

NASZ ŚWIAT POD SIÓDMYM



Gazeta
Warszawskiej Fundacji na rzecz Osób
z Niepełnosprawnością Inteligektualną
POSTAW NA NAS
Środowiskowy
Dom Samopomocy
ul. Górka 7 w Warszawie

numer 83 (wrzesień 2018 r.)

cena 2 zł

Od redakcji

Witamy po wakacjach. Znowu z Wami jesteśmy, wypoczęci i gotowi do pracy. Oddajemy w Państwa ręce powakacyjny numer naszej gazetki. Jest to już 83 numer.

Będzie trochę wspomnień z wakacji, przywitamy też naszego nowego redaktora, będą aktualności i podziękowania. Życzymy miłej lektury.

Zespół Redakcyjny

Zespół Redakcyjny:

1. Katarzyna Uszyńska
2. Katarzyna Salkowska
3. Krzysztof Kwaśniak
4. Rafał Musch
5. Andrzej Nowak
6. Mikołaj Scholz (redakcja sportowa)
7. Wojciech Kwil (sprzedaż gazetki)
8. Sylwia Kaczmarek (redaktor honorowy)

Opiekun: Katarzyna Zduńska

Skład i druk: Katarzyna Zduńska

SOLENIZANCI I JUBILACI



W październiku urodziny i imieniny obchodzą:

PAŹDZIERNIK 2018						
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
1	2	3	4	5	6 Urodziny Wojciech Kwil	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29 Urodziny Renata Tolak	30	31				

WSZYSTKIM SOLENIZANTOM I JUBILATOM ŻYCZYMY SUKCESÓW W ŻYCIU, SZCZĘŚCIA
W MIŁOŚCI, DUŻO UŚMIECHÓW, DUŻO RADOŚCI,
SPEŁNIENIA WSZYSTKICH NAJSKRYTSZYCH MARZEŃ
I SAMYCH PRZYJEMNYCH W ŻYCIU ZDARZEŃ.

*Kalendarz stworzony
podczas zajęć
w pracowni komputerowej*

WYDARZENIA MINIONEGO MIESIĄCA

29 sierpnia 2018

Pojechaliśmy do Łubca na XIV Integracyjny Rajd Pieszy i Rowerowy do Puszczy Kampinoskiej. Mieliśmy piękną pogodę. Organizatorem Rajdu był ŚDS z Łubca. Były do wyboru dwie trasy: piesza i rowerowa. Cała nasza grupa poszła na rajd pieszy po lesie. W tym roku przeszliśmy ok. 8 km. Droga była bardzo urozmaicona- trochę pod górkę, trochę z górki, trochę po równym. Jak zwykle było bardzo fajnie. Kiedy wróciliśmy z lasu wszystkie ośrodki uczestniczące w rajdzie dostały pamiątkowe dyplomy i upominki. Pani Kierownik podziękowała wszystkim za udział w imprezie. Uczestnicy zajęć z Łubca przygotowali występ artystyczny. Był bardzo wesoły. Impreza jak co roku była bardzo udana.



Red. Katarzyna Uszyńska

31 sierpnia 2018

Poszliśmy na wycieczkę do Łazienek Królewskich, gdzie dzięki uprzejmości pana Andrzeja Jaskuły z Pracowni Archeologiczno- Konserwatorskiej Natfarii mogliśmy zobaczyć jak wygląda praca archeologa. Widzieliśmy, jak pracują archeolodzy, którzy odkopywali Oranżerię Gotycką znajdującą się w Łazienkach. Mogliśmy wejść na teren wykopu i zobaczyć z bliska jak wygląda odsłonięty obiekt, a pan Andrzej opowiedział nam wiele ciekawych rzeczy na temat swojej pracy. Było to bardzo ciekawe spotkanie.



Red. Katarzyna Uszyńska

13 września 2018

Tego dnia grupy z pracowni haftu i szycia, ceramicznej i komputerowej poszły na wycieczkę do Starej Oranżerii w Łazienkach Królewskich. Zwiedzaliśmy Królewską Galerię Rzeźby Stanisława Augusta Poniatowskiego. Oglądaliśmy piękne rzeźby z marmuru, brązu, drewna, gipsu i kamienia. Mogliśmy też zobaczyć jak wygląda Teatr Królewski znajdujący się w Oranżerii. Wycieczka była bardzo ciekawa. Pogoda była piękna i przy okazji mieliśmy spacer po parku.



