

Stopka redakcyjna**Dział techniczny:**

Cyprian Sobolewski ILOa|

Dominik Lesiak ILOa

Mateusz Szklarz ILOa

Redaktor naczelny:

Szymon Komorowski IIILOa

Z-ca red. Naczelnego:

Monika Teodorczyk IIILOb

Sekretarz:

Marta Jagodzińska IIILOb

Opiekun:

Pani Marta Szafkowska

Redaktorzy:

Klaudia Sieczkowska IIILOb

Patrycja Gawin IIILOb

Beata Kierepka IIILOb

Eliza Lindner IIILOb

Aleksandra Michalska IIILOc

Joanna Urbanowska IIILOb

Klaudia Kobiałka IIILOb

Julia Welc IIILOb

Manuela Zajko IIILOb

Marta Zmarzlik IIILOb

Marta Jagodzińska IIILOb

Weronika Pałyga IIILOc

Anna Grodowczyk IIILOc

Eliza Pyrka IIILOc

Justyna Kalata IIILOc

Karolina Zwierzchowska IIILOc

Patrycja Cytryna IIILOc

Klaudia Jabłońska IIILOb

Szymon Czerwonka ILOa

Zarząd gazetki:

Marta Jagodzińska IIILOb

Monika Teodorczyk IIILOb

Szymon Komorowski IIILOa

Mateusz Szklarz ILOa

Cyprian Sobolewski ILOa

Dominik Lesiak ILOa

*Jeżeli masz ciekawy
artykuł albo po prostu
chcesz kogoś pozdrowić,
to pisz do nas na adres:*

www.facebook.com/presssql

sqlpress@gmail.com



SQL PRESS

+ niepytka



święta, idą święta!

BETONY:



Wchodzi rolnik na pole, a tan w gruncie rzeczy.

- Czym się różni gołąb od zwiastka?
- Bo gołąb siada na słupie, a zwiastka na dachu.

Idą dwie łodzie podwodne przez las. Jedna mówi:

- Ty! Patrz! Telewizor leci!

A druga:

- Pewnie musi mieć gdzieś tu gniazdko.

Jak nazywa się płacz raka??

WYCIERACZKA !!

Jak nazywa się ząb basisty??

KIEŁBASA !!

- Dlaczego długopisy nie chodzą do szkoły?

- Bo się wypisały

WSTEPNIAK

Cyprian S

Zaraz będą Święta!

Zaraz będą Święta!

Już na stołach jedzenia każdy rodzaj

Zaraz będą Święta!

Zaraz będą Święta!

Artykułów w tym numerze także mamy urodzaj!

Więc pomyślcie o wszystkim co Wam się teraz marzy...

No i czytajcie z wypiekami na twarzy!

Pozdrawiam Was wszystkich, którzy czytacie moje słowa i życzę spokojnych Świąt spędzonych tak jak sobie zaplanujecie!



NEWSY Z ŻYCIA SZKOŁY:



HISTORIA ODZYSKANA ... CZYLI POKAZ FILMU „HONOR GENERAŁA”

26 listopada gościliśmy w naszej szkole panią Joannę Pieciukiewicz ze Szczecina. Jest ona m.in. reżyserką filmu dokumentalnego pt. „Honor Generała”, który opowiada niezwykłą historię życia i odzyskiwania zasłużonej sławy i chwały dla generała Stanisława Sosabowskiego – bohatera II wojny światowej.

BĄDŹ Z NAMI 13 GRUDNIA! ZAPAL ŚWIATŁO WOLNOŚCI!



Zachęcamy do udziału w konkursie na najlepszą fotografię przedstawiającą akcję „Zapal Światło Wolności”. Konkurs ma na celu upamiętnienie ofiar stanu wojennego poprzez zapalenie 13 grudnia o 19.30 w oknie świeczki. Zdjęcie należy przesałać na e-mail p. Iwony Peliwo-Szyszko – peliwona@o2.pl.

