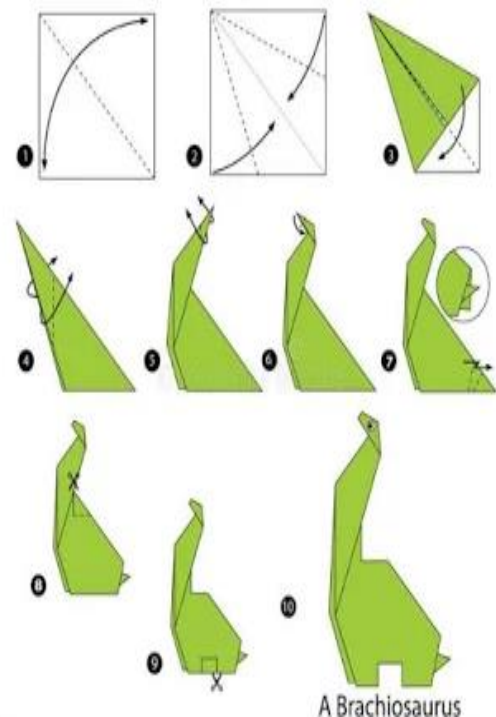
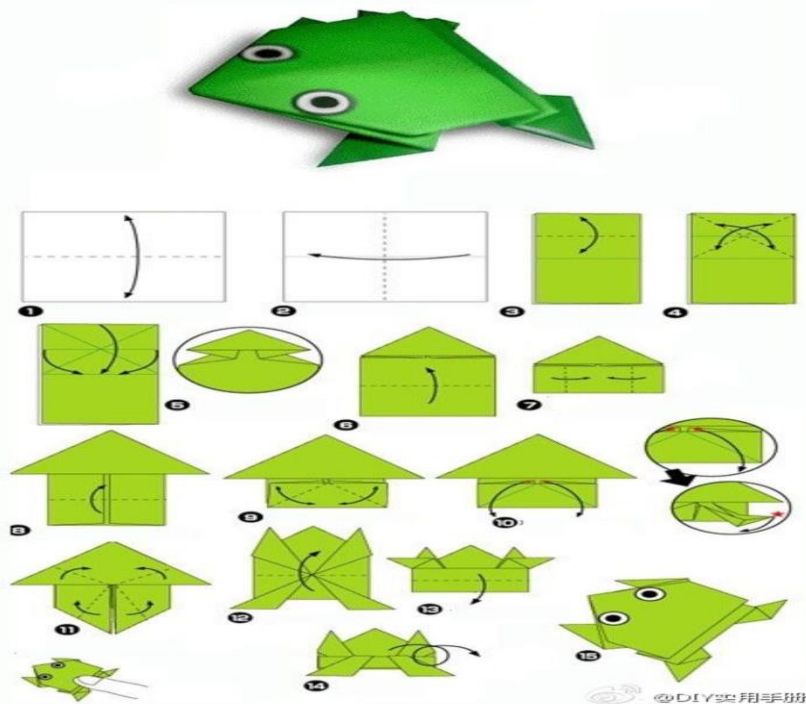


Sposoby na nudę



Zrób origami :D

Origami (jap. 折り紙 ori-gami, (1) składany papier, (2) kolorowy papier używany do składania figur) – sztuka składania papieru, pochodząca z Chin, rozwinięta w Japonii i dlatego uważa się ją za tradycyjną sztukę japońską.



Ugotuj coś :>

Gotowanie – jeden z procesów obróbki termicznej stosowanych w gastronomii. Odbywa się w środowisku wrzącej wody. Podczas tego procesu białka zawarte w potrawie ścinają się, skrobia zaś rozkleja się, co powoduje, że składniki te stają się przyswajalne przez układ pokarmowy człowieka.



