

NASZ ŚWIAT POD SIÓDMYM



Gazeta
Dzielnicowego Środowiskowego
Domu Samopomocy
ul. Górska 7 w Warszawie

numer 4 (maj 2010r.)

cena 1zł

Od redakcji

I oto powstał już czwarty numer naszej gazetki. Jak zwykle staraliśmy się, aby była ona ciekawa. Ciągłe się rozwijamy i szukamy nowych tematów, które moglibyśmy opisać. Nowością w tym numerze jest Kącik dobrej książki Rafała Muscha oraz Sonda wakacyjna Andrzeja Nowaka. Mamy nadzieję, że każdy z czytelników znajdzie coś ciekawego. Nasi redaktorzy pracują nad tym, aby w naszej gazetce znalazło się dużo ciekawych informacji.

Cieszymy się bardzo, że nasza praca się państwu podoba i mamy nadzieję, że będzie tak nadal.

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** (wydarzenia minionego miesiąca)
5. **Andrzej Nowak** (wywiady)
6. **Mikołaj Scholz** (redakcja sportowa)

Opiekun: **Katarzyna Zduńska**

Skład i druk: **Jacek Michalski**

SOLENIZANCI I JUBILACI

W kwietniu urodzinowe i imieninowe życzenia przyjmują:

Urodziny

06.06 - Robert Jendruczek
14.06 - Tomasz Gniatkowski
21.06 - Danuta Kaczmarek



Imieniny

24.06 - Danuta Kaczmarek

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



CO OZNACZĄ NASZE IMIONA ?

Danuta

Imię pochodzenia litewskiego. Osoba o tym imieniu jest dobrym organizatorem. Odważna w wypowiedaniu myśli, choć nie zawsze dobrze przemyślanych ocen postępowania innych ludzi. Towarzyska, lubi wesoły i ruchliwy tryb życia, podróże i częste pochwały. Sprawiedliwa, inteligentna. Często chwiejna i uparta. Ma w sobie wiele energii i temperamentu. Z pozoru nieśmiała, lubi podkreślać swoją niezależność i oryginalność. Jest skrupulatna, wnikliwa i pracowita. Pociągają ją takie stanowiska, na których mogłoby się wybić i zabłysnąć (zwłaszcza sport i estrada). Jest koleżeńska i szczerą, o dużej kulturze osobistej. Chętnie przyjmuje pomoc innych osób, ale gdy nie ma takiej możliwości, doskonale radzi sobie sama. Zdarza się jej popadać w melancholijne zamyślenia. Ma wokół siebie mnóstwo przyjaciół i potrafi się znaleźć w każdym towarzystwie.

WYDARZENIA MINIONEGO MIESIĄCA

5 maja 2010 r.

Grupa z pracowni stolarskiej pojechała wraz z terapeutą Mariuszem Wierzbickim na warsztaty muzyczne do ŚDS przy ul. Suwalskiej na Bródnie. Wszyscy razem muzykowaliśmy, śpiewaliśmy wesołe piosenki, graliśmy na różnych instrumentach. Gospodarze przygotowali także skromny poczęstunek, kawę i herbatę.

Było bardzo fajnie i miło. Poznaliśmy tam nowych kolegów.

red.: Andrzej Nowak

7 maja 2010 r.

Pięcioosobowa drużyna wzięła udział w Eko – pikniku zorganizowanym przez Ośrodek przy ul. Rozłogi 10, na Bemowie. Każdy zaproszony Dom miał za zadanie przygotować strój z materiałów ekologicznych, napisać krótki

wierszyk o tematyce ekologicznej i zaprezentować swoją wiedzę ekologiczną. Przygotowaliśmy się bardzo solidnie do poszczególnych konkursów. Drużyna w składzie: Katarzyna Sałkowska, Monika Skrodzka, Małgorzata Stolarska, Edyta Sołtysiak i Rafał Musch, pod opieką terapeutek Anety Maszynowskiej i Katarzyny Zduńskiej, pojechała na piknik. Bawiliśmy się bardzo dobrze. Oprócz konkursów organizatorzy przygotowali też inne atrakcje. Były warsztaty muzyczne, gdzie graliśmy na różnych instrumentach, były różne quizy. Jedliśmy pyszny bigos przygotowany przez uczestników zajęć i różne słodkości również przygotowane przez Pracownię Kulinarną. Na zakończenie Eko – pikniku była dyskoteka, na której grał specjalnie zaproszony zespół muzyczny.

