odpowiednie miejsca do składowania odpadów już są. Wystarczy tylko do nich przyjechać i za darmo oddać niepotrzebne przedmioty, by nie trafiły one do rowów, parków, czy lasów. Śmieci wyrzucane na dzikie wysypiska nie tylko psują estetykę naszego otoczenia, ale też stwarzają bardzo duże zagrożenie dla środowiska naturalnego.

● Zbiorczy Punkt Gromadzenia Odpadów „LAMUSOWNIA”, ul. Nowohucka 1 D (wjazd przez teren MPO), 31-580 Kraków, tel. 012 646 23 70, www.lamusownia.krakow.pl. Odpady można składować w godzinach od 10.00 do 18.00, a w soboty od 7.30 do 15.30.

● Punkt Gromadzenia odpadów „BARYCZ”, ul. Krzemieniecka 40, tel. (12) 278 30 81, 288 22 16, 288 22 17 wew.130. Godziny otwarcia: 7.00 do 18 w okresie letnim, a w soboty i okresie zimowym od 7.00 do 14.00

Do Lamusowni i Baryczy nie są przyjmowane odpady zielone, papa, smoła, azbest, igły i strzykawki.

Magdalena Strzebońska

Maja Skowron poleca

Proszę Państwa, oto Miś... i Margolcia

Jeżeli Twoje dziecko skończyło już 6 lat, a nie wie, że „tylko biedronka nie ma ogonka”, nie zna hitu o żyrafie (fafiefafie), co wysoka jest jak szafa, a do tego nie potrafi po głosach rozpoznać Misia i Margolci – to wiedz, że dużo straciło. Ale nigdy nie jest za późno. W telewizji królują teraz inne gwiazdy, wydawać by się mogło, że Miś i Margolcia, no i jeszcze Agnieszka (o której grzech nie wspomnieć) swoje pięć minut już mieli. Program „Mama i ja”, w którym grali pierwsze skrzypce, zobaczyć już można chyba tylko w Internecie, ja też nie miałam możliwości, żeby śledzić ich występy w telewizji regularnie, bo zdaje się, że już od 2000 roku więcej było Misia i Margolci na rynku muzycznym niż na małym ekranie.

Nie zmienia to jednak faktu, że słuch o nich nie zaginał, bowiem duet, jaki stworzyli jest niepowtarzalny, jedyny w swoim rodzaju, nie do podrobienia. Na hasło „piosenki mojego dzieciństwa” pierwszą myślą są te wykonywane przez Misia i Margolcię właśnie. Moim numerem jeden jest „Pieśń z kresek”. Chociaż na miano hitu wszechczasów bardziej zasługuje „Pieśń z ogonkiem” – miała zdecydowanie większą siłę przebicia. Ze świecą szukać osoby, która nie znabyłaby chociaż refrenu. Dzisiejsze pseudogwiazdki sztuki pisania chwytliwych tekstów uczyć powinny się od Misia i Margolci. Tak się właśnie kreuje przeboje.

Nie wiem, czy jest sens pisać, dlaczego te piosenki są wartościowe. Wesołe, proste, wpadające w ucho. Kto Misia i Margolcię zna, wie, o czym piszę. Kto nie zna, powinien poznać, nawet jeśli ma już nieco więcej niż 6 lat. Miś i Margolcia mają na koncie pokaźny dorobek muzyczny i ugruntowaną pozycję wśród dzieci, które później, nawet jeśli opanowane zostaną przez gry komputerowe czy krwawe bajki z dziwnymi stworami, miło będą tę parkę wspominać. Bo Miś i Margolcia tworzą naprawdę udany tandem, nie gwiazdorzą (spróbowaliby!), są przesympatyczni i trudno ich nie lubić.

Płyt „MM” mamy w sklepach mnóstwo, jest w czym wybierać. Miś i Margolcia nagrywali też krążki poza programem „Mama i ja”, jednak to właśnie piosenki z tego porannego show, pokazywanego w telewizji jakieś dziesięć lat temu – są moim zdaniem, najlepsze. Jeśli jeszcze nie zapoznałaś/eś swojej pociechy z tym dwojgiem uroczych istotek, zrób to, żeby o nich szybko nie zapomniano. Myślę jednak, że tak czy inaczej gwiazdy Misia i Margolci będą nam jeszcze długo przyświecać. Na ich fanpage'u na fejsbuku nie ma tłumów – Miś i Margolcia inaczej docierają do swoich miłośników. Za to gdy już zagospczą u kogoś w domu, zostają tam na długo.

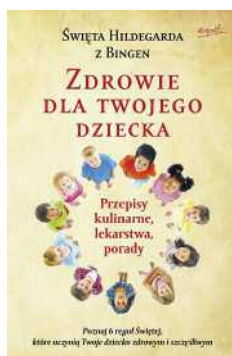
Pod patronatem MIASTA pociecz

Leczyć dzieci w zgodzie z naturą

Już wkrótce do księgarń trafi książka Wydawnictwa Esprit pt. „Św. Hildegarda z Bingen. Zdrowie dla twojego dziecka”.

