

NASZ ŚWIAT POD SIÓDMYM



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

numer 53 (Czerwiec 201**5** r.)
Od redakcji

cena 2 zł

Znowu przyszły wakacje i pożegnamy się z naszymi Czytelnikami na dwa miesiące.

Pracowaliśmy ciężko cały rok i teraz będziemy odpoczywać. Obiecujemy, że po wakacjach znów weźmiemy się do pracy.

Życzymy wszystkim udanych wakacji i odpoczynku. A we wrześniu liczymy na jakieś ciekawe relacje z Państwa wyjazdów. Do zobaczenia we wrześniu.

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 lipcu i sierpniu urodzinowe i imieninowe życzenia przyjmują:

LIPIEC 2015						
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
Kalendarz stworzony podczas zajęć w pracowni komputerowej		1	2 Urodziny Sylwia Kaczmarek	3	4	5
		6	09 Imieniny Sylwia Kaczmarek	10 Urodziny Anna Nasilowska	11	12 Urodziny Andrzej Nowak
		13	14	15	16	17
		20	21	22	23	24
		27	28	29	30	31
					25 Imieniny Krzysztof Cieplota Krzysztof Wojnicki	26 Imieniny Anna Gniadek Anna Nasilowska

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.

SIERPIEŃ 2015						
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
					1 Urodziny Mariola Wasiuk	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 Urodziny Katarzyna Kozmana	30
31						

WYDARZENIA MINIONEGO MIESIĄCA

1 czerwca 2015



Z okazji Dnia Dziecka, zespół „Muzyczni Czarodzieje i Przyjaciele” został poproszony o zagranie koncertu dla uczniów Szkoły Podstawowej na Targówku. Cała impreza odbywała się na boisku szkolnym. Przygotowane były różne atrakcje, m.in. wata cukrowa. Nasz zespół zagrał wszystkie piosenki z naszego repertuaru. Dzieciom bardzo podobał się koncert.

Red. Katarzyna Uszyńska,
Andrzej Nowak

10 czerwca 2015



Nasz ośrodek we współpracy z Centrum Łowicka zorganizował Mokotowski Turniej Wiedzy Muzycznej „Zgadnij jaka to melodia?” Przyjechały drużyny z 11 ośrodków:

1. ŚDS, ul. Nowogrodzka
2. ŚDS, ul. Wilcza
3. ŚDS, ul. Rydygiera
4. ŚDS, ul. Grochowska
5. ŚDS „Chata z pomysłami”, ul. Rzeźbiarska
6. ŚDS, ul. Górską
7. ŚDS, Łubiec
8. WTZ, ul. Wólczyńska
9. WTZ, ul. Konarskiego
10. WTZ, ul. Deotymy
11. WTZ, ul. Karolkowa.



Jako kibice przyjechała też delegacja z WTZ z ul. Orzyckiej. Obecny był również gość specjalny- pan Bogdan Piec, Naczelnik Wydziału Spraw Społecznych i Zdrowia Urzędu Dzielnicy Mokotów. Nasz ośrodek reprezentowała drużyna w składzie: Wojtek Kwil, Andrzej Nowak, Krzysztof Wojnicki. Każda drużyna losowała numer piosenki z wcześniej przygotowanej listy. Mieli

za zadanie odgadnąć tytuł i wykonawcę utworu. Za prawidłową odpowiedź można było dostać 2 punkty. Były też pytania dla publiczności. Kiedy zakończyły się zawody, zarządzono przerwę na słodki poczęstunek. W tym czasie zespół z ŚDS w Łubcu przygotowywał się do występu na scenie. Po przerwie obejrzelśmy występ muzyczno- taneczny naszych kolegów z Łubca. Był bardzo ciekawy. Potem nastąpiło wręczenie nagród. Pierwsze miejsce w rywalizacji zajęła drużyna z WTZ z ul. Konarskiego. Wszystkie ośrodki dostały pamiątkową płytę gramofonową, a każdy zawodnik dostał pamiątkową płytkę za udział w Turnieju i płytę CD z muzyką. Impreza była bardzo udana. Wszyscy goście wyjeżdżali zadowoleni i pytali, kiedy znów się spotkamy.

