

# ŚWIETLICOWO

## DZIECI W OBLICZU WOJNY

Codziennie docierają do nas informacje dotyczące wojny na Ukrainie. Przerazające obrazy na długo zapadają nam w serca i pamięć.



Dzieci również słyszą co się dzieje na świecie, widzą okrutne obrazki w telewizji, są świadome, że dzieje się coś złego. Rolą dorosłych jest przeprowadzić ich przez piętrzące się pytanie, niezrozumienie sytuacji i strach jaki towarzyszy bezsilności. Trzeba nazywać emocje. Komunikaty powinny być rzeczowe: Boicie się? Ja się boję. Złóściecie się? Ja się złoścę. Wspierające jest podzielenie się, że i my doświadczamy trudnych emocji. „Widzę, że się boisz. Kiedy słyszymy o wojnie czujemy strach. To rozumiem. Ja też się boję, ale jestem przy Tobie, nie martw się”.

W trudnym czasie dorośli powinni wykazać się spostrzegawczością, reagować na zmienne zachowania dzieci. Pod tzw. „zmiennym” zachowaniem, przeważnie kryje się cierpienie myśli, emocje, doświadczenia, z którymi dziecko nie może sobie poradzić. Jeżeli obserwujemy nowe, niepokojące zachowanie u dziecka warto nazwać to, co widzimy oraz okazać empatię i troskę.

W Środowiskowej Świetlicy Socjoterapeutycznej w Świlczy odbyły się warsztaty plastyczne, które poprzedziły rozmowy na temat wojny na Ukrainie. Dzieci zadawały pytania, opowiadały usłyszane historie, mówiły o swoim strachu. Odpowiedzi były zgodne z rzeczywistością: „Na ten moment Putin zaatakował Ukrainę. Nie ma żadnych informacji mówiących o tym, że chce zaatakować Polskę”.

**1 marca 2022 r.** dzieci przygotowały dla Dzieci z Ukrainy laurki. Był to spontaniczny dar serca. Z wielkim zaangażowaniem wykonywały prace, tak aby wyrazić w nich swoje wsparcie oraz zrozumienie dla bardzo trudnej sytuacji. Warsztaty dały możliwość odreagowania przeżywanych emocji.

Uczestnicy zajęć świetlicowych dostarczyli kartki do Ochotniczej Straży Pożarnej w Świlczy, gdzie zostali zapewnieni, iż prace te dotrą do Uchodźców wraz z darami od mieszkańców naszego sołectwa.

Nasza akcja dała dzieciom ukojenie rozkołatanych myśli, ale także poczucie, iż ich czyn się liczy, że oni też mogą coś dla Ukrainy zrobić. Na początku kwietnia w naszej placówce odbyły się warsztaty wykonywania biżuterii. Tym razem na prośbę wolontariuszki zaangażowanej w pomoc uchodźcom – pani Krystyny Łobody, nasi uczestnicy wykonali ponad 20 bransoletek dla dzieci z Ukrainy. Bransoletki te zostaną dostarczone na Dworzec w Przemyślu, gdzie pozwolą obdarowanym na chwilę zapomnieć o tragedii jaką przyszło im przeżywać. Nasze działania wyciszają emocje, pozwalają realistycznie podejść do problemu, dają poczucie stabilizacji, a każdy z nas potrzebuje bezpieczeństwa. To podstawowa potrzeba każdego człowieka.



# Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Fotorelacja



# Z ŻYCIA ŚWIETLICY

## Turniej bilardowy

### I Turniej Bilardowy w Środowiskowej Świetlicy Socjoterapeutycznej w Świlczy za nami

Od dłuższego czasu uczestnicy zajęć Środowiskowej Świetlicy Socjoterapeutycznej w Świlczy szlifowali swoje umiejętności gry w bilard.

Pierwsza zasada naszych rozgrywek to zasada fair play. Tłumacząc za Wikipedią sprawiedliwa gra (ang. fair play) – norma wartości w sporcie. Jest wyrazem postawy reprezentowanej na boisku, gdzie zwycięstwo nie jest celem, który należy osiągnąć za wszelką cenę. Postawa ta cechuje się przestrzeganiem przepisów gry i odrzuceniem korzyści wynikających z błędów sędziego oraz różnego rodzaju oszustw sportowych. Sportowca przestrzegającego zasad **fair play** można poznać po godnym zachowaniu zarówno w wypadku zwycięstwa jak i porażki.

