

PANORAMA

10/2022

PAŁAC MŁODZIEŻY W WARSZAWIE

W TYM NUMERZE:

PAŁAC TALENTÓW

JESIENNE PORADY

ŚWIAT BEZ ELEKTRONIKI

10 ZAWODÓW DLA MIŁOŚNIKÓW

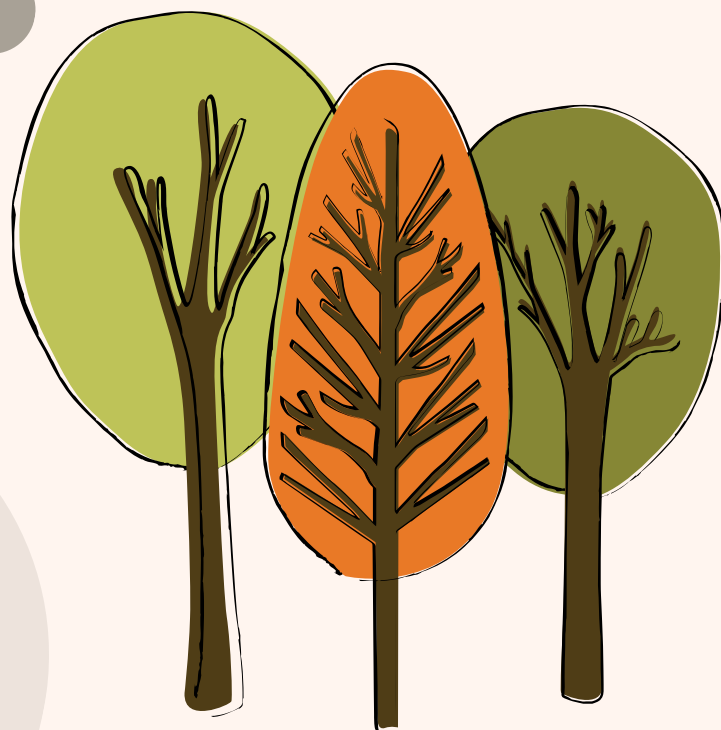
ZWIERZĄT

DLACZEGO WARTO CZYTAĆ KSIĄŻKI?

SZACH I MAT

CIEKAWOSTKI

KĄCIK KULINARNY



PAŁAC TALENTÓW

Kolejny rok szkolny w Pałacu Młodzieży rozpoczynamy pod hasłem „Pałac Talentów”.

Co to jest talent? Talent definiuje się często jako wrodzoną lub nabytą umiejętność. Krótko mówiąc, jest to coś, co nam naprawdę wychodzi, w czym czujemy się dobrze i na co chcemy poświęcać swój czas.

Czy każdy z nas ma talent? Właściwie każdy z nas posiada jakąś umiejętność, która przy odpowiednim nakładzie pracy może stać się talentem.

Jak rozwijać swój talent? Rozwijanie talentu jest bardzo ważne. W końcu niejednokrotnie można usłyszeć, że talent to tylko 1% sukcesu, a całą resztę zajmuje ciągła praca nad sobą. Skoro więc wiesz już, że robisz doskonałe zdjęcia, rozpocznij szereg ćwiczeń, które sprawią, że z dnia na dzień będziesz coraz lepszy!

Daj sobie czas i nie zniechęcaj się porażkami. Robisz setne zdjęcie, które znowu nie wygląda tak, jakbyś chciał? Nie umiesz poradzić sobie z obiektywem? Przeraza cię obsługa programów graficznych? Próbuj aż do skutku! Nie poddawaj się, ponieważ to właśnie to 101 zdjęcie może być tym idealnym, a 30 godzina pracy w programie graficznym tym czasem, w którym uświadomisz sobie, że wiesz już naprawdę dużo i umiesz go obsługiwać coraz lepiej. Daj sobie czas na naukę. Nie nastawiaj się na to, że wszystko przebiegnie szybko. Sukces wymaga ciężkiej pracy. Kiedy jednak talent jest też twoją pasją, praca ta stanie się prawdziwą przyjemnością.

