

NASZ ŚWIAT POD SIÓDMYM



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

numer 68 (Styczeń 2017 r.)
Od redakcji

cena 2 zł

Właśnie minął pierwszy miesiąc nowego roku.
Oddajemy w Państwa ręce nowy numer gazetki
podsumowujący naszą pracę w styczniu.
A działa się dużo. Mieliśmy gości, sami jeździliśmy w
odwiedziny, uczyliśmy się pierwszej pomocy.
Było ciekawie. W tym miesiącu obchodziliśmy
również dwa ważne święta : Dzień Babci i Dzień
Dziadka. Chcieliśmy wszystkim Babciom i Dziadkom
z tej okazji życzyć dużo zdrowia, uśmiechu, pociechy
z wnuków i samych radosnych dni

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 styczniu urodzinowe i imieninowe życzenia przyjmują:

LUTY 2017						
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
		1	2	3	4	5
6	7 Urodziny Agnieszka Szymańska	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27 Urodziny Agnieszka Kłos	28 Urodziny Małgorzata Stolarska				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

4 stycznia 2017

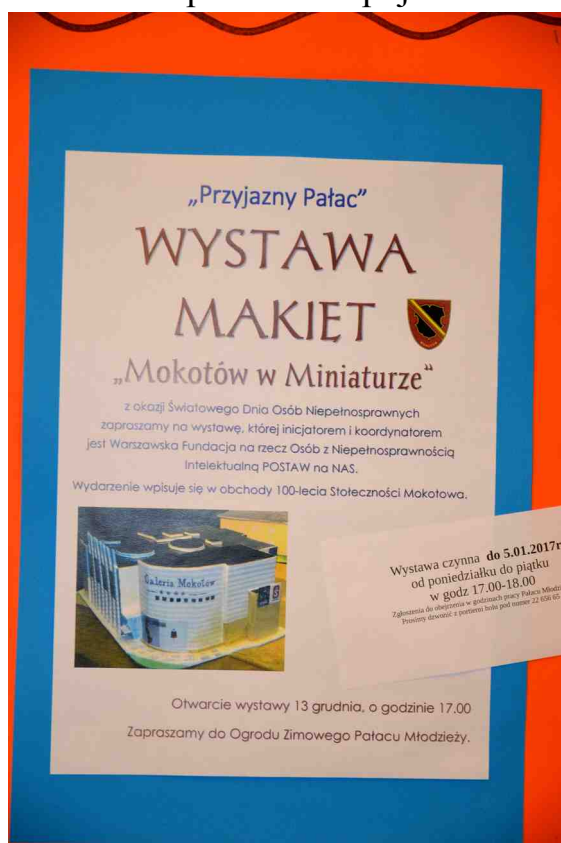
Tego dnia pracownia stolarska miała gości. Przyjechała w odwiedziny grupa stolarska z ŚDS z ul. Nowogrodzkiej. Było to spotkanie towarzysko- organizacyjne. Spotkaliśmy się z kolegami, porozmawialiśmy o tym, co robimy w ośrodkach. Rozmawialiśmy też o pomysłach jakie chcielibyśmy zrealizować podczas planowanego Przeglądu Pracowni Stolarskich . Czas szybko nam upłynął w miłym towarzystwie.

Redakcja

5 stycznia 2017



Cała nasza społeczność pojechała do Pałacu Młodzieży znajdującego się w Pałacu Kultury i Nauki na wystawę makiet „Mokotów w miniaturze”. Wystawa ta powstała z makiet charakterystycznych budowli Mokotowa, które zostały stworzone przez warszawskie placówki dla osób niepełnosprawnych intelektualnie na Przegląd Pracowni Plastycznych „Mokotów w miniaturze”, który odbył się w październiku. W Pałacu Młodzieży zorganizowana ona została z cyklu „Przyjazny Pałac” z okazji Światowego Dnia Osób Niepełnosprawnych. Oprócz nas obecne były też inne ośrodki biorące udział w październikowym przeglądzie. Dyrekcja Pałacu przygotowała dla nas niespodziankę. Zostaliśmy zaproszeni do zwiedzenia Muzeum Ewolucji znajdującego się w Pałacu Młodzieży. Wycieczka po muzeum była bardzo ciekawa. Mogliśmy zobaczyć szkielety różnych dinozaurów i prehistorycznych zwierząt, a także jak kształtowała się ziemia przez tysiące lat, aż do



czasów współczesnych. Bardzo nam się podobało w Pałacu Młodzieży. Wystawa „naszych” makiet znajdująca się w Zimowym Ogrodzie robiła duże wrażenie. Pani Dyrektor opowiadała nam, że wszystkim odwiedzającym wystawę bardzo podobały się nasze prace.

