

NASZ ŚWIAT POD SIÓDMYM



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

numer 51 (Maj 201**5** r.)
Od redakcji

cena 2 zł

Kochani tatusiowie,

*Tatusiu,
dziękuję
za Twoje
wsparcie*

z okazji Waszego Święta,
za wczoraj i dziś,
każdym czułym serca uderzeniem
i każdym z niego płynącym życzeniem-zdrowia,
sił i codziennej radości-wraz ze słowami największej
wdzięczności za wszystkie dla nas trudy i starania
składamy dziś podziękowania...

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 maju urodzinowe i imieninowe życzenia przyjmują:

CZERWIEC 2015						
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16 Urodziny Anna Gniadek	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	Kalendarz stworzony podczas zajęć 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.

WYDARZENIA MINIONEGO MIESIĄCA

6 maja 2015

Grupy z pracowni ceramicznej i haftu i szycia pod opieką terapeutek Danuty Kaczmarek i Katarzyny Zduńskiej pojechały na Dworzec PKS Warszawa Zachodnia. Pojechaliśmy tam, żeby kupić bilety autobusowe do Ostrowii Mazowieckiej, gdzie 15 maja weźmiemy udział w Turnieju tenisa Stołowego. Najpierw sprawdziliśmy połączenia autobusowe do Ostrowii Maz. i na powrót do Warszawy. Potem poszliśmy do kasy i kupiliśmy bilety dla zawodników i opiekunów. Sprawdziliśmy jeszcze, z którego stanowiska odjeżdża nasz autobus. Potem wróciliśmy do ośrodka.

Red. Katarzyna Uszyńska

11 maja 2015



Na ten dzień zaplanowana została wycieczka do Muzeum Papiernictwa w Konstancinie.



Pojechaliśmy tam pod opieką terapeutów- Mariusza Wierzbickiego i Adama Krauze. Pojechała z nami również pani Katarzyna Szymańska, siostra Agnieszki. Razem z nami była również grupa z ŚDS z ul. Wilczej. Na początku pan Przewodnik opowiadał nam o papierze, o jego historii, jak i z



czego powstaje. Zadawał nam dużo pytań i był zaskoczony, że tak dużo wiemy o powstawaniu papieru. Potem każdy z nas mógł zrobić sam własny arkusz papieru czerpanego. Wyciągaliśmy z dużej kadzi pulpę papierową na specjalnym sicie, potem dociskaliśmy ją w specjalnej prasie. Każdy z nas mógł zrobić po dwa arkusze: do jednego dodawaliśmy specjalnie przygotowane kwiaty, a na drugim odciski była Syrenka Warszawska. Zajęcia w Muzeum były bardzo ciekawe. Dostaliśmy na pamiątkę papiery,

które sami zrobiliśmy. Po wizycie w Muzeum poszliśmy na obiad do Pizzerii. Zamówiliśmy pyszne pizze. Kiedy wszyscy się już najedli, pojechaliśmy do ośrodka. Wycieczka do Muzeum Papiernictwa była bardzo ciekawa.

Red. Monika Skrodzka

14 maja 2015



Z okazji imienin naszej pani Dyrektor Zosi Pągowskiej postanowiliśmy zrobić dla niej niespodziankę. Impreza imieninowa połączona była z Benefisem poezji naszej pani Dyrektor. Pracownie plastyczna i stolarska

przygotowały specjalną dekorację na tę okazję. Pracownia haftu i szycia przygotowała album z wybranymi wierszami autorstwa pani Zosi (były to wiersze, które zostały odczytane podczas Benefisu). W tajemnicy, wspólnie z zaproszonymi rodzicami (Marią Iżykowską, Izabellą Akpan, Małgorzatą Szczepańską, Bogumiłą Klonowską, Marianną Piróg i Jackiem Sałkowskim) przygotowany został program artystyczny. Każdy z rodziców czytał wiersz pani Zosi. Pan Mariusz wspólnie z panią Lidią Ułanowską, przyjaciółką pani Zosi, przygotowali trzy wiersze w wersji śpiewanej. Pani Ola Sroka namalowała w prezencie od całej społeczności obraz z Aniołem. Nad scenariuszem

imprezy czuwały wspólnie pani Danusia i pani Kasia. Kiedy zaprosiliśmy panią Zosię była bardzo zaskoczona i wzruszona. Bardzo podobała Jej się nasza niespodzianka. Kiedy skończył się program artystyczny, wszyscy złożyliśmy życzenia pani Zosi. Na koniec był poczęstunek, który przygotowała dla nas solenizantka- lody. Niespodzianka bardzo się udała. Pani Zosia była bardzo szczęśliwa i zaskoczona. Jeszcze raz życzymy Jej wszystkiego najlepszego.

