

# NASZ ŚWIAT POD SIÓDMYM



Gazeta  
Środowiskowego  
Domu Samopomocy  
ul. Górska 7 w Warszawie  
[www.gorska7.pl](http://www.gorska7.pl)

numer 42 ( Czerwiec 2014 r. )

cena 2 zł lub 4 zł (CD)

Od redakcji

I znowu przyszły wakacje.  
Bardzo szybko zleciał ten czas. Zaraz  
zacznie się sezon urlopowy. My, redaktorzy  
również, jak co roku na czas wakacji bierzemy  
sobie urlop. Chcielibyśmy życzyć wszystkim  
naszym Czytelnikom udanych wakacji,  
wspaniałego wypoczynku, pięknej pogody i  
mnóstwa cudownych przeżyć. Żebyście za  
bardzo za nami nie tęsknili dołączamy do tego  
numeru płytę ze zdjęciami.  
Gdy zatęsknicie – obejrzyjcie zdjęcia.  
Życzymy miłej lektury.  
Do zobaczenia po wakacjach

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



| LIPIEC 2014  |        |                                      |                                      |                                                            |                                                                 |           |
|--------------|--------|--------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------|
| PONIEDZIAŁEK | WTOREK | ŚRODA                                | CZWARTEK                             | PIĄTEK                                                     | SOBOTA                                                          | NIEDZIELA |
|              | 1      | 2<br>Urodziny<br>Sylwia<br>Kaczmarek | 3                                    | 4                                                          | 5                                                               | 6         |
| 7            | 8      | 9<br>Imieniny<br>Sylwia<br>Kaczmarek | 10<br>Urodziny<br>Anna<br>Nasiłowska | 11                                                         | 12<br>Urodziny<br>Andrzej Nowak                                 | 13        |
| 14           | 15     | 16                                   | 17                                   | 18                                                         | 19                                                              | 20        |
| 21           | 22     | 23                                   | 24                                   | 25<br>Imieniny<br>Krzysztof Ciepłota<br>Krzysztof Wojnicki | 26<br>Imieniny<br>Anna Gniadek<br>Anna Nasiłowska               | 27        |
| 28           | 29     | 30                                   | 31                                   |                                                            | Kalendarz stworzony<br>podczas zajęć<br>w pracowni komputerowej |           |

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.

*Tatusiu,  
dziękuję  
za Twoje  
wsparcie*

**Kochani Tatusiowie !  
Z Okazji Waszego święta  
chcielibyśmy Wam życzyć  
dużo zdrowia, szczęścia,  
uśmiechu na twarzy, dużo  
miłości i cierpliwości do nas,  
Waszych dzieci.  
Bardzo Was Kochamy.**

## **WYDARZENIA MINIONEGO MIESIĄCA**

**4 czerwca 2014**

4 czerwca w Centrum Techniki Kulinarnej Dora Metal odbyła się VIII edycja Warszawskiego Konkursu Umiejętności Kulinarynych dla osób z niepełnosprawnością intelektualną „Kucharz Doskonały”, organizowanego wspólnie przez Stowarzyszenie Otwarte Drzwi i Ogólnopolskie Stowarzyszenie Szefów Kuchni i Cukierników. W Konkursie wystartowali uczestnicy ośrodków rehabilitacyjnych: warsztatów terapii zajęciowej,



środowiskowych domów samopomocy, ośrodków dziennego pobytu oraz specjalnych placówek edukacyjnych z terenu Warszawy. W tym roku do współzawodnictwa przystąpiło 12 zespołów. Każdy zespół przygotowywał dwie potrawy: sałatkę z ziemniakami, jajkiem w koszulce i świeżymi warzywami oraz pierś z kurczaka nadziewaną serem pleśniowym i suszonymi owocami, podaną na kaszy perłowej z masłem i majerankiem, z lekko spieczonym brokułem na zredukowanym soku z pomarańczy. Nasz ośrodek