PAŁAC TALENTÓW

Kiedy zdobędziesz już pożądane umiejętności, nie spoczywaj na laurach, ćwicz dalej.

Właśnie nasz Pałac Młodzieży jest placówką, w której każdy uczestnik może śmiało rozwijać swoje talenty w różnych dziedzinach.

W tym roku czeka na Was gra, w której będziecie mieli okazję zdobywać talenty. Życzymy wszystkim **POWODZENIA!!!**



JESIENNE PORADY

Aura jesienna sprzyja przeziębieniom, dlatego ważne jest, by wiedzieć, jak się ubierać w tę jesienną porę. Odpowiedni do pogody strój nie zawsze musi być nudny. PAMIĘTAJ! Nawet jesienią możesz być modnie ubranym zgodnie z obowiązującymi trendami.

Jesienią w Twojej szafie nie może zabraknąć:

- płaszcz w kolorze beżowym lub w kratkę,
- swetra z golfem,
- długiej, plisowanej spódnicy,
- jeansów,
- długiej sukienki z paskiem w kwieciste wzory,
- dłuższej marynarki, żakietu,
- kozaków lub szpilek,
- małej torebki.



Oto kilka zasad zdrowego jesiennego odżywiania:

- jemy dużo warzyw i owoców - zwłaszcza świeżych,
- pamiętajmy, że owoce cytrusowe mają dużą zawartość witaminy C,
- spożywamy 5 posiłków dziennie,
- nigdy nie zapominamy o najważniejszym posiłku dnia, jakim jest śniadanie,
- pijemy soki ze świeżo wyciśniętych owoców.

Pamiętaj też o tych produktach:

Miód - sam w sobie posiada działanie antybiotyczne, przeciwzapalne i wykrztuśne, zawiera również witaminy A, C i E.

Pigwa - zawiera dużo witaminy C oraz wiele innych witamin, a także pierwiastki mineralne, które skutecznie wzmacniają odporność organizmu i wspomagają układ odpornościowy w walce z gripą i przeziębieniem.

ŚWIAT BEZ ELEKRONIKI

Każdy czasami miał tak, że nie mógł z jakiegoś powodu korzystać z urządzeń elektronicznych. W tym artykule przedstawimy Wam kilka propozycji, co możecie zrobić w takiej sytuacji:

- wyjść na spacer,
- pobawić się z pupilem,
- czytać książki,
- uprawiać jakiś sport np. bieganie,
- grać w gry planszowe,
- wybrać się do muzeum, galerii, teatru,
- pójść na zakupy,
- wybrać się na wycieczkę rowerową,
- spędzić czas z rodziną,
- malować,
- tańczyć,
- pójść na zajęcia np. do Pałacu Młodzieży,
- uczyć się np. języków.



Mamy nadzieję, że spodobały Wam się nasze pomysły na spędzanie czasu bez komputera, telefonu czy telewizji. Zawsze możecie się zgłosić do naszej gazetki Panoramy jeśli macie jeszcze jakieś ciekawe pomysły. Czekamy na Wasze propozycje :)

Adam Fryzowski

10 ZAWODÓW DLA MIŁOŚNIKÓW ZWIERZĄT

Światowy Dzień Zwierząt został ustanowiony 4 października 1931 roku. Jest to wspaniała okazja dla wszystkich miłośników zwierząt, aby pamiętać o swoich ulubionych pupilach. A dla tych, którzy kochają zwierzęta przedstawiamy zestawienie zawodów:

WETERYNARZ - lekarz zwierząt.

TRESER ZWIERZĄT - prowadzi szkolenie dla psów.

PSI FRYZJER (GROOMER) - pracuje w zakładzie pielęgnacji psów. Psi fryzjerzy zajmują się sierścią, ale też pazurkami zwierząt.