Zespół redakcyjny

15 maja 2015



W Ostrowii Mazowieckiej odbywał się XV Turniej Tenisa Stołowego ŚDS. Nasz ośrodek



reprezentowała pięcioosobowa drużyna w składzie: Edyta Sołtysiak, Katarzyna Uszyńska, Marek Iżykowski, Ime Akpan, Krzysztof Cieplota. Jako kibice pojechały nasze koleżanki- Ewa Fijałkowska i Mariola Wasiuk. Całą grupą opiekowały się terapeutki Danuta Kaczmarek i Katarzyna Zduńska. W Turnieju brało udział 15 drużyn z całego Mazowsza. Najpierw wszyscy zawodnicy poszli do Kościoła na Mszę św. Później wszyscy razem

przeszliśmy ulicami miasta do Ośrodka, gdzie miały się odbywać zawody. Po oficjalnym rozpoczęciu Turnieju, rozpoczęły się rozgrywki. Poziom zawodników był bardzo wysoki. Niestety nikt z nas nie zdołał wygrać ze swoim przeciwnikiem. Ostatecznie prawie wszystkie nagrody wywalczyli zawodnicy z Sokołowa Podlaskiego. Po zakończeniu rozgrywek była przerwa na obiad. Gospodarze przygotowali dla nas pyszny bigos. Na koniec wszystkie drużyny dostały medale i dyplomy pamiątkowe za udział w Turnieju, a zwycięska drużyna otrzymała Puchar i medale, które wywalczyli oraz nagrody ufundowane przez sponsorów. Jesteśmy zadowoleni, że mogliśmy znów wziąć udział w tym turnieju. Zmęczeni, ale szczęśliwi wróciliśmy do Warszawy i do swoich domów.



Red. Katarzyna Uszyńska

20 maja 2015



20 maja 2015 roku w Parku im. Bohdana Wodiczki, przy ul. Moniuszki w Wołominie odbyły się obchody 20-lecia powstania Polskiego Stowarzyszenia na Rzecz Osób z Upośledzeniem Koło w Wołominie. Na scenie, jako niespodzianka pojawił się zespół „Muzyczni Czarodzieje”, w skład którego wchodzi uczestnicy i terapeuci Środowiskowych Domów Samopomocy przy ul. Suwalskiej, ul. Górskiej, ul. Wilczej i ul. Rydygiera w Warszawie. W trakcie festynu można było sobie zbadać krew, zjeść ciepły posiłek i wziąć udział w licznych atrakcjach przygotowanych przez organizatorów. Po występie naszego zespołu, wystąpiła grupa Margo, która grała przeboje z lat 80.

Red. Andrzej Nowak

28 maja 2015



W czwartek, 28 maja, w Centrum Techniki Kulinarnej DORAM w Warszawie (ul. Racjonalizacji 5) odbył się finał konkursu „Kucharz Doskonały” zorganizowany po raz IX przez Stowarzyszenie Otwarte Drzwi we współpracy z Ogólnopolskim Stowarzyszeniem Szefów Kuchni i Cukierni. W konkursie wzięło udział 12 drużyn z różnych warszawskich placówek przeznaczonych dla osób niepełnosprawnych intelektualnie. Ich zadaniem było sporządzenie dwóch dań: sałatki na bazie rucoli, suszonej wędliny, sera

pleśniowego, dresingu i kompozycji sałat oraz potrawy orientalnej z ryżem i warzywami. Na przygotowanie potraw zawodnicy mieli 3 godziny. Nasz ośrodek reprezentowały Edyta Sołtysiak i Katarzyna Uszyńska. Do konkursu przygotowywały się pod okiem pani Danuty Kaczmarek. W tym roku Konkurs poprowadził Paweł Loroach, dziennikarz radiowy prowadzący w Antyradio program „Gastrofaza”. W trakcie trwania zawodów dla terapeutów przygotowany był

