

NASZ ŚWIAT POD SIÓDMYM



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

numer 65 (Październik 2016 r.)
Od redakcji

cena 2 zł

Witamy naszych Czytelników w kolejnym numerze gazetki. Pracowaliśmy sumiennie, żeby ten numer był dla Państwa ciekawy. Opisaliśmy wszystkie wydarzenia tego miesiąca. Najważniejszym był Przegląd Twórczości Plastycznej „Mokotów w miniaturze”, którego byliśmy współorganizatorami. Życzymy Państwu przyjemnej 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** (wywiady)
5. **Andrzej Nowak** (wydarzenia minionego miesiąca)
6. **Mikołaj Scholz** (redakcja sportowa)
7. **Wojciech Kwil** (sprzedaż gazetki)
8. **Sylwia Kaczmarek** (redaktor honorowy)

Opiekun: **Katarzyna Zduńska**

Skład i druk: **Jacek Michalski**

SOLENIZANCI I JUBILACI



W listopadzie urodzinowe i imieninowe życzenia przyjmują:

LISTOPAD 2016						
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	1	2	3	4	5 Urodziny Rafał Musch	6
7	8	9	10	11	12 Imieniny Renata Tolak	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25 Imieniny Katarzyna: Kozmana Salkowska Uszyńska	26	27
28	29	30 Imieniny Andrzej Nowak	Kalendarz stworzony podczas zajęć w pracowni komputerowej			

WSZYSTKIM 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

7 października 2016



W Ośrodku Wsparcia i Rehabilitacji dla Osób Niepełnosprawnych na Bemowie odbył się



Eko- Piknik- IX Mazowieckie Spotkania Integracyjne. Temat tegorocznego spotkania brzmiał „Zwierzę przyjacielem człowieka”. Każda z zaproszonych placówek miała za zadanie przygotować figurkę jakiegoś zwierzątka domowego. My przygotowaliśmy postać zwierzątka, który mieszka chyba w każdym domu- pajaka. Stworzyła go Małgorzata Stolarska w pracowni haftu i szycia. Pajęczycza, która nazwaliśmy Arania, została zrobiona z

włóczki na szydełku. Miała też swoją pajęczynę, którą, przy pomocy terapeutki, zrobiła Edyta Sołtysiak.



Małgosia zadbała również o obiad dla naszej Aranii- zrobiła jej na szydełku piękną, tłustą muchę. Mieliśmy też przygotować krótkie wystąpienie na temat naszego zwierzątka. W Eko-Pikniku wzięło udział 5 placówek. Każda prezentowała swoje zwierzę. Większość zrobiła koty (trzy placówki). Tylko my zrobiliśmy pajaka, a gospodarze królika. Po prezentacjach była krótka przerwa na słodki poczęstunek, podczas którego zespół Jeden Rytm- Jeden Świat rozstawiał swoje instrumenty. Potem był koncert tego zespołu. Potem był Quiz z wiedzy o zwierzętach, w



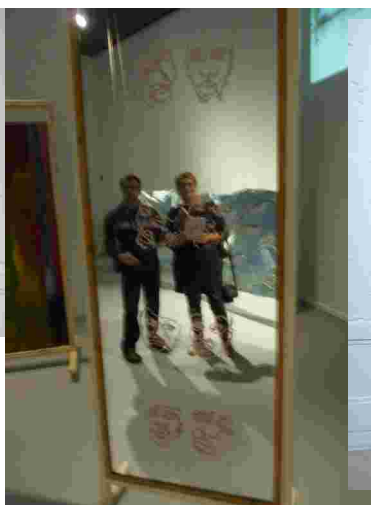
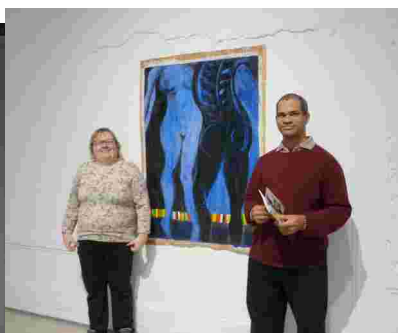
którym reprezentowali nasz ośrodek Katarzyna Uszyńska i Marek Iżykowski. Pytania były trudne, ale odpowiedzieliśmy na wszystkie. Quiz był ostatnią konkurencją podczas Eko- Pikniku. Po nim nastąpiło podziękowanie za udział i wręczenie pamiątkowych upominków- szklanych mis pełnych jabłek. Wszystkim bardzo podobało się nasze zwierzątko, zostaliśmy nawet poproszeni o zastawienie go w OWIRON, gdzie zostanie umieszczone, razem z innymi, w specjalnej gablocie pamiątkowej. Byliśmy