reprezentowali Edyta Sołtysiak i Rafał Musch. Do zawodów przygotowywała ich pani Agnieszka Kaczmarek. Walka była zacięta, gdyż czasu na przygotowanie obu potraw nie było wiele. Trzyosobowe jury oceniało zarówno smak potraw, jak i sposób ich podania. Po długich naradach jury zdecydowało się przyznać pierwsze miejsce Natalii i Magdzie z Fundacji DOM przy ul. Wólczyńskiej. Drugie miejsce zajęli Beata i Czarek z WTZ przy ul. Konarskiego, natomiast trzecie zdobyli – Paulina i Rafał z Warsztatu Terapii Zajęciowej KSN AW przy ul. Karolkowej. Zwycięzcy dostali cenne nagrody i książki z autografami sławnych szefów kuchni. Zespoły, które zajęły pierwsze trzy miejsca, otrzymały również puchary i medale ufundowane przez Ogólnopolskie Stowarzyszenie Szefów Kuchni i Cukierników. Reszta uczestników konkursu również dostała nagrody ( termosy, rękawice kuchenne i miseczkę ceramiczną) oraz dyplom za uczestnictwo. Trenerzy dostali w prezencie komplet sztućców oraz dyplom. Natomiast każdy ośrodek biorący udział w zawodach dostał czajnik elektryczny. Nagrody wręczała aktorka Elżbieta Jędrzejewska. Impreza była bardzo udana. Jesteśmy bardzo zadowoleni, że mogliśmy wziąć w niej udział.



Red. Rafał Musch

## 9 czerwiec 2014

Dnia 9 czerwca, poniedziałek nasza cała społeczność pojechała na XIII Spartakiadę



Osób Niepełnosprawnych na Bemowie. Na powitanie wystąpił zespół działający już 10 lat w OWiRON „Jeden rytm jeden świat”. Potem nastąpiło uroczyste powitanie i oficjalne otwarcie Spartakiady przez Panią Dyrektora

bielańskiego OPS-u. Po zakończeniu części oficjalnej nadszedł czas na rozpoczęcie zawodów. Wszyscy zawodnicy dostali specjalne koszulki sportowe.



Organizatorzy przygotowali różne konkurencje. Były rzuty piłką lekarską, rzuty do kosza, turlanie, chodzenie po równoważni, rzucanie do celu, kopanie do bramki, jeżdżenie na rowerku stacjonarnym oraz różne gry stolikowe. Za każdą konkurencję można było dostać jeden znaczek. Imprezę prowadził pan Piotr Boruta z Czocherem. Po zakończeniu

zawodów był ciepły posiłek. Kiedy wszyscy się najedli, wyszliśmy na boisko, gdzie nastąpiło rozdanie medali za uczestnictwo w Spartakiadzie. Na zakończenie była zabawa taneczna. Grał dla nas zespół Feniks. Wolontariuszki z Fundacji Dr. Clown robiły olbrzymie bańki mydlane. Impreza była bardzo udana. Zmęczeni, ale szczęśliwi wracaliśmy do ośrodka.



Red. Andrzej Nowak, Wojtek Kwil

## 10 czerwiec 2014



Dnia 10 czerwca, we wtorek w naszym ośrodku odbyła się uroczysta Msza św. Prymicyjna ks. Mateusza Jóźwika. Ksiądz Mateusz prowadził u nas katechezy w 2012 roku. Na spotkaniu obecni byli również klerycy- Kamil i Mateusz, którzy prowadzili katechezy w tym roku. Najpierw ks. Mateusz udzielił wszystkim chętnym Sakramentu Pokuty. Później przyszedł czas na Mszę św. Wszyscy dostaliśmy uroczyste Błogosławieństwo prymicyjne z rąk ks.



Mateusza. Na koniec klerycy rozdali wszystkim dyplomy na zakończenie roku. My daliśmy klerykom na pamiątkę podziękowania za wspólne zajęcia i prezenty zrobione przez nas na zajęciach. Bardzo byli zadowoleni i szczęśliwi. Dla ks. Mateusza przygotowaliśmy pamiątkowy Krzyż Franciszkański i specjalne podziękowania. Ksiądz był bardzo wzruszony. Po skończonej Mszy św. i Błogosławieństwie był słodki poczęstunek. Ks. Mateusz przywiózł specjalnie dla nas skrzynkę truskawek. Uroczystość była bardzo udana, wszyscy byli szczęśliwi.

