

# *HVIEZDIČKA*

Jasná je HVIEZDIČKA,  
tá naša školička,  
keď sa ráno zobudím,  
odvedie ma tam mamička.

Mám rád (rada) HVIEZDIČKU,  
tú moju školičku,  
keď do nej chodievam,  
mám múdru hlavičku.

*S.MŠ Hviezdička Okružná 2471/131, Zvolen 960 01*



*Šk. rok: 2012/2013, 1. ročník, 2. číslo, (december, január, február)*

*Spracovanie a grafická úprava: Mgr. Michaela Dechová, Eleonóra Danielová*

*Autorky príspevkov: Mgr. Michaela Dechová, Eleonóra Danielová,*

*Bc. Veronika Bronišová, Marta Čerkaľová, Mgr. Janka Matejkinová*

*Zriaďovateľ a riaditeľka SMS Hviezdička: Jana Šalagová*



# HVIEZDIČKA cvičí

## IDEME DO LESA

**Ideme, ideme do lesa,**  
*(chôdza, dlhé kroky)*  
**zlámali sa nám kolesá,**  
*(chôdza v podrepe s predpažovaním a zapažovaním)*  
**ideme, ideme ako vlak,**  
*(poklus, predpažovať a skrčovať predpažmo)*  
**rýchlejšie letíme ako vták.**  
*(beh s upažením)*

*/Vhodné na zvýšenie pohyblivosti paží v určitom rytme. Striedanie chôdze s behom./*

## MEDVEĎ

**Spustím na zem predné labky,**  
**už aj skáčem t'apky, t'apky.**  
**Zhíkli všetci: „Chúd'a diet'a, zmenilo sa na medved'a,**  
**pozrite sa och – och, ako chodí po štyroch!“**

*(Chôdza v priestore v podrepe drepno.) /Precvičí sa obratnosť. Cvičenie dobre pôsobí na svalstvo celého tela./*

## ZAJKO

**Vzdychá zajko spoza voza,**  
*(stoj spojný, ruky vbok – úklony vpravo i ľavo)*  
**zas je zima, to je hrôza!**  
*(4-mi krokmi obrat o 360° s tleskaním pred telom)*  
**Udivený zazerá,**  
*(stoj spojný, paže voľne – úklony hlavou vpravo i ľavo)*  
**na zmrznuté jazerá.**  
*(upažiť a drobnými krokmi obrat o 360°)*

*/Zvýšenie pohyblivosti chrbtice a obratov./*

# Logopedické riekanky

## R

### **Krá, krá, krák**

Pri hrade je stará brána,  
kráka na nej čierna vrana,  
vrana kričí krá, krá, krák,  
letí k hradu čierny mrak.  
Mrak sa rúti nad bránou,  
je to krdel' havranov.

### **Račia prechádzka**

Rak rýpe v rákosí  
pri hrádzi za rosy.  
Z diery si ráčik  
pretiahol fráčik,  
na breh sa uberá,  
prejde sa zvečera.  
Krúti si fúzy,  
klepetá brúsi.

### **Ryba, rak**

Ryba, rak,  
neborák,  
keď uštipne,  
bude znak.

## L

### **Stíp**

Pozdĺž svahu blízko strže  
na lyžiach sa Lacko kíže.  
Z hĺbky snehu trčí stíp,  
kto tam zletí, zlomí kíb.

# K

## **Snehuliak**

Kopa snehu chlapcov láka, postavili snehuliaka.  
Miesto očí uhlíky, na kabáte gombíky.  
Bielučký je ako z múky, do okien sa díva z lúky.



# Nanukové rezy

## ***Prísady:***

Cesto: 5 vajec, 10 PL uvarenej studenej kávy, 30 dkg práškového cukru, 20 dkg hrubej múky /môže byť aj polohrubá/, 10 dkg mletých vlašských orechov, 1 prášok do pečiva

Plnka: 3 dcl mlieka, 1 zlatý klas /alebo 6 PL hl. múky/ ,2 žĺtky, 1 Palmarin alebo Hera, 25 dg práškového cukru, 1 vanilkový cukor

## ***POSTUP PRÍPRAVY:***

Žĺtky vymiešame s cukrom, postupne pridáme 10 PL kávy, múku, prášok do pečiva, orechy a nakoniec zľahka vmiešame tuhý sneh z bielkov. Vylejeme na vymastený a múkou vysypaný plech alebo papier na pečenie, pečieme cca 20 min., pri 180°C.