dumni z naszej pracy. Po zakończeniu oficjalnej części spotkania, zostaliśmy zaproszeni na obiad. Po zjedzeniu obiadu bawiliśmy się wspólnie przy muzyce zespołu Feniks. W swoim zaproszeniu do udziału w tym spotkaniu, organizatorzy poprosili nas o zbiórkę pieniędzy lub rzeczy na potrzeby podopiecznych Mazowieckiej Fundacji Opieki nad Zwierzętami. Chcieliśmy podziękować wszystkim, którzy włączyli się w tę zbiórkę. Zawieźliśmy ze sobą pełne siatki jedzenia i koców dla zwierząt. Okazało się, że jako jedyny ośrodek odpowiedzieliśmy na apel organizatorów, za co nam bardzo podziękowali. Podczas imprezy można było też wziąć udział w loterii fantowej przygotowanej przez uczestników zajęć z OWIRONU, z której dochód również przekazany będzie Mazowieckiej Fundacji Opieki nad Zwierzętami. Impreza była jak zwykle bardzo udana, miło spędziliśmy czas.



Red. Katarzyna Uszyńska

13 października 2016



Wolontariuszka, pani Grażyna Dziedzic, która prowadzi z trojgiem naszych kolegów (Katarzyną Uszyńską, Rafałem Muschem i Ime Akpanem) zajęcia z języka angielskiego, zaprosiła swoją grupę na wycieczkę do Centrum Sztuki Współczesnej. Poszliśmy tam, żeby zobaczyć wystawę prac senegalskiego artysty El Hadji Sy. Wystawa miała tytuł „Na początku myślałem, że tańczę”. Prace tego artysty są bardzo różnorodne- są malowane

obrazy, grafiki, różne instalacje artystyczne. Było to bardzo ciekawe doświadczenie. Po wystawie wróciliśmy do domów.

Red. Rafał Musch

18 października 2016



W mokotowskim Teatrze Baza przy ul. Podchorążych 39 odbył się Przegląd Twórczości Plastycznej „Mokotów w miniaturze”. Inicjatorem i koordynatorem tego wydarzenia była Warszawska Fundacja na rzecz Osób z Niepełnosprawnością



Intelektualną POSTAW NA NAS, we współpracy z Wydziałem Spraw Społecznych i Zdrowia Urzędu Dzielnicy



Mokotów. Przegląd jest pomysłem pracowników mokotowskiej placówki Środowiskowego Domu Samopomocy z ul. Górskiej 7, dlatego Warszawska Fundacja zaprosiła ten ośrodek do współorganizacji imprezy. Wydarzenie to wpisuje się w obchody 100-lecia Stołeczności Mokotowa. Do udziału w przeglądzie zaproszonych zostało 16 warszawskich placówek:

- Środowiskowy Dom Samopomocy ul. Górską 7
- Środowiskowy Dom Samopomocy ul. Wilcza 9 a
- Środowiskowy Dom Samopomocy ul. Grochowska 259 A
- Środowiskowy Dom Samopomocy ul. Nowogrodzka 75
- Środowiskowy Dom Samopomocy w Łubcu
- Środowiskowy Dom Samopomocy ul. Suwalska 11
- Środowiskowy Dom Samopomocy ul. Rydygiera 3
- Środowiskowy Dom Samopomocy ul. Przyczółkowa 27 a
- Środowiskowy Dom Samopomocy ul. Rzeźbiarska 46
- Bielański Środowiskowy Dom Samopomocy ul. Grębałowska 14
- Warsztat Terapii Zajęciowej ul. Równa 4
- Warsztat Terapii Zajęciowej ul. Konarskiego 60
- Warsztat Terapii Zajęciowej ul. Bohaterów Września 7
- Warsztat Terapii Zajęciowej ul. Orzycka 20



