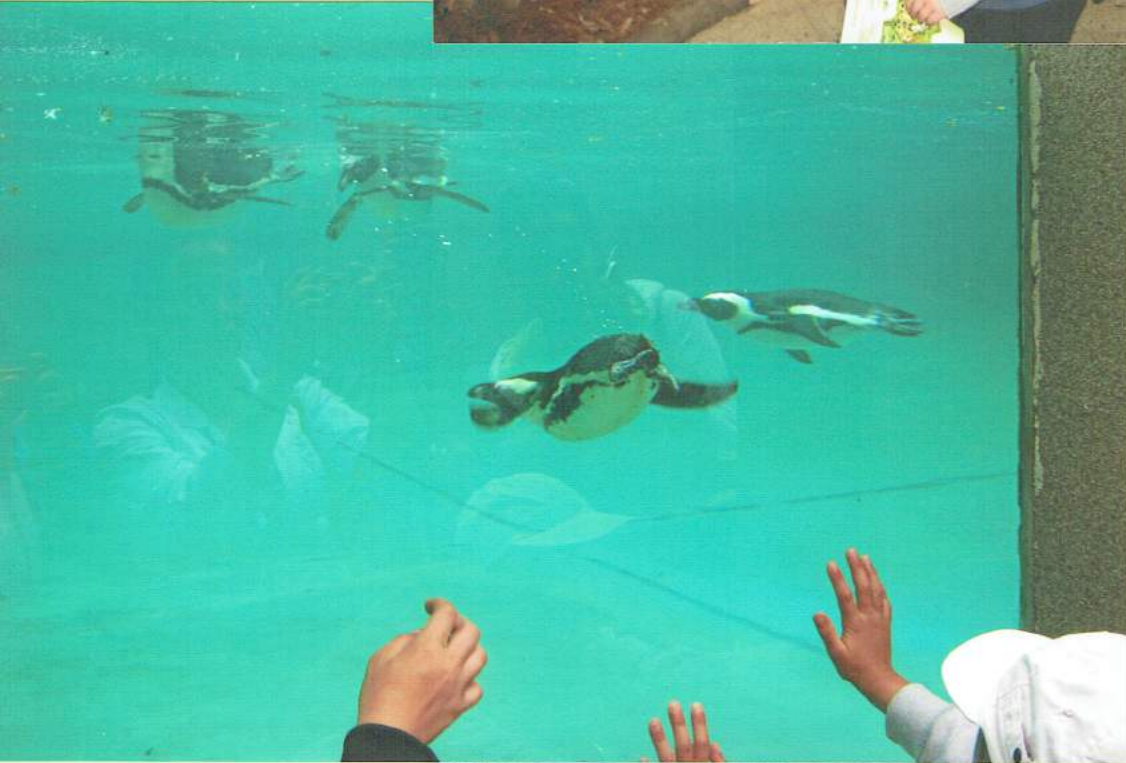
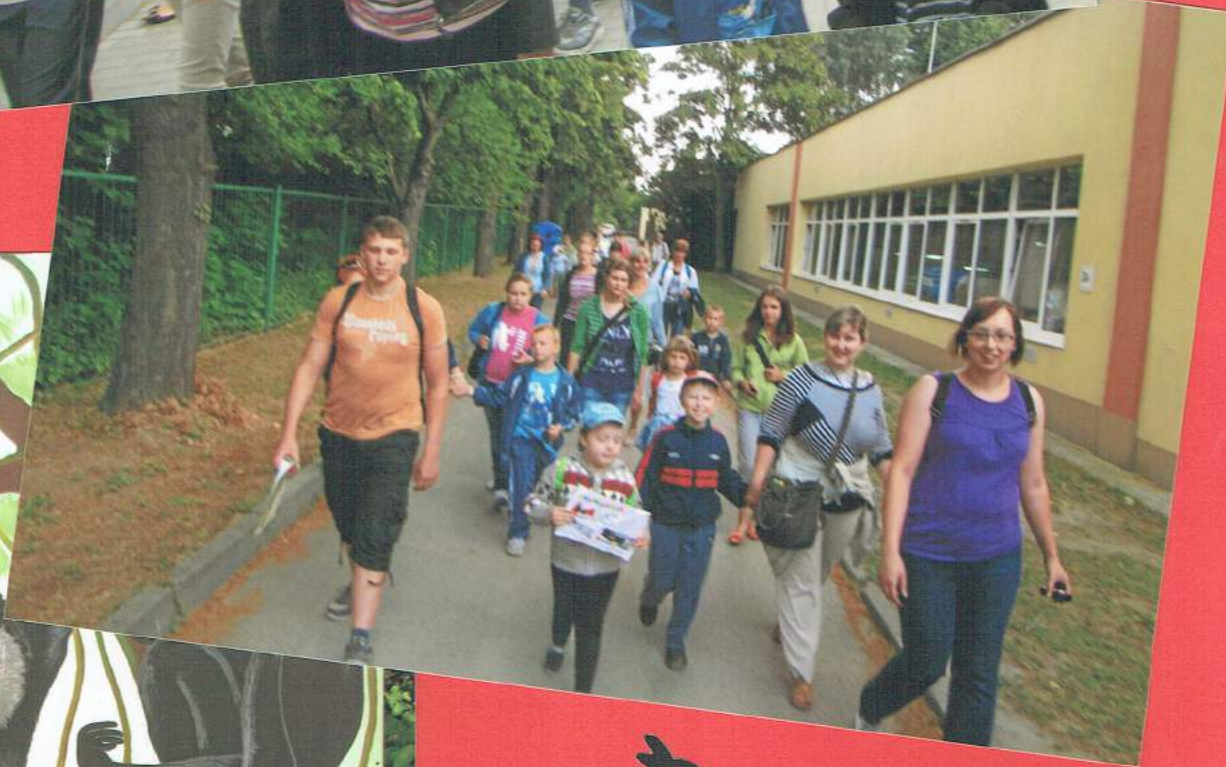


