



Pokoloruj rysunek

STYCZEŃ

Nazwa miesiąca pochodzi od słowa stykać się, gdyż styka się rok stary z nowym. Według innych źródeł nazwa styczeń pochodzi od słowa stygnąć ze względu na panujące w tym miesiącu mrozy. Miesiąc ten zwano również godnikiem lub tycznikiem od tyk, które wykonywano zimą.

STYCZNIOWE PRZYSŁOWIA

Styczeń rok stary z nowym rokiem styka, kto w starym nie robił, ten w nowym utyka.

Nowy Rok jaki, cały rok taki.

Gdy w styczniu początek i koniec pogodny, rok będzie dobry i dorodny.

Bój się w styczniu wiosny, Bo marzec zazdrosny.

W styczniu grzmoty, częste słoty, wiatrów wały przez rok cały.

W styczniu leje, źle się dzieje.

Gdy styczeń burzliwy ze śniegami, lato burzliwe z deszczami.

Kiedy dni styczniowe zimne i jasne, rok będzie dobry, stodoły za ciasne.

Jeśli w styczniu mróz nie sroży, Katar i choroby mnoży.

Kiedy w styczniu rosną trawy, lipiec dla nas niełaskawy.

"Szczęśliwa Trzynastka" wydawana jest dzięki:



Tares Motor
ul. Sienkiewicza 135
tel. 015 823 60 62 Tbg



ul. Kopernika 32
tel. 015 8230148
Tarnobrzeg



ul. Okulickiego 16/26
Stalowa Wola
tel. (015) 842 48 68,
0506 138 791



www.goldengrupa.com
ul. Moniuszki 1
Tarnobrzeg, tel. 500 293 233



Miesięcznik ważnych i wesołych informacji Stowarzyszenia Przyjaciół Przedszkola nr 13 w Tarnobrzegu nr 11(13)

**21 STYCZEŃ
DZIEŃ BABEL**

**Z OKAZJI
DNIA BABCI I DZIADKA
MOJE ZYCZENIA
SKŁADA
PRZEDSZKOLAKÓW GROMADKA**

**22 STYCZEŃ
DZIEŃ DZIADKA**



Nowy konkurs - "Zima i ja"

Zapraszamy Dzieci i Rodziców do nowej zabawy "Szczęśliwej Trzynastki", która polegać będzie na zrobieniu zdjęć z dziećmi i zimą w rolach głównych! Zdjęcia w formie pliku i w formie papierowej należy dostarczyć do przedszkola do 26 lutego! 27 lutego zdjęcia zostaną opublikowane na Facebooku i od tego dnia do 5 marca będzie można na nie głosować przez kliknięcie "Lubię to!". Zdjęcie, które zdobędzie najwięcej "lajków" wygra! Ze zdjęć w formie papierowej zostanie przygotowana wystawa, którą będzie można zwiedzić w przedszkolu. **Zapraszamy do zabawy :)**

Gratulujemy wykonawcom rekordowych łańcuchów

Dziękujemy wszystkim Małym i Dużym uczestnikom poprzedniego konkursu na "Najdłuższy łańcuch choinkowy". Do konkursu zgłoszono aż 34 łańcuchy o łącznej długości 1313.93 m!!! Rekordowy łańcuch miał... 256,3 metra!!!

Sześciolatki z "Trzynastki" wystąpiły na deskach Tarnobrzeskiego Domu Kultury. 12 stycznia podczas 22. edycji koncertu charytatywnego "Wszystkie dzieci nasze są" grupa najstarszych dzieci zaprezentowała licznie zgromadzonej publiczności bajkę "O pingwinku wędrowniczku".

**„Bowień marzenia się spełniają,
wystarczy tylko w to wierzyć.
Szczęśliwi Ci, co cel swój mają,
życie ciekawiej mogą przeżyć”.**



Nagrodzeni i wyróżnieni



W grudniu rozstrzygnięto dwa miejskie konkursy, w których brały udział nasi mali artyści.

W konkursie na "Najpiękniejszą kartkę świąteczną" zorganizowanym przez Przedszkole nr 7 wyróżniono prace **Moniki Rawskiej** z 4-latków i **Karola Wojtali** z grupy 6-latków.

Z kolei w konkursie pod hasłem "Namaluj najpiękniejszą kołędę" trzecie miejsce otrzymał **Hubert Krajanowski**, a wyróżnienie zdobyła **Julia Żyguła**, oboje z 6-latków. Oczywiście gratulujemy!

Wydawca: Stowarzyszenie Przyjaciół Przedszkola nr 13 w Tarnobrzegu.
Redakcja: Agnieszka Wojas oraz rodzice Ani i Julii Ćwiękaty
www.przedszkole13.tarnobrzeg.pl
Http://www.facebook.com/Tarnobrzeka.Trzynastka

STYCZEŃ 2013

7 kroków do wzmocnienia ODPORNOŚCI DZIECKA

Twoje dziecko znów chorowało i dostawało antybiotyków? Co zrobić, by w tym sezonie nie musiało już brać kolejnego?

Oto sprawdzone rady!

Krok pierwszy - nie przegrzewaj

Pilnuj, by w domu nie było zbyt gorąco. Idealna temperatura to 19-20°C. Nie ubieraj malca za ciepło, gdy wychodzi na dwór. Najlepiej zakładaj dziecku kilka warstw ubrań. Pamiętaj, że dwulatek, który szaleje na śniegu, musi być lżej ubrany niż ty!

