



# SLO– gan

Nr 81

## Ważne tematy:

-zwyczaje

Bożonarodzeniowe

- przeziębienia



***Boże  
Narodzenie***

# **Symbole i zwyczaje Bożego** **Narodzenia**

Dzień wigilijny bogaty jest w zwyczaje i przesady, które - jak wierzono - posiadały magiczną moc. W przedświątecznej gorączce warto znaleźć choć chwilę, by zastanowić się, jaką symbolikę mają poszczególne elementy Bożego Narodzenia. Każde święta co roku odbywają się według tego samego schematu. Co roku ubieramy choinkę, łamiemy się opłatkiem i idziemy na pasterkę. Dzieci z niecierpliwością wyczekują pierwszej gwiazdki i upragnionych prezentów. Szykujemy suto zastawiony stół, na którym pyszni się 12 pięknie udekorowanych potraw. Pierwsze przygotowania rozpoczynają się już wraz z początkiem grudnia - porządkowanie, pieczenie pierwszych pierniczków, a nawet rozglądanie się za prezentami. To wszystko to coroczny "rytuał", który posiada wyjątkową moc.



Moc zbliżania, jednoczenia i wybaczenia. To dobry moment, aby przypomnieć, skąd wzięły się nasze ulubione zwyczaje bożonarodzeniowe.

# Zwyczaje

## Wigilia

Znalazła się w bożonarodzeniowej liturgii od VI wieku. Łacińskie słowo "vigilia" oznacza czuwanie, oczekiwanie. Na początku była obchodzona w różnym czasie, niekiedy nawet w styczniu. Było tak zanim władze kościelne, kładąc kres sporom, odgórnie nakazały obchodzenie Bożego Narodzenia 25 grudnia. W Polsce tradycja Wigilii upowszechniła się dopiero w XVIII wieku.

## Opłatek

Przełamanie się opłatkiem ze wszystkimi gośćmi wieczerzy wigilijnej jest jej głównym i rozpoczynającym punktem. Gest ten symbolizuje wzajemne poświęcenie się jednych dla drugich i chęć dzielenia się z bliskimi efektami swojej codziennej pracy. Dzielenie się opłatkiem ma za zadanie zbliżyć i łączyć ludzi.

## Wspólna modlitwa

*Kolację wigilijną, w polskiej tradycji oczywiście postną, rozpoczyna modlitwa i czytanie fragmentu Ewangelii wg św. Mateusza lub Łukasza, dotyczącego narodzin Jezusa.*



## **Choinka**

Symbolizuje „drzewo życia”. Przypomina ona ludziom naukę o upadku i odkupieniu rodzaju ludzkiego. Bóg przywraca człowiekowi drogę do drzewa życia, którą utracił, czyli dar nieśmiertelności. Natomiast składanie prezentów pod choinką, jest naśladowaniem dobroci.



## **Dodatkowe nakrycie**

*Wedle tradycji na stole powinno znaleźć się dodatkowe nakrycie. Jest ono symbolicznie przeznaczone dla niezapowiedzianego gościa. To także wyraz pamięci o naszych bliskich, nieobecnych, którzy nie mogli dotrzeć ze względu na odległość lub wspomnienie o członku rodziny, który zmarł.*

*Dawniej ilość potraw podawanych na stół wigilijny była zróżnicowana. Dzisiaj najczęściej spotyka się zwyczaj spożywania dwunastu potraw.*



## ***Sianko pod obrusem***

*Jak nakazuje tradycja, siano należy położyć pod obrusem. Symbolizuje to narodzenie Jezusa w ubóstwie.*