Czas ucieka

książki odkładam na bok
a otwieram zeszyt z pustymi
kartkami by nakreślić
kilka wersów o czymś smutnym
o tym że sekunda po sekundzie
płynie
i tworzy się minuta
po minucie jest godzina
z godzin jest koniec dnia i
początek kolejnego
i tak co dzień
wszystko przenika
czasem nawet nasze pragnienia
zostają z poprzednim dniem
i nie możemy nic z tym zrobić
szanse nam podarowali lecz nie
wykorzystaliśmy
mimo tego że wcześniej
wiedzieliśmy
co może być i jak to się skończy
bez przyłożenia
i poświęcenia się całym sercem
wiec co Ci zostaje?
wziąć życie w swoje ręce i
dawać z siebie wszystko
bo te sekundy które mijają mogą
być ostatnimi dziś bądź
prawdziwym sobą nie tą osobą
która wstrzymuje lzy
smutek skrywa w sobie i
usmiecha się by pokazać że nic
się nie dzieje
nie tą osobą gdzie wszędzie się
spiesz
tylko wolniejszą może trochę
zakochaną w sobie
tylko nie pomysł sobie

MROCZNY



zebyć tak cały czas myślał
to nie tak drogi wędrowniku
lecz inna reguła paunuje tu
kazdy jest człowiekiem i
potrzebuje koncentracji na
sobie nie na innych tylko
na osobie która ma jedne i
nie powtarzalne serce
i dar którego zaden
osobnik z naszego gatunku
nie będzie mieć i nigdy tak
nie będzie
choć może dzień nadejść
ze ludzie nawzajem będą
się klonować i większość
ludzi będzie o takim
samym DNA i już nie
będzie tak jak do nie
dawna,
chcesz doprowadzić do do
tego
czy to wiesz?
albo myślisz że to zwykłe
słowa puszczone na wode
taki wodo montaż?
możesz i tak myśleć tego
nikt Tobie nie zabroni
ale powiedzieć może że w
błędzie żyjesz
i zmienisz coś w Twojej
osobie nie w mojej ani ich
tylko w Swojej
tymczasem kończę tą
wypowiedź



Święta Bożego Narodzenia to święta na które wszyscy czekamy z niecierpliwością i utęsknieniem. Przygotowujemy się do nich starannie i długo. Są to dni kiedy poświęcamy więcej czasu i ciepła swojej rodzinie i bliskim, ale tak że nieznanym. Przepelnia nas szczęście i niezwykle spokoj. Wigilia Bożego Narodzenia jest to niezwykle dzień w roku. W tym dniu zapominamy o wszystkich krzywdach, żalacii - wybaczymy. Ludzie bez względu na stan pokrewieństwa gromadzą się wspólnie, aby zaraz po zablęśnięciu pierwszej gwiazdki zasiąść do wieczerzy wigilijnej. W tym dniu nie ma klótni i sporów, wszyscy stają się wyrozumiali dla innych, bardziej uczynni oraz serdeczni. Druga część wieczoru wigilijnego przeżywana jest z radością, którą potęgają wyczekiwane przez wszystkich prezenty! Co roku po kolacji wigilijnej wybieramy się z rodziną na pasterkę - jest to moment kiedy osobiście witamy nowonarodzonego. W czasie tej uroczystej mszy, modlimy się, dziękując Bogu za wszystkie piękne chwile w naszym życiu. W końcu przychodzi czas nocy sylwestrowej. Przepływa przez nas fala radości i energii do zabawy. Wraz z karnawalem żegnamy niezapomniane i godny wspomnie kolejny rozdział naszego życia

I znowu zaczynamy coś nowego,
być może lepszego ? :D



*Tradycyjnie jak co roku
sypią się życzenia wokół,
większość życzy świąt obfitych
i prezentów znakomitych,
my życzymy, nasi mili,
byście święta te spędzili
tak jak każdy sobie marzy.
Może cicho bez hałasu
idąc na spacer gdzieś do lasu,
może w gronie swoich bliskich
jedząc karpia z jednej miski,
może gdzieś tam w ciepłym kraju
czując się jak Adam w raju,
może lepiąc gdzieś bałwana,
jeśli śniegu napada.*

PATRYCJA GAWIN & BEATA KIEREPKA

wesołych świąt i szczęśliwego nowego roku !

