

NASZ ŚWIAT POD SIÓDMYM



Gazeta
Środowiskowego
Domu Samopomocy
ul. Górska 7 w Warszawie
www.gorska7.pl

numer 49 (Marzec 2015 r.)
Od redakcji

cena 2 zł

**Niechaj Wielkanocne życzenia
pełne nadziei i miłości
przyniosą sercu zadowolenie
dzisiaj i w przyszłości.
Wesołych i szczęśliwych świąt
Wielkanocnych, smacznego
jajka, kolorowych pisanek
i mokrego dyngusa
życzy 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)
8. **Sylwia Kaczmarek** (redaktor honorowy)



Opiekun: **Katarzyna Zduńska**

Skład i druk: **Jacek Michalski**



W styczniu urodzinowe i imieninowe życzenia przyjmują:

KWIECIEŃ 2015						
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
<i>Kalendarz stworzony podczas zajęć w pracowni komputerowej</i>		1	2	3	4	5
6	7	8 Imieniny Dominika Szulc	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20 Imieniny Agnieszka Szymańska	21	22	23 Imieniny Wojtek Kwil	24	25 Urodziny J. Szczepańska Imieniny M. Iżykowski	26 Imieniny Marzena Zalewska
27	28	29	30 Urodziny Monika Skrodzka			

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.





WYDARZENIA MINIONEGO MIESIĄCA

3 marca 2015



W naszym ośrodku odbywała się kolejna próba zespołu „Muzyczni Czarodzieje i przyjaciele”. Przyjechali koledzy z ŚDS z ul. Suwalskiej i z ul. Wilczej. Ćwiczyliśmy wspólnie różne utwory z naszego repertuaru. Graliśmy na bębnach, grzechotkach i przeszkadzajkach. Po krótkiej przerwie na herbatę graliśmy dalej. Bardzo lubimy te muzyczne spotkania. Mamy wtedy okazję spotkać się z naszymi kolegami z innych ośrodków.

Red. Rafał Musch, Wojtek Kwil

4 marca 2015



Grupy z pracowni ceramicznej i haftu i szycia w ramach treningu ekonomicznego zaplanowały na ten dzień wyjście do kawiarni. Każdy z nas miał wziąć ze sobą 15 złotych, żeby zapłacić za swoje zamówienie. Razem z panią Danutą Kaczmarek i Katarzyną Zduńską poszliśmy do cukierni Cieślukowski. Zajęliśmy miejsca przy stolikach. Potem każdy po kolei składał swoje zamówienie i za nie zapłacił. Kto chciał kupować kawę, kto chciał herbatę, lub sok. Każdy z nas kupił sobie również coś słodkiego. Bardzo miło spędziliśmy czas w kawiarni.



Red. Monika Skrodzka, Katarzyna Uszyńska

6 marca 2015

Grupa z pracowni stolarskiej pod opieką pana Mariusza Wierzbickiego pojechała do Centrum Kultury Łowicka po odbiór płyty ze zdjęciami z Balu karnawałowego, na którym byliśmy w lutym. Spotkaliśmy się tam z Paniami odpowiedzialnymi za organizację różnych imprez. Zostaliśmy poczęstowani herbatą. Opowiadaliśmy im o naszym ośrodku. Rozmawialiśmy też o współpracy przy organizacji Turnieju muzycznego „Jaka to melodia”. Było bardzo miło. Podziękowaliśmy za płytę i spotkanie i wróciliśmy do ośrodka.

Red. Andrzej Nowak

16 marca 2015

Grupa z pracowni stolarskiej razem z panem Mariuszem Wierzbickim pojechała do WTZ-u na ul. Deotymy na zajęcia muzyczne. Na miejscu spotkaliśmy się z naszymi kolegami. Graliśmy wspólnie na różnych instrumentach i śpiewaliśmy. Była też krótka przerwa na poczęstunek, po której znów graliśmy. Po skończonych zajęciach wróciliśmy do ośrodka autobusem numer 167.