Red. Andrzej Nowak, Wojtek Kwil

## 18 czerwiec 2014



Tego dnia w Bemowskim Centrum Kultury odbywały się Bemowskie Dni Osób Niepełnosprawnych 2014- Spotkanie ze sztuką. Impreza miała tytuł „Dmuchawce, latawce, wiatr”. Zostaliśmy przez organizatorów zaproszeni na ten koncert poetycko- muzyczny. Pojechała 10 osobowa grupa pod opieką terapeutek Danuty Kaczmarek i Katarzyny Zduńskiej. Na scenie występowali m. in. nasi przyjaciele z OWiRON z ul. Rozłogi 10. Poeci z Klubu Literackiego „Nasza twórczość” czytali swoje wiersze, solistki ze Studia Piosenki Bemowskiego Centrum Kultury śpiewały piosenki różnych artystów. Było wesoło i miło. Każdy z nas dostał na pamiątkę papierowy kwiat. Impreza podobała nam się.

Red. Andrzej Nowak

## 24 czerwiec 2014



Dnia 24 czerwca odbyła się w naszym ośrodku, druga już w tym miesiącu Msza prymicyjna. Sprawował ją ks. Łukasz Wawro, który prowadził u nas katechezę w 2012 roku. Modliliśmy się w intencji nas wszystkich, a szczególnie w intencji pani Danusi, która tego dnia miała imieniny. Na Mszę przyszli również nasi rodzice i opiekunowie. Po Mszy wszyscy



dostali uroczyste Błogosławieństwo prymicyjne przez nałożenie rąk. Wszyscy podziękowaliśmy ks. Łukaszowi za to, że pamiętał o nas. Daliśmy mu w prezencie na pamiątkę drewniany krzyż oraz drewnianą szablę, ponieważ jest on związany z ułanami. Oba prezenty powstały na zajęciach w pracowni stolarskiej. Na zakończenie był słodki poczęstunek.

Red. Andrzej Nowak, Rafał Musch, Wojciech Kwil

## NASZE PRACE



Ceramiczne serce  
wykonane przez Marka Iżykowskiego  
w pracowni ceramicznej



Obraz Drzewo  
wykonany przez Krzysztofa Cieplotę  
w pracowni plastycznej



Drewniany krzyż  
wykonany w pracowni stolarskiej  
na pamiątkę dla ks. Łukasza Wawro



Pompon w kształcie piłki do nogi  
wykonany przez Andrzeja Nowaka  
w pracowni haftu i szycia

## SPROSTOWANIE

Do poprzedniego numeru (41) naszej gazetki w dziale NASZE PRACE wkradł się błąd. Autorem pracy „Kacza rodzina” jest Anna Nasiłowska, a nie Renata Tolak. Artystkę bardzo przepraszamy za ten błąd.

Redakcja

## CIEKAWOSTKI

### Magia kamieni

#### SELENIT 22 VI – 10 VII

Zwany kamieniem księżycowym, sprzyja miłości, odpędza złe myśli. Według wierzeń roztacza magiczną moc nad swoimi podopiecznymi. Ludzie urodzeni pod wpływem tego klejnotu są nieśmiali i delikatni. Łatwo ich zranić. Nie potrafią walczyć o swoje sprawy ani się wyklócać. Dlatego najlepiej czują się w gronie rodziny oraz przyjaciół.

#### SZMARAGD 11 VII – 30 VII

Wycisza i uspokaja, zachęca do walki ze słabościami, wzmacnia intuicję. Szmaragdy mają więcej zalet niż wad. Życzliwe i bezinteresowne, chętnie spieszą z pomocą potrzebującym. Odpowiedzialne, lojalne, ze wszystkim sobie poradzą. Czasem mają problemy z właściwą oceną sytuacji, więc często padają ofiarą oszustwa.

#### TOPAZ 31 VII – 19 VIII

Rozwija dar wymowy i jasność myślenia. Pomaga rozwikłać najbardziej zagmatwane problemy i unikać nieszczęść. Topazy to dyplomaci. Nie mają sobie równych w godzeniu zwaśnionych stron. Są optymistami, mają wielu przyjaciół. Lubią słuchać komplementów i prawić je innym.