PETSITTER - opiekuje się zwierzętami w domu właściciela w czasie jego nieobecności np. w wakacje.

PRACOWNIK ZOO - powinien mieć dobre podejście do zwierząt, ponieważ one od razu wyczuwają jego intencje.

PSI PSYCHOLOG - leczy zaburzenia behawioralne u zwierząt domowych.

LEŚNICZY - opiekuje się lasem, także leśnymi roślinami oraz zwierzętami.

DZIENNIKARZ W CZASOPIŚMIE DLA HOBBYSTÓW - np. w redakcji „Cztery łapy”, „Mój pies”, „Kocie sprawy”.

SPRZEDAWCA W SKLEPIE ZOOLOGICZNYM - poza karmą i gadżetami pracownik sklepu sprzedaje również zwierzęta.

PRACOWNIK SCHRONISKA DLA ZWIERZĄT - to praca dla osoby, która chce pomagać zwierzętom. Trzeba być jednak gotowym na trudne sytuacje.

DLACZEGO WARTO CZYTAĆ KSIĄŻKI?

1. Czytając, poszerzasz swój zasób słownictwa. Stykamy się z niezliczoną liczbą autorów. Każdy z nich ma swój własny styl pisania. Autorzy wręcz prześcigają się w pogoni o lepsze sformułowania i błyskotliwsze określenia, a to skutkuje bogatą paletą słów, które, jako czytelnik, możesz wprowadzić do swojego języka.
2. Czytając opisy scen znajdujących się w książce, jesteś zmuszony do wyobrażenia sobie tego, o czym pisze autor. Rozwija to Twoją wyobraźnię i sprawia, że łatwiej Ci stworzyć w głowie coraz bardziej abstrakcyjne obrazy.
3. Książki uczą myśleć, zmuszają Twój mózg do aktywności. Czytając, z tygodnia na tydzień zauważasz, że jesteś produktywniejszy, a Twoja aktywność myślowa przynosi Ci coraz więcej korzyści.
4. Nic tak nie koi skołatanych nerwów jak wieczór z dobrą książką i aromatyczną kawą lub herbatą. Kiedy czytasz, troski dnia codziennego odchodzą w dal. To wszystko jest poza Tobą, gdyż wkraczasz w świat, który stworzył dla Ciebie autor i w którym Twoje osobiste rozterki nie istnieją. Taki relaks ułatwia Ci zasypianie i obniża poziom hormonów stresu.
5. Kiedy czytasz, automatycznie zapamiętujesz sposób zapisu danych słów i zwrotów. Osoby, które regularnie czytają, nie mają problemów z ortografią!

6. Książki dostarczają nam mnóstwo pomysłów. W świecie książki nie ma barier, jeśli oswoisz się dobrze z tym światem, zrozumiesz, że stać Cię na pomysły równie dobre, jak Twojego ulubionego bohatera.

7. Młodzież czytając książki obyczajowe, psychologiczne itp. uczy się kształtować charakter, rozróżniać pozytywne i negatywne zachowania. Perypetie książkowych bohaterów niejednokrotnie bardzo dobrze odzwierciedlają nasze codzienne życie.