Red. Andrzej Nowak, Rafał Musch

12 czerwca 2015



Ośrodek Wsparcia i Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych na ul. Rozłogi, jak co roku, zorganizował Spartakiadę dla osób niepełnosprawnych. Została ona zorganizowana już XIV raz. Na zawody pojechaliśmy wszyscy. Na początku był krótki koncert zespołu

„Jeden rytm jeden świat”, który tworzą uczestnicy zajęć z tego ośrodka. Po oficjalnym powitaniu gości, rozpoczęły się zawody. Wszyscy zawodnicy dostali jednakowe koszulki. Organizatorzy przygotowali różne konkurencje sportowe: jeżdżenie na rowerku stacjonarnym, chodzenie po równoważni, rzuty piłką do kosza, strzelanie piłką do bramki, czołganie, skok w dal, rzut piłką lekarską, rzucanie piłeczkami do celu. Były też przygotowane konkurencje ćwiczące mózg: warcaby, zagadki. Za wykonane ćwiczenia każdy dostawał pieczętkę na rękę. Kiedy wszystkie konkurencje zostały ukończone, była przerwa na obiad. Po posiłku wszyscy zawodnicy dostali medale i pluszowe misie. Na koniec imprezy była dyskoteka na boisku. Grał dla nas zespół Feniks. Pogoda dopisała. Wszyscy bardzo dobrze się bawili.

Red. Monika Skrodzka

17 czerwca 2015



Z cyklu spotkań z ciekawymi ludźmi, przyszedł do nas znajomy pana Mariusza Wierzbickiego- Mark, który przyjechał do Polski z Kanady. Pan Mariusz poprosił go, żeby opowiedział nam o życiu w Kanadzie. Razem z Markiem przyszła pani Monika, która była jego tłumaczką, ponieważ Mark mówił po angielsku lub francusku. Na początek pokazał nam mapę Kanady i powiedział gdzie mieszka –w Ottawie. Przyniósł też dla nas do spróbowania prawdziwy syrop klonowy i opowiedział jak się go zbiera. Co roku, w marcu na drzewa klonowe zawieszane są specjalne pojemniki, do których spływa syrop.

Zaśpiewał nam piosenkę, którą się śpiewa, kiedy idzie się na zbiory syropu. Mark w



Kanadzie uczy dzieci języka angielskiego i francuskiego. Zajmuje się też opowiadaniem historii i legend związanych z Kanadą. Opowiadał skąd wzięła się nazwa jego kraju. 400 lat temu na teren dzisiejszej Kanady przyjechał pierwszy francuz. Spotkał tam rdzennych mieszkańców- Indian. Spytał się ich, jak nazywa się to miejsce. Oni myśleli, że chodzi o nazwę ich wioski i powiedzieli, że Kanada. I stąd wzięła się nazwa państwa. Francuz ten założył miasto

Quebec. Stolicą jest Ottawa. Opowiedział nam historię o Wielkim Joe- francuskim Kanadyjczyku, który był jednym z najbardziej znanych drwali. Na początku w Kanadzie byli głównie drwale i flisacy. Drwale pracowali ciężko zimą przy wyrębie lasu. Flisacy spławiali rzeką wiosną i latem drewno przygotowane przez drwali. Była to bardzo niebezpieczna praca. Byli oni bardzo szybcy i mówiło się, że dzięki temu umieli dobrze tańczyć. Mark zaśpiewał nam piosenkę o tańczących flisakach i zaprosił nas do tańca.