Redakcja

11 stycznia 2017



Grupy z pracowni ceramicznej i haftu i szycia pojechała do Warsztatu Terapii Zajęciowej na ul. Orzyckiej. Zostaliśmy zaproszeni na Jasełka przygotowane przez uczestników zajęć tego WTZ. Oprócz nas przyjechali również goście z WTZ z ul. Deotymy. Przedstawienie było bardzo ładnie przygotowane. Dostaliśmy teksty kolęd, żebyśmy mogli śpiewać razem z aktorami. Po przedstawieniu poszliśmy na słodki poczęstunek. Dostaliśmy też paczkę dla ośrodka. Fajnie było spotkać się z kolegami.

Red. Monika Skrodzka, Katarzyna Uszyńska

12 stycznia 2017

Grupy z pracowni plastycznej i stolarskiej pojechały do WTZ na ul. Deotymy na kolędowanie. Najpierw był słodki poczęstunek. Potem wspólnie śpiewaliśmy kolędy. Każdy mógł zaśpiewać solo. Z naszej grupy pięknie śpiewał Krzysztof Wojnicki. Spotkanie było bardzo miłe.



Red. Andrzej Nowak

19 stycznia 2017



Tego dnia w naszym ośrodku odbyło się Integracyjne kolędowanie. Zaprośmy gości z trzech zaprzyjaźnionych ośrodków : OWIRON z Bemowa, ŚDS z ul. Wilczej, ŚDS z ul.



Rydygiera i ŚDS z Łubca. Niestety grupa z ul. Wilczej nie dotarła. Pani Dyrektor przywitała gości i życzyła wszystkim udanej zabawy. Najpierw pokazaliśmy nasze Jasełka, które przygotowaliśmy na grudniowe spotkanie opłatkowe. Wszystkim bardzo podobało się nasze przedstawienie.



Potem wspólnie śpiewaliśmy kolędy. Pan Marcin- terapeuta z Łubca grał na klawiszach, a pan Mariusz na gitarze. Każdy, kto miał ochotę mógł zaśpiewać solo wybraną kolędę. Było bardzo wesoło. Potem zaprosiliśmy gości na słodki poczęstunek. Po przerwie jeszcze trochę pośpiewaliśmy. Goście powoli zaczęli się rozjeżdżać. Spotkanie było bardzo udane. Miło było spotkać się ze znajomymi i razem bawić się.

Red. Monika Skrodzka, Katarzyna Uszyńska

25 stycznia 2017



Zostaliśmy zaproszeni na kolędowanie do ŚDS-u na ul. Nowogrodzką. Pojechały grupy z pracowni haftu i szycia oraz stolarskiej. Przyjechali również goście z 3 innych zaprzyjaźnionych ośrodków. Przywitała nas pani Kierownik tego ośrodka. Wspólnie śpiewaliśmy kolędy, graliśmy na różnych instrumentach. Można było zaśpiewać ulubioną kolędę solo. Gospodarze przygotowali też słodki poczęstunek. Było bardzo miło i sympatycznie.

Red. Andrzej Nowak

26 stycznia 2017



W naszym ośrodku odbyło się spotkanie z Ratownikiem Medycznym, panem Jarosławem Zduńskim. Przygotował on dla nas podstawowy kurs udzielania pierwszej pomocy. Dowiedzieliśmy się, co powinniśmy zrobić w sytuacji, kiedy zobaczymy, że ktoś zasłabł

