



**Wydanie wrześniowe**



**EFS**  
Europejski Fundusz Społeczny



## KULINARIA

### Salatka owocowa pychotka

#### Składniki:

4 plastry ananasa z puszki  
 2 jabłka  
 2 pomarańcze  
 2 banany  
 cytryna  
 rodzynki(wcześniej namoczone najlepiej w alkoholu)  
 jogurt naturalny  
 bita śmietana

#### Sposób przyrządzenia:

Owoce umyć po czym pokroić w kostkę skropić sokiem z cytryny, dodać rodzynki. Wszystko wymieszać z sosem: (zmiksowany banan wymieszany z jogurtem naturalnym i 2 łyżkami cukru). Po wymieszaniu ozdobić z wierzchu bitą śmietaną i migdała  
**SMACZNEGO ☺**

### Porady fryzjerskie

Ładna, modna i odpowiednio dobrana fryzura to połowa sukcesu każdej eleganckiej i modnej kobiety. Nie każde uczesanie pasuje każdemu - i o tym należy zawsze pamiętać przy doborze odpowiedniej fryzury. Fryzura powinna być twarzowa - i to dosłownie! A zatem skorzystaj z naszych podpowiedzi, jak dobrać fryz do kształtu swojej twarzy. Będziesz wyglądać super!

Twarz trójkątna

- jeśli twoja buzia zwęża się ku dołowi, kości policzkowe ma dość wyraziste, brodę wystającą i wąską- to znaczy że jest trójkątna.  
 - jeśli planujesz samodzielne cięcie po umyciu i wysuszeniu włosów delikatnie wywinąć końcówki pastą stawiającą- a susząc czuprynę nawijaj końce pasm na okrągłą szczotkę- efekt piorunujący.

Do tego typu twarzy idealnie pasują:

- włosy półdługie;  
 - grzywka- ale tylko i wyłącznie postrzępiona i szczesana na bok;  
 - fryzura rozbudowana na dole lub przycięta na wysokości brody;

Unikaj:

- zbyt mocno przylizanych czupryn;  
 - ciężkich kosmetyków stylizujących;  
 - prostej, szerokiej grzywki;

Twarz owalna

Jeżeli masz twarz w kształcie symetrycznego owalu i zachowane idealne proporcje twarzy (wysokość czoła do nosa i podbródka), to jesteś w komfortowej sytuacji. Możesz sobie pozwolić właściwie na każdą fryzurę.

Powinnaś wziąć pod uwagę jedynie styl swojego ubioru. Jeżeli twój strój jest klasyczny, to dobrze będziesz wyglądać w koczku lub króciutkiej fryzurze. Jeśli preferujesz styl sportowy, doskonale będziesz wyglądać z burzą włosów na głowie.

## Z ŻYCIA SZKOŁY

Dnia 3 września rozpoczęliśmy nowy rok szkolny. Do naszej społeczności uczniowskiej dołączyło sześć klas pierwszych.

Klasa I A wz wychowawca Pan Dariusz Giedziun

Klasa I B wz wychowawca Pan Marcin Bator

Klasa I C wz wychowawca Pan Aleksander Karimow

Klasa I SP wychowawca Pan Bogusław Rokosz

Klasa I LP wychowawca Pani Janina Kaczmarek

Klasa I LU wychowawca Pani Barbara Zimna

Mamy nadzieję, że bardzo szybko się zaaklimatyzują.



Wraz z pierwszakiemi swoje rządy w szkole rozpoczyna Pani Dyrektor Regina Wąwoźna.

Cała społeczność uczniowska życzy nowej Pani Dyrektor samych pogodnych i słonecznych dni w swojej pracy zawodowej.

Pani Regina Wąwoźna pracowała przez wiele lat w naszej szkole jako nauczyciel historii. Zna szkołę jak własną kieszeń i na pewno zrobi wszystko aby szkoła miała swoją duszę.



## WIEŚCI SPORTOWE

W dniu 21.08.2007 odbyła się uroczysta Inauguracja Nowosolady. Młodzież szkół ponadgimnazjalnych powiatu nowosolskiego spotkała się po raz IX na stadionie Liceum Ogólnokształcącego, aby rozpocząć cykliczne zmagania sportowe. W uroczystości udział wzięli honorowi goście między innymi: pani starosta powiatu nowosolskiego Małgorzata Lachowicz – Murawska, członek Zarządu Powiatu Mirosław Olejniczak oraz dyrektorzy szkół. Zawody miały charakter zabawy. W tym dniu odbyły się następujące konkurencje:

- Wyścigi rzędów,
- Przeciąganie liny,
- Rzut piłką lekarską,
- Skoki przez skakankę,
- Bieg wahadłowy,

Dzięki pani dyrektor Reginie Wąwoźnej młodzież naszej szkoły mogła uczestniczyć w niezłej zabawie a zawodnicy mieli licznych kibiców. Jako jedyna z dyrektorów nowosolskich szkół ponadgimnazjalnych zwolniła uczniów wraz z opiekunami z zajęć lekcyjnych, aby mogli wziąć udział w Święcie Sportu Szkolnego.

Po podsumowaniu punktów okazało się, że w ogólnej punktacji zajęliśmy **III miejsce**. Oto zawodnicy, którzy reprezentowali naszą szkołę:

#### Dziewczeta:

Magdalena Maćkowiak  
 Monika Kaźmierczak  
 Ewa Fedorowicz  
 Małgorzata Bucholska  
 Barbara Wojciechowska  
 Weronika Pietrzak  
 Angelika Wiatrowska

#### Chłopcy:

Łukasz Stepien  
 Mateusz Zuterek  
 Sebastian Karniej  
 Robert Maćków  
 Maciej Gołąb  
 Krzysztof Chrapka  
 Gołąb Krzysztof

Opiekunami zawodników byli:

Danuta Leksyka  
 Leszek Świdzki  
 Dariusz Giedziun

Całą imprezę wspaniale poprowadził nauczyciel wychowania fizycznego naszej szkoły Aleksander Karimow, który zagrzewał zawodników do boju, a kibiców do dopingiu.