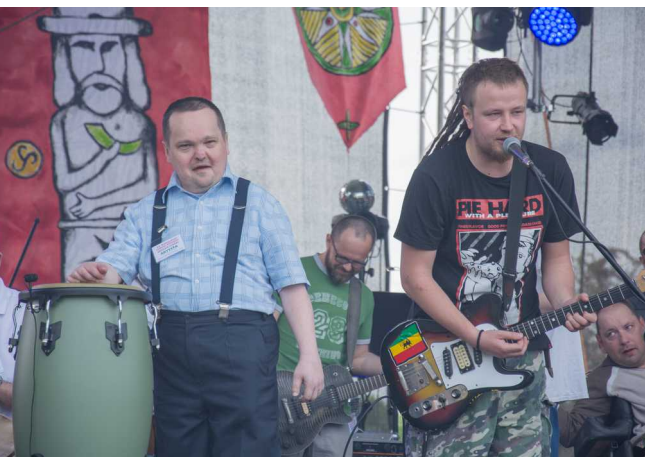


pokaz produktów firmy Monini, prelekcje o ekologii i idei slow food. Odbyła się również zbiórka telefonów komórkowych na rzecz modernizacji sprzętu AGD w placówkach Stowarzyszenia Otwarte Drzwi. Nasza drużyna skończyła swoją pracę przed czasem, a ich stanowisko pracy było pięknie posprzątane. Obrady Jury były bardzo burzliwe. Oceniali oni m.in. smak potraw i estetykę podania. Ostatecznie zwyciężyła drużyna z Zespołu Szkół Specjalnych nr. 38 z ul. Namysłowskiej w składzie: Anna Strzyżewska i Joanna Adamkiewicz. Nasza drużyna została wyróżniona. Wszyscy zawodnicy i instruktorzy dostali pamiątkowe dyplomy i piękne nagrody. Prezentami zostały obdarowane również ośrodki, które reprezentowali zawodnicy. Wszystkim zawodnikom gratulujemy.

Red. Danuta Kaczmarek, Katarzyna Uszyńska

31 maja 2015

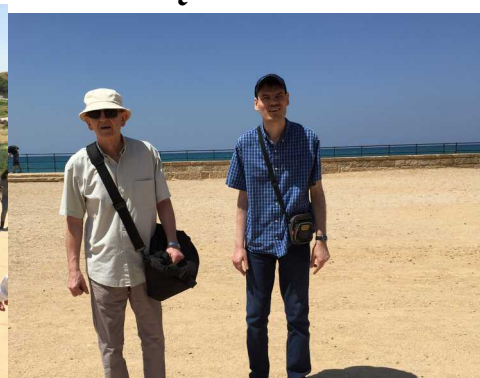
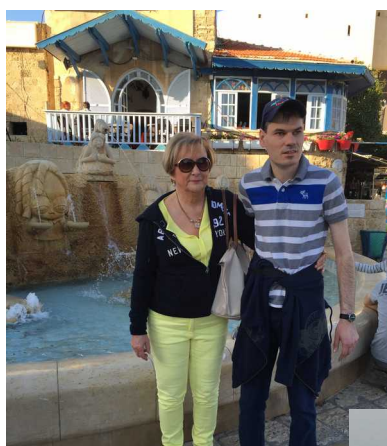
Nasz zespół Muzyczni czarodzieje został