Składniki na ciasto wegańskie

- 2 szklanki mąki pszennej - 320 g
- 3 łyżki Majonezu Kieleckiego Roślinnego - 75 g
- około 1/3 szklanki oleju kokosowego - 80 g
- około pół szklanki cukru - 140 g
- 3 łyżki dżemu z czarnej porzeczki - 75 g
- 4 łyżki kakao - 40 g
- 1 szklanka napoju migdałowego - 250 ml
- 1 łyżeczka cynamonu
- 1 płaska łyżeczka sody oczyszczonej
- 1,5 płaskiej łyżeczki proszku do pieczenia

Składniki na polewę wegańską

- 55 g oleju kokosowego - około 6 łyżek
- 40 g cukru pudru - około 3 łyżki
- 20 g kakao - 2 łyżki
- 4-5 łyżek wody

Poćwicz >:(

Ćwiczenia fizyczne - aktywność fizyczna zwiększająca bądź podtrzymująca sprawność fizyczną oraz ogólne zdrowie i dobre samopoczucie. Są wykonywane z różnych powodów, wliczając w to zapobieganie starzeniu, wzmocnienie mięśni i systemu krwionośnego, zwiększenie zdolności fizycznych, utratę wagi oraz rozrywkę.



Zrób DIY :3

Zrób to sam (ang. do it yourself ('du: it jə'self), w skrócie **DIY**) – określenie idei związanej z samodzielnym, niekomercyjnym wykonywaniem zwykle na własne potrzeby różnych prac bez pomocy profesjonalistów.



Pooglądaj Youtube B)

YouTube – serwis internetowy założony w lutym 2005 roku, który umożliwia bezpłatne umieszczanie, ocenianie i komentowanie filmów. Prezesem od 2014 roku jest Susan Wojcicki.



Nagraj tiktoka OwO

TikTok (w Chinach jako Douyin) – mobilna aplikacja internetowa, której główna funkcjonalność polega na możliwości wysyłania materiałów wideo o długości do 60 sekund, w założeniu treścią zbliżonych do teledysków muzycznych. Została utworzona przez chińskie przedsiębiorstwo ByteDance we wrześniu 2016



Sprawdź swój zodiak uwu

ζωδιακός κύκλος 'krąg zwierzątek', κύκλος 'krąg' i ζώδιον zdr. od ζῷον 'zwierzę') – pas na sferze niebieskiej w płaszczyźnie ekliptyki o szerokości ok. 16°. W jego obszarze znajduje się widoczne z Ziemi Słońce zataczające w ciągu roku pełen obieg.

ZNAKI ZODIAKU W ŻYCIU

Nigdy nie ufaj: Strzelcowi, Baramowi, Rybom

Osoby spod tych znaków zodiaku są najbardziej samolubni

Nigdy nie opuszczaj: Byka, Raka, Koziorożca

Osoby spod tych znaków są wrażliwi i kochają na zaboje

Nigdy nie zostawiaj: Wagi, Panny, Skorpiona

Osoby spod tych znaków dotrzymują tajemnic

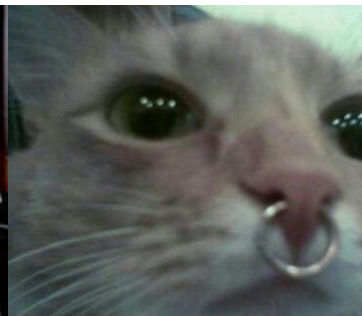
Nigdy nie odrzucaj: Lwa, Bliźniąt i Wodnika

Osoby spod tych znaków są prawdziwymi i uczciwymi przyjaciółmi



Pobaw się ze zwierzakiem ^3^

animalia; gr. **zwierzę** – ζῷο, trb. zoo) – królestwo obejmujące wielokomórkowe organizmy cudzożywne o komórkach eukariotycznych, bez ściany komórkowej, w większości zdolne do aktywnego poruszania się. ... Największą grupę zwierząt stanowią bezkręgowce, a wśród nich owady.