Przygotowała Katarzyna Uszyńska



### „Dla Ojca”

Ojcze mój, mam życzenia dla ciebie.  
Całuje Ciebie, Ojcze mój,  
który jesteś zawsze przy mnie,  
Jesteś na stałe – rano i wieczór,  
we dnie i w nocy.  
W sercu bądź zawsze obecny,  
strzeż myśli mojej swoją miłością.  
Życzę Ci szczęścia, blasku słońca i jego ciepła.  
Jasnego uśmiechu, spełnienia wszystkich marzeń,  
złotych, pogodnych dni tęczowych.  
Jesteś mi potrzebny, bo Ciebie najbardziej Kocham.  
Ja jestem Twoim dzieckiem.

Autor Katarzyna Sałkowska

## KĄCIK KULINARNY



*Przepisy z konkursu „Kucharz Doskonały”*

### MENU 1

#### **Salatka z ziemniakami, jajem gotowanym na parze i świeżymi warzywami.**

- 300 g młodych ziemniaków
- 3 jaja
- 250 g pomidorków koktajlowych
- 1 średni świeży ogórek
- sałata roszponka lub rukola
- oliwa z oliwek
- ocet winny biały lub jabłkowy
- pestki słonecznika lub dyni lekko tostowane
- świeże zioła - tymianek, bazylia oraz odrobina pachnącego kopru
- 1 pęczek rzodkiewki lub 1 czarna rzepa
- sól i pieprz do smaku

Warzywa i sałaty umyć. W rondelku nastawić wodę do gotowania jaj w koszulkach - woda musi być osolona. W międzyczasie gotujemy na pół twardo ziemniaki uprzednio obrane. Ostudzone ziemniaki kroimy w wybrane przez siebie formy, żeby sałatka miała przyjazny wygląd i żeby wszystkie składniki dały się swobodnie jeść.

#### **Stosowny dresing:**

Dresing będzie się składał z oliwy oraz octu, a smak dadzą zioła i przyprawy. Ślicznie ułożony bukiet warzyw zwieńczy ugotowane na parze jajo, które musi być ugotowane tak, żeby białko było ugotowane, a żółtko płynne. Taka sałatka to prawdziwa skarbonka smaku dla kochających jeść.

### MENU 2

#### **Pierś kurczaka nadziewana serem pleśniowym i suszonymi owocami podana na kaszy perłowej zaciągniętej masłem i majerankiem z lekko sparszonym brokułem na mocno zredukowanym soku z pomarańczy.**

- 3 piersi kurczaka
- 100 g bakalii do wyboru - morele, śliwki, rodzynki
- 100 g sera pleśniowego
- 1 pęczek natki pietruszki
- 300 g kaszy perłowej
- majeranek, sól i pieprz
- ziele angielskie i liść laurowy - do gotowania kaszy.
- kilka ząbków czosnku

- 150 ml soku z pomarańczy - dobrej jakości lub ze świeżych owoców
- 1 łyżka stołowa schłodzonego masła
- olej lub oliwa do smażenia
- folia aluminiowa lub pergamin do smażenia piersi kurczaka

Bakalie siekamy nie za drobno dodając do nich natkę, sól i pieprz oraz ser pleśniowy. To będzie farsz do piersi kurczaka. W piersi kurczaka robimy otwór i wypełniamy go farszem lub delikatnie rozbijamy pierś i farsz zawijamy jak w makowej strucli w mięso. Co ważne - pierś nadzianą smażymy zawiniętą w pergamin lub folię aluminiową uprzednio natłuszczoną. Smażymy na patelni także lekko podlanej olejem ok. 5 minut, często obracając jak kiełbaskę i wykańczamy w piecu ok. 25 minut w temperaturze 160°C.

Kaszę gotujemy z listkiem i zieleń oraz solą dbając żeby wszystkie składniki podkreśliły, a nie zdominowały smak kaszy. Gotujemy na sypko i zapewne od tego zaczniemy pracę. Sok gotujemy w innym rondelku aż odparuje 50-60 % jego objętości. Brokuły parzymy w osolonej wodzie. Gdy wszystkie składniki są gotowe brokuł wkładamy do rondelka z gorącym sokiem z pomarańczy i dodajemy schłodzone masło. Powstanie pyszny sos który w połączeniu ze smakiem drobiu, sera pleśniowego, bakalii i kaszy da świetną kompilację.