Na vychladnutý korpus, ktorý necháme v plechu, natrieme plnku.

Príprava plnky: Z mlieka, maizeny a žĺtkov uvaríme kašu, ktorú necháme vychladnúť. Zvlášť vymiešame maslo, cukor a vanilku, postupne pridáme kašu a vyšľaháme.

Polejeme čokoládou alebo posypeme hoblíkami z čokolády.

Zákusok pred podávaním necháme dobre vychladnúť, vtedy pripomína nanuk.

## **Pranostiky**

*Ak noc chladná je pred Michalom, tuhá zima príde cvalom. (Pranostiky - Jeseň)*

*Ak Nový rok pripadne na nedeľu, bude mierna zima. (Pranostiky - Zima)*

*Ak pripadne Nový rok na pondelok, veští to ostrú zimu. (Pranostiky - Zima)*

*Ak si robia veвериčky veľké zásoby orieškov, bude zima dlhá a tuhá. (Pranostiky - Zima)*

*Ak sú na Michala lastovičky tuná ešte, tak sa tuhej zimy, ľudia, viac netešte. (Pranostiky - Jeseň)*

*Ak sú v zime dlhé cencúle, urodí sa dlhý ľan. (Pranostiky - Zima)*

*Ako je teplo na sv. Jakuba, tak bude zima na Vianoce. (Pranostiky - Leto)*

*Čím je v zime hlbší sneh, tým vyššia bude d'atelina. (Pranostiky - Zima)*

*Január studený, marec teplý. (Pranostiky - Zima)*

*Jasná a tichá novoročná noc zvestuje nám dobrý rok. (Pranostiky - Zima)*

*Keď je druhého jasno, dlhá zima bude, ale keď nesneží, nie je jaro ďaleko. (Pranostiky - Zima)*

*Keď je január studený a mrazivý, poľu a ľuďom je priaznivý. (Pranostiky - Zima)*

*Keď má cibuľa málo šúp, bude slabá zima, keď má veľa šúp, bude tuhá zima. (Pranostiky - Zima)*

*Keď nie je zima v januári, bude v apríli a v máji. (Pranostiky - Zima)*

*Keď vlci a líšky v januári vyjú, to znamená tuhú zimu. (Pranostiky - Zima)*

*Koľko mračien na Jakuba, toľko snehu v zime. (Pranostiky - Leto)*

*Na sv. Hieronýma sťahuje sa už k nám zima. (Pranostiky - Jeseň)*

*Na sv. Valentína zima siliť sa počína. (Pranostiky - Zima)*

*Na Tri krále zima stále. (Pranostiky - Zima)*

*Svätý Mikuláš daždivý zime sa ešte protiví. (Pranostiky - Zima)*

*Zima bohatá na sneh predpovedá rok bohatý na chlieb. (Pranostiky - Zima)*





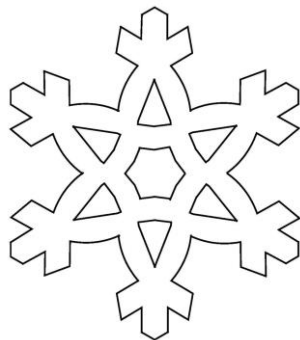
# *RIEKANKOVO a PESNIČKOVO*

## **Jedlička**

Tam rástla štíhla jedlička,  
kde šumel hustý háj,  
či kvitol kvet, či padal sneh,  
vždy bola zelená.

Jej metelica nôtila  
do sníčkov často krát  
a mráz ju snehom vykrúcal,  
by nezamrzla snád'.

A zajko bojko ušatý  
si skákal rád pod ňou  
a kde-tu zlostný sivý vlk sa mihol šištinou.



## *Padá sniežik*

*Padá sniežik bielučký,  
na polia i na lúčky,  
na záhrady, na lesy,  
vtáčik malý kdeže si?*

*Tu na dvore bývam,  
pod strechou sa skrývam,  
zima mi je chuchuchu,  
vám teplúčko v kožuchu.*

*Neboj sa ty vtáčatko,  
každé dobré dieťaťatko,  
postará sa o teba,  
dá ti zrna aj chleba.*