Dla przypomnienia „Ósemka” to popularny rodzaj gry w bilard dla dwóch graczy, z których każdy ma za zadanie wbijać bile swojego koloru do łuz, do których wcześniej zadeklarowało się w bicie. Rozróżnia się dwa rodzaje bil. Pełne, które w całości są pokryte farbą oraz połówki, które są pomalowane tylko w połowie. Aby odnieść zwycięstwo trzeba wbić wszystkie swoje bile przed konkurentem, a na koniec umieścić w zadeklarowanej przez siebie łuzie bilę czarną z numerem 8.

Wbicie tej bili w momencie, gdy na stole pozostają jeszcze inne bile danego zawodnika jest równoznaczne z przegraną. Zawodnik zanotuje porażkę również wtedy, gdy w ostatnim ruchu bila biała znajdzie się w łuzie po wbiciu bili czarnej. Jeśli zawodnik nie zadeklarowanej bili do oznaczonej przez siebie łuzi, to swoją turę rozpoczyna jego przeciwnik.

Nie bez znaczenia był również *look* gracza. Biała koszula, kamizelka, eleganckie spodnie i muszka lub krawat – to dewiza naszych uczestników w tych zawodach.

W I Turnieju Bilardowym w świetlicy na „zwycięskim pudle” stanęli:

**III miejsce – Kacper Tront**

**II miejsce – Wiktor Zdun**

**I miejsce – Wiktor Wojciechowski**

**Nagrodę dla najlepszej zawodniczki otrzymała Julia Litwin. Gratulujemy zwycięzcom!!!**



## Z ŻYCIA ŚWIETLICY

### Lekcja edukacyjna z Policjantem z Komendy Głównej Policji w Rzeszowie z wydziału do spraw Nieletnich

Lekcja edukacyjna w naszej placówce odbyła się **9 marca 2022**, przeprowadził ją pan Policjant z Komendy Głównej Policji w Rzeszowie z wydziału do spraw Nieletnich.

Tematy jakie zostały poruszone to:

- odpowiedzialność karna rodziców i opiekunów prawnych, a także dzieci;
- cyberprzemoc;
- analiza sankcji prawnych sprawców wandalizmu;



## Wizyta policjanta

- prawa nauczyciela, wychowawcy jako zawodów zaufania publicznego;
- kary jakie ponosić mogą dzieci, w tym środki wychowawcze i poprawcze.

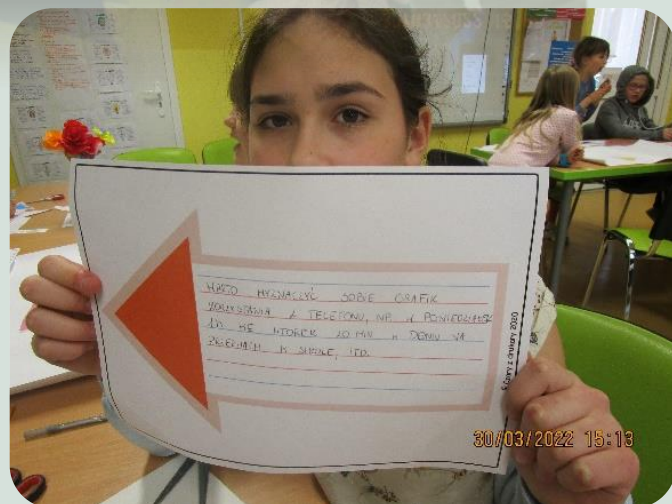
Uczestnicy zajęć słuchali z zainteresowaniem wykładu, sami również mieli wiele pytań dotyczących sytuacji jakie miały miejsce w szkole, w domu czy na placach zabaw.

Lekcja przyniosła wiele dobrego. Dała wiedzę i nowe spojrzenie na aspekt domniemanej bezkarności dzieci, a także bezpieczeństwa dzieci w domu, w szkole, w miejscach publicznych.



## Z ŻYCIA ŚWIETLICY

## OIK - warsztaty



# Z ŻYCIA ŚWIETLICY

# OIK - warsztaty

**Warsztaty o uzależnieniach behawioralnych z pracownikami Ośrodka Interwencji Kryzysowej z Górna w ramach współpracy z Centrum Inicjatyw Społecznych w Świlczy**

30 marca 2022 roku do Środowiskowej Świetlicy Socjoterapeutycznej w Świlczy przyjechały pracownice Ośrodka Interwencji Kryzysowej z Górna, aby przeprowadzić dwugodzinne warsztaty dla dzieci.