Sportem narodowym Kanadyjczyków jest hokej. Mark przyniósł ze sobą kije do hokeja i mogliśmy spróbować, czy jest to trudna gra. Ma on 4 synów i każdy z nich gra w hokeja. Mark przyjechał do Polski razem ze swoją żoną, która pracuje w Ambasadzie Kanady. Dziadek jego żony pochodził z Zielonej Góry i w czasie II wojny światowej wyemigrował do Kanady. On pracuje tu jako wolontariusz w Fundacji Arka. Na koniec zostaliśmy poczęstowani naleśnikami z syropem klonowym. Potem my opowiadaliśmy Markowi, co robimy na zajęciach, pokazywaliśmy nasze prace.

Spotkanie z Markiem było bardzo ciekawe i zabawne.

Red. Andrzej Nowak

22 czerwca 2015



Dnia 22 czerwca przygotowaliśmy dla pani Danusi imprezę niespodziankę z okazji jej imienin. Udekorowaliśmy salę gimnastyczną aniołami, bo pani Danusia bardzo je lubi.



Terapeuci oraz Marzena Zalewska, Wojtek Kwil, Edyta Sołtysiak i Andrzej Nowak przygotowali specjalnie napisane na tę okazję przedstawienie- „Historia jednej Danuty i jej anioła stróża”. Zaprosiliśmy też gości specjalnych- Mamę pani Danusi i jej przyjaciółkę- panią Elę. Przyszły również mamy naszych kolegów- Michała Piróga i Ime Akpana, oraz pani Kasia Szymańska- siostra Agnieszki. Kiedy pani Danusia weszła na salę była bardzo zaskoczona i wzruszona. Najpierw pani Zosia przeczytała wiersz, który napisała dla pani Danusi. Potem oglądaliśmy przedstawienie, które było bardzo zabawne. Oglądaliśmy prezentację zdjęć przygotowaną przez pana Adama oraz film z życzeniami,

które wszyscy składaliśmy. Pani Danusia dostała obraz z aniołami Rafaela, który namalowała pani Ola i bukiet słoneczników. Zaśpiewaliśmy razem Sto lat i złożyliśmy życzenia. Był też tort przygotowany przez panią Zosię i szampan piccolo. niespodzianka bardzo się udała, pani Danusia była zaskoczona i wzruszona.

Red. Katarzyna Uszyńska, Rafał Musch, Wojtek Kwil

23 czerwca 2015



W naszym ośrodku zorganizowaliśmy imprezę na powitanie lata. Zaplanowany był wspólny grill. Zaprosiliśmy gości z ŚDS z ul. Wilczej i z OWIRON z ul. Rozłogi. Zabawa miała się odbyć w naszym ogrodzie, ale ponieważ tego dnia padał deszcz, przenieśliśmy się na salę gimnastyczną. Kiełbaski upiekliśmy w piekarniku. Imprezę prowadził pan Mariusz. Była dyskoteka oraz konkursy dla uczestników zajęć (taniec z krzesłami, zgadnij jaka to melodia) i dla terapeutów. Były też dedykacje muzyczne. Wszyscy doskonale się bawili. Lato oficjalnie zostało rozpoczęte.

Red. Andrzej Nowak

25 czerwca 2015



Pojechaliśmy na całodniowa wycieczkę na Farmę Iluzji w Mościskach pod Lublinem. Było tam bardzo dużo różnych atrakcji. Widzieliśmy lewitujący kran- unoszący się w powietrzu, z którego leciała woda, był wiklinowy labirynt, zatoka piratów, tunel zapomnienia, zakręcony domek, wielkie szachy i klocki lego, labirynt luster, pokój Ames (z krzywą podłogą), meble olbrzyma, Chata tajemnic (dom, który z jednej strony był uniesiony do góry), Muzeum iluzji, mini tyrolka (zjazdy na linie). Było też mini zoo,

gdzie mieszkaly kozy, kroliki, zolwie, kucyki. Bylismy tez w Grobowcu Faraona. Troche bylo strasznie, bo byly tam rozne kościotrupy pilnujace skarbów Faraona. Plywalismy tez





tratwami. Kiedy już wszystko zobaczyliśmy, poszliśmy na obiad. Po obiedzie mieliśmy czas wolny. Mogliśmy iść do sklepu z pamiątkami, albo obejrzeć jeszcze raz wszystkie atrakcje. Na koniec dostaliśmy kielbaski z ogniska. Kiedy wszyscy już zjedli, ruszyliśmy w drogę powrotną do Warszawy. Wycieczka była bardzo ciekawa i fajna.