## *Sniežik sa nám chumelí*

*Sniežik sa nám chumelí,*

*zima je zimička,*

*polia, lúky vybieli,*

*zapadne cestička.*

*Zakry svojou perinkou*

*celý kraj náš milý,*

*veď sme sa už na teba*

*tak veľmi tešili.*

*Padaj sniežik, padaj nám,*

*tešia sa ti deti,*

*naša pieseň radostná*

*v ústrety ti letí.*



## Vrabc

*Sedí vrabc na strome,*

*od zimy ho trasie,*

*teší sa, že deti mu*

*priniesli dnes šťastie...*

*Do krmidla vsypali*

*zopár zrn a mak,*

*rád si na nich pochutí*

*v zime každý vták.*

## Sneží

*Sneží, sneží, z neba padá*

*mnoho vločiek bielučkých.*

*Mamka svoje dieťa hladí,*

*sneh mu dáva do rúčky...*

*Perina je ľahká, biela,*

*ticho padá na lúky.*

*Natiahni dlaň, nechaj padat'*

*zimnú krásu na ruky...*

## **Najčastejšie detské ochorenia v zimnom období**

V detskom veku sa vyskytujú častejšie akútne ochorenia ako chronické na rozdiel od veku dospelého. Práve z tohto dôvodu primárna starostlivosť v Slovenskej republike je rozdelená pre všeobecného lekára pre deti a dorast a pre všeobecného lekára pre dospelých. Pediater sa viac venuje akútnym ochoreniam a prevencii, lekár pre dospelých skôr ochoreniam chronickým. Prečo sú deti častejšie akútne choré?

U detí sa imunita iba vyvíja. Bunková imunita do veku 3 rokov, protilátková imunita do 15 rokov. V tomto smere má nenahraditeľný význam kojenie. Matka prostredníctvom materského mlieka dáva dieťaťu hotové protilátky podľa ochorení, ktoré ona prekonala a dieťa je na začiatku života takto chránené. Žiadne sušené mlieka protilátky nemajú. Okolo štvrtého mesiaca sa veľmi pomaly začína imunita vyvíjať. Tento prirodzený vývoj môže byť narušený rôznymi toxínmi. Sú to napr. rôzne mikroorganizmy/ vírusy, baktérie, plesne, prvoky, parazity/ útočiace v nadmernej miere, nevhodná strava, psychická nepohoda...Taktiež imunitu narúša opakované užívanie antibiotík. V detskom veku prevažná časť zápalových ochorení hlavne dýchacích ciest je vírusového pôvodu. A na tie antibiotiká netreba. Stačí liečba tzv. symptomatická t.j. podľa príznakov. Pri teplote nad 38 st. C lieky na teplotu, na kašeľ podľa jeho charakteru buď na potlačenie kašľa, alebo na vykašliavanie. Dôležité je práve v začiatku vírusového ochorenia aktivovať obranné mechanizmy. Na to sú tiež veľmi úspešne homeopatiká. Antibiotiká je treba použiť buď pri komplikácii vírusového ochorenia alebo pri akútnom bakteriálnom ochorení. Odlíšiť tieto 2 typy ochorenia je skutočne lekárske umenie. V detskej ambulancii sa najčastejšie vyskytujú zápalové ochorenia dýchacích ciest. K nim patrí bežná nádcha, zápal mandlí, zápal hlasiviek, dutín, stredného ucha, priedušnice, priedušiek a pľúc. Zápal dutín, stredného ucha, priedušiek a pľúc sú často komplikácia neliečených prechladnutí alebo chrípky. Chrípka je jeden z

najobávanejších , najagresívnejších vírusov. Z histórie poznáme katastrofálne následky chrípkových epidémií. Určiť, či sa jedná o vírus chrípky alebo iný druh nie je jednoduché. Na lepšiu orientáciu sú zhrnuté príznaky chrípky a prechladnutia v tabuľke. Prechladnutie trvá kratšie ako chrípka, telesná teplota je len mierne zvýšená, pri chrípke je horúčka s triaškou. Chrípka je charakterizovaná výraznejšími celkovými príznakmi ako bolesti kĺbov, svalov, celková malátnosť. Chrípka vzniká náhle, prechladnutie pomaly. Výtok z nosa je skôr pri prechladnutí ako aj bolesť hrdla. Bežné prechladnutie vyliedime skôr ako chrípku. Z dôvodu zabránenia vzniku komplikácií je nevyhnutné začať s liečbou pri prvých príznakoch ochorenia. Prečo? Aby nedošlo ku bakteriálnym komplikáciám, nakoľko vírus chrípky svojim pôsobením na sliznice dýchacích ciest umožňuje zlepšovanie rozmnožovania baktérií. Ako? Pokúsme sa to zhrnúť: Dôležitý je pokoj na lôžku. Dieťa neposielajme do školy. Potrebný je dostatočný príjem tekutín 2-3 litre denne na vyplavenie toxínov. Teda piť, piť, piť ... Bylinkové čaje/ baza, lipa, šípky/, neperlivá voda, ovocné šťavy riedené 2:1 s vodou. Sýtené vody sú nevhodné z dôvodu prekyslenia organizmu.