Każda placówka miała za zadanie wykonać miniaturę wylosowanego wcześniej budynku charakterystycznego dla Mokotowa. Nasz ośrodek wylosował budynek Telewizji Polskiej znajdujący się na ul. Woronicza. Makiety miały powstać z materiałów pochodzących z recyklingu: kartonów, gazet, pudełek. Wszystkie ośrodki wywiązały się z zadania



doskonale, powstały piękne miniatury, które utworzyły mini mapę naszej dzielnicy. Wszystkie prace zostały zaprezentowane podczas uroczystej gali w Teatrze Baza. Każda z zaproszonych placówek miała okazję opowiedzieć jak powstawało ich dzieło, czy było im trudno, jak się przygotowywali do pracy. Był również przygotowany quiz z wiedzy o Mokotowie. Na koniec wszyscy otrzymali z rąk pani Burmistrz Dzielnicy Mokotów Moniki Gołębiewskiej- Kozakiewicz, pana Naczelnika Wydziału Spraw Społecznych i Zdrowia Urzędu Dzielnicy Mokotów Bogdana Pieca i pani Prezes Warszawskiej Fundacji na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną Zofii Pągowskiej pamiątkowe dyplomy i piękne nagrody za udział w Przeglądzie. Nagrody ufundował Urząd Dzielnicy Mokotów oraz nasz sponsor Firma Wedel LOTTE. Impreza była bardzo udana, wszystkim gościom się podobała. Już myślimy nad tematem następnego przeglądu. Dziękujemy Teatrowi Baza, który ponownie zgodził się przyjąć nas w swych gościnnych progach. Dziękujemy też wszystkim, którzy przyczynili się do powstania tego Przeglądu, zarówno organizatorom, jak i gościom, bez których cała ta impreza nie miała by sensu. Uważamy, że impreza była bardzo udana.

Red. Katarzyna Uszyńska, Monika Skrodzka

23 października 2016



W Centrum Łowicka odbył się finał Projektu Włącznik. Była to impreza kończąca 6 tygodniowe warsztaty, w których uczestniczyliśmy. Były to zajęcia bębniarskie oraz z animacji filmowej. Efektem naszej pracy były dwa filmy animowane stworzone z naszych rysunków oraz koncert. Na imprezę zaprosiliśmy nasze rodziny i przyjaciół. Najpierw była próba generalna zespołu, po której zaprosiliśmy wszystkich gości do wysłuchania naszego koncertu. Graliśmy bardzo dobrze. Po koncercie były przemówienia i podziękowania. Każdy z uczestników warsztatów dostał pamiątkową statuetkę i jajo- grzechotkę. Potem oglądaliśmy filmy animowane, które tworzyliśmy na warsztatach animacyjnych.



sejdemie zapraszają na finał projektu
WŁĄCZNIK
23 października 2016
(niedziela),
godz. 16.00
Warszawa, ul. Łowicka 21

W programie:

- pokaz filmów animowanych stworzonych przez uczestników warsztatów pod kierownictwem Urszuli Sobolewskiej i Marka Sobolewskiego
- występ bębniarski uczestników projektu z muzycznym i duchowym wsparciem instruktora Krzysztofa Wawrzyniaka
- pokaz specjalny członków zespołu African Roots
- bębniarski jam session
- poczęstunek i dobra zabawa

Wszystkim bardzo podobały się nasze dzieła. Po części oficjalnej nastąpiła przerwa na słodki poczęstunek. Na zakończenie imprezy był koncert profesjonalnych bębniarzy Gasparda Conde i Andy Camary. Najpierw pokazali nam swoje umiejętności bębniarskie, a potem zorganizowali wspólne jam session. Impreza była bardzo udana. Do domów wróciliśmy zmęczeni, ale szczęśliwi.



Red. Rafał Musch, Mikołaj Scholz, Wojciech Kwil

26 października 2016



Grupa biorąca udział w treningu ekonomiczno- kulinarnym prowadzonym przez terapeutkę Danutę Kaczmarek, pojechała w odwiedziny do WTZ przy ul. Głogowej. Pojechaliśmy tam, żeby porozmawiać z naszymi kolegami o self- adwokatach. Chcieliśmy dowiedzieć się kim są self- adwokaci i czym się zajmują. Mieliśmy też okazję spotkać się z naszymi znajomymi z tego ośrodka , porozmawiać, a niektórzy z nas (Wojtek Kwil i Kasia Kozmana) powspominać czasy, kiedy uczęszczali na zajęcia do tego WTZ. Koledzy pokazali nam również swój ośrodek, opowiedzieli, jakie pracownie tu działają. Nasza wizyta na Głogowej była bardzo fajna.

