



Estijos valstybinė vėliava ir herbas



Estija- šiauriausia iš Baltijos valstybių. Tai lygumų šalis prie rytinių Baltijos jūros krantų, su daugybe ežerų ir salų. Beveik pusė jos dengia miškai. Pačioje šalies šiaurėje yra daugybė riedulių. Juos per paskutinį ledynmetį iš Arkties sunešė ledynas.

Estijos žiemos ilgos ir šaltos. Žiemą dienos šviesa ten galima pasidžiaugti tik šešias valandas. Kadangi sninga daug, keliauti būna sudėtinga. Nepaisant atšiauraus klimato estai mėgsta būti lauke, eiti pasivaikščioti, irstyti valtimi ir žvejoti.

Estijos sostinė Talinas yra senas viduramžiškas miestas, turintis ilgą istoriją, tačiau sparčiai tampantis moderniu vakarietišku miestu. Talino gyventojai dažnai mieliau važinėja tramvajais, o ne automobiliais.

Estijoje yra keli nacionaliniai parkai, daugelyje iš jų yra ežerų, miškų ir gausu laukiniu žvėrių: lokių, lūšių, vilkų ir paprastųjų voverių. Sakoma, kad Soomaa nacionaliniame parke yra penki metų laikai! Pavasarį dėl tirpstančio sniego parkas užtvinsta ir į jį galima patekti tik valtimi!

Viena iš populiariausių žiemos sporto šakų Estijoje – lygumų slidinėjimas. Estijos sportininkai yra laimėję daug olimpinių medalių, tarp jų sidabro medalį moterų lygumų slidinėjimo srityje 2010 m. Vankuverio (Kanada) žiemos olimpinėse žaidynėse. 2012 m. Londono olimpinėse žaidynėse Heiki Nabi tapo imtynių sidabro medalininku.

Estijos patiekalai įvairūs: žuvies, kiaulienos patiekalai, dešros ir sriubos, pavyzdžiui, kopūstų sriuba. Populiarios daržovės – bulvės, burokėliai ir kopūstai. Juodoji ruginė duona Estijoje yra populiariausia duonos rūšis. Mėgstamiausias estų desertas- rabarbarų pyragas.



Nacionaliniais rūbais pasipuošę estai



Latvijas valstybinė vėliava ir herbas



Latvija yra lygumų šalis, joje gausu miškų, iš kurių tiekama mediena statybų ir popieriaus pramonei. Orai čia panašus kaip Lietuvoje.

Latvijos turtingas kultūros paveldas. Latvių kaip ir lietuvių kalba yra viena iš seniausių kalbų Europoje ir taip pat turi panašumų su senovės Indijos kalba sanskritu. Latvija turi senas meno ir muzikos tradicijas. Suskaičiuojama daugiau kaip milijonas Latvijos liaudies dainų, daugelis iš jų – kelių šimtmečių senumo.

Latvijos miškuose gausu laukinių žvėrių: ūdrų, bebrų, lūšių, vilkų, taip pat nemažai elnių, briedžių, šernų ir rudųjų lapių. Laukinis Baltijos pajūris Latvijoje, kur auga daug įvairių augalų ir gyvena įvairių gyvūnų bei paukščių, yra mėgstamas turizmo gamtoje entuziastų.

Ledo ritulys - populiariausia sporto šaka Latvijoje. Jos rinktinė dalyvauja žiemos Olimpinese žaidynėse. Dar Latvijoje populiarius ralis, krepšinis, futbolas ir atletika.

Tradiciniai latvių patiekalai: kiauliena su bulvėmis, silkė su varške ir bulvėmis, pilkieji žirniai su spirgučiais bei ruginės duonos trupinių desertas su uogiene ir plakta grietinėle. "Jono sūris" – tai tradicinis latvių sūris su kmynais. Latvijoje taip pat populiariausia ruginė duona.



Latviai, pasipuošę nacionaliniais rūbais



Lietuvos valstybinė vėliava ir herbas



Lietuva yra piečiausia ir didžiausia iš trijų Baltijos valstybių. Nepaisant to, kad Lietuva yra šiaurinėje Europos dalyje, vasaros čia būna šiltos ir saulėtos. Žiema dažnai šalta, bet ne taip, kaip žemyno gilumoje.

