

NASZ ŚWIAT POD SIÓDMYM



Gazeta
Dzielnicowego Środowiskowego
Domu Samopomocy
ul. Górska 7 w Warszawie

numer 15 (wrzesień 2011 r.)

cena 2 zł

Od redakcji

Drodzy Czytelnicy

Drodzy czytelnicy,

Witamy Was po wakacjach. Mamy nadzieję, że dobrze je spędziliście i odpoczęliście. Nasze wakacje były wspaniałe i udane. Odpoczęliśmy i mamy dużo sił do pracy.

W tym numerze gazetki znajdziecie stałe działy oraz nasze wspomnienia z wakacji. Jeśli ktoś chciałby podzielić się z nami swoimi wspomnieniami z wakacji, to chętnie je umieścimy na łamach naszej gazetki.

Myslimy, że każdy z Was znajdzie w tym numerze coś ciekawego dla siebie.

Życzymy miłej lektury.

P.S. Już tęsknimy za wakacjami, ale będziemy dzielni i jakoś przeżyjemy te 10 miesięcy :D

Życzymy miłej lektury
Zespół Redakcyjny

Zespół Redakcyjny:

1. **Katarzyna Uszyńska** (rozrywka, solenizanci i jubilaci, imiennik)
2. **Katarzyna Salkowska** (poezja i proza, przepisy kulinarne)
3. **Monika Skrodzka** (wydarzenia minionego miesiąca)
4. **Rafał Musch** (wywiady)
5. **Andrzej Nowak** (wydarzenia minionego miesiąca)
6. **Mikołaj Scholz** (redakcja sportowa)
7. **Wojciech Kwil** (układanie krzyżówek, przepisywanie tekstów na komputerze)

Opiekun: **Katarzyna Zduńska**

Skład i druk: **Jacek Michalski**

SOLENIZANCI I JUBILACI

We wrześniu i październiku urodzinowe i imieninowe życzenia przyjmują:

Urodziny

12.09. – Katarzyna Uszyńska
14.09. – Michał Piróg
16.09. – Edyta Sołtysiak
06.10. – Wojciech Kwil
29.10. – Renata Tolak



Imieniny

16.09. – Edyta Sołtysiak
20.09. – Michał Piróg
21.09. – Tomasz Gniatkowski

Wszystkim jubilatam i solenizantom życzymy sukcesów w życiu, szczęścia w miłości, dużo uśmiechów, dużo radości, spełnienia wszystkich najskrytszych marzeń i samych przyjemnych w życiu zdarzeń.

CO MÓWIĄ O NAS ZNAKI ZODIAKU ?



PANNA
23.VIII - 22.IX

Panna jest bardzo zdolna i szybko się uczy. Umie ciekawie i przekonująco pisać oraz dyskutować. Za pomocą rozumu i logiki pragnie poznać świat. Analityczne myślenie przeszkadza jej jednak nieraz spojrzeć na świat z szerszej perspektywy.

Jest bardzo krytyczna wobec siebie i innych, niełatwo sprostać jej wymaganiom. Ma skłonność do perfekcjonizmu, musi pamiętać, że trudno osiągnąć ideał. Nauki ścisłe, biologia, medycyna wyznaczają obszar jej zainteresowań. Głównym pragnieniem Panny jest doskonalenie własnego umysłu, dlatego przeważnie jest ona specjalistą w kilku dziedzinach wiedzy. Analizowanie zjawisk oraz wyjaśnianie ich przyczyny jest jej pasją. Panna przywiązuje dużą wagę do porządku i czystości. Przesadnie dba o swoje zdrowie, a szczególnie przejmuje się swoją wątrobą. Odżywia się prawidłowo, kupuje żywność z ekologicznych upraw. Interesuje się medycyną, także niekonwencjonalną. Jest świetnym organizatorem. Zanim zabierze się do działania, sporządzi szczegółowy plan. Przewidzi również wszystkie możliwości pomyłek i błędów, jest więc zawsze dobrze przygotowana na każdą ewentualność. Nie lubi się spóźniać, robi wszystko z zegarkiem w ręku. Panna ma praktyczne podejście do życia. Jest oszczędna, zadawała się rzeczami niezbędnymi do życia. Ubrania kupuje rzadko, wybiera rzeczy dobrej jakości i na każdą okazję. W miłości ceni prostotę i stałość uczuć. Wybiera partnerów, z którymi będzie cieszyć się codziennością życia. Do innych ludzi odnosi się raczej z rezerwą i chłodną uprzejmością, dopiero gdy kogoś bliżej pozna, jest swobodna i bezpośrednia. Panna odpoczywa najchętniej na łonie natury, z dala od zgiełku i tłumy miasta. Uwielbia rozwiązywać krzyżówki i szarady, oglądać telewizyjne teleturnieje. Pasjami czyta książki z różnych dziedzin.



WAGA
23.IX - 23.X

Takt i wdzięk zjednują przyjaciół osobom urodzonym pod znakiem Wagi.