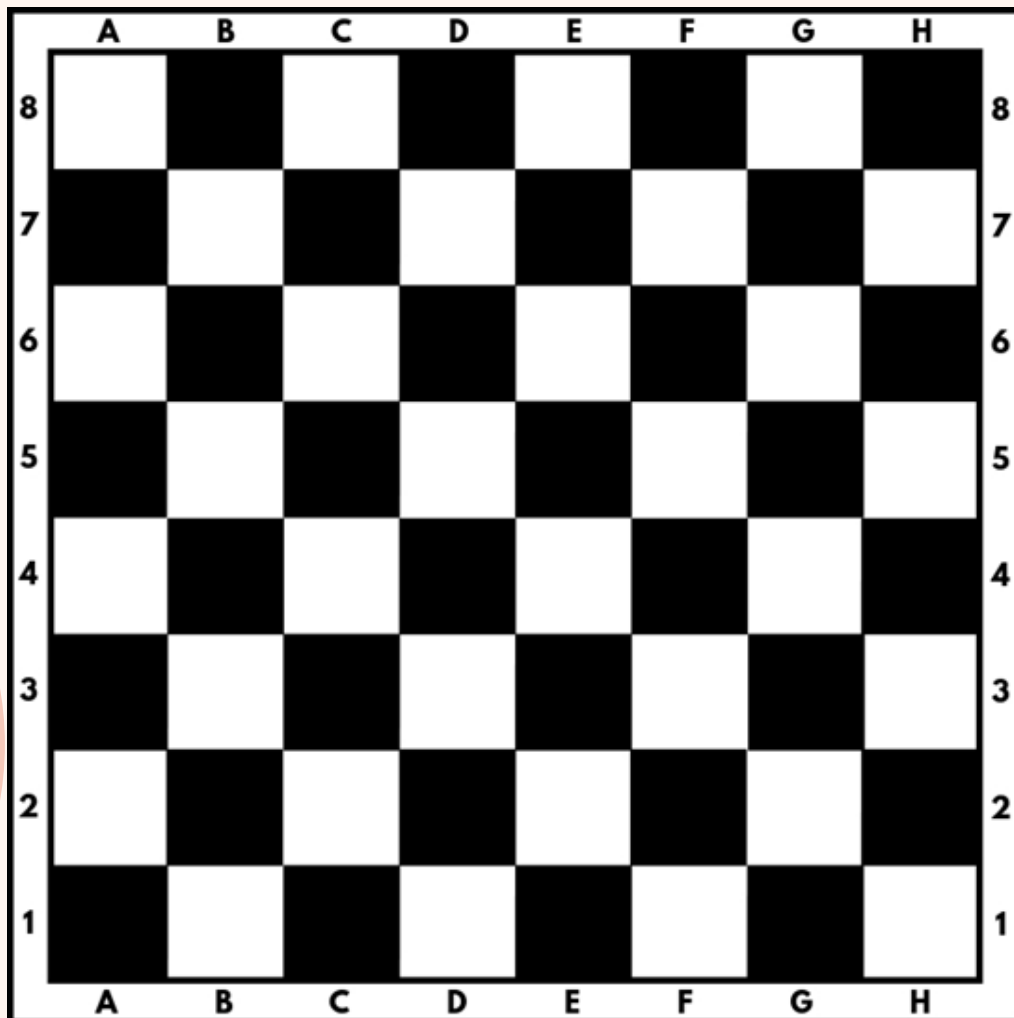
8. Czytając i wyobrażając sobie poszczególne sceny, tworzysz nowe ścieżki neuronalne i tym samym wpływasz na rozwój swojego mózgu. Owocuje to poprawą pamięci, zwiększeniem zdolności koncentracji, łatwością kojarzenia faktów i analizowania.



SZACHI MAT

„Geniusze nie rodzą się, ale powstają.”

Zaznacz jak najwięcej pól na szachownicy poruszając się ruchem skoczka, czyli 2 do przodu, 1 w bok. Zaczynasz z pola a1. Na każdym polu możesz stanąć tylko raz. Zaznaczaj odwiedzone pola numerkami, kropkami, znaczkami... jak chcesz. Możesz ćwiczyć też na kartce w kratkę (kwadrat, 8x8 kratek). Powodzenia!