OLIMPIADA JĘZYKA H. SZPAŃSKIEGO

NEWSY:

Polskie Towarzystwo Neofilologiczne we współpracy z Instytutem Filologii Romańskiej Uniwersytetu Adama Mickiewicza w Poznaniu od 4 lat organizuje **OLIMPIADĘ JĘZYKA HISZPAŃSKIEGO**. I chociaż język hiszpański nie jest nauczany w naszej szkole, to wśród naszych uczniów jest jeden „geniusz” – **Tomek Rychlik** z klasy 3. TE, który ten język zna. Tomek wziął udział w etapie szkolnym IV OJH, który odbył się 14 listopada 2013 roku. Wypadł rewelacyjnie, ponieważ zdobył 95 punktów na 100 możliwych i jest w II etapie (regionalnym). Nie jest to konkurs łatwy, w I etapie (szkolnym) Tomek musiał wykazać się znajomością gramatyki, słownictwa i czytania ze zrozumieniem. Etap II, który odbędzie się w terminie 21-22 lutego 2014 roku w Poznaniu jest dwudniowy: pisemny i praktyczny. Tutaj trzeba wykazać się dodatkowo wiedzą o krajach hiszpańskiego obszaru językowego w zakresie historii i kultury. Konieczna jest również znajomość kilku lektur. Gratulujemy Tomkowi dotychczasowego sukcesu i życzymy powodzenia na przyszłość. Zachęcamy go do przeczytania lektur.

Nauczyciel koordynujący: Wiesława Cieśliewicz

OLIMPIADA WIEDZY EKONOMICZNEJ

Od ponad 20 lat Polskie Towarzystwo Ekonomiczne organizuje w całej Polsce **Olimpiadę Wiedzy Ekonomicznej** dla uczniów szkół ponadgimnazjalnych. Hasło bieżącej, już XXVII OWE to „Strefa euro – szanse czy zagrożenia”. Myśl przewodnia odnosi się do ważnego pytania: czy i kiedy Polska powinna wejść do strefy euro? Honorowy Patronat XXVII Olimpiady objął Prezes NBP prof. dr hab. Marek Belka. Olimpiada jest trzystopniowa, tzn. obejmuje: zawody I stopnia (etap szkolny), II stopnia (etap regionalny) i zawody III stopnia (etap centralny).

Zawody I stopnia odbyły się na 6 listopada 2013 roku na terenie całego kraju. Wzięli w niej udział również uczniowie naszej szkoły w liczbie 24, z klas: 2. TE, 3. TE i 4. TE. Nie było lekko.

MIKOŁAJKOWE ZAWODY W STRZELECTWIE SPORTOWYM



Dnia 5 grudnia w Zespole Szkół Ponadgimnazjalnych nr 1 w Barlinku nauczyciele w-f i EdB Grzegorz Zieliński i Jarosław Bednarek zorganizowali Mikołajkowe Zawody w Strzelectwie Sportowym z Broni Pneumatycznej. Zawody odbyły się w formule drużynowej, a z zaproszenia do udziału skorzystały szkolne zespoły Publicznego Gimnazjum nr 1 i 2 w Barlinku. Stawkę uzupełniła ekipa gospodarzy. Każda szkoła mogła wystawić czterech zawodników, a każdy z nich miał do dyspozycji pięć strzałów konkursowych. Najlepsza okazała się drużyna PG 2, która ustrzeliła 145 punktów, a wystąpiła w składzie: Krystian Usarkiewicz, Mateusz Dziubiński, Sabina Szeffler, Helena Wielgus. Na drugiej pozycji uplasowali się