Zgoda i uprzejmość to najważniejsze wartości zodiakalnych Wag. Przedstawiciele tego Znaku nade wszystko nie lubią sporów i kłótni. Posiadają nieprzeciętną zdolność wyszukiwania kompromisowych rozwiązań, godzenia zważnionych stron, wskazywania nowych możliwości. Waga to znak prawdziwych dyplomatów i negocjatorów - spokojnych, delikatnych i bardzo cierpliwych. Nikogo nie urazić - to dewiza urodzonych pod tym Znakem. Wadą Wag bywa tendencja do przedstawiania swych pragnień w zbyt subtelny sposób. Tak naprawdę czasami trudno Wagom podjąć decyzję czego rzeczywiście chcą - sytuacja wyboru, gdy jedną z możliwości trzeba zwyczajnie odrzucić, przeraża niektóre Wagi. Przedstawiciele tego Znaku chcą być postrzegani jako osoby idealne, bardzo dbają o swój publiczny wizerunek. Z trudem przyjmują krytykę, martwią się opiniami innych, a przede wszystkim plotkami na swój temat. Powinni uważać, aby wpływ otoczenia nie pokrzyżował ich własnych marzeń i planów, ćwiczyć się w asertywności i zdecydowanym wyrażaniu pragnień. W codziennym życiu ludzie często zbyt wiele pozwalają sobie w stosunku do Wag, którym trudno zdecydowanie powiedzieć "nie". Granie w "otwarte karty" nie jest najmocniejszą cechą Wag, z czasem jednak uczą się osiągać swoje cele. Wagi zazwyczaj mają niezwykle talent artystyczny i dobry gust. Potrafią się pięknie ubrać i otoczyć pięknymi przedmiotami. Intuicyjnie wyczuwają rzeczy o dobrej wartości, znają się na sztuce i potrafią o niej rozmawiać. Najlepiej odpoczywają w pięknych ogrodach i wnętrzach, zazwyczaj też dorabiają się własnego domu i urządzą go z wielkim gustem. Z radością przyjmują gości, chcą być zawsze w centrum życia towarzyskiego. Brzydota i wulgarność zniechęca Wagi. Najchętniej zapomniłyby o tzw.

"prozie życia". Wszystkie Wagi mają talent do języków obcych i świetny słuch muzyczny.

WYDARZENIA MINIONEGO MIESIĄCA

01 lipiec 2011 r.

Pożegnaliśmy panią Anetę Maszynowską, która prowadziła pracownię plastyczną w zastępstwie p. Agnieszki Kaczmarek. Po długim urlopie wróciła do nas pani Agnieszka. Smutno nam, że odeszła pani Aneta, bo bardzo się z nią zżyliśmy, ale cieszymy się bardzo, że wreszcie wróciła pani Agnieszka.

red. Rafał Musch

25 sierpień 2011 r.



Zostaliśmy zaproszeni na Rajd pieszy i Rowerowy po Kampinosie do Łubca.

Pojechaliśmy tam z panią Danusią Kaczmarek i p. Kasią Zduńską. Wzięliśmy ze sobą plecaki z prowiantem, założyliśmy wygodne buty i pojechaliśmy. Na początek zrobiono nam grupowe zdjęcie, które później dostaliśmy na pamiątkę. Po oficjalnym rozpoczęciu Rajdu ruszyliśmy w drogę. Trasa wiodła przez las.

Dobrze, że wzięliśmy ze sobą preparaty anti-komarowe, bo bardzo nam dokuczały. Po przejściu ok. 3 km. Mieliśmy odpoczynek na polanie, wtedy był czas na jedzenie i picie. Przyszli też strażnicy Kampinowskiego Parku Narodowego i opowiadali o swojej pracy. Na polanę przyszedł też pies z trzema łapami. Po odpoczynku ruszyliśmy w dalszą drogę. Kiedy wróciliśmy do ośrodka w Łubcu wszystkie domy uczestniczące w Rajdzie dostały pamiątkowe dyplomy i statuetki oraz różne upominki. Później gospodarze pokazali nam swoją wersję Czerwonego Kapturka. Było bardzo zabawnie. Po zakończeniu części oficjalnej zjedliśmy obiad. Po obiedzie podziękowaliśmy gospodarzom za wspaniałą imprezę i wróciliśmy do Warszawy.

red. Katarzyna Uszyńska i Andrzej Nowak

29 sierpień 2011 r.

Poszliśmy wszyscy do Parku Łazienkowskiego na wystawę fotografii „Portret i monety”. Były to zdjęcia znanych osób, które prezentowały różne okolicznościowe monety. Pogoda była bardzo ładna, a spacer przez park super.

red. Andrzej Nowak

01 wrzesień 2011 r.

Grupa z pracowni stolarskiej z p. Mariuszem Wierzbickim poszła pod Pałac Kultury i Nauki gdzie odbywał się Dzień wolontariusza. Oglądaliśmy Tam wystawę obrazów malowanych na płótnie i tkanych. Rozmawialiśmy z harcerzami, którzy pokazali nam swoją kronikę. Braliśmy też udział w zajęciach malowania farbami kamieni. W pewnym momencie Andrzejowi Nowakowi zrobiło się słabo. Poszliśmy więc do punktu medycznego. Poznaliśmy tam ratownika Michała. Później poszliśmy do kawiarni w PKiN na kawę i herbatę. Fajna była ta wycieczka.

red. Rafał Musch

05 wrzesień 2011 r.

Pojechaliśmy z p. Mariuszem Wierzbickim do Świątyni Opatrzności Bożej w Wilanowie. Oglądaliśmy wystawę i Panteon Wielkich Polaków. Widzieliśmy groby księdza Kwaśnika i ojca Józefa Jońca, którzy zginęli w Katastrofie lotniczej w Smoleńsku

red. Rafał Musch

Od **5 września** mamy w ośrodku nową koleżankę Joannę Waluszko i kolegę Przemka Gollera. Z Asią mieszkalem w lipcu w mieszkaniu treningowym na ul. Oszmiańskiej. Serdecznie witamy naszych nowych kolegów i mamy nadzieję, że będzie im się podobało w naszym ośrodku.

red. Rafał Musch

12 wrzesień 2011 r.



Tego dnia grupa z pracowni stolarskiej razem z p. Mariuszem Wierzbickim pojechała na wycieczkę do Muzeum Kolejnictwa. Była tam wystawa z okazji 80 lecia istnienia tego muzeum.