# Kącik zwierząt

## KANARKI



Wszystkie znane w hodowli rasy kanarków pochodzą od żyjącego do dziś na wolności kanarka dzikiego (*Serinus canaria*). Zamieszkuje on Wyspy Kanaryjskie. Jest mniejszy od kanarka domowego i nie tak barwny. Zielonożółte upierzenie z czarno-szarym rysunkiem znakomicie maskuje ptaka w krzewach, trawach i na drzewach, gdzie najchętniej przebywa. Gdy Hiszpanie w 1474 r. przybyli na Wyspy Kanaryjskie zwrócili uwagę na zachwycający śpiew kanarków. Nie byli jednak odkrywcami tego ptaka, gdyż - jak się okazało - w domach tubylców nie rzadko można było spotkać klatki z kanarkami. Nie wiadomo jednak, czy były to ptaki wyhodowane przez miejscową ludność czy też wylapywane dzikie kanarki brane do niewoli. Z każdego rejsu na Wyspy Kanaryjskie marynarze przywozili kanarki do Europy, gdzie ptaki te uchodziły za bardzo cenny podarunek, a później drogi towar. Pierwszymi hodowcami kanarków w Europie byli hiszpańscy mnisi, którzy dzięki systematycznej hodowli i sprzedaży przychowków pomnażali swe dochody. Sprzedając jedynie samce zapewniali sobie przez ponad 100 lat monopol na "produkcję kanarków. Ptaszki cieszyły się powodzeniem nie tylko w Hiszpanii ale również we Włoszech, Francji i Anglii, dokąd je eksportowano. Dzięki swej urodzie i wdzięcznemu śpiewowi zdobywały coraz więcej miłośników.

W XVI wieku kanarki były już bardzo popularne w krajach śródziemnomorskich. Zaczęły

też „zdobywać” północne obszary Europy. Jednak we Francji, Holandii i Anglii wciąż stanowiły prawdziwy unikat. Był modnym prezentem wśród dam dworu. Miały często wspaniałe, złote klatki. Dla mniej zamożnych w ogóle były nieosiągalne. We Włoszech a w szczególności w Tyrolu hodowcy mniejszą wagę przywiązywali do postury ptaka, bardziej zaś cenili jego ubarwienie i śpiew. Wraz z rozwojem hodowli te mało wymagające ptaki szybko trafiały do uboższych domów. W XVIII i XIX wieku stały się nieodzownymi towarzyszami tyrolskich górników. Wykorzystywali oni bowiem wyjątkową wrażliwość tych ptaków na toksyczne gazy ulatniające się w kopalniach. Kanarki początkowo przynoszone przez górników do kopalni tylko po to, by umilać im ciężką pracę, uratowały niejedno Judzkie życie. Złe samopoczucie kanarka było dla górników ostrzeżeniem i nakazem odwrotu. Zanim zdecydujemy się na kupno kanarka, zastanówmy się, czy nie będzie on intruzem w naszej rodzinie. Śpiew kanarka - co prawda - jest piękny i melodyjny, ale jeżeli mamy zbyt małe mieszkanie, może nas denerwować ciągła konieczność słuchania popisów niezmordowanego śpiewaka. Nie da się go przecież wyłączyć, jak radia. Kanarek jest wprawdzie niezbyt wymagającym lokatorem, niemniej jednak będziemy musieli poświęcić mu trochę czasu, pracy i pieniędzy, by zaspokoić jego potrzeby. Czy jesteśmy gotowi zajmować się nim codziennie napylę długo, by nie cierpiał z powodu samotności. Czy mamy przyjaciół, którzy zaopiekują się kanarkiem podczas naszego urlopu? W porównaniu z innymi zwierzętami domowymi kanarek jest mało kłopotliwym domownikiem. Kanarek, podobnie jak jakiekolwiek zwierzę, nie nadaje się na prezent niespodziankę. Można go podarować tylko takiej osobie, o której wiemy, że marzy o kanarku i ma odpowiednie warunki, żeby go hodować. Nie zapomnijmy też o tym, że kanarki żyją dość długo – rekord długości życia tych ptaków to 20 lat. Średnia ich wieku – choć znacznie krótsza – wynosi 10 lat. Powinniśmy więc liczyć się z tym, że będziemy musieli zajmować się naszym ptasim podopiecznym przez co najmniej 10 lat.