Krok drugi - dbaj o sen

Pamiętaj, że sen jest kilkulatkowi bardzo potrzebny to czas odpoczynku i regeneracji całego organizmu. Potrzebuje go również układ odpornościowy smyka.

Krok trzeci - spacerujcie

Jeśli jest słonecznie, malec może być zimą na dworze kilka godzin dziennie. Spacerujcie z dala od ulic, bo spaliny samochodowe niszczą nabłonek dróg oddechowych. A wówczas łatwo przenikają przez niego wirusy.

Krok czwarty - zmień mu dietę

Powinna być urozmaicona. Podawaj dziecku mięso, kasze, pieczywo, nabiał, owoce i warzywa i ryby! - są bogate w kwasy omega-3, które wzmacniają odporność, jogurty i kefiry z probiotykami.

Krok piąty - wyjeżdżajcie

Zimą najlepiej w góry. Wybieraj małe miejscowości, bez tłumy turystów. Koniecznie takie, które nie są położone w kotlinach, gdzie zbierają się wszelkie zanieczyszczenia. Na wyjazd z chorowitkiem polecamy Beskidy, Bieszczady, niższe partie Tatr.

Krok szósty - spróbuj wzmocnić

Jeśli malec często choruje, sama zmiana diety, spacer i wyjazdy mogą nie wystarczyć. Dziecko trzeba wzmocnić. Jeśli niedawno brało antybiotyk, to zniszczył on dobre bakterie, znajdujące się w przewodzie pokarmowym. Po to, by odbudować prawidłową florę bakteryjną, warto podać maluchowi probiotyki.

Krok siódmy - zaszczep dziecko

Jeżeli opisane sposoby wzmocnienia odporności nie przynoszą efektów, lekarz może zalecić silniejsze środki. Nie licząc jednak, że lekarz wypisze receptę na pigułkę zdrowia i malec z dnia na dzień przestanie chorować. Trzeba trochę czasu na wzmocnienie odporności.

Na podstawie artykułu dr n. med. Dariusza Gruszfelda, pediatry z Centrum Zdrowia Dziecka.



121 płyt ZA 1156 zł

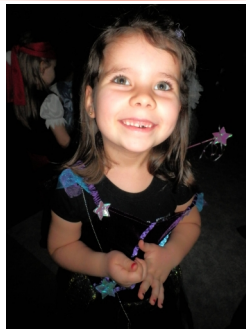
Wielki sukces akcji "Przedszkolaki z Trzynastki nagrywają Kolędy i pastorałki".

Stowarzyszenie Przyjaciół Przedszkola nr 13 składa ogromne podziękowania Dzieciom i Pracownikom placówki za piękną płytę, która w ponad 120 domach rozbrzmiewała podczas minionych świąt Bożego Narodzenia. Dziękujemy także wszystkim darczyńcom, którzy nabyli płytę. Dzięki Wam, Drodzy Przyjaciele naszego przedszkola, uzbieraliśmy 1156 zł na zakup nowej atrakcji do ogrodu przedszkolnego.

JESZCZE RAZ DZIĘKUJEMY!!!

Stowarzyszenie Przyjaciół Przedszkola nr 13 chce w tym roku zrealizować kolejne ciekawe pomysły i pozyskać na nie środki zewnętrzne. Zapraszamy do przystąpienia do Stowarzyszenia wszystkich Rodziców i opłacenia składek na rok 2013, która wynosi 20 zł. Kwotę tę można wpłacić na konto lub uiścić u skarbnika SPP13 pani Agnieszki Wojas.

Rekordowy łańcuch CHOINKOWY



W ogłoszonym w grudniu konkursie na najdłuższy łańcuch choinkowy Dzieci i Rodzice wykazali się ogromną pracowitością, i osiągnęli rekordowe wyniki!!

Absolutną rekordzistką i zdobywczynią I miejsca została 5-latką Olga Maciurzyńska z Rodziną, która wykonała łańcuch o długości 256,3 m.!!!

II miejsce zajął Kamilek Chochołek z Rodziną z grupy Pszczółek z wynikiem - 155 m, a trzecie **Wiktorka Groniek z Rodziną** z grupy Pszczółek - 116 m. Kolejne miejsca nagrodzone wyróżnieniami zdobyli: **Danielek Kasprzycki** - 87 m, **Gabriel Chwała** - 69,33 m i **Bartuś Gospodarczyk** - 67 m. Łączna długość wszystkich łańcuchów to 1313,93 metrów. Zwycięzcy otrzymali pamiątkowe dyplomy oraz nagrody od fundatora konkursu pana Zbigniewa Kokoszki z Firmy "Arkana".



Bal karnawałowy 2013



Z jasełkową kolędą wśród najbliższych

W grudniowy czas, w okresie świąt Bożego Narodzenia, dwie najstarsze grupy naszych przedszkolaków zaprezentowały kolegom i koleżankom, a także pracownikom "Trzynastki" i swoim najbliższym specjalnie przygotowane na ten czas występy jasełkowe.

Dzieci rozśpiewały zimowe przed i popołudnia kolędą i uczyniły ten wyjątkowy czas w roku niezwykle ciepłym i rodzinnym. Przy betlejemskim żłóbku rozbrzmiewały kolędy i pastorałki i wszystkim udzieliła się radość z przybycia Nowo Narodzonego Dzieciątka. Dziękujemy im za te wzruszające chwile.