Widzieliśmy tam różne stare pociągi i lokomotywy, pociąg pancerny, różne maszyny kolejowe oraz makietę ruchomej kolejki. Zrobiliśmy sobie pamiątkowe zdjęcia. Na koniec wpisaliśmy się do książki pamiątkowej.

red. Monika Skrodzka

15 wrzesień 2011 r.

Tego dnia w Sochaczewie odbywał się drugi dzień XIII Przeglądu Twórczości Artystycznej Środowiskowych Domów Samopomocy. Podczas tej imprezy występowały zespoły artystyczne ze ŚDS-ów z całego Mazowsza. My również zostaliśmy zaproszeni na te występy. Ponieważ tematem przeglądu były wszystkie kolory tęczy, przygotowaliśmy przedstawienie „Kolorowi goście”. Autokar dzieliliśmy z naszymi przyjaciółmi z ŚDS z ul. Grębałowskiej. Gdy dojechaliśmy zostaliśmy przywitani kwiatami – każdy dostał kolorową girlandę ze sztucznych kwiatów. Na nasz występ musieliśmy trochę poczekać. Siedzieliśmy na sali i oglądaliśmy występy innych ośrodków. Niektóre były zabawne, a

jeden z nich poważny. Między występami różni młodzi artyści śpiewali piosenki. Wreszcie przyszedł czas na nasz występ. Daliśmy z siebie wszystko. Wszystkim chyba się podobało, bo klaskali, aż echo niosło. Na koniec dostaliśmy dyplomy za nasz występ i nagrodę dla ośrodka. Po występach poszliśmy na obiad, po którym wsiedliśmy do autokaru i wróciliśmy do Warszawy. Było bardzo fajnie i sympatycznie.

red. Monika Skrodzka, Katarzyna Uszyńska

21 wrzesień 2011 r.

Grupa z pracowni stolarskiej pojechała na wycieczkę do Parku Kultury w Powsinie. Mieliśmy fajną pogodę. Pan Mariusz zrobił zdjęcia. Na podwieczorek zjedliśmy po batonie i wypiliśmy herbatę. Wróciliśmy do Ośrodka na obiad.

Tego samego dnia grupy z pracowni ceramicznej i haftu i szycia poszły na spacer do parku Morskie Oko. Była piękna pogoda, słońce przygrzewało. Zbieraliśmy kasztany, żołędzie, szyszki bukowe, liście. Wszystkie te skarby wykorzystamy na zajęciach w pracowniach. Spacer był fajny i sympatyczny.

red. Andrzej Nowak
Monika Skrodzka
Katarzyna Uszyńska

28 wrzesień 2011 r.

Na ten dzień zaplanowaliśmy ognisko z kiełbaskami w Parku Kultury w Powsinie. Umówieni byliśmy z naszymi znajomymi z WTZ-ów z Deotymy i z Zalesia. Niestety pogoda pokrzyżowała nam plany. Było zimno i deszczowo. Dlatego odwołaliśmy nasz wyjazd. W zamian przyjechali do nas goście z Zalesia i zrobiliśmy „ognisko” u nas na sali gimnastycznej. Kiełbaski upiekliśmy w piekarniku. Na sali zorganizowane były różne zabawy i konkursy: taniec z krzesłami, rzucanie piłeczkami do celu, zabawa z chustą animacyjną, wspólne śpiewania i tańce. Na koniec zjedliśmy pieczoną kiełbasę i kaszanekę. Myślę, że nasze „ognisko” udało się i wszyscy się dobrze bawili.

red. Monika Skrodzka

29 wrzesień 2011 r.

Tego dnia w Parku Sowińskiego odbywał się Warszawski Korowód Integracyjny. Pojechaliśmy tam z panią Danusią Kaczmarek i Kasią Zduńska.. Spotkaliśmy bardzo dużo naszych znajomych z innych ośrodków. Były tam stoiska różnych ośrodków z terenu Warszawy i najbliższych okolic. Wystawiali tam swoje prace, które zrobili na zajęciach. Wszystko obejrzelśmy, podpatrzyliśmy kilka nowych pomysłów. Na jednym ze stoisk były kanapki ze smalcem, ogórki i naleśniki ze szpinakiem. Były bardzo dobre. Rozstawiona też była scena, na której występowali artyści z różnych ośrodków. Trochę tańczyliśmy. Było bardzo miło i fajnie. Cieszę się, że tam pojechaliśmy.

red. Katarzyna Uszyńska

nasze



wakacje

Monika Skrodzka

MÓJ NIETYPOWY DZIEŃ W HISZPANII

Pewnego dnia, gdy wstałam zauważyłam, że na niebie jest sporo chmur i że jest to jeden z niewielu pochmurnych dni na Minorce. Zjedliśmy śniadanie w środku bo na tarasie za bardzo wiało. Po pysznym posiłku mieliśmy tyle energii i siły, że postanowiliśmy, że pójdziemy na skałę, którą ze względu na swój kształt nazywamy żółwiem. Wspinaliśmy się po stromych zboczach tej skały, aż w końcu dotarliśmy na jej szczyt. Po dwóch stronach znajdują się małe plażyczki, na których można odpocząć, zjeść słodczyce, poczytać książkę lub po prostu napawać się pięknym widokiem. Ze względu na to, że był to również trochę wietrzny dzień na morzu utworzyły się fale, które rozbijały się o wystające skały niedaleko jednej z tych plażyczek. To był naprawdę cudowny widok. Gdy już odpoczęliśmy i napatrzyliśmy się rozpoczęliśmy naszą podróż powrotną do domu. Znowu musieliśmy schodzić po tych samych stromych zboczach i moim zdaniem ciężiej jest zejść niż wejść. Ale udało nam się. Gdy wróciliśmy do pokoju uznaliśmy że zrobiło się całkiem gorąco więc czemu by nie pójść na plażę ? Tak też zrobiliśmy. Przebraliśmy się w kostiumy i pobiegliśmy na przepiękną, piaszczystą plażę. Tak jak już mówiłam tego dnia było trochę fal, które miały około 1 m. wysokości. Nie były może duże pod względem wysokości, ale siła z jaką uderzały była czasem bardzo duża. Ja dowiedziałam się o tym, gdy mama wyciągnęła mnie do wody żebyśmy poskakały trochę na falach. Nie bałam się bo wiedziałam, że jest ona zaraz obok mnie i trzyma mnie za ręce, więc czułam się bezpieczna. Czasem jak jakaś fala walnęła mnie to ledwo na nogach się utrzymywałam. Ale jakoś na szczęście udało nam się przeżyć tę ekscytującą zabawę. Potem poopalałyśmy się jeszcze trochę, pograliśmy w piłkę wodną i gdy słońce chyliło się już ku zachodowi zebraliśmy nasze rzeczy i wróciliśmy do pokoju na kolację. Dzień ten zaczął się inaczej niż inne ale spędziłam go bardzo aktywnie i bardzo chętnie powtórzyłabym go jeszcze kiedyś.