Zdrowie i harmonijny rozwój dzieci są dla rodziców najważniejsze. Brigitte Pregenzer i Brigitte Schmidle, znanymi i en-

tuzjastki medycyny świętej Hildegardy z Bingen, opierając się na własnych doświadczeniach, przygotowały poradnik, dzięki któremu można łatwo i z korzyścią dla całej rodziny przystosować rady średniowiecznej mniszki do życia w XXI wieku. Starannie dobrane przepisy, leki i eliksiry z apteczki Hildegardy



pomogą nie tylko łagodnie i w zgodzie z naturą leczyć dziecięce choroby, ale także im skutecznie zapobiegać. Aby dzieci zdrowo rosły, ważna jest również troska o odpowiedni rozkład dnia, właściwą ilość snu oraz zapewnienie im ruchu na świeżym powietrzu. Koncepcja zdrowia św. Hildegardy z Bingen to jed-

nak nie tylko dbałość o fizyczne zdrowie, dlatego autorki przypominają sześć złotych reguł Mistrzyni, które pomogą rodzicom nauczyć dzieci właściwych postaw i szacunku dla zdrowej żywności oraz wpoić im dobroczynne i pożyteczne przyzwyczajenia.

(M.S.)

Eko konkurs w Galerii Kazimierz

Już po raz drugi Galeria Kazimierz nagrodzi najlepsze ekologiczne rzeźby wykonane przez przedszkolaków i uczniów krakowskich szkół podstawowych. Finał imprezy odbędzie się w Dzień Dziecka. A teraz do dzieła! Ekologiczna rzeźba ma mieć wymiar 150 na 150 cm. Może być wykonana z dowolnych materiałów ekologicznych lub recyklingowych, takich jak makulatura, butelki plastikowe, czy puszki.

Organizatorzy będą oceniać m.in. kreatywność, wartość artystyczną prac, samodzielność i adekwatność w przekazaniu idei postaw ekologicznych, a także poczucie humoru i estetykę wykonania. W konkursie może brać udział każda publiczna lub niepubliczna szkoła, przedszkole, placówka oświatowo-wychowawcza oraz specjalne ośrodki szkolno-wychowawcze. Wszystkie te placówki do 16 maja (czwartek) muszą zgłosić uczestnictwo w konkursie. Przewidziano trzy kategorie wiekowe Pierwsza to „Maluch”. Obejmuje ona dzieci w wieku przedszkolnym od 3 do 6 lat, druga „Junior” – uczniów z klasy I-III, zaś czwarta „Senior” – uczniów z klas IV- VI.

Od dnia 20 maja do 9 czerwca w pasażu Galerii Kazimierz zostanie zorganizowana wystawa 30 prac wybranych w pierwszym etapie, które potem zostaną poddane głosowaniu internautów. Specjalna aplikacja umożliwiająca oddanie głosu znajduje się na stronie internetowej Galerii Kazimierz (www.galeriakazimierz.pl). Do trzeciego etapu przejdzie łącznie 15 prac, które w danej kategorii wiekowej otrzymały najwięcej głosów internautów. Te rzeźby oceniać będzie komisja konkursowa i wybierze spośród nich trzy najlepsze, tym razem po jednej z każdej kategorii wiekowej. Ogłoszenie wyników konkursu oraz wręczenie nagrody głównej, czyli zestawu: telewizora LCD 42” i odtwarzacza Blue-ray marki Samsung oraz nagród pocieszenia, nastąpi 1 czerwca o godz. 16 podczas imprezy zorganizowanej z okazji Dnia Dziecka w Centrum Handlowym „Galeria Kazimierz” przy ul. Podgórskiej 34. Zapraszamy! (M.S.)



Uzdrowisko Rabka - Naturalnie Zdrowo



Serdecznie zapraszamy do wyjątkowego miejsca jakim jest nasze Uzdrowisko Rabka. Zapraszamy Wasze rodziny na wyjątkowy czas wakacyjny, to u Nas spędzicie Państwo najlepsze rodzinne wakacje. Rabka to wyjątkowe i wymarzone miejsce dla Państwa! Czas na aktywny wypoczynek, mamy tu dla Was najlepszy park w Małopolsce z nowoczesnymi placami zabaw.

Przygotowaliśmy również moc atrakcji dla waszych dzieci w tym już bardzo sławną Akademię Kulinarną, gdzie dzieci uczą się sztuki kulinarnej. Uzdrowisko Rabka to same atrakcje: krótkie wypady w góry, przejażdżki zabytkową koleją, Rabkoland, basen.

**Uzdrowisko
Rabka**
www.uzdrowisko-rabka.pl

rezerwacje i szczegóły: tel. +48 18 26 93 410 e-mail: repcja@rabczanskizdroj.pl



RODZINNE WAKACJE NAD JEZIOREM

NATURALNIE NA MAZURACH



HOTEL ANDERS

★ ★ ★ ★
STARE JABŁONKI