Zabawa była wyśmienita. Nasza Gosia Stolarska wcale nie chciała wracać do ośrodka.

red.: Monika Skrodzka, Rafał Musch

14 maja 2010 r.

Czteroosobowa drużyna w składzie: Katarzyna Uszyńska, Marek Iżykowski, Krzysztof Ciepłota i Tomasz Gniatkowski pojechała pod opieką terapeuty Mariusza Wierzbickiego na X Turniej Tenisa Stołowego ŚDS do Ostrowi Mazowieckiej. Dojechaliśmy na miejsce i dostaliśmy opiekunkę na czas turnieju. Zaprowadziła nas do szatni, żebyśmy mogli przebrać się i poszliśmy na salę gimnastyczną. Staliśmy w rzędzie jeden za drugim, bo szliśmy jak na paradzie sportowej. Byli tam wszyscy organizatorzy. Najpierw były piosenki, a potem rozgrywki. Spotkaliśmy starych znajomych i poznaliśmy nowych przyjaciół. Po rozrywkach poszliśmy na ciepły posiłek. Po obiedzie dostaliśmy dyplomy, medale i prezenty. Wracaliśmy szczęśliwi i zmęczeni w bardzo dobrych humorach.

red.: Katarzyna Uszyńska

21 maja 2010 r.

Wybraliśmy się na Pielgrzymkę do Kościoła p.w. św. Stanisława Kostki na Żoliborzu, zorganizowaną przez naszych kleryków Wojtka i Michała. Pojechaliśmy tam, aby odwiedzić grób ks. Jerzego Popiełuszki, a także zwiedzić Muzeum poświęcone życiu, posłudze kapłańskiej i męczeńskiej śmierci ks. Jerzego. Po Muzeum oprowadzała nas przewodniczka Ewelina i ks. Michał. Weszliśmy również do Kościoła, gdzie ks. Jerzy odprawiał swoje solidarnościowe Msze św., na które przechodziły ogromne rzesze ludzi. W kościele widzieliśmy historyczny krzyż, który postawili robotnicy w Hucie Warszawa, a który później został przeniesiony do tego Kościoła. Na koniec pomodliliśmy się wspólnie. Pielgrzymka była bardzo udana. Mieliśmy piękną

słoneczną pogodę. Dodatkowo atrakcją była podróż metrem. Na pamiątkę naszej pielgrzymki dostaliśmy od ks. Michała obrazki z wizerunkiem ks. Jerzego Popiełuszki i modlitwą dziękczynną za jego kapłaństwo.

red.: Monika Skrodzka, Andrzej Nowak

27 maja 2010 r.

Grupa z pracowni stolarskiej pod opieką terapeuty Mariusza Wierzbickiego pojechała do zaprzyjaźnionego WTZ – u przy ul. Deotymy na wspólne muzykowanie. Wszyscy się dobrze bawili. Po zajęciach gospodarze przygotowali słodki poczęstunek, kawę i herbatę. Wróciliśmy do Ośrodka bardzo zadowoleni.

red.: Rafał Musch

NASZE PRACE



Praca wykonana w pracowni haftu i szycia. Przez Edytę Sołtysiak.
Kolczyki wykonane są haftem RICHELIEU.



Prace wykonane w pracowni ceramicznej.
Przez Krzysztofa Wojnickiego. Miska Ażur wykonana wałeczkami.



Praca wykonana w pracowni plastycznej,
przez Katarzynę Sałkowską, Renatę Tolak i Katarzynę Uszyńską.
Obraz „Cztery pory roku” wykonany techniką AKRYLOWĄ
**Obraz był wykonany na konkurs plastyczny z organizowany
przez PFRON.**

Temat konkursu: „Cztery pory roku”



Praca wykonana w pracowni stolarskiej.
Przez Katarzynę Uszyńską, Renatę Tolak i Marzenę Zalewską. .

WIADOMOŚCI SPORTOWE

26 kwietnia 2010 r.

