



Siemanko! Dzisiaj pada, przynajmniej u mnie, ale jest fajnie, bo to wreszcie nadszedł czas dłuuuugo oczekiwanych wakacji! ALE SUPER!

Każdy marzy o podróżach, a już szczególnie w wakacje i szczególnie tych dalekich, niezapomnianych, wyjątkowych... Wielu marzy o biwaku nad jeziorem, kąpieli nad morzem, inni znów chcą łązić po górach, zwiedzać groty, ktoś chciałby wybrać się do dalekiego kraju, ale są wśród nas tacy, których wymarzona podróż życia miałaby swoją metę na Księżycu!



Czym dolecieć na Księżyc?

Odległości w kosmosie są naprawdę ogromne! Żeby dolecieć z Ziemi na Księżyc w czasie krótszym niż kilka lat, rakiety muszą poruszać się z prędkością, którą trudno sobie wyobrazić!

Co właściwie leci w Kosmos?

Maszyny latające w Kosmos nazywamy popularnie raketami. Na pewno znacie taki obrazek: rakietę podparta rusztowaniem. Silniki zaczynają pracować, rusztowanie zostaje na ziemi, a rakietę właściwą, czyli statek kosmiczny wystrzelony zostaje w Kosmos.

Jak porusza się rakietę?

Żeby pokonać ogromne, kosmiczne odległości, rakietę musi mieć wielką siłę. Jeden zwykły silnik nie wystarczy. Rakietę mają nawet trzy silniki. A właściwie



są to zestawy silników (po kilka silników w każdym zestawie), które nie są odpalane jednocześnie, tylko po kolei. W ten sposób wytwarzana jest ogromna siła (tak zwany ciąg), która pcha, dźwiga raketę wysoko i daleko w Kosmos.

Czy rakietę się rozpada?

Po kosmicznej wyprawie rakietę nie wracają na Ziemię w takim samym stanie jak przy starcie. Czegoś im brakuje. Gubią pojemniki na paliwo – oczywiście te puste, po zużytych paliwie.

Jak szybko latają pojazdy kosmiczne?

Bardzo szybko! Z prędkością około 28 tysięcy kilometrów na godzinę! Potrzebne jest do tego mnóstwo paliwa, które pojazd kosmiczny unosi ze sobą.

Kto prowadzi statek kosmiczny?

Nie w każdym pojeździe kosmicznym jest kosmonauta. W niektórych statek kosmicznych są piloci, a niektóre (te bez załogi) sterowane są z Ziemi.

Alfabet dobrych manier



„N” – jak:

Nienawiść – to bardzo silne uczucie, które żyjemy wobec kogoś lub czegoś, często przy tym chcemy, aby tego kogoś spotkało coś złego. A przecież wszyscy znamy przysłowie: nie czyni drugiemu, co tobie niemiłe. Nie warto nienawidzić.

Niepowodzenie – zdarzają się każdemu, ale to absolutnie każdemu i to nieprawda, że jemu to zawsze szczęście dopisuje. Z niepowodzeniem trzeba walczyć i po prostu umieć przeżyć, najlepiej spokojnie, bez nerwów i wyrzutów, a szybko się o nim zapomni.

Nieróbstwo – to brzydka i haniebna cecha. Jeżeli zazdrościmy Olce, że ma dobre oceny, to zapracowała na nie; jeżeli zazdrościmy Romkowi fajnych butów, to jego rodzice zapracowali na to i on też. Jeżeli chcemy w życiu coś osiągnąć, to musimy o to się postarać. Nieróbstwem nie załatwimy nic!



W krainie śmiechów i chichotu

Lubicie się śmiać, prawda? To bardzo dobrze! Kto się śmieje



— jest zdrowszy i szczęśliwszy. Wakacje temu sprzyjają jak najbardziej. I proszę pamiętać, iż nie ma bardziej właściwego i tak długiego okresu, kiedy można się śmiać do woli. Ale...

Dlaczego śmiech to zdrowie?



Tata wrócił z pracy zdenerwowany i zmęczony. Na dodatek nie mógł otworzyć drzwi do domu, bo zapomniał klucza. Czekał na schodach do chwili, gdy mama i dzieciaki wrócili ze sklepu.

„Jak poprawić tacie humor?” – zastanawiała się Ada. Nie lubiła, kiedy tata się martwił. „Wiem! Opowiem mu kawal!”