Red. Monika Skrodzka

HISTORIA JEDNEJ DANUTY I JEJ ANIOŁA STRÓŻA

Niebo. Sekcja Aniołów Stróżów. Od pewnego czasu Archaniołowie Gabriel, Michał i Rafał obserwowali jednego z Aniołów Stróżów. Z niepokojem stwierdzili, że nie wywiązuje się ze swoich obowiązków wobec osoby, do której został przydzielony zaraz po jej urodzeniu, czyli Danusi. Na początku bardzo się starał, ale po pewnym czasie znudziła mu się ta praca. Wolał wylegiwać się na niebieskich łąkach i słuchać śpiewu rajskich ptaków. A jego podopieczna niestety musiała radzić sobie sama z przeciwnościami losu. Archaniołowie wezwali więc leniwego Anioła Stróża na poważną rozmowę. Anioł z ociąganiem stawiał się przed ich oblicze.

Archanioł Gabriel:- Wezwaliśmy cię tutaj, bo widzimy, że nie wywiązujesz się ze swojej pracy. Wiele lat temu powierzyliśmy ci opiekę nad Danutą, ale ty wolałeś leżeć na niebieskich łąkach. Przez twoje lenistwo Danuta sama musiała sobie radzić na świecie. Postanowiliśmy, że zanim cię ukarzymy, damy ci jeszcze jedną szansę na poprawienie twych zaniedbań. Zostaniesz zesłany na ziemię i będziesz musiał czuwać nad swoją podopieczną. Jeśli będziesz wywiązywał się należycie ze swoich obowiązków, wtedy zapomnimy o przeszłości.

Anioł Stróż bardzo się zmieszał i powiedział:

- Wybaczcie mi moi bracia, postaram się naprawić swoje błędy. Obiecuję zrobić wszystko, co w mojej mocy.

Archaniołowie: - Leć więc.

Poleciał więc skruszony Anioł na ziemię, odnalazł swoją podopieczną. Lecz, niestety, gdy szedł ulicą przy której mieszka, nie zauważył ogromnych dziur w jezdni, wpadł w tę największą i bardzo się potłukł. Traf chciał, że właśnie w tej chwili przechodziła tamtędy Danuta. Gdy zobaczyła człowieka w potrzebie, szybko ruszyła mu na pomoc. Trzeba powiedzieć, że kiedy Aniołowie schodzą na ziemię, ich skrzydła stają się niewidoczne dla

ludzi. Dlatego Danuta nie wiedziała, że ma do czynienia z Aniołem. Podeszła do niego i spytała:

- *A co ci się stało biedaku? Bardzo się potłukłeś, pewnie cię wszystko boli? Choć, zaopiekuję się tobą.*

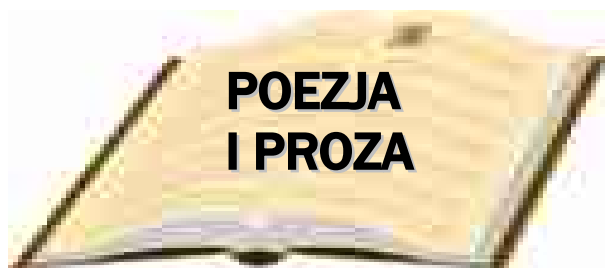
I dzielna Danuta pielęgnowała rannego Anioła Stróża. Karmiła go, głaskała po głowie, zmieniała opatrunki, smarowała różnymi maściami. Zamiast on nią, ona opiekowała się nim. A tymczasem w Niebie Archaniołowie obserwowali swojego wysłannika i nie podobało im się to, co widzą.