Trzy walki w wadze ciężkiej i trzy zwycięstwa. Tomasz Adamek pokonuje Chrisa Arreolę udowodnił, że stawianie go w gronie pretendentów do mistrzostwa świata królewskiej kategorii wagowej nie jest dziełem przypadku. Adamek raz jeszcze pokazał, że w odróżnieniu od wielu pięściarzy myśli ba ringu. W walce z Arreolą miał nakreśloną prostą taktykę. Korzystając z różnicy szybkości trafiał Chrisa krótką serią ciosów, aby potem odskakiwać poza zasięg ramion silniejszego rywala.

Prasa amerykańska jest pełna podziwu dla Adamka, który pomimo znacznie mniejszej wagi ciała zwyciężył. Jedna z gazet USA zaznaczono również, że zwycięstwo Górala dało duży powód do radości Polakom w perspektywie ich ostatniej narodowej tragedii narodowej. Pojawiła się również wzmianka o 10 gongach, które wybrzmiały przed walką w hołdzie ofiarom katastrofy pod Smoleńskiem.

red.: Mikołaj Scholz

8 maja 2010 r.

Stołeczna Legia spotkała się w Warszawie z mistrzem Polski, Wisłą Kraków. Mistrz Polski wygrał ten mecz. Obrońca Legii, Jakub Rzeźniczek skomentował tak: „Wisła obnażyła wszystkie nasze słabości. Zagraliśmy bardzo słabo i jedyny Pozytywny aspekt tego meczu to fakt, że przegraliśmy tylko 0:3”.

red.: Mikołaj Scholz

9 maja 2010 r.

Robert Kubica z teamu Renault zajął ósme miejsce wyścigu o Grand Prix Hiszpanii, piątej eliminacji tegorocznych Mistrzostw świata Formuły 1.

Jak zdradził Polak większość dystansu pokonywał z uszkodzonym przednim skrzydłem bolidu, który uszkodził mu pojazd Japończyka.

red.: Mikołaj Scholz

15 maja 2010 r.

W końcu niespodziewanym mistrzem Polski w piłce nożnej został Lech Poznań. A złożyło się na to kilka wpadek poprzedniego mistrza Wisły Kraków. Między innymi remis z Cracovia 1:1 przez samobójczą bramkę Mariusza Jopa.

Lech Poznań po pokonaniu Zagłębia Lublin zdobył szóste w historii mistrzostwo kraju.

red.: Mikołaj Scholz

15 maja 2010 r.

Krzysztof „Diablo” Włodarczyk w sobotniej walce pokonał Włocha Giacobbe Fragomeniego w pojedynku o pas mistrza świata wagi junior ciężkiej federacji WBC. Do piątej rundy walka nie przyniosła większych emocji. W szóstej rundzie „Diablo” rozciął łuk brwiowy Fragomeniego i położył go na deski. W ósmej rundzie Włodarczyk drugi raz położył przeciwnika, który nie chciał dalej kontynuować walki i tym samym „Diablo” zdobył pas mistrza świata.

red.: Mikołaj Scholz

16 maja 2010 r.

Robert Kubica jest zadowolony ze swojego trzeciego miejsca w Gran Prix Monako. „Bądźmy realistami trzecie miejsce to rewelacyjny wynik” - stwierdził na konferencji po zawodach. Szef działu silnikowego Renault Remi Taffin po wyścigu w Monako miał wiele powodów do zadowolenia. Nie dość, że Kubica zajął fantastyczną trzecią lokatę, to całe podium należało do kierowców, których bolidy napędzane były silnikami Renault.

red.: Mikołaj Scholz



„Kochać”

Panie, tak bardzo pragnę jakiegoś człowieka,
który by mnie rozumiał, i któremu mogłabym
wszystko powiedzieć.

Pragnę jakiegoś człowieka, który by mnie kochał szczerze.
Pozwól znaleźć mi kogoś, kto miłością nie tylko się bawi.
Pozwól mi światłem, dobrocią niewinną kochać!

autor Katarzyna Sałkowska

„Tato”

Pamiętam, zamyśliłeś się na chwilę Tatusiu,
Jakbyś chciał wspomnieniami potrącić
najcieńszą strunę myśli.
Jako maleńkie dzieciąteczko
przy każdym wieczornym pacierzu
modliłam się, aby pozostać dobrą.
I wtedy w moich snach pojawiło się
cudowne drzewo, które karmiło ciebie
owocami szczęścia.
Drzewo to nie słuchało pór roku,
nie bało się mrozu,
ciągle rozdawało swoje owoce serca.
Nagle poczułeś jak jemu serce uderza coraz mocniej
i zrozumiałeś, że to właśnie w tej chwili
dojrzewają w nim owoce wdzięczności.
autor Katarzyna Sałkowska