Andrzej Nowak

Jak co roku Warszawskie Koło zorganizowało wyjazd do Kamieńczyka. I jak co roku pojechałem tam. Turnus trwał 3 tygodnie. Zaraz po przyjeździe poszliśmy do pawilonu numer 1. Mieszkaliśmy tam przez cały turnus. Pogodę mieliśmy ładną, słoneczną. Czasem padał deszcz. Było naprawdę fajnie. Mieliśmy fajną panią Kierownik. Robiła nam ciekawe wycieczki, organizowała podchody, kawiarenki i mini playback show. W czasie turnusu miałem urodziny Kupiłem dla wszystkich cukierki. Codziennie rano mieliśmy gimnastykę. Nigdy nie zapomnę tych wakacji.

Mikołaj Scholz

W tym roku miałem długie i ciekawe wakacje, bo już w połowie czerwca wyjechałem za granicę. Rodzice długo przygotowywali się do tej podróży, bo to miał być prezent na Taty 70-te urodziny.

Podróż do położonego ponad 1600 km od Warszawy Arezzo rozłożyliśmy na trzy odcinki. Po nocy spędzonej w Graz (Austria) wyruszyliśmy do Wenecji. To miasto na wodzie nas urzekło i zmartwiło. Urzekło swoją niecodziennością i bogactwem zabytków, a zasmuciło podczas wyprawy gondolą między wąskimi uliczkami tym, że woda podmywając stare mury powoduje ich nieodwracalne niszczenie. Życie w domach zaczyna się od pierwszego piętra, bo to co poniżej to już ruina. Jadąc przez Słowację, Austrię i Włochy mijaliśmy piękne górskie widoki. Trzeciego dnia podróży dojechaliśmy do starego, zabytkowego miasteczka Arezzo w samym sercu pięknej, pagórkowatej Toskani.

Aby dotrzeć do naszego miejsca odpoczynku trzeba było wjechać po stromym krętym zboczu i tam wreszcie był cel naszej podróży winnica Buccia Nera. Czekala już tam na nas moja siostra Ania z mężem Alkiem i dziećmi Julią i Maksem. Przed nami roztaczał się piękny widok na wzgórza pokryte winnicami, drzewami oliwkowymi i lasami piniowymi. Mama zachwycała się alejami wzdłuż których krzewy przepięknej lawendy tworzyły żywopłoty.

Niemal co drugi dzień wybieraliśmy się na wycieczki po okolicy. Najpierw pojechaliśmy do Watykanu i Rzymu. Odwiedziłem grób Papieża, a potem na piechotę dreptaliśmy po Rzymie odwiedzając słynne miejsca jak Panteon, Fontanna Di Trevi czy Schody Hiszpańskie.

Byłem też we Florencji, Siennie i Orvieto, podziwiałem zabytkowe gotyckie katedry, włoskie malarstwo w pałacu Uffizi we Florencji i w każdym miejscu raczyliśmy się włoskim jedzeniem i słynnymi włoskimi lodami.

Po powrocie zaszyliśmy się z Tatą i dziećmi Julką i Maksem oraz ich opiekunką Pauliną na działce na całe dwa miesiące.

Na Taty jubileusz w sierpniu Mama zaprosiła rodzinę i przyjaciół i ucztowaliśmy cały dzień. Po raz pierwszy jadłem pieczonego prosiaczka i muszę powiedzieć, że był bardzo smaczny.