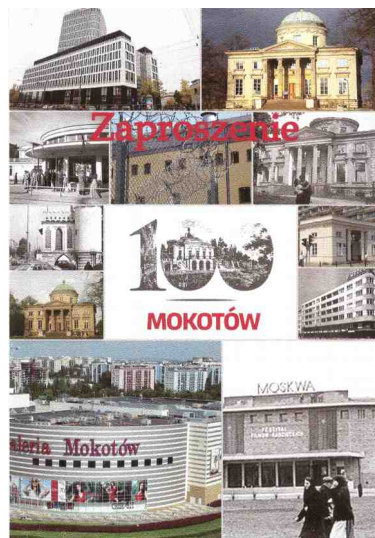
lub stracił przytomność. Powinniśmy najpierw sprawdzić, czy nic nam nie zagraża (np., czy nic nam nie spadnie na głowę), potem sprawdzić co dzieje się z tą osobą. Czy jest przytomna i czy oddycha. Jeśli nie oddycha, powinniśmy najpierw wezwać pomoc, albo kogoś kto znajduje się obok (niech zadzwoni po karetkę na numer 112 lub 999),



a jeśli nikogo nie ma, sami powinniśmy najpierw zadzwonić po karetkę. Kiedy już wezwiemy pomoc, powinniśmy szybko przystąpić do reanimacji. Przede wszystkim należy udrożnić drogi oddechowe (odchylić głowę do tyłu, podnosząc do góry brodę), a następnie zacząć masaż serca. Ratownik powiedział, że trzeba zrobić 30 uciśnień na klatkę piersiową, a potem dwa wdechy (bezpośrednie wpuszczanie powietrza w usta pacjenta). Jeśli nie chcemy robić sztucznego oddychania, to musimy cały czas robić masaż serca. Pokazał nam na specjalnej lalce- fantomie jak należy prawidłowo robić masaż serca i sztuczne oddychanie. Każdy z nas mógł sam spróbować. Jest to bardzo ciężka praca. Potem pokazał nam jak działa defibrylator, czyli urządzenie, które za pomocą impulsu elektrycznego pobudza serce do pracy. Uczyliśmy się, jak prawidłowo podłączyć to urządzenie. Spotkanie z Ratownikiem było bardzo ciekawe. Nauczyliśmy się dużo pożytecznych rzeczy. Już teraz będziemy wiedzieć, jak pomóc nieprzytomnemu człowiekowi. Każdy z nas dostanie też świadectwo uczestnictwa w podstawowym Kursie Pierwszej Pomocy.

Red. Monika Skrodzka, Katarzyna Uszyńska

Mokotów w MiNiaTurze



ILUZJON



Początki działalności sięgają drugiej połowy lat 50. XX wieku. Iluzjon kilkakrotnie zmieniał siedzibę. Projekcje odbywały się w kinie Kultura, w budynku Urzędu Rady Ministrów przy Alei Szucha (wtedy al. I Armii Wojska Polskiego), w kinie Aurora (ul. Kredytowa), w sali "Pod Kopułą" przy pl. Trzech Krzyży, w kinie Polonia i w kinie Śląsk. Od lutego 1997 r. kino Iluzjon mieści się w budynku dawnego kina Stolica przy ul. Narbutta 50a. Z powodu konieczności przeprowadzenia generalnego remontu budynku, od stycznia 2009 r. kino Iluzjon tymczasowo, do momentu oddania budynku przy ul. Narbutta, wznowiło działalność w audytorium im. Stefana Dembego w Bibliotece Narodowej przy Al. Niepodległości 213. To kino z „muzeum” w nazwie. Ma szczególny status kina archiwalnego. Znajduje się pod opieką Filmoteki Narodowej, która zgodnie z przyświecającym jej hasłem „Pamięć filmu” chroni i niejednokrotnie przywraca kulturze polskiej jej dziedzictwo filmowe. ILUZJON należy do Sieci Kin Studyjnych i Lokalnych.



Praca wykonana przez
ŚDS ul. Nowogrodzka 75

SGH



Szkoła Główna Handlowa w Warszawie, założona w 1906 roku jako Prywatne Kursy Handlowe Męskie Augusta Zielińskiego, jest najstarszą uczelnią ekonomiczną w Polsce, a zarazem jednym z wiodących uniwersytetów ekonomicznych w Europie.

Szkoła Główna Handlowa w Warszawie (SGH), w latach 1949–1991 Szkoła Główna Planowania i Statystyki (SGPiS) – najstarsza uczelnia ekonomiczna w Polsce. Jej siedziba mieści się na warszawskim Mokotowie, przy al. Niepodległości, w bezpośrednim sąsiedztwie

stacji metra Pole Mokotowskie.