„Wesoły dzięcioł”

Dawno, dawno temu w pięknym zielonym lesie żył sobie dzięcioł. Był on jednym z najbardziej lubianych ptaków w okolicy, był dusza leśnego towarzystwa. Przy nim nikt nigdy nie był smutny. Wszędzie gdzie się zjawiał niósł radość i uśmiech, pogoda ducha i spokój nigdy go nie opuszczały. Na swojej życiowej drodze spotykał wiele różnych zwierząt, a także swoich braci ptaków, którym starał się pomóc. Często była to rozmowa, wspólne spędzenie czasu, pomoc zwierzętom w czynnościach życia codziennego. Wesoły dzięcioł był niezwykłym ptakiem ponieważ zamiast stukać w drzewa stukał w serca zwierząt, które los postawił mu na drodze.

Pewnego dnia gdy dzięcioł sobie fruwał po okolicy spotkał smutnego kanarka, który siedział zamknięty w klatce. Podfrunął pod jego klatkę, odtworzył ją i pomógł mu wyjść na zewnątrz. Dwa ptaszki miło spędzili czas ze sobą. Uśmiech z twarzy kanarka nie zniknął, wesoły dzięcioł pokazywał mu miejsca, których nigdy wcześniej ptaszek nie widział. Kanarek był zachwycony pięknem przyrody i otaczającymi go głosami.

Pewnego słonecznego poranka, gdy wesoły dzięcioł sobie fruwał spotkał smutną jaskółkę i postanowił jej pomóc. Porozmawiał z nią, swoimi wesołymi tekstami poprawił jej humor, wiedziała, że zawsze może z nim porozmawiać. Od tej pory wesoły dzięcioł, kanarek i jaskółka pomagali sobie nawzajem i swoją pomoc nieśli innym zwierzętom.

autor Marta Benicka

KĄCIK KULINARNY



Ciasto z kaszą manną

Produkty

1 litr mleka
1 szklanka cukru
1 margaryna
1 szklanka kaszy manny
1 łyżka kakao
5 paczek herbatników (na dużą blachę)

Wykonanie

Mleko, margaryna, kakao i cukier zagotować. Szklanką mleka zalać kaszę manną na krótko przed użyciem. Do gotującego mleka wlać namaczaną kaszkę i jeszcze raz zagotować, cały czas mieszając. Ułożyć herbatniki na blasze, włożyć na nie masę i przykryć drugą warstwą herbatników. Na wierzch poleć polewą kakaową.*.

*Polewa kakaowa:

Produkty

½ kostki margaryny
6 łyżek cukru
3 łyżki kakao

Wykonanie

Gotować wszystko razem do uzyskania gęstej konsystencji.

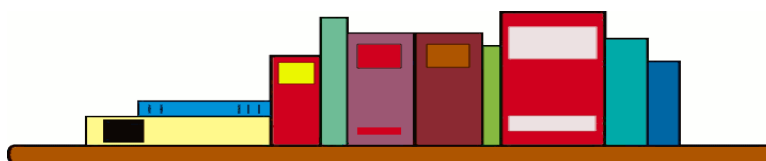
Salatka makaronowa

makaron kokardki
2 grube plastry szynki
3 pomidory
4 średnie ogórki konserwowe
pęczek natki pietruszki
pęczek szczypiorku

sól
pieprz
majonez

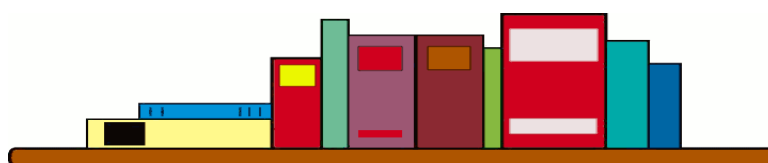
Wykonanie

Makaron ugotuj w osolonej wodzie. Gdy wystygnie, dodaj szynkę pokrojoną w kostkę, następnie pomidory i ogórki również pokrojone w kostkę. Posiekaj natkę i szczypiorek i dodaj do całości. Dopraw do smaku solą i pieprzem. Na koniec dodaj majonez i wymieszaj, odstaw na 2 godz. do lodówki.