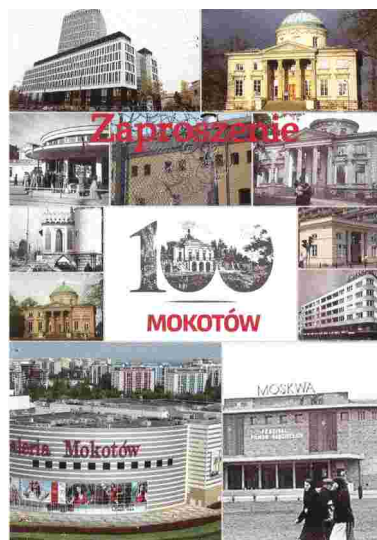
Red. Monika Skrodzka, Rafał Musch

WSPOMNIENIA Z WYJAZDU DO KOŁOBRZEGU KATARZYNY SAŁKOWSKIEJ

We wrześniu pojechałam razem z rodzicami do sanatorium w Kołobrzegu. Mieszkaliśmy w hotelu. Co dziennie chodziłam na basen i na gimnastykę. Jeździłam też na rowerze. Chodziliśmy z tatą nad morze oglądać zachód słońca. Kiedy miałam wolny czas słuchałam muzyki z discmana, kolorowałam kolorowanki, oglądałam telewizję, chodziłam na spacer, pisałam pocztówki do rodziny i znajomych. Spisywałam też różne pomysły do redakcji. Kiedy chodziliśmy na plażę, łapałam wiatr, oddychałam świeżym powietrzem, zbierałam muszelki, kamyczki, liście i kasztany. Obserwowałam też mewy i fale. Pogoda była różna- raz było ciepło, raz zimno, czasem padał deszcz. Jesień. Chodziliśmy też na wycieczki po Kołobrzegu. Jak było ciepło opalałam się na ławeczce. Chodziliśmy też na molo, gdzie oglądałam różne statki i jachty. Nie było mnie trzy tygodnie i zdążyłam się stęsknić za ośrodkiem, koleżankami i kolegami. Jestem bardzo zadowolona z mojego wyjazdu.



Mokotów w MiNiaturze



Nawiązując do Przeglądu Twórczości Plastycznej „Mokotów w miniaturze”, postanowiliśmy zamieścić cykl artykułów poświęconych mokotowskim budowlom, których miniatury powstały na potrzeby Przeglądu. Przypomnijmy, że każda placówka biorąca udział w tej imprezie miała za zadanie stworzenie miniatury wylosowanego wcześniej obiektu znajdującego się na Mokotowie. W tym numerze zaprezentujemy dwa obiekty: gmach TVP znajdujący się przy ul. Woronicza 17 oraz Kamienicę Jana Wedla znajdującą się przy ul. Puławskiej 28. Budynek TVP wykonali uczestnicy zajęć ŚDS ul. Górską 7, a Kamienicę Jana Wedla uczestnicy zajęć WTZ ul. Bohaterów września 7.

BUDYNEK TVP

Siedziba TVP to warszawski obiekt biurowy w granicach dzielnicy Mokotów przy ulicy Woronicza 17 u zbiegu Samochodowej. Innymi jego nazwami są Budynek B oraz



Collosseum. Budowa nieruchomości ruszyła w 2001, a zakończyła się w 2007 roku. Powierzchnia użytkowa tego jedenastokondygnacyjnego obiektu sięga ponad 22 tys. m². Koncepcję architektoniczną obiektu opracowała pracownia DiM'84 Dom i Miasto. Realizacja zaprojektowanego przez Czesława Bieleckiego biurowca TVP w Warszawie trwała od 2001 roku, a odbiór nastąpił dopiero pod koniec 2008 roku. Architekt przyznał, że inspirował się tradycyjnym wyobrażeniem Wieży Babel, pomnikiem Międzynarodówki Tatlina, kształtem kadłuba transatlantyku, rzymską fontanną di Trevi oraz twórczością Franka Gehry'ego. W rezultacie powstał budynek bez wątpienia oryginalny i nietypowy.