Celem warsztatów było uświadomienie uczestnikom zajęć, że oprócz uzależnień od środków psychoaktywnych są jeszcze uzależnienia behawioralne, czyli od pewnych czynności takich jak surfowanie po Internecie, po smartfonie, gry komputerowe, zakupy czy hazard.

Szybkie tempo życia, stres, problemy rodzinne, brak miłości, zrozumienia i akceptacji, a do tego niepowodzenia w szkole i odrzucenie ze strony rówieśników mogą spowodować, że naszym azylem stanie się Internet. Jesteśmy w nim anonimowi, „bezpieczni”, możemy tam kreować swój idealny świat.

Po to by przez chwilę poczuć się dobrze, ale chwila to za mało, więc coraz częściej uciekamy się do pewnych czynności, aż stają się naszym sposobem na życie.



Na zajęciach dzieci mogły zapoznać z pojęciem uzależnienia, rodzajami uzależnień i procesem uzależniania się, zostały przybliżone skutki fizyczne, psychiczne i społeczne uzależnienia. Dzieci wykonały planszę z konsekwencjami uzależnienia się od smartfonu. Podczas projekcji filmu „Nuggets” prowadząca pokazała uczestnikom krótką animację pokazującą proces uzależniania się. Efektem warsztatów było ustalenie kodeksu bezpiecznego korzystania ze smartfonu.

# E-uzależnienia dzieci i młodzieży

**Fonoholizm,**  
czyli naddożliwe używanie smartfona, jest na liście coraz bardziej powszechnych uzależnień behawioralnych.

**Używanie**  
telefonu komórkowego w czasie jazdy samochodem jest przyczyną co czwartego wypadku drogowego.

**Dla wielu**  
rodziców smartfon to „smoczek XXI wieku”. Według badań ponad 40% rocznych i dwuletnich dzieci w Polsce korzysta ze smartfonów.

**Smartfon**  
w dniu podczas posiłku odwraca uwagę od jedzenia. W efekcie jemy więcej, bo nie zauważamy momentu, kiedy jesteśmy już syści.

**Pieszy,**  
który poruszając się po mieście, bezmyślnie wpatruje się w ekran telefonu to tzw. „smartfonowy zombie”.

**SMS-owa szyja**  
Ortopedzi ostrzegają, że nadmierne korzystanie ze smartfonów w pozycji schyłonej grozi degeneracją kręgosłupa szyjnego.

© Casey & Brakery 2020



## WIZYTA W KLUBIE SENIORA

*Fotorelacja*

W dniu 04.04.2022 odbyło się spotkanie naszych dzieci z Seniorami w Ich klubie. Celem takich spotkań jest międzypokoleniowa integracja. Wspólne spędzanie czasu wpływa pozytywnie na obie grupy. Efektem ostatniej wizyty było wykonanie pięknych wielkanocnych stroików, które dzieci zabrały do domów.

*Zachęcamy do obejrzenia fotorelacji z tej imprezy.*



# WIZYTA W KLUBIE SENIORA

Fotorelacja



# MIĘDZYNARODOWY DZIEŃ KSIĄŻKI DLA DZIECI

W obecnym roku już po raz 55, **2 kwietnia**, obchodzimy *Międzynarodowy Dzień Książki dla Dzieci*. Wydarzenie to zostało ustanowione przez Międzynarodową Izbę ds. Książek dla Ludzi Młodych (IBBY) w 1967 r., w rocznicę urodzin duńskiego pisarza – Hansa Christiana Andersena, autora wielu znanych nam baśni. Kampanię, co roku przygotowuje inne państwo; obecny należy do Kanady. Polska tę akcję promowała w 1979r, a w roku 2001, w ramach tego wydarzenia zainicjowano dzieło „Cała Polska czyta dzieciom”, które stało się bardzo popularne i zagościło na dobre w naszym kraju.

Przy tej okazji, warto przypomnieć jak wielkie miejsce ma (a przynajmniej mieć powinna) książka w życiu dziecka – tego małego i większego – oraz jakie ogromne znaczenie ma częste, nawet codzienne czytanie książki dziecku.