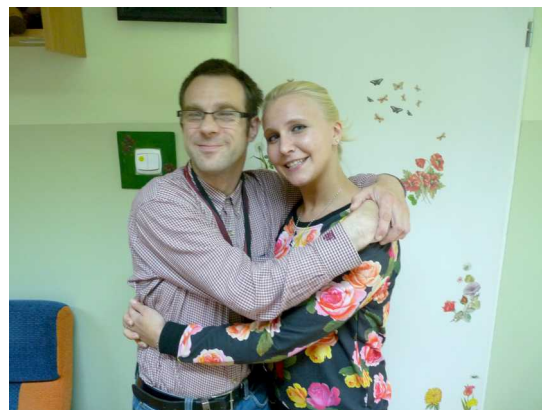


zaprošony do wzięcia udziału w XX Warszawskim Turnieju Rycerskim o Szablę Króla Zygmunta III Wazy na Bródnie. Wzięliśmy udział w Koncercie Muzyki Etnicznej „Korzenie Europy”. Nasz występ przewidziany był dopiero na godzinę 17. 00. Oprócz nas miały wystąpić takie zespoły, jak: Żywiołak, Kapela ze wsi Warszawa, Czeremszyzna, Pchełki. Na sam koniec wystąpiła gwiazda wieczoru- Kayah& Transoriental Orchestra. W trakcie trwania festynu zorganizowanych był mnóstwo atrakcji, m.in. pokazy tańców dworskich, turnieje łucznictwa, szabli polskiej, pokazy konne, jarmark rzemiosł dawnych, rękodzieła artystycznego i ludowego. Każdy mógł znaleźć coś dla siebie. Podczas naszego występu daliśmy z siebie wszystko. Po prostu „daliśmy czadu”. Cała impreza była bardzo ciekawa. Cieszymy się, że mogliśmy wziąć w niej udział.

Red. Andrzej Nowak, Wojciech Kwil

RODZINNY WYJAZD DO IZRAELA część II





WYWIAD Z PANIĄ ALEKSANDRĄ SROKĄ PROWADZACĄ W ZASTĘPSTWIE PRACOWNIĘ PLASTYCZNĄ

Rafał Musch: Jak to się stało, że pani zaczęła u nas pracować?

Aleksandra Sroka: *Od jakiegoś czasu szukałam nowej pracy. Któregoś dnia zadzwonił do mnie pan Mariusz Wierzbicki, którego znam z WTZ z ul. Deotymy, gdzie kiedyś pracowałam. Spytał, czy nie szukam pracy. Odpowiedziałam, że tak. Okazało się, że w waszym ośrodku potrzebny jest terapeuta na zastępstwo do pracowni plastycznej. Polecił mnie pani Dyrektor i kazał się z nią skontaktować. Spotkałam się z panią Zosią i po jakimś czasie zaproponowała mi pracę na zastępstwie za panią Agnieszkę Kaczmarek.*

R.M.: Gdzie Pani pracowała wcześniej?

A.S.: *Wcześniej pracowałam w różnych miejscach, ale najdłużej w domu Pomocy Społecznej w Radości.*

R.M.: Czy jest Pani warszawianką czy pochodzi Pani z innego miasta?

A.S.: *Jestem warszawianką „z dziada pradziada”.*

R.M.: Czy ma Pani rodzeństwo?

A.S.: *Tak, mam starszą o 5 lat siostrę.*

R.M.: Czy ma Pani jakieś zwierzątko?

A.S.: *Mam królika, który nazywa się Niunia.*

R.M.: Jakiej muzyki lubi Pani słuchać?

A.S.: *Lubię muzykę elektro house, dubstep i skrillex.*

R.M.: Czy ma pani jakieś hobby?

A.S.: *Uwielbiam malować obrazy.*

R.M.: Czy ma Pani w Warszawie jakieś ulubione miejsce?

A.S.: *Oczywiście, mam kilka takich miejsc. Jest to m.in. plaża nad Wisłą, ogród w Wilanowie.*

R.M.: Czy podoba się Pani w naszym ośrodku?

A.S.: *Bardzo mi się tu podoba.*

R.M.: Jak się Pani z nami pracuje?

A.S.: *Wyśmienicie.*

R.M.: Czy poznała już Pani wszystkich?