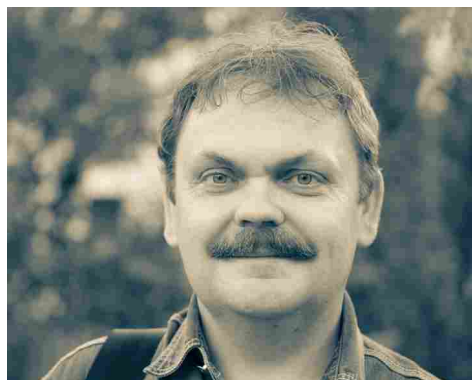
Obecnie znamy ponad 100 odmian barwnych kanarków. Oczywiście również one potrafią śpiewać, lecz większą wagę przywiązuje się w ich wypadku do koloru upierzenia. Kanarki barwne mogą być białe, żółte, zielone, czerwone lub mozaikowe. Bywają odmiany o barwach łagodnych - pastelowych lub też bardzo intensywnych. Jedną z podgrup kanarków barwnych są kanarki mieszańce, będące wynikiem krzyżowania samiczek hodowlanych z samcami dzikimi innego gatunku. Kanarki należą do dużej rodziny ptaków śpiewających, w której obrębie też jest możliwe krzyżowanie ze sobą większości gatunków, choć na wolności do tego nie dochodzi. Najczęściej hodowcy krzyżowali samice kanarków z samcami gila, czyżyka kapucynka, szczygła, dzwońca i zięby. Odwrotne krzyżówki nie udawały się, gdyż samice innych gatunków pozostają obojętne na śpiew kanarka, podczas gdy samice kanarków ulegają śpiewom samców innych gatunków.

Należy pamiętać o tym, że klatka dla kanarka musi być jego azylem, miejscem, w którym czuje się bezpieczny, do którego chętnie będzie wracał, miejscem, w którym, je, śpi, dba o higienę, jednym słowem domem. Najodpowiedniejsza dla kanarka będzie klatka z drutu pokrytego miękkim plastikiem, ewentualnie z samego drutu, w której przestrzenie pomiędzy prętami będą na tyle małe, by ptak nie mógł włożyć pomiędzy nie głowy (czyli nie więcej niż 1cm).

Podstawowym pokarmem wszystkich kanarków jest ziarno. Na rynku jest teraz wiele dostępnych mieszanek dla tych ptaków, zawierających wszelkie niezbędne dla nich witaminy, mikroelementy i związki, dzięki którym ptak jest zdrowy i dobrze się czuje.

Kanarek jak najbardziej nadaje się pupilka dla dzieci, które opiekując się nim, uczą się odpowiedzialności za zwierzątko, poznają jego obyczaje, odczuwają satysfakcję z kolejnych etapów osvajania i wreszcie cieszą się towarzystwem ptasiego przyjaciela. Kanarki nie lubią zmian miejsca, dlatego raczej zapomnijmy o zabieraniu ptaka na wakacje. Powierzmy opiekę nad nim komuś odpowiedzialnemu, kto przynajmniej co drugi dzień zajrzy do naszego podopiecznego, nakarmi go i zmieni mu wodę.

Materiał przygotowała Katarzyna Uszyńska



## **WYWIAD Z PANEM ADAMEM KRAUZE, TERAPEUTĄ PROWADZACYM PRACOWNIĘ KOMPUTEROWĄ**

**Katarzyna Uszyńska:** Dzień dobry. Czy zechciałby Pan udzielić mi wywiadu do gazetki „Nasz świat pod siódmym”?

*Adam Krauze:* Dzień dobry. Oczywiście, z przyjemnością odpowiem na Pani pytania.

**K.U.:** Proszę nam powiedzieć jaką pracownię Pan prowadzi?

*A.K.:* Prowadzę pracownię komputerową.

**K.U.:** Czy zawsze chciał Pan pracować jako terapeuta, a jeśli nie to jakie były Pana plany zawodowe?

*A.K.:* Nie zawsze. Kiedyś nawet nie wiedziałem, że można pracować w tym zawodzie. Pomysł ten narodził się dopiero po zajęciach komputerowych, które prowadziłem na ul. Woronicza. Wcześniej robiłem bardzo dużo różnych rzeczy. Byłem m. in. mechanikiem samochodowym, byłem też instruktorem praktycznej nauki zawodu. Pracowałem też na Uniwersytecie Mikołaja Kopernika w Toruniu w Brygadzie gospodarczej jako brygadzysta.