Badania potwierdzają, że dziecko, będąc jeszcze w brzuchu mamy około czwartego miesiąca, słyszy głosy, a w szóstym miesiącu ciąży zmysł słuchu jest już bardzo dobrze rozwinięty. Co prawda dziecko nie rozumie słów, jednak zapamiętuje pojedyncze dźwięki i rozpoznaje głosy osób, które czytają. Reaguje także na emocje czytającego. Kontynuując czytanie po narodzinach dziecka, będzie ono rozpoznawało znane już wcześniej głosy. Na tym etapie warto wprowadzić krótkie, spokojne, wręcz melodyjne utwory. W tym czasie budujemy u noworodka poczucie bezpieczeństwa, spokoju i pogłębiania jest więź rodzic - dziecko.

Przez pierwsze dwa lata dziecko chłonie bodźce ze wszystkich stron. Można powiedzieć, że książki czyta całym sobą. Warto zaopatrzyć się na ten czas w małe, solidne, z funkcjami dźwiękowymi czy różnymi fakturami, z uwagi, że małe wkłada książki do buzi, obraca w rączkach, mnie kartki. Na początku tekstu jest mało. Zwiększa się proporcjonalnie do wieku. Ten etap to np. krótkie rymowanki i dużo wyrazów dźwiękonaśladowczych.

Wchodząc na drabinę obcowania z książką, dochodzimy do szczybla, w którym odbiorca, czyli dziecko zaczyna dopowiadać i opowiadać zapamiętane teksty. Tu warto sięgnąć po książeczki okolicznościowe; jest ich mnóstwo. Uczą funkcjonowania w społeczeństwie, radzenia sobie w różnych sytuacjach, z emocjami.

Na tym poziomie owocują wcześniejsze etapy wspólnego czytania albo rośnie nam mały geniusz 😊 dziecko zwraca uwagę na literki, kształty; zaczyna odwzorowywać je na kartce. I w końcu przychodzi moment nauki liter, a co za tym idzie, pierwsze czytanie. To, jak dzieci będą sobie radzić z tą sztuką, mocno wiąże się ze wszystkimi wcześniejszymi etapami kontaktu z książką. Jeżeli u dziecka nie wykryto jakiś wad czy nieprawidłowości, nie powinno mieć problemów z przyswajaniem tekstu. Oczywiście istotna jest praca z dzieckiem w domu.

**Międzynarodowy Dzień Książek dla Dzieci** pokazuje wielką wartość książki, która uczy, bawi, wychowuje. Akcja ta ukazuje także wpływ czytania na pogłębianie więzi rodzinnych, co w dzisiejszych, zabieganych czasach, jest problemem. Zdarza się nieraz, że pomimo naszych starań, dziecka „nie ciągnie” do książek. Możemy pomóc, oto kilka rad:

- ✓ pozytywne nastawienie;
- ✓ zachęcanie, nie zmuszanie;
- ✓ opowiadanie o swoich książkach z dzieciństwa;
- ✓ wybieranie utworów zgodnie z zainteresowaniami dziecka;
- ✓ dawanie dobrego przykładu;
- ✓ najpierw książka, potem telewizor;
- ✓ zabawa z książką, np. teatrzyk, czytanie z podziałem na role;
- ✓ przekładanie tekstu na rysunek;
- ✓ quizy i konkursy z nagrodami ze znajomości tekstu.

Czytanie książek już od najmłodszych lat daje wiele dobrego, a pozytywów jest cała masa. Warto pamiętać o dostosowaniu tekstu do wieku i predyspozycji dziecka.

Poniżej zamieszczam kilka przykładów popularnych książek dla dzieci.



**Pucio** to seria książek logopedycznych, której autorką jest Marta Galewska Kustra przy współpracy z ilustratorką Joanną Kłos. Wszystkie części zostały dostosowane do poszczególnych etapów rozwoju dziecka i zawierają cenne wskazówki dla rodziców.

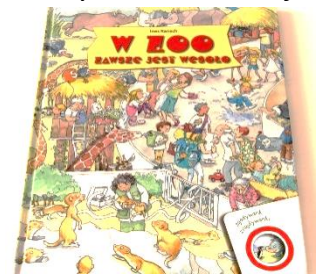
**RAZ – DWA – TRZY** to seria kartonowych książeczek dla dzieci, bogata w kolory, kształty; rosnąca wraz z dzieckiem.



**Basia...** to seria książeczek o dziewczynce, która znajduje się w różnych sytuacjach i przeżywa wielkie i małe przygody.