Prísun ovocia v množstve 1/2 kg denne pre zvýšené potreby C vitamínu a na aktiváciu reakcie imunitného systému. B vitamíny v prírodnej podobe na aktiváciu reakcie slizníc, prísun zinku taktiež ako pomoc zaťaženej imunity. Ak to všetko máme zabezpečené, nasleduje liečba symptomatická podľa príznakov. Pri dodržiavaní týchto zásad je veľká pravdepodobnosť skorého vyliedenia. Po chorobe ešte nie je vhodná nadmerná fyzická záťaž: cvičenie, športovanie. Obdobie rekonvalescencie trvá 3-5 dní, práve vtedy dochádza ku regenerácii organizmu. Nakoľko zápal dýchacích ciest sa prenášajú kvapôčkovou nákazou, pri vysokej chorobnosti a nízkej prevencii vznikajú epidémie. Inkubačná doba vzniku chrípky je aj niekoľko hodín až 2 dni . Zaujímavosťou je, že vírus chrípky sa udrží na kľučke dverí aj 3 hodiny. Aby sme predišli epidémiám, tu je niekoľko rád:

- udržiavať psychickú pohodu u seba a u detí ( dobrá psychika = dobrá imunita)
- racionálna strava s obmedzením živočíšnych tukov a zvýšeným prísunom rastlinných zložiek, hlavne ovocia a zeleniny/ človek má 32 zubov a len 4 sú na spracovanie živočíšnej potravy/
- správny pitný režim / 75% ľudského organizmu tvorí voda/
- očkovanie vybraných skupín obyvateľstva, prípadne homeopatická prevencia

### **Ako odlíšiť chrípku od prechladnutia?**

<i>Príznaky</i>	<i>Prechladnutie</i>	<i>Chrípka</i>
nástup príznakov	postupný	náhly
výtok z nosa	častý	zriedkavý
kýchanie	časté	zriedkavé
kašeľ	neskôr	od začiatku
bolesť hrdla	častá	niekedy
bolesť hlavy	niekedy	častá
bolesť kĺbov a svalov	mierna	častá
bolesť na hrudi	žiadna alebo mierna	častá
telesná teplota	mierne zvýšená	vysoká
zimnica	zriedkavá	od začiatku
doba pretrvávania	3-4 dni	6-7 dní



## Vianočné básničky, pesničky a hádanky

Von je zima, zima veľká.

Zamrzla mi podkolenka.

Za oknom nám tíško sneží,

-Aha, tamto Santa beží.-

Kúpil otec rybu,

dnes na svitaní.

Už si pekne pláva,

doma vo vani.

Sem - tam hodí chvostom,

sem - tam spraví čľup!

Len sa milá rybka,

len sa pekne kúp!



Kúpil otec rybu,  
veľkú ako hrom!  
Rybinou a sviatkom,  
vonia celý dom.  
Od rána sa stromček  
v izbe ligoce,  
kúpil otec rybu, budú Vianoce.

Keď si zima  
bielym šalom  
hrdlo omoce.  
Do okien nám  
pozerajú biele Vianoce.

Biele vločky,  
biele zvonce,  
biela chladná noc.

U nás zima  
začína sa  
iba od Vianoc.

Keď sa nám  
po mrazivom dni  
náhle zvečeri.  
Uzimený mesiac zaspí  
v bielom páperí.

Vzduchom pláva prvá vločka  
ako páperie.

Ten, kto čakal, dnes sa dočká  
Štedrý večer je.

Na sviatočnom stole svietia  
oblátky a med.

"Pokoj ľuďom dobrej vôle!"  
Krajšej chvíle niet.

### Čo je to?

Zo strechy sa na nás smeje

a keď slnko zasvieti,

už ho nie je.

Veľmi má rád mráz,

háďaj tisíc ráz.

Čo je to? (cencúľ)



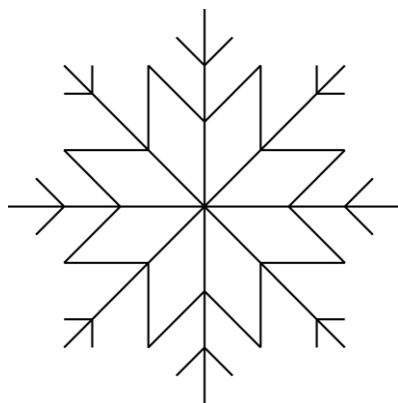
**Čo je to?**

Padajú potíšku,

spadnú na líšku.