Red. Rafał Musch

21 września 2018

Braliśmy udział w XI Spotkaniu Integracyjnym „Eko- Piknik” organizowanym przez OWIRON. Impreza odbywała się pod hasłem „Owocowy zawrót głowy”. W spotkaniu brały udział drużyny z pięciu placówek. Uczestnicy mieli za zadanie przedstawić scenki dotyczące owoców. Nasza drużyna przygotowała pantomimę do wiersza „Koszyczkowy romans”, autorstwa naszej pani Dyrektor- Zosi Pągowskiej. Wszystkim bardzo podobał się nasz występ. Mieliśmy też przyrządzić sałatkę owocową z przygotowanych produktów. Wszystkie sałatki były pyszne. Organizatorzy, jak co roku, poprosili też o zorganizowanie na terenie naszych placówek zbiórki rzeczy i pieniędzy na rzecz Fundacji „Przytul psa”. Uzbieraliśmy wspólnie 130 zł oraz trochę rzeczy dla psów. Wszystko to przekazaliśmy na ręce gospodarzy. Można też było wziąć udział w loterii przygotowanej przez uczestników



zająć z OWIRON- u. Uzbierane fundusze również zostaną przekazane dla Fundacji. Na koniec wszyscy razem bawiliśmy się przy muzyce na żywo zespołu Feniks. Dziękujemy bardzo panu Jackowi Sałkowskiemu, tacie Kasi za pomoc w przewiezieniu wszystkich rzeczy zebranych dla podopiecznych Fundacji „Przytul psa”.

Red. Katarzyna Uszyńska

Tego samego dnia w naszym ośrodku gościliśmy wolontariuszy z Fundacji Orange. W ramach wolontariatu pracowniczego pomalowany został płot wokół naszego ośrodka. Wolontariusze przygotowali również dla nas ciekawe zajęcia. Jeden z panów opowiadał o swoim hobby- wędkowaniu. Słuchaliśmy też opowieści o podróżach po różnych krajach Azji, oglądaliśmy zdjęcia. Dowiedzieliśmy się jak mieszka się w różnych miejscach w Azji, jakie panują tam zwyczaje. Dwóch panów przyniosło ze sobą gitary i grali dla nas i śpiewali. To były bardzo fajne zajęcia.



Red. Andrzej Nowak

24 września 2018

W ramach terapii społecznej grupy z pracowni ceramicznej i plastycznej poszły do kawiarni Oko w Oko znajdującej się w Parku Morskie Oko. Każdy z nas złożył zamówienie na to, na co miał ochotę: kawę, herbatę, czekoladę i ciasto. Kelner przyniósł każdemu jego zamówienie. Bardzo smakował mi sernik z kawką. Było miło i sympatycznie.



Red. Krzysztof Kwaśniak

29 września 2018

Nasza placówka brała udział w Niepodległościowym Festynie na Sielcach. Mieliśmy przygotowany stragan z kiermaszem naszych prac. Przygotowaliśmy też Loterię fantową z kołem fortuny. Kręcąc kołem można było wygrać różne maskotki. Nasza loteria cieszyła się ogromnym powodzeniem. Organizatorzy przygotowali również scenę, na której były występy artystyczne: dzieci ze Szkoły Podstawowej nr 98 śpiewały pieśni patriotyczne, był spektakl dla dzieci „Młody Piłsudski”. Były też warsztaty taneczne i potańcówka z zespołami Bonanza i Przodki. Przygotowane też były różne atrakcje dla dzieci. Odwiedziła nas na kiermaszu nasza koleżanka Monika Skrodzka.



Red. Katarzyna Uszyńska



WYWIAD Z NOWYM UCZESTNIKIEM ZAJĘĆ KRZYSZTOFEM KWAŚNIAKIEM

Katarzyna Uszyńska: Witam, jestem redaktorką gazetki „Nasz świat pod siódmym”. Chciałabym zadać ci kilka pytań. Czy zgodzisz się na nie odpowiedzieć?

Krzysztof Kwaśniak: Oczywiście, z przyjemnością.

K.U.: Jak długo już chodzisz do naszego ośrodka?

K.K.: Jestem uczestnikiem zajęć w tym ośrodku od około 3 miesięcy.

K.U.: Czy mógłbyś powiedzieć gdzie mieszkasz i z kim?

K.K.: Od urodzenia mieszkam na warszawskim Powiślu razem z rodzicami.

K.U.: Czy lubisz przychodzić do naszego ośrodka?

K.K.: Bardzo lubię tu przychodzić.

K.U.: A co najbardziej podoba ci się w naszym ośrodku?

K.K.: Najbardziej lubię zajęcia komputerowe. Cieszę się, że nauczyłem się wyszywać. A w ogóle podoba mi się tu wszystko.