Uczelnia istnieje nieprzerwanie od 1906 i rocznie wydaje ponad 2,5 tys. dyplomów ukończenia studiów wyższych. Szacuje się, że od początku istnienia, uczelnia wykształciła ponad 70 000 absolwentów wszystkich typów studiów (stacjonarnych, niestacjonarnych, doktoranckich i podyplomowych).

Po zawieszeniu działalności Szkoły Handlowej Leopolda Kronenberga (istniała w latach 1875–1900) Polacy z zaboru rosyjskiego oczekiwali momentu osłabienia zaborcy. Nadzieja przyszła wraz z przegraną Rosji w wojnie rosyjsko-japońskiej oraz rewolucją 1905 roku, która przyniosła Królestwu Polskiemu szereg wolności.

15 października 1906 odbyła się uroczysta inauguracja roku akademickiego na Prywatnych Kursach Handlowych Męskich Augusta Zielińskiego. Po śmierci założyciela nazwę szkoły zmieniono na Wyższe Kursy Handlowe im. Augusta Zielińskiego. Do I wojny światowej przez mury szkoły przewinęło się 689 słuchaczy. W 1916 zmieniono nazwę na Wyższą Szkołę Handlową, a dwa lata później przyjęto



pierwsze studentki. Na pierwszym posiedzeniu Senatu na rektora wybrano Bolesława Miklaszewskiego, który niezwłocznie podjął starania o budowę nowej siedziby uczelni, początkowo przy ul. Nowowiejskiej, a następnie na Mokotowie między ulicami – Rakowiecką, al. Niepodległości i Batorego. W 1918 zwrócił się do młodego architekta, mieszkającego wówczas w Nałęczowie, Jana Witkiewicza Koszczyca o opracowanie koncepcji nowej siedziby uczelni. We wrześniu 1925 pierwszych studentów przyjął Pawilon Zakładów Doświadczalnych wzniesiony na warszawskim Mokotowie przy ul. Rakowieckiej 24. W styczniu 1931 przy ul. Rakowieckiej 22 oddano do użytkowania gmach uczelnianej biblioteki; uczelnia liczyła wtedy 1600 studentów.

Materiał przygotowała Katarzyna Uszyńska

WIADOMOŚCI SPORTOWE

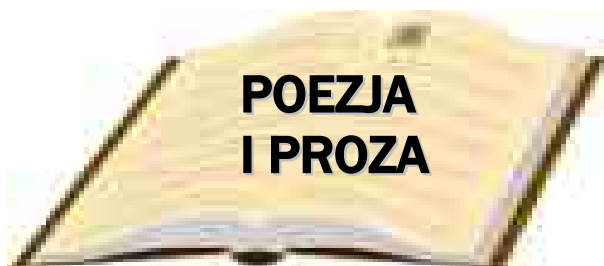
Historia Kamila Stocha czyli człowieka spełnionego.

Niewątpliwie po sukcesach tej zimy można Kamila okrzyknąć nowym „Małym” . A pomyśleć , że w zeszłym roku myślał o zakończeniu kariery. Istotnie poprzednie dwa sezony nie dały mu satysfakcji, bo nie należały do udanych. Na szczęście w momentach, gdy mu nie szło , znaleźli się wokół niego ci, na których wsparcie mógł liczyć. Kiepsko mu szło całą ubiegłą zimą , ale wspierali go najbliżsi, którzy nie są z nim tylko kiedy odnosi sukcesy. Jedną z tych osób jest żona Ewa. Pobili się w 2010 roku i jak widać stabilizacja rodzinna przełożyła się na jego karierę.

Wspomnijmy, że pierwszy sukces Kamil odniósł w 2013 roku- złoto na mistrzostwach świata Val di Fiemme/Predazzo, a w 2014 był najlepszym skoczkiem na świecie z dwoma złotymi medalami olimpijskimi z Soczi. Do tego 16 indywidualnych wygranych w

Pucharze Świata. A fantastyczna wygrana niezwykle prestiżowego Turnieju Czterech Skoczni w styczniu tego roku wyniosła go znowu na sam szczyt skoczków narciarskich. Dziś Kamil jest szczęśliwy i nas zachwyca swoimi skokami. Skacze znakomicie i prezentuje olimpijską formę. Nigdy nie przestał wierzyć w swoje siły i w to, że musi jeszcze wiele osiągnąć. Wierzy, że w marcu stanie na najwyższym podium Pucharu Świata, bo jest na najlepszej ku temu drodze. Duża w tym zasługa nowego trenera, który w cały zespół polskich skoczków tchnął nową nadzieję i wiarę w sukces. 47-letni austriacki trener i były skoczek, który dwa razy wygrał Puchar Świata Stefan Horngacher był znany Kamilowi z początków kariery, gdy był on trenerem polskiej kadry juniorów. A co gdy skończy karierę? Jakie ma marzenia? Zawodnik ma ciągły niedosyt latania i marzy, aby zrobić licencję na latanie szybowcami, bo po skokach narciarskich to jego druga pasja, też związana z lataniem.