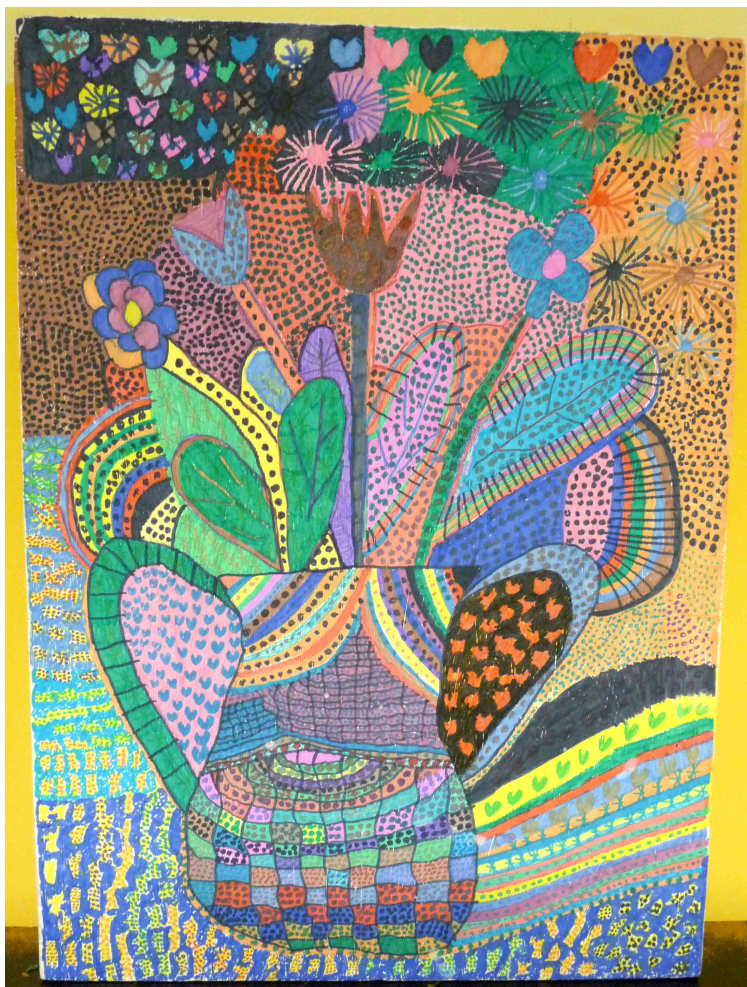
Na zakończenie wakacji 4-go września Tata zabrał mnie na mecz piłkarski na stadion Legii: Politycy kontra Gwiazdy TVN. Stadion imponujący, świetna akustyka i dobra widoczność z każdego miejsca. Specjalnie poszliśmy trochę wcześniej, aby zwiedzić odnowiony stadion. Mecz zakończył się zwycięstwem TVN.



NASZE PRACE



Maskotki z włóczki wykonane przez Małgorzatę Stolarską w pracowni haftu iszycia



Praca wykonana przez Katarzynę Sałkowską w pracowni plastycznej



Praca wykonana przez Joannę Waluszko w pracowni Stolarskiej.



ANIOŁY

Praca wykonana przez Agnieszkę Kłos i Marzenę Zalewską

WIADOMOŚCI SPORTOWE

**WAKACYJNE
NOTATKI SPORTOWE**

Lekkoatletyczne mistrzostwa Świata w południowokoreańskim Daegu.

Paweł Wojciechowski został sklasyfikowany na szóstym miejscu w gronie lekkoatletów na MŚ w Daegu i zdobył złoty medal w skoku o tyczce pokonując wysokość 5,90.

W kolejce po medal na olimpiadzie w Londynie stoi Łukasz Michalski, który chce zdobyć w Londynie olimpijski medal w skoku o tyczce izostać kariologiem.

Mecz Polska – Niemcy

Spotkanie Polska – Niemcy, które zakończyło się remisem 2:2 pokazało, że na Euro 2012 możemy czekać ze spokojem. Mecz na PGE Arena w Gdańsku obejrzało 40 tys. widzów. Do Gdańska zjechali się kibice z całej Polski i fani z Niemiec.

Katastrofa lotnicza w Rosji z udziałem hokeistów.

W dniu 7 lipca w katastrofie lotniczej samolotu Jak-42 zginęli wybitni hokeiści –medaliści igrzysk olimpijskich i mistrzostw świata. Była to drużyna Lokomotivu Jarosławia - trzykrotnego mistrza Rosji. Na pokładzie było 45 osób. Dwie się uratowały, ale dziś zmarła 44 ofiara tego wypadku.

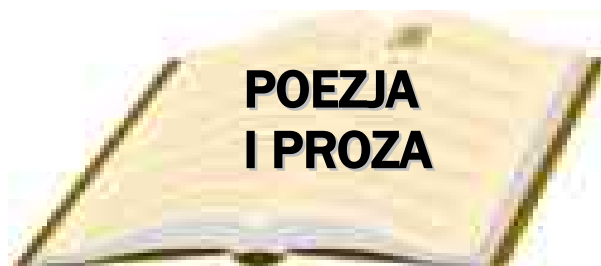
Walka bokerska Kliczko- Adamek

Długo zapowiadana walka Kliczko- Adamek odbyła się na nowym stadionie we Wrocławiu przy 40 tys. widowni w sobotę 10-go września.

O głowę mniejszy Adamek i o kilka kilo szczuplejszy bronił się dzielnie przez 9 rund, ale w 10-tej rundzie sędzia ocenił, że Adamek jest zmęczony i zakończył walkę, a zwycięzcą został Kliczko.

Przeciwnik Adamka po meczu powiedział, że Adamek to twardziel i, że on wciąż nie wierzy, że Polak nie padł po jego ciosie z prawej ręki w drugiej rundzie. Jego zdaniem ten cios był nokautujący.

Nasza reprezentacja na EURO 2012



„Mój tatuś”

Mój tatuś, Kocham go najbardziej
jestem jego córeczką, miłością
jego życia.

Jestem na zawsze, zostałam
tylko ja jedna, ostatnia
z naszej trójki.

Mój tatuś jest dobrym ojcem,
przyjacielem, opiekunem.

Marzył sobie, żeby mieć córeczkę,
przyjaciółkę, która go nigdy nie opuści, nie odejdzie.

Jestem jego niespodzianką od świata,
od życia, od losu, piękną

jak najpiękniejsze tęcze,
promienia słońca zachodniego nad morza.

autor Katarzyna Sałkowska

KĄCIK KULINARNY



Ciasto ze śliwkami

Produkty

- ✕ 2 jajka
- ✕ 4 szkl. mąki
- ✕ 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- ✕ 1 kg. Śliwek węgierek
- ✕ 1 kostka margaryny „Kasia”
- ✕ 1 jogurt (mały)

Wykonanie

Śliwki przepołować i obrać z pestek

Ciasto: Do miski wsypać mąkę, proszek do pieczenia wbić jajka i „Kasię” (rozpuszczoną na ciepło). Wszystko wymieszać mikserem. Wylać na blachę, ułożyć śliwki piec ok. 1 godz. w 180°C.