BYLIŚMY W PŁOCKIM ZOO

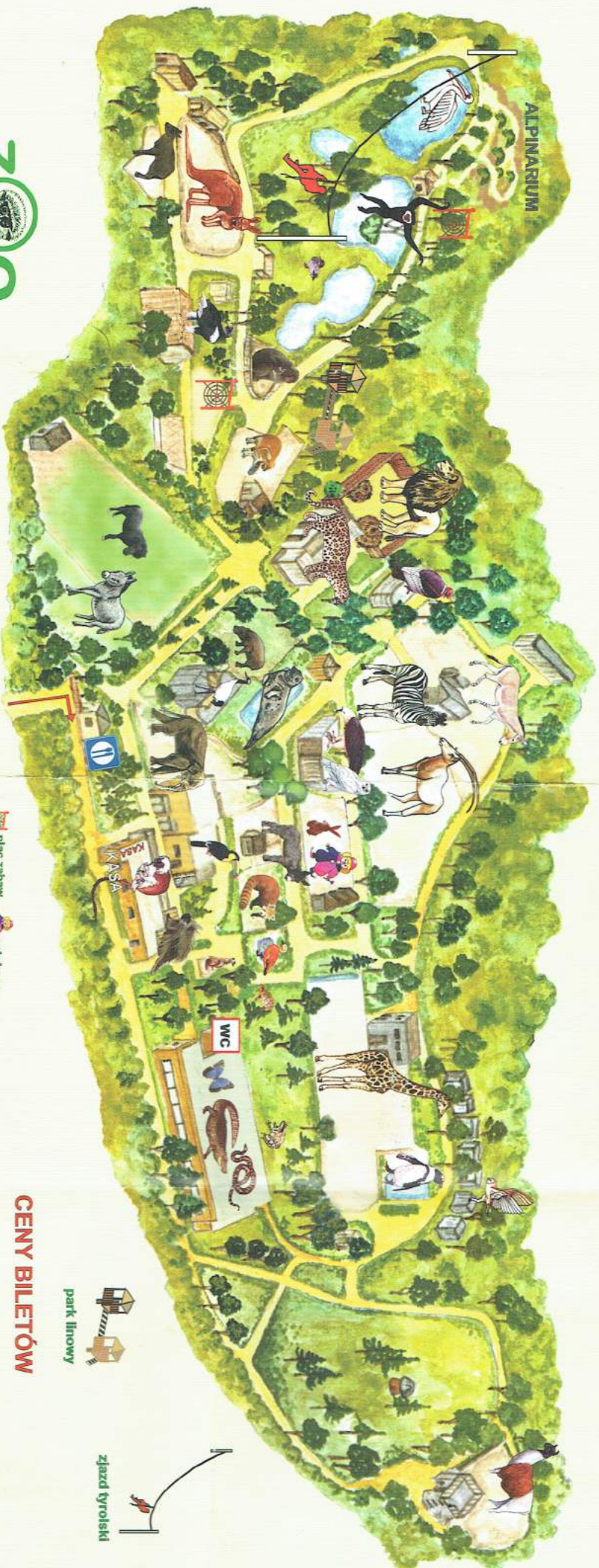
W piątek 12 lipca 2013 roku Iskierkowa rodzinka w ramach realizacji programu "Pies, nasz przyjaciel, nasz pupil, nasz herb" odwiedziła Miejskie Zoo w Płocku. Podopieczni z wielkim zainteresowaniem podziwiali egzotyczne zwierzęta, takie jak lew, lama, lampart, pingwiny, stoń surykatki, mandarynka, aligator, kukabura i wiele innych.