Už je z nich biely kraj,

čo je to? Premýšľaj. (snehové vločky)



## *Vianočné zvyky a tradície na Slovensku*

**Vianoce.** Tieto najväčšie a najkrajšie kresťanské sviatky v roku sa slávia v mnohých krajinách po celom svete. Ľudové zvyky a tradície, ktoré sú s nimi spojené, sa líšia od národa k národu a sú veľmi rozmanité.

Na Slovensku sa na Vianoce, sviatky narodenia Ježiša Krista, pripravujeme už štyri týždne dopredu. Počas tohto obdobia nazývaného Advent, ktoré nám v sebe nesie posolstvo očakávania príchodu malého Ježiška, ľudia chodia do kostola, kupujú či pripravujú darčeky pre svojich blízkych, ozdobujú si svoje príbytky dekoráciami. Svoje nezastupiteľné miesto má adventný veniec, často krát z čečiny, ktorý je ozdobený štyrmi sviecami zodpovedajúcimi počtu adventných nediel. Umocňuje vianočnú atmosféru v období pred Štedrým dňom, či už je umiestnený v byte na stole alebo zavesený na dverách. Je znamením nádeje a holdom tomu, ktorý prichádza.

U detí je veľmi obľúbený adventný kalendár, ktorý prináša radosť a iskričky v očkách každý deň od 1. decembra, kedy si otvoria prvé okienko a nájdu v ňom nejakú tú dobrôtku.

**Sviatok sv. Mikuláša** (6. decembra) obľubujú najmä deti, ktoré počítajú dni a noci, kedy od neho do svojich vyleštených čižmičiek dostanú množstvo sladkých darčiekov. Tie si však musia pripraviť už v podvečer predchádzajúceho dňa a dať si ich vyčistené do obloka, aby si v nich ráno našli očakávané dobroty, či iné milé prekvapenie. U nás je Mikuláš známy ako bielovlasý deduško s veľkou bradou v červenom kabáte a zvykne chodiť spolu s anjelom a čertom, ktorí mu pomáhajú rozdávať darčeky či „čertovské“ odmeny.

**13. december** je ďalším zaujímavým dňom v predvianočnom období. Sviatok Lucie patrí do série tzv. stridzích dní, ktoré predchádzajú Vianociam. Trvali od Kataríny (25. novembra) do Tomáša (21. decembra). Viazali sa tiež na Ondreja (30. novembra), Barboru (4. decembra), Mikuláša (6. decembra) a Luciu (13. decembra). Ľudia verili, že v tento deň môžu strigy aj uvidieť. Podľa najznámejšej ľúbostnej veštby si na Luciu dievčatá pripravili trinásť lístočkov. Na dvanásť z nich napísali rôzne mužské mená, pričom posledný trinásť zostal prázdny. Lístočky poskrúcali a postupne, počas nasledujúcich dní ich po jednom zničili (pálili). Predposledný lístok spálili na Štedrý deň ráno, a posledný otvorili večer. Meno, ktoré na ňom bolo napísané, malo byť menom budúceho manžela. Ak zostal posledný lístok prázdny, budúci rok sa dievčina ešte vydať nemala.

**24. decembra, na Štedrý deň**, na Slovensku začíname sláviť Vianoce. Na východnom a čiastočne aj na strednom Slovensku sa tento deň nazýva aj “vilija” alebo “vigilija”, odvodený od latinského “vigília”, čo znamená predvečer sviatku. Najväčším sviatkom Vianoc je 1. sviatok vianočný (25. decembra) – deň Kristovho narodenia, i keď história nevie presne určiť, kedy sa naozaj narodil. Na Štedrý deň sa zvykne držať pôst, ktorý končí východom prvej hviezdy. Deťom sa vravelo, že ak vydržia do večere nič nejst', uvidia zlatú hviezdu alebo zlaté prasiatko. Kým deti chystajú vianočný stromček, gazdinky pečú, varia a chystajú rôzne dobroty na štedrovečerný stôl. Medovníčky či iné koláče majú už napečené niekoľko dní dopredu. Jedlá, ktoré sa podávajú sa líšia podľa zvykov a tradícií v rôznych regiónoch Slovenska. Spravidla však na bohato prestretom štedrovečernom stole nesmie chýbať chlieb, cesnak, med, oblátky, kapustnica, ryba, zemiakový šalát, opekance (pupáky, bobaľky), koláče, ovocie. Po večeri sa spievajú koledy, rozbaľujú vianočné darčeky, na ktoré sa nielen deti veľmi tešia. Mnoho ľudí sa zúčastňuje polnočnej omše, aby oslávili narodenie Ježiša Krista a zaspievali si najkrajšiu vianočnú

pieseň „Tichá noc, svätá noc“. 25. decembra a 26. decembra rodiny často zostávajú spolu.