Posłuchaj muzyki ^^

rekomendacje muzyczne:

Would Jesus?, Replay, Chelsea Loft Song, CRUSHER, i need help imidietly, E-GIRLS ARE RUINING MY LIFE, Are you with me, Farmer Refuted, Blood Sweat & Tears

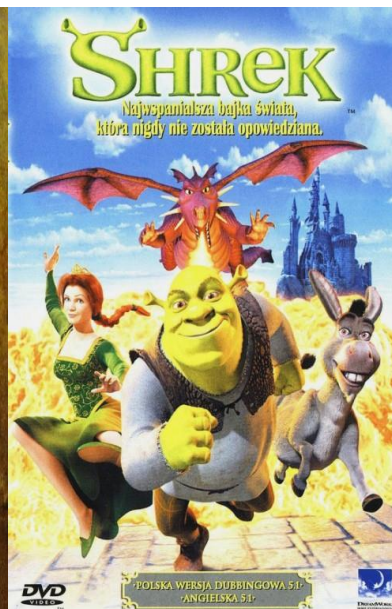
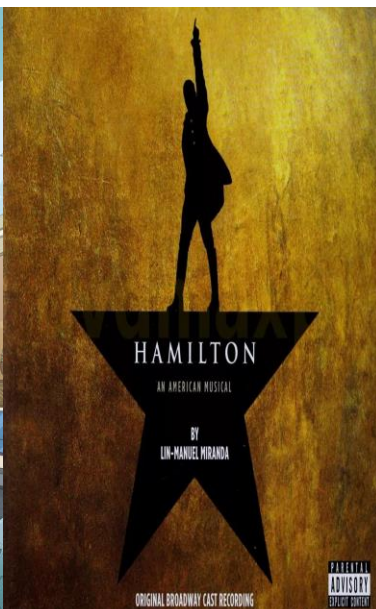
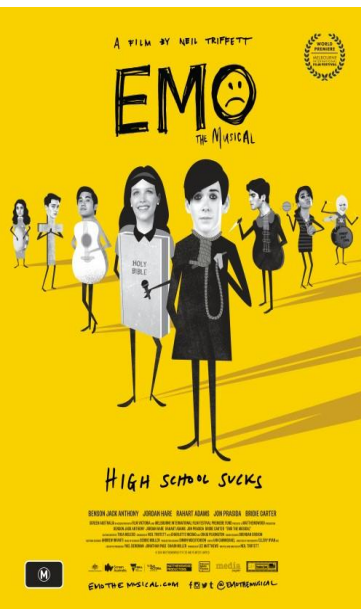
Muzyka (ze stgr. μουσική mousiké „sztuka Muz”) – sztuka organizacji struktur dźwiękowych w czasie. Jedna z dziedzin sztuk pięknych, która wpływa na psychikę człowieka przez dźwięki. ... Z czasem wykształciła się jako jedna z gałęzi sztuki.



Obejrzyj film :O

Rekomendacje:
Emo the musical, Hamilton, Opiekunka, My Little Pony equestria girls,
Shrek

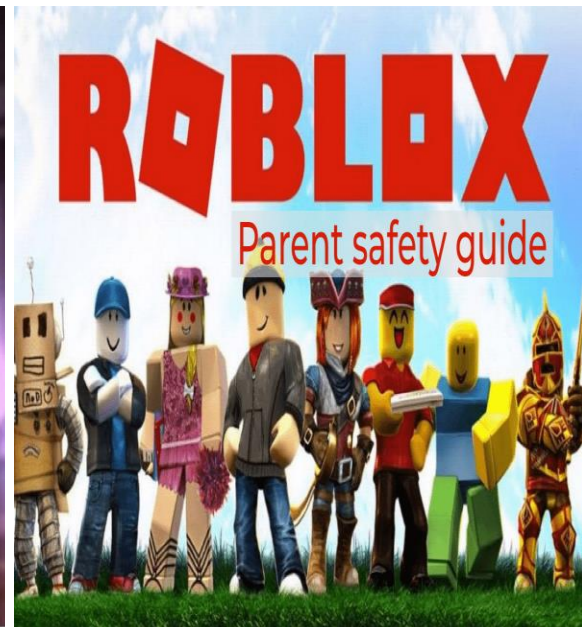
Film – seria następujących po sobie obrazów z dźwiękiem lub bez dźwięku, wyrażających określone treści, utrwalonych na nośniku wywołującym wrażenie ruchu. Utwór artystyczny wykorzystujący tę technikę, składający się ze scen, złożonych z jednego lub więcej ujęć.