PLAN PŁOCKIEGO ZOO



MIEJSKI OGRÓD ZOOLOGICZNY

09-402 Płock ul. Norbertańska 2,
tel +48 24 366-05-11, fax +48 24 366-05-13

ZAADOPTUJ swoje ulubione zwierzę w ZOO
pokrywając jego koszty utrzymania.
w zamian za to oferujemy Ci reklamę
na terenie naszego Ogrodu.
kontakt: **24 366 05 18, 366 05 17**

CENY BILETÓW

BILET PODSTAWOWY	- 8 zł.
BILET ULGOWY	- 6 zł.
BILET ZBIOROWY	- 5 zł.
BILET DO MINI ZOO	- 1 zł.
PORCJA KARMY W MINI ZOO	- 2 zł.

NIE PRZEGAPI!

- * soboty i niedziele godz. 12.00 - pokaz zwierząt terrarystycznych (Pawilon Herpetarium)
- * codziennie godz. 13.00 - pokaz karmienia fok
- * codziennie godz. 14.00 - pokaz karmienia pingwinów

**ZOO jest czynne codziennie od godz. 9.00
o każdej porze roku.**

NASZE AKTYWNE WAKACJE

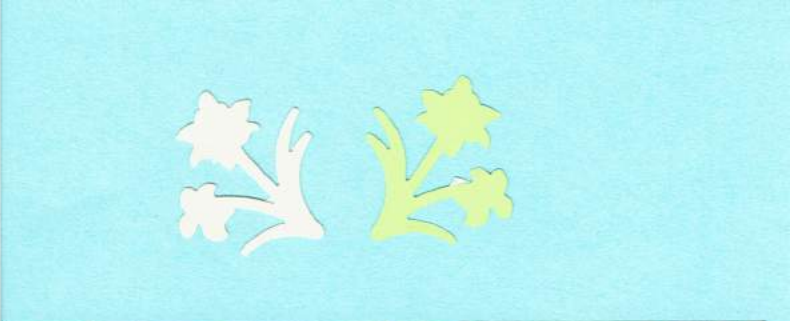












W FOTOGRAFICZNYM SKRÓCIE "Unisłavia" Nr 7
Sierpień 2013



Podczas wakacji podopieczni Stowarzyszenia na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „Iskierka” odkrywają smaki polskiej kuchni, wypiekają ciasteczka i wesoło spędzają czas, dzięki realizacji programu „Wakacyjne warsztaty kulinarne – smaki dań, potraw i wypieków”. Realizacja programu możliwa jest dzięki dotacji z Urzędu Marszałkowskiego, Urzędu Gminy oraz wsparciu wielu prywatnych przedsiębiorców i instytucji lokalnych.



Lubią obierać, kroić, siekać i mieszać, bo dzięki temu czują się odpowiedzialni i ważni. Mowa o podopiecznych unisławskiego stowarzyszenia Iskietka, którzy podczas warsztatów kulinarnych czują się jak ryby w wodzie. Młodych adeptów sztuki kulinarnej odwiedziliśmy, gdy przygotowywali grillowane smakotyki



Podopieczni unisławskiej Iskietki uwielbiają gotować i piec, a jeszcze bardziej – smakować swoje dzieła

Zajęcia dla młodzieży ze Słowaczyszenia Na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „Iskietka” prowadzi Katarzyna Błażejczyk. – Staram się, by przygotowywane posiłki były proste

– zaznacza pani Kasia. – Piekliśmy już ciasta oraz kruche ciasteczka dla wszystkich uczestników przed wyjazdem do zoo. Kisiliśmy także ogórki, bo gdy się schłodzą, w planach mamy zupę ogórkową – zapowiada.