A.S.: *Pracuję już u was 2 miesiące i wydaje mi się, że poznałam i zapamiętałam wszystkich.*

R.M.: **Gdyby nie była Pani terapeutką, to kim by Pani była?**

A.S.: *Pewnie była bym malarką albo tancerką.*

R.M.: **Czy lubi Pani podróżować?**

A.S.: *Oczywiście, lubię. Chyba jak każdy lubię poznawać nowe miejsca, a najbardziej lubię odkrywać przez przypadek takie zupełnie nieznane.*

R.M.: **Jakie jest Pani największe marzenie?**

A.S.: *Chciała bym mieć własną galerię i pojechać do Indii.*

R.M.: **Czy jest Pani szczęśliwa?**

A.S.: *Tak w 100 procentach to chyba nie, ale myślę, że należę do dość szczęśliwych ludzi. Ale w pełni szczęścia jeszcze nie zaznałam.*

R.M.: **Dziękuję bardzo za wywiad.**



„Koronka do mojego Ojca”

Najpiękniejszy Ojciec,
Jesteś Ojcem moim,
Zawsze jesteś przy mnie,
Ty jesteś źródłem miłości
Spływającej blaskiem słońca
Po mnie, po moich dłoniach.
Napisałam o Tobie w sercu
Przez odmawianie tej koronki,
Podoba Ci się moje serce.
Oto, co napisałam, bo Ciebie kocham.
Autor Katarzyna Salkowska



Wyścig kolarski Giro d'Italia

Iljo Keisse (Etixx-QuickStep) w dość zaskakujących okolicznościach wygrał w niedzielę ostatni etap Giro d'Italia z metą w Mediolanie. Choć zazwyczaj o losach rywalizacji na takich odcinkach decyduje pojedynek sprinterów, tym razem o wygraną powalczyła para

uciekinierów, która nie dała dogonić się peletonowi. - To był mój najwspanialszy triumf w karierze - przyznał 32-letni Belg. Ale ostatecznie zwyciężył Hiszpan Alberto Contador ,który jest w połowie swojego niezwykle ambitnego planu na ten sezon. Lider ekipy Tinkoff-Saxo zapowiada, że w tym roku chce zwyciężyć w dwóch wielkich tourach. Tym we Włoszech, a także tym we Francji. W niedzielę wykonał pierwszą część tego planu i po tzw. "etapie przyjaźni" po raz drugi w karierze okazał się najlepszym kolarzem na Giro d'Italia. Jeśli chodzi o ostatni etap włoskiej rywalizacji, to zwyciężył w nim Iljo Keisse po udanej ucieczce.

Siatkówka mężczyzn.

I znowu jesteśmy lepsi od Rosjan. Liga Światowa nie jest dla nas priorytetem, ale na pewno nie przejdziemy obok niej obojętnie. Zależy nam, by gra wyglądała poprawnie. Udało się wygrać z Rosjanami i to są takie bonusy - powiedział po inauguracji sezonu reprezentacyjnego rozgrywający Biało-Czerwonych, Fabian Drzyzga.

W czwartek Polska pokonała Sborną 3:0, a w piątek 3:2. O ile w pierwszym meczu nasi rywale nie istnieli na boisku, o tyle w drugim starcie było bardzo wyrównane. - To jest sukces. Takie mecze jak w czwartek Rosjanom nie zdarzają się często, oni byli jak dzieci we mgle. W piątek zagrali normalną siatkówkę, najlepszą, jaką mogą na ten moment, my tak samo i fajnie, że wygraliśmy i milej spędzimy sobie dwa dni wolnego, które dał nam trener Antiga - mówił gracz Asseco Resovii Rzeszów. Po pierwszej kolejce Ligi Światowej Polacy zajmują drugie miejsce w tabeli grupy B, ustępując tylko Amerykanom. Sezon dla drużyn narodowych jest w tym roku bardzo długi, bardzo ważne będą Puchar Świata i mistrzostwa Europy.

Liga mistrzów piłkarzy ręcznych.

Mistrzowie Polski Vive Tauron Kielce sięgnęli po brązowy medal Ligi Mistrzów. W meczu o trzecie miejsce pokonali THW Kiel 28:26 (12:12). Dobra postawa kieleckich zawodników w turnieju Final Four nie uszła uwadze specjalistów, którzy nagrodzili Karola Bieleckiego, Tomasza Rosińskiego, Sławomira Szmała i Tobiasa Reichmanna. Popularny "Kola" został wybrany do drużyny gwiazd turnieju, interwencje "Rosy" i "Kasy" znalazły się w piątce najlepszych obron finałów, a niemiecki skrzydłowy zajął trzecie miejsce w kategorii na najładniejszego gola. Trzecie miejsce w Lidze Mistrzów w sezonie 2014/2015 kielczanie w dużej mierze zawdzięczają Karolowi Bieleckiemu. Doświadczony rozgrywający w małym finale rzucił aż dziewięć bramek. Swą postawą w całym turnieju Final Four zasłużył na nominację do najlepszej siódemki turnieju. "Kola" został wybrany najlepszym lewym rozgrywającym.