K.U.: Do jakiego ośrodka wcześniej chodziłeś?

K.K.: wcześniej byłem uczestnikiem zajęć w Środowiskowym Domu Samopomocy na ul. Nowogrodzkiej.

K.U.: Jak lubisz spędzać wolny czas?

K.K.: Lubię podróżować po mieście komunikacją miejską i odkrywać nowe miejsca w Warszawie. Lubie też oglądać seriale i słuchać radia. Jeżdżę też na rowerze i hulajnodze.

K.U.: Jaki rodzaj muzyki lubisz najbardziej?

K.K.: Bardzo lubię muzykę, a najbardziej disco-polo.

K.U.: Czym się interesujesz?

K.K.: Interesuję się komunikacją miejską, autobusami, tramwajami, metrem. Znam trasy prawie wszystkich autobusów, tramwajów i metra.

K.U.: Gdzie lubisz jeździć na wakacje?

K.K.: Lubię jeździć nad morze i w odwiedziny do rodziny.

K.U.: Czy masz jakieś zwierzątko?

K.K.: Nie mam, ale chętnie chciałbym mieć pieska i kotka.

K.U.: Czy masz sympatię?

K.K.: Mam dziewczynę. Ma na imię Ania. Poznaliśmy się w ośrodku na ul. Równej w Otwartych Drzwiach. Chodziliśmy tam razem około 6 lat.

K.U.: Masz jakieś ulubione miejsce w Warszawie?

K.K.: Moim ulubionym miejscem w Warszawie są Bielany, a szczególnie stacja metra Słodowiec.

K.U.: *Masz rodzeństwo?*

K.K.: Mam młodszą siostrę. Siostra ma męża, dwie córki i jednego syna.

K.U.: *A czy masz jakieś ulubione potrawy?*

K.K.: Bardzo lubię kotlety mielone, pieczone udko kurczaka i krewetki. Lubię też wszystkie owoce i warzywa.

K.U.: *Dziękujemy bardzo za wywiad.*

WIADOMOŚCI SPORTOWE

Po raz pierwszy w historii piłki nożnej rozpoczęły się rozgrywki Ligi Narodów. Pierwszy mecz Polacy rozegrali z Włochami i zakończył się on wynikiem 1:1. Gol dla strony Włoch padł jako karny za faul spowodowany przez Błaszczykowskiego. Następny mecz, tym razem towarzyski pod kierownictwem nowego trenera odbył się z Irlandią. Również wynik 1:1, ale sama gra nie zachwyciła kibiców wrocławskiego stadionu. Ale nowy selekcjoner Jerzy Brzęczek uważa, że to spotkanie i wcześniejszy mecz w Lidze Narodów pokazały, że ta drużyna zaczęła dobrze funkcjonować. Nie spodziewałem się, że tak szybko nastąpią pozytywne zmiany – powiedział po remisie z Irlandią. Zryw w ostatniej chwili sprawił, że kadra uratowała twarz. Mecz toczył się tak jak się spodziewałem. Na pewno w ataku pozycyjnym trudno grać podcięte podania za plecy obrońców. Było jasne, że nie będziemy mieć takich możliwości gry jak we Włoszech i nie będziemy grać z kontry. Gdybyśmy wykorzystali dobrze rozegrany stały fragment w pierwszej połowie, to wynik mógł być inny - mówił selekcjoner na pomeczowej konferencji prasowej. Przyznał, że w jego zespole brakowało w drugiej linii zawodnika kreatywnego, którym po wejściu na boisko stał się Mateusz Klich. - To nie była łatwa sytuacja, kiedy przegrywaliśmy i kibice zniecierpliwieni zaczęli gwizdać. Ale nie straciliśmy głowy. Dla naszego rozwoju to, co się dzisiaj wydarzyło, jest bardzo ważne. Była wiara i spokój do końca. Musimy na naszą grę patrzeć też przez pryzmat ustawienia przeciwnika i wziąć pod uwagę, że nasi najlepsi zawodnicy w meczu z Włochami dzisiaj nie zagraли. Na wnioski przyjdzie czas, ale dla mnie najważniejsze jest potwierdzenie tego, co myśleliśmy o tej drużynie.