Pani Ania, która każdą potrawę dokumentuje przy pomocy aparatu fotograficznego, zdradza, że na przedostatnich zajęciach tematem przewodnim była pizza. – Okazała się prawdziwym hitem, wyszła przepyszna – zachwala.

W najbliższym czasie młodzi zmierzają się też z faworkami, które bardzo lubi pan Janek, szef Iskietki.

Młodzi już nie mogą się doczekać. – Lubię przychodzić na takie zajęcia, bo zawsze jestem za coś odpowiedzialna, na przykład dzisiąją za krojenie – przyznaje Iza. Malwiha dodaje, że lubi pomagać, smakować, a najbardziej przygotowywać sałatki, natomiast Michalina przychodzi na zajęcia, bo zawsze uczy się czegoś nowego i ciekawego.

Nie mniej aktywni są też chłopy. Tomasz i Stawek dzielnie kroją, obierają i nie mogą doczekać się efektu końcowego oraz degustacji.

– Nasi podopieczni dzięki tym zajęciom nabywają nowych kompetencji i wyrabiają zaradność życiową, uczą się samodzielności oraz wzmacniają poczucie własnej wartości i wiary we własne możliwości – wymienia Jan Michalowski, prezes Iskietki. – Wszyscy starają się bardziej aktywni, poza tym dni tracą swoją nijakosć, a zyskują ciekawość – podkreśla.

Spokanie, w którym udało nam się uczestniczyć, przebiegało pod znakiem grillowania – były kiełbaski, ziemniaki, cukinie, chleb oraz wspinał się sateńki.

Przepisami na dwie z nich młodzież zgodziła się z nami podzielić:

Makaronowe szaleństwo

Do przygotowania sałatki makaronowej będziesz potrzebować: 50 dag makaronu typu świderki lub kokardki, 90 dag kapsuły pekińskijskiej, 30 dag szynki, 70 dag korniszonów, 70 dag czertowej papryki, 150 g jogurtu naturalnego, majonez, zapiek czosnku oraz sól i pieprz do smaku.

Makaron gotujemy według przepisu na opakowaniu i studzimy. Kapsułę kroimy w paski, a szynkę, paprykę i ogórki – w kostkę. Składniki przekładamy do dużej miski, dodajemy jogurt, majonez, doprawiamy solą i pieprzem do smaku, a następnie dokładnie mieszamy.

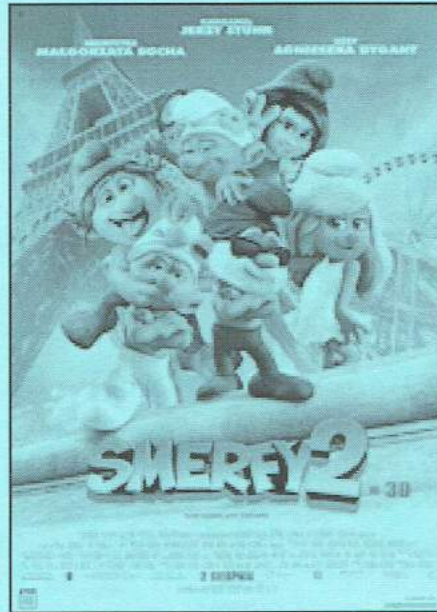
Ryżowa pokusa

Druga propozycja to sałatka z kurczakiem i ryżem. Wykorzystamy do niej: paczkę ryżu, 6 jajek, 2 podwojone pierśi kurczaka, puszkę ananasa, majonez, sól i pieprz do smaku.

W wodzie doprawionej solą i pieprzem, ewentualnie przyprawą warzywną, gotujemy kurczaka. W osobnym garnku gotujemy ryż. Ugotowane mięso studzimy i kroimy w kostkę. Ostudzić trzeba też ryż, który mieszamy z kurczakiem. Następnie dodajemy pokrojone na mniejsze kawałki plastry ananasa oraz ugotowane na twardo i posiekane jajka. Składniki mieszamy i doprawiamy, a następnie dodajemy majonez. ■ MW



BYLIŚMY W KINIE



TURBO