– Tatku, wiesz, dlaczego kawka tak wysoko lata?

– Dlaczego?

– Żeby nikt jej nie wypił!

– Ha, ha, ha! – roześmiał się tata. I od razu poczuł się lepiej.

Śmiech:

- pomaga zapomnieć o zdenerwowaniu;
- rozładuje stres;



- powoduje, że lepiej nam się oddycha;
- jaśniej nam się myśli, bo do mózgu dociera więcej tlenu;
- serce szybciej bije, krew lepiej dociera do wszystkich części ciała.

Kto się śmieje

– rzadziej choruje

To prawda! Śmiejąc się, zmuszamy organizm do produkcji pewnej ważnej substancji – limfocytów T, która niszczy wirusy wywołujące choroby. Śmiecie się więc jak naj-

częściej – na zdrowie!

Podobno minuta śmiechu działa jak pół godziny odpoczynku i przedłuża życie o kilka minut.

Uśmiech na ładny wygląd



Kto wam się bardziej podoba – ponurak ze smutną miną czy roześmiany, pogodny człowiek? Oczywiście, że ten uśmiechnięty. Roześmiana buzia, kąciaki ust uniesione do góry sprawiają, że wyglądamy ładniej, radośniej i młodziej.

Śmiech jak trening

Czy wiecie, że podczas głośnego śmiechu na waszej twarzy pracuje aż 18 mięśni? Ale nie tylko mięśnie twarzy wtedy pracują. Także mięśnie brzucha. Podczas śmiania boli Was brzuch? Nic nie szkodzi. To znaczy, że zafundowaliście sobie niezły trening mięśni brzucha. Róbcie to częściej!



Hi-hi czy cha-cha?

Nie jest ważne, w jaki sposób się śmiejemy. Najważniejsze, byśmy robili to jak najczęściej. Śmiech świadczy o naszym radosnym usposobieniu, czyli o tym, że jesteśmy optymistami. A tacy ludzie są bardzo lubiani. Kiedy się śmiejemy, mniej się boimy i jesteśmy odważniejsi.

Kim jest optymista?

To człowiek, który z uśmiechem, pogodnie patrzy na świat. Nie znaczy to, że przykrości nigdy go nie spotykają. Spotykają! Jednakże zawsze potrafi dostrzec dobre strony życia, nie załamuje się. Wierzy, że warto być dobrym, miłym. Taki jest dla ludzi i dzięki temu jest bardzo lubiany.

Optymista to przeciwieństwo pesymisty.



Pokoloruj



ALE DOWCIP

Niedźwiedź złapał zająca. Zdenerwowany zając krzyczy:

– Puść mnie! Jak mnie zaraz nie puścisz i nie przeprosisz, to, to...

– To co?! – pyta niedźwiedź.

– To trudno...

Książka to najlepszy przyjaciel

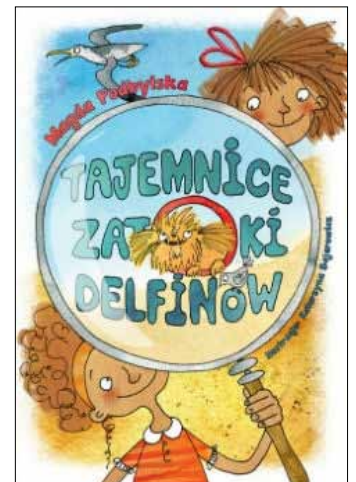
Tajemnice Zatoki Delfinów

Autorstwa Magdy Podbylskiej

Nie ma takiej tajemnicy, która ukryłaby się przed śledztwem małych detektywek!

Pasjonujące i zabawne przygody dwóch małych detektywek, które spędzając lato u cici, w Zatoce Delfinów, nieustannie natykają się na zagadkowe zdarzenia. Wszyscy w miasteczku znają dociekliwość i przenikliwość myślenia dziewczynek, chętnie więc dzielą się z nimi swoimi obserwacjami, gdy zachodzi coś niepokojącego – jak zniszczenia w ogródku, włamanie do sklepu z cera-

miką, a wreszcie zniknięcie New Yorka, ukochanego psa pani Hayley.



SPAUDOS,
RADIJO IR
TELEWIZIJOS
RĖMIMO
FONDAS