Red. Mikołaj Scholz



19 marca 2015



Cała nasza społeczność pojechała do Powsina na ognisko integracyjne. Umówiliśmy się tam z naszymi znajomymi z ŚDS-u z ul. Wilczej. Byli z nami również rodzice niektórych naszych kolegów i koleżanek: mama Joasi Klonowskiej, tata Kasi Sałkowskiej, tata Mikołaja Scholza, siostra Agnieszki Szymańskiej. Pan Mariusz razem z panem Pawłem z Wilczej rozpalili ognisko, przygotowali patyki do pieczenia kiełbasek. Kiedy już wszystko było gotowe, każdy mógł upiec sobie kiełbaszkę. Zrobiliśmy sobie piknik. Kiedy ognisko się już dopalało, przyjechali policjanci na koniach i powiedzieli, że w tym miejscu nie można palić ognia, że powinniśmy to zrobić po drugiej stronie polany, bo tam są wyznaczone miejsca na ogniska. Szybko zasypaliśmy ognisko piaskiem. Tego dnia nasz kolega Maciej Dorożała miał urodziny. Zaśpiewaliśmy mu Sto lat, złożyliśmy życzenia. Maciek poczęstował wszystkich ciastem. Przyszedł czas na powrót do ośrodka. Impreza była bardzo udana. Dziękujemy bardzo pani Bogusi Klonowskiej, panu Wiesławowi Scholzowi, panu Jackowi Sałkowskiemu i pani Kasi Szymańskiej za pomoc w organizacji ogniska. Jesteśmy bardzo wdzięczni za ich pomoc.



Red. Andrzej Nowak

20 marca 2015



Z okazji 10 Światowego Dnia Zespołu Downa zostaliśmy zaproszeni przez Stowarzyszenie BARDZIEJ KOCHANI do kina Muranów na obchody tego święta. Pojechała 7- osobowa delegacja pod opieką terapeutów Mariusza Wierzbickiego i Adama Krauze. Przed kinem



rozdawane były jabłka dla przechodniów. Kiedy już wszyscy się zebrali obejrzelśmy film niespodziankę „Disco polo”. Film bardzo nam się podobał. Na koniec wszyscy dostali upominki. Do ośrodka wracaliśmy metrem.

Red. Rafał Musch

23 marca 2015



W Bibliotece „Przystanek Książka” na ul. Grójeckiej odbył się wernisaż prac



uczestników zajęć z ŚDS-ów z ul. Nowogrodzkiej, ul. Rydygiera i ul. Suwalskiej. Miał on tytuł „Rozwińmy skrzydła”. Domy te brały udział w projekcie „Integracja dla samodzielności” prowadzonym przez Warszawskie Centrum Pomocy Rodzinie. Projekt trwał od października 2014 roku. W jego ramach organizowane były zajęcia z dogoterapii, warsztaty ceramiczne, tkackie i rzeźbiarskie. Efekty tych warsztatów można było obejrzeć na wystawie. Organizowane były też wyjścia do teatrów, kin i muzeów. Na Wernisaż z naszego ośrodka pojechała 5 osobowa delegacja pod opieką pana Mariusza Wierzbickiego. Na początku pani Kierownik Biblioteki oraz pani Małgorzata Bortko (dyrektor ŚDS ul. Rydygiera) powitały gości i opowiedziały krótko o całym projekcie. Przedstawieni zostali wszyscy artyści, których prace można było obejrzeć. Każdy z nich mógł opowiedzieć o sobie przez mikrofon. Potem wszyscy poszli oglądać wystawę. Były różne prace z ceramiki, drewniane rzeźby, kolorowe dywaniki. Na ścianach wisiały też zdjęcia z psami, które powstały podczas dogoterapii. Na koniec był poczęstunek, który samodzielnie przygotowali uczestnicy projektu (kanapki, ciasto, woda z cytryną). Wystawa ta będzie trwała do 17 kwietnia. W imieniu naszej społeczności przekazaliśmy prezent na ręce pani Małgorzaty Bortko – miskę zrobioną w pracowni ceramicznej. Wernisaż bardzo nam się podobał.

Relację Katarzyny Kozmany wysłuchała i spisała Katarzyna Zduńska

27 marca 2015



Z okazji zbliżających się świąt Wielkanocnych, jak co roku w naszym ośrodku odbyły się Rekolekcje Wielkopostne. Przyjechał do nas ks. Michał Gąsiorowski. Najpierw



porozmawiał z nami, żeby przygotować nas do Sakramentu Pokuty. Potem pan Mariusz dalej prowadził katechezę, a ks. Michał spowiadał wszystkich chętnych. Na zakończenie rekolekcji ks. Michał odprawił dla nas uroczystą Mszę św. Podziękowaliśmy księdzu za to, że zawsze o nas pamięta. Po obiedzie odbyło się wspólne spotkanie Wielkanocne, t. zw. jajeczko. Podzieliliśmy się jajkami, złożyliśmy sobie życzenia. Było ciasto, owoce, soki. Bardzo miło spędziliśmy czas.