gospodarze z 142 punktami na koncie w składzie: Dawid Samsonowski, Szymon Suszek, Maciej Garboliński, Kamil Wójcik. Trzecie miejsce przypadło PG 2 – punktów 97, a szkołę reprezentowali: Marcel Kalota, Kacper Goryński, Michalina Paszek, Sara Łukomska. Tak więc puchar ufundowany przez Radnego Rady Miejskiej w Barlinku pana Grzegorza Zielińskiego za zajęcie pierwszego miejsca powędrował do Gimnazjum nr 2. Indywidualnie najlepszy wynik uzyskał uczeń ZSP nr 1 Szymon Suszek – 44 punkty.

PRZYRODA WOKÓŁ NAS:

I. KALENDARZ EKOLOGICZNY

GRUDZIEŃ:

22 grudnia – Pierwszy Dzień Zimy

29 grudnia – Międzynarodowy Dzień Różnorodności Biologicznej (ONZ)



II. INFORMACJE

• Konferencja ONZ

Konferencja COP jest to Konferencja Narodów Zjednoczonych w sprawie Zmian Klimatu. Celem Konwencji, podpisanej w 1992 r. podczas Szczytu Ziemi w Rio de Janeiro, jest ochrona klimatu i redukcja emisji gazów cieplarnianych na świecie.

Tegoroczna 19. Konwencja COP odbyła się na **Stadionie Narodowym** w Warszawie, w dniach od **11 do 22 listopada**; a 19 listopada rozpoczął się Segment Wysokiego Szczebla z udziałem ministrów środowiska oraz Sekretarzem Generalnym ONZ.

Najważniejszym celem szczytu w Warszawie jest wypracowanie fundamentów pod nowe, ogólnoświatowe porozumienie klimatyczne w sprawie redukcji emisji gazów cieplarnianych. Porozumienie to, po raz pierwszy w historii, ma objąć zobowiązaniami wszystkie strony Konwencji Klimatycznej.

W interesie Polski jest to, aby skutecznie przeciwdziałać zmianom klimatu, aby to osiągnąć potrzebne jest porozumienie globalne, które obejmie zobowiązaniami wszystkie, a nie jak dotychczas tylko państwa rozwinięte. Warto też podkreślić, że Unia Europejska odpowiada jedynie za ok. 11% globalnych emisji i ten udział stale maleje. Nawet więc, gdyby zredukowała swoje emisje do zera, to bez globalnego porozumienia, zmiany klimatu będą postępować.

• Pierwszy polski naukowy satelita już w kosmosie! To „Lem”!!!

21 listopada na orbicie okołoziemskiej pojawiła się sześciokilogramowa, niewielka złocista kostka o imieniu "Lem". **To pierwszy polski satelita naukowy w kosmosie.** Będzie on obserwować najjaśniejsze widoczne gwiazdy. Dzięki tym danym naukowcy być może lepiej zrozumieją, w jaki sposób gwiazdy wytwarzają światło i energię. "Lem" poleciał w kosmos razem z 32 innymi urządzeniami (rekordowo dużo) na pokładzie rakiety Dniepr. Start rakiety nastąpił o 8.11 polskiego czasu z bazy wojskowej Jasny na południowym Uralu (Rosja).

III. CIEKAWOSTKI PRZYRODNICZE

Co to jest ptasie mleczko???

KLASYKA W MODZIE Simson s51

Prezentując Simsona S51 trudno nie cofnąć się do połowy lat 80. Wtedy na drogi wyjechał model, który może nie wywarł dużego wpływu na formę współczesnych motocykli, ale za to stał się obiektem pożądania dziecięcych marzeń i był absolutnie rewolucyjną konstrukcją. Wiele osób też twierdzi, że jaką frajdę może dawać silnik o pojemności 50cm³ osiągającym prędkość do 60km/h. Moim zdaniem nie zawsze liczy się moc, ale też komfort jazdy lecz nie sądzę by większość 16latków narzekała na gabaryty Simsona a także nieco starsi koneserzy tego modelu. Jak już wspominałem, choć nie jest sprinterem, to do jego względnie niskich osiągow nie można mieć zastrzeżeń. Oczywiście są motocykle szybsze, a nawet o wiele szybsze od niego, jednak nie wszystkie dają tyle radości z jazdy.