**Fašiangové obdobie** sa začína už v čase od Troch Kráľov a trvá do popolcovej stredy. Je obdobím prechodu od zimy k jari.

Fašiangy sú pôvodne pohanská slávnosť zasvätená bôžikovi vína a nestriednosti Bakchovi alebo Liberovi. Tieto oslavy nazývame Bakchanália alebo tiež Liberália. Ich účelom bolo oslobodiť človeka od starostí všedného života. Konali sa hlavne na vidieku. Roľníci sa zabávali všakovakými žartmi a tváre mali zakryté maskami, ktoré zhotovovali z kôry stromov. V tento deň sa jedli koláče poliate medom. Lebo Bakchove dary mali byť sladké.

Fašiangami sa končili priadky a začínalo obdobie tkania.

Vo fašiangovom období bolo na hospodárstve trocha menej práce. Počas fašiangov sa organizovali zabíjačky, zábavy a veľa svadiieb. Ľudia sa obliekali do masiek, ktoré okrem zábavnej funkcie mali aj ochranný význam a mali chrániť proti pôsobeniu negatívnych síl, mali zabezpečiť úrodný rok a plodnosť hospodárskych zvierat.

Fašiangy sa oslavovali hravosťou. Neboli žiadne predpisy, žiadne tresty, spytovanie svedomia, žiadne pôsty. Naopak z komôr zmizlo veľa mäsa, veľa pitia. Každú nedeľu sa konali tanečné zábavy alebo bály.

Mládenci poobliekaní do masiek sa v poslednú fašiangovú nedeľu vydávali na obchôdzku z domu do domu. Okrem preobliekania sa za druhých sa zaužívalo aj zosmiešňovanie samých seba, preto boli typické zoomorfne masky (turoň, koza, medveď). Za odmenu dostávali slaninu, klobásu, vajíčka, koláče a samozrejme aj vypiť. Praženicu väčšinou pripravovala richtárka, potom sa začínala zábava, na ktorej boli aj šišky, karamel, závin, huspenina... K typickému jedlu patrili smažené šišky - pampúšky a fánky. Vyvrcholenie fašiangových sviatkov bolo vo fašiangový utorok - posledná muzika

spojená s pochovávaním basy. Pri tomto symbolickom pohrebe miestni občania v prestrojení za farára, organistu, kostolníka uskutočnili obrad, pri ktorom bolo veľa plaču, smiechu a zábavy všetkých prítomných. V mestách sa zase v čase fašiangov okrem tanečných zábav a plesov konali rôzne sprievody remeselníckych cechov, súťažné hry, prijímanie učňov za tovarišov. Keďže sa zábavy konali u majstrov, žiadna z ich dcér nesmela zostať na ocot.



*Výroky detí:*

- **Učiteľka Ajuška, Aljuška (Martuška)**
- **Pani učiteľka, ste celá oblečená do bieleho, veď Vy ste taká ozajstná snehová vločka.**
- **Mikuláš je taký starý dedko, ktorý býva v chatke.**
- **Mne tie soplíky stále tečú, vôbec ma neposlúchajú.**
- **Kde si, učiteľka Venorika? (Veronika)**
- **Ahoj, učiteľka Miska (učiteľka Miška)**
- **V škôlke je lepšie než doma, rodičia sa nechcú hrať, stále len upratujú, upratujú a upratujú. Ja neviem, prečo toľko upratujú.**
- **Čert Mikuláša čakal v aute.**
- **Mikuláš príde na saniach zajtra, ja som prišiel dnes.**
- **Po každej polievočke vyrastieme o dva centimetre.**
- **Pani učiteľka, dáte si kávu? S kofeínom, či bez? Viete, ak by sa Vám chcelo, tak by ste mi mohli urobiť tiež, ale bezkofeínovú, celkom rada by som si teraz dala.**
- **Okolo nás je všade vzduch, úplne všade, na celučičkej zemeguli.**



# OMALOVÁNKY