Katarzyna Uszyńska: Dzień dobry. Jestem redaktorem gazety i chciałabym przeprowadzić z Panem wywiad?

Krzysztof Cieplota: Dzień dobry. Chętnie udzielę Wam wywiadu.

K.U. : Czy mogłaby się nam Pan przedstawić?

K.C.: Nazywam się Krzysztof Cieplota.

K.U. : Gdzie Pan mieszka? Z kim?

K.C.: Mieszkam w Warszawie na Mokotowie razem z moją mamą.

K.U. : Jak długo Pan chodzi do ośrodka?

K.C.: Chodzę tu już 12 lat – od samego początku istnienia naszego ośrodka.

K.U. : A czy lubi Pan przychodzić? Dlaczego?

K.C.: Bardzo lubię tu przychodzić, bo mam kolegów i pracę.

K.U. : Którą pracownię lubi Pan najbardziej i dlaczego?

K.C.: Nie mam jednej ulubionej pracowni. Wszystkie lubię jednakowo.

K.U. : Czy lubi Pan kolegów i koleżanki?

K.C.: Tak, Bardzo.

K.U. : Kogo Pan lubi najbardziej?

K.C.: Najbardziej lubię dziewczyny: Kasię Sałkowską, Kasię Uszyńską i Monikę Skrodzką. A z chłopaków Krzysia Wojnickiego, Wojtka Kwiał i Andrzeja Nowaka to moi przyjaciele

K.U. : Jak Pan lubi spędzać wolny czas?

K.C.: W wolnym czasie oglądam telewizję, słucham radia, gram w piłkę a kolegą, opiekuję się moimi zwierzętami, trochę pomagam mamie.

K.U. : Czy lubi Pan muzykę i jaką?

K.C.: Bardzo lubię, szczególnie disco-polo.

K.U. : Czym Pan się interesuje?

K.C.: Interesuję się piłką nożną, samochodami, telefonami komórkowymi i zwierzętami.

K.U. : Gdzie Pan lubi wyjeżdżać na wakacje?

K.C.: Wakacje najbardziej lubię spędzać nad morzem.

K.U. : Czy Pan ma jakieś zwierzątko i jakie?

K.C.: W domu mam kota- Misię i rybki.

K.U. : Czy podoba się Pan nasza gazetka?

K.C.: Tak, Bardzo.

K.U. : Dziękujemy za wywiad.



„Mój świat”

Kiedy słońce w piątek świeci
Serce mi do góry wzlata,
Że w sobotę wezmę plecak
W podróż do mojego świata.

Ref.

Bo ja mam tylko jeden świat
Słońce, góry, pola, wiatr
I nic mnie więcej nie obchodzi
Bom turystą się urodził.

Dla mnie w mieście jest za ciasno
Wśród pojazdów, kurzu, spalin
Ja w zieloną jadę ciszę
W ścieżki pełne słodkich malin.

Myślę leżąc pośród kwiatów,
Lub w jęczmienia żółtym łanie
Czy przypadkiem za pół wieku
Coś z tym światem się nie stanie.

I Chciałbym, żebym ten mój świat
Przetrwał jeszcze z tysiąc lat,
I żeby mogły nasze dzieci
Z tego też się cieszyć.



PO WARSZAWIE

Muzeum Kolejnictwa w Warszawie

Muzeum Kolejnictwa w Warszawie znajduje się w budynku byłego Dworca PKP Warszawa Główna Osobowa, nieopodal stacji PKP Warszawa Ochota. Do zwiedzania oferuje ekspozycje stałe (historyczne) i czasowe, dużą ekspozycję modeli kolejowych w salach wystawowych oraz wystawę zabytkowego taboru normalnotorowego na wydzielonych torach w skansenie.

Myśl o utworzeniu Muzeum Kolejnictwa zrodziła się wśród kolejarzy wraz z odzyskaniem niepodległości w 1918 roku. Ogrom pracy i trudności, na jakie napotymano przy uruchamianiu bardzo zniszczonego transportu kolejowego, oddaliły realizację tego zamiaru na dalsze lata. Okolicznościami, które przyspieszyły powołanie Muzeum Kolejnictwa były początkowo Targi Wschodnie we Lwowie w 1927 roku, na których urządzono pawilon komunikacji, a następnie w roku 1929 Powszechna Wystawa Krajowa i w roku 1930 Międzynarodowa Wystawa Komunikacji i Turystyki w Poznaniu. Wiele cennych eksponatów z dziedziny kolejnictwa zaprezentowanych w postaci modeli, makiet, tablic poglądowych po zakończeniu wystaw zgromadzono w niewielkim (niespełna 200

m2) pomieszczeniu na Dworcu Głównym w Warszawie.

Energiczne i zdecydowane działania pracowników resortu, pod bezpośrednim nadzorem Ministra Komunikacji, doprowadziły do powołania Muzeum Kolejowego i przydzielenia na ten cel budynku przy ulicy Nowy Zjazd 1 - naprzeciwko Zamku Królewskiego w Warszawie. Uroczystego otwarcia Muzeum, w obecności znaczących osobistości rządu, ministerstw, placówek kultury dokonano 13 grudnia 1931 roku. Na powierzchni około 900 m², w 19 działach zaprezentowano dokumenty, fotografie, książki, wiele modeli i makiet. Do roku 1939 Muzeum zgromadziło ponad 4 tysiące eksponatów, w tym blisko 400 modeli, 250 tablic i wykresów, ponad 550 fotografii oraz 8 tysięcy książek. Nieprzystosowany do tego typu działalności budynek nie pozwalał na eksponowanie większych i cięższych maszyn i urządzeń, które gromadzono w magazynach dworcowych. Dlatego w planach przewidywano przeniesienie Muzeum na jedną z warszawskich stacji, gdzie miano gromadzić i eksponować również zabytkowy tabor i urządzenia kolejowe.