Lecz do czego dążę, że nie zawsze liczy się moc i inne poboczne atuty ale komfort, wdzięk i aura jaką owiewa ten prosty aczkolwiek posiadający wiele zalet motorower, więc gdy macie zamiar już kupić jakiś „wsiowy” obmierzły skuter albo innego „chinola” gwarantuje wam, że to właśnie „simek” najcelniej trafi w wasze oczekiwania jest to niejako najlepszy prezent na święta.

Pozdro (: , a teraz coś na rozluźnienie czyli kilka wyciągniętych z d**y przepisów drogowych:

1)Nóżki przy sobie.

W Lhokseumwe w Indonezji zakazano kobietom wsiadać na motocykl okrakiem za mężczyznę. Przestrzegający szariatu burmistrz Suaidi Yahya twierdzi, że przepis ten ma chronić obyczaje i moralność publiczną. „Kobieta, która siada na siodelku okrakiem, wygląda jak mężczyzna-uzasadnia. -Kiedy siada bokiem, wygląda jak kobieta”. Przeciwnicy przepisu zauważają, że Koran nic nie wspomina o motocyklach.

2)Okulary raz dwa.

Jeśli musisz prowadzić w okularach i wybierasz się do Hiszpanii, masz obowiązek mieć w samochodzie zapasowe okulary, i to nie słoneczne, lecz dokładnie takie, jakie przepisał okulista. Jeżeli ich nie masz, popełniasz wykroczenie. Nie wiem, dlaczego na Półwyspie Iberyjskim zagrożona zaginięciem lub zniszczeniem jest akurat podstawowa para okularów kierowcy.



MATEUSZ SZKLARZ

Grudzień, grudzień, GRUUUDZIĘŃ!



Z dzisiejszych obserwacji: ludzie nerwowo przestępują z nogi na nogę w kilometrowych kolejkach. Z głośników trzy razy pod rząd Mariah Carey skrzeczy o jakimś oklepanym prezencie który, jak co roku, chce dostać; bałwan obdarzony mocą poruszania się, który z założenia miał być atrakcją dla małych dzieci, jednak nie sprawdza się w swojej roli - ho ho ho! Co to oznacza? Nareszcie mamy grudzień!!!

Znów każdą wolną chwilę większość z nas poświęca na rozmyślanie jakim prezentem obdarować bliskie nam osoby. Z utęsknieniem czekamy na pierwsze płatki śniegu. Mimo, iż wieczór zastaje nas teraz wcześniej, mało kto wybiera się na wieczorny, baaaardzo mroźny spacer. Większość marzy o ciepłym kocyku oraz gorącym kakao... W telewizji już zdążono tradycyjnie, jak co roku pokazać przygody Kevina. W takim tempie, za 2 lata będziemy mogli je obejrzeć już w październiku.

Na ulicach widać już lampy przyozdobione światełkami, w sklepach pomalą zaczynają pojawiać się sztuczne bałwany i Mikołaje. Kuszą nas przeróżne świąteczne pyszności, czekoladowe aniołki zachęcająco puszczają oczko. Do Wigilii zostało jeszcze kilkanaście dni, a ja już żyję przygotowaniami. Może coś przydałoby się zmienić u mnie w pokoju? A może przydałoby się trochę szaleństwa i tak ozdobić cały pokój światełkami? A może już układać dietę, której na pewno trzeba będzie przestrzegać po wigilijnej kolacji?!

VIP

PRZYRODA WOKÓŁ NAS:

CIĄG DALSZY...



