

NOWA! WIĘKSZA! CIEKAWSZA!

17-30.01.2013 nr 2 (3265)

CENA 1,29 zł (w tym 8% VAT)

**NOWE!
STRONY!**

przyjaciółka

NA DWA TYGODNIE

www.przyjaciolka.pl

**Akademia
kulinarna**
TERAZ WIĘCEJ
PRZEPISÓW



fundacja przyjaciółka **PRZEKAŻ 1%**

**Pomóżcie mi
PROSZĘ**

str. 8

Oliwia urodziła się z wieloma wadami.
My zbieramy dla niej na protezę stopy.



LEKARZ PODPOWIADA str. 18

**Jak przeżyć
zawał**

I WRÓCIĆ POTEM DO FORMY

NOWOŚĆ! Porady multimedialne
**WYBIERAMY SMARTFON
NAJLEPSZY DLA CIEBIE** str. 50

SEKRETY URODY

**ABC modnego
makijażu**

Smokey eyes dla każdej z was str. 12

NASZ GOŚĆ

**PAULINA
CHYLEWSKA**

Oliwka czeka na
wasze wsparcie
str. 10

AŻ 21 PRZEPISÓW

**Robimy
PIEROGI**

- tradycyjne polskie receptury str. 31
- specjały ze świata str. 34



Domowe sposoby



Jak odwirować sałatę

Mamy wiele świetnych pomysłów, jak wygodnie poradzić sobie z różnymi pracami domowymi. Tu je znajdziecie!

- 1 Umyj dokładnie sałatę pod bieżącą wodą, strząśnij listki. Ułóż na miękkiej bawełnianej ściereczce dobrze chłonącej wodę.
- 2 Zwiąż na krzyż wszystkie rogi ściereczki. Włóż zawiniątko do
- 3 obszernej torby foliowej. Możesz ją ponakłuwać.
- 3 Zwiąż uszy torbki i zacznij kręcić nią młynki. Im dłużej będziesz to robić, tym lepiej osuszysz listki. Odwiń sałatę i przełóż ją do miski.

Dobre adresy

www.westwing.pl

Niezwykle interesujący portal wnętrzarski. Można tu znaleźć nie tylko wiele ciekawych materiałów o wnętrzach i designie, wywiadów z kreatorami trendów i artystami, ale także zrobić wyjątkowe zakupy. Warto tu zajrzeć, bo każdy znajdzie coś dla siebie!

www.nieobojetni.pl

Strona dla osób, które chcą pomagać innym. Dowiesz się, jak zostać wolontariuszem oraz w jaki sposób pomóc osobom w trudnej sytuacji materialnej.

www.pomyslodajnia.pl

Idelna strona dla majsterkowiczów. Znajdziesz tu instrukcje, jak zrobić lampę z niepotrzebnych misek, ażurową bombkę, oprawić pierścione, itp.

AUTO

Pilnuj torebki w samochodzie



Wystawiona na widok torebka jest łatwym łupem dla złodzieja

Większość pań, które prowadzą auto, kładzie torebkę na siedzeniu pasażera. To niebezpieczne, bo torba jest łatwym łupem złodzieja (często rozbija on szybę i kradnie torebkę). Może też ona stanowić zagrożenie dla kierowcy podczas gwałtownego hamowania. Jak temu zapobiec?

- Zawsze kładź torbę pod siedzeniem albo zamykaj ją w bagażniku.
- Zaopatrz się w klamrę „Lucky Lock” (ok. 19 zł). Jest bardzo praktyczna. Wystarczy przełożyć pasek przez otwory klamry i wpiąć do gniazda pasów bezpieczeństwa.

Co to jest paczkomat?

Zauważyłam koło supermarketu dziwne urządzenie przypominające kontener. Okazało się, że służy ono do odbierania paczek. Chciałabym wiedzieć, jak z niego korzystać?

Anna S. z Katowic



To bardzo proste. Jeśli kupujesz coś przez internet, wybierz opcję dostarczenia przesyłki do paczkomatu (we wskazanym przez siebie miejscu). Gdy paczka dotrze na miejsce (trwa to 2 dni robocze od nadania), dostaniesz SMS-a z kodem odbioru. Wpisz go na ekranie dotykowym paczkomatu, a skrytka sama się otworzy i wyjmiesz przesyłkę. Unikniesz stania na poczcie w długiej kolejce. Paczkę powinnaś odebrać w ciągu 3 dni, w przeciwnym razie zostanie odesłana do najbliższego oddziału InPost. Boksy są dość duże – mieszczą przesyłki o wymiarach 41 na 38 na 64 cm (odpowiada to mniej więcej wielkości kuchenki mikrofalowej).

Warto wiedzieć, że to ty ponosisz odpowiedzialność za umieszczone w paczce produkty delikatne, tłukące się lub spożywcze wrażliwe na niskie lub wysokie temperatury. Szczegółowe zasady i regulamin (co można i jak przysłać) znajdziesz na stronie: www.paczkomaty.pl.

W 160 miastach jest już 500 paczkomatów



Zwierzęta

Papuzki nierozłączki

Jeśli myślisz o kupnie zwierzątka, proponujemy papuzki. Są kolorowe, urocze i szybko się oswiają.

To nieprawda, że trzeba je hodować parami. Możesz kupić jedną nierozłączkę. Szybko się oswoi, ale pamiętaj – będzie domagała się twojej uwagi i zabawy. Jeśli nie poświęcisz jej wystarczająco dużo czasu, stanie się osowiała i zacznie wyskubywać sobie piórka.

JAKIE WYBRAĆ?

- Do wyboru jest kilka gatunków i odmian. Najpopularniejsze są czerwonoczelne (z czerwonymi piórkami na łebku), czarnogłówki (z ciemnymi główkami) oraz kolorowe Fischera (takie jak na zdjęciu).
- Zanim dokonasz wyboru, przez chwilę poobserwuj w sklepie papuzki i kup te, które są ru-

chliwe, niezbyt płochliwe, z czystymi, lśniącymi piórami.

- W domu musisz zapewnić im sporą klatkę o wymiarach co najmniej 70 na 50 na 30 cm. W środku zamocuj żerdki, najlepiej z gałązek buku lub wierzby. Umieść też poidło i dwa karmniki na ziarno (proso, kanar, owies) i owoce (banany, jabłka, winogrona).



Nierozłączki trzeba wypuszczać z klatki, aby pofruwały. Wróć do niej, gdy zaczniesz sypać im ziarno