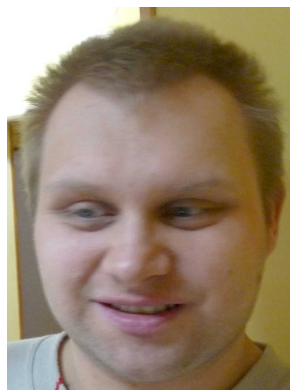
Kącik dobrej Książki Andrzeja Nowaka

Wszystkim polecam książkę Henryka Sienkiewicza pt. „Ogniem i mieczem.” Jest ona pierwszą częścią Trylogii, opowiada o perypetiach życiowych młodego rycerza – Jana Skrzetuskiego. Kiedy był posłem książęciem poznał Helenę Kurcewiczównę i zakochał się w niej. Młodzi wyznali sobie miłość. Okazało się, że Skrzetuski ma rywala do ręki pięknej Heleny – kozaka Bohuna. Sienkiewicz na tle wydarzeń historycznych opisuje zawile losy naszych bohaterów, którzy musieli przeżyć wiele groźnych przygód, aby wreszcie mogli się pobrać. Moim zdaniem książka ta jest bardzo ciekawa i czyta się ją jednym tchem.



Kącik dobrej Książki Rafała Muscha

Polecam przeczytać książkę pt. „Latarnik” autorstwa Henryka Sienkiewicza. Jest to opowieść o człowieku mieszkającym w latarni morskiej na wyspie. Co noc człowiek ten wychodził i zapalał latarnię. Pewnego dnia dostał paczkę z książkami, w której był również „Pan Tadeusz” Adama Mickiewicza. Nasz bohater tak się zaczytał, że zapomniał włączyć nocą latarnię. Przez jego zaniedbanie statek przepływający obok latarni rozbił się o skały. Latarnik po tym wydarzeniu niestety stracił pracę. Jest to nowela, która bardzo mi się podobała.



Andrzej Nowak: Dzień dobry. Jestem redaktorem gazety i chciałbym przeprowadzić Panem wywiad?

Maciej Dorożala: *Dzień dobry.*

A.N.: Czy mógłby się nam Pan przedstawić?

M.D.: *Nazywam się Maciej Dorożala, pseudonim – Szuwarek.*

A.N.: Gdzie Pan mieszka? Z kim?

M.D.: *Od urodzenia mieszkam w Warszawie na Mokotowie razem z moją rodziną.*

A.N.: Jak długo Pan chodzi do ośrodka?

M.D.: *Chodzę do ośrodka od początku jego istnienia, czyli już 10 lat.*

A.N.: A czy lubi Pan przychodzić? Dlaczego?

M.D.: *Bardzo lubię, bo lubię haftować, stolarkę, glinę – lubię pracować w pracowniach. Lubię też przychodzić bo są wycieczki, występy artystyczne.*

A.N.: Którą pracownię lubi Pan najbardziej i dlaczego?

M.D.: *Najbardziej lubię ceramikę, bo lubię produkować miski i lubię panią Danusię.*

A.N.: Czy lubi Pan kolegów i koleżanki?

M.D.: *Tak*

A.N.: Kogo Pan lubi najbardziej?

M.D.: *Roberta Jendruczka, Małgośię Stolarską, Marzenę Zalewską. Lubię wszystkich bez wyjątku.*

A.N.: Jak Pan lubi spędzać wolny czas?

M.D.: *Wolnym czasie śpiewam do mikrofonu, relaksuję się. Lubię też karaoke.*

A.N.: Czy lubi Pan muzykę i jaką?

M.D.: *Bardzo lubię, a najbardziej disco – polo i piosenki o miłości.*

A.N.:Czym Pan się interesuje?

M.D.: *Interesuję się oglądaniem filmów na video, radiem, gotowaniem, pociągami. Lubię podróżować.*

A.N.:Gdzie Pan lubi wyjeżdżać na wakacje?

M.D.: *Lubię jeździć do Aten na Mazurach, do Wrocławia, do Kamieńczyka na kolonie.*

A.N.:Czy Pan ma jakieś zwierzątko i jakie?