Zagraj w grę planszowe albo video

Rekomendacje:
Roblox, Obey me, Minecraft, Among us, Chińczyk, I love you Colonel Sandlers!, Mystic Messenger

Gra – czynność o ustalonych zasadach, w której udział bierze jedna lub więcej osób. Od innych rozrywek grę odróżnia istnienie ścisłego zbioru zasad **gry**, kodyfikujących czynności z nią związane

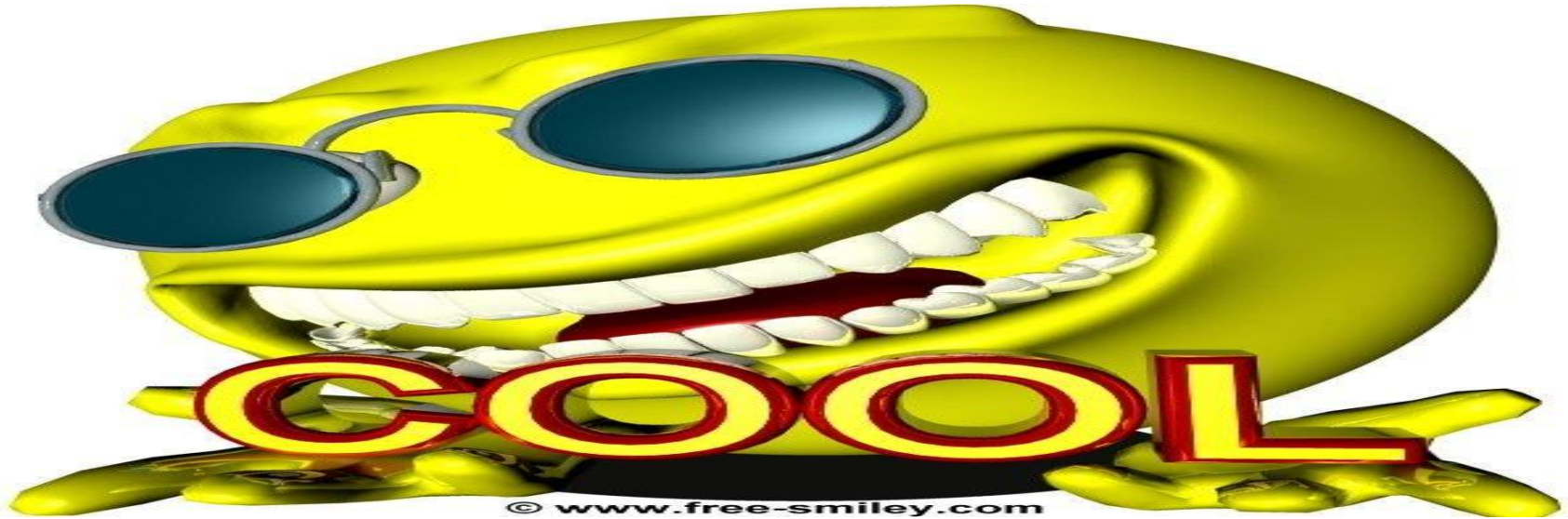


Spędź czas z rodziną :)

Rodzina – grupa osób powiązanych ze sobą poprzez pokrewieństwo lub powinowactwo. W węższym znaczeniu są to rodzice wraz z dziećmi, czyli tzw. ... **Rodzina**, zdaniem socjologów i według najprostszych jej **definicji**, to „najważniejsza, podstawowa grupa społeczna, na której opiera się całe społeczeństwo”.



Dziękujemy za uwagę!



Nina Pętlak, Maja Dudziec, Julia Kamelska