Red. Katarzyna Uszyńska

31 marca 2015



Dziesięcioosobowa grupa pod opieką terapeutów Mariusza Wierzbickiego i Adama Krauze poszła do Wytwórni Filmów Dokumentalnych i Fabularnych na wystawę Plan filmowy Miasto 44. Część osób już była na tej wystawie w lutym. Teraz poszła druga grupa. Pani przewodnik opowiadała nam o filmie, jak był kręcony. Każdy z nas przebrał się w strój powstańca, pani charakteryzatorka namalowała nam sztuczne rany. Oglądaliśmy scenografię z filmu, stroje. Wycieczka była bardzo ciekawa.

Red. Rafał Musch



Ze smutkiem zawiadamiamy, że w dniu 24 marca br. zmarł Pan Edward Piróg
Pogrzeb odbył się w dniu 1 kwietnia br. w kościele pw. św. Jana z Dukli oo.
Bernardynów, ul. Bernardyńska 27.

Pan Edward został pochowany w grobie rodzinnym na Cmentarzu
Czerniakowskim. Na uroczystości pogrzebowej obecna była delegacja z
naszego Ośrodka. W imieniu Michała i jego Rodziny prosimy o modlitwę w
intencji zmarłego.

Pracownicy ŚDS



„Nie jestem sama”

Nie jestem sama, bo jestem kobietą i matką od kościoła
Nie jestem sama, bo jestem dla moich dzieci
Nie jestem sama, bo sama jestem dzieckiem
Mam rodzinę, rodziców, przyjaciół w ośrodku
Mam siostry, ojca i matkę, sąsiadów
Chyba tak, nie jestem sama
Uśmiechnę się do was, porozmawiam
Jestem w ośrodku, bo muszę chodzić
Chyba tak, nie jestem sama.

Autor Katarzyna Sałkowska



Wiosna w naszym ogrodzie



Do naszego ogrodu przysła już wiosna. Widać ją coraz wyraźniej. Kwitną już pierwsze kwiaty, rośliny wypuszczają pączki, rośnie trawa. Zakwitły krokusy, hiacynty, fiołki, żonkile, forsycja, stokrotki, szafirki. Tulipany wychyliły już swoje główki. Przyleciały też do nas ciekawe ptaszki. Na kwiatkach pojawiły się pszczoły i motyle. Niedługo wyjdziemy do ogrodu, żeby zacząć porządki po zimie. Cieszymy się bardzo, że wreszcie przysła wiosna.

Red. Andrzej Nowak

WIADOMOŚCI SPORTOWE

Eliminacje do Mistrzostw Świata w Piłce Nożnej.

Reprezentacja Polski po pełnym walki meczu zremisowała z Irlandią w Dublinie 1:1. Rywale wyrównali dosłownie w ostatnich sekundach. Wcześniej bramkę dla polskiego zespołu zdobył Sławomir Peszko. Biało-czerwoni z 11 punktami na koncie są liderami grupy D. Bardzo trudno było o bilety ponieważ przez internet w Polsce z puli PZPN można było kupić tylko 3000 biletów. Ale mimo to przewidywano, że na Sali będzie ok. 10 tys Polaków. Zaskoczeniem dla wszystkich było to, że bramkarzem został nie Artur Boruc, nie Wojciech Szczęsny, ale Lukasz Fabiański. Pierwszy gol dla nas padł bardzo szybko. Maciej Rybus walczył o piłkę z przeciwnikiem kiedy wmieszał się w to Peszko. Wpadł na pole karne i potężnym strzałem pokonał Shaya Givena. Mecz był nerwowy od samego początku, a w podaniach brakowało dokładności. Irlandczycy już na początku mieli trzy żółte kartki. Białoczerwoni po wyjściu na prowadzenie cofnęli się do defensywy. I to rywale stworzyli sobie