M.D.: *Tak, mam pręgowatego kota Kacpra. Czasem daję mu jeść.*

A.N.:Czy podoba się Panu nasza gazetka?

M.D.: *Tak*

A.N.:Dziękujemy Panu za wywiad.

Wywiad przeprowadził Andrzej Nowak

PODZIĘKOWANIA

- Chcielibyśmy bardzo serdecznie podziękować Państwu Małgorzacie i Januszowi Szczepańskim, rodzicom Asi, za podarowanie redakcji gazetki kompletu tuszów do drukarki. Jesteśmy bardzo wdzięczni za ten dar. Dzięki niemu pieniądze zebrane podczas sprzedaży gazetki będziemy mogli przeznaczyć na kupno tonera do xero. Jeszcze raz dziękujemy bardzo!

Redakcja

- Za pośrednictwem gazetki Pracownia Haftu i Szycia chce bardzo podziękować Pani Dyrektor Ewie Wąsik za przekazanie materiałów do terapii w postaci kolorowych włóczek, nici i koronek. Materiały te na pewno bardzo nam się przydadzą i zostaną wykorzystane. Jeszcze raz bardzo dziękujemy.

Pracownia Haftu i Szycia



SONDA WAKACYJNA ANDRZEJA NOWAKA

Pewnego dnia postanowiłem przeprowadzić wśród koleżanek i kolegów sondę na temat ich planów wakacyjnych. Nie wszystkie osoby wiedziały, co będą robić w wakacje. A oto wyniki mojej sondy. Maciej wybiera się na

kolonie do Kamieńczyka i na działkę do Aten. Mikołaj Scholz zamierza spędzić wakacje na działce. Anna Nasiłowska i Agnieszka Szymańska wybierają się nad morze. Monika Skrodzka planuje pojechać do Hiszpanii na wyspę Menorkę.

Agnieszka Makowska była już w Grecji na wyspie Zakynthos. Kasia Uszyńska zamierza odwiedzić wujka w Szczecinie. Marek tradycyjnie wyjeżdża w Tatry – do Zakopanego. Krzysztof Wojnicki zamierza spędzić wakacje na działce. To na razie wszystkie informacje, jakie udało mi się zebrać. Jak tylko dowiem się czegoś więcej, zaraz o tym napiszę

red.: Andrzej Nowak

OGŁOSZENIA

1. Informujemy, że w piątek 4 czerwca 2010 r. Ośrodek będzie nieczynny
2. Dnia 7 czerwca 2010 r. w Kościele p.w. św. Kazimierza na ul. Chełmskiej o godzinie 10.30 odbędzie się uroczystość I komunii św. i przyjęcie sakramentu Bierzmowania przez uczestników naszego Ośrodka. Sakramentu udzieli biskup Tadeusz Pikus.
3. Bardzo dziękujemy wszystkim za tak aktywny odzew na naszą prośbę o przynoszenie materiałów ekologicznych. Musimy jednak zweryfikować nasz apel, ponieważ ze względów bezpieczeństwa nie zbieramy materiałów szklanych. Nie zbieramy również puszek po piwie, ponieważ nie możemy wykorzystywać publicznie opakowań po alkoholach. Jeszcze raz dziękujemy za tak duży odzew na naszą prośbę.

Redakcja

Uśmiechnij się



ROZRYWKA



Jedno z państw w środkowej Afryce.
Blondynka dzwoni na komisariat policji i mówi:

- Mojego męża wczoraj porwali ludożercy.
- Dlaczego pani dzwoni dopiero dzisiaj?
- Bo mąż był chory na żółtaczkę i nie wiadomo,
czy ci ludożercy byli szczepieni.

- Szlag by trafił tego Lwa

Tołstoja z „Wojną i pokojem”!
4 tomy! Oszaleć można !

- Musiałeś czytać?
- Nie, kserować.

W KUCHNI

Dokończ zdania, wpisując w kratki odgadnięte wyrazy. Wpisz je potem we właściwe miejsca do krzyżówki.

Z CZAJNIKA LECI [][][][] .

Z KRANU KAPIE [][][][] .

W GARNKU GOTUJE SIĘ [][][][] .

W PIEKARNIKU PALI SIĘ [][][] .

NA TALERZU LEŻY [][][] .

Z BUTELKI WYLAŁ SIĘ [][][] .