DOM WEDLA

Dom Wedla (rzadko nazywany kamienicą Jana Wedla) – modernistyczna kamienica



położona na Mokotowie, przy ulicy Puławskiej 28, na rogu ulicy Małackiej. Budynek jest często przedstawiany jako szczytowy przykład warszawskiego funkcjonalizmu, a jego bryła przypomina statek dryfujący w przestrzeni miejskiej. Kamienica w stylu modernistycznym powstała w latach 1935-1936 według projektu Juliusza Żórawskiego dla Jana Wedla, powstała jako kamienica o wysokim standardzie, w nawiązaniu do pięciu zasad architektury nowoczesnej sformułowanych przez Le Corbusiera. Jest to jeden z pierwszych w Warszawie budynków o konstrukcji pół szkieletowej: stalowy szkielet budynku, całkowicie spawany, oparty jest na fundamencie betonowym, z amortyzatorami w postaci blach ołowianych i azbestu pod każdym słupem; konstrukcja budynku jest dodatkowo usztywniona przez klatki schodowe i mury ogniowe. Bryła budynku uzyskała nietypową kompozycję: płaszczyzny ścian zawinięto wokół narożnika, fragmenty ścian zaprojektowano tak, by nakładały się na siebie, przybliżając i oddalając. Słupy konstrukcyjne skoordynowano z oknami i loggiami na fasadzie, przez co powstała spójna i proporcjonalna kompozycja. Zastosowanie nowoczesnych rozwiązań konstrukcyjnych pozwoliło budować cienkie ściany, wykończone kosztownymi materiałami, z dopracowanymi detalami. Zewnętrzne ściany budynku pokryto klinkierowymi kafelkami oraz udającym kamienne płyty szlachetnym tynkiem z mielonym marmurem Biała Marianna. Na podwórku zaprojektowano kwietniki i sadzawkę. Niezabudowany parter miał też pełnić funkcję praktyczną na wypadek wojny, gdyż umożliwiałby przewiew w przypadku zastosowania broni chemicznej.

Budynek uzyskał bogaty wystrój artystyczny: w jednym z podwórzki umieszczono rzeźbę "Sielanka" a nad wejściem do sklepu plaketę „Tygrys” – oba dzieła autorstwa Stanisława Komaszewskiego, natomiast w holu głównej klatki schodowej znajduje przedstawiające zbójników malowidło „Taniec góralski” autorstwa Zofii Stryjeńskiej. Brama wejściowa na posesję została wykonana przez ślusarnię Szmalenberga z ulicy Skierniewickiej. Charakterystyczny był też umieszczony w przyziemiu sklep zakładów Wedla, który choć dziś nie istnieje, to jego marmurowe wnętrza zachowały się bez zmian.

W budynku umieszczono mieszkania o średnim standardzie, zarówno pod względem metrażu, jak i wykończenia wnętrz. Metraż i rozkład funkcjonalny nawiązują do rozwiązań "taniego budownictwa" Barbary i Stanisława Brukalskich. Mieszkania w części frontowej od strony Małackiej mają 3 duże pokoje i 85 m², mieszkania w skrzydle od strony Puławskiej mają 5 pokoi i 95-97 m², natomiast mieszkania w oficynach w podwórzu mają 4 pokoje i 80 m². Takie rozwiązania były możliwe dzięki ograniczaniu powierzchni poszczególnych pomieszczeń.

Podczas okupacji kamienica została zajęta przez niemieckich oficerów oraz agentów

gestapo, dlatego też budynki stały się ważnym celem już na początku powstania warszawskiego. Budynek jednak bezskutecznie próbowali zdobyć żołnierzy z kompanii O3 batalionu "Olza" pułku "Basztą". Kamienica została jedynie nieznacznie uszkodzona, jednak w latach 70. XX wieku zabudowano prześwit w parterze. Długo przetrwały ślady po pociskach. W latach 2008-2009 budynek przeszedł gruntowny remont według projektu Leszka Tischnera.