Mistrzostwa świata nie były prawdziwą twarzą tego zespołu – zaznaczył Brzęczek. Prawda jednak była taka, że reprezentanci Polski byli we Wrocławiu niedokładni, nerwowi i jakby bez pomysłu na przehytrzenie rywali. Remis 1:1 w towarzyskim meczu z Irlandią uratowali w ostatniej chwili, ale ich oceny i tak na kolana nie rzucają. Piłka niestety jest okrągła i sprawia niespodzianki. Właśnie w ostatni wtorek Hiszpania rozbiła Chorwację, która dopiero co zachwyciła i sięgnęła w Rosji po wicemistrzostwo świata, a Hiszpania odpadła z tej imprezy już w 1/8 finału. We wtorkowy wieczór w Elche goście nie mieli jednak nic, ale to nic do powiedzenia - zostali rozgromieni w Lidze Narodów 6:0. W składzie wicemistrzów byli Luka Modrić, Ivan Perišić i Ivan Rakitić. Nie pomogli. Mecz zakończył się dla ich drużyny tęgim laniem.

Opracował : Mikołaj Scholz

Dziewczyna i Chłopak MIESIĄCA

We wrześniu dziewczyną miesiąca została Ewa Fijałkowska,
a chłopakiem miesiąca Przemysław Goller.
Gratulujemy.



ROZMAITOŚCI

- Do naszego zespołu redakcyjnego dołączył nowy redaktor- Krzysztof Kwaśniak. Zajął on miejsce Moniki Skrodzkiej, która odeszła z naszego ośrodka. Mamy nadzieję, że dobrze będzie nam się razem pracowało.
- W naszym ośrodku mamy dwoje nowych uczestników zajęć- Justynę Golańską i Krzysztofa Kwaśniaka. Życzymy im, żeby dobrze się czuli w naszej społeczności.

POEZJA

Wakacje nad morzem

Morze- obecne w moich wakacjach, pływałam, opalałam się,
Słuchałam złotych fal w promieniach zachodzącego słońca,
gdy leżałam na piasku cudownie odpoczywałam,
chodziłam brzegiem morza i zbierałam muszle i kamienie,
ogrzewałam się złotym słońcem,
to był wspaniały czas.

Katarzyna Sałkowska

KOSZYCZKOWY ROMANS

Jabłko z Gruszką w koszyczku leżało
i na zabój się w niej zakochało.
Tak leżymy, a Pani tak słodka
może jakiś romansik nas spotka?

Patrzy na jej rumiane bioderka,
trąca w boczek i czule nań zerka.
Ona patrzy spod listka na niego,
Tyś jest Jabłko ja Gruszka kolego!!!

Jakie figle w ogonku się roją!
Jestem Gruszka!!! Nie mogę być twoją!!!
Choć tak razem w koszyczku leżymy,
to nie znaczy, że parę stworzymy!

Ach Gruszcyczko tyś taka rumiana,
że o tobie ja marzę od rana.
Nie bądź dumna i tak niedostępna,
dla Jabłuszka tak bardzo niechętna.

Przecież może nas nie być za chwilę,
więc choć raz w pestkach poczuj motyle!!!
Patrzy na nią i wędnie z miłości,
ale Gruszka dlań nie ma litości.

Leżą obok i wędną oboje,
jednak Gruszka wciąż mówi mu swoje.
Jabłko uschło i Gruszka też zgniła,
więc ich Pani do śmieci wrzuciła.

I czy warte Gruszczyko to było,
może z Jabłkiem też byłoby miło.
Nie zaznałaś z Jabłuszkiem radości,
a on usechł z niechcianej miłości.

Lepiej było pokochać innego,
niż tak mówić, że tyś nie dla niego.
Czasem duma nam źle podpowiada,
więc słuchajmy, gdy serce nam gada.

Wiersz autorstwa pani Zosi Marii Pągowskiej wykorzystany podczas Eko- Pikniku.

PODZIĘKOWANIA

W IMIENIU NASZYCH UCZESTNIKÓW ZAJĘĆ DZIĘKUJEMY WSZYSTKIM OSOBOM, KTÓRE ZAANGAŻOWAŁY SIĘ W ZBIERANIE KORKÓW PLASTIKOWYCH W NASZYM OŚRODKU. W TYM ROKU ZEBRALIŚMY ICH WSPÓLNIE 510 KG. ZOSTAŁY ONE SPRZEDANE. SPRZEDALIŚMY RÓWNIEŻ ZGROMADZONĄ PRZEZ NAS MAKULATURĘ. W SUMIE ZAROBILIŚMY KWOTĘ 384 ZŁ. PIENIĄDZE TE PRZEZNACZYMY NA JAKIŚ WSPÓLNIE WYBRANY CEL , NP. NA WYCIECZKĘ. JEDNOCZEŚNIE ZACHĘCAMY DO DAJSZEJ ZBIÓRKI KORKÓW I ROZSZERZAMY JĄ O MAKULATURĘ, BATERIE I MAŁY SPRZĘT ELEKTRONICZNY.