**K.U.:** Jak długo Pan pracuje w naszym ośrodku?

*A.K.:* Pracuję tu już 1,5 roku.

**K.U.:** Czy dobrze się Panu tu pracuje?

*A.K.:* Bardzo dobrze. Polubiłem wszystkich uczestników zajęć, i chyba z wzajemnością. W tej chwili nie wyobrażam sobie, że mógłbym pracować gdzie indziej. Wydaje mi się, że znalazłem swoje powołanie. Mogę też realizować się jako informatyk, nie tylko jako terapeuta.

**K.U.:** Czy zawsze mieszkał Pan w Warszawie?

*A.K.:* Nie, w Warszawie mieszkam dopiero parę lat. Urodziłem się w małej miejscowości Ryjewo w województwie pomorskim. Potem kilkanaście lat

*mieszkalem w Toruniu. A na koniec przyjechałem do Warszawy.*

**K.U.: Czy ma Pan jakieś hobby?**

*A.K.: Jest to informatyka, fotografia, muzyka, podróże – szczególnie lubię jeździć w góry. Kiedyś trochę pisałem. Ale informatyka jest zdecydowanie na pierwszym miejscu.*

**K.U.: A czy lubi Pan muzykę?**

*A.K.: Oczywiście lubię muzykę. Nie mam konkretnych ulubionych zespołów. Łatwiej mi powiedzieć jakiej muzyki nie lubię: heavy metalu i disco polo. Lubię słuchać różnej muzyki, w zależności od nastroju.*

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

*A.K.: Na ogół spędzam go przed ekranem monitora, a wolałbym może inaczej. Wiąże się to z moją pasją. Słucham muzyki, a ostatnio jeżdżę na rowerku stacjonarnym.*

**K.U.: Czy ma Pan jakieś ulubione miejsce w Warszawie?**

*A.K.: Chyba jest to Pałac Kultury i Nauki, bo jest jednym z najwyższych miejsc w Warszawie i widać go prawie z każdego miejsca. Jest dla mnie wyznacznikiem, gdzie jestem i nie pozwala mi się zgubić. Z tym miejscem wiążą się różne wspomnienia.*

**K.U.: Czy lubi Pan podróżować?**

*A.K.: Lubię, bardzo. Niestety podróżuję tylko po Polsce. Szczególnie lubię jeździć w góry i chodzić na samotne wycieczki, bo wtedy można sobie przemyśleć wiele spraw. Poza tym widoki ze szczytu są niepowtarzalne.*

**K.U.: Gdzie lubi Pan jeździć najbardziej?**

*A.K.: Najbardziej to na urlop, a moim ulubionym miejscem są góry.*

**K.U.: Gdyby nie był Pan terapeutą, to czym by się Pan zajmował?**

*A.K.: Nie wiem. Chciałbym pracować jako informatyk, bo to łączy się z moją pasją.*

**K.U.: Jakie jest Pana największe marzenie?**

*A.K.: Nad tym się nie zastanawiałem. Jednym z marzeń jest wejście na jakiś wysoki szczyt. Chciałbym polecieć też samolotem, ale raczej jako pasażer. Chociaż bycie pilotem też byłoby fajne.*

**K.U.: Czy gra pan na jakimś instrumencie?**

*A.K.: Tak, próbuję na instrumencie klawiszowym- na organach.*

**K.U.: Dziękujemy bardzo za wywiad**

## **WIADOMOŚCI SPORTOWE**

### **Mistrzostwa świata w piłce nożnej 2014.**

Czerwiec został zdominowany w telewizji przez Mistrzostwa świata w piłce nożnej, a że dzień w Brazylii jest kiedy u nas noc to oglądamy mecze do późna , a potem ciężko wstać

rano do pracy L.