Lietuvos kraštovaizdyje dominuoja lygumos, tik vakarų ir rytų aukštumose kyla kalvos. Aukščiausia vieta vadinasi Aukštasis kalnas (294 m). Lietuvoje yra 758 upės ir daugiau kaip 2800 ežerų. Šlapžemės yra svarbios natūralios buveinės ir daugelis jų yra rezervatai ar nacionaliniai parkai. Lietuvoje didelė laukinių gyvūnų įvairovė. Čia gyvena vilkų, ūdrų, lapių, bebrų ir briedžių. Dažnai pamatysite gulbių ir gandrų.

Lietuviai – dideli sporto mėgėjai. 2012 m. Londono olimpinėse žaidynėse Lietuva iškovojo 5 medalius. Populiariausia sporto šaka Lietuvoje – krepšinis. Be krepšinio, populiari atletika, futbolas, rankinis ir irklavimas.

Vasarą lietuviai laisvalaikį mėgsta leisti lauke: žvejoti, plaukioti baidarėmis, pasivaikščioti gamtoje.

Lietuviškose patiekaluose netrūksta grietinės, varškės, mėsos ir bulvių. Vienas iš populiariausių patiekalų – cepelinai su grietine ir spirgučiais. Savo forma jie primena dirižablius, kurie kitaip ir vadinami cepelinais. Vasarą dažnai valgome šaltibarščius su karštomis virtomis bulvėmis.

Druskininkuose yra puiki sniego arena. Tai pastatas, kurio viduje galima slidinėti ir čia užtyti snieglente. Prieš prasidedant slidinėjimo sezonui lauke, arenoje būna pilna norinčių jam tinkamai pasirengti.



Nacionaliniais rūbais pasipuošę lietuviai



Rusijos valstybinė vėliava ir herbas



Rusijos Federacija - didžiausia pasaulio valstybė, užimanti 17 075 200 km² plotą ir besiribojanti su 14 valstybių. Šalis, kurioje 9 kartus pasikeičia laiko juostos, turinti didžiausius naudingųjų išteklių resursus ir ¼ pasaulio gėlojo vandens.

Dėl valstybės dydžio, klimatas įvairiose valstybės dalyse be galo skiriasi. Rytų Europos lygumoje nuo šiaurės į pietus plyti tundra, taiga, mišrieji ir plačialapių miškai, stepės bei pusdykumės. Rusijos teritorijoje daug ežerų ir kalnų, tarp kurių ir Baikalas, didžiausias gėlavandenis ir giliausias ežeras pasaulyje.

Gyventojų skaičius: 142,9 mln. Dauguma Rusijos gyventojų yra rusų kilmės. Tačiau joje esama nemažiau kaip šimtas skirtingų etninių mažumų, tarp jų: totorių, ukrainiečių, baškių ir čiukčių. Sostinė- Maskva.

Vienas žinomiausių rusiškos kultūros atributų – matrioška, rusiška medinė lėlė, su keliomis mažesnėmis, viena i kitą sudėtomis lėlėmis viduje.

Rusiška virtuvė - labai turtinga ir seną istoriją turinti kulinarinė tradicija. Čia paplitę virtų daržovių salotos, taip pat visiems gerai žinoma šaltiena. Gausus sriubų pasirinkimas. Labai plačiai rusiškoje virtuvėje naudojama mėsa. Svarbi patiekalų grupė yra įdaryti kvietinės tešlos gaminiai, tarp jų yra koldūnai, virtiniai. Visame pasaulyje žinomi rusiški pyragėliai- įdaryti mielinės tešlos kepiniai . Rusiška virtuvė garsėja ir įvairiais blynais, kurie turi labai gilius šaknis. Tradiciniai rusiški blynai būdavo iš mielinės tešlos ir kepami kaip dideli papločiai krosnyje. Labai svarbus patiekalų elementas yra raugintos, sūdytos daržovės. Tradiciniai rusų gėrimai: gira , morsas, kisielius. Nacionalinėje virtuvėje labai stipriai įsigalėjo arbata. Rusijoje arbatos gėrimas išsivystė į atskirą kultūrą, kurioje naudojami specifiniai indai, pvz., samovaras. Arbata geriama saldinta, kartais į ją dedama uogienė.



Nacionaliniais rūbais pasipuošę rusai

Panaudoti šaltiniai: http://europa.eu/kids-corner/index_lt.htm
<http://lt.wikipedia.org/wiki/Rusija>