WSPOMNIENIA Z WAKACJI

Andrzej Nowak

W tym roku wakacje spędzałem w Rowach nad morzem. Wyjechaliśmy 31 sierpnia. Najpierw pojechaliśmy do miasta na zakupy. Kiedy wróciliśmy była obiadokolacja, a potem dyskoteka. Codziennie rano była gimnastyka na świeżym powietrzu. Chodziliśmy na spacer do miasta, do lasu albo na plażę. Było też ognisko, śpiewaliśmy różne piosenki, było karaoke. Jeździliśmy też ciuchcią po okolicy. Co niedziela chodziliśmy do kościoła. Często wychodziliśmy też do Zajazdu Truskawka na pyszne gofry, lody i kawę. Każdy mógł zamówić sobie co chciał. Poznałem też śliczną dziewczynę. Ma na imię Małgosia. Fajnie tańczy, jest zawsze uśmiechnięta, można z nią o wszystkim porozmawiać. Jest bardzo utalentowana: biega, śpiewa, tańczy. Jest też bardzo życzliwa i miła, rozdaje wszystkim swój uśmiech. W trakcie turnusu była też olimpiada sportowa. Na początek odśpiewaliśmy hymn. Potem braliśmy udział w różnych konkurencjach: przeciąganie liny, rzucanie piłką do kosza, sztafeta z raketką, rzucanie ringiem do celu, przekładanie hula-hop przez ciało. Wszyscy dostali medale i nagrody za udział w olimpiadzie. Uroczyste pożegnanie było 12 września. Mieliśmy pożegnalną dyskotekę. I wróciliśmy do Warszawy.

Krzysztof Kwaśniak

Na wakacjach byłem z całą rodziną nad morzem w Darłównie. Codziennie chodziłem na plażę kąpać się w morzu i opalać się na plaży. Jak miałem swoje imieniny to od siostry, szwagra siostrzenic i siostrzeńca dostałem ptasie mleczko waniliowe, a od moich rodziców w dniu imienin dostałem butle wina słodkiego w kształcie koguta. Na co dzień chodziłem z całą rodziną na lody gofry i kawę. Jak już wróciłem z rodziną znad morza wtedy rodzice zabrali mnie samochodem do Niepokalanowa do kościoła na mszę świętą, a potem obiad smaczny w barze i pozwolili mi jeść lody. W dniu imienin mojej babci Marysi z całą rodziną wybraliśmy się do babci na imieninowy obiad rodzinny. Jak moja siostrzenica Magda miała trzecie swoje urodziny to mieliśmy dobry obiad rodzinny i Mateusz mój szwagier i siostra Marysia poczęstowali mnie urodzinowym tortem i bardzo mi się wszystko podobało.

AUTOBUSEM PO WARSZAWIE

Wcześniej po Warszawie jeździły stare ogórki marki Jelcz i także stare Ikarusy później też były Neoplany i stare Jelcze niskopodłogowe i przegubowe Solarisy i many z zajezdni Malczewskiego. Od niedawna pojawiły się autobusy hybrydowe elektryczne ekologiczne, nawet są nowe Solbusy Mercedesy Benz i Solarisy z Ostrobramskiej, Kleszczowej, Stalowej, Woronicza, z Ursusa Posąg 7 panien i z Płochocińskiej. Są też już dwie linie metra. Pierwsza linia metra jeździ z Kabat na Młociny, a druga linia metra ma krótszą trasę z Dw. Wileńskiego na Rondo Daszyńskiego.

Red.. Krzysztof Kwaśniak

Wycieczka pociągiem do Krakowa

Byłem na wycieczce pociągiem do Krakowa. Jechałem pociągiem intercity. Zwiedzałem w Krakowie wzgórze Wawel i Zamek Królewski, Smoczą Jamę, w której mieszkał smok i ział ogniem. Sukiennice też zwiedzałem i były w sukiennicach różne ciekawe obrazy. Byłem na Kopcu Kościuszki i wszedłem na samą górę. Był tam dobry widok na cały Kraków i na Wisłę, która przepływa przez Kraków. Byłem w restauracji na dobrym obiedzie i jadłem też lody, hot dogi i piłem dobrą kawę. A o godzinie siedemnastej w Kościele Mariackim słuchałem, jak trębacz gra hejnał na trąbce i nawet mi pomachał ręką na powitanie. Weszliśmy do środka Kościoła Mariackiego, w którym są różne ciekawe obrazy oraz jest też odprawiana msza święta. Bardzo mi się wycieczka podobała i zapraszam was do odwiedzenia Krakowa.

Red. Krzysztof Kwaśniak