W wieku przedszkolnym dzieci lubią książeczki, w których trzeba znaleźć konkretne obiekty. Rozwijają to zmysł orientacji i pamięć. Świetnie się sprawdzają.



Dla dzieci, które znają już literki sprawdzają się cienkie książeczki z dużymi literami, opowiadające o przygodach różnych bohaterów. Dostępne są też tematyczne, np. o sławnych ludziach.



**Na rynku wydawniczym mamy mnóstwo pozycji książkowych. Można rzec, że to studnia bez dna. Tak więc korzystajmy z tej bogatej oferty, ale przede wszystkim czytajmy razem z dziećmi; spędzajmy czas razem, bądźmy przy nich i wpajajmy w nie miłość do książek.**





# TRADYCJE WIELKIEJ NOCY

## Wielkanoc - nasze zwyczaje i tradycje

Święta Wielkiej Nocy to najstarsze i jednocześnie najważniejsze Święta dla chrześcijan obchodzone na pamiątkę męczeńskiej śmierci Chrystusa, a następnie jego Zmartwychwstania.

Czasem poprzedzającym przygotowanie do obchodu Wielkanocy jest okres 40 dni, który rozpoczyna się od posypania głowy popiołem w „środę popielcową” i zwany jest Wielkim Postem.

Bezpośrednio przed Świętami obchodzimy w Polsce Wielki Tydzień, który rozpoczyna Niedziela Palmowa na pamiątkę uroczystego wjazdu Chrystusa na osiołku do Jerozolimy, kiedy to lud witał go gałązkami oliwnymi.

Od wieczornego czwartku do niedzielnego poranku obchodzimy Triduum Paschalne. W trakcie tych dni w modlitwie i spokoju przygotowujemy się na przyjście Pana Jezusa, jego śmierć na krzyżu, a następnie wraz ze wschodem słońca w niedzielę ponowne przyjście Pana.

Z Wielkanocą związanych jest wiele zwyczajów i tradycji. W naszej kulturze jednym z takich zwyczajów jest święcenie palm w niedzielę poprzedzającą Wielkanoc. Palmy te najczęściej zrobione są z gałązek wierzbowych, udekorowanych suszonymi kwiatami, ziołami, przystrojone baziarnymi i bukszpanem. Na terenie wielu parafii organizowany jest konkurs na najpiękniejszą lub największą palmę.

Innym zwyczajem jest dekorowanie jajek, czyli malowanie pisanek. Najczęściej zdobieniem jajek zajmują się kobiety oraz dzieci. Najpopularniejszą techniką jest nanoszenie wzoru pisakiem z woskiem, a następnie moczenie w roztworze z kolorem np. wywaru z łupki cebuli, gotowanych buraków lub owsa. Aktualnie mamy do dyspozycji wiele barwników spożywczych czy też wszelkiego rodzaju oklejanki chętnie wykorzystywanych przez najmłodszych do zdobienia jajek.



Kolejnym zwyczajem jest święcenie pokarmów. W Wielką Sobotę do kościołów zanosimy koszyki udekorowane bukszpanem i nakrywane haftowanymi serwetami. Do koszyka wkładamy chleb jako symbol Jezusa Chrystusa, sól, która oznacza prawdę, chrzan, który daje siłę, jajko symbolizujące nowe życie, kiełbasa oznaczająca dobrobyt oraz babkę jako symbol Wielkanocy i najważniejsze Baranek, który symbolizuje zwycięstwo dobra nad złem. Niegdyś robiony z masła lub ciasta, a obecnie z cukru. W tym dniu święcimy także wodę, którą w obecnych czasach covidowych przynosimy w pojemnikach. Przed wejściem do kościoła wierni w wielu regionach składają świeże jajka oraz czekoladę na ręce strażaków.

Nim jednak spotkamy się w bliskim gronie w Wielkanoc trzeba dom przygotować na przybycie gości. Mowa tu o innym zwyczaju jakim są wiosenne porządki. Przygotowujemy dom na nową porę roku oraz przyjście Chrystusa. Chyba nikomu nie jest obce mycie okien, pranie firanek czy wietrzenie. Dekorujemy pomieszczenia ozdobami wykonanymi samodzielnie bądź zakupionymi w sklepie oraz świeżymi kwiatami, często sadzimy rzeżuchę.