Kiedy rany się wygoiły i Anioł mógł już chodzić, bardzo podziękował Danusi za opiekę i zawstydzony wrócił do Nieba. Bardzo się bał swojego powrotu, bo spodziewał się jak go przyjmą Archaniołowie, że nie będą zadowoleni z całej sytuacji. I się nie pomylił.

Archaniołowie:- I znowu nie udało ci się wywiązać ze swojej misji. Co z ciebie za Anioł Stróż, którym musi opiekować się człowiek. Na szczęście Danusia, przez te wszystkie lata, kiedy się nią nie opiekowałeś, nauczyła się radzić sobie sama. Ona sama jest jak Anioł Stróż dla wielu ludzi. Niestety musisz ponieść karę za swoje lenistwo i niedbalstwo. Odbieramy ci skrzydła anielskie i zsyłamy cię na ziemię jako zwykłego człowieka. Odpokutujesz swoje winy dbając o porządek na ulicach. My będziemy cię bacznie obserwować. Jeśli będziesz uczciwie pracował, może za jakiś czas będziesz mógł wrócić. A teraz idź. A my osobiście zajmiemy się Danutą. Dostanie ona twoje skrzydła, ponieważ jest ona Aniołem w ludzkiej skórze.

I zstąpili Archaniołowie do mieszkania na Bora- Komorowskiego przy dźwiękach chórów anielskich. Podarowali zaskoczonej Danucie anielskie skrzydła. Pasowały na nią jak ulał. Kiedy Archaniołowie odeszli, Danucie wydawało się, że był to piękny sen. Wszak skrzydła anielskie są niewidoczne dla ludzi. Ale one były tam gdzie zostawili je Archaniołowie- na plecach Danusi. Od tej pory miała wrażenie jakby było jej w życiu lżej.

Autor Katarzyna Zduńska



„Nadzieja i przyjaźń”

W nadziei jest przyjaźń, która jest w nas,
Istnieje na stałe opieka, miłość i szczęście,
Uśmiech, życie, świat, piękno, dobroć,
Niewinność, namiętność i kruchość.
Ty- prezent, chłopczyk, książkę z planety miłości,
Rzucasz złotymi spojrzeniami anioła
-rycerza na białym koniu,
Lśniącym, kryształowym, diamentowym.

Autor Katarzyna Sałkowska



Mecz Polska – Gruzja

Okazała wygrana polskiej reprezentacji nad drużyną Gruzji w dniu 13 czerwca nie przeszła bez echa nie tylko w Europie, ale również za oceanem. Nad golem Arkadiusza Milika i szybkim hat tricku Roberta Lewandowskiego, który strzelił aż 6 bramek, zachwycali się kibice nad Wisłą, a także cały piłkarski świat. W szczególności dumni z wyczynów swoich piłkarzy były kluby, w których na co dzień występują. W 62. minucie spotkania Polska - Gruzja wypełniony do ostatniego miejsca Stadion Narodowy oszalał. Arkadiusz Milik w swoim stylu strzelił kapitalnego gola, a kibice odetchnęli z ulgą, gdyż w pierwszej połowie biało-czerwoni razili nieskutecznością, a po zmianie stron wyglądali na zagubionych i nie mających pomysłu na grę. Reprezentacja Polski rozbiła Gruzję 4:0 w meczu grupy D kwalifikacji do Euro 2016 i przybliżyła się do awansu. Po ostatnim gwizdku sędziego kibice na Stadionie Narodowym dosłownie oszaleli. Podobnie jak nasi piłkarze.