W okresie powojennym próbę ponownego zorganizowania Muzeum podjęto w roku 1946. Początkowo zaczęto gromadzić dokumenty i eksponaty w Pilawie. Pozyskaną, niewielką ilość zbiorów, przeniesiono do Bytomia. Na przełomie lat 1956-57 działalność Muzeum ustała.

Decyzję o kolejnym powołaniu Muzeum Kolejnictwa podjął Minister Komunikacji w roku 1972, wyznaczając na jego siedzibę Dworzec Warszawa Główna Osobowa. W okresie od 1972 r., tj. od powołania Muzeum Kolejnictwa, systematycznie powiększano zbiory i rozszerzano działalność merytoryczną, głównie związaną z historią kolejnictwa na Ziemiach Polskich. W Warszawie - wraz ze zmniejszającą się rolą Dworca Głównego przybywało powierzchni wystawienniczych i zaplecza. Po udostępnieniu Muzeum niewielkiej powierzchni (ok. 250 m²) w pomieszczeniach jeszcze czynnego dworca Warszawa Główna, zaczęto gromadzić i równocześnie eksponować pamiątki związane z historią kolejnictwa w Polsce.

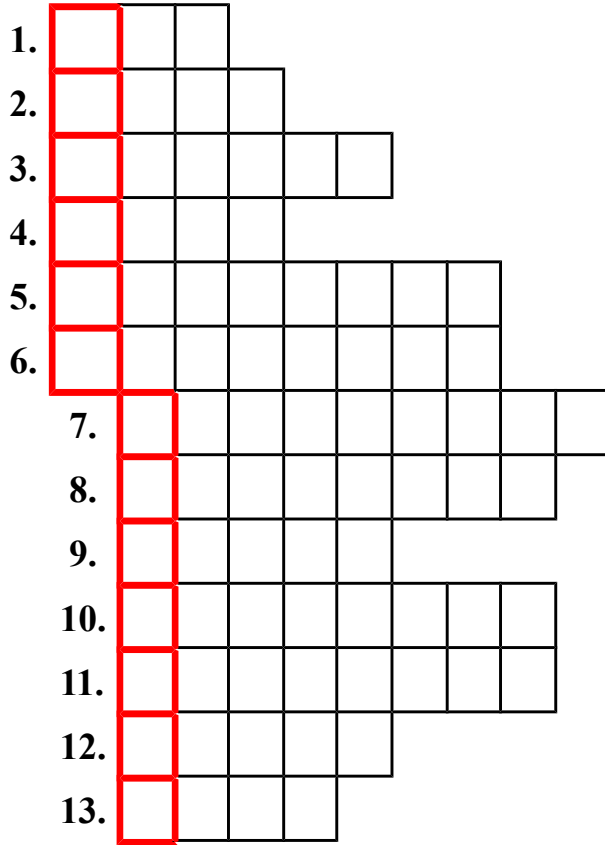
Finalnie Muzeum otrzymało dwie sale wystawowe o powierzchni ok. 800 m² oraz wydzielono tory stacyjne gdzie zgromadzono zabytkowe pojazdy. W salach na wystawach stałych prezentowane są: historia kolei na Ziemiach Polskich od roku 1845 do okresu obecnego, początki kolei na świecie oraz wybrane eksponaty ze zbiorów Muzeum. Oprócz informacji fotograficzno-tekstowej, na ekspozycji można obejrzeć wiele modeli taboru kolejowego, sztandary pracowników kolejowych z okresu międzywojennego, zegary i zegarki, lampy, telefony i mundury kolejowe, dokumenty i wiele innych związanych z historią kolejnictwa. Oprócz wystaw stałych Muzeum organizuje wystawy czasowe, najczęściej związane z wydarzeniami rocznicowymi na kolei, jak również o innej tematyce, np. obrazy oraz fotografie związane z funkcjonowaniem kolei. Obecnie Muzeum oprócz zwiedzania sal wystawowych i skansenu oferuje również organizację różnorodnych imprez, zabaw oraz lekcji muzealnych w dawnej restauracji Dworca Warszawa Główna.

Rok 2011 jest rokiem szczególnym dla Muzeum, ze względu na przypadający jubileusz 80-lecia istnienia tej instytucji.

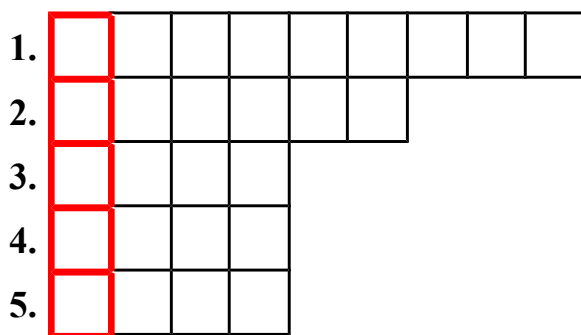
Opracowała: Katarzyna Uszyńska

ROZRYWKA

Uśmiechnij się



1. Zwierzę, które chodzi swoimi drogami
2. Wyglądamy przez nie na świat
3. Osoba opiekująca się dziećmi
4. „tańcowała... z nitką”
5. Imię Królowej angielskiej
6. Słodkie – dawane na urodziny
7. Małe zwierzątko z rudą kita
8. Zbiór liter
9. Wylatuje przez niego dym
10. Dom dla studentów
11. Jeden z letnich miesięcy
12. Mądrzejsze od kury
13. Dom eskimosa



1. Pomarańczowy owoc południowy
2. Pracuje w polu
3. Imię Małysza
4. Ciągłe płynie
5. Popularne psie imię

Ułożył Wojtek Kwil



- Baco, macie takiego małego pieska i wieszacie na furtce napis : „UWAGA PIES” ?
- A bo mi go już 3 razy zdeptali...