Nieodłącznym zwyczajem jest śniadanie wielkanocne, które rozpoczyna się po Rezurekcji, czyli porannej mszy w pierwszym dniu Świąt Wielkiej Nocy. Na stołach w polskich domach obowiązkowo królują dania z jajek, świąteczne wypieki takie jak: babki, mazurki czy serniki. Podaje się zupę; żurek lub barszcz biały czasem zupę chrzanową. W tym dniu zasiadamy całą rodziną do jednego stołu dzieląc się jajkiem, składamy życzenia. W wielu domach w te święta będą z nami również osoby zza wschodniej granicy, które zmuszone były do opuszczenia swoich rodzinnych stron ze względu na sytuację polityczną panującą w ich kraju.

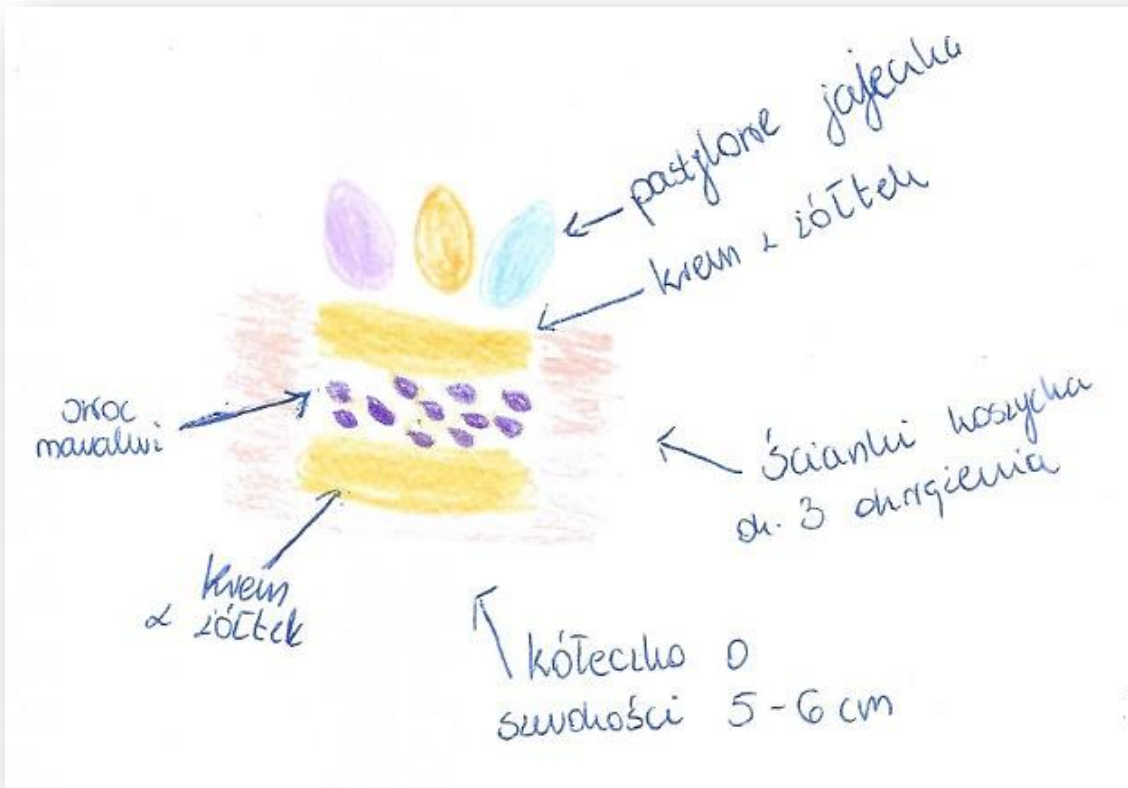
Nowym zwyczajem, tym razem zapożyczonym z zachodu jest poszukiwanie słodczyki pochowanych przez wielkanocnego króliczka. Wesoła zabawa dla całej rodziny, polegająca na odnalezieniu ukrytych w ogrodzie np. czekoladowych jajek.

W drugi dzień Świąt tj. w Poniedziałek Wielkanocny zwany jest śmigusem - dyngusem. Zgodnie z tradycją bawimy się w polewanie wodą. Zabawa szczególnie lubiana przez najmłodszych i w tym celu wielu z nich nabywa jeszcze przed Wielkanocą specjalny sprzęt np. pistolety na wodę. Według wierzeń ludowych nikomu ten dzień nie mógł uść na sucho w szczególności młode dziewczyny były polewane wodą co miało gwarantować szybkie zamążpójście. Innym zwyczajem było smaganie gałązkami wierzbowymi po gołych nogach, co z kolei miało zapewnić zdrowie.