Mecz Polska - Grecja

Reprezentacja Polski zremisowała w meczu towarzyskim z Grecją 0:0. Był to jeden z najsłabszych występów kadry w ostatnich miesiącach. Spotkanie od początku przebiegało w bardzo piknikowej atmosferze. Zarówno na trybunach (cisza), jak i na boisku. Eksperymentalnie ustawiona przez Adama Nawałkę drużyna popełniała dużo prostych błędów. Zwłaszcza w pierwszej połowie zawodnicy kadry notowali wiele strat w środku boiska i w obronie. Przez kiksy nasza drużyna szybko doczekała się pierwszych gwizdów. Polski kibic nie jest cierpliwy. Swoją dezaprobatę okazali już w 13. minucie. W zasadzie to Biało-Czerwoni stwarzali Grekom szanse do zdobycia bramki. Najlepszą okazję na pokonanie Artura Boruca zmarnował Konstantinos Katsouranis. Strzał kapitana rywala bardzo dobrze obronił nasz kapitan, Artur Boruc. Polacy budzili się stopniowo i na krótko. Na sytuację Katsouranisa odpowiedział kilkanaście sekund później Kamil Grosicki. Ładnie złamał akcję na lewym skrzydle do środka boiska, ale uderzył w środek bramki. Najładniejszą akcję Polacy przeprowadzili w 26. minucie. Po szybkiej wymianie podań na małej przestrzeni pomiędzy Arkadiuszem Milikiem, a Kubą Błaszczykowskim, sam na sam z bramkarzem znalazł się pomocnik Borussii Dortmund. Stefanos Kapino jednak odbił piłkę do boku. W samej końcówce pierwszej połowy w poprzeczkę po uderzeniu głową trafił także Milik.

Złote medale w Baku

Wielkopolskie kajakarki wróciły z Baku, gdzie na pierwszych Igrzyskach Europejskich wywalczyły trzy medale - zawodniczka kaliskiego KTW Marta Walczykiewicz - złoto w jedynkach na 200 m, Ewelina Wojnarowska brąz w jedynkach na 500 m oraz taki sam krążek na tym samym dystansie w czwórkach. Marta Walczykiewicz cieszy się z sukcesu w Baku, który zrekompensował jej nieudany start na mistrzostwach Europy. Zadowolona ze swoich występów jest także Ewelina Wojnarowska, która w stolicy Azerbejdżanu zdobyła dwa brązowe medale. Zawodnicze Warty Poznań rywalizacja w Baku

przypominała mistrzostwa Europy. Również reprezentant Polski Magomiedmurad Gadżijew zdobył srebrny medal w zapasach w stylu wolnym podczas trwających w Baku Igrzysk Europejskich! W finale kategorii do 70 kilogramów Gadzhiev po wyrównanej walce przegrał z Rosjaninem Magomedrasulem Gazimagomedovem. Po znakomitej walce brązowy medal wywalczył Radosław Marcinkiewicz, który pokonał Nurmagomeda Qadiyeva w kategorii 86 kilogramów.

Opracował Mikołaj Scholz

Kto ?

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.

Krzyżówka na Sierpień

1. aromatyczna, czarna, można ją pić z mleczkiem
2. królewna, która w legendzie nie chciała Niemca
3. miasto ojca Mateusza
4. ... Wawelski
5. pieniąca się kostka służąca do mycia
6. miasto Mikołaja Kopernika i pierników
7. gruchający ptak
8. nosimy go na rękę i odmierza nam czas
9. kłujący przyrząd służący do szycia
10. otwieramy je kiedy wchodzimy do domu
11. służą kotu do drapania
12. miejsce, gdzie rosną kwiaty
13. kolejny dzień tygodnia następujący po czwartku
14. można nim długo pisać w zeszycie
15. najważniejsze miasto w państwie
16. drzewko, na którym rosną jabłka
17. pracownica szpitala opiekująca się pacjentami

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	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50						

Odp. na Foto-Zagadkę: na zdjęciu znajduje się Mariola Wasiuk