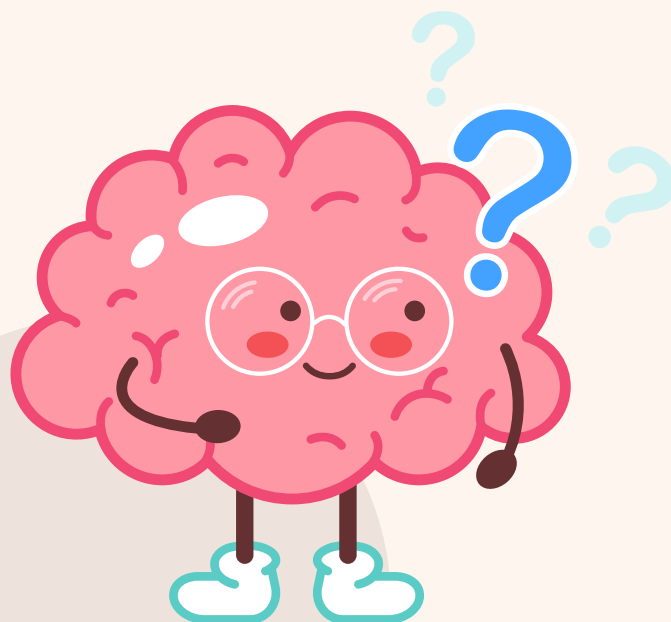


**Wynikiem możesz pochwalić się nam, pisząc na adres:
biblioteka@pm.waw.pl.**

CIEKAWOSTKI

CZY WIESZ, ŻE...

1. Najpopularniejsze nazwiska w podanych krajach brzmią tak:
 - Polska – Nowak
 - Niemcy – Müller
 - Wielka Brytania – Smith
 - Włochy – Rossi
2. Pierwszą tabliczkę czekolady stworzył Francis Fry w 1847r.
3. W Japonii czarny kot przynosi szczęście.
4. W Tajwanie znajduje się szpital imienia kultowej zabawki – „Hello Kitty”.
5. W Warszawie osoby urodzone w środkach transportu publicznego mają prawo do bezpłatnego podróżowania aż do śmierci.
6. Koty nie rozpoznają słodkiego smaku.
7. Reksio jest rasy Jack Russel Terrier.
8. Słoń przeciętnie wypija 210 litrów wody dziennie.



KĄCIK KULINARNY

ROZGRZEWAJĄCE HERBATY NA JESIEŃ

Herbata goździkowa

szklanka czarnej herbaty

2 goździki

plaster pomarańczy

miód



Limonkowa herbata

szklanka herbaty

2 plastry limonki

miód najlepiej lipowy

szczypta zmielonego imbiru

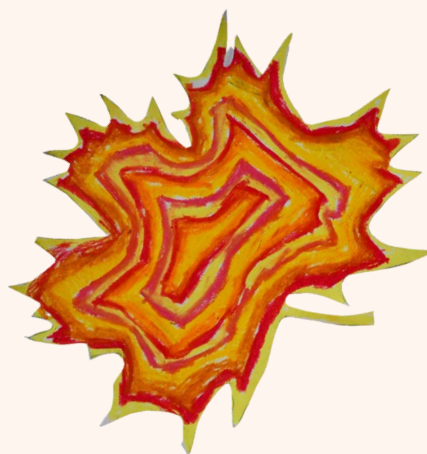


Herbata z lipy

2 łyżeczki suszonych kwiatów lipy

wrzątek

sok malinowy



Herbata z jabłkiem i cynamonem

łyżeczka czarnej herbaty

łyżeczka suszonego jabłka

szczypta cynamonu

2 goździki

MŁODZI REDAKTORZY

Masz dobre pomysły? Lubisz pisać, rozmawiać z ludźmi, szukać ciekawych informacji, fotografować wydarzenia? Dobrze trafiłeś! Czekamy właśnie na Ciebie!

Młodym redaktorem może zostać każdy, kto lubi aktywnie spędzać czas, chce sprawdzić swoje umiejętności, lubi pisać i tworzyć własne teksty literackie

ZAPRASZAMY NA ZAJĘCIA W CZWARTKI
17.00-18.00 s. 329



REDAKCJA PANORAMY

Julita Pniewska

MŁODZI REDAKTORZY

Adam Fryzowski

GRAFIKA

Uczestnicy zajęć "Przygoda z plastyką"



PAŁAC
MŁODZIEŻY
W WARSZAWIE