W przyrodzie ptasim mleczkiem nazywa się wydzielinę wola gołębi (także flamingów i samców pingwinów cesarskich), którą ptaki dorosłe karmią zwierzęta. Posiada ono właściwości odżywcze oraz przeciwciała, które wzmacniają odporność młodych ptaków.

Do kogo należy najdłuższa szyja i dlaczego jest taka

długa???

Najdłuższe szyje w świecie zwierząt należą do żyraf – to jedne z najdosłowniejszych i najelegantszych mieszkańek Afryki. Ich szyja może mierzyć aż 2,5 metra, czyli jest dłuższa niż najwyżsi ludzie. Żyrafy wykorzystują ją aby sięgać do liści drzew niedostępnych dla innych ssaków.



Dlaczego świeże orzechy włoskie barwią ręce na brązowo???

Dzieje się tak dlatego, że lupina zawiera duże ilości garbników – substancji mających silne działanie antybakteryjne i to one właśnie są przyczyną, dla której po obraniu orzecha nasze ręce stają się brązowe.

Marta ;D

„JAK NIE PRZYTYĆ W ŚWIĘTA”, czyli przegląd wigilijnego arsenału.

Bądźmy świadomi tego co jemy. Prześwietlmy nieco świąteczny stół:

Zupa grzybowa – wartość odżywcza niewielka, grzyby i śmietana powodują, że jest ciężkostrawna (polecamy niskoprocentową śmietanę). W przeciwieństwie do innych zup nie ma w niej warzyw (bądź jest ich niewiele).

Barszcz czerwony – również bez warzyw, mała wartość odżywcza, mała ilość witamin i minerałów, ale za to lekkostrawny i niskokaloryczny.

Pierogi z kapustą i grzybami – ciężkostrawne, ale kapusta powoduje, że zawierają błonnik, kwas foliowy, trochę witaminy C, A i E i z grupy B. Biała mąka i okrasa – maselko, niestety nie należą do kręgu zdrowej żywności.

Karp w galarecie - najbardziej wartościowa potrawa wigilijna. Pełnowartościowe białko, zdrowe tłuszcze w prawidłowych proporcjach, w tym kwasy omega 3, które mają udowodnione działanie prozdrowotne, to jej ogromne zalety. Ponadto zawiera wiele witamin – głównie z grupy B i PP, oraz i minerałów (fosfor, potas, selen, cynk, żelazo i magnez). Jest lekkostrawny i niskokaloryczny.

Karp smażony – zawartość korzystnych, zdrowych składników jest taka sama jak w poprzedniej potrawie, ale sposób przygotowania – smażenie - czyni z niej jedzenie ciężkostrawne, o dużej zawartości tłuszczu.

Śledź – jego główną zaletą jest bardzo wysoka zawartość kwasów omega 3. Ponadto zawiera dość dużo białka, zdrowych tłuszczów, witamin A, D, E, z grupy B oraz fosforu, magnezu. Wadą śledzia solonego, a takiego używa się do większości potraw, jest duża zawartość sodu zawartego w soli.

Makowiec – ma wszystkie zalety kutii, ale składniki ciasta – biała mąka, cukier i twarda margaryna do pieczenia nie spełniają kryteriów zdrowego odżywiania.

Sernik – ser w nim zawarty to pełnowartościowe białko i wapń oraz witaminy, głównie z grupy B. Jajka to również tłuszczu i cukru

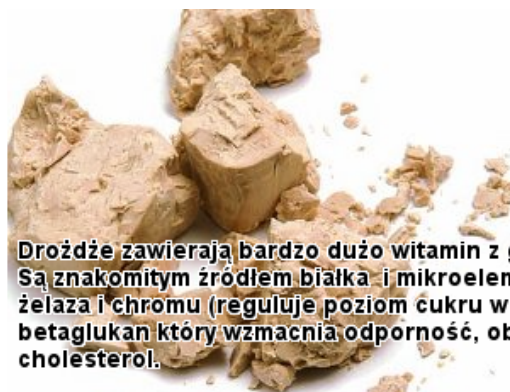
A OTO KILKA PORAD:

- nie głódź się przed uroczystym posiłkiem „zostawiając sobie więcej miejsca na pyszności”
- nakładaj sobie małe porcje – jeden czy dwa pierożki, jeden kawałek ryby, łyżka kapusty. Jedz mniej a częściej
- postaraj się obcinać kalorie używając produktów mlecznych o niższej zawartości tłuszczu niż zazwyczaj. Twaróg tłusty zastąp chudym, a śmietanę 18% zamień na 12%. Innym wariantem może być zastąpienie śmietany jogurtem naturalnym
- jeżeli masz już dość, a rodzina namawia Cię do dokładki, grzecznie odmów

MZ



Drożdżowa kuracja



Drożdże zawierają bardzo dużo witamin z grupy B - w tym biotynę, witaminę B5. Są znakomitym źródłem białka i mikroelementów: cynku, fosforu, magnezu, żelaza i chromu (reguluje poziom cukru w organizmie). Zawierają także betaglukan który wzmacnia odporność, obniża ciśnienie krwi i redukuje cholesterol.

Drożdże znakomicie wpływają na:

- włosy (hamują wypadanie, przyspieszają porost, przywracają sprężystość)
- cere (zajady, trądzik, zaskórniki)
- paznokcie

Picie drożdży zaleca się także na choroby układu krążenia, stany migrenowe, bezsenność.

Jak przygotować napój:

1. Najpierw trzeba drożdże ZABIĆ tzn. 1/4 lub 1/3 kostki drożdży zalej WRZĄTKIEM (woda lub mleko) i dokładnie wymieszaj aby się rozpuściły (Ile wrzątku? tyle aby poziom wody przykrył drożdże)
2. Zostaw miksturę na 20 minut.
3. Dopiero po tym czasie możesz dodać do napoju coś do smaku: cukier, miód, kakao itp. (ja piję solo)
4. Pijemy :) codziennie co najmniej miesiąc. Można pić drożdże 3 miesiące, później miesiąc przerwy! znowu 3 miesiące itd.

O czym trzeba pamiętać:

- musimy drożdże zabić WRZĄTKIEM ponieważ jeśli tego nie zrobimy zaczną fermentować - ból brzucha
- dodatki (cukier, miód itp) dopiero po 20 minutach - inaczej drożdże będą rosły jak do ciasta a nie o to tutaj chodzi
- nie ma potrzeby zalewania całego kubka wrzątkiem - będzie więcej do wypicia niepotrzebnie
- polecam drożdże BABUNI - dobrze się rozpuszczają. Jeśli kupicie DOMOWE podczas rozpuszczania powstaną grudki - ciężko wypić..
- jeśli pijemy drożdże w proszku zalewamy wrzątkiem całe opakowanie
- jeśli drożdże są "musujące" - nie pijemy takich drożdży.. przy następnej porcji pamiętaj aby wyjąć trochę wcześniej drożdże z lodówki aby nabrały temperatury pokojowej i zalej je trochę większą ilością wody bo najwidoczniej nie zostały do końca zabite
- oczywiście drożdży kwaśnych i spienionych też nie pijemy - są zepsute
- na początku może nastąpić mały wysyp niedoskonałości (cera się oczyszcza) - jeśli trwa dłużej niż 2 tygodnie należy zrezygnować z picia drożdży
- radzę na początek spróbować pić 1/4 kostki i stopniowo zwiększać. Można pić do jednej kostki dziennie.

Smacznego! :)



DEMOTYWATORY.PL

Święta w Rosji

są straszniejsze od Halloween



Idą święta więc mam dla was
niespodziankę

W domu zrobicie wyłącznie zadania z gwiazdką



WYMIENIA
WORKI NA ŚMIECI

W KOSZU NA PULIPCIE



DEMOTYWATORY.PL

Poproszę cztery piwa dla kolegów.

I jedno dla Krystyny :)