WIADOMOŚCI SPORTOWE

W Singapurze styl ważniejszy niż siła

Siła kontra finezja. Kolejny odcinek tego tenisowego serialu obejrżeli kibice w drugim wczorajszym meczu WTA Finals – Agnieszki Radwańskiej z Garbine Muguruzą. Jeśli cokolwiek sprawiło, że dało się to spotkanie oglądać z przyjemnością, to właśnie zagrania Polki – czasami bezradnej wobec bezwzględnej przewagi fizycznej Hiszpanki, częściej jednak sprytnie ją ogrywające. Agnieszka Radwańska cieszyła się z pokonania hiszpańskiej tenisistki Garbine Muguruzy w turnieju WTA Finals, dzięki czemu zachowała szanse na awans do półfinału. Przyznała, że emocji w środę nie brakowało. - Było dużo wzlotów i upadków - zaznaczyła obrończyni tytułu.

Dziś tzn. 27 października ostatni mecz Agnieszki w grupie białej. Jeśli polska tenisistka pokona Karoline Pliskova to zagra w półfinale WTA Finals i zbliży się do obrony tytułu sprzed roku.

Awans Lewandowskiego.

Lewandowski dogadał się z Bayernem. Polak podpisze nową umowę z zespołem Monachium i dostanie pokaźną podwyżkę. Stanie się najlepiej zarabiającym piłkarzem Bundesligi. Zamiast 11 mln Euro teraz kapitan polskiej drużyny będzie zarabiał 15 mln. Lewy ma zarabiać tyle samo co bramkarz i pomocnik. Oficjalne ogłoszenie będzie za m-c 25 listopada. Wtedy odbędzie się zjazd wyborczy Bayernu.

Opracował : Mikołaj Scholz



Kto ?

Foto = Zagadka

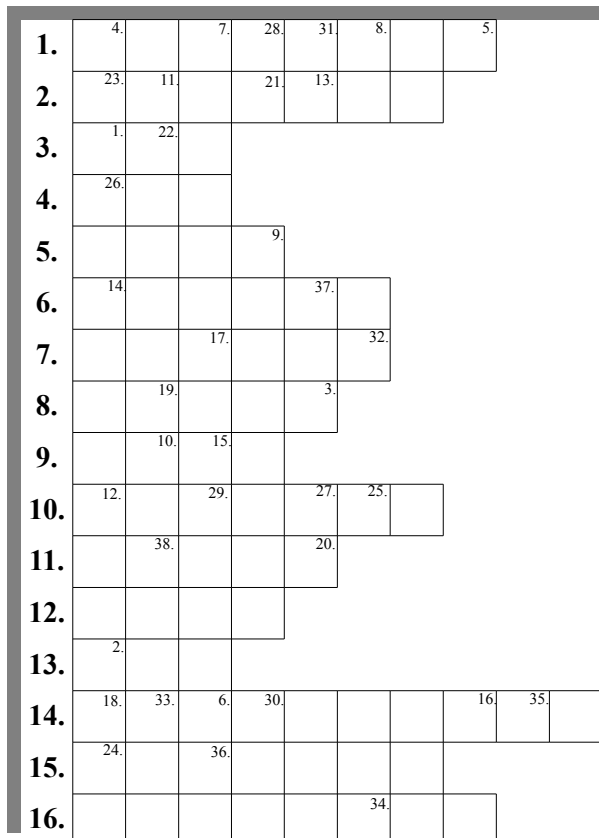


Mamy dla naszych Czytelników zagadkę.
Proszę zgadnąć, który z naszych kolegów znajduje się na tym zdjęciu.
Życzymy powodzenia :)

Podpowiedź znajduje się na ostatniej stronie gazetki.

ROZRYWKA

Krzyżówka na październik



1. podczas snu kładziemy na niej głowę
2. ma szczeble, żeby po nich wchodzić
3. szczypiący ptak, może być domowy lub dziki
4. pierwsza kobieta, żona Adama
5. czerwony kwiat rosnący w zbożu
6. matka żrebaka
7. dziecko konia
8. rosną na głowie
9. zielona „gąbka” rosnąca w lesie na ziemi
10. imię piosenkarki - Kukulskiej
11. buty do jeżdżenia po lodzie
12. służy do szycia
13. budynek, w którym mieszkamy
14. wierny pies, to najlepszy ... człowieka
15. „patyczki” służące np.. do zapalania świeczek
16. zapalamy ją na torcie lub gdy nie ma światła

Hasło:

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																						

Odp. na **Foto-Zagadkę**: na zdjęciu znajduje się Ime Akpan