Wszystkie przedstawione przeze mnie zwyczaje i tradycje są nam znane, gdyż są w większości praktykowane w naszym regionie i sprawiają, że bardzo czekamy na Wielkanoc.



# BEZOWE KOSZYCZKI WIELKANOCNE



**Wykonanie:**

Białko dokładnie oddzielić od żółtka. Żółtka odstawić. Białko wlać do miski miksera i ubijać ze szczyptą soli (dodać na samym początku) na białą, sztywną pianę. Następnie dodać drobny cukier partiami – 1 łyżka, 2 łyżka itd. Miksować aż do rozpuszczenia cukru, następnie dodać sok z cytryny, także chwilę mikсовать. Na końcu dodać skrobię ziemniaczaną i lekko wymieszać silikonową szpatułką. Następnie wszystko przełożyć do rękawa cukierniczego (tylka obojętna, najlepiej wzorzysta) i wyciskaj kóteciska o średnicy 5 – 6 cm, następnie rób „ścianki”, tak jak widać na rysunku (ok. 3 – 4 okrążenia). Nagrzej piekarnik do 180 stopni i wkładamy na 1 minutę, a następnie zmniejszamy temperaturę do 105 – 110 stopni i pieczemy ok. 2 godziny, do lekko kremowego koloru, (polecam zrobić jeden dodatkowy koszyczek, by móc sprawdzać czy beza już jest upieczona czy nie, lub czy są jakieś komplikacje). Zaznaczę, że każdy piekarnik jest inny i zawsze inaczej coś może się upiec, np. ma wyższą temperaturę niż ustawiamy itp. W czasie, gdy bezy się pieką, robimy krem z pozostałych żółtek. Żółtka i cukier puder (130 g) mieszamy na kąpeli wodnej, aż powstanie kremowa masa, odstawiamy. W misce miksujemy śmietankę oraz serek mascarpone, do sztywnej masy. Do masy dodajemy żółtka z cukrem, mieszamy, przekładamy do rękawa cukierniczego i odstawiamy do wystygnięcia. Robimy pastelowe jajeczka: na kąpeli wodnej roztopiamy pianki z cukrem pudrem (mogą być białe, wtedy dodajemy barwnik). Po ściągnięciu wyrabiamy ją jeszcze, a następnie, kiedy jest jeszcze ciepła formujemy jajeczka. Rozkrajamy i wydrążamy marakuję. Koszyczki przyrządzamy w ten sposób: krem – marakuję – krem i na wierzch jajka. Na wierzch można także dać troszkę mięty. Słodycz w koszyczku przełamuje właśnie marakuję. Przepis na pewno mile zaskoczy wielkanocnych gości – z wyglądu oraz smaku ;) Polecam!

**Przepis na bezowe koszyczki wielkanocne z jajeczkami w kolorach pastelowych:**

Na pewno każdy z nas zna definicję słowa „beza”. Twarda „skorupka” z wierzchu, rozpylająca się w ustach, na dodatek są bardzo słodkie. Jednym słowem po prostu pycha. Nigdy nie byłam wielbicielek bez – kupnych po prostu jeść nie mogłam. Dzięki temu przepisowi, który łączy słodkość z nutą kwaskowości, polubiłam je do tego stopnia, że na stole wielkanocnym muszą być obecne.

**Składniki (na ok. 12 sztuk koszyczków, razem z wypełnieniem):**

- 4 jajka
- 2 łyżki (czubate) cukru pudru
- 200 g cukru drobnego, kryształkowego
- 130 g cukru pudru
- łyżka skrobi ziemniaczanej
- 50 g pianek typu marshmallow (te duże)
- łyżka soku z cytryny
- 1 marakuj lub około 20 malin
- szczypta soli
- barwnik do pianek (opcjonalnie)
- 200 ml śmietanki kremówki 36% lub 30%
- 250 g serka mascarpone



*W nastroju Świąt Wielkanocnych, przepelnionych wiarą, nadzieją i miłością sukcesów w życiu zawodowym i samych pogodnych dni życzą*

*Pracownicy Środowiskowej Świetlicy Socjoterapeutycznej w Świlczy*

Zespół redakcyjny: M. Lisowska, A. Koczur, J. Kowalska, N. Pizło, A. Tront, E. Tront, J. Litwin,  
 Opracowanie komputerowe: H. Tarańska