W przeręblu kapie się bacia. Przechodzący turysta pyta go:

- Baco, a nie zimno wam?
- Ni.
- To co, gorąco wam?
- Ni.
- To jak wam?
- Józwa.



Mama pyta Jasia:

- Dlaczego tak późno wracasz do domu?
- Bo bawiliśmy się w pociąg, który miał godzinę opóźnienia!



- Jaka jest różnica między zwykłym zającem a latającym?
- Latający ma na plecach orła.



W restauracji.

- Kelner, co może nam pan polecić?
- Proponuję płonącą zupę fasolową, płonący sznycel a na deser płonące lody.
- A co to za okazja, że wszystko podajecie płonące?
- Mamy właśnie mały pożar w kuchni.

OGŁOSZENIA

- W czwartek, 22.09.2011, rozpoczęły się treningi sportowe w Szkole podstawowej na Żoliborzu prowadzone przez trenerów drużyny baseballowej „Schaby”. Są one kontynuacją zajęć, które odbywały się przed wakacjami. Spotkania będą odbywały się w każdy czwartek dla wyznaczonej grupy. Naszymi zawodnikami opiekują się terapeutki Danuta Kaczmarek i Katarzyna Zduńska. Osobom wyznaczonym przypominamy, że w każdy czwartek powinny mieć ze sobą stój sportowy i małą wodę. Zajęcia odbywają się w godzinach 11.45-12.45. Powrót do Ośrodka około godziny 14.
- Zwracam się z prośbą o przekazanie zużytych opakowań po dezodorantach kulkowych, które będą wykorzystywane do zajęć plastycznych.

Z góry dziękuję
Agnieszka Kaczmarek

Zaproszenie

*Środowiskowe Domy Samopomocy z Dzielnicy Bielany i Mokotów
we współpracy z Urzędem Dzielnicy Bielany i Urzędem Dzielnicy Mokotów
zapraszają na konferencje*

„Osoba z zaburzeniami psychicznymi – poznaj mnie”
, które odbędą się

- **Na Bielanych** - 11 października 2011 r. w sali Bielańskiej Sceny Kameralnej

Urzędu Dzielnicy Bielany ul. Żeromskiego 29 w godz. 10.00-14.00

- **Na Mokotowie** - 12 października 2011 r. w Centrum Łowicka ul. Łowicka 21 w godz. 10.00-14.00

W trakcie spotkania zaprezentujemy problematykę związaną z niepełnosprawnością intelektualną i chorobą psychiczną oraz doświadczenia w pracy na rzecz tych środowisk. Konferencji towarzyszyć będzie wystawa prac uczestników zajęć DŚDS Mokotów oraz ŚDS nr 2 Bielany a także przedstawienie teatralne pt. „Romeo i Julia” w wykonaniu osób z niepełnosprawnością intelektualną ŚDS nr 1 Bielany. Wszystkie zainteresowane osoby serdecznie zapraszamy

Nasi partnerzy:

Urząd Dzielnicy Bielany i Urząd Dzielnicy Mokotów m.st Warszawy

Ośrodki Pomocy Społecznej z Dzielnic Bielany i Mokotów

Oddział Psychiatryczny – IV Klinika Psychiatrii Instytutu Psychiatrii i Neurologii, Szpital Bielański

Stowarzyszenie Rodzin i Opiekunów Osób z Zespołem Downa „Bardziej Kochani”

Bródnowskie Stowarzyszenie Przyjaciół i Rodzin Osób z Zaburzeniami Psychicznymi „Pomost”

Warszawskie Koło Polskiego Stowarzyszenia na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym

Stowarzyszenie Rodzin i Przyjaciół Osób z Zaburzeniami Psychicznymi INTEGRACJA

Konferencja „**Osoba z zaburzeniami psychicznymi-poznaj mnie**” będzie zorganizowana na terenie dwóch warszawskich dzielnic Bielany i Mokotowa.

Ustawa o Ochronie Zdrowia Psychicznego z 19 sierpnia 1994 r. wprowadziła nazwę „osoba z zaburzeniami psychicznymi” określając nią dwie zupełnie odrębne kategorie osób niepełnosprawnych – osoby chore psychicznie i osoby upośledzone umysłowo (niepełnosprawne intelektualnie). Obie te grupy wymagają zupełnie innej pomocy medycznej, socjalnej, rehabilitacyjnej i środowiskowej. Niejasna terminologia powoduje, że są one często mylnie odbierane przez środowiska, w których żyją. Treści programowe konferencji zostały tak dobrane, by w prosty, przystępny sposób przekazać zaproszonym gościom podstawowe informacje o osobach z zaburzeniami psychicznymi, uwzględniając specyfikę tych dwóch grup osób niepełnosprawnych. Zaproszeni eksperci z obu dziedzin przedstawią zarówno różnice jak i podobieństwa w potrzebach obu środowisk, formach terapii, leczenia, sytuacji rodzin, perspektywach życia, aktywizacji zawodowej, formach mieszkalnictwa, itp. Organizacje pozarządowe zaproszone do partnerstwa, przedstawią formy wsparcia i pomocy jakie oferują osobom chorym psychicznie i niepełnosprawnym intelektualnie. Zostanie też zaprezentowana twórczość uczestników zajęć z ŚDS-ów organizujących konferencję.