Wczoraj Brazylia w meczu z Kamerunem szybko objęła prowadzenie, bo od początku próbowała rozszarpać niezgraną, kłócącą się w poprzednich meczach obronę Kamerunu. Scolari spuścił ze smyczy Neymara, który zdobył swoje kolejne bramki na mundialu. . Lekceważony przez świat piłkarski , nazywany wytworem popkultury, napastnik strzelił już 35 goli dla "Canarinhos". Na brazylijskiej liście wszech czasów daje to piąte miejsce. Wyżej są tylko legendy - Romario (55), Ronaldo (62), Zico (66) i Pele (77). I w ten sposób Brazylia awansowała do 1/8 finału na mundialu.

Również po raz szósty z rzędu awansował do 1/8 finału Meksyk dzięki dalekiej od stereotypów żelaznej obronie Meksykanów. Na sześciu ostatnich mundialach - od 1994 roku - tylko cztery zespoły nie straciły gola w fazie grupowej - Urugwaj i Portugalia (2010), Szwajcaria (2006) i Argentyna (1998). Bliski dołączenia do nich był Meksyk, z fantastycznym przeciwko Brazylii bramkarzem Guillermo Ochoą oraz obrońcami, którzy w pozostałych dwóch meczach - z Kamerunem i wczorajszym z Chorwacją - dopuścili do ledwie kilku celnych strzałów. Chorwacja nie była w stanie przedrzeć się pod bramkę drużyny Meksyku. Napastnik Mario Mandžukić w pierwszej połowie wygrał pięć główek, ale podał celnie jedynie dwa razy. Luka Modrić przez 90 minut zagrał tylko dwie prostopadłe piłki i żadna z nich nie doszła do partnerów. Cały wieczór spędził, kopiąc piłkę w poprzek boiska. Energię na podania w środku pola tracił też Ivan Rakitić, aż w końcu zagrał w polu karnym piętą do Ivana Periszicia, który strzelił honorowego gola. Wcześniej Chorwaci, którzy rozegrali najgorszy mecz na mundialu, zdążyli stracić trzy. Podsumowaniem ich kiepskiego występu była czerwona kartka dla Ante Rebicia po brutalnym faulu na Carlosie Penii. Kovacz długo szukał idealnego zestawienia - przed meczem po raz trzeci przemeblował skład, w Brazylii nie mógł się zdecydować, na którego lewego obrońcę stawiać (Vrsaljko czy Pranjić) i z którym ofensywnym pomocnikiem gra zespołu wygląda płynniej (Kovaczić, Sammir, Rakitić). Wnioski wykorzysta w eliminacjach do Euro 2016, podobnie jak wielu innych selekcjonerów europejskich drużyn. Z mundialu odpadły już Hiszpania, Anglia, Chorwacja, Bośnia i Hercegowina, bliskie powrotu do domu są Portugalia, Szwajcaria, Grecja i Rosja. Europa jest w odwrocie, w 1/8 finału może znaleźć się tylko pięć ekip ze Starego Kontynentu.

Opracował Mikołaj Scholz

## Foto - Zagadka



Mamy dla naszych Czytelników zagadkę.  
Proszę zgadnąć, która z naszych koleżanek  
znajduje się na tym zdjęciu.

Życzymy powodzenia :)

*Podpowiedź znajduje się na ostatniej  
stronie gazetki.*



## Wykreślanka

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| M | A | R | G | A | R | Y | N | A | Y |
| A | B | A | M | L | E | W | I | Ż | C |
| S | Y | D | P | A | R | A | G | O | N |
| A | H | I | P | W | A | L | E | C | G |
| Ż | Ó | O | Z | E | G | A | R | B | S |
| S | Y | L | A | B | A | X | I | C | T |
| Y | X | W | E | R | V | I | A | I | Ó |
| T | R | A | M | W | A | J | Q | Ł | Ł |
| E | Ż | N | A | N | I | A | R | K | U |
| O | K | U | L | I | S | T | A | Ó | U |

*Znajdź w kratkach 12 ukrytych słów:*

MASAŻ  
MARGARYNA  
NIGERIA  
OKULISTA  
PARAGON  
RADIO  
STÓŁ  
SYLABA  
TRAMWAJ  
UKRAINA  
WALEC  
ZEGAR

Słowa są umieszczone w kratkach poziomo, pionowo lub ukośnie.  
Życzymy powodzenia.

*Odp. Na **Foto-Zagadkę**: na zdjęciu znajduje się Edyta Soltysiak.*