Opracował: Mikołaj Scholz



„...”

Dzisiaj jest wiosna,
Świeci złote słońko,
Kwitną kwiaty kolorowe,
Widzę aniołki, które fruwać,
Laleczki tańczą, śpiewają,
Gwiazdy błyszczą i migocą,
A księżyc łśni.
A to kalendarz z zachodem słońca.
Autor Katarzyna Sałkowska



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.



PODZIĘKOWANIA



Chcieliśmy bardzo serdecznie podziękować pani Marii Iżykowskiej, pani Agnieszce Kaczmarek i pani Katarzynie Paszkowskiej za przekazanie dla Grupy Redakcyjnej sprzętu komputerowego.

Jesteśmy bardzo wdzięczni za te darowizny.

Na pewno bardzo ułatwią nam pracę. Dziękujemy.

Zespół Redakcyjny

Dziękujemy bardzo wszystkim osobom, które włączyły się razem z nami w akcję Straży Pożarnej „I twój miś może zostać ratownikiem”.

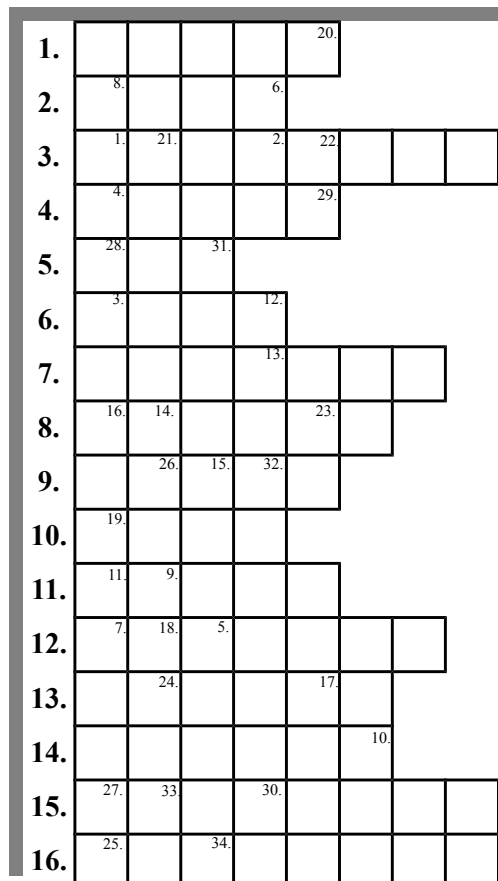
Dostaliśmy od Państwa mnóstwo różnych pluszaków, które przekazaliśmy Straży Pożarnej. Strażacy podczas trudnych akcji będą je wręczać dzieciom, aby w ten sposób odwrócić ich uwagę od przykrych wydarzeń, których doświadczyły. Nasze misie w ten sposób pomogą na pewno wielu dzieciom.

Jeszcze raz dziękujemy

Spółeczność ośrodka

ROZRYWKA

Krzyżówka na styczeń



1. instrument muzyczny lub nos słonia
2. myjemy je szczoteczką rano i wieczorem
3. ostatni miesiąc roku
4. zjeżdża się na nich zimą z górki
5. służy do krojenia
6. mieli się ją w młynie
7. zimowa stołówka dla ptaków
8. zielone warzywa na mizerię
9. dmuchamy je na zabawę karnawałową
10. białe mleko w powietrzu
11. Koń w biało-czarne pasy
12. żółty kwaśny owoc
13. wiszą na niej obrazy w pokoju
14. pora roku, kiedy spadają liście z drzew
15. burza śnieżna
16. maszyna do zmywania

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														

Odp. na **Foto-Zagadkę**: na zdjęciu znajduje się Renata Tolak