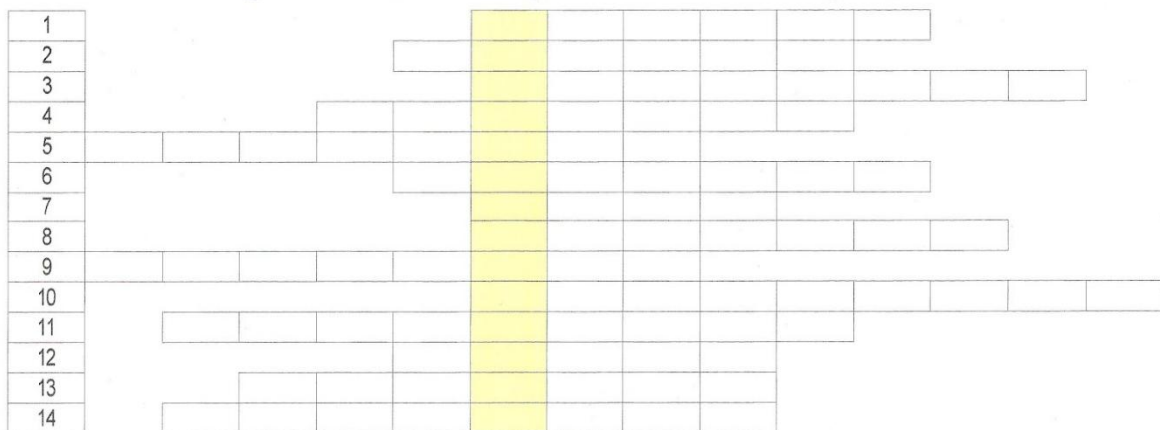
## ***Przeziębienia***

*Przeziębienie jest pospolitą infekcją górnych dróg oddechowych, a najwięcej przypadków zachorowania ma miejsce w okresie jesienno-zimowym. Specjaliści uważają, że wirusów, które wywołują przeziębienie jest ponad 200, przy czym najczęściej wywołuje je rhinovirus (30–80 procent), koronawirus (10-15 procent), wirus grypy (5-15 procent), wirusy paragrypy, wirus RSV, adenowirus, enterowirusy i metapneumowirusy. Zdarza się też, że za objawy przeziębienia odpowiada kilka z tych wirusów. Mnogość wirusów sprawia, że nie można opracować szczepionki przeciwko przeziębieniu oraz, że choroba łapie nas kilka razy do roku.*

*Najczęściej przeziębienie łapią dzieci - u nich infekcje występują 2-3 razy częściej niż u dorosłych. Dorośli chorują przeciętnie 2-4 razy do roku a osoby starsze 0,5-1 raz w roku. Dlaczego częstość zachorowania na przeziębienie maleje wraz z wiekiem? Bo układ immunologiczny z czasem uczy się radzić z coraz to większą liczbą wirusów.*

*Wirusy powodujące przeziębienie przenoszą się drogą kropelkową - chory, kaszłąc lub kichając, rozpyła drobne kropelki wydzieliny dróg oddechowych, zawierające wirusy oraz przez kontakt z zakażonymi przedmiotami - niektóre wirusy mogą przez kilka godzin przetrwać np. na klamkach, słuchawkach telefonów, poręczach itp., dlatego ważna jest higiena rąk.*

**F.31 Co roku w grudniową noc wszystko ma czarodziejską moc...**



**Rozwiązanie:** .....

*Wigilijna Święta Noc,  
Od opłatka bije blask,  
ale gdzieś tam ulicami,  
Krążą ci, co są dziś sami,  
Pusty talerz dostawiamy,  
może zbłądzą pod nasz dach?*

*Wigilijna Święta Noc,  
Niesie łaskę w każdy dom,  
Serca swoje otwieramy Dla tych,  
którzy są dziś z nami I z czułością wspominamy tych,  
Co już odeszli stąd.*

*Niech nadchodzące Święta Bożego Narodzenia  
Będą czasem spokoju i szczęścia,  
radości przeżywanej w gronie najbliższych  
Oraz wytchnienia od codziennych obowiązków.  
Niech Nowy Rok .... przyniesie wszelką pomyślność  
I pozwoli na spełnienie najskrytszych marzeń.*

*Życzy zespół redagujący gazetkę*

*Pracowali:*

*Ferenc Dawid, Sawicki Jakub, Mroczkowski Przemysław*