okazję. Lobować Łukasza Fabiańskiego próbował Aiden McGeady, ale piłka po jego strzale minimalnie minęła naszą bramkę. Do przerwy to Polacy prowadzili więc 1:0. Drugą część lepiej rozpoczęli rywale. W kolejnych minutach Polacy rozpaczliwie się bronili. Momentami cały zespół poza Lewandowskim był cofnięty w pole karne. Gra biało-czerwonych w drugiej połowie opierała się na wybijaniu piłki jak najdalej od naszej "szesnastki". Nie mieli szczęścia Polacy w doliczonym czasie gry. Wtedy to po zamieszaniu w polu karnym do siatki trafił Shane Long i mecz zakończył się remisem 1:1. Polacy walkę o punkty eliminacji mistrzostw Europy opłacili urazami Arkadiusza Milika i Kamila Glika. Ale obaj piłkarze zacisnęli zęby i dokończyli spotkanie w Dublinie. Biało-czerwoni mecz kończyli w pełnym składzie, a rywale powinni w "10". Na pięć minut przed końcem Sebastian Mila został uderzony w twarz, ale sędzia zdecydował się ukarać James McCarthy'ego tylko żółtą kartką. Wcześniej za brutalny faul na Miliku żadnej kartki nie zobaczył McClean. Selekcjoner reprezentacji Polski Adam Nawalka po remisie 1:1 z Irlandią w eliminacjach Euro 2016 przyznał, że to bolesny wynik, bo jego zespół bramkę stracił w doliczonym czasie gry. Dodał jednak, że cieszy się z tego punktu wywalczonego w bardzo ciężkich warunkach. Selekcjoner ujawnił, że przed meczem miały spory ból głowy z wybraniem podstawowego składu. Kilku zawodników zmagало się z problemami zdrowotnymi i do ostatnich godzin nie było wiadomo czy zagrają w Dublinie. W końcowym efekcie mamy 11 punktów i dalej prowadzimy w grupie więc lepiej niż było w przeszłości .

Opracował :Mikołaj Scholz



Mamy dla naszych Czytelników zagadkę.
Proszę zgadnąć, który z naszych kolegów znajduje się na tym zdjęciu.
Życzymy powodzenia :)

Podpowiedź znajduje się na ostatniej stronie gazetki.





1.	29.	18.	4.				16.	
2.		19.	35.					
3.		9.				28.		
4.			10.	40.				
5.				8.				
6.	13.	32.						
7.	20.		1.	25.				
8.				30.	23.			14.
9.			31.	6.	22.	33.		
10.	15.				21.			
11.	7.		24.					
12.			2.	36.				
13.	5.		27.				3.	
14.		37.	38.	17.				
15.	12.	11.			34.			
16.		26.			39.			

1. wisi pod sufitem i oświetla mieszkanie
2. dom dla psa
3. pieniąca się kostka służąca do mycia
4. rosną mężczyznom pod nosem
5. słodkości, które robią pszczoły
6. łyżwy na kółkach
7. pojazd poruszający się za pomocą pedałów
8. może być ścienny, książkowy lub stojący – służy do odliczania dni i miesięcy w roku
9. zupa z kiszonej kapusty
10. służy do smarowania chleba
11. masa, której używamy w pracowni ceramicznej
12. potwór, który wysysa krew ze swoich ofiar
13. warzywo doprowadzające nas do łez
14. narzędzie służące do wbijania gwoździ w ścianę
15. kolorowa pianka w różnych kształtach służąca do mycia w parze z mydłem
16. cichutkie mówienie

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40																				

OGŁOSZENIA

1. Pracownia ceramiczna zwraca się do Państwa z prośbą. Jeśli posiadacie Państwo niepotrzebne tarki, to będziemy wdzięczni za przekazanie ich na rzecz pracowni ceramicznej. Z góry dziękujemy za wszystkie darowizny.
2. Na łamach gazetki chcielibyśmy pochwalić się naszymi pupilami, dlatego zachęcamy wszystkich czytelników posiadających jakieś zwierzątka do dostarczenia zdjęcia pupila do redakcji gazetki. Będziemy wdzięczni za współpracę.

Zespół redakcyjny

Odp. na **Foto-Zagadkę**: na zdjęciu znajduje się Przemysław Goller