Ekstraklasa w piłce nożnej.

Szkoleniowiec Zawiszy Bydgoszcz Mariusz Rumak uważa, że kluczem do zwycięstwa w najbliższym meczu będzie zachowanie koncentracji do ostatniej minuty. Przeciwnikiem jego piłkarzy w przedostatniej walce o utrzymanie w ekstraklasie będzie Piast Gliwice. - Myślę, że o wyniku tego spotkania zadecyduje koncentracja do ostatniej minuty, której zabrakło nam w zremisowanym 1:1 spotkaniu z Górnikiem Łęczna. Poza tym Piast nie musi wygrać, by się utrzymać w ekstraklasie. Dlatego spodziewam się nieco większych roszad ze strony trenera Radosława Latała w składzie— powiedział trener Rumak.

Wygrana w minioną sobotę w Belchatowie sprawiła, że bydgoszczanie nadal mają szansę na utrzymanie. Warunek jest jeden: muszą zwyciężyć w dwóch ostatnich meczach - we

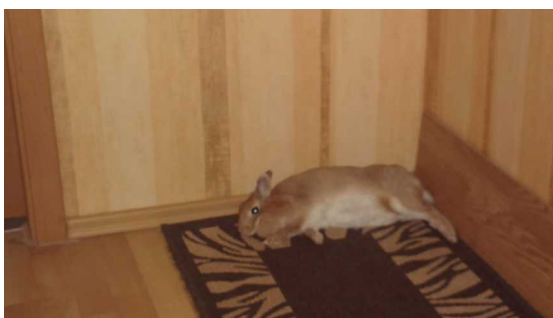
wtorek z Piastem i w piątek w Chorzowie z Ruchem. Mniejsza presja spoczywa na najbliższym przeciwniku Zawiszy. Piłkarzom z Gliwic wystarczy remis w Bydgoszczy. Przegrana natomiast sprawi, że będą musieli liczyć na korzystne dla siebie wyniki w innych meczach.

Opracował Mikołaj Scholz

NASI CZWORONOŻNI PRZYJACIELE



Lolek kot
Marioli Wasiuk



Niunia królik
Aleksandry Sroki



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 gazетки.

ROZRYWKA

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.
- 14.
- 15.
- 16.
- 17.
- 18.
- 19.

1. zimny deser
2. smażone paluszki z ziemniaków
3. znajduje się w szyi i służy do przełykania
4. może być złoty, srebrny lub brązowy
5. żółto-czarny owad robiący miód
6. strój typowo kobiecy, nie spódnica
7. nakrycie głowy uplecione z kwiatów
8. na wiosła i pływa się nią po wodzie lub nazwa miasta
9. narzędzie stolarskie do wbijania gwoździ
10. można nią nagrywać filmy
11. ludzie, którzy idą na piechotę np. na Jasną Górę
12. służy do trzepania dywanów
13. wycieramy nimi nos
14. obraz przedstawiający jakiegoś człowieka
15. można je ugotować na twardo
16. są słodkie, częstujemy nimi urodzinowych gości
17. biały proszek służący do pieczenia ciasta lub chleba
18. siedziba królów Polski w Krakowie
19. mały konik lub fryzura

[illegible]

OGŁOSZENIA

Informujemy, że podobnie jak w roku ubiegłym, do czerwcowego numeru gazetki dołączona będzie płyta ze zdjęciami z imprez, które odbyły się w pierwszej połowie roku (styczeń-czerwiec). Koszt gazetki z płytą – 4 zł.

Wszystkich chętnych do zakupu płyty prosimy o zgłoszenie tego faktu w sekretariacie u Jacka Michalskiego.